

# BAB I

## PEDAHULUAN

### A. LATAR BELAKANG

Al-Qur'an merupakan kalam Allah yang diturunkan kepada Nabi Muhammad melalui Malaikat Jibril, di dalamnya terdapat segudang rahasia kehidupan, baik itu melalui masa yang lalu maupun berkaitan dengan masa yang akan datang, itulah salah satu keistimewaan yang dimiliki oleh al-Qur'an. Al-Qur'an merupakan Kitab suci terakhir yang diwahyukan Allah kepada Nabi Muhammad SAW. Untuk dijadikan sebagai pedoman hidup (*way of life*) bagi umat manusia, dan sekaligus sumber nilai norma disamping al-Sunnah. Al-Qur'an juga telah memperkenalkan dirinya antara lain sebagai *hudan li al-nas*, petunjuk bagi umat manusia pada umumnya dan orang-orang yang bertaqwa pada khususnya.

Al-Qur'an pada dasarnya adalah kitab keagamaan yang berfungsi sebagai petunjuk (*hidayah*) kepada umat manusia, baik secara teoritis maupun praktis dalam menjalani kehidupan di dunia ini.<sup>2</sup> Al-Qur'an bukan kitab ilmiah dalam pengertian umum, namun Kitab Suci ini banyak sekali berbicara tentang masyarakat. Ini disebutkan karena fungsi utama Kitab Suci ini adalah pendorong lahirnya perubahan-perubahan positif dalam masyarakat, atau dalam istilah Al-Qur'an: *litukhriji an-nas mi-nazh-zhulumâti ilan nûr*

---

<sup>2</sup> Muhammad Nor Ichwan, *Tafsir 'Ilmi* (Yogyakarta: Menara Kudus dan Rasail, 2004), 23.

(mengeluarkan manusia dari gelap gulita menuju cahaya terang benderang). Dengan alasan yang sama, dapat dipahami mengapa Kitab Suci umat Islam ini memperkenalkan sekian banyak hukum-hukum yang berkaitan dengan bagun runtuhnya suatu masyarakat. Bahkan tidak berlebihan jika dikatakan bahwa Al-Qur'an merupakan buku pertama yang memperkenalkan hukum-hukum masyarakat.<sup>3</sup>

Manusia adalah "makhluk sosial". Yaitu makhluk yang tidak bisa hidup tanpa berhubungan dengan orang lain, dalam kehidupan sehari-hari manusia tidak dapat hidup sendiri atau mencukupi kebutuhan sendiri. Meskipun mereka mempunyai kedudukan dan kekayaan, mereka selalu membutuhkan satu dengan yang lainnya. Setiap manusia cenderung untuk berkomunikasi, berinteraksi dan bersosialisasi dengan manusia yang lainnya. Dapat dikatakan sejak lahir, manusia adalah makhluk sosial. Sebagai makhluk sosial manusia akan selalu berinteraksi dengan manusia lainnya. Ketika berinteraksi dengan yang lain tidak mungkin seseorang manusia terbebas dari konflik dengan sesamanya. Dengan membuat kesalahan atau melakukan dosa terhadap sesama manusia, hubungan tersebut menjadi terganggu dan tidak harmonis lagi.<sup>4</sup> Konflik itu akan memunculkan ketidak harmonisan diantaranya pertengkar keluarga, perselisihan pendapat dan akan parahnya lagi timbul perceraian. Kasus perceraian sering dianggap suatu peristiwa tersendiri dan

---

<sup>3</sup> M. Quraish Shihab, *Wawasan Al-Qur'an* (Bandung: Mizan, 1996), 319.

<sup>4</sup> *Ibid.*, 240.

menegangkan dalam kehidupan keluarga. Tetapi peristiwa ini sudah menjadi bagian kehidupan dalam bermasyarakat. Kita boleh mengatakan bahwa kasus itu bagian dari kehidupan masyarakat tetapi menjadi pokok masalah yang perlu direnungkan.<sup>5</sup>

Peristiwa perceraian dalam keluarga senantiasa membawa dampak yang mendalam. Kasus ini menimbulkan stress, tekanan dan menimbulkan perubahan fisik dan mental.<sup>6</sup> Keadaan ini dialami oleh semua pihak anggota keluarga yang melakukan perceraian.<sup>7</sup> Tingkat perceraian di Indonesia meningkat dari tahun ketahun. Hal tersebut tampak dari data yang diterima dari data Pengadilan Agama Jember (Kemenang) yang disampaikan oleh Bapak Tamaji. Pada tahun 2013 angka perceraian sebesar 6.659 baik yang ditalak maupun yang digugat. Lalu pada tahun 2014 angka tersebut meningkat 3% dari tahun yang lalu sebesar 6.800 pasang dan tahun 2015 mengalami penurunan 10% sebesar 6.099 pasang cerai.

Dilihat dari data diatas dapat disimpulkan bahwa angka perceraian masih sangat tinggi di kalangan masyarakat. Ini merupakan fakta sosial yang ada dimasyarakat bahwa angka perceraian masih sulit untuk ditekan oleh pemuka-pemuka agama.<sup>8</sup> Faktor problem perceraian rumah tangga ini disebabkan oleh beberapa akibat diataranya yaitu: permasalahan ekonomi,

---

<sup>5</sup> Save M. Dagun, *Psikologi Keluarga* (Jakarta: Rinika Cipta, 1990), 145.

<sup>6</sup> Ibid.,145.

<sup>7</sup> Dagun, *Psikologi Keluarga*, 145.

<sup>8</sup> <http://www.republika.co.id/berita/nasional/umum/14/11/14/nf0ij7-tingkat-perceraian-indonesia-meningkat-setiap-tahun-ini-datanya>. Diunduh 22 Desember 2015.

perbedaan usia yang besar, keinginan memperoleh putra dan putri, persoalan prinsip hidup yang berbeda. Faktor lainnya berupa perbedaan penekanan, cara mendidik anak, juga pengaruh dukungan sosial dari pihak luar, tetangga, sahabat dan situasi masyarakat yang terkondisi dsb. Semua faktor ini menimbulkan suasana keruh dan meruntuhkan kehidupan rumah tangga.<sup>9</sup>

Disamping itu masih banyaknya problematika sosial yang terjadi di masyarakat sehingga banyak menimbulkan pertikaian yang sulit untuk disatukan seperti halnya tentang masalah utang piutang yang terlalu lama dalam mengembalikan, perselingkuhan, batas tanah dan perkelahian antar kampung atau antar pelajar.

Data yang kami peroleh kasus tawuran antar pelajar tiap tahun terus meningkat. Pada tahun 2010, setidaknya terjadi tawuran sebanyak 128 kasus tawuran antar pelajar. Angka tersebut melonjak tajam lebih dari 100% pada tahun 2011, yakni 330 kasus tawuran dan menewaskan sebanyak 82 pelajar, lalu pada tahun 2012, periode januari-juni, telah terjadi 139 tawuran yang menewaskan 12 pelajar.<sup>10</sup> Dari keterangan di atas bahwa konflik-konflik tersebut dapat menyebabkan gangguan pada mental atau psikis seseorang. Dari sini dapat dipahami bahwa pada dasarnya manusia selalu merasa senang dan memiliki potensi untuk menjalin hubungan harmonis antar sesamanya. Hal ini dapat ditarik kesan dari penamaan manusia dengan kata *al-insan*. Kata

---

<sup>9</sup> Dagun, *Psikologi Keluarga*, 146.

<sup>10</sup> <http://hizbut-tahrir.or.id/2012/12/30/sosial-konflik-sosial-makin-brutal/>. Diunduh 23 Desember 2015.

lain menurut sebagian ulama terambil dari kata *uns* yang berarti senang atau harmonis.<sup>11</sup> Tetapi, manusia tak lepas dari melakukan dosa terhadap sesama manusia, dan menjadikan hubungan tersebut menjadi terganggu dan tidak harmonis lagi. Namun manusia akan kembali ke posisi semula (harmonis) pada saat ia menyadari kesalahannya dan berusaha mendekat kepada siapa yang pernah ia lukai hatinya.

Penyelesaian konflik antar pribadi dan merajut hubungan yang telah koyak bukanlah hal yang sederhana. Dalam situasi tersebut, *forgiveness* atau pemaafan merupakan cara yang efektif dan penting untuk mengatasi permasalahan antar individu.<sup>12</sup> Hal ini senada dengan apa yang dijelaskan dalam QS. Ali Imran:134 yang dinyatakan bahwa seorang muslim yang bertakwa dituntut untuk memilih salah satu dari tiga keputusan terhadap seseorang yang melakukan kekeliruan terhadapnya, yakni: menahan amarah, memaafkan dan berbuat baik terhadapnya. Memaafkan berarti menghapus bekas-bekas luka di hati yang bersangkutan.<sup>13</sup> Dari beberapa kasus di atas, penulis perlu bertanya, kenapa sebagian orang terkesan sulit sekali untuk membina hubungan baik. Kenapa banyak orang justru terjebak dalam perselisihan bahkan mengarah kepada permusuhan, tidak merasa nyaman dengan lingkungan kerjanya sendiri sehingga secara signifikan selalu

---

<sup>11</sup> M. Quraish Sihab, *Wawasan Al-Qur'an*, 241.

<sup>12</sup> Yanurdi Syukur dan M. Nahar, *Kekuatan Memaafkan* (Jakarta: PT Bhuana Ilmu Populer, 2014), 31.

<sup>13</sup> Nadiatus Salama, *Memaafkan Sebagai Upaya Psikoterapi* (Semarang: IAIN Semarang Press, 2005), 7.

menghambat kinerja. Hal ini tak lain karena kurangnya pengetahuan mengenai bagaimana cara mengatasi masalah atau konflik, yang salah satu caranya adalah dengan memaafkan sesama. Sehingga makna memaafkan sangat perlu digali maknanya, agar dapat dimengerti dan diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari.

Penulis tertarik untuk mengangkat masalah ini sebagai bahan kajian akademis dengan merefleksikannya dalam sebuah judul "*Konsep Memaafkan Perspektif Al-Qur'an Dan Relevansinya Terhadap Kesehatan Mental*". Apalagi pembahasan tentang konsep *memaafkan* ini jarang sekali dijadikan topik utama dalam keilmuan pada saat ini. Sehingga topik ini menjadi hal yang langka dan layak untuk dibahas lebih detail dan menyeluruh.

## **B. Rumusan Masalah**

Rumusan masalah dalam penelitian pustaka disebut dengan istilah focus kajian. Bagian ini merupakan pengembangan dari uraian latar belakang masalah yang menunjukkan bahwa masalah yang akan ditelaah memang belum terjawab atau belum dipecahkan.<sup>14</sup> Bagian ini merupakan pengantar bagi peneliti untuk membahas lebih detail tentang esensi memaafkan dalam kehidupan manusia yang dilihat dari konsep memaafkan prespektif Al-Qur'an dan relevansinya terhadap kesehatan mental. Adapun rumusan masalah yang akan diteliti, antara lain:

---

<sup>14</sup> Tim Penyusun, *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah* (Jember: STAIN Jember Press, 2015), 47.

1. Bagaimana konsep memaafkan prespektif Al-Qur'an?
2. Bagaimana relevansi ayat-ayat memaafkan dengan kesehatan mental menurut para ahli psikologi?

### **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian merupakan gambaran tentang arah yang akan dituju dalam melaksanakan penelitian.<sup>15</sup> Hal ini digunakan untuk menemukan, mengembangkan, maupun mengoreksi terhadap ilmu pengetahuan yang ada. Adapun beberapa tujuan dalam penelitian ini, antara lain:

1. Untuk mengetahui konsep memaafkan prespektif Al-Qur'an.
2. Untuk mengetahui relevansi ayat-ayat memaafkan dengan kesehatan mental menurut para ahli psikologi.

### **D. Manfaat Penelitian**

Manfaat penelitian berisi tentang kontribusi apa yang akan diberikan setelah selesai melakukan penelitian. Kegunaan dapat berupa kegunaan yang bersifat teoritis dan kegunaan praktis, seperti kegunaan bagi penulis, instansi dan masyarakat secara keseluruhan dan kegunaan penelitian harus realistik.<sup>16</sup>

---

<sup>15</sup> Ibid., 48.

<sup>16</sup> Tim Penyusun, *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah*, 45.

## 1. Manfaat Teoritis

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi pengetahuan tentang konsep memaafkan prespektif Al-Qur'an dan relevansinya terhadap kesehatan mental.

## 2. Manfaat Praktis

### a) Bagi Peneliti

Dapat menambah wawasan dan pengetahuan dalam kajian tafsir yang membahas tentang konsep memaafkan dalam prespektif Al-Qur'an dan relevansinya terhadap kesehatan mental.

### b) Bagi IAIN Jember

Diharapkan memberikan kontribusi pemikiran dan wawasan baru dalam studi islam, khususnya dalam ilmu Al-Qur'an dan tafsir. Sehingga dapat memberikan manfaat dan motivasi pada para akademisi IAIN jember untuk lebih serius dalam memahami kandungan yang ada dalam ayat-ayat Al-Qur'an.

### c) Bagi Masyarakat umum

Mengingat maraknya perceraian dan tawuran antar pelajar pada saat ini maka, peneliti ini sekiranya dapat memberikan pandangan baru bagi masyarakat umum untuk menyelesaikan permasalahan yang ada. Diharapkan kejadian tersebut jangan sampai terulang kembali.

## E. Definisi Istilah

Definisi istilah berisi tentang pengertian istilah-istilah penting yang menjadi fokus perhatian peneliti dalam judul penelitian. Hal ini dimaksudkan agar tidak terjadi kerancuan maupun kesalahpahaman dalam memahami makna istilah yang dimaksud oleh peneliti.<sup>17</sup>

Adapun definisi istilah dalam judul “Konsep Memaafkan Dalam Prespektif Al-Qur’an Dan Relevansinya Terhadap Kesehatan Mental” adalah sebagai berikut:

### 1. Konsep

Konsep adalah ide atau pengertian yang diabstrakkan dari peristiwa kongkrit, juga diartikan sebagai gambaran mental dari objek, proses, atau apapun yang ada diluar bahasa, yang digunakan oleh akal budi untuk memahami hal-hal lain.<sup>18</sup>

### 2. Memaafkan

Memaafkan adalah memberi ampunan atas kesalahan, tidak menggangap salah terhadap orang yang membuat kesalahan pada diri kita.<sup>19</sup>

### 3. Relevansi

Relevansi adalah hubungan atau kaitanya dengan sesuatu yang mempunyai kecocokan atau saling berhubungan.<sup>20</sup>

---

<sup>17</sup> Ibid., 48.

<sup>18</sup> Tim Penyusun Kamus Pusat Bahasa Edisi 3, *Kamus Besar Bahasa Indonesia Edisi 3* (Jakarta: Balai Pustaka, 2007), 588.

<sup>19</sup> Ibid., 693

#### 4. Kesehatan mental

Kata kesehatan bermakna keadaan/ hal sehat, kebaikan keadaan.<sup>21</sup>

Adapaun mental bersangkutan dengan batin dan watak manusia, yang bukan bersifat badan atau tenaga.<sup>22</sup>

Jadi konsep memaafkan dalam perspektif Al-Qur'an dan relefasinya terhadap kesehatan mental adalah sebuah ide/gagasan tentang memaafkan guna untuk memberikan pola hidup yang sehat, agar supaya seseorang yang disakiti mau memberikan maaf kepada orang yang berbuat salah. Karena orang yang tidak mau memaafkan atau susah memaafkan kesalahan orang lain, mereka mempunyai rasa amarah, ingin balas dendam, setres dan dengki. Semua itu sebenarnya hal yang wajar dimiliki oleh semua manusia namun pada hakikatnya memaafkanlah perbuatan mulia yang akan meredakan semua gangguan kesehatan mental dan menjadi pribadi yang sehat.

#### **F. Metode Penelitian**

Metode penelitian pada dasarnya merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu. Adapun data yang diperoleh melalui penelitian itu adalah data empiris (teramati) yang mempunyai kriteria tertentu, yaitu valid.<sup>23</sup> Jadi metode penelitian menjelaskan

---

<sup>20</sup> Ibid., 943.

<sup>21</sup> Ibid., 1011.

<sup>22</sup> Ibid., 733.

<sup>23</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif, Kualitatif, Dan R&D* (Bandung: Cv al-Fabeda, 2011), 2.

semua langkah yang dikerjakan penulis sejak awal hingga akhir.<sup>24</sup> Setiap penelitian mempunyai tujuan dan kegunaan tertentu. Adapun penelitian ini, mempunyai tujuan dan kegunaan yang bersifat pengembangan, yaitu memperdalam dan memperluas pengetahuan yang telah ada.<sup>25</sup>

#### 1. Jenis dan pendekatan penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian pustaka (*library research*), yakni serangkaian kegiatan penelitian yang berkenaan dengan metode pengumpulan data pustaka, membaca dan mencatat serta mengolah bahan penelitian. Tegasnya riset pustaka membatasi kegiatannya hanya pada bahan-bahan koleksi perpustakaan saja tanpa memerlukan riset lapangan. Seperti: buku, kitab tafsir, ensiklopedia, jurnal, artikel, skripsi dan lain sebagainya.<sup>26</sup>

Salah satu bagian penting dari penelitian dalam mendapatkan kevalidan data maka dibutuhkan adanya suatu metode. Dengan adanya metode, penelitian akan mudah dilakukan dan lebih terarah sesuai dengan yang diharapkan. Dalam penelitian ini digunakan metode tafsir maudhu'i (tematik) yakni membahas ayat-ayat Al-Qur'an sesuai dengan tema atau judul yang telah ditetapkan. Sehingga yang menjadi ciri utama dari metode ini ialah menonjolkan tema, judul atau topik pembahasan. Adapun langkah-langkah dalam penerapan metode ini ialah:

---

<sup>24</sup> Tim Penyusun, *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah*, 49.

<sup>25</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif, Kualitatif, Dan R&D*, 12.

<sup>26</sup> Mestika Zed, *Metode Penelitian Kepustakaan* (Jakarta: Yayasan Obor Indonesia, 2004), 2-3.

- a. Menghimpun ayat-ayat yang berkenaan dengan judul tersebut sesuai dengan kronologi urutan turunya.
- b. Menelusuri asbabun nuzul dari ayat-ayat yang telah dihimpin (jika ada).
- c. Meneliti dengan cermat semua kata atau kalimat yang dipakai dalam ayat tersebut, terutama kosakata yang menjadi pokok permasalahan di dalam ayat itu. Kemudian mengkaji dari semua aspek yang berkaitan dengannya, seperti bahasa, budaya, sejarah, munasabat, pemakaian kata ganti dan lain-lain.
- d. Mengkaji pemahaman ayat-ayat itu dari pemahaman berbagai aliran dan pendapat para mufasir, baik yang klasik maupun kontemporer.
- e. Semua itu dikaji secara tuntas dan seksama dengan penalaran yang objektif melalui kaidah-kaidah tafsir yang mu'tabar, serta didukung oleh fakta (jika ada) dan argument-argumen dari Al-Qur'an, hadits atau fakta sejarah yang ditemukan.<sup>27</sup>

## 2. Teknik Pengumpulan data

Mengingat penelitian ini adalah penelitian pustaka, maka data-data yang diteliti hanyalah dari sumber tertulis. Adapun metode yang digunakan dalam pengumpulan datanya adalah metode dokumen<sup>28</sup>, yakni cara

---

<sup>27</sup> Nashruddin Baidan, *Metodologi Penafsiran Al-Qur'an* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar 2000), 151-153.

<sup>28</sup> Mundir, *Metode Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif* (Jember: STAIN PRESS Jember, 2013), 165.

mengumpulkan datanya dengan meneliti atau mengumpulkan buku yang berkaitan dengan memaafkan dan kesehatan mental.

Teknik pengumpulan data merupakan cara-cara teknis yang dilakukan oleh seorang peneliti dalam mengumpulkan data-data penelitian.<sup>29</sup> Beberapa tahapan yang dilakukan peneliti adalah sebagai berikut:

- a. Menghimpun dan mencari literatur yang berkaitan dengan objek penelitian yaitu dalam hal ini mengenai Konsep Memaafkan dan Kesehatan Mental.
- b. Mengklasifikasi buku berdasarkan *content* jenisnya (primer dan sekunder).
- c. Mengutip data/teori atau konsep lengkap dalam sumbernya.
- d. Mengecek dan melakukan konfirmasi atau cross check data atau teori dari sumber atau dengan sumber lainnya dalam rangka memperoleh kevalidan data.
- e. Mengkelompokkan data berdasarkan outline atau sistematika penelitian yang telah disiapkan.

Mengingat metode ini menggunakan *library research*, maka data diambil dari berbagai sumber yang tertulis sebagai berikut:

Sumber Data Primer yaitu data yang diperoleh dari data-data sumber primer, yaitu sumber asli yang memuat informasi atau data tersebut. Adapun

---

<sup>29</sup> Mukhtar, *Bimbingan Skripsi, Tesis dan Artikel Ilmiah (Panduan Berbasis Penelitian Kualitatif Lapangan dan Perpustakaan) Cet II* (Jakarta: Gaung Persada Press, 2009), 198.

sumber primer penelitian ini adalah kitab tafsir al-Misbah dan Ibnu Katsir. Sedangkan untuk buku primer kesehatan mental menggunakan Prof. Dr. Zakiah Daradjat. Sedangkan semua buku dan data-data lain yang berkenaan dengan pembahasan, peneliti gunakan sebagai sumber data sekunder.

### 3. Analisis

Tujuan utama dari analisis data ialah untuk meringkas data dalam bentuk yang mudah dipahami dan mudah ditafsirkan, sehingga antara problem penelitian dapat dipelajari dan diuji.<sup>30</sup> Adapun teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis isi atau “*content analysis*”. Yakni suatu teknik penyelidikan yang berusaha menguraikan secara objektif dan sistematis data yang diteliti.<sup>31</sup> Kemudian, hanya dianalisis menurut isinya dari data-data yang telah dikumpulkan, baik data primer maupun sekunder.

### G. Sistematika Penulisan

Sistematika pembahasan berisi tentang deskripsi alur pembahasan skripsi yang dimulai dari bab pendahuluan hingga bab penutup. Format penulisan sistematika pembahasan adalah dalam bentuk deskriptif naratif, bukan seperti daftar isi.<sup>32</sup>

---

<sup>30</sup> M, Kasiram, *Metode Penelitian* (Malang: UIN Malik Press, 2010), 120.

<sup>31</sup> Hasan Shadily, *Ensiklopedi Indonesia* (Jakarta: PT Ichtiar Baru-Van Hoeve, Tt), 207.

<sup>32</sup> Tim Penyusun, *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah*, 48.

Bab I: Merupakan bagian pendahuluan yang membahas tentang latar belakang masalah, fokus penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, definisi istilah, metode penelitian, dan sistematika pembahasan.

Bab II: Berisi landasan teori memaafkan dan kesehatan mental yang meliputi memaafkan (pengertian memaafkan, faktor-faktor memaafkan dan keutamaan memaafkan), kesehatan mental (pengertian kesehatan mental, ciri-ciri mental yang sehat, upaya untuk mencapai mental yang sehat).

Bab III: Menjelaskan terma-terma memaafkan dalam ayat Al-Qur'an

Bab VI: Pada bab ini akan memaparkan konsep memaafkan dalam perspektif Al-Qur'an dan relevansinya dengan kesehatan mental.

Bab V: penutup, yang berisi kesimpulan dan saran-saran.

