

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Era modern merupakan suatu era dimana manusia memiliki ilmu pengetahuan dan teknologi yang berkembang sangat pesat. Perubahan sosial dan ekonomi di era modern, yang didorong oleh globalisasi dan teknologi, memunculkan tantangan baru bagi kesehatan mental. Tekanan hidup yang tinggi, ekspektasi karier, dan dampak negatif dari media sosial menyebabkan peningkatan gangguan kesehatan mental, seperti kecemasan, depresi, dan *burnout*.¹ Ditambah dengan situasi setelah krisis pandemi COVID-19 yang berdampak pada kesehatan mental dan *wellbeing* (kesejahteraan) baik pada orang dewasa maupun anak-anak dan merasakan beban fisik maupun psikologis.² Sehingga pendekatan secara medis maupun psikologis bukan menjadi satu-satunya solusi dalam menyelesaikan masalah tersebut. Butuh suatu pendekatan yang melibatkan spiritual dan religius.

Kesehatan mental sendiri merupakan prinsip dari *mental hygiene*, di mana secara etimologi *mental hygiene* berasal dari kata *mental* dan *hygiene*. Kata “mental” atau “mentis” artinya jiwa, nyawa, sukma, roh, semangat. Dalam Bahasa Yunani, kata *hygiene* berasal dari nama dewi Wanita dalam mitologi

¹ Razona Yudha Negara, “Mental Health Revolution: Confronting Mental Health Challenges in the Modern Era”, *Jurnal Kesehatan Mitra Sekawan*, Vol. 1, No. 1 (September 2024), hlm. 45.

² Eka Sri Handayani, *Kesehatan Mental (Mental Hygiene)*, Banjarmasin: Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari. 2022, cet. 1, hlm. 159.

Yunani “*Hygea*” yang bertugas merawat kesehatan manusia. Kemudian konsep ini menjadi istilah untuk menunjukkan upaya mencapai kesehatan.³ Sebagaimana diketahui Bersama bahwa Kesehatan merupakan aspek terpenting dalam kehidupan.

Kesehatan sendiri merupakan hal yang perlu dan sangat penting untuk dijaga, sehat baik fisik maupun mental untuk mencapai ketentraman dalam beraktivitas sehari-hari. Menurut, WHO (*The World Health Organization*), sehat merupakan suatu kondisi yang lengkap secara fisik, mental dan kesejahteraan sosial, di samping itu tidak ada penyakit atau kelemahan yang dimiliki. Definisi sehat sendiri tidak hanya berkaitan dengan keadaan fisik semata.⁴ Kemudian, WHO melanjutkan definisi kesehatan mental merupakan keadaan dimana individu merasakan kesejahteraan sehingga dapat menyadari potensi dirinya dan dapat mengelola stress yang dialaminya, beradaptasi dengan baik, produktif dan mampu memberikan kontribusi terhadap komunitas nya.⁵ Dari sini tampak Kesehatan dimaksudkan untuk kesejahteraan manusia itu sendiri.

Keadaan dimana individu yang tidak sehat mentalnya akan mengalami sebuah gangguan terhadap pikiran tersebut. Sehingga, muncul berbagai masalah seperti *distress* atau disabilitas atau peningkatan keinginan untuk mati, sakit, atau kehilangan kebebasan. Istilah gangguan kesehatan mental sendiri adalah

³ Sri Handayani, Kesehatan Mental, hlm. 15.

⁴ Diana Vidya Fakhriyani, *Kesehatan Mental*, Pemekasan: Duta Media Publishing. 2019, hlm. 11.

⁵ Widya A Radini, “Kesehatan Mental Masa Kini dan Penanganan Gangguannya secara Islami”, *Journal of Islamic And Law Studies*, Vol. 3, No. 1, Juni 2019, hlm. 94.

gangguan cara berpikir (*cognitive*), kemauan (*volition*), emosi (*affective*), perilaku (*psychomotor*). Merupakan Kumpulan dari keadaan-keadaan yang tidak normal, baik yang berhubungan dengan fisik, maupun mental. Ketidaknormalan tersebut dibagi menjadi dua yaitu gangguan saraf (*neurosis*) dan gangguan jiwa (*psikosis*). Ketidaknormalan tersebut dapat dilihat dari ketegangan, rasa putus asa, murung, gelisah, cemas, takut, dan pikiran-pikiran negatif.⁶ Dapat diketahui bahwa setiap individu mempunyai kondisi mental yang berbeda-beda.

Al-Qur'an yang menjadi sumber ajaran Islam, sebagai kitab suci yang diturunkan oleh Allah Swt, berisi ajaran dan petunjuk hidup. Hadir dengan memberikan solusi bagi umat Islam dalam menghadapi persoalan hidup, membedakan yang benar dan yang salah, serta menjadi obat dalam berbagai hal, sehingga menjadi petunjuk untuk manusia dalam memperoleh kebahagiaan. Sesuai dengan firman Allah,

يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَكُمْ مَوْعِظَةٌ مِنْ رَبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ

*“Wahai manusia! Sungguh, telah datang kepadamu pelajaran (Al-Qur'an) dari tuhanmu, penyembuh bagi penyakit yang ada dalam dada dan petunjuk serta Rahmat bagi orang yang beriman”.*⁷

Dalam ayat ini dijelaskan ada tiga fungsi Al-Qur'an yaitu sebagai pelajaran/petunjuk, obat, dan rahmat bagi orang yang beriman. Menurut M. Quraish Shihab menegaskan kata *syifa'* memiliki arti sebagai pengobatan atau

⁶ Tine Wulandari, *Gangguan Psikologi*, (UNIKOM Repository, 2018), hlm. 2.

⁷ Q.S. Yunus/ 10:57.

penyembuh, digunakan dalam arti kebebasan dari kekurangan.⁸ Buya Hamka juga memberikan pendapat yang serupa kata *syifa'* adalah obat, sekaligus merupakan kasih sayang bagi orang yang beriman. Dari pendapat tersebut dapat dipahami bahwa Al-Qur'an merupakan penawar hati manusia yang mempunyai sifat iri dengki dan keraguan kepada Allah Swt.

Menurut penelusuran peneliti, bahwa Al-Qur'an telah membuktikan ajaran Islam bukan hanya terbatas pada ibadah dan hukum melainkan semua permasalahan di muka bumi, termasuk memberikan solusi untuk mendapatkan kesejahteraan psikologis dan emosional, walaupun tidak ada istilah yang jelas mengenai kesehatan mental. Maka dari itu, perlunya menelaah ayat-ayat Al-Qur'an yang memiliki aspek dan indikator dari kesehatan mental. Sehingga, dalam mengaji ayat-ayat Al-Qur'an sangat memerlukan kitab tafsir untuk memahami lebih dalam mengenai kesehatan mental itu sendiri. Dengan demikian, penelitian ini akan menggali lebih dalam, berusaha mengungkap makna dari ayat-ayat yang berhubungan dengan kesehatan mental menggunakan metode komparatif dalam memahami konsep kesehatan mental dalam Al-Qur'an, dengan tafsir Al-Misbah dan tafsir *al-Qur'an al-'Azhim* sebagai kitab perbandingan dalam penelitian ini.

Adapun penelitian ini memilih kitab tafsir karya M. Quraish Shihab dan karya Ibnu Katsir. Karena kedua tafsir ini memiliki perbedaan periode dimana tafsir Al-Misbah merupakan tafsir kontemporer, yakni tafsir yang bercorak

⁸ Shihab, *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an* / M. Quraish Shihab.

kebudayaan, kemasyarakatan, penafsiran nya berusaha menyesuaikan dengan kehidupan sekarang serta jalan menafsirkan sesuai dengan perkembangan ilmu pengetahuan serta kondisi sosial masyarakat.⁹ Sedangkan, tafsir *al-Qur'an al-Azhim* merupakan kitab tafsir klasik, yakni tafsir yang menggunakan metode *tahlili* (deduktif) dengan mencocokkan teori-teori dari disiplin keilmuan atau mazhab masing-masing *mufassir*, tujuan penafsiran periode klasik untuk kepentingan dukungan terhadap mazhab tertentu atau kelompok tertentu, politik maupun untuk mendukung ilmu yang ditekuni oleh *mufassir*.¹⁰

Tafsir Al-Misbah merupakan salah satu karya M. Quraish Shihab memiliki corak sastra budaya dan kemasyarakatan (*adabi al-ijtima'li*) yaitu corak penafsiran yang berusaha memahami nas-nas Al-Qur'an dengan cara mengemukakan ungkapan-ungkapan Al-Qur'an secara teliti. Kemudian menjelaskan makna-makna yang dimaksud Al-Qur'an tersebut, serta berusaha menghubungkan nas-nas Al-Qur'an yang dikaji dengan kenyataan sosial dengan sistem budaya yang ada. Penafsiran ini ditekankan bukan hanya ke dalam tafsir *lughawi*, tafsir *fiqh*, tafsir *ilmi*, dan tafsir *isy'ari*, akan tetapi penafsiran nya ditekankan pada kebutuhan masyarakat.¹¹ Pendekatan yang digunakan dalam tafsir ini adalah pendekatan kontekstual yang berorientasi pada konteks penafsir Al-Qur'an yaitu melakukan pendekatan pada sosial

⁹ Eni Zulaiha, "Tafsir Kontemporer: Metodologi, Paradigma, dan Standar Validitasnya", *Wawasan: Jurnal Ilmiah Agama dan Sosial Budaya* 2, 1 (Juni 2017), hlm. 83.

¹⁰ A. Fathur Rozi, Niswatur Rokhmah, "Tafsir Klasik: Analisis Terhadap Kitab Tafsir Era Klasik" *Jurnal KACA Jurusan Ushuluddin STAI AL FITHRAH*, Vol. 9, No. 2 (2019) hlm. 159

¹¹ Ali Geno Brutu, "Tafsir Al-Misbah: Muhammad Quraish Shihab", *Jurnal Online Preprints*, Vol. 14, 2017, hlm. 6-7.

historis dimana teks muncul dan bagaimana penafsir hidup dengan pengalaman budaya, dan sosialnya. Sehingga tafsir ini, selalu menghadirkan penjelasan akan petunjuk dengan menghubungkan kehidupan masyarakat dan selalu mengakomodasi hal-hal yang dianggap sebagai problem di dalam masyarakat.

Tafsir *al-Qur'an al-'Azhim* merupakan salah satu karya dari ismail ibn umar ibn Katsir al-Quraisy al-Dimsyqi, tafsir ini disusun dengan berdasarkan sistematika tertib ayat dan surat dalam mushaf Al-Qur'an yang dalam bahasa arab nya *tartib mushafi*, corak tafsir ini menggunakan *tafsir al-riwayah* karena terdapat banyak hadis riwayat, sahabat dan tabi'in dan terkadang juga menggunakan rasio dan penalaran dalam penafsiran. Metode yang dipakai oleh Ibnu Katsir termasuk dalam metode analitis (*manhaj tahlili*) disebabkan oleh menafsirkan ayat demi ayat secara analitis menurut urutan mushaf Al-Qur'an akan tetapi metode yang dipakai juga termasuk semi tematik (*Maudhu'i*), karena ketika menafsirkan ayat dengan mengelompokkan ayat-ayat yang masih dalam satu konteks pembicaraan ke dalam beberapa ayat. Lalu menampilkan ayat yang terkait untuk menjelaskan ayat yang di tafsirkan tersebut.¹²

Maka berdasarkan penjelasan singkat yang telah diuraikan tersebut, penulis sangat tertarik untuk meneliti dan mengaji lebih dalam mengenai konsep kesehatan mental dalam Al-Qur'an. Dari dua penafsiran ini penulis ingin mengungkapkan bagaimana penafsiran tentang kesehatan mental menurut M. Quraish Shihab dan Ibn Katsir dalam kitab tafsirnya. Sekaligus menjadi

¹² Jul Hendri, "Ibn Katsir (Telaah Tafsir al-Qurannul Azim Karya Ibn Katsir)", *NUANSA*, Vol. XIV, No. 2, (Desember 2021), hlm. 246

upaya untuk menanggulangi masalah kesehatan mental baik secara individu maupun umum. Maka dari itu penulis memberi judul pada skripsi ini, **“KONSEP KESEHATAN MENTAL DALAM AL-QUR’AN (STUDI KOMPARATIF TAFSIR AL-MISHBAH DAN TAFSIR IBN KATSIR)”**.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan dari latar belakang diatas supaya tidak terjadi kesalahan dalam pembahasan masalah, peneliti perlu merumuskan masalah sebagai berikut:

- 1) Apa konsep kesehatan mental dalam penafsiran M. Quraish Shihab dan Ibn Katsir terhadap ayat yang mengandung konsep kesehatan mental?
- 2) Bagaimana persamaan dan perbedaan antara tafsir Al-Misbah dan tafsir Ibnu Katsir tentang konsep kesehatan mental?

C. Tujuan Penelitian

Dari rumusan masalah diatas tujuan penelitian ini sebagai berikut:

- 1) Untuk mengetahui konsep kesehatan mental dalam penafsiran M. Quraish Shihab dan Ibn Katsir terhadap ayat yang mengandung konsep kesehatan mental.
- 2) Untuk menjelaskan persamaan dan perbedaan penafsiran dalam tafsir Al-Misbah dan tafsir Ibn Katsir terhadap ayat yang mengandung konsep kesehatan mental.

D. Kegunaan Penelitian

Adapun dalam penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat diantaranya:

1. Aspek Teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan memberikan ilmu pengetahuan tentang kesehatan mental melalui perbandingan penafsiran M. Quraish Shihab dan Ibn Katsir khususnya bagi penulis dan umumnya bagi pembaca penelitian ini.

2. Aspek Praktis

Kegunaan penelitian ini, untuk memenuhi tugas akhir yang diberikan oleh pihak fakultas sebagai syarat menyelesaikan pendidikan, dan menjadi salah satu syarat untuk mendapatkan gelar sarjana.

G. Sistematika Penulisan

Secara garis besarnya, penulis memberikan Gambaran secara umum untuk mencapai pembahasan yang sistematis supaya mudah dipahami oleh penulis maupun para pembaca penelitian ini. Maka dalam penelitian ini akan menggunakan sistematika sebagai berikut:

Bab Pertama, berisi tentang pendahuluan sebagai gambaran umum yang menjelaskan latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan dan kegunaan penelitian, serta sistematika pembahasan dalam penelitian ini.

Bab Kedua, merupakan kerangka teori dalam penelitian ini, berisi tentang penjelasan kesehatan mental, jenis, macam kesehatan mental, gangguan

kesehatan mental, profil Tafsir Al-Misbah dan Tafsir *al-Qur'an al-'Azhim*, serta penelitian terdahulu yang mempunyai tema serupa.

Bab Ketiga, merupakan metode penelitian, terdiri dari jenis penelitian, sumber data, teknik pengumpulan data dan teknik analisis data.

Bab Keempat, merupakan penelitian dan pembahasan, terdiri dari ayat-ayat yang berkaitan dengan kesehatan mental, analisis terhadap tafsir al-Misbah dan tafsir al-Qur'an al-'Azhim dalam menafsirkan ayat-ayat kesehatan mental, titik temu perbedaan dan persamaan penafsiran tafsir al-Misbah dan tafsir al-Qur'an al-'Azhim dalam menafsirkan ayat-ayat kesehatan mental.

Bab Kelima, merupakan bagian penutup dari penelitian ini, yang berisi kesimpulan atas apa yang penulis bahas dan menjawab rumusan masalah, serta saran untuk menyempurnakan penelitian ini dan penelitian-penelitian selanjutnya.