BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan mengenai Psikoterapi Islam dalam Q.S. Al-Ma’arij Ayat 19-35 Studi Analisis Tafsir Al- Munir dan Tafsir Al- Azhar, penelitian ini dapat menyimpulkan beberapa hal sebagai berikut :

1. Penafsiran Wahbah az-Zuhaili dalam Tafsir Al-Munir terhadap Q.S. Al-Ma'arij ayat 19–35 menunjukkan sifat *halua'*, *jazua'*, dan *manua'* dimaknai dan diposisikan sebagai fitrah asliyah, yakni watak bawaan sejak proses penciptaan yang bersifat universal pada seluruh manusia. Enam rangkaian terapi yang ditawarkan pada ayat 22–35 shalat, zakat, keimanan pada hari pembalasan, penjagaan kehormatan diri, amanah dan kesaksian jujur, serta istiqamah dalam shalat, ditafsirkan Az-Zuhaili dengan penekanan pada kejelasan batas-batas hukum syar'i, ketelitian analisis redaksional ayat, serta penguatan dalil melalui hadis-hadis sahih, sehingga setiap bentuk terapi memiliki kepastian normatif yang kokoh.
2. Penafsiran Buya Hamka dalam Tafsir Al-Azhar terhadap ayat yang sama menunjukkan sifat *halua'*, *jazua'*, dan *manua'* dimaknai sebagai kondisi psikologis yang bersifat menetap dan bahkan berpotensi berkembang menjadi gangguan kejiwaan apabila dibiarkan tanpa penanganan. Hamka menafsirkan keenam terapi yang sama dengan penekanan pada pengalaman batin, kontekstualisasi sosial-historis, serta ilustrasi kehidupan sehari-hari

UIN IMAM BONJOL PADANG

yang aplikatif, seperti kisah pernikahan Nabi Muhammad saw dengan Shafiyah binti Huyai dan kritik sosial terhadap fenomena perbudakan modern, sehingga dimensi psikologis dari setiap terapi menjadi lebih mudah dihayati oleh pembaca.

3. Perbandingan (muqaran) antara kedua tafsir menunjukkan bahwa Az-Zuhaili dan Hamka memiliki titik pijak yang sama dalam membaca struktur besar surah ini, yaitu memposisikan ayat 19–21 sebagai diagnosis penyakit jiwa manusia dan ayat 22–35 sebagai rangkaian terapi yang berurutan serta saling menguatkan, diawali dan diakhiri oleh perintah shalat. Perbedaan yang ditemukan lebih bersifat perbedaan penekanan dan bukan pertentangan substansi. Tafsir Al-Munir unggul dalam ketelitian analisis kebahasaan dan kepastian hukum syar'i, sedangkan Tafsir Al-Azhar unggul dalam kontekstualisasi sosial dan kedalaman ilustrasi pengalaman batin. Kedua kecenderungan ini bersifat saling melengkapi, sehingga pembacaan yang mempertemukan keduanya menghasilkan pemetaan konsep psikoterapi islam dalam Q.S. Al-Ma'arij ayat 19–35 yang jauh lebih komprehensif dibandingkan bila hanya merujuk pada salah satu tafsir saja.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, penulis mengemukakan beberapa saran sebagai berikut :

1. Bagi akademisi/peneliti tafsir, penelitian ini dapat menjadi rujukan awal untuk mengembangkan kajian interdisipliner tafsir dan psikologi Islam, misalnya dengan memperluas objek kajian pada surah lain yang memuat

dimensi psikologis serupa, atau melibatkan lebih banyak kitab tafsir dari berbagai corak.

2. Bagi pendidik/dosen, temuan mengenai enam bentuk terapi Qur'ani dalam Q.S. Al-Ma'arij ayat 19–35 dapat dimanfaatkan sebagai bahan ajar yang memperlihatkan relevansi Al-Qur'an dengan persoalan kesehatan mental kontemporer.
3. Bagi konselor, psikolog, dan praktisi kesehatan mental, konsep-konsep terapi dalam ayat ini (shalat sebagai disiplin ruhani, zakat sebagai penyembuh sifat kikir, amanah dan kejujuran sebagai penopang kesehatan relasi interpersonal) dapat dipertimbangkan sebagai pendekatan pelengkap berbasis nilai keislaman dalam konseling atau pembinaan kepribadian.
4. Bagi peneliti selanjutnya, mengingat penelitian ini masih bersifat kepustakaan (*library research*) dan belum melibatkan pengujian empiris, disarankan dilakukan penelitian lapangan untuk menguji efektivitas nilai-nilai terapeutik dalam ayat ini secara empiris pada subjek yang mengalami kecemasan, keluh kesah, atau kesulitan pengendalian emosi.

UIN IMAM BONJOL
PADANG

DAFTAR PUSTAKA

Al-Qur’an Al-karim, *surah Al-Ma’arij* ayat 19-21.

Abiyusuf, I., Fadzillah, R., alfi Ahmad, O., & Masyhur, L. S. (2025). Dinamika Kajian Tafsir Dari Masa Ke Masa (Tradisional, Tekstual, Dan Kontekstual*). Almustofa: Journal of Islamic Studies and Research*, 2(01), 188.

Aiman, U. (2016). Metode Penafsiran Wahbah Al-Zuhayli: Kajian al-Tafsir al-Munir. *Miqot: Jurnal ilmu-ilmu keislaman*, *36*(1).

Aisyah, N. R. (2025). Rekonstruksi Model Penelitian Tafsir: Metode dan Pendekatan dalam Memahami Makna Al-Qur'an. *Jurnal Semiotika-Q: Kajian Ilmu Al-Quran Dan Tafsir*, *5*(1), 322.

Al Indunissy, N., & Isdianto, A. (2025). Integrasi Penyembuhan Spiritual Dan Ilmiah Dalam 7 Metode Penyembuhan Al-Qur'an Dari Rehab Hati. *Jurnal Education And Development*, 13(3).

Alfazri, A. (2023). Teori Naskh Wa Mansukh Dalam Al-Qur’an. *Al Furqan: Jurnal Ilmu Al Quran Dan Tafsir*, *6*(1), 48-61.

Alfiyah, A. (2016). Metode Penafsiran Buya Hamka Dalam Tafsir Al-Azhar. *Jurnal Ilmiah Ilmu Ushuluddin*, *15*(1).

Ayat, T. Q. A. M. A. Spiritualitas Islam Sebagai Jalan Pemulihan Bagi Pecandu Narkoba.

Badri, Malik. *Contemplation: An Islamic Psychospiritual Study*. Herndon: The International Institute of Islamic Thought (IIIT), 2000.

Baehaqi, R., & Fahmi, Y. (2025). Integrasi Al-Qur'an Dan Psikologi: Sebuah Pendekatan Holistik Dalam Ilmu Jiwa. *Tamadduna: Jurnal Peradaban*, 134-149.

Daradjat, Zakiah. *Kesehatan Mental*. Jakarta: Gunung Agung, 1982.

Desi Nur'alim, Cucu Komariah, Dede Sofwan Ismail, Chintia Nabilah, *Sifat-Sifat Khas Kepribadian Manusia* (Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan, 2024),Pascasarjana UIN Sunan Gunung Djati Bandung.

Ekawati, L., & Ummu Sa'idah, M. (2019). Konsep Pendidikan Akhlak Dalam Al-Qur'an Surah Al-Ma'arij Ayat 19-35 (Kajian Tafsir Al-Maraghi). *Kuttab: Jurnal Ilmiah Mahasiswa*, *1*(1), 43-56.

El Arif, I., Nahar, S., & Sumanti, S. T. (2024). Pendidikan Ibadah dalam Perspektif Tafsir Al-Azhar (Telaah atas Surat Al-Ma'arij Ayat 19-35). *Al Qalam: Jurnal Ilmiah Keagamaan dan Kemasyarakatan*, *18*(4), 2706-2719.

Fateha, T. N., & Mansur, S. (2025). Konstruksi Konsep Penyembuhan dalam Al-Qur'an:(Studi Interpretatif Ayat-Ayat Tentang Syifa'*). Reflection: Islamic Education Journal*, 2(4).

Fatimah, S. (2025). Penyembuhan Spritual Dalam Al- Qur'an: Analisis Tematik Interdisipliner Terhadap Kesehatan Mental dan Religusitas Sosial. *Jurnal Ilmu Al- Qur'an dan Tafsir Nurul Islam Sumenep*, *10*(02), 124.

Fitriatunnisa, A., & Rafdi, D. A. (2024). Metode tafsir muqaran dilihat kembali. *Jurnal Iman Dan Spiritualitas*, *3*(4), 639-46.

UIN IMAM BONJOL PADANG

Forum Kajian Tafsir LPSI, Mengenal Tafsir dan Mufasir Era Klasik dan Kontemporer (Jawa Timur : Pustaka Sidogiri Pondok Pesantren Sidogiri, 1438 H.).

Gross, James J. (1998). "Antecedent- and Response-Focused Emotion Regulation: Divergent Consequences for Experience, Expression, and Physiology." *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(1), 224–237.

Gross, James J. (1998). "The Emerging Field of Emotion Regulation: An Integrative Review." *Review of General Psychology*, 2(3), 271–299.

Hamka, *Tafsir Al-Azhar* (Jakarta: Pustaka Panjimas, 1984), Jilid 10.

Harahap, K. N. N. (2023). *Kajian tematik atas sifat berkeluh kesah perspektif Qur'ani* (Doctoral dissertation, UIN Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidimpuan). https://doi.org/10.37680/adabiya.v16i2.924.

Izzan, A. (2011). *Metodologi ilmu tafsir*. tafakur.

Izzan, A. (2021). Pergeseran penafsiran moderasi beragama menurut tafsir Al-Azhar dan tafsir al-Misbah. *Al-Bayan: Jurnal Studi Ilmu Al-Qur'an Dan Tafsir*, *6*(2).

James P. Chaplin, Dictionary of Psychology, Terj, Kartini Kartono, Kamus Lengkap Psikologi, (Jakarta: Rajawali, 1999).

Jannah, S., & El-Izat, F. H. (2026). Metodologi Tafsir Al-Qur'an: Analisis Karakteristik dan Relevansi Metode Tahlili, Ijmali, Muqaran, dan

UIN IMAM BONJOL PADANG

Maudhu'i. *JPIK–Jurnal Pendidikan Islam dan Studi Keislaman*, *2*(1), 25-42.

Kajian Tafsir LPSI, Mengenal Tafsir dan Mufasir.

Kamaluddin, M. I., & Firdaus, D. (2025). Tauhid sebagai Fondasi Kesehatan Mental Islami: Tinjauan Literatur atas Krisis Psikologis Modern. *Nathiqiyyah*, *8*(2).

Kamila, A. (2020). Psikoterapi dzikir dalam menangani kecemasan. Happiness*: Journal of Psychology and Islamic Science*, 4(1).

Kusuma, A. B. (2017). Pendekatan psychotherapy Alquran dalam gangguan kesehatan mental (Suatu kajian psikologi agama). *AL-MANAR: Jurnal Komunikasi dan Pendidikan Islam, 6*(1).

M. I. A. R. Al-Marbawi, *Qamus Idris Marbawi* / Muhammad Idris Abdul Rauf al Marbawi. In Qamus Idris Marbaw, 1935

Maghribi, H., & Wahyudi, M. A. (2024). Epistemologi Kesehatan Mental dalam Psikologi Islam: Perspektif al-Balkhī dan al-Attas. *Academica: Journal of Multidisciplinary Studies*, *8*(2), 184-196.

Moh. Bakir, "Teknik-Teknik Analisis Tafsir dan Cara Kerjanya," *Misykat: Jurnal Ilmu-Ilmu Keislaman*, 5(1) (2020).

Mohammad Mufid, *Belajar dari Tiga Ulama Syam ,Mustafa az-Zarqa, Muhammad Said Ramadhan Al-Buthi, Wahbah az-Zuhaili* (Jakarta: PT Elex Media Komputindo, 2015).

UIN IMAM BONJOL PADANG

Muhtadi. (2020). *SIFAT KELUH KESAH DALAM TAFSIR AL-AZHAR KAJIAN SURAT AL-MA'AARIJ AYAT 19-22* (Skripsi, Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung).

Na'im, A. A. Kesehatan Mental dalam Perspektif Islam: Solusi Al-Quran untuk Jiwa yang Tenang.

Najati, Muhammad Utsman. Psikologi dalam Perspektif Al-Qur'an. Bandung: Pustaka Setia.

Nurul Zuriah, *Metodologi Penelitian Sosial Dan Pendidikan* (Jakarta: Bumi Aksara, 2007).

Padilah, N., Harahap, M. I., & Utami, T. N. (2024). Makna syifa'dalam perspektif Al-Qur'an Surah Yunus ayat 57. *Al Qalam: Jurnal Ilmiah Keagamaan dan Kemasyarakatan*, *18*(3), 2312-2321.

Pujiastuti, T. (2021). Psikoterapi islam.

Rissaldi, S., Badawi, A., Al Fatir, M. D., & Yuminah, Y. (2025). Psikologi agama di era modern: Tantangan dan peluang dalam memahami pengalaman keagamaan kontemporer. *Jurnal Budi Pekerti Agama Islam*, *3*(3), 302.

Roma Wijaya, "*Makna Syifa Dalam Al-Qur'an (Analisis Semiotika Roland Barthes Pada QS al-Isra 82)*," Al-Adabiya: Jurnal Kebudayaan Dan Keagamaan 16, no. 2 (24 Desember 2021),

Rozi, F. (2025). Karakteristik Manusia Menurut Syekh Muhammad Sayyid Thantawi dalam Tafsir Al-Wasith: Studi Surah Al-Ma'arij Ayat 19-

21. *Ta'wiluna: Jurnal Ilmu Al-Qur'an, Tafsir dan Pemikiran Islam*, *6*(2), 678-689.

Saefullah, A. S. (2024). Ragam penelitian kualitatif berbasis kepustakaan pada studi agama dan keberagamaan dalam islam. *Al-Tarbiyah: Jurnal Ilmu Pendidikan Islam*, *2*(4), 195-211.

Saiful Amin Ghofur, Mozaik Mufasir Al-Qur'an dari Klasik hingga Kontemporer (Yogyakarta : Penerbit Kaukaba, 2013).

Shihab, M. Quraish. *Kaidah Tafsir*. Tangerang: Lentera Hati, 2013.

Shihab, Tafsir al-Mishbah: *Pesan, Kesan, dan Keserasian Al- Qur'an* / M. Quraish Shihab

Subhan, A., & Maksum, A. (2025). Integrasi Terapi Qur'ani Dalam Pembinaan Mental Spiritual Masyarakat: Studi Kualitatif Pada Pc Jam'iyyah Ruqyah Aswaja Kota Semarang: *Integration Of Qur'anic Therapy In Community Spiritual Mental Development: A Qualitative Study At The Aswaja Ruqyah Jam'iyyah Pc Semarang City*. Jasie, 4(02).

Suharismi Arikunto, *Prosedur Penelitian*: *Suatu Pendekatan Praktik* (Jakarta: Rineka Cipta, 2021).

Takdir, M. (2017). Kekuatan terapi syukur dalam membentuk pribadi yang altruis: Perspektif psikologi qur'ani dan psikologi positif. *Jurnal studia insania*, 5(2).

Triyono, *Metodologi Penelitian Pendidikan* (Yogyakarta: Indonesiatera, 2013).

Wahbah az-Zuhaili, Tafsir al-Munir: Aqidah, Syariah, dan Manhaj, terj. Abdul Hayyie al-Kattani, dkk. (Jakarta: Gema Insani, 2013), Jilid 15.

UIN IMAM BONJOL PADANG

Wahyuni, S. (2025). Perkembangan Psikososial Anak Usia Sekolah dan Implikasinya terhadap Kesehatan Mental: Tinjauan Teori Erikson dan Tantangan Kontemporer. *Jurnal Psikologi Jambi*, *10*(2).

Walida, D. T. (2025). Al-Qur'an dan psikologi: Pendekatan spiritual dalam kesehatan mental. Ulil Albab*: Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 4(2).

Yumnah, S. (2022). A. Definisi Psikologi Pendidikan. Bunga Rampai Psikologi Pendidikan.

Zulkifli, M. (2022). Psikoterapi perspektif al-Qur'an terhadap gangguan kesehatan mental (Doctoral dissertation, Institut PTIQ Jakarta).

UIN IMAM BONJOL
PADANG