

**PANDANGAN AL-QUR'AN SEBAGAI SYIFA' DALAM
MENGATASI KECEMASAN
(Analisis Integratif dengan Teori Kecemasan Sigmund Freud)**

SKRIPSI



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
JEMBER

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER
FAKULTAS USHULUDDIN ADAB DAN HUMANIORA
JUNI 2025**

**PANDANGAN AL-QUR'AN SEBAGAI SYIFA' DALAM
MENGATASI KECEMASAN
(Analisis Integratif dengan Teori Kecemasan Sigmund Freud)**

SKRIPSI

Diajukan kepada Universitas Islam Negeri
Kiai Haji Achmad Siddiq Jember
Untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh
gelar Sarjana Agama (S.Ag)
Fakultas Ushuluddin Adab dan Humaniora
Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
JEMBER

Oleh:

FINA FAIQATUN NAZILAH

NIM. 204104010043

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER
FAKULTAS USHULUDDIN ADAB DAN HUMANIORA
JUNI 2025**

**PANDANGAN ALQURAN SEBAGAI SYIFA' DALAM MENGATASI
KECEMASAN
(Analisis Integratif dengan Teori Kecemasan Sigmund Freud)**

SKRIPSI

Diajukan kepada Universitas Islam Negeri
Kiai Haji Achmad Siddiq Jember
Untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh
gelar Sarjana Agama (S.Ag)
Fakultas Ushuluddin Adab dan Humaniora
Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir



Oleh:

Fina Faiqatun Nazilah
NIM. 2041104010043

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
Disetujui Pembimbing
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

Dr. Kasman, M.Fil.I
NIP.197104261997031002

**PANDANGAN AL-QUR'AN SEBAGAI SYIFA' DALAM
MENGATASI KECEMASAN
(Analisis Integratif dengan Teori Kecemasan Sigmund Freud)**

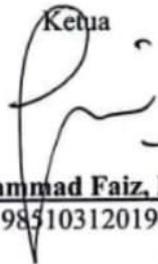
SKRIPSI

Telah diuji dan diterima unntuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh gelar Sarjana Agama (S.Ag)
Fakultas Ushuluddin Adab dan Humaniora
Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir

Hari: Rabu
Tanggal : 04 Juni 2025

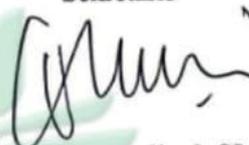
Tim penguji

Ketua



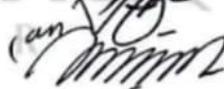
Muhammad Faiz, M.A.
NIP. 198510312019031006

Sekretaris



Hi. Ibanah Suhwardiyah SM, S.Th.I, M.A.
NIP. 198006232023212000

Anggota:

1. Dr. H. Safrudin Edi Wibowo, Lc., M.Ag ()
2. Dr. Kasman, M.Fil.I. ()

Menyetujui
Dekan Fakultas Ushuluddin Adab dan Humaniora

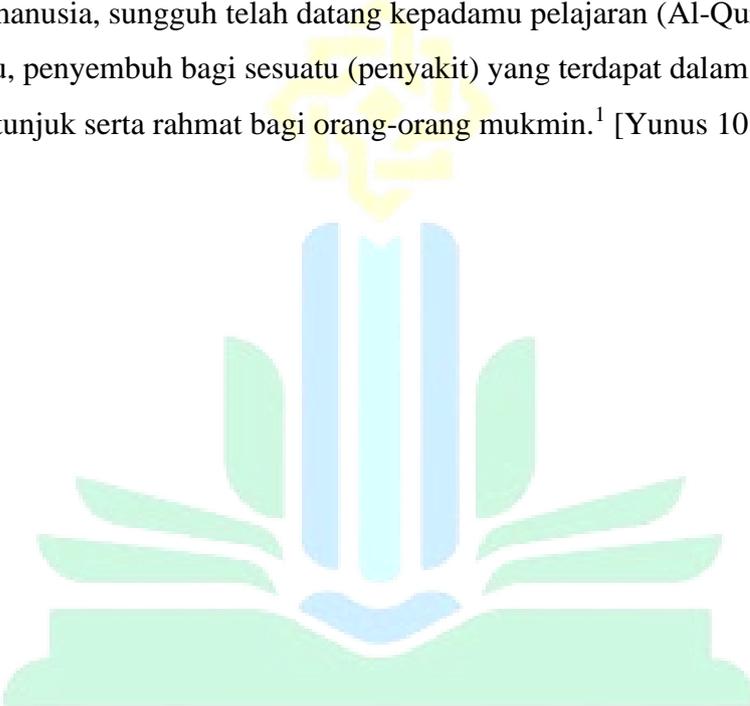


Prof. Dr. Abdul Asror, M.Ag.
NIP. 197406062000031003

MOTTO

يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَتْكُمْ مَوْعِظَةٌ مِّن رَّبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِّمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ ﴿٥٧﴾

Wahai manusia, sungguh telah datang kepadamu pelajaran (Al-Qur'an) dari Tuhanmu, penyembuh bagi sesuatu (penyakit) yang terdapat dalam dada, dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang mukmin.¹ [Yunus 10:57]



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

¹ nuonline “Yunus ayat 57” <https://quran.nu.or.id/yunus/57>

PERSEMBAHAN

Sebagai hasil dari proses panjang belajar dan berjuang, skripsi ini saya persembahkan untuk :

1. Dengan penuh syukur kepada Allah SWT atas izin, rahmat serta petunjuk-Nya. Segala proses, usaha, dan pembelajaran ini dapat berjalan hingga selesai. Semoga apa yang ditulis dan diupayakan menjadi sesuatu yang bermanfaat dan bernilai di sisi-Nya.
2. Kepada kedua orang tua saya, Bapak H. Ns. Atep Ruhiyat, S.Kep., S.Sos., M.Si dan Ibu Sahadah Hisabi, S.Ag yang dengan penuh kesabaran, doa yang tulus, dan kerja kerasnya telah menjadi alasan utama saya sampai pada tahap ini. Terima kasih atas segala dukungan yang tak pernah henti, perjuangan dan segala bentuk dukungannya dari awal menempuh perkuliahan hingga detik ini, terimakasih telah mengusahakan segalanya. Semoga Allah membalas segala pengorbanan Bapak & Ibu dan Semoga pencapaian ini bisa menjadi awal dari sesuatu yang lebih baik dan lebih bermanfaat.
3. Mbak-mbak, Mas-mas, adik-adik dan keluarga besar saya yang tidak bisa saya sebutkan satu-satu, Terima kasih atas dukungan, kehadiran, dan tawa yang ikut menguatkan selama proses ini. Semoga kita terus saling mendoakan dan melangkah maju bersama menuju keridhoan-Nya walaupun dijalan masing-masing.
4. Untuk teman-teman di berbagai pondok dan dimanapun yang pernah saya jumpai, terima kasih atas kebersamaan, dukungan, dan pelajaran berharga yang kalian berikan sepanjang perjalanan ini. Setiap pertemuan, obrolan,

dan pengalaman bersama kalian telah memberikan warna tersendiri dalam proses belajar dan hidup saya. Kebersamaan kita, walau hanya sesaat, membantu saya melewati masa-masa sulit dan tetap semangat menyelesaikan tugas ini. Semoga kita semua selalu diberikan kemudahan, keberkahan, dan kesuksesan di jalan masing-masing, dan persahabatan yang terjalin dapat terus terjaga meski waktu dan jarak memisahkan.

5. Untuk guru-guru yang pernah mengajar dan membimbing saya, terima kasih atas ilmu, keteladanan, dan bimbingan yang kalian berikan. Pengajaran dan pengalaman bersama kalian menjadi fondasi penting dalam perjalanan akademik dan kehidupan saya hingga saat ini.
6. Keluarga besar Pondok Pesantren Tahfidz Al-Qur'an Al-Amien Preduan, Pesantren PERSIS Bangil, Pondok Pesantren Bait Ahlil Qur'an, Pondok Pesantren Nurul Jadid Mlandingan, dan Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Ebqory.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

KATA PENGANTAR

Segala puji hanya milik Allah SWT, Tuhan Yang Maha Kuasa, atas limpahan rahmat, taufik, serta kekuatan-Nya yang telah mengiringi setiap langkah penulis hingga dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata 1 di UIN KHAS Jember. Terlaksananya penyusunan skripsi ini tentu tidak terlepas dari bimbingan, arahan, dan doa dari berbagai pihak, khususnya para dosen serta seluruh civitas akademika UIN KHAS Jember. Dengan segala kerendahan hati, penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya atas segala bentuk bantuan, dukungan, dan motivasi yang telah diberikan :

1. Bapak Prof. Dr. H. Hepni, S.Ag., MM., CPEM. selaku Rektor Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember.
2. Bapak Prof. Dr. Ahidul Asror, M.Ag. selaku Dewan Fakultas Ushuluddin Adab dan Humaniora.
3. Bapak Abdulloh Dardum, M.Th.I selaku Ketua Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir.
4. Bapak Dr. Kasman, M.Fil.l. selaku Dosen Pembimbing Akademik dan selaku Dosen Pembimbing.
5. Segenap Dosen dan Civitas Akademik Fakultas Ushuluddin Adab dan Humaniora.

Akhirnya, semoga segala amal baik yang telah diberikan oleh Bapak/Ibu dosen kepada penulis menjadi amal jariyah dan mendapatkan balasan yang lebih baik dari Allah.

PEDOMAN TRANSLITERASI

Penelitian ini menggunakan transliterasi Arab Latin dari pedoman Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember Tahun 2023.

Tabel 0.1 Pedoman Transliterasi Model Library of Congress

Awal	Tengah	Akhir	Sendiri	Latin/Indonesia
ا	ا	ا	ا	a/i/u
ب	ب	ب	ب	b
ت	ت	ت	ت	t
ث	ث	ث	ث	th
ج	ج	ج	ج	j
ح	ح	ح	ح	h
خ	خ	خ	خ	kh
د	د	د	د	d
ذ	ذ	ذ	ذ	dh
ر	ر	ر	ر	r
ز	ز	ز	ز	z
س	س	س	س	s
ش	ش	ش	ش	sh
ص	ص	ص	ص	ṣ
ض	ض	ض	ض	ḍ
ط	ط	ط	ط	ṭ
ظ	ظ	ظ	ظ	ẓ

ع	ع	ع	ع	.(ayn)
غ	غ	غ	غ	gh
ف	ف	ف	ف	f
ق	ق	ق	ق	q
ك	ك	ك	ك	k
ل	ل	ل	ل	l
م	م	م	م	m
ن	ن	ن	ن	n
هـ	هـ	هـ، هـ	هـ، هـ	h
و	و	و	و	w
ي	ي	ي	ي	y

Semua penulisan transliterasi abjad bahasa Arab ke bahasa Indonesia disesuaikan dengan pedoman yang tertera di dalam tabel, kecuali untuk mengetahui bacaan huruf panjang dengan cara menyertakan coretan garis horizontal (*macron*) di atas huruf \bar{a} (أ), \bar{i} (إي) dan \bar{u} (أو).

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
JEMBER

ABSTRAK

Fina Faiqatun Nazilah, 2025 : Pandangan Al-Qur'an Sebagai *Syifa'* dalam Mengatasi Kecemasan (Analisis Integratif dengan Teori Kecemasan Sigmund Freud)

Kata Kunci: Al-Qur'an, *syifa'*, kecemasan, Sigmund Freud, integratif, psikologi agama.

Kecemasan merupakan salah satu bentuk gangguan psikologis yang sering dialami manusia dalam menghadapi tekanan hidup, baik dari faktor internal maupun eksternal. Sigmund Freud, dalam teori psikoanalisisnya, memandang kecemasan sebagai sinyal bahaya dari ego terhadap konflik antara id dan superego, yang dapat dimanifestasikan dalam tiga bentuk: kecemasan realistik, neurotik, dan moralistik. Di sisi lain, Islam melalui Al-Qur'an menawarkan solusi spiritual dalam menghadapi kecemasan dengan konsep *syifa'*, yaitu penyembuhan atau obat bagi hati dan jiwa manusia yang gelisah. Al-Qur'an menegaskan bahwa ayat-ayat-Nya adalah petunjuk, rahmat, dan penyembuh bagi orang-orang yang beriman. Penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan bagaimana Al-Qur'an dipahami sebagai *syifa'* dalam mengatasi kecemasan menurut M. Quraish Shihab serta mengintegrasikannya dengan pendekatan psikologi modern, khususnya teori Freud.

Fokus masalah dalam penelitian ini adalah: 1. Bagaimana konsep terapi kecemasan menurut Al-Qur'an? 2. Bagaimana konsep kecemasan dalam Al-Qur'an dengan psikoanalisis Sigmund Freud?

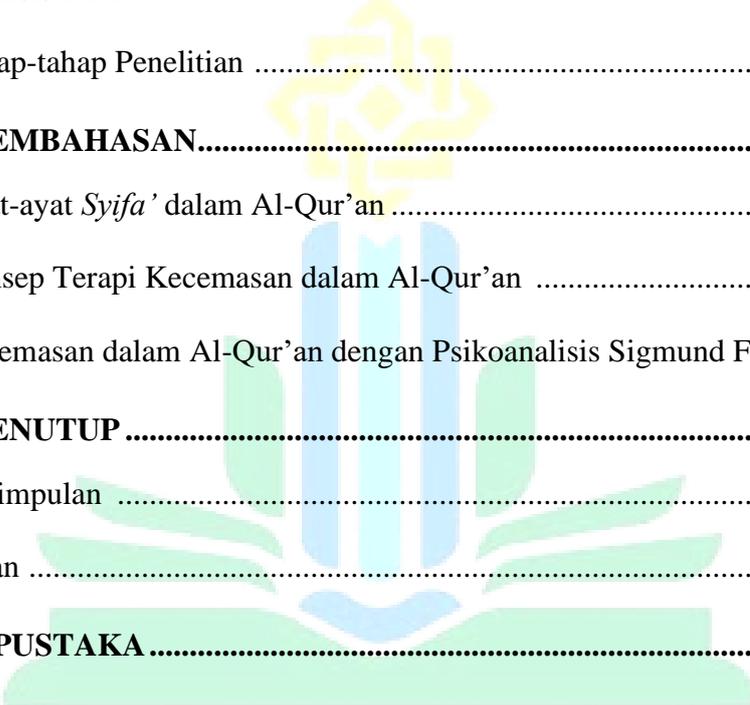
Metode yang digunakan adalah penelitian kualitatif dengan pendekatan deskriptif dan jenis penelitian kepustakaan (*library research*). Peneliti juga menggunakan metode tafsir tematik (*maudhu'i*) untuk mengidentifikasi ayat-ayat Alquran yang relevan dengan tema kecemasan dan penyembuhan. Data dikumpulkan dari sumber primer seperti al-Quran, kitab tafsir, dan karya-karya Freud, serta didukung oleh literatur sekunder berupa jurnal, artikel, dan buku terkait.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa konsep *syifa'* dalam Al-Qur'an mencakup penyembuhan penyakit rohani seperti kegelisahan (*halu'*), kesempitan jiwa (*dayq*), kesedihan (*huzn*), dan ketakutan (*khauf*), yang dalam psikologi modern termasuk kategori kecemasan. Al-Qur'an menawarkan penyembuhan melalui pendekatan spiritual seperti dzikir, doa, sabar, dan tawakal, sedangkan teori psikoanalisis Sigmund Freud menekankan terapi psikodinamik untuk mengurai konflik bawah sadar sebagai sumber kecemasan. Integrasi keduanya melahirkan pendekatan holistik yang menyeimbangkan aspek psikologis dan spiritual, sehingga dapat menjadi alternatif terapi yang utuh dan relevan dalam menghadapi gangguan kecemasan di era modern.

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
MOTTO	iv
PERSEMBAHAN	v
KATA PENGANTAR	vii
ABSTRAK	x
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Penelitian	1
B. Fokus Penelitian	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	4
E. Definisi Istilah.....	6
F. Sistematika Pembahasan	8
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	10
A. Penelitian Terdahulu	10
B. Kajian Teori	15

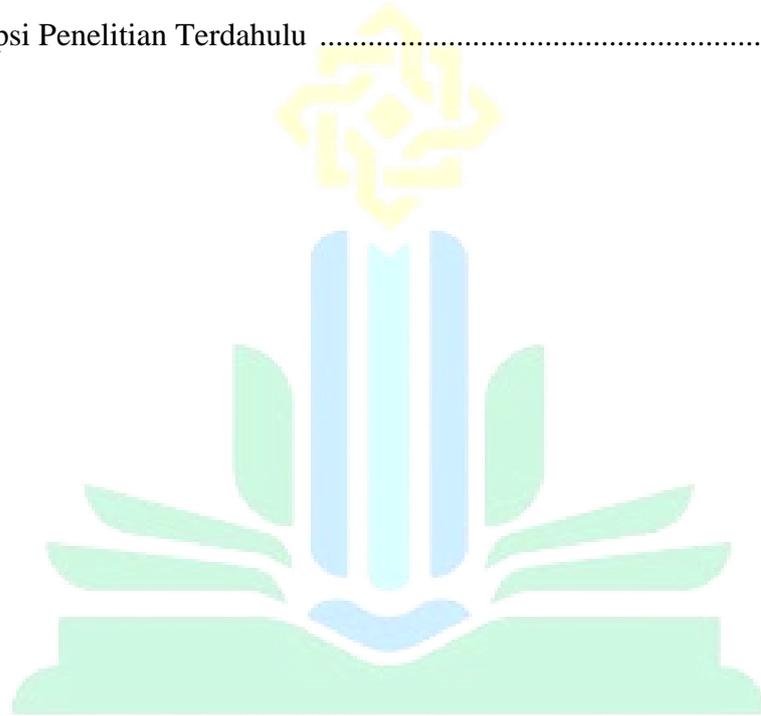
BAB III METODE PENELITIAN	27
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian	27
B. Sumber Data	28
C. Teknik Pengumpulan Data	29
D. Analisis Data	30
E. Tahap-tahap Penelitian	31
BAB IV PEMBAHASAN.....	32
A. Ayat-ayat <i>Syifa'</i> dalam Al-Qur'an	32
B. Konsep Terapi Kecemasan dalam Al-Qur'an	53
C. Kecemasan dalam Al-Qur'an dengan Psikoanalisis Sigmund Freud...	63
BAB IV PENUTUP	69
A. Kesimpulan	69
B. Saran	70
DAFTAR PUSTAKA	71



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

DAFTAR TABEL

No	Uraian	Hal
	Pedoman Transliterasi	viii
2.1	Deskripsi Penelitian Terdahulu	12



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kecemasan merupakan salah satu masalah psikologis yang dialami hampir setiap individu dalam menghadapi tantangan hidup, baik di masa lalu, kini, maupun masa depan. Dalam psikologi, kecemasan sering dikaitkan dengan perasaan takut atau khawatir akan suatu peristiwa atau hasil yang tidak pasti. Kondisi ini, jika dibiarkan berlarut-larut tanpa penanganan, dapat memengaruhi kesehatan mental dan fisik seseorang. Sigmund Freud, yang dikenal sebagai bapak psikologi, memiliki pandangan tentang kecemasan. Ia mengartikan kecemasan sebagai keadaan emosional yang tidak menyenangkan, disertai dengan sensasi fisik, yang berfungsi sebagai peringatan bagi individu tentang kemungkinan bahaya yang akan terjadi. Menurut Freud, kecemasan adalah respons psikologis yang penting yang menandakan adanya ancaman, baik dari lingkungan eksternal maupun dari konflik internal dalam diri individu.²

Dalam teori Freud, kecemasan digolongkan dalam tiga bentuk: kecemasan realistik, neurotik, dan moralistik. Kecemasan realistik muncul sebagai reaksi terhadap ancaman eksternal nyata, sementara kecemasan neurotik berkaitan dengan ketakutan bawah sadar yang tidak selalu disadari, dan kecemasan moralistik timbul akibat konflik antara hasrat yang ditekan dan

² Alwisol, *Psikologi Kepribadian*, (Malang: Penerbit Universitas Muhammadiyah Malang, 2022), 24

norma moral individu.³ Teori Freud mengenai kecemasan menekankan bahwa masalah psikologis ini sering kali berakar pada konflik bawah sadar dan membutuhkan penanganan yang mengurai konflik batin. Pendekatan Freud telah memberikan kontribusi signifikan dalam psikologi, namun metode penanganan kecemasan yang ditekankan cenderung berfokus pada terapi dan metode psikodinamik, sementara dalam konteks spiritual atau agama, pendekatan penyembuhan cenderung berbeda.

Di sisi lain, Islam, melalui ajaran Al-Qur'an, menawarkan solusi holistik dalam menghadapi kecemasan. Konsep "syifa" yang berarti penyembuhan, baik dalam aspek jasmani maupun rohani, disebutkan dalam Al-Qur'an sebagai sarana yang diberikan oleh ALLAH untuk menenangkan jiwa, mengobati penyakit hati, serta membawa kedamaian batin bagi orang-orang yang beriman. Salah satu ayat yang menegaskan fungsi Al-Qur'an sebagai syifa' adalah dalam Surah Al-Isra (17:82)

وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ وَلَا يَرْيَدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا ﴿٨٢﴾

Artinya : "Dan Kami turunkan dari Al-Qur'an suatu yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman."⁴

Dalam ayat ini, Al-Qur'an dipandang sebagai obat yang dapat mengatasi berbagai penyakit, baik fisik maupun mental, termasuk di dalamnya kecemasan dan kegelisahan.⁵ Ajaran Islam meyakini bahwa hubungan dekat dengan Tuhan melalui dzikir, doa, dan membaca Al-Qur'an dapat memberikan

³ Alwisol, *Psikologi Kepribadian*, 24.

⁴ nuonline "Al-Isra' ayat 82" <https://quran.nu.or.id/al-isra/82>

⁵ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbāh Pesan Kesan dan Keserasian Al-Qur'an Vol 1*, (Jakarta: Lentera Hati, Cet III, 2005), 450.

ketenangan serta kepercayaan diri untuk menghadapi ketidakpastian dan tantangan hidup.⁶

Kecemasan dalam pandangan Islam dipahami tidak hanya sebagai masalah psikologis tetapi juga sebagai kondisi spiritual yang membutuhkan pendekatan dari segi iman. Al-Qur'an menawarkan metode penyembuhan yang mencakup dimensi spiritual dan mental, di mana seseorang yang mengalami kecemasan dapat merasa terbantu melalui pendekatan religius, seperti meningkatkan keimanan, berserah diri kepada Tuhan (tawakkal), serta selalu berpikiran positif terhadap ketetapan Ilahi.⁷ Dengan metode ini, Al-Qur'an tidak hanya memberikan solusi untuk mengatasi kecemasan tetapi juga mengarah pada kehidupan yang lebih seimbang dan damai.

Integrasi antara teori kecemasan Freud dan konsep *syifa'* dalam Al-Qur'an dapat memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai pendekatan terhadap kecemasan. Kedua perspektif ini, meskipun berasal dari disiplin yang berbeda – psikologi modern dan ajaran Islam – memiliki satu tujuan yang sama, yaitu menciptakan ketenangan bagi individu yang sedang mengalami kecemasan. Pendekatan Freud, yang berfokus pada terapi untuk mengatasi konflik internal, dapat berkolaborasi dengan pendekatan Al-Qur'an yang mengedepankan nilai spiritual dan kedamaian batin sebagai solusi penyembuhan. Dengan demikian, penelitian ini akan menelaah peran Al-Qur'an sebagai *syifa'* dalam mengatasi kecemasan, dengan memadukan konsep

⁶ Al-Jauziyah, I. Q, *Al-Tibb al-Nabawi*. (Dar al-Kutub al-Ilmiyyah, 2007)

⁷ Syaikh M, *Keutamaan Al-Qur'an sebagai Penawar*, (Darul Falah, 2009)

penyembuhan spiritual dalam Al-Qur'an dan teori kecemasan Freud. Kajian ini bertujuan untuk menyusun perspektif holistik dalam penanganan kecemasan melalui kolaborasi antara terapi psikologis dan pendekatan religius yang ditawarkan dalam Al-Qur'an.

B. Fokus Penelitian

1. Bagaimana konsep terapi kecemasan menurut Al-Qur'an?
2. Bagaimana konsep kecemasan dalam Al-Qur'an dengan psikoanalisis Sigmund Freud?

C. Tujuan Penelitian

1. Menjelaskan terapi kecemasan menurut Al-Qur'an
2. Menjelaskan kecemasan dalam Al-Qur'an dengan psikoanalisis Sigmund Freud

D. Manfaat Penelitian

Harapan terbesar dalam penelitian ini adalah agar hasil dari penelitian ini bisa bermanfaat. Adapun manfaat yang diharapkan penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini memperdalam pemahaman teologis dan psikologis tentang kecemasan dengan mengaitkan konsep *syifa'* dalam Al-Qur'an dan teori kecemasan Freud, memperkaya literatur yang menghubungkan psikologi agama dengan kesehatan mental. Integrasi konsep *syifa'* dan teori Freud menawarkan pendekatan holistik dalam model perawatan yang mencakup aspek spiritual dan psikologis. Penelitian ini juga berkontribusi

pada tafsir tematik, memberikan dasar terapi berbasis Al-Qur'an, serta membuka dialog interdisipliner antara psikologi modern dan agama untuk mengatasi masalah psikologis.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan akan meningkatkan keilmuan, beriman dan amaliah bagi peneliti dalam mematuhi hukum Allah dan penelitian ini memberikan pemahaman mendalam bagi peneliti mengenai konsep *syifa'* dalam Al-Qur'an terkait kesehatan mental, memperkaya perspektif teologis dan psikologis dalam mengatasi kecemasan, serta melatih kemampuan analisis integratif antara studi keagamaan dan teori psikologi modern.

b. Bagi Instansi

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan informasi pendahuluan yang penting bagi penelitian-penelitian serupa yang akan dilakukan dikemudian hari, atau dapat menjadi bahan perbandingan bagi penelitian serupa yang terdahulu, serta dapat menjadi literatur bagi perpustakaan UIN KHAS Jember yang berkenaan dengan Ilmu Tafsir.

c. Bagi Masyarakat

Penelitian ini bermanfaat bagi masyarakat dalam memberikan wawasan mengenai metode penyembuhan kecemasan yang menggabungkan nilai-nilai spiritual dan psikologis. Dengan memadukan konsep *syifa'* dalam Al-Qur'an dan teori kecemasan Freud, penelitian ini

menawarkan pendekatan alternatif untuk menghadapi kecemasan, membantu individu mengembangkan cara yang lebih tenang dan bijaksana dalam mengatasi tekanan hidup sehari-hari. Selain itu, pendekatan ini dapat mendorong pemahaman masyarakat mengenai pentingnya keseimbangan antara kesehatan mental dan spiritual, menciptakan pola pikir yang lebih holistik terhadap kesehatan mental.

E. Definisi Istilah

1. Al-Qur'an

Al-Qur'an adalah Kitab Suci umat Islam yang berisi Firman ALLAH yang diturunkan kepada Nabi Muhammad dengan perantara Malikat Jibril, untuk dibaca, dipahami, dan diamalkan sebagai petunjuk atau pedoman hidup bagi umat manusia.⁸

2. *Syifa'*

Dalam bahasa Indonesia, “obat” merujuk pada zat yang digunakan untuk mengurangi, menghapus, atau menyembuhkan penyakit pada seseorang. Dan *syifa'* (الشفاء) dalam bahasa Arab berarti penyembuhan atau obat. Dalam konteks Al-Qur'an, *syifa'* merujuk pada kemampuan Al-Qur'an untuk memberikan penyembuhan baik secara fisik maupun spiritual. Al-Qur'an dianggap sebagai sumber yang dapat mengobati berbagai penyakit hati, seperti keraguan, kecemasan, dan kesedihan, serta memberikan ketenangan jiwa.

⁸ KBBI Daring, <https://kbbi.web.id/Alquran>, diakses tanggal 12 Oktober 2020.

3. Intergratif

Integratif adalah istilah yang diambil dari Bahasa Inggris. Menurut KBBI, integratif berarti bersifat integrasi, yang mengacu pada proses penggabungan sehingga membentuk satu kesatuan yang utuh atau terpadu.⁹ Model pembelajaran integratif, menurut Akbar dan Nono Sebayang, didefinisikan sebagai pendekatan instruksional yang membantu peserta didik untuk mengembangkan pemahaman yang mendalam tentang ilmu pengetahuan secara sistematis, sambil juga mengajarkan keterampilan berpikir kritis kepada mereka.¹⁰

4. Sigmund Freud

Sigmund Freud (nama aslinya Sigismund Schlomo) lahir pada tanggal 6 Mei 1856 di Freiberg, Moravia yang sekarang menjadi bagian dari republik Ceko adalah seorang dokter, psikiater, neurologi yang menaruh perhatian besar pada pengertian dan pengobatan gangguan-gangguan mental.¹¹ Freud dikenal dengan pendiri psikodinamika yang disebut teori psikoanalisisnya.¹² Banyak orang yang mengatakan Freud seorang pemuda yang mau bekerja keras, senang membaca dan belajar, serta menunjukkan kemampuan intelektual yang cukup brilian Freud bermimpi

⁹ KBBI Daring, <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/integrasi>, diakses tanggal 03 Desember 2020.

¹⁰ Akbar dan Nono Sebayang, "Penerapan Model Pembelajaran Integratif untuk Meningkatkan Hasil Belajar Melaksanakan Pekerjaan Dasar - dasar Survey dan Pemetaan", *Jurnal Education Building*, Vol. 1, 2015, 129 <https://jurnal.unimed.ac.id/2012/index.php/eb/article/download/2814/2491>

¹¹ H. Ahmad Fauzi, *Psikologi Umum untuk IAIN, STAIN, PTAIS*, Bandung: CV. Pustaka Setia, 1999, 27.

¹² Matt Jarvis, *Teori-teori Psikologi: Pendekatan Modern untuk Memahami Perilaku, Perasaan & Pikiran Manusia*, terj.SPA-Teamwork, Bandung: Nusa Media, 2012, 46.

untuk mencapai kemasyuran melalui berbagai penemuan atau penelitian. Sehingga pada tahun 1873, Freud masuk fakultas kedokteran Universitas Wina, dan pada tahun 1881 dia lulus sebagai dokter dengan yudisium "excellent". Freud adalah seorang ahli neurologi, dia mulai mempraktekkan media di Wina sampai akhir abad 19. Seperti halnya para ahli neurologi lainnya pada masa itu, dia sering membantu orang-orang yang mengalami masalah-masalah nervous, seperti: rasa takut yang irrasional, obsesi, dan rasa cemas.

F. Sistematika Pembahasan

Dalam sistematika pembahasan, peneliti akan memaparkan alur penelitian ini dengan menguraikan susunan bab dan subbab secara runtut. Penjabaran ini disusun ke dalam lima bab, sesuai dengan pedoman penulisan karya ilmiah yang ditetapkan oleh Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember sebagai berikut :

Bab I

Bab ini mencakup konteks penelitian, fokus penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, definisi istilah, serta sistematika pembahasan.

Bab II

Bab ini berisi penelitian-penelitian terdahulu yang relevan dengan topik penelitian yang sedang dilakukan, serta menguraikan persamaan dan perbedaannya. Selain itu, bab ini juga akan memaparkan teori yang digunakan sebagai alat analisis dalam penelitian ini.

Bab III

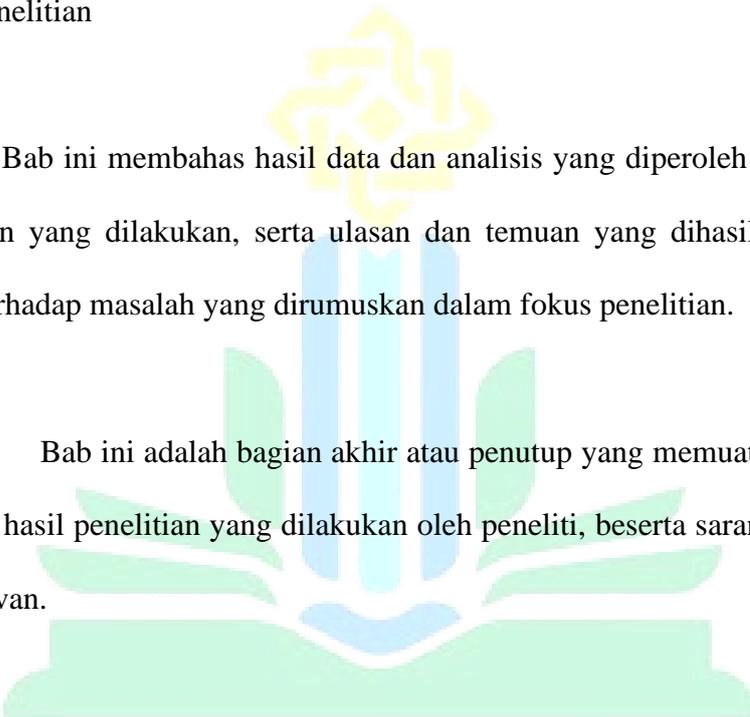
Bagian ini memuat uraian mengenai metode penelitian, yang secara umum mencakup pembahasan tentang pendekatan dan jenis penelitian, teknik pengumpulan data, sumber data, cara analisis data yang digunakan, serta tahap-tahap penelitian

Bab IV

Bab ini membahas hasil data dan analisis yang diperoleh peneliti dari penelitian yang dilakukan, serta ulasan dan temuan yang dihasilkan sebagai solusi terhadap masalah yang dirumuskan dalam fokus penelitian.

Bab V

Bab ini adalah bagian akhir atau penutup yang memuat kesimpulan dari hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti, beserta saran-saran yang relevan.



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Penelitian Terdahulu

Untuk menghindari terjadinya duplikasi atau plagiarisme terhadap karya-karya penelitian sebelumnya yang mungkin memiliki kesamaan dalam penulisan maupun isi, maka penting untuk terlebih dahulu melakukan telaah terhadap penelitian-penelitian terdahulu dengan tema yang sejenis. Dalam hal ini, penulis telah menemukan beberapa referensi atau sumber yang relevan dan berkaitan dengan penelitian skripsi yang sedang disusun, yaitu:

1. Halida Ulin Nuhaya, Skripsi Prodi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir Institut Agama Islam Negeri Salatiga tahun 2020 dengan judul "*Psikologi Kecemasan Dalam Al-Qur'an (Tafsir Tematik Atas Ayat – ayat tentang Kecemasan)*".¹³ Skripsi ini menganalisis ayat-ayat Al-Qur'an tentang kecemasan tanpa melibatkan teori psikologi. Sedangkan skripsi ini menggabungkan pandangan Al-Qur'an dan teori kecemasan Freud, menawarkan pendekatan integratif yang memadukan pemahaman spiritual dengan solusi psikologis.
2. Jurnal karya Hanisa Dwi Elmitia, Mamik Tri Wedawati, SS, M.Pd yang berjudul "*Analisa Kecemasan (Anxiety) Tokoh Ziyu dalam Film Shadow (Ying ; 影) Karya Zhang Yimou (Analisa Kecemasan Sigmund Freud)* " yang dipublikasikan di Jurnal Bahasa Mandarin Universitas Negeri

¹³ Halida Ulin Nuhaya, "Psikologi Kecemasan dalam Al-Qur'an (Tafsir Tematik atas Ayat – ayat tentang Kecemasan)". *Skripsi*, IAIN Salatiga, 2020.

Surabaya Vol. 4 Nomor. 2 pada tahun 2020.¹⁴ Jurnal tersebut berfokus pada analisis kecemasan tokoh melalui pendekatan psikologi sastra, khususnya dalam konteks karya seni visual. Sementara skripsi ini membahas kecemasan dalam perspektif yang lebih luas, yaitu bagaimana konsep syifa' dalam Al-Qur'an dapat menjadi penyembuh kecemasan dengan pendekatan integratif antara ajaran agama dan teori Freud.

3. Skripsi yang ditulis Muhammad Ikhsan, "Term - Term Kecemasan Dalam Al-Qur'an (Kajian Tafsir Maudhu'i)", Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau pada tahun 2021.¹⁵ Skripsi tersebut fokus pada pengkajian istilah kecemasan dalam ayat-ayat Al-Qur'an, sedangkan skripsi ini tidak hanya mengkaji ayat, tetapi juga mengintegrasikannya dengan teori kecemasan Sigmund Freud untuk membangun terapi yang lebih komprehensif.
4. Skripsi yang ditulis Miftahul Jannah "Gangguan Kecemasan (*Anxiety*) dalam Al-Qur'an (Studi Tematik Tafsir Ayat-ayat Kesempitan Jiwa)" Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Curup pada tahun 2023.¹⁶ Skripsi tersebut hanya membahas kecemasan berdasarkan ayat-ayat Al-Qur'an secara tematik, sedangkan skripsi ini menggabungkan pemahaman ayat-ayat Al-Qur'an dengan teori

¹⁴ Hanisa Dwi Elmitia, Mamik Tri Wedawati, SS, M.Pd "Analisa Kecemasan (*Anxiety*) Tokoh Ziyu Dalam Film Shadow (Ying ; 影) Karya Zhang Yimou (Analisa Kecemasan Sigmund Freud)." *Jurnal Bahasa Mandarin*, Universitas Negeri Surabaya, Vol. 4 Nomor. 2, 2020). <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/manadarin/article/view/45397>

¹⁵ Muhammad Ikhsan, "Term - Term Kecemasan Dalam Al-Qur'an (Kajian Tafsir Maudhu'i)." *Skripsi*, UIN Sultan Syarif Kasim Riau, 2021.

¹⁶ Miftahul Jannah, "Gangguan Kecemasan (*Anxiety*) dalam Al-Qur'an (Studi Tematik Tafsir Ayat-ayat Kesempitan Jiwa)." *Skripsi*, IAIN Curup, 2023.

kecemasan Sigmund Freud untuk merumuskan terapi integratif dalam mengatasi kecemasan.

5. Jurnal karya Rini Septiyani, Intan Susilowati, Nurlaila dan Ahmad Mujahid, “Syifâ’ Dalam Al-Qur’an: Kajian Interdisipliner Terhadap Gangguan Kecemasan.” UIN Antasari Banjarmasin pada tahun 2025.¹⁷ Skripsi tersebut umumnya mengaitkan syifâ’ dengan berbagai pendekatan ilmiah secara umum, sedangkan skripsi ini secara khusus mengintegrasikan ayat-ayat syifâ’ dengan teori kecemasan Sigmund Freud sebagai dasar terapi psikologis.

Tabel 2. 1 Deskripsi penelitian Terdahulu

No	Nama, Tahun, Judul	Persamaan	Perbedaan
1.	Halida Ulin Nuhaya, 2020 “Psikologi Kecemasan dalam Al-Qur’an (Tafsir Tematik atas Ayat – ayat tentang Kecemasan)”	Berfokus pada konsep kecemasan dalam perspektif Al-Qur’an, dengan pendekatan tafsir tematik.	Skripsi tersebut menganalisis ayat-ayat Al-Qur’an tentang kecemasan tanpa melibatkan teori psikologi. Sedangkan skripsi ini menggabungkan pandangan Al-Qur’an dan teori kecemasan Freud, menawarkan pendekatan

¹⁷ Rini Septiyani, Intan Susilowati, Nurlaila dan Ahmad Mujahid, “Syifâ’ Dalam Al-Qur’an: Kajian Interdisipliner Terhadap Gangguan Kecemasan.” *Jurnal IMMI*, Vol. 2, No. 2, 2025, 162-175. <https://doi.org/10.71153/jimmi.v2i2.259>

			integratif yang memadukan pemahaman spiritual dengan solusi psikologis.
2.	Hanisa Dwi Elmitia, Mamik Tri Wedawati, SS, M.Pd, 2020, <i>“Analisa Kecemasan (Anxiety) Tokoh Ziyu Dalam Film Shadow (Ying ; 影) Karya Zhang Yimou (Analisa Kecemasan Sigmund Freud)”</i>	Membahas tentang kecemasan dengan menggunakan teori kecemasan Sigmund Freud sebagai landasan analisis.	Jurnal tersebut berfokus pada analisis kecemasan tokoh melalui pendekatan psikologi sastra, khususnya dalam konteks karya seni visual. Sementara skripsi ini membahas kecemasan dalam perspektif yang lebih luas, yaitu bagaimana konsep <i>syifa'</i> dalam Al-Qur'an dapat menjadi penyembuh kecemasan dengan pendekatan integratif antara ajaran agama dan teori Freud.
3.	Muhammad Ikhsan, 2021, <i>“Term - Term Kecemasan Dalam Al-</i>	Membahas konsep kecemasan dalam Al-Qur'an dengan	Skripsi tersebut fokus pada pengkajian istilah kecemasan dalam ayat-ayat

	Qur'an (Kajian Tafsir Maudhu'i)"	pendekatan tafsir tematik.	Al-Qur'an, sedangkan skripsi ini tidak hanya mengkaji ayat, tetapi juga mengintegrasikannya dengan teori kecemasan Sigmund Freud untuk membangun terapi yang lebih komprehensif.
4.	Miftahul Jannah, 2023, "Gangguan Kecemasan (Anxiety) dalam Al-Qur'an (Studi Tematik Tafsir Ayat-ayat Kesempitan Jiwa)"	Membahas kecemasan dan menggunakan metode tematik	Skripsi tersebut hanya berfokus kepada gangguan kecemasan Ayat-ayat kesempitan jiwa saja, sedangkan skripsi ini menjelaskan kecemasan yang ada di dalam Al-Qur'an dan menggabungkan dengan teori kecemasan Sigmund Freud untuk merumuskan terapi integratif dalam mengatasi kecemasan.

5.	Rini Septiyani,Intan Susilowati, Nurlaila dan Ahmad Mujahid, 2025, “ <i>Syifâ</i> ’ Dalam Al-Qur’an: Kajian Interdisipliner Terhadap Gangguan Kecemasan.”	Membahas konsep <i>syifâ</i> ’ dalam Al-Qur’an sebagai solusi gangguan kecemasan dengan pendekatan interdisipliner.	Skripsi tersebut umumnya mengaitkan <i>syifâ</i> ’ dengan berbagai pendekatan ilmiah secara umum, sedangkan skripsi ini secara khusus mengintegrasikan ayat-ayat <i>syifâ</i> ’ dengan teori kecemasan Sigmund Freud sebagai dasar terapi psikologis.
----	---	---	---

B. Kajian teori

Dalam penelitian kualitatif, teori berperan penting sebagai alat bantu untuk menganalisis permasalahan pada objek yang diteliti. Karena objek dalam penelitian ini berkaitan dengan ayat-ayat Al-Qur’an, maka pendekatan yang digunakan termasuk dalam metode tafsir. Dalam hal ini, penulis menggunakan teori kecemasan dari Sigmund Freud sebagai landasan analisis dalam mengkaji persoalan yang diangkat.

1. Teori Psikoanalisis Kecemasan

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), kecemasan diartikan sebagai kondisi khawatir atau ragu yang sering disertai perasaan takut. Kecemasan, atau yang dikenal sebagai anxiety, merupakan hal normal yang

dialami setiap orang.¹⁸ Istilah kecemasan berasal dari bahasa Latin *anxius* dan bahasa Jerman *anst*, yang digunakan untuk menggambarkan efek negatif serta respon fisiologis terhadap rangsangan tertentu. Menurut *American Psychological Association* (APA) dalam penelitian Mulyasari et al 2020, kecemasan adalah kondisi emosional yang muncul ketika seseorang mengalami stres, ditandai oleh ketegangan, pikiran yang menciptakan kekhawatiran, serta gejala fisik seperti detak jantung yang cepat dan peningkatan tekanan darah.

Dalam psikologi, kecemasan, atau *anxiety*, diartikan sebagai perasaan gelisah, khawatir, atau takut yang tidak selalu jelas atau mendasar.¹⁹ Secara istilah, kecemasan adalah keadaan emosi yang kronis dan kompleks, di mana rasa terperangkap dan ketakutan menjadi komponen utama. Kondisi ini umum ditemukan pada berbagai gangguan saraf dan mental.²⁰

Kecemasan adalah suatu keadaan khawatir atau cemas yang disertai dengan perasaan bahwa sesuatu yang tidak diinginkan akan terjadi.²¹ Kecemasan dapat didefinisikan sebagai rasa takut terhadap sesuatu yang belum pasti terjadi. Perasaan ini muncul ketika seseorang menduga adanya potensi kerugian atau ancaman terhadap dirinya dan merasa tidak mampu menghadapinya. Dengan demikian, kecemasan pada dasarnya adalah

¹⁸ Alfina “Pelevelan Mathematics Anxiety Dalam Pembelajaran Matematika Mts Al-Ishlah Batupannu”. *Skripsi*, IAIN Parepare, 2024, 13

¹⁹ Kartini Kartono dan Dali Gulo, *Kamus Psikologi* (Bandung: Pionir Jaya, 1987), 24.

²⁰ James Drever, *Kamus Psikologi* (Jakarta: Bina Aksara, 1986), 19.

²¹ Jeffrey S. Nevid, Spencer A. Rathus, Beverly Greene, *Psikologi Abnormal* (Jakarta: Erlangga, Ed. 5 Jilid 1 2005) 163.

bentuk ketakutan yang muncul dari dalam diri sendiri, sering ditandai dengan kekhawatiran dan rasa takut terhadap hal-hal yang belum terjadi.²²

Sigmund Freud yang sering disebut sebagai bapak psikologi juga merupakan salah satu tokoh yang memiliki pendapat tentang kecemasan. Menurut Freud kecemasan merupakan suatu keadaan perasaan afektif tidak menyenangkan yang disertai sensasi fisik yang memperingatkan individu terhadap bahaya yang mungkin akan terjadi.²³ Freud membedakan antara rasa cemas dan kecemasan. Menurutnya, cemas adalah suatu kondisi emosional di mana individu merasa lemah dan tidak berani bersikap atau bertindak rasional sebagaimana mestinya. Sementara itu, kecemasan merupakan perasaan yang lebih luas dan umum, ditandai oleh ketakutan atau kurangnya kepercayaan diri yang tidak jelas asal maupun bentuknya.²⁴

Freud mengklasifikasikan kecemasan menjadi tiga jenis utama:

1. Kecemasan Realitas (*Reality Anxiety*): Kecemasan realistik adalah perasaan tidak nyaman dan samar yang muncul sebagai respons terhadap potensi ancaman dari lingkungan eksternal. Jenis kecemasan ini merupakan bentuk ketakutan terhadap bahaya nyata yang berasal dari dunia luar.²⁵

²² Hanna Djumhana Bastaman, *Integrasi Psikologi Dengan Islam; Menuju Psikologi Islam*. (Yogyakarta, Pustaka Pelajar, 2005) 156.

²³ Alwisol. *Psikologi Kepribadian*, 24

²⁴ Sutardjo A. Wiramihardja, *Pengantar Psikologi Abnormal*, (Bandung: Refika Aditama, 2005), 67

²⁵ Dona Fitri Annisa dan Ifdil, "Konsep Kecemasan (*Anxiety*) Pada Lanjut Usia (*Lansia*)", *Jurnal Konselor*, Universitas Negeri Padang, Vol. 5, No. 2, Oktober 2019, 95.

2. Kecemasan Neurotik (*Neurotic Anxiety*): Kecemasan neurosis adalah rasa takut yang muncul tanpa sebab yang jelas, berakar dari dorongan naluriah dan dirasakan oleh ego. Kecemasan ini bukan disebabkan oleh insting itu sendiri, melainkan oleh kekhawatiran akan konsekuensi atau hukuman yang mungkin timbul jika dorongan tersebut dipenuhi.
3. Kecemasan Moral (*Moral Anxiety*): Kecemasan moral berasal dari pertentangan antara ego dan superego. Jenis kecemasan ini muncul ketika seseorang gagal bertindak sesuai dengan nilai moral yang diyakininya. Ia merupakan bentuk ketakutan terhadap nurani sendiri. Kecemasan ini juga didasarkan pada pengalaman nyata, karena individu pernah menerima hukuman akibat pelanggaran norma moral di masa lalu dan mungkin akan mengalaminya kembali.²⁶

Ketiga jenis kecemasan yang dijelaskan Freud sebenarnya tidak berbeda secara mendasar dalam jenisnya karena semuanya memiliki satu karakteristik umum: ketidaknyamanan yang dialami oleh individu. Perbedaannya terletak pada sumber ancaman yang memicu kecemasan. Pada kecemasan tentang kenyataan, sumber ancaman berasal dari lingkungan eksternal. Dalam kecemasan neurotik, ancaman berasal dari impuls atau dorongan naluriah dalam diri. Sementara itu, pada kecemasan moral, sumber ancaman adalah hati nurani atau standar moral yang berasal dari super ego individu.²⁷ Freud menekankan bahwa masing-masing jenis

²⁶ Nuhaya, "Psikologi Kecemasan dalam Al-Qur'an....", 23.

²⁷ M. Habib Mustopo, *Ilmu Budaya Dasar* (Surabaya: Usaha Nasional, 1983) 243.

kecemasan ini muncul dari konflik dalam diri individu antara keinginan dan tuntutan lingkungan atau moral.

2. Term Kecemasan dalam Al-Qur'an

Kecemasan adalah perasaan yang terdiri dari gabungan rasa takut dan khawatir terhadap hal-hal yang belum terjadi, tanpa adanya penyebab yang jelas. Rasa cemas terhadap sesuatu yang baru merupakan hal yang normal, namun jika berlangsung terlalu lama, kecemasan dapat berkembang menjadi gangguan psikologis atau disebut juga dengan kondisi kejiwaan yang tidak normal. Kecemasan yang berkepanjangan dapat menghilangkan kemampuan seseorang untuk merasakan kebahagiaan, Kecemasan ini kerap muncul ketika seseorang mengalami keterputusan dari relasi transendennya dengan Allah SWT, ditandai dengan lemahnya iman, keraguan terhadap takdir, serta dominasi hawa nafsu dan keterikatan berlebihan terhadap dunia (*hub al-dunya*). Ketika hati manusia lebih condong kepada urusan duniawi tanpa diimbangi dengan penghayatan nilai-nilai ruhani, maka jiwanya akan mudah dilanda kekosongan, kegelisahan, dan ketakutan akan masa depan atau kehilangan.

Al-Qur'an secara konsisten menawarkan penyembuhan atas kecemasan ini melalui pendekatan spiritual yang mendalam dan menyeluruh. Dalam Al-Qur'an, kecemasan digambarkan melalui istilah *khauf*, yaitu keadaan hati yang tidak tenang karena kekhawatiran terhadap hal-hal yang akan datang. Kondisi ini muncul akibat adanya kesempitan jiwa (*dhaiq*), yang memicu kegelisahan (*halu'a*), dan akhirnya

menimbulkan perasaan sedih atau duka (*hazn*). Kecemasan dapat bersifat wajar, namun bisa menjadi gangguan apabila terjadi terus-menerus dalam kehidupan sehari-hari. Berikut ini akan diuraikan kecemasan menurut Al-Qur'an :

a. Ketakutan (خوف)

Khauf (خوف) merupakan kata dalam bahasa Arab yang berarti rasa takut. Dalam *Mu'jam Mufradat* karya Al-Ashfahani, *khauf* dijelaskan sebagai ketakutan terhadap sesuatu yang telah diketahui, diperkirakan, atau diyakini akan terjadi. Rasa takut ini bisa muncul bahkan terhadap hal-hal yang dianggap sepele, dan istilah *khauf* digunakan baik dalam konteks urusan duniawi maupun akhirat.²⁸ Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), takut diartikan sebagai perasaan tidak berani untuk melakukan, mengalami, atau menghadapi sesuatu, serta disertai rasa khawatir dan gelisah. Secara istilah, takut merujuk pada kondisi mental di mana seseorang merasa cemas atau gentar ketika menghadapi sesuatu yang diyakini bisa membawa bahaya atau musibah.²⁹

Khauf adalah kondisi mental yang mencerminkan rasa takut kepada Allah akibat merasa ibadah yang dilakukan belum sempurna. Quraish Shihab dalam tafsir Al-Misbah menjelaskan bahwa *khauf*

²⁸ Abi al-Qasim al-Husain bin Muhammad, "*al-Ragib Al-Ashfahani*", *Mu'jam Mufradat Alfaz Al-Qur'an*, (Dar al-Kutub al-'Ilmiyah: Beirut, 2004), 180.

²⁹ Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia* (Jakarta: Balai Pustaka, 2007), 1125.

merupakan kegelisahan hati yang timbul karena adanya dugaan akan datangnya bahaya. Istilah ini dipakai untuk menggambarkan perasaan waspada terhadap ancaman yang mungkin terjadi, sehingga seseorang terdorong untuk mencari solusi atau jalan keluar guna menghindari atau mengatasinya.³⁰ *Khauf* dianggap sebagai tingkatan takut yang paling dasar, sedangkan tingkatan yang lebih tinggi dikenal dengan istilah *khasyyah*, yaitu rasa takut yang dimiliki oleh orang-orang istimewa yang disertai dengan pengetahuan dan pengenalan mendalam kepada Allah (*ma'rifatullah*), seperti para nabi dan ulama.³¹

Rasa takut kepada Allah memegang peran krusial dalam kehidupan seorang mukmin. Perasaan tersebut menjadi dorongan untuk berserah diri kepada-Nya, berusaha meraih keridhaan-Nya, dan menjalankan segala perintah-Nya. Takut kepada Allah juga dianggap sebagai fondasi utama dalam memperkuat iman dan menjadi elemen penting dalam membentuk karakter seorang mukmin.

b. Kesedihan (حزن)

Huzn berasal dari bahasa Arab (حزن) yang berarti kesedihan, kebalikan dari kebahagiaan, serta berkaitan dengan penderitaan dan kesulitan.³² Kesedihan adalah kondisi di mana hati merasa tidak damai atau tidak tenang, biasanya disebabkan oleh peristiwa di masa lalu yang telah terjadi. Beratnya realitas kehidupan dan kekerasan hati manusia

³⁰ Dolizal Putra, "*Khauf, Khasyyah dan Taqwa dalam Tafsir Al-Misbah Karya Muhammad Quraish Shihab*". Tesis, UIN Sunan Kalijaga: Yogyakarta, 2017, 2.

³¹ Putra, "*Khauf, Khasyyah dan Taqwa....*", 120

³² Ibnu Manzur, *Lisan al- 'Arab* (Kairo: Dar al-Ma'arif,1119), 861.

seringkali menjadi pemicu munculnya perasaan gelisah, penderitaan, dan duka.³³ Dalam Al-Qur'an kata *huzn* yang berasal dari akar kata ح ح disebut sebanyak 42 kali. Istilah ini kerap muncul bersamaan dengan kata *khauf* (rasa takut) dalam bentuk pernyataan negatif sebanyak 16 kali. Seluruh penyebutan tersebut menggambarkan keadaan orang-orang yang beriman dan melakukan amal saleh ketika mereka berada di dalam surga.³⁴ Meskipun keduanya sering dikaitkan, rasa sedih dan rasa takut memiliki perbedaan yang jelas. Rasa takut berhubungan dengan hal-hal yang belum terjadi atau kekhawatiran terhadap masa depan, sedangkan rasa sedih berkaitan dengan peristiwa buruk atau pengalaman negatif yang telah terjadi di masa lalu.

Kesedihan merupakan bagian alami dari sifat manusia yang pasti akan dialami oleh setiap orang, sebab kehidupan tidak selalu berada dalam kendali manusia sepenuhnya. Perasaan sedih bisa timbul karena berbagai hal, seperti mengalami kekecewaan, kehilangan sesuatu yang berharga, merasa tidak mampu melakukan sesuatu, atau mendapatkan ucapan yang menyakitkan dari orang lain.³⁵

³³ Abi al-Qasim al-Husain bin Muhammad, "al-raghib al-Asfahani" *Al-Mufradat al-Lafaz Alquran.*, 231.

³⁴ Departemen Agama RI, *Alquran dan Tafsirnya*, Jilid ke-1 (Jakarta: Widya Cahaya, 2011), 32

³⁵ Tim Penyusun Kamus Pusat Pembinaan dan Pengembangan Bahasa, *Kamus Besar Bahasa Indonesia* (Jakarta: Balai Pustaka, 1989), 792.

c. Kesempitan Jiwa (ضيق)

Dayq berasal dari bahasa Arab (ضيق) yang berarti perasaan sempit, sesak, serta munculnya keraguan dalam hati.³⁶ Manusia adalah kesatuan antara jiwa dan tubuh, di mana keduanya saling mempengaruhi melalui kata-kata yang tertulis maupun yang didengar. Jiwa berfungsi sebagai pelengkap tubuh, yang mengarahkan seseorang ke jalan yang benar atau salah. Jiwa dalam tubuh manusia secara langsung mempengaruhi pikiran dan perasaan, yang dapat mengguncang keadaan hati. Hal ini sering kali menyebabkan gangguan seperti sempitnya hati, keraguan, atau kegelisahan, yang mengakibatkan sesak di dada, kesempitan jiwa (*dayq*) terdapat dalam firman Allah SWT dalam Alquran surah Al-Hijr ayat 97:

وَلَقَدْ نَعْلَمُ أَنَّكَ يَضِيقُ صَدْرُكَ بِمَا يَقُولُونَ ﴿٩٧﴾

Artinya: “Sungguh, Kami benar-benar mengetahui bahwa dadamu menjadi sempit (gundah dan sedih) disebabkan apa yang mereka ucapkan”.³⁷

Kata *dayq* dalam ayat tersebut menurut penjelasan Buya Hamka dalam *Tafsir Al-Azhar* diartikan sebagai perasaan sempit dada atau sakit hati. Ayat ini menggambarkan kondisi Rasulullah yang mendapat tuduhan sebagai tukang sihir, tukang ramal, orang gila, dan penyebar kebohongan, semata-mata karena beliau tidak memiliki anak laki-laki. Tuduhan dan serangan yang sangat menyakitkan itu kerap kali beliau

³⁶ Ibnu Manzur, *Lisan al-‘Arab* (Dar al-Ma’arif: Kairo, 1119), 2627.

³⁷ nuonline “Al-Hijr ayat 97” <https://quran.nu.or.id/al-hijr/97>

terima setiap hari dalam bentuk hinaan dan celaan. Sebagai manusia biasa, Rasulullah pun pernah merasakan kesedihan yang mendalam dan hati yang terluka. Namun hal tersebut bukan bentuk kesalahan beliau, sebab perasaan seperti itu merupakan bagian dari fitrah manusia. Kesedihan karena kehilangan orang tercinta atau rasa marah akibat hinaan adalah hal alami dalam diri manusia. Meski demikian, manusia diberi akal untuk mengendalikan perasaan tersebut agar tidak menguasai diri dan mendorong pada tindakan yang menyimpang.³⁸

d. Kegelisahan (هَلَع)

هَلَع (*halu'a*) berasal dari bahasa Arab, dari kata kerja هَلَع (*halu'a*), يَهْلَع (*yahla'u*), هَلَعًا (*hala'an*) masdar yang memiliki arti keluh kesah atau kondisi kegelisahan. Oleh karena itu, dalam bahasa Arab, istilah *al-hulu* digunakan untuk menggambarkan perasaan gelisah atau resah. Sedangkan menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), gelisah adalah kondisi di mana hati merasa tidak tenang, disertai dengan rasa khawatir, tidak sabar, dan cemas. Dalam konteks ini, kegelisahan yang dimaksud bukanlah bentuk kegelisahan biasa, melainkan telah berkembang menjadi kondisi yang mengganggu aktivitas harian atau yang dikenal sebagai gangguan kecemasan.³⁹

Kata *halu'a* juga dapat dimaknai sebagai *hirsh* (sifat kikir) dan *ja'a* (lapar), yang merujuk pada kondisi seperti ragu-ragu, cemas,

³⁸Abdul Malik Abdul Karim Amrullah Hamka, *Tafsir Al-Azhar*, Jilid 1, (Jakarta: Pustaka Nasional PTE LTD Singapura, 1982), 3881.

³⁹Nuhaya, "Psikologi Kecemasan dalam Al-Qur'an....", 33.

gelisah, kurang sabar, serta dorongan keinginan yang berlebihan seperti kerakusan. Menurut Quraish Shihab, dorongan yang meluap-luap inilah yang membuat manusia mudah goyah dan ragu ketika mengalami kesulitan, serta enggan berbagi kebaikan saat menerima kenikmatan. Mereka lebih mementingkan diri sendiri, kecuali jika memberi dinilai akan mendatangkan manfaat yang lebih besar baginya. Dengan demikian, sifat suka mengeluh saat tertimpa musibah dan kikir ketika mendapat nikmat merupakan cerminan dari watak *hala'*—yakni kegelisahan yang disertai hasrat berlebihan.⁴⁰

Sifat kegelisahan dijelaskan oleh Allah dalam Al-Qur'an, salah satunya terdapat dalam surah Al-Ma'arij ayat 19.

إِنَّ الْإِنْسَانَ خُلِقَ هَلُوعًا ﴿١٩﴾

Artinya : “Sesungguhnya manusia diciptakan dengan sifat keluh kesah lagi kikir”.⁴¹

Penjelasan di atas juga menggambarkan sifat dasar manusia yang cenderung suka mengeluh, tidak tenang, mudah cemas, diliputi rasa takut, dan merasa selalu kurang. Jika kondisi ini dibiarkan, maka seseorang akan rentan mengalami gangguan kejiwaan. Ia menjadi pribadi yang ingin segala keinginannya terpenuhi tanpa hambatan, serta mengharapkan segala sesuatunya berjalan lancar tanpa gangguan.

⁴⁰ M. Quraish Shihab, *Tafsir al-Misbah*, 319.

⁴¹ Nuonline “ Al-Ma'arij ayat 19” <https://quran.nu.or.id/al-maarij/19>

Kegelisahan, kesedihan, ketakutan, dan kekhawatiran adalah bagian dari sifat alami manusia. Tabiat ini cenderung memuncak, terutama ketika seseorang menghadapi persoalan besar dalam hidupnya. Semakin berat masalah yang dihadapi, semakin besar pula kekuatan mental dan emosional yang dibutuhkan untuk mengatasinya. Namun, ketika energi dan kemampuan jiwa tidak lagi mampu menanggung tekanan, apalagi jika masalah terus berkembang dan semakin kompleks, manusia akan diliputi kebingungan dan ke Gundahan yang mendalam. Kondisi ini dapat memicu kecemasan berat yang berkembang menjadi gangguan kecemasan (anxiety disorders). Ketika energi psikis terkuras, manusia menjadi lebih dikuasai oleh emosinya, sehingga pikiran-pikiran negatif pun bermunculan, memicu terganggunya kondisi mental dan memunculkan berbagai gangguan jiwa lainnya.⁴²

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

⁴² Agoes Noer Che, *Manusia Mengeluh Alquran Menjawab* (Jakarta: PT Elex Media Komputindo Kompas-Gramedia, 2018), 1.

BAB III

METODE PENELITIAN

Metode penelitian sangat diperlukan dalam proses pengumpulan data guna mendukung jalannya penelitian. Bagian ini akan menguraikan secara jelas mengenai jenis pendekatan dan penelitian yang digunakan, sumber data yang terdiri dari data primer dan sekunder, serta teknik-teknik yang digunakan dalam proses pengumpulan dan analisis data.

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan psikologis. Pendekatan historis digunakan untuk mengkaji konsep kecemasan dalam Al-Qur'an. Sementara itu, pendekatan psikologis digunakan untuk menganalisis kecemasan dalam Al-Qur'an melalui perspektif psikoanalisis Sigmund Freud, khususnya dalam kaitannya dengan teori kecemasan. Pendekatan ini bertujuan untuk memahami ayat-ayat yang memuat konsep kecemasan melalui sudut pandang psikologis, yakni aspek-aspek kejiwaan. Dalam pendekatan ini, fokus material adalah manusia sebagai subjek yang mengalami kecemasan, sebagaimana digambarkan dalam Al-Qur'an.⁴³

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kepustakaan (*library research*), yaitu serangkaian aktivitas ilmiah yang difokuskan pada pengumpulan data dan informasi dari sumber-sumber pustaka. Prosesnya mencakup membaca, mencatat, serta menganalisis bahan-bahan literatur

⁴³ M. Djamal, *Paradigma Penelitian Kualitatif*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2015), 123.

yang relevan. Penelitian ini tidak melibatkan observasi lapangan, melainkan terbatas pada penelusuran data dari berbagai referensi seperti buku, ensiklopedia, kitab tafsir, jurnal ilmiah, artikel, dan sumber-sumber tertulis lainnya.⁴⁴

Dalam pelaksanaan penelitian ini, metode yang diterapkan adalah metode kualitatif, yang bertujuan untuk memahami dan mendeskripsikan fenomena secara mendalam berdasarkan kajian teks dan isi literatur yang dianalisis.

B. Sumber data

Dalam penelitian ini, jenis data yang diperoleh mencakup data primer dan data sekunder, yang dijadikan sebagai sumber utama dalam metode pengumpulan data serta menjadi bahan pertimbangan dalam analisis.

1. Sumber data primer

Sesuai dengan judul “Pandangan Al-Qur’an Sebagai *Syifa’* Dalam Mengatasi Kecemasan (Analisis Integratif dengan Teori Kecemasan Sigmund Freud)”. Sumber data primer dalam penelitian ini berasal dari ayat-ayat Al-Qur’an yang memiliki keterkaitan dengan tema utama, serta merujuk pada kitab-kitab tafsir otoritatif seperti Tafsir Al-Misbah, Tafsir Ibnu Katsir, Tafsir Al-Munir, dan lainnya.

⁴⁴ Mestika Zed, *Metode Penelitian Kepustakaan*, (Jakarta: Yayasan Obor Indonesia, 2004), 2 -3.

2. Sumber data sekunder

Sementara itu, data sekunder diperoleh dengan mengumpulkan informasi dari referensi yang relevan, seperti artikel, jurnal, situs web, buku, serta berbagai sumber lain yang terkait.

C. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data adalah langkah kunci dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah untuk memperoleh data.⁴⁵

Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan melalui studi kepustakaan (library research), dengan langkah-langkah sebagai berikut:

1. Mengidentifikasi dan mengumpulkan ayat-ayat Al-Qur'an yang berkaitan dengan konsep *syifa'* (penyembuhan) dan tema-tema kecemasan.
2. Menghimpun penafsiran dari berbagai kitab tafsir serta pendapat para ulama dan pakar tafsir yang membahas ayat-ayat tersebut.

⁴⁵ Prof Dr. Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2019), 296.

3. Mengumpulkan data dari teori-teori Sigmund Freud tentang kecemasan, termasuk sumber-sumber sekunder seperti jurnal, artikel ilmiah, dan karya ilmiah terdahulu yang relevan.
4. Menelaah penelitian-penelitian sebelumnya yang berkaitan dengan integrasi antara pendekatan Al-Qur'an dan psikologi, khususnya teori psikoanalisis.

D. Analisis Data

Penelitian ini menggunakan teknik deskriptif-analitis, karena metode deskriptif merupakan model analisis yang sederhana dan mudah diterapkan.⁴⁶ Selain itu, metode analisis ini menggambarkan fakta dan objek penelitian secara sistematis dan akurat. Karena penelitian ini merupakan kajian tafsir tematik dengan metode maudhu'i yang menggunakan perspektif Al-Farmawi, menurut Abd al-Hayy al-Farmawi, pentingnya tafsir tematik di era modern ini dijelaskan dalam pengantar kitabnya *Al-Bidayah fi al-Tafsir al-Mawdu'i*.

Langkah-langkah penelitian tafsir yang digunakan oleh Al-Farmawi adalah sebagai berikut:

1. Menentukan tema: "*Syifa'* dalam Al-Qur'an".
2. Mengumpulkan ayat-ayat yang berkaitan dengan tema, yaitu "*syifa'*" dan ayat yang berhubungan dengan konsep penyembuhan.

⁴⁶ Subandi, Qualitative Description as One Method in Performing Arts Study, *Jurnal I Harmonia*, Vol.11, No. 19 2011, 173–79.

3. Memahami hubungan (munasabah) ayat-ayat tersebut dalam konteks surat masing-masing.
4. Menyusun kerangka tema pembahasan secara lengkap.
5. Menarik kesimpulan dari makna ayat-ayat *syifa'*.⁴⁷

E. Tahap – Tahap Penelitian

1. Tahap Penentuan Topik

Topik yang diteliti dalam pembahasan ini pandangan Al-Qur'an sebagai *Syifa'* dalam mengatasi kecemasan analisis integratif dengan teori kecemasan Sigmund Freud. Proses ini melibatkan bagaimana Al-Qur'an memberikan panduan sebagai penyembuh kecemasan, serta bagaimana konsep tersebut dapat dikaitkan dengan pemikiran Freud mengenai kecemasan dalam psikologi modern.

2. Tahap Pengumpulan Sumber Data

Mengumpulkan data dari ayat-ayat Al-Qur'an, tafsir, buku, jurnal, artikel, dan sumber literatur lainnya yang relevan.

3. Tahap Pelaksanaan Penelitian

Setelah menentukan topik dan mengumpulkan sumber data, peneliti melanjutkan dengan melakukan kajian pustaka dan menyusun kesimpulan untuk mencapai hasil akhir yang diharapkan.

⁴⁷ Abd. Al-Hayy Al-Farmawi, *Metode Tafsir Maudhu'i*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 1994), 45-46

BAB IV

PEMBAHASAN

A. Ayat – ayat *Syifā'* dalam Al-Qur'an

Al-Qur'an secara jelas mengungkapkan dirinya sebagai *syifā'* (obat atau penyembuh). Kata *syifa'* disebut sebanyak 6 kali dalam Al-Qur'an, yaitu dalam surat Yunus (10:57), An-Nahl (16:69), As-Syu'ara (26:80), At-Taubah: 14, Al-Isra (17:82) dan Fushilat (41:44). Secara eksplisit Al-Qur'an disebut sebagai *syifa*, namun para ulama berbeda pendapat mengenai jenis penyakit yang bisa disembuhkannya. Ada yang mengatakan bahwa Al-Qur'an hanya sebagai obat untuk penyakit hati adapula yang mengatakan obat untuk penyakit jasmani. atau bisa jadi keduanya.

1. Surat Yunus (10:57)

يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَتْكُمْ مَوْعِظَةٌ مِّن رَّبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِّمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ
لِّلْمُؤْمِنِينَ ﴿٥٧﴾

Artinya : “Wahai manusia, sungguh telah datang kepadamu pelajaran (Al-Qur'an) dari Tuhanmu, penyembuh bagi sesuatu (penyakit) yang terdapat dalam dada, dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang mukmin”.⁴⁸

a. Munasabah

Keterkaitan ayat ini antara Surah Yunus dan Surah Fussilat terletak pada penjelasan mengenai fungsi Al-Qur'an sebagai sumber

⁴⁸ nuonline “Yunus ayat 57” <https://quran.nu.or.id/yunus/57>

pelajaran, penyembuh, petunjuk, dan rahmat. Menurut Thahir Ibn ‘Asyur, ayat ini memberikan gambaran tentang hubungan jiwa manusia dengan Al-Qur’an.⁴⁹

Hal ini sejalan dengan penggunaan istilah insan dalam Al-Qur’an yang merujuk pada manusia secara utuh, mencakup aspek jasmani dan rohani. Perbedaan antara satu individu dengan individu lainnya disebabkan oleh keragaman dalam aspek fisik, psikologis, dan intelektual. Dengan kata lain, istilah al-insan menunjukkan kesatuan manusia sebagai makhluk yang terdiri dari tubuh dan jiwa. Keseimbangan antara dua unsur ini, ditambah dengan berbagai potensi yang dimilikinya, menjadikan manusia sebagai ciptaan Allah yang istimewa, unik, sempurna, serta memiliki kepribadian yang berbeda-beda dan sifat yang dinamis, sehingga layak untuk mengemban tugas sebagai khalifah di bumi.

b. Penafsiran

Mau’izhah dalam ayat ini berarti nasihat yang mengajak pada kebaikan dan mencegah keburukan dengan ungkapan yang menyentuh hati. Allah menjadikan Al-Qur’an sebagai *mau’izhah* untuk membimbing manusia secara langsung sebagai *Rabb*. Dari fungsi ini, lahir peran Al-Qur’an lainnya: *syifa’*, *huda*, dan *rahmah*. *Mau’izhah* dan *huda* dapat dipahami secara akal, sedangkan *syifa’* dan *rahmah* adalah

⁴⁹ Abdul Ghaffar, Manusia Dalam Perspektif Al-Qur’an, *Jurnal Tafseer*, Vol. 4, No. 2, 2016, 236. <https://doi.org/10.24252/jt.v4i2.2775>

karunia ilahi di luar jangkauan logika.⁵⁰ Menurut Imam asy-Sya'rawi bahwa fungsi Al-Qur'an sebagai *syifa'* adalah untuk menyembuhkan berbagai penyakit hati seperti iri, kikir, dan sebagainya, karena sikap dan ucapan seseorang berawal dari kondisi emosional hatinya. Semakin kuat hubungan seseorang dengan Al-Qur'an, maka Allah akan membersihkan hatinya dari penyakit-penyakit tersebut dan membentuknya menjadi pribadi yang berakhlak mulia. *Syifa'* disebut lebih dahulu sebagai pengaruh dari *mau'izhah* karena hati yang bersih akan lebih mudah menerima petunjuk menuju jalan kebaikan (*huda*). Dalam penjelasannya, Imam asy-Sya'rawi membedakan antara makna *syifa'* dan *rahmah*; *syifa'* berfungsi untuk mengeluarkan penyakit dari dalam hati, sementara *rahmah* adalah bentuk kasih sayang Allah berupa bimbingan agar penyakit yang sama tidak kembali menyerang.⁵¹

Menurut M. Quraish Shihab, ayat ini menekankan bahwa Al-Qur'an berperan sebagai penyembuh bagi segala sesuatu yang tersimpan di dalam dada manusia. Istilah "dada" yang dipahami sebagai "hati" menunjukkan bahwa wahyu Ilahi memiliki fungsi utama dalam menyembuhkan berbagai penyakit batiniah, seperti keraguan, iri hati, kesombongan, dan sebagainya. Dalam pandangan Al-Qur'an, hati merupakan pusat perasaan cinta maupun benci, kehendak ataupun penolakan. Selain itu, hati juga dianggap sebagai sarana untuk

⁵⁰ Sehat Sulthoni Dalimunthe, *Filsafat Pendidikan Anak*, Depublish, (Yogyakarta: 2016), 284.

⁵¹ Muhammad Muthawalli Asy-Sya'rawi, *Tafsir Asy-Sya'rawi al-Khawathir*, (Kairo, 1997), 6004.

memahami yakni membaca menggunakan mata hati. Ia mampu menghadirkan ketenteraman ataupun kegelisahan, serta menjadi tempat bersemayamnya sifat-sifat luhur maupun buruk.⁵²

Menurut Wahbah az-Zuhaili, ayat ini mencakup berbagai ajaran dan nasihat tentang akhlak mulia serta amal perbuatan yang baik, sekaligus menjadi penghalang dari perilaku keji dan tercela. Sebagaimana firman Allah dalam QS. Ali 'Imran ayat 183 yang menyatakan bahwa Al-Qur'an adalah penjelasan yang jelas bagi seluruh umat manusia, petunjuk, serta pelajaran bagi orang-orang yang beriman. Al-Qur'an juga berperan sebagai penyembuh bagi hati dari berbagai penyakit spiritual seperti keraguan, keyakinan yang salah, kemunafikan, kekufuran, serta kerusakan akidah dan akhlak. Ini sejalan dengan firman Allah dalam QS. Al-Isra' ayat 82, yang menyebut bahwa Al-Qur'an diturunkan sebagai penyembuh dan rahmat bagi orang-orang beriman, sementara bagi orang-orang zalim hanya menambah kerugian. Al-Qur'an juga memberikan petunjuk menuju kebenaran, keyakinan yang lurus, dan jalan yang benar yang dapat mengantarkan pada kebahagiaan dunia dan akhirat, sebagaimana ditegaskan dalam QS. Fushshilat ayat 44, bahwa Al-Qur'an adalah petunjuk dan penyembuh bagi orang-orang yang beriman, serta rahmat khusus bagi mereka.⁵³

⁵² M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah*, 102.

⁵³ Wahbah Az-Zuhaili, *At-Tafsir Al-Munir: "fi al-'Aqidah wa al-Syarī'ah wa al-Manhaj"*, terj. Abdul Hayyie al Kattani, dkk. *Tafsir al-Munir: Aqidah, Syariah dan Manhaj*, (Cet ke 1, Jilid 6; Jakarta: Gema Insan, 2015 cet 1), hlm. 199. 402-403.

2. Surat An-Nahl (16:69)

ثُمَّ كُلِّي مِنْ كُلِّ الثَّمَرَاتِ فَاسْلُكِي سُبُلَ رَبِّكِ ذُلُلًا يَخْرُجُ مِنْ بُطُونِهَا شَرَابٌ مُخْتَلِفٌ
أَلْوَانُهُ ۗ فِيهِ شِفَاءٌ لِلنَّاسِ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَةً لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ ﴿٦٩﴾

Artinya: “Kemudian, makanlah (wahai lebah) dari segala (macam) buah-buahan lalu tempuhlah jalan-jalan Tuhanmu yang telah dimudahkan (bagimu).” Dari perutnya itu keluar minuman (madu) yang beraneka warnanya. Di dalamnya terdapat obat bagi manusia. Sesungguhnya pada yang demikian itu benar-benar terdapat tanda (kebesaran Allah) bagi kaum yang berpikir.”⁵⁴

a. Munasabah

Munasabah ayat ini mengikuti pandangan as-Suyuthi yang menyatakan bahwa "Setiap surah sebelumnya merupakan pengantar bagi surah setelahnya", maka Surah an-Nahl dapat dipandang sebagai pengantar bagi Surah al-Isra. Dalam hal ini, Allah SWT memilih lebah sebagai simbol dari keajaiban ciptaan-Nya, yang berfungsi sebagai pendahuluan terhadap keajaiban besar dalam peristiwa Isra' Mi'raj yang dialami oleh Nabi Muhammad SAW. Nabi digambarkan sebagai manusia yang utuh dan sempurna, sebagaimana perumpamaan seorang Mukmin yang disebut oleh Rasulullah SAW sebagai serupa dengan lebah: hanya memakan yang baik dan indah, mengisap sari bunga yang menghasilkan sesuatu yang bermanfaat seperti madu yang menjadi minuman sekaligus penyembuh bagi berbagai penyakit, tidak hinggap di

⁵⁴ Nuonline “An-Nahl ayat 69” <https://quran.nu.or.id/an-nahl/69>

tempat kotor, tidak mengganggu kecuali bila diganggu, dan jika menyengat, sengatannya pun mengandung manfaat sebagai obat.⁵⁵

b. Penafsiran

Dan firman Allah SWT (di dalamnya terdapat penyembuh bagi manusia) menunjukkan bahwa manusia mengalami berbagai jenis penyakit yang berbeda-beda, tergantung kondisi masing-masing individu, demikian pula cara penanganannya yang juga bervariasi sesuai dengan penyebab penyakit tersebut. Lalu, bagaimana mungkin satu jenis minuman bisa menjadi obat bagi semua penyakit? Jawabannya adalah: karena Allah-lah yang menciptakan minuman tersebut dengan kekuasaan-Nya, dalam bentuk yang beragam – baik dari segi warna, bentuk, rasa, maupun kandungannya. Jadi, bukan berarti semua orang meminum satu jenis racikan yang sama, melainkan minuman itu memiliki keanekaragaman yang sesuai dengan kebutuhan masing-masing orang, seolah-olah setiap individu mendapat obat yang tepat bagi dirinya dari satu sumber yang sama.⁵⁶

Menurut M. Quraish Shihab dalam Al-Qur'an, satu-satunya makanan/minuman yang secara eksplisit disebut mengandung obat bagi manusia adalah madu, sebagaimana tercantum dalam frasa *fhi syifā' linnās* ("di dalamnya terdapat penyembuh bagi manusia").

⁵⁵ Nurul Hikmah, "Syifa dalam Perspektif Al-Qur'an (Kajian Surat al-Isra' 17:82, Yunus 10:57, dan an-Nahl 16:59 dalam Tafsir al-Misbah)". *Skripsi*, UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2010.

⁵⁶ Asy-Sya'rawi, *Tafsir Asy-Sya'rawi al-Khawathir*, 8053.

Para ulama menafsirkannya sebagai isyarat bahwa madu memiliki khasiat penyembuhan. Namun, dalam praktik medis modern, seperti pada penderita diabetes, madu tidak selalu direkomendasikan, sehingga pemahaman kata *an-nās* (manusia) pada ayat tersebut diartikan sebagai sebagian manusia. Ayat ini juga berkaitan erat dengan sistem kerja lebah yang menakjubkan dan menjadi tanda kekuasaan Allah bagi orang-orang yang berpikir. Dari perut lebah keluar cairan beraneka warna (madu) yang bermanfaat bagi kesehatan. Madu terbukti mengandung glukosa dan fruktosa tinggi, yang mudah diserap tubuh, serta kaya vitamin, khususnya B kompleks, yang berfungsi sebagai penguat dan mempercepat proses penyembuhan berbagai penyakit.⁵⁷

Wahbah az-Zuhaili menafsirkan kata *syifā'* yang berbentuk nakirah (indefinitif) sebagai isyarat bahwa madu memiliki potensi menjadi obat bagi berbagai macam penyakit. Ketika madu dikombinasikan dengan bahan obat lainnya, ia dapat menjadi salah satu unsur penting dalam penyembuhan. Lebah mengumpulkan sari dari berbagai jenis buah, baik yang manis maupun yang memiliki rasa pahit-manis, dan mengolahnya menjadi madu. Saat lebah mencari nektar, tanpa disadari sayapnya juga membantu proses penyerbukan tanaman. Dari dalam tubuh lebah, keluarlah madu yang memiliki variasi warna seperti putih, kuning, atau merah,

⁵⁷ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah*, 203-204.

tergantung dari sumber makanannya. Madu ini mengandung banyak manfaat kesehatan dan berfungsi sebagai penyembuh bagi berbagai penyakit. Selain dikonsumsi langsung, madu juga sering dijadikan bahan campuran dalam pembuatan obat dan suplemen kesehatan.⁵⁸

3. Surat As-Syu'ara' (26:80)

وَإِذَا مَرِضْتُ فَهُوَ يَشْفِينِ ﴿٨٠﴾

Artinya: “Apabila aku sakit, Dialah yang menyembuhkanku.”⁵⁹

a. Munasabah

Munasabah (keterkaitan) antara Surat Asy-Syu'ara' ayat 80 dengan ayat-ayat sebelumnya adalah bahwa ayat ini, yang berbunyi "Wa iżā mariḍtu fa huwa yasyfīn" (Dan apabila aku sakit, Dialah yang menyembuhkanku), adalah bagian dari rangkaian doa Nabi Ibrahim. Setelah memohon kepada Allah agar diselamatkan dari kesyirikan dan diberi keberkahan di dunia dan akhirat, Ibrahim juga memohon kesembuhan ketika sakit. Hal ini menunjukkan bahwa Nabi Ibrahim mengakui Allah sebagai satu-satunya Dzat yang berkuasa atas segala sesuatu, termasuk kesembuhan dari penyakit.

b. Penafsiran

Ketika Allah berfirman, "Dan ketika aku sakit, Dialah yang menyembuhkan" (QS. Asy-Syu'ara: 80), muncul pertanyaan: mengapa kita tetap pergi ke dokter? Jawabannya, dokter hanyalah

⁵⁸ Wahbah Az-Zuhaili, *At-Tafsir Al-Munir*, 419.

⁵⁹ nuonline “As-Syu'ara' ayat 80” <https://quran.nu.or.id/asy-syuara#80>

perantara atau sebab, sedangkan kesembuhan sejatinya berasal dari Allah. Ini terbukti karena dokter pun bisa jatuh sakit dan tidak mampu menyembuhkan dirinya sendiri.

Dalam analisis bahasa (*i'rab*) kata *maridhtu* ("aku sakit"), kata kerja *maradha* adalah *fi'il madhi* (kata kerja lampau), dan huruf ta menunjukkan pelaku. Namun, apakah berarti manusia "menyebabkan dirinya sakit"? Tidak. Ini seperti ucapan "si fulan mati", padahal ia bukan penyebab kematiannya. Dalam konteks ini, pelaku bukan berarti orang yang melakukan secara aktif, melainkan yang mengalami sifat tersebut. Ucapan "aku sakit" menunjukkan adab kepada Allah. Kita tidak menyandarkan penyakit itu kepadanya secara langsung, sebagai bentuk penghormatan. Sementara dalam hal yang tidak bisa dibantah seperti kematian, Al-Qur'an menyebutkan langsung: "yang mematikanku", tanpa bentuk adab seperti sebelumnya.⁶⁰

Menurut M. Quraish Shihab ayat ini mengisahkan pernyataan Nabi Ibrahim a.s. mengenai penyakit dan kesembuhan. Penekanan pada penyembuhan terlihat dalam kata *yasyfīn* (yang menyembuhkan), yang berbentuk *fi'il mudhāri'* (kata kerja yang menunjukkan waktu kini atau masa depan). Kata *syifā'* (kesembuhan) diposisikan berlawanan dengan *maradh* (penyakit). Pertanyaannya kemudian adalah: mengapa Nabi Ibrahim

⁶⁰ Asy-Sya'rawi, *Tafsir Asy-Sya'rawi al-Khawathir*, 10592

menyandarkan sakit pada dirinya sendiri, namun kesembuhan dikaitkan langsung dengan Allah? Menurut M. Quraish Shihab, hal ini karena kesembuhan adalah sesuatu yang positif dan mulia, sehingga pantas dikaitkan dengan Allah. Sebaliknya, penyakit dianggap sebagai sesuatu yang kurang baik, sehingga tidak disandarkan langsung kepada-Nya. Inilah bentuk ajaran Nabi Ibrahim yang menunjukkan bahwa segala kebaikan berasal dari Allah, sedangkan hal-hal buruk perlu dicari penyebabnya dalam diri manusia sendiri.

Wahbah az-Zuhaili dalam menafsirkan ayat ini menjelaskan bahwa Nabi Ibrahim a.s. menyandarkan penyakit kepada dirinya sendiri dan tidak mengatakan "Allah yang membuatku sakit" sebagai bentuk adab atau etika kepada Allah SWT. Meskipun pada hakikatnya, baik sakit maupun kesembuhan keduanya merupakan kehendak dan ketetapan Allah. Semua terjadi atas kuasa-Nya. Hal ini sebagaimana dalam firman Allah SWT dalam surat al-Fatihah ayat 6-7, di mana umat Islam diajarkan untuk memohon petunjuk kepada jalan yang lurus dan dijauhkan dari jalan orang-orang yang dimurkai dan disesatkan, menunjukkan pentingnya adab dan kesadaran akan kuasa Allah dalam segala hal.⁶¹

⁶¹ Wahbah Az-Zuhaili, *At-Tafsir Al-Munir*, 717.

4. Surat At-Taubah (9:14)

فَاتْلُوهُمْ يُعَذِّبُهُمُ اللَّهُ بِأَيْدِيكُمْ وَيُخِزَّهُمْ وَيُنصِّرْكُمْ عَلَيْهِمْ وَيَشْفِ صُدُورَ قَوْمٍ مُّؤْمِنِينَ

﴿١٤﴾

Artinya: “Perangilah mereka! Niscaya Allah akan mengazab mereka dengan (perantaraan) tangan-tanganmu, menghinakan mereka, dan memenangkan kamu atas mereka, serta melegakan hati kaum mukmin.”⁶²

a. Munasabah

Abu Syaikh meriwayatkan dari Qatadah bahwa ayat ini diturunkan berkaitan dengan peristiwa suku Khuza'ah yang membunuh Bani Bakr di Mekah. Ikrimah juga menyatakan bahwa ayat tersebut berhubungan dengan suku Khuza'ah. Sementara as-Suddi menafsirkan bagian ayat yang berbunyi "...serta melegakan hati orang-orang beriman" sebagai merujuk pada suku Khuza'ah yang merupakan sekutu Nabi Muhammad saw., di mana Allah memberikan ketenangan hati kepada mereka melalui pembalasan terhadap Bani Bakr.⁶³

b. Penafsiran

Menurut Asy-Sya'rawi dalam ayat ini, sesungguhnya kemenangan yang diperoleh oleh kaum mukminin dengan pertolongan Allah dalam menghadapi kaum kafir akan menjadi penawar bagi luka batin mereka. Allah menyembuhkan hati orang-

⁶² nuonline “At-Taubah ayat 14” <https://quran.nu.or.id/at-taubah#14>

⁶³ Sholahuddin Alby, “Makna Syifa’ Dalam Al-Qur’an (Studi komparatif penafsiran M. Quraish Shihab dan Asy-Sya’rawi)”. *Skripsi*, PTIQ Jakarta, 2020.

orang beriman yang sebelumnya direndahkan dan dimusuhi oleh kaum kafir. Kemenangan ini meredakan gejolak amarah dan rasa sakit yang selama ini mengendap dalam dada mereka. Dengan kata lain, perlawanan terhadap kaum kafir tidak hanya memberikan kekalahan dan rasa malu kepada musuh, namun juga menjadi sarana penyembuhan bagi hati kaum mukmin yang selama ini dipenuhi kemarahan akibat ketidakadilan yang mereka alami. Oleh sebab itu, Allah menegaskan dalam firman-Nya bahwa Dia menghilangkan kemarahan dari hati mereka dan menerima taubat mereka.⁶⁴

Menurut M. Quraish Shihab dalam kitabnya menafsirkan, setelah menyebutkan tiga alasan utama yang mewajibkan kaum Muslimin untuk berperang—yakni pembatalan perjanjian oleh kaum musyrik, usaha mereka yang keras untuk mengusir Nabi Muhammad Saw. dari Mekah (baik sebelum maupun sesudah hijrah), serta tindakan mereka yang memulai permusuhan dan kekerasan—Allah memerintahkan, “Perangilah mereka.” Melalui perantaraan usaha kaum Muslim seperti membunuh, melukai, menawan, dan merampas harta mereka, Allah akan menimpakan siksaan kepada kaum musyrik. Selain itu, Allah akan menghinakan mereka di dunia dan akhirat, memberi kemenangan kepada kaum Muslimin, menenangkan hati orang-orang beriman, dan meredakan amarah yang terpendam akibat kezaliman kaum musyrik.

⁶⁴ Asy-Sya'rawi, *Tafsir Asy-Sya'rawi al-Khawathir*, 4924

Selanjutnya, Allah juga akan menerima tobat siapa saja yang Dia kehendaki dari kalangan musyrik atau munafik yang sebelumnya memusuhi Islam, dan jika mereka bertobat, maka mereka akan menjadi saudara seiman.⁶⁵

Wahbah az-Zuhaili menafsirkan bahwa perintah “Perangilah mereka” ditujukan kepada seluruh kaum mukminin. Jika mereka melaksanakan perintah tersebut, Allah akan menghancurkan musuh-musuh mereka melalui tangan kaum Muslimin, mempermalukan mereka melalui pembunuhan, penawanan, dan kekalahan, serta memberikan kemenangan kepada kaum mukmin. Ini juga akan menenangkan hati orang-orang beriman yang selama ini menahan kemarahan akibat kezaliman orang-orang musyrik di Mekah, seperti Bani Khuza’ah, sekutu Nabi Muhammad saw., sebagaimana dijelaskan oleh Mujahid. Allah juga akan meredakan amarah yang ada dalam dada kaum mukmin akibat kelicikan, kekejaman, dan gangguan yang dilakukan oleh kaum musyrik. Perbedaan antara “lega hati” dan “hilangnya panas hati” adalah bahwa yang pertama menunjukkan rasa senang atas kemenangan yang telah dijanjikan Allah, sementara yang kedua menghilangkan dampak psikologis dari kezaliman yang sebelumnya mereka alami.⁶⁶

⁶⁵ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah*, 543-544.

⁶⁶ Wahbah Az-Zuhaili, *At-Tafsir Al-Munir*, 402-403.

5. Surat Al-Isra' (17:82)

وَنُنزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ وَلَا يَرْيَدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا ﴿٨٢﴾

Artinya : “Kami turunkan dari Al-Qur’an sesuatu yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang-orang mukmin, sedangkan bagi orang-orang zalim (Al-Qur’an itu) hanya akan menambah kerugian.”⁶⁷

a. Munasabah

Munasabah ayat ini berkaitan erat dengan ayat-ayat sebelumnya, yang ditunjukkan oleh penggunaan huruf wawu pada awal ayat sebagai *wawu isti'nafiyah* (penghubung permulaan). Dengan pemahaman ini, ayat tersebut seakan menyatakan: “Bagaimana mungkin kebenaran tidak menjadi kuat dan kebatilan tidak lenyap, padahal Kami telah menurunkan Al-Qur’an sebagai penyembuh bagi keraguan serta penyakit-penyakit batin, dan sebagai rahmat bagi orang-orang beriman. Adapun bagi orang-orang zalim, Al-Qur’an hanya menambah kerugian akibat kekufuran mereka.”⁶⁸

b. Penafsiran

Menurut penafsiran Quraish Shihab ayat tersebut mengungkapkan keistimewaan Al-Qur’an serta perannya sebagai bukti kerasulan Nabi Muhammad saw. Al-Qur’an berfungsi sebagai penyembuh bagi berbagai penyakit kejiwaan. Istilah *syifa'* (شِفَاءٌ) umumnya diartikan sebagai kesembuhan atau obat, namun juga dapat

⁶⁷ nuonline “Al-Isra’ ayat 82”, <https://quran.nu.or.id/al-isra/82>

⁶⁸ Dewan Redaksi Ensiklopedia Islam, *Ensiklopedia Islam*, PT. Ichtiar Baru Van Houve, (Jakarta, 1996), Jilid 2, 431

dimaknai sebagai bentuk pelengkap terhadap kekurangan atau kebingungan dalam menemukan jalan menuju kebaikan.⁶⁹ Yang dimaksud dengan penawar di sini adalah obat bagi penyakit-penyakit ruhani atau kejiwaan yang dapat berpengaruh pada kondisi fisik, serta penawar bagi kesesatan. Secara ringkas, yang dimaksud dengan penawar dalam ayat ini adalah penyembuh bagi berbagai penyakit hati atau gangguan rohani, bukan penyakit fisik.⁷⁰

Al-Qur'an juga menjadi rahmat bagi orang-orang beriman karena di dalamnya terkandung pengetahuan yang meyakinkan, yang mampu menghapus segala keraguan dan kebodohan. Selain itu, Al-Qur'an berisi nasihat dan peringatan yang dapat mengendalikan hawa nafsu yang bertentangan dengan perintah ALLAH Swt. Al-Qur'an pun berfungsi sebagai penyembuh bagi tubuh yang sedang sakit atau mengalami penderitaan, karena di dalamnya terdapat berbagai sebab dan cara untuk meraih rahmat. Jika seorang hamba mengamalkannya, maka ia akan mendapatkan rahmat, kebahagiaan yang hakiki, serta ganjaran baik di dunia maupun di akhirat.⁷¹

Ibnu Katsir menjelaskan bahwa Al-Qur'an diturunkan kepada Nabi Muhammad SAW dengan tujuan menjadi penyembuh dan sumber rahmat. Al-Qur'an memiliki kekuatan untuk mengobati berbagai penyakit hati, seperti keraguan, kemunafikan, serta perilaku yang

⁶⁹ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah*, 529-530

⁷⁰ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah*, 530

⁷¹ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah*, 535

menyimpang dari nilai-nilai Islam. Sebagai penawar bagi gangguan spiritual, Al-Qur'an memberikan jalan keluar untuk mengatasi persoalan-persoalan batin yang dialami manusia.⁷²

Imam asy-Sya'rawi dalam tafsirnya menjelaskan bahwa ayat ini menggambarkan dua sikap manusia terhadap Al-Qur'an. Bagi orang beriman, Al-Qur'an menjadi obat dan rahmat, sedangkan bagi orang zhalim justru menjadi kerugian, karena keengganan mereka untuk menerima dan mempelajarinya. Hal ini selaras dengan Surat at-Taubah ayat 124–125, yang menyatakan bahwa keimanan akan bertambah bagi orang beriman, namun kekafiran akan meningkat bagi mereka yang hatinya berpenyakit. Dalam tafsir ini, *syifa'* diartikan sebagai proses penyembuhan dari penyakit, sementara *rahmah* bermakna sebagai bentuk pencegahan agar tidak kembali terjangkit penyakit. Selain menyembuhkan penyakit rohani, *syifa'* juga dapat dimaknai sebagai penyembuh jasmani, sebagaimana dijelaskan dalam hadis yang menyatakan bahwa Al-Qur'an adalah kalam Allah yang memiliki kekuasaan atas segala sesuatu.⁷³

Menurut Wahbah az-Zuhaili, segala hal yang bersumber dari Al-Qur'an menjadi penyembuh bagi kaum mukmin. Melalui Al-Qur'an, keimanan mereka diperkuat dan ajaran agama mereka disempurnakan. Kitab suci ini membersihkan hati dari berbagai penyakit seperti

⁷² Ibnu Katsir, *Tafsir Ibn Katsir, vol.5 (Dar Thayyibah, 1420 H)*, 112.

⁷³ Muhammad Mutawali Asy-Sya'rawi, *Tafsir Asy-Sya'rawi*, 8710.

keraguan, kemunafikan, kesyirikan, kesesatan, kekufuran, dan kebodohan. Al-Qur'an menjadi obat yang menyembuhkan semua itu, sekaligus menjadi rahmat bagi mereka yang beriman, membenarkan, dan mengikuti ajarannya. Sebaliknya, bagi orang-orang kafir yang menzalimi diri mereka sendiri, mendengar Al-Qur'an justru semakin menjauhkan mereka dari iman, karena kekafiran telah mengakar dalam hati mereka.⁷⁴

Para ulama memiliki dua pandangan terkait Al-Qur'an sebagai penyembuh. Pandangan pertama menyatakan bahwa Al-Qur'an merupakan obat bagi hati, karena dapat menghilangkan kebodohan dan keraguan, serta membuka tirai yang menutupi hati agar mampu memahami tanda-tanda kekuasaan Allah dan mukjizat-Nya. Sementara itu, pandangan kedua menyebut bahwa Al-Qur'an juga dapat menjadi penyembuh secara lahiriah, melalui penggunaannya dalam ruqyah, perlindungan, dan semacamnya. Nabi Muhammad SAW pun membenarkan penggunaan Al-Qur'an sebagai media penyembuhan, termasuk membacakan surah Al-Fatihah tujuh kali untuk meruqyah orang sakit.⁷⁵

⁷⁴ Wahbah Az-Zuhaili, *At-Tafsir Al-Munir*, 156

⁷⁵ Wahbah Az-Zuhaili, *At-Tafsir Al-Munir*, 160

6. Surah Fussilat (41:44)

وَلَوْ جَعَلْنَاهُ قُرْآنًا أَعْجَمِيًّا لَقَالُوا لَوْلَا فُصِّلَتْ آيَاتُهُ ۗ أَأَعْجَمِيٌّ وَعَرَبِيٌّ ۗ قُلْ هُوَ لِلَّذِينَ آمَنُوا هُدًى وَشِفَاءً ۗ وَالَّذِينَ لَا يُؤْمِنُونَ فِي آذَانِهِمْ وَقْرٌ وَهُوَ عَلَيْهِمْ عَمًى ۗ أُولَٰئِكَ يُنَادَوْنَ مِنْ مَّكَانٍ بَعِيدٍ ﴿٤٤﴾

Artinya : “Seandainya Kami menjadikannya (Al-Qur’an) bacaan dalam bahasa selain Arab, niscaya mereka akan mengatakan, “Mengapa ayat-ayatnya tidak dijelaskan (dengan bahasa yang kami pahami)?” Apakah patut (Al-Qur’an) dalam bahasa selain bahasa Arab, sedangkan (rasul adalah) orang Arab? Katakanlah (Nabi Muhammad), “Al-Qur’an adalah petunjuk dan penyembuh bagi orang-orang yang beriman, sedangkan orang-orang yang tidak beriman, pada telinga mereka ada penyumbat dan mereka buta terhadapnya (Al-Qur’an). Mereka itu (seperti) orang-orang yang dipanggil dari tempat yang jauh.”⁷⁶

a. Munasabah

Surah Fussilat ayat 44 menjelaskan bahwa Al-Quran adalah petunjuk dan penyembuh bagi orang-orang yang beriman, sedangkan bagi orang-orang kafir, Al-Quran menjadi penghalang dan kegelapan. Konteks ayat ini dalam surah Fussilat adalah tentang bagaimana Al-Quran diturunkan sebagai rahmat dan petunjuk, namun sebagian orang menolaknya dan menutup diri dari petunjuk tersebut.

b. Penafsiran

Menurut penafsiran Quraish Shihab ayat ini menggambarkan sikap keras kepala kaum musyrik yang mengusulkan agar Al-Qur’an

⁷⁶ nuonline “Fushshilat ayat 44” <https://quran.nu.or.id/fushshilat/44>

diturunkan dalam bahasa non-Arab agar lebih jelas kebenarannya. Namun, seandainya pun hal itu terjadi, mereka tetap akan menolaknya dan meminta penjelasan lebih lanjut. Kata *qur'ānan* dalam ayat ini bermakna sebagai “bacaan”, bukan secara istilah sebagai kitab suci. Adapun kata *a'jamiyy* berasal dari *ujmah*, yang berarti ketidakjelasan dalam bahasa—digunakan untuk menyebut orang yang tidak berbahasa Arab dengan fasih. Ayat “*Qul huwa lilladzīna āmanū hudan wa syifā'*” menegaskan bahwa pengaruh Al-Qur'an tidak terletak pada bahasanya, melainkan pada respons pendengarnya. Bagi orang yang beriman, Al-Qur'an menjadi petunjuk dan penyembuh, sedangkan bagi yang tidak beriman, mereka tidak akan mendapat manfaat darinya.⁷⁷

Dalam tafsir Asy-Sya'rawi Allah berfirman bahwa jika Al-Qur'an diturunkan dalam bahasa asing selain Arab, tentu orang-orang Arab akan merasa kesulitan memahaminya. Padahal, Al-Qur'an diturunkan dalam bahasa Arab yang merupakan bahasa Nabi Muhammad SAW dan kaumnya, agar lebih mudah dimengerti. Jika pun diturunkan dalam bahasa lain, tetap tidak akan dipahami karena mereka enggan menerima petunjuk. Orang-orang kafir yang menolak Al-Qur'an digambarkan sebagai tuli dan tidak mampu menerima kebaikan, karena hati mereka telah tertutup oleh kesombongan dan syubhat. Maka meskipun Al-Qur'an satu, manfaatnya berbeda-beda tergantung pada kesiapan hati pendengarnya. Ada yang mendengarnya dengan penuh

⁷⁷ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah*, 429-430.

iman dan hati yang lembut, sehingga mendapatkan petunjuk dan penyembuhan. Namun ada juga yang mendengarnya dengan sombong, hingga tidak mendapat pengaruh apa pun.

Hal ini ditegaskan dalam QS. Muhammad: 16, bahwa sebagian orang mendengar perkataan Nabi, tetapi setelah itu mereka bertanya dengan nada meremehkan tentang apa yang dikatakan. Mereka itulah orang-orang yang hatinya telah dikunci oleh Allah. Perbedaan penerimaan terhadap Al-Qur'an digambarkan seperti petani: ada yang menanam di tanah subur dan merawatnya, dan ada yang di tanah tandus tanpa hasil. Maka, keberhasilan dalam mengambil manfaat dari Al-Qur'an sangat tergantung pada kesiapan hati dan kesungguhan penerimanya.⁷⁸

Wahbah az-Zuhaili menjelaskan bahwa meskipun Al-Qur'an diturunkan dalam bahasa Arab—bahasa kaum Nabi Muhammad SAW—namun tetap saja sebagian dari mereka tidak memahaminya apalagi mengamalkannya. Bahkan jika Al-Qur'an diturunkan dalam bahasa lain, mereka tetap akan mengingkarinya. Mereka justru mempertanyakan mengapa ayat-ayat Al-Qur'an tidak disampaikan dalam bahasa yang mereka pahami, padahal mustahil kitab suci diturunkan dalam bahasa asing sementara Nabi dan kaumnya berbahasa Arab.⁷⁹ Meskipun seluruh lafaz dan makna Al-Qur'an menggunakan

⁷⁸ Asy-Sya'rawi, *Tafsir Asy-Sya'rawi al-Khawathir*, 13638

⁷⁹ Wahbah Az-Zuhaili, *At-Tafsir Al-Munir*, 200

bahasa Arab, kaum musyrik tetap menolaknya. Ini menunjukkan kerasnya kekafiran mereka. Allah kemudian menjelaskan bahwa Al-Qur'an adalah petunjuk dan penyembuh bagi hati yang beriman. Namun, orang-orang kafir menutup diri dari kebenaran; mereka tuli terhadap pesan Al-Qur'an dan tidak memahami isinya. Akibatnya, mereka saling mengingatkan untuk tidak memperhatikannya. Sikap inilah yang membuat mereka terjerumus dalam kegelapan, hingga tidak mampu menangkap bukti dan hidayah, karena mereka sendiri yang memilih berpaling.⁸⁰

Para ulama memiliki pandangan yang beragam tentang konsep Al-Qur'an sebagai *asy-syifā'*. Sebagian besar memahami *syifā'* sebagai obat bagi penyakit batin, namun ada juga yang meyakini bahwa ayat-ayat Al-Qur'an dapat menyembuhkan penyakit jasmani. Berdasarkan uraian beberapa ulama di atas, penulis sependapat dengan para ulama yang berpendapat bahwa Al-Qur'an juga dapat menjadi penyembuh bagi penyakit jasmani dan penyakit ruhani. Di antara ulama tersebut ada yang menjelaskan bahwa *syifā'* tidak hanya bermakna penyuci hati dari penyakit-penyakit seperti kekufuran, kemunafikan, keraguan, syahwat, dan perilaku maksiat, tetapi juga mencakup penyembuhan fisik.

Kata *syifā'* bermakna penyembuh atau obat, yang menandakan bahwa Al-Qur'an berfungsi sebagai sarana untuk menyembuhkan berbagai jenis penyakit, baik yang berkaitan dengan mental, spiritual,

⁸⁰ Wahbah Az-Zuhaili, *At-Tafsir Al-Munir*, 436

moral, maupun fisik. Makna penyembuhan (*syifā'*) dalam Al-Qur'an menjadi sumber kesembuhan bagi siapa saja yang meyakiniya. Dalam hal ini, peran Al-Qur'an sebagai *syifā'* terbagi menjadi dua kategori. Salah satunya bersifat umum, yakni bahwa seluruh kandungan Al-Qur'an baik makna, surat, ayat, maupun hurufnya—mengandung potensi untuk menjadi obat atau penyembuh.⁸¹

Ayat-ayat syifa berfungsi sebagai obat dalam mengatasi kecemasan dengan memberikan ketenangan batin, memperbaiki kondisi psikologis, dan memperkuat spiritualitas. Proses ini berjalan melalui keyakinan, pemahaman, dan pengamalan ajaran Al-Qur'an secara menyeluruh, sehingga kecemasan dapat diredakan dan digantikan dengan ketenangan serta optimisme hidup

B. Konsep Terapi Kecemasan dalam Al-Qur'an

Pada pembahasan sebelumnya, peneliti telah menjelaskan syifa' sebagai penyembuh atau obat baik untuk penyakit jasmani ataupun ruhani, maka selanjutnya dipembahasab ini akan menjelaskan terapi kecemasan dalam Alquran yang dapat memberikan pemahaman yang lebih utuh dalam mengatasi kecemasan.

1. Tawakkal

Tawakal termasuk dalam perkara yang sangat mulia, sebab ia merupakan manifestasi nyata dari tauhid. Sikap ini tidak muncul secara

⁸¹ Rika Mahfudzah, "Kesehatan Jasmani Dalam Al-Qur'an (Studi Tematik Ayat- Ayat Syifā' Dalam Al-Qur'an)," *Jurnal Qaf*, Vol. IV, No. 1 2022, 51–66. <https://doi.org/10.59579/qaf.v4i1.3528>

instan, melainkan merupakan hasil dari proses pembentukan keimanan kepada Allah yang telah dipelihara dan diperkuat selama bertahun-tahun. Dasar utama dari tawakal adalah keyakinan penuh terhadap kekuasaan dan keagungan Allah SWT. Karena itu, tawakal menjadi cerminan sejati dari tauhid. Ibarat pohon tauhid yang tumbuh di dalam hati, seiring waktu ia berkembang dan pada akhirnya menghasilkan buah berupa sikap tawakal.⁸² Ciri orang yang sejati dalam tawakal dapat dilihat dari sikapnya yang pasrah kepada Allah SWT tanpa rasa keluh kesah atau kegelisahan selama berusaha. Walaupun menghadapi tantangan dan ujian hidup, ia tetap optimis dan berusaha dengan penuh kesungguhan. Hal ini disebabkan keyakinannya bahwa setiap ujian dan kesulitan pasti mengandung hikmah yang tersimpan di dalamnya..⁸³

Para ulama menjelaskan bahwa sikap tawakal didasarkan pada dua prinsip utama, yaitu keyakinan hati yang sepenuhnya bergantung kepada Allah SWT dan diiringi dengan usaha nyata dalam menempuh sebab-sebab yang memungkinkan tercapainya tujuan.⁸⁴ Jika seorang hamba benar-benar bertawakal kepada Allah SWT dan senantiasa mengingat kebesaran-Nya, maka hati, akal, dan seluruh kemampuannya akan terdorong lebih kuat untuk berusaha tanpa merasa putus asa dalam menghadapi cobaan dan rintangan hidup. Tawakal tidak akan menjadi

⁸² Muhammad Sholikhin, *17 Jalan Menggapai Mahkota Sufi Syaikh Abdul Qadir Al-Jailani*, cet. 1, (Yogyakarta: Mutiara Media, 2009), hlm. 310-311.

⁸³ Abu Isa Abdullah, *Mutiara Faidah Kitab Tauhid*, cet.4, (Jakarta: Pustaka Muslim, 2011), hlm. 52.

⁸⁴ Abdul Halim Mahmud, *Lentera Hati*, (Jakarta: Putra Grafika, 2003), hlm. 60.

utuh tanpa disertai kekuatan keyakinan dan keteguhan hati, karena keduanya menjadi sumber ketenangan batin. Seseorang yang hanya mengandalkan usaha tanpa berserah diri kepada Allah menunjukkan kelemahan iman, sementara yang hanya pasrah tanpa berikhtiar mencerminkan kelemahan akal.⁸⁵

Menurut Imam Ar-Razi, tawakal berarti seseorang harus memperhatikan usaha-usaha lahiriah yang dapat membawanya menuju keberhasilan, namun tidak sepenuhnya menggantungkan hati pada usaha-usaha tersebut.⁸⁶ Sedangkan menurut Imam Al-Ghazali, tawakal diartikan sebagai sikap hati yang menggantungkan diri kepada seorang wakil. Contohnya, ketika seseorang secara keliru dituduh melakukan suatu kesalahan, lalu ia menyerahkan pembelaannya kepada seorang wakil yang dipercaya untuk mengungkap kebenaran. Seseorang tidak akan menyerahkan urusannya kepada wakil tersebut kecuali jika ia memiliki keyakinan penuh bahwa sang wakil memiliki empat hal penting: kecerdasan yang luar biasa, kekuatan yang besar, kemampuan berbicara yang baik, dan kasih sayang yang mendalam.⁸⁷

Dalam konteks ini, maksudnya adalah bahwa setiap muslim dituntut untuk proaktif dalam berusaha memenuhi kebutuhan hidupnya. Seseorang yang bertawakal memiliki kesadaran akan keterbatasan

⁸⁵ Abu Isa Abdullah, *Mutiara Faidah Kitab Tauhid*, cet.4, (Jakarta: Pustaka Muslim, 2011), 53.

⁸⁶ Gulam Reza Sultani, *Hati yang Bersih: Kunci Ketenangan Jiwa*, (Jakarta: Zahra, 2006), 159.

⁸⁷ Achmad Sunarto, Imam Al-Ghazali *Berbicara Tentang Tawakkal*, (Semarang: Surya Angkasa, 1995), 42.

dirinya dan memahami bahwa hanya Allah SWT yang Maha Kuasa atas segala sesuatu. Kesadaran ini menjadikannya tidak mudah mengeluh saat mengalami kegagalan, karena ia meyakini dengan sepenuh hati dan pikirannya bahwa setiap peristiwa pasti mengandung hikmah. Hal ini sejalan dengan firman Allah SWT dalam surat At-Taubah ayat 51.

﴿قُلْ لَنْ يُصِيبَنَا إِلَّا مَا كَتَبَ اللَّهُ لَنَا هُوَ مَوْلَانَا وَعَلَى اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ﴾

Artinya : Katakanlah (Nabi Muhammad), “Tidak akan menimpa kami melainkan apa yang telah ditetapkan Allah bagi kami. Dialah Pelindung kami, dan hanya kepada Allah hendaknya orang-orang mukmin bertawakal”.⁸⁸

Penafsiran surat At-Taubah ayat 51 menyebutkan bahwa kata *yatawakkal* berasal dari akar kata *يَكُلُّ-وَكَّلَ*, yang berarti "mewakilkkan", dan dari akar yang sama juga terbentuk kata *wakil* *وَكِيلٌ*. M. Quraish Shihab, mengutip Kamus al-Munjid, menjelaskan bahwa makna dari kata *wakil* adalah menyerahkan, membiarkan, serta merasa cukup jika suatu pekerjaan dilaksanakan oleh yang diberi kuasa. Dalam konteks ini, tawakal bukan dimaknai sebagai penyerahan total tanpa usaha, tetapi sebagai bentuk penyerahan kepada Allah yang harus didahului dengan ikhtiar atau usaha manusia secara sungguh-sungguh.⁸⁹ Tawakal merupakan titik akhir dari sebuah ikhtiar. Tanpa disertai tawakal, usaha yang dilakukan cenderung melahirkan kegelisahan dalam jiwa, yang terus dihantui oleh kecemasan dan kekhawatiran. Sebaliknya, jika usaha tersebut disertai dengan sikap tawakal, maka akan membentuk

⁸⁸ nuonline “At-Taubah ayat 51” <https://quran.nu.or.id/at-taubah/51>

⁸⁹ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah*, 526.

ketenangan batin, karena segala daya dan upaya yang telah dilakukan diiringi dengan penyerahan diri sepenuhnya kepada Allah SWT sebagai Zat yang menentukan hasil akhirnya.⁹⁰

2. Dzikir

Terapi dzikir merupakan bentuk psikoterapi yang mirip dengan meditasi dan termasuk metode penyembuhan dalam ajaran tasawuf yang diajarkan Rasulullah. Terapi ini awalnya dipraktikkan oleh para sahabat dan sufi, yang kemudian dikenal sebagai *sufi healing*. Prosesnya dimulai dari tahap *al-bidaya* (pemula), dilanjutkan dengan *takhalli* (pengosongan jiwa), *tahalli* (pengisian jiwa), hingga *tajalli* (pencerahan dan penerapan dalam kehidupan nyata).⁹¹ Dzikir adalah aktivitas mengingat Allah dengan mengucapkan pujian kepada-Nya, baik secara lisan maupun dalam hati. Dzikir dalam hati dilakukan dengan menghadirkan kesadaran akan keberadaan Allah, merasakan pengawasan-Nya, serta merasakan limpahan rahmat-Nya. Melalui dzikir, hati menjadi tenang dan damai, terbebas dari kegelisahan dan kesempitan jiwa. Al-Qur'an banyak memerintahkan untuk berdzikir, salah satunya terdapat dalam Surah Ar-Ra'd ayat 28.

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ﴿٢٨﴾

⁹⁰ M. Quraih Shihab, *Tafsir Al-Misbah*, 616-617.

⁹¹ Dinda Maulidia Wahyu Isnani, "Konseling Islam Dengan Terapi Dzikir Untuk Mengurangi Anxiety Disorders Pada Seorang Remaja Saat Masa Pandemi Covid-19 desa Pasinan Lemah Putih Gresik." *Skripsi*, UIN Sunan Ampel, 2002, 39.

Artinya : (Yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, bahwa hanya dengan mengingat Allah hati akan selalu tenteram.⁹²

Menurut Hamka, dzikir atau mengingat Allah mampu menghadirkan ketenangan dalam hati, sehingga berbagai bentuk kegelisahan, kecemasan, keraguan, kesedihan, keputusasaan, dan pikiran yang kacau dapat sirna. Ketentraman hati merupakan fondasi utama bagi kesehatan jiwa dan raga, sementara keraguan dan kegelisahan menjadi akar dari berbagai penyakit. Jika penyakit hati tersebut dibiarkan tanpa pengobatan, maka kondisinya akan semakin parah. Obat utamanya adalah iman, yang melahirkan dzikir, dan dzikir itulah yang membawa ketenangan atau *thuma'ninah*. Ayat ini menegaskan bahwa iman mendorong seseorang untuk senantiasa mengingat Allah, dan menjadikan-Nya sebagai pusat tujuan dalam ingatan.⁹³

Allah membimbing hamba-Nya yang beriman dengan menanamkan ketenangan dalam hati mereka melalui dzikir atau ingatan kepada-Nya. Ketentraman hati muncul ketika seseorang hanya bergantung dan berserah diri kepada Allah, dengan keyakinan penuh bahwa hanya Allah-lah pelindung, penolong, dan penguasa segala sesuatu. Dzikir mendorong seseorang untuk berbuat kebaikan dan menumbuhkan kebahagiaan batin, karena jiwanya diliputi rasa tenang

⁹² nuonline "Ar-Ra'ad ayat 28" <https://quran.nu.or.id/ar-ra'd/28>

⁹³ Hamka, *Tafsir Al-Azhar*, 3761.

dan damai. Dengan begitu, ia terbebas dari rasa gelisah, ragu, takut, sedih, maupun kekhawatiran.⁹⁴ Dzikir memberikan banyak manfaat bagi manusia, terutama dalam konteks kesehatan jiwa. Tiga manfaat utama yang sangat berpengaruh dalam mengatasi gangguan psikologis adalah: pertama, dzikir mampu menenangkan hati; kedua, membantu membersihkan diri dari berbagai sifat negatif; dan ketiga, mempermudah datangnya pertolongan dari Allah.⁹⁵

3. Sabar dan Shalat

Gelisah, atau dalam bahasa Arab disebut *halu'a*, merupakan kondisi batin yang ditandai dengan ketidaktenangan, rasa cemas, dan kekhawatiran yang terus-menerus. Sementara itu, salat adalah bentuk hubungan spiritual antara seorang hamba dengan Allah yang mampu menguatkan hati serta memberikan kekuatan batin dalam menghadapi kenyataan hidup.⁹⁶ Melalui salat, jiwa menjadi lebih damai, tenteram, dan tegar. Oleh karena itu, seseorang yang melaksanakan salat secara istiqamah atau konsisten, cenderung memiliki hati yang lebih stabil dan tidak mudah dilanda kegelisahan atau keluh kesah. Adapun sabar merupakan sikap menahan diri dari berbagai gejolak batin seperti kegundahan, kebimbangan, keraguan, serta mengendalikan emosi dan tindakan yang dapat menjurus pada perilaku negatif. Dari pengertian

⁹⁴ Departemen Agama RI, *Alquran dan Tafsirnya*, Jilid 5 (Jakarta: Widya Cahaya, 2011), 106.

⁹⁵ Abdul Hayat, *Bimbingan Konseling Qurani*, Jilid 2 (Yogyakarta: Pustaka Pesantren, 2017), 146-148.

⁹⁶ Sayyid Qutb, *Tafsir Fi Zhilalil Quran: Di Bawah Naungan Alquran*, Jilid 1 (Jakarta: Gema Insani, 2000), 82.

tersebut dapat disimpulkan bahwa kegelisahan dapat dihindari dengan cara mengontrol diri (sabar) dari dorongan-dorongan hati yang gelisah, yang bisa berdampak buruk pada tubuh dan perilaku seseorang. Sabar adalah salah satu akhlak mulia yang sangat dicintai oleh Allah, sehingga tidak mengherankan jika banyak ayat dalam Al-Qur'an yang memerintahkan umat-Nya untuk bersikap sabar. Salah satu perintah tersebut terdapat dalam surah Al-Baqarah ayat 45 dan 153.

وَاسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ وَأِنَّهَا لَكَبِيرَةٌ إِلَّا عَلَى الْخَاشِعِينَ ﴿٤٥﴾

Artinya : Mohonlah pertolongan (kepada Allah) dengan sabar dan salat. Sesungguhnya (salat) itu benar-benar berat, kecuali bagi orang-orang yang khusyuk.⁹⁷

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ ﴿١٥٣﴾

Artinya : Wahai orang-orang yang beriman, mohonlah pertolongan (kepada Allah) dengan sabar dan salat. Sesungguhnya Allah beserta orang-orang yang sabar.⁹⁸

Kedua ayat tersebut dengan tegas memerintahkan untuk memohon pertolongan kepada Allah melalui sabar dan shalat. Menurut Sayyid Qutb, pengulangan perintah ini menekankan pentingnya sabar dan shalat sebagai bekal utama dalam menghadapi penderitaan dan kesulitan, seperti kehilangan kekuasaan, jabatan, atau penghasilan demi

⁹⁷ nuonline “Al-Baqarah ayat 54” <https://quran.nu.or.id/al-baqarah/45>

⁹⁸ nuonline “Al-Baqarah ayat 153” <https://quran.nu.or.id/al-baqarah/153>

membela kebenaran dan mengutamakan⁹⁹. Penderitaan, kesulitan, dan ujian yang dialami manusia merupakan bukti kasih sayang Allah. Melalui cobaan tersebut, manusia diajak untuk lebih mendekatkan diri kepada Allah. Bersabar dalam menghadapi ujian adalah bentuk keyakinan pada kekuasaan-Nya. Allah memberikan solusi dengan mengingat-Nya dan bersujud melalui salat. Sehingga ketika menghadapi kesusahan, seseorang tidak akan merasa gelisah atau mengeluh, melainkan mampu bersabar menerimanya. Sabar membantu mengendalikan diri, yang pada gilirannya membuka akal dan memberi petunjuk dari Allah. Salah satu syarat agar shalat menjadi penyembuh dari sifat tersebut adalah melaksanakannya secara istiqamah.¹⁰⁰

4. Ikhlas

بَلَىٰ مَنْ أَسْلَمَ وَجْهَهُ لِلَّهِ وَهُوَ مُحْسِنٌ فَلَهُ أَجْرُهُ عِنْدَ رَبِّهِ ۖ وَلَا خَوْفٌ
عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ ١١٦

Artinya : “Tidak demikian! Orang yang menyerahkan diri sepenuhnya kepada Allah serta berbuat ihsan, akan mendapat pahala di sisi Tuhannya, tidak ada rasa takut yang menimpa mereka, dan mereka pun tidak bersedih.”¹⁰¹

Pembahasan sebelumnya mengenai kesedihan (huzn) menunjukkan bahwa kesedihan adalah kondisi batin yang tidak tenang akibat hal-hal yang telah terjadi di masa lalu. Sementara itu, ikhlas adalah sikap tulus dalam melakukan sesuatu semata-mata karena Allah,

⁹⁹ Sayyid Qutb, *Tafsir Fi Zhilalil Quran: Di Bawah Naungan Alquran*, Jilid 1 (Jakarta: Gema Insani, 2000), hlm. 82.

¹⁰⁰ Hamka, *Tafsir Al-Azhar*, 7634.

¹⁰¹ nuonline “Al-Baqarah ayat 112” <https://quran.nu.or.id/al-baqarah/112>

bukan karena ingin meraih keuntungan pribadi atau kepentingan diri sendiri.¹⁰² Orang yang memiliki sifat ikhlas cenderung tidak mudah merasa cemas atau bersedih terhadap hasil dari apa yang telah dilalui dan dikerjakannya. Ayat tersebut juga menegaskan pentingnya berserah diri sepenuhnya kepada Allah dengan tunduk secara lahir dan batin, tanpa membantah, menolak kebenaran, atau bermaksiat. Ketundukan dan kepasrahan total kepada Allah akan membuat seseorang lebih tenang, tidak mudah diliputi rasa takut maupun kesedihan.¹⁰³

Menurut Muhammad Quraish Shihab, frasa *aslama wajhahu* dimaknai bahwa "wajah" merujuk pada bagian tubuh yang paling mulia, yang juga merepresentasikan identitas dan keseluruhan diri seseorang. Dengan menyerahkan bagian paling mulia ini secara tulus kepada Allah, maksudnya adalah beramal dengan ikhlas. Maka, balasannya adalah ganjaran dari Allah, seperti dimasukkan ke dalam surga, bahkan lebih dari itu yakni mendapatkan keridaan-Nya.¹⁰⁴ Orang yang memiliki keikhlasan adalah pribadi yang tangguh dan tidak mudah menyerah. Segala tindakannya tidak dipengaruhi oleh kepentingan pribadi, kedudukan, atau keinginan mendapatkan pujian. Ia telah berusaha sebaik mungkin, dan jika hasilnya tidak sesuai harapan, maka ia tetap menerima karena mengutamakan keridaan Allah. Bagi orang

¹⁰² M. Shodiq, *Kamus Istilah Agama*, cet. II (Jakarta: CV. Sienttarama, 1988), 133.

¹⁰³ Hamka, *Tafsir Al-Azhar*, 7634.

¹⁰⁴ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah*, 298.

yang ikhlas, keridaan Allah adalah tujuan utama, sehingga perasaan cemas, sedih, dan khawatir pun akan sirna dengan sendirinya.¹⁰⁵

Keikhlasan dalam menjalankan perintah Allah dan menjauhi larangan-Nya akan membentuk pribadi yang sabar dan bertawakal dalam segala kondisi. Orang dengan sifat ini memiliki jiwa yang tenang dan merasa aman, tidak larut dalam kesedihan karena nasib, serta tidak takut menghadapi bahaya. Segala penderitaan yang dialaminya dipandang sebagai ujian yang justru memperkuat keyakinan dan optimisme. Sebagaimana sabda Rasulullah dalam hadis riwayat Bukhari dan Abu Hurairah, “Barang siapa yang Allah kehendaki kebaikan padanya, maka terlebih dahulu ia akan diberi ujian”.¹⁰⁶

C. Kecemasan Dalam Al-Qur'an dengan Psikoanalisis Sigmund Freud

Dalam perspektif psikoanalisis Sigmund Freud, kecemasan adalah keadaan perasaan tidak menyenangkan yang disertai sensasi fisik sebagai sinyal adanya bahaya. Freud membagi kecemasan menjadi tiga jenis: kecemasan realistik (berhubungan dengan ancaman nyata), kecemasan neurotis (berasal dari konflik antara id dan ego), dan kecemasan moral (berasal dari konflik antara ego dan superego).

1. Komparasi Konsep Kecemasan: Al-Qur'an dan Freud

Terdapat titik temu dan perbedaan mendasar antara konsep kecemasan dalam Al-Qur'an dan psikoanalisis Freud. Keduanya

¹⁰⁵ Abdullah Gymnastiar, *Meraih Bening Hati dengan Manajemen Qolbuu* (Jakarta: Gema Insani, 2022), 32.

¹⁰⁶ Moh. E. Hasim, *Tafsir Alquran; Ayat Suci dalam Renungan, Juz 1* (Bandung: Pustaka, 1998), 321-322.

sepakat bahwa kecemasan adalah bagian dari dinamika kepribadian manusia, namun berbeda dalam pendekatan dan solusi yang ditawarkan.

a. Persamaan

Baik Al-Qur'an maupun Freud mengakui adanya kecemasan sebagai respons terhadap ancaman, baik dari luar (lingkungan) maupun dari dalam (konflik batin). Keduanya juga memandang kecemasan dapat berdampak negatif jika tidak dikelola dengan baik, dan dapat menimbulkan gangguan psikologis.¹⁰⁷

b. Perbedaan

Al-Qur'an menekankan dimensi spiritual dan hubungan manusia dengan Tuhan sebagai faktor utama dalam mengatasi kecemasan, sedangkan Freud lebih menyoroti konflik intrapsikis antara Id, Ego, dan Superego. Dalam Al-Qur'an, kecemasan dapat diatasi dengan memperkuat iman, berdzikir, dan bertawakal, sedangkan Freud menawarkan mekanisme pertahanan diri sebagai solusi psikologis.¹⁰⁸

c. Orientasi Moral

Dalam Al-Qur'an, kecemasan moral berakar pada hubungan manusia dengan Allah (ḥablun minallāh) dan sesama manusia

¹⁰⁷ Logos Indonesia, "Teori kecemasan anxiety menurut Sigmund Freud", 10 November 2022. <https://www.logosconsulting.co.id/media/teori-kecemasan-anxiety-menurut-sigmund-freud/>

¹⁰⁸ Aulia Urgenadila, Achmad Khudori Soleh, "Komparasi Konsep An-Nafs dalam Al-Qur'an dan Teori Sigmund Freud", *Jurnal Momentum*, Vol. 12 No. 2, 2023. <https://ejournal.stiblambangan.ac.id/index.php/momentum/article/view/78>

(ḥablun min al-nās), sedangkan Freud membatasi kecemasan moral pada konflik antara Ego dan Superego tanpa dimensi transendental.¹⁰⁹

2. Integrasi Pendekatan Al-Qur'an dan Psikoanalisis Freud

Integrasi antara solusi kecemasan dalam Al-Qur'an dan psikoanalisis Freud menawarkan pendekatan yang lebih komprehensif dan holistik. Al-Qur'an menambahkan dimensi spiritual yang tidak dimiliki oleh Freud, sementara Freud memberikan kerangka psikologis yang sistematis untuk memahami mekanisme internal manusia.

a. Penguatan Ego melalui Spiritualitas:

Dalam psikoanalisis, Ego berfungsi sebagai mediator antara dorongan Id dan tuntutan Superego. Al-Qur'an mengajarkan penguatan Ego melalui kedekatan dengan Allah (spiritualitas)

dan pengamalan nilai moral, yang membantu mengendalikan dorongan negatif (Id) dan konflik moral (Superego). Konsep an-nafs al-mutma'innah dalam Al-Qur'an mencerminkan Ego yang matang dan tenang, sejalan dengan Ego sehat dalam Freud.¹¹⁰

b. Mekanisme Pertahanan Spiritual:

Dzikir, doa, tawakal, dan taubat dapat dipandang sebagai mekanisme pertahanan spiritual yang efektif untuk mengatasi kecemasan. Dzikir dan doa berperan sebagai displacement

¹⁰⁹ Alfia Rizka Fajriah, "Kecemasan Moral dan Penanggulangannya Perspektif Al-Qur'an (Kajian Tafsir Maudū'i)", *Skripsi*, UIN Sunan Gunung Djati Bandung, 2024, 25.

¹¹⁰ De Isvahan Nur Muharam, "Konsep Jiwa Dalam Al-Qur'an Perspektif Teori Psikoanalisa Sigmund Freud", *Skripsi*, UIN Sunan Gunung Djati Bnadung, 2024, 78.

positif, tawakal sebagai regresi yang konstruktif, dan taubat sebagai represi yang sehat. Pendekatan ini tidak hanya menenangkan jiwa tetapi juga memperkuat ketahanan spiritual.

c. Refleksi dan Introspeksi Diri:

Al-Qur'an mendorong introspeksi dan evaluasi diri secara terus-menerus, yang paralel dengan proses kesadaran dalam psikoanalisis. Kesadaran akan konflik batin dan usaha perbaikan diri dapat mengurangi kecemasan neurotik dan moral secara signifikan.

d. Pendekatan Terapi Holistik:

Integrasi ini membuka peluang pengembangan terapi yang memadukan aspek psikologis dan spiritual. Terapi berbasis Al-Qur'an yang menggabungkan teknik psikoterapi modern seperti *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) atau psikoanalisis dapat memberikan hasil yang lebih efektif dalam mengatasi kecemasan dan gangguan mental.¹¹¹

e. Pengembangan Pendidikan Psikospiritual:

Pemahaman integratif ini juga dapat diterapkan dalam pendidikan keislaman untuk membentuk generasi yang seimbang secara psikospiritual. Pendidikan yang mengajarkan pengelolaan kecemasan melalui pendekatan agama dan

¹¹¹ Dr. H. Tirtayasa, "Pemikiran Psikologi Sigmund Freud: Kajian Kritis Perspektif Islam", Kepripos, 16 Desember 2024. <https://kepripos.id/pemikiran-psikologi-sigmund-freud-kajian-kritis-perspektif-islam/>

psikologi dapat meningkatkan kesehatan mental dan spiritual masyarakat.

3. Implikasi Praktis dan Kontemporer

Dalam konteks modern yang penuh tekanan dan ketidakpastian, integrasi solusi kecemasan dari Al-Qur'an dan Freud sangat relevan. Pendekatan ini tidak hanya membantu individu mengelola kecemasan secara efektif tetapi juga membangun ketahanan mental dan spiritual yang kokoh. Terapi holistik yang menggabungkan aspek spiritual dan psikologis dapat menjadi model baru dalam praktik kesehatan mental di masyarakat Muslim.

Integrasi Al-Qur'an dan Psikoanalisis Freud Al-Qur'an dan psikoanalisis Freud sama-sama menyoroti pentingnya pengelolaan konflik dalam jiwa. Namun, Al-Qur'an menekankan solusi spiritual, sedangkan Freud lebih menekankan pada mekanisme pertahanan ego dan kesadaran konflik bawah sadar.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

1. Kecemasan dalam perspektif Al-Qur'an dipandang sebagai kondisi yang dapat menimpa siapa saja, namun dapat diatasi dengan meningkatkan keimanan, dzikir, doa, dan tawakkal. Al-Qur'an mengajarkan bahwa kecemasan adalah bagian dari ujian hidup yang harus dihadapi dengan sabar dan keyakinan kepada Allah. Dengan demikian, Al-Qur'an memberikan solusi spiritual yang efektif untuk mengatasi kecemasan, yaitu dengan memperkuat hubungan dengan Tuhan dan selalu berpikir positif terhadap takdir.
2. Konsep Kecemasan dalam Al-Qur'an dengan Psikoanalisis Sigmund Freud menghasilkan pendekatan penanganan kecemasan yang lebih komprehensif. Teori Freud menekankan pentingnya mengurai konflik bawah sadar melalui terapi psikodinamik, sedangkan Al-Qur'an menawarkan penyembuhan melalui pendekatan spiritual. Kolaborasi kedua perspektif ini dapat memberikan model terapi yang menyeimbangkan aspek psikologis dan spiritual, sehingga individu tidak hanya terbantu secara mental, tetapi juga memperoleh kedamaian batin melalui nilai-nilai agama.

B. Saran

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan wawasan keilmuan, khususnya dalam integrasi antara konsep *syifa'* dalam Al-Qur'an dan teori kecemasan Sigmund Freud, sehingga dapat memperkaya literatur psikologi agama serta memberikan alternatif terapi yang lebih holistik bagi masyarakat.

Penelitian ini masih memiliki keterbatasan, antara lain belum menguji secara empiris efektivitas integrasi terapi Al-Qur'an dan teori Freud dalam praktik klinis, serta fokus kajian yang terbatas pada perspektif Islam dan teori Freud sehingga hasilnya mungkin kurang relevan untuk konteks agama atau teori psikologi yang lain. Oleh karena itu, penulis menyarankan agar penelitian selanjutnya dapat melakukan pengujian empiris terhadap integrasi kedua pendekatan ini dan memperluas kajian pada konteks yang lebih beragam, sehingga hasil penelitian dapat lebih aplikatif dan memberikan manfaat yang lebih luas bagi pengembangan ilmu pengetahuan dan praktik kesehatan mental di masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, Abdul Malik Abdul Karim (HAMKA), *Tafsir Al-Azhar*, Jilid 1, Jakarta: Pustaka Nasional PTE LTD Singapura, 1982.
- Abdullah, Abu Isa, *Mutiara Faidah Kitab Tauhid*, cet.4, Jakarta: Pustaka Muslim, 2011.
- Akbar dan Nono Sebayang, “Penerapan Model Pembelajaran Integratif untuk Meningkatkan Hasil Belajar Melaksanakan Pekerjaan Dasar - dasar Survey dan Pemetaan”, *Jurnal Education Buuilding*, Vol. 1, 2015, 129
<https://jurnal.unimed.ac.id/2012/index.php/eb/article/download/2814/2491>
- Alby Sholahuddin, “Makna Syifa’ Dalam Al-Qur’an (Studi komparatif penafsiran M. Quraish Shihab dan Asy-Sya’rawi)”. *Skripsi*, PTIQ Jakarta, 2020.
- Al-Farmawi, Abd. Al-Hayy, *Metode Tafsir Maudhu’i*, Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 1994.
- Alfina “Pelevelan Mathematics Anxiety Dalam Pembelajaran Matematika Mts Al-Ishlah Batupannu”. *Skripsi*, IAIN Parepare, 2024.
- Al-Husain, Abi al-Qasim bin Muhammad, “*al-Ragib Al-Ashfahani*”, *Mu’jam Mufradat Alfaz Al-Qur’an*, Dar al-Kutub al-‘Ilmiyah: Beirut, 2004.
- Alwisol, *Psikologi Kepribadian*, Malang: Penerbit Universitas Muhammadiyah Malang, 2022.
- Annisa, Dona Fitri dan Ifdil, “Konsep Kecemasan (Anxiety) Pada Lanjut Usia (Lansia)”, *Jurnal Konselor*, Universitas Negeri Padang, Vol. 5, No. 2, Oktober 2019.
- Asy-Sya’rawi, Muhammad Muthawalli, *Tafsir Asy-Sya’rawi al-Khawathir*, (Kairo, 1997).
- Bastaman, Hanna Djumhana, *Integrasi Psikologi Dengan Islam; Menuju Psikologi Islam*. Yogyakarta, Pustaka Pelajar, 2005.
- Che, Agoes Noer, *Manusia Mengeluh Alquran Menjawab*, Jakarta: PT Elex Media Komputindo Kompas-Gramedia, 2018.

- Dalimunthe, Sehat Sulthoni, *Filsafat Pendidikan Anak*, Depublish, (Yogyakarta: 2016).
- Departemen Agama RI, *Alquran dan Tafsirnya*, Jilid 5, Jakarta: Widya Cahaya, 2011.
- Departemen Pendidikam Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, Jakarta: Balai Pustaka, 2007.
- Dewan Redaksi Ensiklopedia Islam, *Ensiklopedia Islam*, PT. Ichtiar Baru Van Houve, Jakarta, 1996, Jilid 2.
- Djamal, M. *Paradigma Penelitian Kualitatif*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2015.
- Drever, James, *Kamus Psikologi* Jakarta: Bina Aksara, 1986.
- Elmita, Hanisa Dwi, Mamik Tri Wedawati, SS, M.Pd “Analisa Kecemasan (Anxiety) Tokoh Ziyu Dalam Film Shadow (Ying ; 影) Karya Zhang Yimou (Analisa Kecemasan Sigmund Freud).” *Jurnal Bahasa Mandarin*, Universitas Negeri Surabaya, Vol. 4 Nomor. 2, 2020).
<https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/manadarin/article/view/45397>
- Fajriah, Alfia Rizka, “Kecemasan Moral dan Penanggulangannya Perspektif Al-Qur’an (Kajian Tafsir Mauḍū’ī)” , *Skripsi*, UIN Sunan Gunung Djati Bandung, 2024.
- Fauzi, Ahmad, *Psikologi Umum untuk IAIN, STAIN, PTAIS*, Bandung: CV. Pustaka Setia, 1999.
- Ghaffar, Abdul, Manusia Dalam Perspektif Al-Qur’an, *Jurnal Tafseer*, Vol. 4, No. 2, 2016, 236. <https://doi.org/10.24252/jt.v4i2.2775>
- Gymnastiar, Abdullah, *Meraih Bening Hati dengan Manajemen Qolbuu*, Jakarta: Gema Insani, 2022.
- Hasim, Moh. E, *Tafsir Alquran; Ayat Suci dalam Renungan, Juz 1* (Bandung: Pustaka, 1998).
- Hayat, Abdul, *Bimbingan Konseling Qurani, Jilid 2*. Yogyakarta: Pustaka Pesantren, 2017.
- Hikamh, Nurul, “Syifa dalam Perspektif Al-Qur’an (Kajian Surat al-Isra’ 17:82, Yunus 10:57, dan an-Nahl 16:59 dalam Tafsir al-Misbah)”. *Skripsi*, UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2010.
- Ibnu Katsir, *Tafsir Ibn Katsir*, vol.5 (Dar Thayyibah, 1420 H.

- Ibnu Manzur, *Lisan al- 'Arab*, Dar al-Ma'arif: Kairo, 1119.
- Ikhsan, Muhammad, "Term - Term Kecemasan Dalam Al-Qur'an (Kajian Tafsir Maudhu'i)." *Skripsi*, UIN Sultan Syarif Kasim Riau, 2021.
- Isnaini, Dinda Maulidia Wahyu, "Konseling Islam Dengan Terapi Dzikir Untuk Mengurangi Anxiety Disorders Pada Seorang Remaja Saat Masa Pandemi Covid-19 desa Pasinan Lemah Putih Gresik." *Skripsi*, UIN Sunan Ampel, 2002.
- Jannah Miftahul, "Gangguan Kecemasan (Anxiety) dalam Al-Qur'an (Studi Tematik Tafsir Ayat-ayat Kesempitan Jiwa)." *Skripsi*, IAIN Curup, 2023.
- Jarvis, Matt, *Teori-teori Psikologi: Pendekatan Modern untuk Memahami Perilaku, Perasaan & Pikiran Manusia*, Terjemah oleh SPA-Teamwork, Bandung: Nusa Media, 2012.
- Jauziah (al), I. Q, *Al-Tibb al-Nabawi*. Dar al-Kutub al-Ilmiyyah, 2007
- Kartono, Kartini dan Dali Gulo, *Kamus Psikologi*, Bandung: Pionir Jaya, 1987.
- KBBI Daring, <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/integrasi>, diakses tanggal 03 Desember 2020.
- Logos Indonesia, "Teori kecemasan anxiety menurut Sigmund Freud", 10 November 2022. <https://www.logosconsulting.co.id/media/teori-kecemasan-anxiety-menurut-sigmund-freud/>
- Mahfudzah, Rika, "Kesehatan Jasmani Dalam Al-Qur'an (Studi Tematik Ayat-Ayat Syifa' Dalam Al-Qur'an)," *Jurnal Qaf*, Vol. IV, No. 1 2022, 51–66. <https://doi.org/10.59579/qaf.v4i1.3528>
- Mahmud, Abdul Halim, *Lentera Hati*, Jakarta: Putra Grafika, 2003.
- Muharam, De Isvahan Nur, "Konsep Jiwa Dalam Al-Qur'an Perspektif Teori Psikoanalisa Sigmund Freud", *Skripsi*, UIN Sunan Gunung Djati Bnadung, 2024.
- Mustopo, M. Habib, *Ilmu Budaya Dasar*, Surabaya: Usaha Nasional, 1983.
- Nevid, Jeffrey S. Spencer A. Rathus, Beverly Greene, *Psikologi Abnormal*, Jakarta: Erlangga, Ed. 5 Jilid 1, 2005.
- Nuhaya, Halida Ulin, "Psikologi Kecemasan dalam Al-Qur'an (Tafsir Tematik atas Ayat – ayat tentang Kecemasan)". *Skripsi*, IAIN Salatiga, 2020.
- Nuonline <https://quran.nu.or.id/>

- Putra, Dolizal, “Khauf, Khasyyah dan Taqwa dalam Tafsir Al-Misbah Karya Muhammad Quraish Shihab”. *Tesis*, UIN Sunan Kalijaga: Yogyakarta, 2017.
- Quthb, Sayyid, *Tafsir Fi Zhilalil Quran: Di Bawah Naungan Alquran*, Jilid 1 Jakarta: Gema Insani, 2000.
- Septiyani, Rini, Intan Susilowati, Nurlaila dan Ahmad Mujahid, “Syifa’ Dalam Al-Qur’an: Kajian Interdisipliner Terhadap Gangguan Kecemasan.” *Jurnal IMMI*, Vol. 2, No. 2, 2025, 162-175. <https://doi.org/10.71153/jimmi.v2i2.259>
- Shihab, M. Quraish, *Tafsir Al-Misbāh Pesan Kesan dan Keserasian Al-Qur’an Vol 1*, Jakarta: Lentera Hati, Cet III, 2005.
- Shodiq, M. *Kamus Istilah Agama*, cet. II Jakarta: CV. Sienttarama, 1988.
- Sholikhin, Muhammad, *17 Jalan Menggapai Mahkota Sufi Syaikh Abdul Qadir Al-Jailani*, cet. 1, (Yogyakarta: Mutiara Media, 2009).
- Subandi, Qualitative Description as One Method in Performing Arts Study, *Jurnal I Harmonia*, Vol.11, No. 19 2011, 173–79.
- Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*, Bandung: Alfabeta, 2019.
- Sultani, Gulam Reza, *Hati yang Bersih: Kunci Ketenangan Jiwa*, Jakarta: Zahra, 2006.
- Sunarto, Achmad, *Imam Al-Ghazali Berbicara Tentang Tawakkal*, Semarang: Surya Angkasa, 1995.
- Syaikh M, *Keutamaan Al-Qur’an sebagai Penawar*, Darul Falah, 2009.
- Tim Penyusun Kamus Pusat Pembinaan dan Pengembangan Bahasa, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, Jakarta: Balai Pustaka, 1989.
- Tirtayasa, “Pemikiran Psikologi Sigmund Freud: Kajian Kritis Perspektif Islam”, *Kepripos*, 16 Desember 2024. <https://kepripos.id/pemikiran-psikologi-sigmund-freud-kajian-kritis-perspektif-islam/>
- Urgenadila, Aulia, Achmad Khudori Soleh, “Komparasi Konsep An-Nafs dalam Al-Qur’an dan Teori Sigmund Freud”, *Jurnal Momentum*, Vol. 12 No. 2, 2023. <https://ejournal.stiblambangan.ac.id/index.php/momentum/article/view/78>

Wiramihardja, Sutardjo A. *Pengantar Psikologi Abnormal*, (Bandung: Refika Aditama, 2005).

Zed, Mestika, *Metode Penelitian Kepustakaan*, (Jakarta: Yayasan Obor Indonesia, 2004).

Zuhaili (Az), Wahbah, *At-Tafsir Al-Munir: "fī al-'Aqīdah wa al-Syarī'ah wa al-Manhaj"*. Terjemah oleh Abdul Hayyie al Kattani, dkk. *Tafsir al-Munīr: Aqidah, Syariah dan Manhaj, Cet ke 1, Jilid 6*; Jakarta: Gema Insan, 2015 cet 1.



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Fina Faiqatun Nazilah
NIM : 204104010043
Program Studi : Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir
Fakultas : Ushuluddin Adab dan Humaniora
Intitusi : Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Shiddiq

Dengan hal ini menyatakan bahwa skripsi yang berjudul **"PANDANGAN AL-QUR'AN SEBAGAI SYIFA' DALAM MENGATASI KECEMASAN (Analisis Integratif dengan Teori Kecemasan Sigmund Freud)"** adalah hasil penelitian atau karya sendiri, kecuali ada kutipan-kutipan yang dirujuk dan dicantumkan dalam pustaka. Apabila dikemudian hari ternyata skripsi ini terbukti plagiasi, saya bersedia menerima sanksi sesuai peraturan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan dangan sebenarnya dan tanpa paksaan dari siapapun.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
JEMBER

Jember, 6 Mei 2025



Fina Faiqatun Nazilah
NIM : 204104010043

BIODATA PENULIS



Nama : Fina Faiqatun Nazilah
 NIM : 204104010043
 TTL : Situbondo, 26 April 2002
 Alamat : Kampung Krajan, RT/RW 001/001, Bungatan, Situbondo
 Email : annazilahfina@gmail.com
 No. HP : 087875389105
 Program Studi : Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir
 Institusi : UIN Kiai Haji Achmad Shiddiq Jember

Pendidikan Formal

1. TK Hasyim Asy'ari
2. SDN 2 Bungatan
3. MTs Al-Amien Prenduan
4. MTs PERSIS 2 Bangil
5. MA Nurul Jadid Mlandingan
6. Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Shiddiq Jember (2021-2025)

Pendidikan Non-Formal

1. Pondok Pesantren Bait Ahlul Qur'an Bekasi
2. PPTQ EBQORY Jember

Riwayat Organisasi

1. ICIS (Institute Of Culture and Islamic Studies) UIN Khas Jember.

Demikian biografi ini dibuat dengan sebenar-benarnya.