

**KESEHATAN MENTAL DALAM ALQURAN SURAH YUNUS AYAT 57
(ANALISIS TEMATIK TERHADAP TAFSIR AL-MISBAH KARYA
M. QURAISH SHIHAB)**

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh gelar sarjana (S1)
Jurusan Ilmu Alquran dan Tafsir Fakultas Ushuluddin dan Studi Islam Universitas
Islam Negeri Sumatera Utara

Oleh:

MUHAMMAD AULIA ZOELKRINA

NIM. 0403172083

**PROGRAM STUDI
ILMU ALQURAN DAN TAFSIR**



**FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI ISLAM
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA
MEDAN
2022 M/1444 H**

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Muhammad Aulia Zoelkrina
NIM : 0403172083
Program Studi : Ilmu Alquran dan Tafsir
Tempat/Tanggal Lahir : Krueng Geukuh, 18 Juni 1999
Pekerjaan : Mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Studi Islam
Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan
Alamat : Jl. Stasiun, Gg. Tengah No. 6A, Kec. Sunggal
Kab. Deli Serdang.

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang berjudul **“KESEHATAN MENTAL DALAM ALQURAN SURAH YUNUS AYAT 57 (ANALISIS TEMATIK TERHADAP TAFSIR AL-MISBAH KARYA M. QURAISH SHIHAB)”** benar-benar karya asli saya, kecuali kutipan-kutipan yang telah disebutkan sumbernya.

Apabila terdapat kesalahan dan kekeliruan di dalamnya, maka kesalahan dan kekeliruan tersebut sepenuhnya menjadi tanggung jawab saya.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Medan, 1 November 2022

Hormat Saya



MUHAMMAD AULIA ZOELKRINA
NIM. 0403172083

PERSETUJUAN

Skripsi yang berjudul

KESEHATAN MENTAL DALAM ALQURAN SURAH YUNUS AYAT 57

(ANALISIS TEMATIK TERHADAP TAFSIR AL-MISBAH KARYA

M.QURAIISH SHIHAB)

Oleh

MUHAMMAD AULIA ZOELKRINA

NIM: 0403172083



Dapat disetujui dan disahkan sebagai persyaratan untuk memperoleh
gelar sarjana (S1) pada Program Studi Ilmu Alquran dan Tafsir
Fakultas Ushuluddin dan Studi Islam Universitas Sumatera Utara Medan

Medan,

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI

SUMATERA UTARA MEDAN

Pembimbing I

Dr. Mardian Idris Harahap, M.Ag.
Nip: 19770718 200501 1 008

Pembimbing II

Dr. Aprilinda M. Harahap, M.A.
Nip: 19740412 201411 2 001

PALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

Nama : **Muhammad Aulla Zoelkrina**
NIM : 0403172083
Program Studi : Ilmu Alquran dan Tafsir
Fakultas : Ushuluddin dan Studi Islam
Judul Skripsi : **Kesehatan Mental Dalam Alquran Surah Yunus Ayat 57 (Analisis Tematik Terhadap Tafsir Al-Misbah Karya M. Quraish Shihab)**

Skripsi dengan judul tersebut telah diujikan dalam Sidang Munaqasyah Skripsi Strata-1 (S-1) Fakultas Ushuluddin dan Studi Islam Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan pada hari Kamis tanggal 4 Agustus 2022.

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Agama (S.Ag.) pada Program Studi Ilmu Alquran dan Tafsir Fakultas Ushuluddin dan Studi Islam Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan.

Medan, 1 November 2022 M
6 Rabiul Akhir 1444 H

**Panitia Sidang Munaqasyah Skripsi
Fakultas Ushuluddin dan Studi Islam
UIN Sumatera Utara Medan**

Ketua

Dr. Muhammad Nuh Siregar, MA.
NIP. 19770611 201411 1 001

Sekretaris

Yuzaidi, M.Th.
NIP. 19770213 200711 1 001

Dewan Penguji

- Dr. Mardian Idris Harahap, M.Ag.**
NIP. 19770718 200501 1 008
- Dr. Aprilinda M. Harahap, M.Ag.**
NIP. 19740412 201411 2 001
- Yuzaidi, M.Th.**
NIP. 19770213 200711 1 001
- Dr. Zidulhaq, M.A.**
NIP. 19821101 201101 1 007

Mengetahui,

**Dekan Fakultas Ushuluddin dan Studi Islam
UIN Sumatera Utara Medan**



Prof. Dr. H. Amroeni Drajat, M.Ag.
NIP. 19650212 199403 1 001

ABSTRAK



Nama : Muhammad Aulia Zoelkrina
NIM : 0403172083
Fakultas : Ushuluddin dan Studi Islam
Jurusan : Ilmu Alquran dan Tafsir
Pembimbing I : Dr. Mardian Idris Harahap, M.Ag.
Pembimbing II: Dr. Aprilinda M. Harahap, M.A.

Kesehatan mental sangat penting untuk selalu dijaga, karena fisik yang kuat tak akan berarti tanpa mental jiwa yang sehat. Kondisi kehidupan yang tidak semestinya dapat menimbulkan konflik psikis, di mana terjadi ketimpangan antara tuntutan sosial dan kesepian mental untuk menghadapi tuntutan itu. Bila konflik psikis tersebut terjadi terus menerus dan berkepanjangan maka akan menimbulkan problem kehidupan misalnya kesepian, kecemasan, perilaku menyimpang atau munculnya gejala psikosomatis.

Penelitian ini adalah penelitian kepustakaan (*library research*), jenis penelitian telaah pustaka ini merupakan penelitian yang bersifat kualitatif. Penelitian ini menggunakan pendekatan tematik/*maudhu'i*. Dalam menganalisis data menggunakan metode analisis data yang bersifat deskriptif-analitis serta sumber data primer yang digunakan yaitu Tafsir Al-Misbah karya M. Quraish Shihab Q.S. Yunus ayat 57.

Berdasarkan hasil penelitian, penulis menyimpulkan pertama: kesehatan mental mempunyai hubungan yang erat dengan keimanan serta upaya dalam memperoleh dan menjaga kesehatan mental. Dengan keimanan yang tinggi disertai sikap sabar, ikhlas, syukur, ridha, dan takwa serta mengoptimalkan potensi diri melalui zikir dan amal saleh maka akan diperoleh kesehatan mental yang ditandai dengan ketenteraman dan ketenangan hati serta kehidupan yang bahagia di dunia dan akhirat, serta Alquran merupakan psikoterapi bagi penyakit jiwa dan penyakit psikosomatik. Kedua, konsep kesehatan mental M. Quraish Shihab mempunyai relevansi terhadap kesehatan mental modern. Akidah dan spiritualitas berada pada tingkat kebutuhan tertinggi yaitu aktualisasi diri, dan kenikmatan dunia berada pada tingkat kebutuhan paling dasar yaitu kebutuhan fisiologis. Konsep kesehatan mental perspektif penafsiran M. Quraish Shihab dapat diuraikan sebagai berikut: kebutuhan fisiologis, kebutuhan akan keamanan (*safety needs*), kebutuhan akan rasa memiliki dan kasih sayang (*social needs*), dan kebutuhan aktualisasi diri (*self-actualization Needs*).

Kata kunci: **Kesehatan Mental, Kebahagiaan, dan Keimanan.**

KATA PENGANTAR

Assalammu 'alaikum wr. wb.

Puji syukur kehadiran Allah Swt. Atas segala limpahan Rahmat, Taufiq dan Hidayahnya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul “KESEHATAN MENTAL DALAM ALQURAN SURAH YUNUS AYAT 57 (ANALISIS TEMATIK TERHADAP TAFSIR AL-MISBAH KARYA M. QURAISH SHIHAB)”. Kemudian shalawat dan salam kita kirimkan kepada baginda Nabi Besar Muhammad saw. Dan menjelaskan kepada kita umatnya jalan yang di Ridhoi oleh Allah Swt. dan menjelaskan kepada kita mana jalan dimurkai oleh Allah Swt. sehingga terang bagi kita antara keduanya. Peneliti menyadari bahwa dalam penyelesaian Skripsi ini tidak akan terselesaikan tanpa bantuan dan dukungan dari berbagai pihak terutama Orang Tua saya Zulfikar dan Rina Hanum, S.St, M.Kes.

Oleh karena itu, perkenankanlah peneliti mengucapkan Terima kasih yang Sebesar-besarnya dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Syahrin Harahap, M.A. selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan.
2. Bapak Prof. Dr. Amroeni Drajat, M.Ag. selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Studi Islam Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan.
3. Dr. Mardian Idris Harahap, M.Ag. dan Dr. Muhammad Hidayat, M.A. selaku Ketua Program Studi dan Sekretaris Jurusan beserta jajarannya di jurusan Ilmu Alquran dan Tafsir yang telah memberi arahan dan jalan untuk mempercepat penyelesaian Skripsi.
4. Dr. Mardian Idris Harahap, M.Ag. selaku pembimbing Skripsi I dan Dr. Aprilinda M. Harahap, M.A selaku pembimbing Skripsi II yang telah memberikan bimbingan dan masukan yang sangat bermanfaat bagi kelancaran pengerjaan skripsi.
5. Kepada Ayah saya Zulfikar tercinta dan Ibu tercinta Rina Hanum, S.ST., M.Kes. yang telah berjuang dan telah mendukung dan

memperjuangkan peneliti sampai saat ini.

6. Kepada adik sepupu saya Najla Syakirah yang telah mendukung dan memperjuangkan peneliti sampai saat ini
7. Kepada keluarga besar IAT-B stambuk 2017, keluarga KKN-DR84, Sahabat- sahabat saya Muhammad Akina, S.Ag. dan Dirhanuddin Doly Siregar, Varsha Haura Rana Shiba Daulay, S.Ag. yang telah memberikan dukungan dan saling menyemangati peneliti sampai saat ini.

Mudah-mudahan Skripsi ini dapat bermanfaat bagi sekalian pembaca terutama bagi saya Sendiri. *Aamiin ya Robbal 'Aalamiin.*



Medan, 1 November 2022

Penulis

Muhammad Aulia Zoekrina

NIM. 0403172083

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN

PEDOMAN TRANSLITERASI

Pedoman Transliterasi Arab Latin digunakan merujuk pada panduan yang digunakan di dunia internasional untuk kajian Islam, yaitu *Library of Congress Romanization of Arabic*.

A. Konsonan

Fonem konsonan bahasa Arab, yang dalam tulisan Arab dilambangkan dengan huruf, dalam transliterasi ini sebagian dilambangkan dengan huruf dan sebagian dilambangkan dengan tanda, dan sebagian lagi dilambangkan dengan huruf dan tanda secara bersama-sama. Di bawah ini daftar huruf Arab dan transliterasinya.

Huruf Arab	Huruf Latin	Nama
ا	A	<i>Alif</i>
ب	B	<i>Bā'</i>
ت	T	<i>Tā'</i>
ث	Th	<i>Tha'</i>
ج	J	<i>Jīm</i>
ح	ḥ	<i>Hā'</i>
خ	Kh	<i>Khā'</i>
د	Ḍ	<i>Dāl</i>
ذ	Dh	<i>Dhāl</i>
ر	R	<i>Rā'</i>
ز	Z	<i>Zāy</i>
س	S	<i>Sīn</i>
ش	Sh	<i>Shīn</i>
ص	ṣ	<i>Ṣād</i>
ض	ḍ	<i>Ḍād</i>
ط	ṭ	<i>Ṭā'</i>

ظ	z	Zā'
ع	'	'Ayn
غ	Gh	Ghayn
ف	F	Fā'
ق	Q	Qāf
ك	K	Kāf
ل	L	Lām
م	M	Mīm
ن	N	Nūn
و	W	Wāw
هـ	H	Hā'
ء	'	Hamzah
ي	Y	Yā'

B. Vokal

Vokal bahasa Arab adalah sama halnya dengan dalam bahasa Indonesia, yang terdiri dari vokal tunggal atau monoftong dan vokal rangkap atau diftong.

1. Vokal Tunggal

Vokal Tunggal dalam bahasa Arab yang lambangnya berupa ada harakat, transliterasinya sebagai berikut:

Tanda	Nama	Huruf Latin	Nama
◌َ	<i>Fathah</i>	A	A
◌ِ	<i>Kasrah</i>	I	I
◌ُ	<i>Dammah</i>	U	U

2. Vokal Rangkap

Vokal Rangkap bahasa Arab yang lambangnya berupa gabungan antara harakat dan huruf, transliterasinya berupa gabungan huruf, yaitu:

Tanda	Nama	Huruf Gabungan	Nama
ي...َ	<i>Fathah dan Yā'</i>	<i>Ay</i>	<i>A</i>
و...َ	<i>Fathah dan Wāw</i>	<i>Aw</i>	<i>I</i>

Contoh:	
<i>Husayn: حسين</i>	<i>Hawl: حول</i>

3. Vokal Panjang

Tanda	Nama	Huruf Gabungan	Nama
ا	<i>Fathah dan Alif</i>	<i>Ā</i>	'a' dan garis di atas
ِ	<i>Kasrah dan Yā'</i>	<i>Ī</i>	'i' dengan garis di atas
ى	<i>Ḍammah dan waw</i>	<i>Ū</i>	'u' dengan garis di atas

C. Shiddah

Contoh:	
<i>Rabbanā: رَبَّنَا</i>	<i>Shawwāl: شَوَّال</i>

D. Kata Sandang alif dan lām

Contoh:	
<i>Al-Qalam: القلم</i>	<i>Al-Risālah: الرسالة</i>

E. Konsonan (wāw) dan (yā')

Contoh:	
<i>Wad': وضع</i>	<i>'Iwad': عوض</i>
<i>Dalw: دلو</i>	<i>Yad: يد</i>
<i>Hiyal: حيل</i>	<i>Ṭahy: طهي</i>

F. Vokal Panjang (ā), (ī), (ū)

Contoh:	
<i>Kitāb: كتاب</i>	<i>Sahāb: سحب</i>
<i>Jīl: جيل</i>	<i>Fī: في</i>
<i>Ūlā: أولى</i>	<i>Ṣūrah: صورة</i>

G. Vokal Diftong (aw) dan (ay)

Contoh:	
Awj: أوج	Nawm: نوم
Law: لو	Shaykh: شيخ

H. Penulisan (yā')

Yā' dengan alif maqṣūrah	
Contoh:	
Ḥattā: حتى	Maḍā: مضى

Yā' dalam kata benda dan kata sifat dari fa'il	
Contoh:	
Raḍī al-Dīn: رضي الدين	

Yā' sebagai nisbah	
Contoh:	
al-Miṣrī: المصري	

I. Tā' Marbūṭah

Ta' menjadi kata sifat benda	
Contoh:	
Mar'ah: امرأة	Madrasah: مدرسة
al-Risālah al-Bahiyah: الرسالة البهية	Ṣalāh: صلاة

Tā' saat menjadi mudāf mudāf ilayh	
Contoh:	
Wizārat al-tarbiyah: وزارة التربية	

DAFTAR ISI

SURAT PERNYATAAN.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI.....	iii
ABSTRAK.....	iv
KATA PENGANTAR.....	v
TRANLITERASI.....	vii
DAFTAR ISI	ix
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian.....	6
E. Batasan Istilah	7
F. Kajian Pustaka.....	7
G. Metode Penelitian.....	10
H. Sistematika Pembahasan	12
BAB II MENGENAL TAFSIR AL-MISBAH DAN KARA-KARYANYA	
A. Biografi M. Quraish Shihab.....	13
B. Karya-karya M. Quraish Shihab	15
C. Kitab Tafsir al-Misbah Sistematika dan Metode Penelitian	16
D. Keunggulan dan Kelemahan Tafsir al-Misbah.....	23

**BAB III GAMBARAN UMUM KONSEP KESEHATAN MENTAL
DALAM ALQURAN SERTA MUNASABAH AYAT-AYAT
TENTANG KESEHATAN MENTAL**

A. Pengertian dan Fungsi Kesehatan Mental	25
B. Faktor Penyebab Gangguan Mental	32
C. Ciri-ciri Gangguan Mental	39
D. Ayat-ayat Tentang Konsep Kesehatan Mental Dalam Alquran.....	41
E. Istilah Kesehatan Mental Dalam Alquran	42
F. Urgensi Kesehatan mental.....	47

**BAB IV ANALISA KESEHATAN MENTAL DALAM ALQURAN
SURAH YUNUS AYAT 57 MENURUT TAFSIR AL-MISBAH**

A. Konsep Kesehatan Mental Dalam Alquran	53
B. Penafsiran M.Quraish Shihab Mengenai Ayat-ayat Kesehatan Mental Dalam Kitab Tafsir al-Misbah	56
C. Analisis Aspek Kesehatan Mental Dalam Penafsiran M.Quraish Shihab.....	59
D. Relevansi Pandangan M.Quraish Shihab Terhadap Kesehatan Mental di Era Modern	62

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan.....	67
B. Saran.....	68
DAFTAR PUSTAKA	69
RIWAYAT HIDUP.....	72



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN