

***INNER PEACE: KAJIAN AYAT-AYAT KETENANGAN  
JIWA DALAM TAFSIR AL-MISHBAH***

**SKRIPSI**

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



**Oleh:**

**DHEA FEBRINA**

**NIM: 2215050096**

**PROGRAM STUDI ILMU AL-QUR'AN DAN TAFSIR**

**FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI**

**IMAM BONJOL PADANG**

**1448 H/2026 M**

## PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan judul “***Inner Peace: Kajian ayat-ayat Ketenangan Jiwa dalam Tafsir Al-Mishbah***” disusun oleh Dhea Febrina dengan NIM. 2215050096 telah memenuhi ketentuan ilmiah dan dapat disetujui untuk diajukan ke sidang munaqasah.

Padang, 4 Juni 2026

**Pembimbing I**



**Prof. Dr. Andri Ashadi, M.Ag**

**NIP. 197210081999031003**

**Pembimbing II**



**Dr. Ilhamni, Lc., M.A**

**NIP. 197108271996032001**

## PERSETUJUAN TIM PENGUJI MUNAQASYAH

Skripsi yang berjudul **“Inner Peace: Kajian Ayat-Ayat Ketenangan Jiwa Dalam Tafsir Al-Mishbah”** disusun oleh Dhea Febrina, NIM 2215050096, telah diuji dalam sidang Munaqasyah Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama UIN Imam Bonjol Padang, 18 Juni 2026 dan dinyatakan telah diterima sebagai salah satu syarat dalam mencapai gelar Sarjana Program Strata Satu (S-1) pada Prodi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir.

Padang, 22 Juni 2026

### Tim Penguji Sidang Munaqasyah

Ketua



**Prof. Dr. Andri Ashadi, M. Ag**  
**NIP. 197210081999031003**

Penguji I



**Elfi Tajuddin, S.Ag, M. Hum**  
**NIP. 197507102008011023**

Penguji II



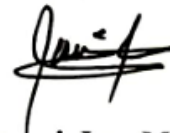
**Mai Tiza Husna, M.Psi., Psikolog**  
**NIP. 199305312020122019**

Penguji III



**Prof. Dr. Andri Ashadi, M. Ag**  
**NIP. 197210081999031003**

Penguji IV



**Dr. Ilhamni, Lc., MA**  
**NIP. 197108271996032001**

Mengesahkan

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama  
**UIN Imam Bonjol Padang**



**Dr. Setriyono, S. Ag., M. Pd**  
**NIP. 197012302006041007**

## PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Dhea Febrina  
NIM : 2215050096  
Prodi : Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir  
Tempat/ Tanggal Lahir : Padang/ 27 Februari 2004

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi saya yang berjudul “***Inner Peace: Kajian ayat-ayat Ketenangan Jiwa dalam Tafsir Al-Mishbah***” adalah hasil karya penelitian saya sendiri, bukan dibuat orang lain, saduran, maupun terjemahan. Hal-hal yang bukan karya saya dalam skripsi ini diberi tanda citasi dan ditunjukkan dalam daftar pustaka.

Apabila kemudian hari ditemukan kekeliruan dan kesalahan. Hal tersebut seutuhnya menjadi tanggung jawab saya pribadi. Demikianlah surat pernyataan ini saya tulis dengan sesungguhnya untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya

Padang, 04 Juni 2026

Saya yang menyatakan



**Dhea Febrina**

**NIM.2215050096**

## PEDOMAN TRANSLITERASI

Pedoman Transliterasi Arab Latin yang merupakan hasil keputusan bersama (SKB) Menteri Agama dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan R.I Nomor: 158 Tahun 1987 dan Nomor 0543b/u/1987. Adapun rinciannya sebagai berikut:

### A. Konsonan

Daftar huruf bahasa Arab dan transliterasinya ke dalam huruf latin dapat dilihat pada tabel berikut ini:

| Huruf Arab | Nama | Huruf Latin        | Keterangan                 |
|------------|------|--------------------|----------------------------|
| ا          | Alif | Tidak dilambangkan | Tidak dilambangkan         |
| ب          | Ba   | B                  | Be                         |
| ت          | Ta   | T                  | Te                         |
| ث          | Ša   | š                  | es (dengan titik di atas)  |
| ج          | Jim  | J                  | Je                         |
| ح          | Ḥa   | ḥ                  | ha (dengan titik di bawah) |
| خ          | Kha  | Kh                 | kadan ha                   |
| د          | Dal  | D                  | De                         |
| ذ          | Ẓal  | ẓ                  | zet (dengan titik di atas) |
| ر          | Ra   | R                  | Er                         |
| ز          | Zai  | Z                  | Zet                        |
| س          | Sin  | S                  | Es                         |

|    |        |    |                             |
|----|--------|----|-----------------------------|
| ش  | Syin   | Sy | esdan ye                    |
| ص  | Ṣad    | ṣ  | es (dengan titik di bawah)  |
| ض  | Ḍad    | ḍ  | de (dengan titik di bawah)  |
| ط  | Ṭa     | ṭ  | te (dengan titik di bawah)  |
| ظ  | Ẓa     | ẓ  | zet (dengan titik di bawah) |
| ع  | ‘ain   | ‘  | komaterbalik (di atas)      |
| غ  | Gain   | G  | Ge                          |
| ف  | Fa     | F  | Ef                          |
| ق  | Qaf    | Q  | Ki                          |
| ك  | Kaf    | K  | Ka                          |
| ل  | Lam    | L  | El                          |
| م  | Mim    | M  | Em                          |
| ن  | Nun    | N  | En                          |
| و  | Wau    | W  | We                          |
| هـ | Ha     | H  | Ha                          |
| ء  | Hamzah | '  | Apostrof                    |
| ي  | Ya     | Y  | Ye                          |

Hamzah (ء) yang terletak di awal kata mengikuti vokalnya tanpa diberi tanda apapun, jika ia terletak di tengah atau diakhir, maka ditulis dengan tanda (').

## B. Tanda Vokal

Vokal dalam Bahasa Arab-Indonesia terdiri dari vokal tunggal atau monoftong dan vokal rangkap atau disebut dengan diftong. Vokal tunggal bahasa Arab yang lambangnya berupa tanda atau harkat, transliterasinya sebagai berikut:

| Tanda | Nama    | Huruf Latin | Keterangan |
|-------|---------|-------------|------------|
| َ     | Fathah  | A           | A          |
| ِ     | Kasrah  | I           | I          |
| ُ     | Dhammah | U           | U          |

Adapun vokal rangkap dalam bahasa Arab yang lambangnya berupa gabungan antara harkat dan huruf, yaitu:

| Tanda | Nama           | Huruf Latin | Keterangan |
|-------|----------------|-------------|------------|
| ـَـيَ | Fathah dan ya  | Ai          | a dan i    |
| ـَـوَ | Fathah dan wau | Au          | a dan u    |

Dalam Bahasa Arab untuk ketentuan alih aksara vokal panjang (mad) dilambangkan dengan harakat dan huruf yaitu:

| Tanda | Nama                    | Huruf Latin | Keterangan             |
|-------|-------------------------|-------------|------------------------|
| ـَـاَ | Fathah dan alif atau ya | A           | a dengan garis di atas |
| ـَـيَ | Kasrah dan ya           | I           | i dengan garis di atas |

|    |                |   |                        |
|----|----------------|---|------------------------|
| هـ | Hammah dan wau | U | u dengan garis di atas |
|----|----------------|---|------------------------|

### C. Kata Sandang

Kata sandang dilambangkan dengan (al-) yang diikuti huruf syamsiyah dan Qamariah.

|             |            |                 |
|-------------|------------|-----------------|
| Al-Qamariah | الْمُنِيرِ | <i>Al-Munīr</i> |
| Al-Syamsiah | الرِّجَالِ | <i>Al-Rijāl</i> |

### D. Syaddah (Tasydid)

Dalam bahasa Arab syaddah atau tasydid dilambangkan dengan ketika dialihkan ke bahasa Indonesia dilambangkan dengan huruf, yaitu dengan menggandakan huruf yang diberi tanda syaddah, akan tetapi itu tidak berlaku jika huruf yang menerima tanda syaddah terletak setelah kata sandang yang diikuti oleh huruf-huruf syamsiah.

|             |              |                   |
|-------------|--------------|-------------------|
| Al-Qamariah | الْقُوَّةِ   | <i>Al-Quwwah</i>  |
| Al-Syamsiah | الضَّرُورَةِ | <i>Al-Ḍarūrah</i> |

### E. Ta Marbutah

Transliterasi untuk ta marbūṭah ada dua, yaitu: ta marbutah yang hidup atau mendapat harakat fathah, kasrah dan dammah, transliterasi adalah (t), sedangkan ta marbūṭah yang mati atau mendapat harakat sukun, transliterasinya adalah (h), kalau pada kata yang berakhir dengan ta marbūṭah diikuti oleh kata yang menggunakan kata sandang al-ser bacaan yang kedua kata itu terpisah, maka ta marbūṭah ditransliterasikan dengan ha (h) contoh:



| Kata Arab                 | Alih Aksara                   |
|---------------------------|-------------------------------|
| الطَّرِيقَةُ              | <i>Ṭarīqah</i>                |
| الْأَمْعَةُ السُّمِّيَّةُ | <i>Al-Jāmi'ah al-Islāmiah</i> |
| وَحَدَةُ الْوُجُودِ       | <i>Waḥdat al-Wujūd</i>        |

## F. Huruf Kapital

Penerapan huruf kapital dalam alih aksara ini juga mengikuti Ejaan Bahasa Indonesia (EBI) yaitu, untuk menuliskan permulaan kalimat, huruf awal Nama tempat, nama bulan nama din dan lain-lain, jika Nama diri didahului oleh kata sandang, maka yang ditulis dengan huruf kapital tetap huruf awal nama diri tersebut, bukan huruf awal atau kata sandangnya.

Contoh: Abu Hamid, al-Ghazali, al-Kindi.

Berkaitan dengan penulisan nama untuk nama-nama tokoh yang berasal dari Indonesia sendiri, disarankan tidak dialih aksarakan meskipun akar katanya berasal dari bahasa Arab, misalnya ditulis Abdussamad al- palimbadi, tidak “Abd al-Samad al-Palimbani. Nuruddin al-Raniri, tidak Nur al-Din al-Raniri.

## G. Penulisan Kata Arab yang Lazim digunakan dalam Bahasa Indonesia

Kata, istilah atau kalimat Arab yang ditransliterasi adalah kata, istilah atau kalimat yang belum dibakukan dalam bahasa Indonesia, Kata, istilah atau kalimat yang sudah lazim dan menjadi bagian dari perbendaharaan Bahasa Indonesia, atau sudah sering ditulis dalam tulisan bahasa Indonesia, tidak lagi ditulis menurut cara transliterasi di atas, Misalnya kata Al-Qur’ān (dari al-Qur’ān), Sunnah, khusus dan umum, namun bila mereka harus ditransliterasi secara utuh.

## DAFTAR SINGKATAN

|         |                                |
|---------|--------------------------------|
| a. Swt  | : Subhanahuwa Ta'ala           |
| b. Saw  | : Shalallahu 'alaihi wa sallam |
| c. QS   | : Qur'an Surah                 |
| d. RA   | : Radiyallahu 'anhu            |
| e. HR   | : Hadis Riwayat                |
| f. p    | : Halaman                      |
| g. Cet  | : Cetakan                      |
| h. H    | : Hijriah                      |
| i. M    | : Masehi                       |
| j. Terj | : Terjemahan                   |
| k. tt   | : Tanpa Tahun                  |
| l. tn   | : Tanpa Nama                   |
| m. tp   | : Tanpa Penerbit               |
| n. ttp  | : Tanpa Tempat                 |
| o. Vol  | : Volume                       |
| p. No   | : Nomor                        |

## KATA PENGANTAR

*Alhamdulillah* *rabbi al-‘a‘lamīn*, segala puji dan syukur penulis ucapkan kepada Allah Swt yang telah memberikan nikmat dan karunia yang tidak terhingga, di antaranya adalah kesehatan, kekuatan, ketabahan, kemudahan, dan kejernihan pemikiran serta wawasan, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi yang berjudul: **“INNER PEACE: KAJIAN AYAT-AYAT KETENANGAN JIWA DALAM TAFSIR AL-MISHBAH”**. Shalawat dan salam agar senantiasa dilimpahkan kepada Nabi Muhammad Saw.

Skripsi ini ditulis dalam rangka memenuhi sebagian persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Agama pada Program Studi Ilmu Al-Qur’an dan Tafsir Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama Universitas Islam Negeri Imam Bonjol Padang.

Penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan dalam skripsi ini dan masih banyak yang harus dilengkapi, akan tetapi dengan keterbatasan waktu dan kemampuan penulis akhirnya penelitian ini dapat diselesaikan sesuai dengan perencanaan semula. Dalam menyelesaikan skripsi ini penulis banyak mendapatkan bantuan, bimbingan dan arahan dari berbagai pihak.

Untuk itu, penulis ucapkan terima kasih kepada:

1. Rektor UIN Imam Bonjol Padang Ibu Prof. Dr. Martin Kustati, M.Pd beserta segenap jajaran yang telah berupaya meningkatkan proses belajar mengajar di lingkungan UIN Imam Bonjol Padang dan memberikan kesempatan kepada penulis untuk menimba ilmu di Universitas ini.
2. Dekan Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama yaitu Bapak Dr. Sefriyono, S.Ag.. M.Pd, serta Bapak Toni Markos, M.Ag selaku Ketua Program Studi Ilmu Al-Qur’an dan Bapak Bilfahmi Putra, S.Th.1 M.Ag selaku Sekretaris Program Studi Ilmu Al-Qur’an dan Tafsir Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama UIN Imam Bonjol Padang.

3. Pembimbing Akademik yaitu Dr. Faizin M.A, terima kasih atas segala arahan, motivasi, dan bimbingan akademik yang telah diberikan kepada penulis.
4. Dosen pembimbing I, Bapak Prof. Dr. Andri Ashadi M.Ag dan dosen pembimbing II Ibu Dr. Ilhamni Lc.,M.A terima kasih telah meluangkan waktu serta pemikirannya dengan ikhlas dalam memberikan penjelasan dan masukan yang sangat berguna sehingga penulis sampai ke tahap penyelesaian skripsi ini.
5. Cinta pertamaku, dan satu-satunya orang tua penulis yang masih hidup. Bapak Risman, ia adalah sosok papa yang tak banyak bicara, namun setiap diamnya adalah doa, setiap lelahnya adalah cinta. Dibalik wajah papa yang tampak kuat, tersembunyi lelah yang tak pernah papa tunjukkan, semua demi melihat anak perempuan bungsunya berhasil mencapai cita-citanya. Terimakasih atas segala pengorbanan dan kepercayaan atas segala langkah kecilku sehingga bisa menyelesaikan pendidikan ini, bahkan ketika penulis ragu akan hal itu.
6. Sosok yang selalu penulis rindukan, almarhumah Mama tercinta yang telah berpulang sejak penulis masih kecil. Meski tidak sempat menemani penulis melalui setiap langkah dalam proses ini, beliau tetap memiliki ruang tersendiri dalam hati penulis, dari ketidakhadiran beliau penulis belajar arti keteguhan, kemandiran, dan kekuatan untuk melangkah sendiri. Semoga Allah SWT melapangkan jalan beliau dan menempatkannya di tempat terbaik di sisi-Nya.
7. Teruntuk Almarhumah Nenek tercinta, sosok yang sedari kecil merawat dan membesarkan penulis selayaknya ibu kepada anaknya. Terimakasih atas doa-doa yang telah engkau panjatkan sampai penulis bisa sekuat ini untuk tetap bertahan. Cinta dan ketulusannya tak pernah pudar dalam ingatan penulis senantiasa menjadi bagian yang berarti dalam perjalanan hidup penulis.

Penulis menyadari dalam penulisan skripsi ini masih banyak terdapat kekurangan serta kesalahan, untuk itu dengan segala kerendahan hati, penulis menerima segala saran serta kritik yang bersifat membangun agar lebih baik dimasa yang akan datang. Harapan penulis, semoga skripsi ini dapat berguna bagi penulis dan UIN Imam Bonjol Padang, serta memberikan manfaat yang luar biasa bagi pembaca dimasa mendatang. Aamiin.

*Wassalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh*

Padang, 04 Juni 2026

Penulis



**Dhea Febrina**  
**NIM. 2215050096**

## DAFTAR ISI

|                                                            |            |
|------------------------------------------------------------|------------|
| <b>PERSETUJUAN PEMBIMBING.....</b>                         | <b>i</b>   |
| <b>PERSETUJUAN TIM PENGUJI MUNAQASYAH.....</b>             | <b>ii</b>  |
| <b>PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN .....</b>                   | <b>iii</b> |
| <b>PEDOMAN TRANSLITERASI .....</b>                         | <b>iv</b>  |
| <b>DAFTAR SINGKATAN.....</b>                               | <b>ix</b>  |
| <b>KATA PENGANTAR.....</b>                                 | <b>x</b>   |
| <b>ABSTRAK .....</b>                                       | <b>xv</b>  |
| <b>BAB I.....</b>                                          | <b>1</b>   |
| <b>PENDAHULUAN.....</b>                                    | <b>1</b>   |
| 1.1 Latar Belakang .....                                   | 1          |
| 1.2 Rumusan Masalah dan Batasan Masalah.....               | 9          |
| 1.3 Penjelasan Judul.....                                  | 9          |
| 1.4 Tujuan Penelitian.....                                 | 11         |
| 1.5 Manfaat Penelitian .....                               | 11         |
| 1.6 Tinjauan Pustaka .....                                 | 12         |
| 1.7 Sistematika Penulisan .....                            | 17         |
| <b>BAB II .....</b>                                        | <b>16</b>  |
| <b>LANDASAN TEORI.....</b>                                 | <b>16</b>  |
| 2.1 Inner Peace.....                                       | 16         |
| 2.1.1. Konsep Inner Peace .....                            | 16         |
| 2.1.2. Sejarah Perkembangan Konsep Inner Peace .....       | 22         |
| 2.2 Konsep Ketenangan Jiwa dalam al-Qur'an .....           | 23         |
| 2.3 Teori <i>Inner Peace</i> Zuleyha Keskin .....          | 27         |
| 2.4 Profil M. Quraish Shihab dan Tafsir Al-Mishbah.....    | 32         |
| 2.4.1 Biografi M. Quraish Shihab.....                      | 32         |
| 2.4.2 Karakteristik dan Metodologi Tafsir al-Mishbah ..... | 34         |
| <b>BAB III.....</b>                                        | <b>37</b>  |
| <b>METODOLOGI PENELITIAN .....</b>                         | <b>37</b>  |
| 3.1. Jenis Penelitian.....                                 | 37         |

|                                                                                                |           |
|------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>3.2. Data Dan Sumber Data .....</b>                                                         | <b>38</b> |
| 3.2.1. Data Primer .....                                                                       | 39        |
| 3.2.2. Data Sekunder .....                                                                     | 39        |
| <b>3.3. Teknik Pengumpulan Data .....</b>                                                      | <b>40</b> |
| <b>3.4. Teknik Analisis Data.....</b>                                                          | <b>41</b> |
| <b>BAB IV .....</b>                                                                            | <b>42</b> |
| <b>HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>                                                              | <b>42</b> |
| 4.1 Analisis Ayat-Ayat Ketenangan Jiwa Dalam Tafsir Al-Misbah.....                             | 42        |
| 4.1.1. Tuma'ninah sebagai Fondasi utama dalam ketenangan jiwa .....                            | 42        |
| 4.1.2. Sakinah sebagai ketenangan ilahi .....                                                  | 52        |
| 4.1.3. Nafs Al-Muthmainnah sebagai puncak ketenangan .....                                     | 62        |
| 4.2 Ciri-ciri Ketenangan Jiwa dalam <i>Tafsir al-mishbah</i> .....                             | 67        |
| 4.3 Proses Pencapaian <i>Inner Peace</i> Menurut Quraish Shihab Dalam Tafsir <i>Al-Mishbah</i> | 71        |
| <b>BAB V.....</b>                                                                              | <b>78</b> |
| <b>KESIMPULAN.....</b>                                                                         | <b>78</b> |
| 5.1. Kesimpulan .....                                                                          | 78        |
| 5.2. Saran .....                                                                               | 81        |
| <b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>                                                                     | <b>82</b> |

## ABSTRAK

Skripsi ini ditulis oleh Dhea Febrina, NIM. 2215050096 Mahasiswa Universitas Islam Negeri Imam Bonjol Padang, Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama, Prodi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir yang berjudul "***Inner Peace: Kajian Ayat-Ayat Ketenangan Jiwa Dalam Tafsir Al-Mishbah***" Tahun 2026.

*Inner peace* sebagai konsep yang melampaui sekadar ketenangan psikologis biasa kini semakin relevan dikaji, terlebih ketika tekanan kehidupan modern mendorong manusia mencari kedamaian batin yang bersumber dari sesuatu yang lebih kokoh dari kondisi duniawi. Namun kajian mendalam tentang konsep ini melalui ayat-ayat ketenangan jiwa dalam perspektif tafsir Al-Qur'an, khususnya melalui pemikiran seorang mufassir, masih relatif terbatas. Penelitian ini bertujuan mengkaji konsep *inner peace* melalui ayat-ayat ketenangan jiwa menurut penafsiran M. Quraish Shihab dalam *Tafsir Al-Mishbah*, dengan fokus pada tiga term kunci: *tuma'ninah*, *sakinah*, dan *nafs al-muthmainnah*. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan jenis penelitian tokoh dan teknik pengumpulan data *library research*, sementara analisis dilakukan melalui penafsiran terhadap lima ayat terpilih, yakni QS. Ar-Ra'd: ayat 28, QS. An-Nahl ayat 106, QS. Al-Fath ayat 4, QS. At-Taubah ayat 40, dan QS. Al-Fajr ayat 27-28.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa Quraish Shihab membangun konsep *inner peace* secara berjenjang melalui tiga term kunci: *tuma'ninah* sebagai ketenangan hati yang kokoh dan tidak tergoyahkan meski dalam tekanan, lahir dari dzikrullah secara aktif dan konsisten; *sakinah* sebagai ketenteraman yang Allah turunkan langsung ke dalam hati orang-orang beriman di saat-saat paling kritis, berfungsi memperkuat iman dan menumbuhkan keyakinan akan *ma'iyatullah*; dan *nafs al-muthmainnah* sebagai puncak perjalanan batin berupa kondisi jiwa yang ridha dan diridhai Allah *radliyyatan mardliyyah*. Penelitian ini juga menemukan delapan ciri ketenangan jiwa dalam *Tafsir Al-Mishbah*: bersumber dari Allah, kokoh di tengah tekanan, hadir setelah gejolak, bersifat anugerah ilahi, memperkuat iman, lahir dari keyakinan akan *ma'iyatullah*, berpuncak pada ridha, dan bersifat perjalanan yang dinamis. Temuan ini menegaskan bahwa *inner peace* dalam *Tafsir Al-Mishbah* bukan kondisi statis, melainkan perjalanan spiritual yang berjenjang menuju Allah.

**Kata Kunci:** *Tuma'ninah, Sakinah, Nafs al-Muthmainnah, Tafsir Al-Mishbah, Ciri-Ciri Ketenangan Jiwa*