

ABSTRAK

Amirullah Bagus Purbianto, 2016: (*Konsep Memaafkan dalam Perspektif Al-Qur'an dan Relevansinya Terhadap Kesehatan Mental*).

Memaafkan orang lain adalah merupakan tindakan prososial yang bisa memelihara dan menjaga hubungan. Semua agama menilainya sebagai tindakan yang terpuji. Dalam agama Islam, memaafkan termasuk sifat yang utama yaitu takwa. Allah berfirman orang yang memaafkan pahalanya tidak tanggung-tanggung yaitu surga seluas langit dan bumi. Dari sisi kesehatan jasmani dan rohani, dengan memaafkan orang lain, ruang emosi kita akan relatif bersih dari beban negatif kebencian dan kedendaman. Kebencian kita kepada orang lain sering kali merugikan kita lebih dulu sebelum membahayakan orang lain. Namun, kerap kali kita tidak menyadarinya.

Rumusan masalah yang diteliti dalam skripsi ini adalah: 1. Bagaimana konsep memaafkan dalam perspektif al-Qur'an? 2. Bagaimana relevansinya ayat-ayat memaafkan dalam pandangan ahli psikologi?

Tujuan penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan konsep memaafkan dalam perspektif al-Qur'an dan merelevansikan ayat memaafkan dengan ilmu psikologi.

Manfaat penelitian ini adalah diharapkan menambah khazanah ilmu pengetahuan, dan mengembangkan serta mengoreksi ilmu pengetahuan yang telah ada.

Untuk mengidentifikasi permasalahan tersebut, penelitian ini menggunakan kajian pustaka. Adapun teknik pengumpulan data menggunakan metode dokumenter. Sumber data primer peneliti adalah buku tafsir dan buku psikologi. Analisis data berupa analisis isi atau "*content analysis*". Kemudian, hanya dianalisis menurut isinya dari data-data yang telah dikumpulkan, baik data primer maupun sekunder.

Penelitian ini memperoleh kesimpulan bahwa Konsep memaafkan dalam Al-Qur'an terjadi di tiga peristiwa pertama, memaafkan untuk menghapus luka dan bekas-bekas dalam hati. Kedua, memaafkan untuk membuka lembaran baru dan berbuat baik. Ketiga, memaafkan untuk menutup kesalahan dari hukuman. Adapun relevansinya ayat-ayat memaafkan dengan kesehatan mental ialah sikap moderasi dan tindakan yang tidak melampaui batas merupakan terhindarnya dari gangguan jiwa. Perkataan yang baik dan hubungan yang harmonis merupakan tindakan yang mudah untuk menyesuaikan diri. Memaafkan tidak hanya dari lisan saja. Melainkan juga harus berlapang dada dan bersalaman merupakan tindakan seseorang yang mampu menghadapi persoalan dalam masyarakat. Memberikan kesempatan orang yang bersalah agar introspeksi diri dan tidak membalas kejahatan dengan kejahatan merupakan kemampuan seseorang untuk mengoptimalkan berbuat baik.