

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Manusia hidup di dunia secara berdampingan, layaknya sebagai makhluk sosial yang bergantung serta membutuhkan dorongan makhluk lain. Hubungan yang terjalin antara lain dengan hewan, tumbuhan, dan seluruh alam semesta. Hubungan antarsatu sama lain membutuhkan keseimbangan, sehingga kehidupan bisa berjalan beriringan.¹ Kehidupan manusia akan selalu berhubungan dengan sesama manusia. Hubungan yang terjalin terkadang akan mengakibatkan permasalahan dengan orang lain seperti berbeda pendapat, sakit hati, korban pemberi harapan palsu (PHP), penghianatan, *bullying*, perceraian, kesalah pahaman, perbedaan bahasa, perbedaan budaya, perbedaan gender, status sosial, kondisi perekonomian, perbedaan agama, suku, dan ras. Sedangkan permasalahan yang berasal dari alam sekitar seperti kekeringan, banjir, tanah longsor, abrasi pantai, pencemaran udara, dan kerusakan hutan. Dari permasalahan yang ada, sedikit banyaknya akan mempengaruhi kondisi kesehatan seseorang.

Permasalahan kesehatan bukan hanya berkaitan dengan munculnya sebuah penyakit, akan tetapi hal ini juga dapat dikaitkan dengan permasalahan psikologis, fisik, mental, spiritual, dan permasalahan emosi lainnya. Belakangan ini sering kali diperbincangkan permasalahan kesehatan mental yang menimpa seseorang. Jenis kesehatan yang secara khusus berkaitan dengan emosi, psikologis, dan pola pemikiran manusia adalah kesehatan mental. Pengendalian terhadap ketiga komponen tersebut ialah diri sendiri. Sedangkan penerimaan permasalahan ada 2 macam, yakni penerimaan dengan negatif dan positif. Penerimaan negatif akan merusak kondisi psikis, sehingga dapat menimbulkan depresi, tertekan, dan kesehatan mental yang terganggu. Sedangkan penerimaan

¹ Diana Rahmasari, *Self Healing is Knowing Your Own Self* (Surabaya: Unesa University Press, 2015), 1.

positif akan lebih cenderung menjadi motivasi untuk lebih maju dari sebelumnya.²

Mental yang sehat hanya dimiliki seseorang yang di dalam hatinya merasakan ketenangan dan tidak mudah gelisah. Ketenangan hati bisa diwujudkan dengan tidak mudah menerima argumen yang akan membuat terpuruk dan sedih. Jiwa yang tenang akan selalu merasa bahagia. Berbeda dengan jiwa yang selalu merasa gelisah, ia akan selalu memikirkan pemikiran dan ucapan orang lain mengenai dirinya. Hal ini akan mengganggu kesehatan dan juga pola pikir seseorang. Seperti halnya permasalahan kesehatan mental di Indonesia yang disebut relatif meningkat, melihat dari keadaan alam yang mudah berubah-ubah, kompetisi antarmanusia cukup ketat, dan juga lingkungan sosial yang kurang kondusif.³ Secara keseluruhan, kesehatan mental menjadi bagian terpenting di dalam mewujudkan kesehatan. Akan tetapi, pada sebagian banyak negara berkembang, permasalahan kesehatan mental belum diutamakan daripada penyakit yang telah mewabah. Kenyataannya, kebijakan kesehatan mental serta penerapannya di Indonesia masih disertai dengan ketidakseimbangan yang merata mengenai jangkauan akses pelayanan.⁴

Kebijakan kesehatan mental pada masyarakat Indonesia mengalami peningkatan meskipun cenderung lambat dibandingkan dengan beberapa tahun sebelumnya. Hal ini dikarenakan belum adanya data akurat yang juga dihadapi oleh negara berkembang lainnya. Sementara itu, data yang berbobot sangat diperlukan untuk merancang kebijakan yang efektif, sehingga pada proses pelayanan kesehatan mental dapat berjalan lebih maksimal.⁵ Dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, mendapatkan 14% keluarga yang menjalankan pengasingan diri, dengan 31,5% menjalaninya dalam 3 bulan terakhir.

² Rahmasari, 2.

³ Rahmasari, 2.

⁴ Ilham Akhsanu Ridlo, "Pandemi COVID-19 dan Tantangan Kebijakan Kesehatan Mental di Indonesia," *INSAN Jurnal Psikologi dan Kesehatan Mental* 5, no. 2 (2020): 157.

⁵ Akhsanu Ridlo, 158.

Data WHO pada tahun 2017 menyatakan taraf psikiater, tingkat perawat kesehatan mental, serta pekerja sosial memberikan informasi krisisnya sumber daya kesehatan mental di Indonesia. *Disability Adjusted Life Years (DALY)* menjangkau 2.463,29 per 100.000 populasi dan taraf kematian bunuh diri 3,4 tanpa rencana mengenai pencegahan bunuh diri ditemukan. Jumlah keseluruhan penyakit yang terjadi pada kurun waktu tertentu (prevelensi) nasional depresi di antara orang-orang lebih dari 15 tahun mencapai 6,1% dengan hanya 9% dari mereka yang menerima perawatan dari para tenaga profesional. Peningkatan permasalahan kesehatan jiwa ini membagikan dibutuhkannya perhatian khusus terhadap kesehatan mental masyarakat Indonesia.⁶

Kualitas upaya perawatan dan penanganan kesehatan mental di negara Amerika Serikat yang dinilai cukup lambat dan hanya sedikit dari pelayanan kesehatan yang mendapatkan perawatan kesehatan mental yang layak. Taraf pelayanan yang lambat perlu dikembangkan daripada dengan menggunakan perawatan medis awam. Ketidakmerataan kualitas pelayanan kesehatan mental sebagian ditimbulkan oleh sedikitnya metode sistematis untuk mengetahui taraf pelayanan kesehatan mental. Taraf pelayanan kesehatan mental menjadi sebuah tantangan di seluruh dunia, karena kondisinya dapat beragam berdasarkan kebijakan layanan pada tiap negara. Tetapi secara umum, cukup segelintir orang di seluruh dunia yang mendapatkan pelayanan kesehatan mental yang memadai.⁷

Negara yang memiliki penghasilan menengah ke bawah, tercatat lebih dari 75% pasien yang terkena gangguan kesehatan mental, neurologis, dan kesalahan dalam penggunaan zat yang tidak menerima pengobatan sama sekali untuk keadaan mereka. Sedangkan beberapa studi *cost-effectiveness* menyatakan menurunnya kekeliruan terkait kesehatan mental, akan tetapi hanya sedikit dari mereka yang memperoleh pengobatan secara tepat. Ketidakseimbangan pelayanan ini terlihat sangat besar pada negara-negara yang memiliki penghasilan menengah ke bawah, yaitu kurang lebih 85% dari populasi dunia. Kebutuhan dalam menjaga

⁶ Akhsanu Ridlo, 158–159.

⁷ Akhsanu Ridlo, 159.

kesehatan, terutama kesehatan mental sangat diperlukan bagi setiap individu. Untuk itu, pentingnya kesadaran pada diri sendiri untuk menjaga kesehatan, terutama dalam menjaga kesehatan mental. Hal ini tentunya agar terhindar dari berbagai macam dampak yang akan ditimbulkan.⁸

Kondisi stabilitas mental setiap individu yang berbeda-beda, akan mengakibatkan dampak yang ditimbulkan dari permasalahan tersebut yang juga berbeda-beda. Beberapa dampak yang memungkinkan terjadi jika seseorang terkena gangguan mental yakni stress, depresi, halusinasi dan gangguan psikis lainnya. Kondisi psikis yang kurang baik akan mempengaruhi segala aspek yang ada dalam diri individu tersebut. Gejala yang ditimbulkan akan mempengaruhi aspek sosial, pekerjaan, atau pendidikan dalam jangka waktu tertentu. Psikis yang terganggu akan mempengaruhi suasana hati, tingkah laku dan perubahan pola makan yang tidak teratur. Jika seseorang telah terindikasi terkena gangguan kesehatan mental, diperlukan adanya pertolongan pertama berupa pengobatan secepatnya. Karena gangguan kesehatan mental tidak boleh diremehkan. Permasalahan-permasalahan yang tersimpan dengan tidak segera terselesaikan dapat mengakibatkan berbagai macam gangguan emosional pada diri sendiri. Kesehatan mental dapat dipengaruhi dari beberapa faktor berikut ini, mulai dari faktor biologis, faktor psikologis, faktor sosial budaya, dan faktor lingkungan.⁹

Faktor-faktor tersebut dapat mempengaruhi cara manusia berpikir, merasakan dan bertindak. Sehingga kondisi ini menyebabkan manusia tidak dapat melangkah maju dan stagnan di bawah bayangan-bayangan yang ada dipikiran. Hal ini tentu saja dapat mengganggu kondisi psikis manusia secara perlahan. Perlunya pengobatan dalam menangani. Dari kemajuan teknologi yang sudah berkembang, terdapat berbagai macam pengobatan yang dapat dijadikan sebagai rujukan jika seseorang terjangkit suatu penyakit. Pengobatan tersebut seperti pengobatan medis, tradisional, modern, dan juga konvensional. Seseorang dapat dengan mudah memilih cara

⁸ Ummu Kalsum IQT, *Self Healing With Qur'an* (Semarang: Syalmahat Publishing, 2022).

⁹ Kalsum IQT.

pengobatan dari berbagai macam jenis pengobatan yang ada sesuai dengan kebutuhan dan kesanggupan.¹⁰

Pengobatan alternatif yang mudah dilakukan menjadi primadona bagi mereka yang tidak mau ribet-ribet berobat ke tenaga medis seperti dokter maupun psikiater. Membaca al-Qur'an dapat dijadikan sebagai pengobatan gangguan kesehatan mental yang terbilang mudah, tanpa mengeluarkan banyak biaya. Kunci utama kebahagiaan dapat ditempuh melalui membaca al-Qur'an dengan penuh perenungan dan mentadabburinya. Al-Qur'an hadir sebagai petunjuk manusia, sebagai cahaya bagi hati yang gersang, serta sebagai penawar atas semua yang ada di dalam jiwa.¹¹ Selain sebagai petunjuk seluruh kaum, al-Qur'an juga dapat menjadi obat penawar bagi seseorang yang berkenan mendalami dan memahami isi kandungan di dalam al-Qur'an.

Allah SWT menciptakan semua yang ada di muka bumi mempunyai manfaat dan fungsi. Disamping itu, al-Qur'an sebagai kitab suci Allah SWT yang diwahyukan kepada Rasulullah SAW melalui perantara malaikat Jibril. Melihat ke belakang beberapa tahun silam saat al-Qur'an diwahyukan kepada Rasulullah SAW saat beliau berusia 40 tahun di Gua Hira pada 17 Ramadhan 13 SH/6 Agustus 610 M. Sesuai dengan firman Allah SWT yang terdapat didalam Q.S. Al-Baqarah: 185.¹²

شَهْرُ رَمَضَانَ الَّذِي أُنزِلَ فِيهِ الْقُرْآنُ هُدًى لِّلنَّاسِ وَبَيِّنَاتٍ مِّنَ
 الْهُدَىٰ وَالْفُرْقَانِ ۚ فَمَن شَهِدَ مِنْكُمُ الشَّهْرَ فَلْيَصُمْهُ ۖ وَمَن كَانَ
 مَرِيضًا أَوْ عَلَىٰ سَفَرٍ فَعِدَّةٌ مِّنْ أَيَّامٍ أُخَرَ ۗ يُرِيدُ اللَّهُ بِكُمُ الْيُسْرَ وَلَا
 يُرِيدُ بِكُمُ الْعُسْرَ وَلِتُكْمِلُوا الْعِدَّةَ وَلِتُكَبِّرُوا اللَّهَ عَلَىٰ مَا
 هَدَاكُمْ وَلَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ ﴿١٨٥﴾

¹⁰ Kalsum IQT.

¹¹ Kalsum IQT.

¹² Kalsum IQT.

Artinya : “Bulan Ramadan adalah (bulan) yang di dalamnya diturunkan al-Qur’an sebagai petunjuk bagi manusia dan penjelasan-penjelasan mengenai petunjuk itu serta pembeda (antara yang hak dan yang batil).”

Malam penurunan al-Qur’an dinamakan dengan peristiwa Nuzulul Qur’an. Nuzulul Qur’an melahirkan momentum berharga bagi umat muslim di bulan Ramadhan, karena di malam 17 Ramadhan al-Qur’an diturunkan. Peringatan Nuzulul Qur’an bukan hanya sekedar perayaan semata, melainkan sebuah momentum supaya umat Islam dapat mengambil pelajaran atas diturunkannya al-Qur’an. Sedemikian itu, umat Islam diharapkan bertambah kedekatannya dengan al-Qur’an, menjadi lebih rajin membaca, mentadabburi makna, serta mengamalkan isi kandungan di dalam al-Qur’an. Penjelasan berbagai macam persoalan kehidupan tercantum di dalam al-Qur’an yang pada saat diturunkan secara berangsur-angsur. Hal ini sesuai dengan firman Allah SWT dalam Q.S. Al-Isra’: 106.¹³

 وَقُرْءَانًا فَرَقْنَاهُ لِتَقْرَأَهُ عَلَى النَّاسِ عَلَىٰ مُكْثٍ وَنَزَّلْنَاهُ تَنزِيلًا

Artinya : “Dan al-Qur’an itu kami turunkan berangsur-angsur agar engkau (Nabi Muhammad) membacakannya kepada manusia secara perlahan-lahan dan kami benar-benar menurunkannya secara bertahap.”

Proses penurunan al-Qur’an secara turun-temurun dalam kurun waktu kurang lebih 23 tahun kepada masyarakat Arab dahulu, dengan tujuan meluruskan kondisi dan kejadian yang mereka alami, terlebih al-Qur’an mampu memberikan jalan keluar dari permasalahan yang dilalui.¹⁴ Al-Qur’an memprioritaskan keseluruhan penekanan moral dan faktor-faktor psikologis yang menghasilkan kerangka berfikir yang

¹³ Irma Riyani, “Menelusuri Latar Historis Turunnya dan Proses Pembentukan Tatanan Masyarakat Islam,” *UIN Sunan Gunung Djati Bandung, Indonesia*, Juni 2016, 28.

¹⁴ Riyani, 28.

benar sesuai dengan perbuatan. Itulah sebabnya manusia diberi keistimewaan berupa akal. Dengan akal manusia dapat berpikir sebelum melakukan sesuatu, sedangkan al-Qur'an sebagai landasan utama berperilaku. Jadi, terciptalah keseimbangan hidup yang Qur'ani, bersesuaian dengan tata ajaran al-Qur'an. Pemahaman al-Qur'an tidak terlepas dari sejarah penurunannya, karena dengan mempelajari sejarah merupakan sebuah upaya untuk menemukan keaslian ajaran-ajaran al-Qur'an.

Ayat yang diwahyukan kepada Rasulullah SAW pertama kali yaitu Surat Al-Alaq ayat 1-5.

أَقْرَأْ بِاسْمِ رَبِّكَ الَّذِي خَلَقَ ۝ خَلَقَ الْإِنْسَانَ مِنْ عَلَقٍ ۝ أَلَمْ يَكُنْ أَقْرَأَ ۝ وَرَبُّكَ الْأَكْرَمُ ۝ الَّذِي عَلَّمَ بِالْقَلَمِ ۝ عَلَّمَ الْإِنْسَانَ مَا لَمْ يَعْلَمْ

Artinya : “Bacalah dengan (menyebut) nama Tuhanmu yang menciptakan! Dia menciptakan manusia dari segumpal darah. Bacalah! Tuhanmulah Yang Mahamulia, yang mengajar (manusia) dengan pena. Dia mengajarkan manusia apa yang tidak diketahuinya.”

Bertepatan dengan tanggal 6 Agustus tahun 610 M bulan Ramadhan, menjadi peristiwa bersejarah dimana pada saat itu Rasulullah SAW sedang berdiam diri di Gua Hira, datang malaikat Jibril a.s. membawa tulisan dan meminta Nabi Muhammad SAW untuk membaca. Malaikat Jibril berkata: “*Bacalah*”. Dengan terkejut Rasulullah SAW menjawab: “*Aku tidak dapat membaca*”. Beliau lalu direngkuh beberapa kali oleh malaikat Jibril a.s. hingga nafas terasa sesak, lalu dilepaskannya seraya diserukannya membaca sekali lagi: “*bacalah*”. Akan tetapi, Rasulullah SAW masih tetap menjawab: “*Aku tidak dapat membaca*”. Demikian kondisi yang berulang sampai tiga kali, dan akhirnya Rasulullah SAW berkata: “*apa yang kubaca*”, Jibril memberikan penjelasan bahwa tulisan tersebut merupakan mukjizat pertama yang diwahyukan oleh Allah SWT kepada Rasulullah SAW dan

ketika itu pengangkatan Rasulullah SAW sebagai Nabi utusan Allah kepada seluruh umat manusia, untuk menyampaikan risalah-Nya.¹⁵

Iqra' atau seruan membaca merupakan kata pertama dari wahyu pertama yang diperoleh Nabi Muhammad SAW. Kata tersebut sangat penting, sehingga diulang sampai dua kali. Kemudian, seruan kepada seluruh umat untuk membaca. Oleh karena itu, membaca menjadi sarana dalam belajar dan kunci ilmu pengetahuan. Perbandingan seruan membaca pada ayat pertama dan seruan membaca pada ayat ketiga, yakni pada ayat pertama menjelaskan syarat yang harus dipenuhi seseorang ketika membaca (dalam segala pengertian) yaitu membaca karena Allah SWT, sedangkan seruan pada ayat kedua mendeskripsikan manfaat yang didapatkan dari bacaan bahkan pengulangan bacaan tersebut. Dalam ayat ketiga, Allah SWT memberikan janji, ketika seseorang membaca al-Qur'an dengan ikhlas, Allah SWT akan memberikan kepadanya ilmu pengetahuan, pemahaman-pemahaman, wawasan-wawasan baru meskipun yang dibacanya tetap pada ayat yang sama. Apa yang dijanjikan tersebut terbukti dengan jelas. Kegiatan "membaca" tersebut telah memberikan dampak terhadap peristiwa baru yang membuka rahasia-rahasia alam. Ayat al-Qur'an yang dibaca oleh umat terdahulu dan tempat yang mereka huni adalah sama, tidak berbeda. Akan tetapi, pemahaman mereka serta penemuan rahasia al-Qur'an semakin berkembang.¹⁶

Istilah *self healing* di dalam ajaran Islam, dapat diartikan dengan *al-syifa'* yang bermakna obat. Hal tersebut dikarenakan al-Qur'an dijadikan sebagai penyembuh bagi seseorang yang mengalami gangguan kesehatan dari penyakit medis, penyakit kejiwaan atau penyakit gangguan sihir dan jin. Terdapat penjelasan dari ayat-ayat al-Qur'an mengenai pengobatan sebagai rujukan dalam melakukan *self healing*. Hal ini memudahkan seseorang dalam menjalani proses penyembuhan secara mandiri. Kegiatan *self healing* dapat dengan mudah kita lakukan, tanpa bantuan alat medis maupun obat.

¹⁵ Yanfaunnas, "Pendidikan dalam Perspektif QS. Al-'Alaq 1-5," *Nur El-Islam* 1 (April 2014): 24–25.

¹⁶ Yanfaunnas, 22–23.

Pemahaman isi kandungan suatu ayat dalam al-Qur'an, mampu memberikan jawaban atas persoalan yang ada. Pemahaman makna setiap ayat yang berbahasa Arab sangat diperlukan dalam mempermudah pemahaman pembaca. Tercatat kurang lebih dari 3.000 bahasa di dunia, diantaranya lebih dari 100 bahasa yang digunakan oleh 1.000.000 manusia, serta ditemukan 17 bahasa yang digunakan lebih dari 50 juta manusia di dunia, yakni bahasa Cina, Inggris, Prancis, Spanyol, Arab, Rusia, Jerman, dan Italia. Bahasa Arab termasuk salah satu dari 17 bahasa diatas. Bahasa Arab digunakan sebagai alat komunikasi oleh 89% masyarakat Afrika dan Asia serta digunakan lebih dari 200 juta orang muslim selain Arab.¹⁷

Umat Muslim meyakini bahwa bahasa Arab memiliki kedudukan yang lebih agung dari bahasa lainnya. Selain itu, bahasa Arab menjadi bahasa al-Qur'an, ketentuan agama Islam, bahasa dalam beribadah, ilmu-ilmu sastra dan Islam sejak diutusnya Nabi Muhammad SAW dan turun wahyu ilahi, dan bahasa hadits. Keistimewaan bahasa Arab dapat dilihat dari keterkaitan bahasa Arab dengan agama Islam, dan di dalam segi kebahasaan memiliki keterkaitan dengan al-Qur'an yang menghasilkan sebab kuat dan kekal. Karena teks al-Qur'an merupakan sumber primer keilmuan bagi seluruh umat muslim.¹⁸

Terdapat unsur-unsur keistimewaan yang mewujudkan bahasa Arab sebagai bahasa al-Qur'an, yakni: *Pertama*, Fonologi. Ilmu Fonologi menjadi salah satu cabang dari '*ilmu al-aṣwāt*' atau ilmu bunyi. '*ilmu al-aṣwāt*' merupakan sebuah ilmu yang mengkaji bunyi bahasa, peralihan dan perolehan. '*Ilmu al-aṣwāt*' fonologi merupakan ilmu bunyi yang membahas mengenai bunyi bahasa dengan fungsi dan makna di dalam bunyi tersebut. *Kedua*, Sintaksis atau ilmu nahwu. Ilmu tata bahasa Arab dengan ketentuan kedudukan kalimat dari segi i'rob disebut ilmu nahwu atau sintaksis. Kaidah-kaidah bahasa Arab dibahas di dalam ilmu nahwu dengan

¹⁷ Hasyim Asy'ari, "Keistimewaan Bahasa Arab Sebagai Bahasa Al-Qur'an," *Jurnal Manajemen Pendidikan Islam (Nidhomul Haq)* 1, no. 1 (2016): 22.

¹⁸ Asy'ari, "Keistimewaan Bahasa Arab Sebagai Bahasa al-Qur'an," 22.

tujuan untuk memahami bagian sebuah kata dan kedudukannya ketika berdiri sendiri (mufrod) atau setelah terangkai (murokkab). Penjelasan di dalam ilmu nahwu mencakup *isim* (kata benda), *fi'il* (kata kerja), dan *huruf* (huruf). Jika keseluruhan unsur tersebut dijadikan satu menjadi *jumlah* (kalimat). Sedangkan *jumlah* (kalimat) dibagi menjadi dua yakni *jumlah ismiyah* yang tersusun dari S/P/O dan *jumlah fi'liyah* yang tersusun dari P/S/O.¹⁹

Ketiga, Morfologi. *'Ilmu al-sharf* merupakan ilmu yang mengkaji mengenai dasar-dasar penyusunan kata. *'Ilmu al-sharf* memberikan aturan penggunaan kata dari segi bentuk yang diketahui sebagai morfologi. Dapat diketahui bahwa *'Ilmu al-sharf* memberi aturan penggunaan kata sebelum dirangkai dengan kata lain. *Keempat*, Semantik. Semantik berasal dari bahasa Yunani yang terdiri dari "sema" memiliki makna "kata benda" yang bermakna "tanda" atau "lambang". Semantik di dalam bahasa Arab merupakan ilmu yang mengkaji atau megulas mengenai makna, atau cabang dari ilmu linguistik yang membahas teori makna atau syarat-syarat untuk memenuhi lambang bunyi sehingga memiliki makna. Ilmu semantik menjadikan makna bahasa sebagai objek kajian, seperti satuan-satuan bahasa yakni, kata, frase, klausa, kalimat, dan wacana.²⁰

Secara keseluruhan, bahasa merupakan media primer dalam menjalin hubungan dan komunikasi antarumat manusia. Para Nabi yang dikirim Allah SWT untuk mewariskan petunjuk kepada manusia harus bertutur kata dan berbicara dengan mereka menggunakan bahasa kaum setempat. Para Nabi telah memberikan penjelasan ketentuan moral, hukum dan aqidah kepada kaumnya. Dengan memperhatikan berbagai kondisi sebelum diutusnya para Nabi di kalangan masyarakat Arab. Allah SWT mengutus Nabi Muhammad SAW kepada kaum Arab dengan membawa mukjizat yang dapat dimengerti oleh mereka menggunakan bahasa kaum Arab tersebut. Oleh

¹⁹ Asy'ari, 23.

²⁰ Asy'ari, 24.

karena itu, al-Qur'an diwahyukan kepada Nabi Muhammad SAW sebagai mukjizat dengan bahasa Arab.²¹

Secara terperinci, bahasa Arab merupakan salah satu alat komunikasi masyarakat Arab dalam kehidupan sehari-hari. Perkataan para Nabi dengan bahasa kaum setempat merupakan hal yang pasti. Agar memudahkan komunikasi diantara keduanya. Kondisi masyarakat Jahiliyah sebelum diutusnya Nabi Muhammad menjadi Rasul sangat memprihatinkan. Atas dasar itu Allah SWT mengirim Nabi Muhammad SAW pada masyarakat Arab untuk memperbaiki keadaan masyarakat Arab kala itu. Hal ini dikarenakan, bahwa al-Qur'an harus disampaikan dengan bahasa Arab dan bukan menggunakan bahasa lain.²²

Pemahaman isi al-Qur'an memerlukan sebuah penafsiran bagi kalangan yang bukan asli ataupun tidak dapat berbahasa Arab. Penggunaan tafsir sangat memudahkan bagi para pembaca yang berkeinginan mengetahui makna dari al-Qur'an yang asli berbahasa Arab. Seiring berjalannya waktu kegiatan penafsiran semakin berkembang. Mufasir al-Qur'an pertama kali yakni Nabi Muhammad SAW. Hal tersebut dikarenakan pada saat Rasulullah SAW masih hidup dan para sahabat menemukan sebuah kesukaran terhadap makna al-Qur'an, para sahabat secara langsung menanyakan maksud dan tujuan surat tersebut. Pada saat Nabi Muhammad SAW wafat, para sahabat tidak pasrah dengan keadaan, sehingga dimulailah ijtihad menafsirkan al-Qur'an. Para sahabat yang melakukan ijtihad menafsirkan al-Qur'an tidak hanya memaknai dari isinya saja, namun juga melihat dari segi aspek lainnya, dan yang menafsirkan al-Qur'an bukanlah untuk kalangan orang awam, melainkan dalam menafsirkan terkhusus bagi orang yang berkompeten dalam menguasai ilmu al-Qur'an. Bersamaan dengan berkembangnya zaman, generasi penafsiran selanjutnya diteruskan oleh para Tabi'in, Tabi'i al-Tabi'in, Atba'ut Tabi'in, Salafus Shalihin dan Ulama sampai sekarang

²¹ Hamdan Hidayat, "Sejarah Perkembangan Tafsir Al-Qur'an," *Al-Munir*, Juni 2020.

²² Hidayat, 30.

dengan berbagai pembaruan penafsiran, karena berkembangnya ilmu dalam memahami al-Qur'an.²³

Penafsiran al-Qur'an menjadi kegiatan yang cukup penting untuk mengetahui makna dari al-Qur'an. Perkembangan berbagai jenis penafsiran al-Qur'an seperti tafsir klasik sampai tafsir kontemporer mulai tersebar di kalangan masyarakat, yang dengan mudah dapat diakses melalui media offline maupun online. Dengan perkembangan penafsiran yang lambat laun semakin canggih dan mudah diakses, membuat para pembaca dengan mudah mengetahui isi serta mampu mengimplementasikan makna al-Qur'an. Banyak di kalangan masyarakat awam mampu mempelajari dan memahami isi kandungan dari al-Qur'an dengan mengetahui penafsirannya.

Penyebutan kata *syifa'* di dalam al-Qur'an terdapat dalam 6 tempat, yaitu Q.S Yunus: 57, Q.S an-Nahl: 69, Q.S al-Isra': 82, Q.S asy-Syu'ara: 80, dan Q.S at-Taubah: 14. Dari keseluruhan ayat yang menjelaskan tentang *syifa'*, peneliti memilih mengkaji Q.S. Yunus: 57 karena di dalam ayat tersebut memaparkan beberapa fungsi al-Qur'an yang dapat menjadikan seseorang lebih memahami diri sendiri sehingga dapat melakukan *self healing* melalui al-Qur'an yakni pelajaran, obat, petunjuk serta rahmat. Fungsi al-Qur'an yang terdapat di dalam Q.S. Yunus: 57 dianalisis melalui perspektif penafsiran dari Quraish Shihab. Oleh karena itu, penulis menangkat pembahasan dari penelitian ini dengan judul "*Self healing* dalam Q.S. Yunus: 57 perspektif Tafsir al-Misbah karya M. Quraish Shihab".

B. Fokus Penelitian

Penelitian yang dilakukan peneliti dengan judul "*Self Healing* dalam Q.S. Yunus : 57 Perspektif Tafsir Al-misbah (Quraish Shihab)" ini memfokuskan pada ayat al-Qur'an sebagai obat pada manusia. Peneliti memilih mengkaji penafsiran dari M. Quraish Shihab dengan salah satu karya tafsirnya ialah tafsir al-Misbah. Kajian ini dilakukan selain mendapatkan jawaban dari permasalahan yang ada di masyarakat, juga menambah wawasan bagi para pembaca

²³ Hidayat, 31.

tentang *Self healing* yang terdapat dalam Q.S. Yunus: 57 dengan perspektif M. Quraish Shihab dalam kitab tafsir al-Misbah.

C. Rumusan Masalah

Berlandaskan latar belakang masalah dan fokus penelitian terdapat beberapa rumusan masalah yang dibahas melalui penelitian ini. Adapun permasalahan-permasalahan tersebut antara lain:

1. Bagaimana *Self healing* didalam al-Qur'an?
2. Bagaimana *Self healing* dalam Q.S Yunus: 57 perspektif tafsir Al-Misbah karya M. Quraish Shihab?

D. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan latar belakang, fokus penelitian, dan rumusan masalah diatas maka penelitian ini bertujuan:

1. Untuk mengetahui *Self healing* didalam al-Qur'an.
2. Untuk mengetahui *Self healing* dalam Q.S. Yunus: 57 perspektif tafsir al-Misbah karya M. Quraish Shihab.

E. Manfaat Penelitian

Berdasarkan uraian tujuan penelitian diatas, peneliti berharap hasil dari karya tulis ini dapat bermanfaat bagi penulis maupun bagi pembaca.

1. Bagi Penulis

Penelitian ini dapat menambah wawasan serta memberikan penjelasan mengenai pemikiran M. Quraish Shihab tentang self healing dengan membaca al-Qur'an dalam bidang tafsir al-Qur'an. Sekaligus sebagai syarat guna memenuhi tugas akhir skripsi dan memperoleh gelar sarjana (S.Ag).

2. Bagi Pembaca

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan tentang konsep self healing dengan membaca al-Qur'an penafsiran M. Quraish Shihab dalam karyanya Tafsir al-Misbah. Diharapkan dapat menyadarkan kepada masyarakat bahwa pentingnya membaca dan mempelajari al-Qur'an, agar tidak menimbulkan pengetahuan yang menyimpang dari ajaran al-Qur'an.

F. Sistematika Penulisan

Penulis memberikan gambaran sistematika penulisan penelitian skripsi secara rinci untuk mempermudah dalam mempelajari skripsi ini. Sistematika penulisan pada dasarnya terbagi ke dalam beberapa bab dan beberapa sub bab pembahasan. Adapun perinciannya adalah:

Bagian awal: pada bagian ini terdiri dari halaman sampul, halaman judul, pengesahan penguji ujian munaqosyah, pernyataan keaslian skripsi, abstrak, moto, persembahan, pedoman transliterasi Arab-Latin, kata pengantar, daftar isi.

Bagian utama: Pada bagian ini terdiri dari: Bab I: Pendahuluan: yang meliputi latar belakang, fokus penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, sistematika penulisan. Bab II: Kajian Pustaka: Didalamnya terdapat beberapa Sub-Bab, *Pertama*; Kajian teori *Self healing*, *Kedua*; penelitian terdahulu, *Ketiga*; kerangka berfikir. Bab III: Metode Penelitian: Didalamnya dipaparkan secara runtut tentang jenis dan pendekatan, objek penelitian, sumber data, teknik pengumpulan data, metode analisis data. Bab IV: Hasil Penelitian dan Pembahasan: Penafsiran *Self healing* dalam al-Qur'an Perspektif tafsir al-Misbah menurut M. Quraish Shihab. Didalamnya berisi tentang pembahasan yang akan menjawab poin-poin pertanyaan dalam rumusan masalah dan akan dipaparkan dalam beberapa Sub-Bab. *Pertama*; Biografi M. Quraish Shihab yang meliputi karya-karya, penulisan Tafsir al-Misbah dan karakteristik tafsir al-Misbah. *Kedua*; Berisi tentang tinjauan penafsiran *Self healing* perspektif al-Qur'an dalam tafsir al-Misbah karya M. Quraish Shihab beserta analisis penulis dalam penafsiran M. Quraish Shihab tentang *Self healing*. Bab V: Penutup: Bab ini terdiri dari kesimpulan seluruh pembahasan yang telah dijelaskan, saran-saran dan penutup. Pada bagian akhir terdiri dari daftar pustaka, lampiran-lampiran serta daftar riwayat hidup penulis.