

**KECEMASAN DAN IMPLIKASINYA TERHADAP *OBSESSIVE COMPULSIVE*
DISORDER DALAM PERSPEKTIF AL-QUR'AN**

SKRIPSI



OLEH:

NIDAUL HASANAH MIRFAQO

NIM. 20102038

**PROGRAM STUDI ILMU AL-QUR'AN DAN TAFSIR
FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) KEDIRI**

2024

**KECEMASAN DAN IMPLIKASINYA TERHADAP *OBSESSIVE COMPULSIVE*
DISORDER DALAM PERSPEKTIF AL-QUR'AN**

SKRIPSI

Diajukan kepada

Institut Agama Islam Negeri Kediri

Untuk memenuhi salah satu persyaratan

dalam menyelesaikan program S-1

dan memperoleh gelar Sarjana Agama (S.Ag)

OLEH

NIDAUL HASANAH MIRFAQO

NIM. 20102038

PROGRAM STUDI ILMU AL-QUR'AN DAN TAFSIR

FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH

INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) KEDIRI

2024

HALAMAN PERSETUJUAN

**KECEMASAN DAN IMPLIKASINYA TERHADAP *OBSESSIVE COMPULSIVE*
DISORDER DALAM PERSPEKTIF AL-QUR'AN**

NIDAUL HASANAH MIRFAQO
NIM. 20102038

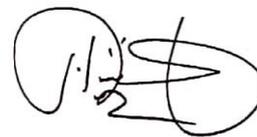
Disetujui oleh :

Pembimbing I



Hasan Basri, M. Ag.
NIP. 19721112200031001

Pembimbing II



Oidatul Marhumah, Lc., M.Th.I
NIP. 198207052023212024

NOTA DINAS

Nomor :
Lampiran : 4 (empat)
Hal : Bimbingan Skripsi

Kepada
Yth. Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah
Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kediri
Di
Jl. Sunan Ampel 07 Ngronggo, Kediri

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Memenuhi permintaan Dekan Untuk membimbing penyusunan skripsi mahasiswa tersebut dibawah ini:

Nama : Nidaul Hasanah Mirfaqo

NIM : 20102038

Judul : Kecemasan dan Implikasinya terhadap *Obsessive Compulsive Disorder* Dalam Perspektif Al-Qur'an.

Setelah diperbaiki materi dan susunannya, kami berpendapat bahwa skripsi tersebut telah memenuhi syarat sebagai kelengkapan ujian akhir Sarjana Strata Satu (S-1).

Bersama ini kami lampirkan berkas naskah skripsinya, dengan harapan dapat segera diujikan dalam Sidang Munaqasah. Demikian agar maklum dan atas kesediaan Bapak kami ucapkan terima kasih. Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Pembimbing I



Hasan Basri, M. Ag.
NIP. 19721112200031001

Pembimbing II



Qoidatul Marhumah, Lc., M.Th.I
NIP. 198207052023212024

HALAMAN PENGESAHAN

**KECEMASAN DAN IMPLIKASINYA TERHADAP *OBSESSIVE COMPULSIVE*
DISORDER DALAM PERSPEKTIF AL-QUR'AN**

NIDAUL HASANAH MIRFAQO
NIM. 20102038

Telah diujikan di depan Sidang Munaqasah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kediri

Pada tanggal 22 Agustus 2024

Tim Penguji,

1. Penguji Utama
Dr. M. Zaenal Arifin, M.HI. (.....)
NIP. 197408251999031003

2. Penguji 1
Hasan Basri, M.Ag. (.....)
NIP. 19721112200031001

3. Penguji 2
Qoidatul Marhumah, M.Th.I. (.....)
NIP. 198207052023212024

Kediri, 26 Agustus 2024
Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah IAIN Kediri

Dr. A. Halil Thahir, M.HI.
NIP. 197111212005011006

HALAMAN MOTTO

الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ ۗ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

“(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka manjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tentram.”

(Qs. Al-Ra‘d: 28)

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nidaul Hasanah Mirfaqo

NIM : 20102038

Program Studi : Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir

Fakultas : Ushuluddin dan Dakwah

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar-benar tulisan saya, dan bukan merupakan plagiasi baik sebagian atau seluruhnya. Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan bahwa skripsi ini hasil dari plagiasi, baik sebagian atau seluruhnya, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Kediri, 27 Agustus 2024

Yang membuat pernyataan,

Nidaul Hasanah Mirfaqo
NIM. 20102038

HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhamdulillah, segala puji syukur bagi Allah atas limpahan rahmat, taufiq, hidayah, dan inayah-Nya kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Adapun skripsi ini penulis persembahkan untuk:

1. Kedua orang tua tercinta, Salim dan Tutik Isrowati. Yang tidak pernah lelah mendoakan dan memberikan dukungan kepada penulis dalam menempuh pendidikan hingga sampai pada tahap penyelesaian skripsi ini. Terimakasih yang sebesar-besarnya atas perhatian, kasih sayang, dan selalu sabar dalam memberi nasihat yang tulus, sehingga menjadi motivasi dan kekuatan terbesar bagi penulis. Semoga Allah selalu memberikan kesehatan dan umur panjang yang barakah. *Āmīn*
2. Saudara tersayang, Fastabiqul Khoiroh. Terimakasih telah menjadi penghibur dan memberikan dukungan hingga penulis bisa sampai pada tahap ini. Semoga diberi kemudahan, kelancaran dan keberkahan dalam menuntut ilmu dan bisa meraih apa yang dicita-citakan, *Āmīn*
3. Hasan Basri M. Ag., dan Qoidatul Marhumah, Lc., M. Th. I., selaku dosen pembimbing proposal dan skripsi ini. Terima kasih atas waktu dan kesabaran dalam membimbing penulis hingga dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Terimakasih atas motivasi-motivasi yang diberikan kepada penulis selama bimbingan sehingga membuat penulis tetap semangat dan bertahan selama proses penyelesaian skripsi. Tiada harapan penulis melainkan semoga Allah memberikan balasan terbaik, selalu diberi kelancaran dalam segala urusan.
4. Abah Kyai Muhammad Wahib dan Ibu Sri Wahyuni selaku pengasuh Pesantren Mahasiswa Al-Husain Rejomulyo, Kota Kediri. Terima kasih atas doa, dukungan, dan

motivasi-motivasinya. Terimakasih telah memberikan tempat dan lingkungan yang nyaman dan tentram.

5. Teman-teman penulis dengan NIM 20102049, 21102011, 20102079, 20102096, 20040274049. Terimakasih telah menjadi teman baik bagi penulis, yang telah berjuang bersama selama perkuliahan. Saling berkeluh kesah dan memberikan dukungan satu sama lain. Semoga selalu diberi kesehatan, baik fisik maupun mental dan diberi kesuksesan dengan jalan masing-masing.
6. Teman-teman angkatan 2020, terkhususnya prodi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir yang tidak dapat disebut satu-persatu. Terimakasih atas motivasi dan dukungan dalam segala bentuk sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
7. Seluruh santri Pesantren Mahasiswa Al-Husain, terkhusus angkatan 2020. Terimakasih telah menemani, memberikan semangat dan dukungan terbaik kepada penulis.

ABSTRAK

NIDAUL HASANAH MIRFAQO, Dosen Pembimbing HASAN BASRI, M. Ag, dan QOIDATUL MARHUMAH, Lc. M. Th. I, *Kecemasan Dan Implikasinya Terhadap Obsessive Compulsive Disorder Dalam Perspektif Al-Qur'an*, Skripsi, Program Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir, Fakultas Ushuluddin dan Dakwah, IAIN Kediri, 2024.

Kata kunci: Kecemasan, OCD, Al-Qur'an

Kecemasan adalah perasaan negatif dan emosi yang menyengsarakan akibat rasa khawatir, takut, gelisah akan adanya sesuatu yang buruk yang belum tentu terjadi di masa depan. Kecemasan merupakan suatu respon emosional yang normal dialami oleh manusia. Namun jika terjadi terus-menerus maka akan menjadi kecemasan abnormal yang dapat menyebabkan gangguan mental, salah satunya *obsessive compulsive disorder* (OCD). Yaitu gangguan psikologis yang disebabkan oleh kecemasan berlebihan berupa pikiran-pikiran (obsesif) dan tindakan berulang (kompulsif) untuk mengurangi kecemasan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui term-term kecemasan yang berhubungan dengan gangguan OCD dalam Al-Qur'an dan bagaimana pandangan Al-Qur'an terhadap gangguan OCD serta penanganannya.

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian *library research* (kepuustakaan). Penelitian ini dilakukan dengan cara mencari sumber data primer dari Al-Qur'an yang berfokus pada term-term kecemasan yang berkaitan dengan OCD, dan sumber data sekunder dari berbagai referensi yang relevan, seperti kitab-kitab tafsir klasik dan kontemporer, buku tentang psikologi, jurnal, skripsi, dan lain sebagainya. Kemudian dikumpulkan dengan metode dokumentasi dan dianalisis secara deskriptif menggunakan metode Tafsir *Mauḍū'ī* atau tematik.

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa term-term kecemasan dalam Al-Qur'an yang berkaitan dengan gangguan OCD adalah, term *khauf* dan *waswas*. *Khauf* memiliki hubungan dengan OCD dari segi pemikirannya (obsesif) terhadap hal-hal yang belum pasti terjadi masa depan. Sedangkan *waswas* berhubungan dari segi pikiran (obsesif) dan tindakannya (kompulsif), yaitu melakukan aktivitas tertentu berulang kali sebagai respon dari pikirannya yang terus-menerus merasa belum yakin yang dilakukan itu benar-benar selesai. Kemudian Al-Qur'an menawarkan beberapa solusi untuk menangani OCD dengan cara mencari ketenangan hati. Yang dapat dilakukan dengan shalat dan sabar, berdzikir, dan membaca Al-Qur'an.

PEDOMAN TRANSLITERASI

A. Huruf Transliterasi

Arab	Indonesia	Arab	Indonesia
ء	‘	ض	Ḍ
ب	B	ط	Ṭ
ت	T	ظ	Ẓ
ث	Ṣ	ع	‘
ج	J	غ	Gh
ح	Ḥ	ف	F
خ	Kh	ق	Q
د	D	ك	K
ذ	Ẓ	ل	L
ر	R	م	M
ز	Z	ن	N
س	S	و	W
ش	Sy	ه	H
ص	Ṣ	ي	Y

B. Konsonan Rangkap

Konsonan rangkap (*Sheddah*), yang bersumber dari *ya' nisbah* (*ya'* yang ditulis sebagai petunjuk sifat) ditulis coretan diatasnya.

احميدية : ditulis *Aḥmadīyah*

Konsonan rangkap yang berasal dari bukan *ya' nisbah* ditulis dobel hurufnya

دل : ditulis *dalla*

C. Ta' Marbūṭah

1. Bila dimatikan ditulis “ah”:

جماعة : ditulis *jamā'ah*

2. Bila dihidupkan karena berangkai dengan kata lain (sebagai *Mudaf*), ditulis “at”
نعمة الله : ditulis *ni‘mat Allah*

زكاة الفطر : ditulis *zakāt al-fiṭr*

D. Vokal Pendek

Fathah ditulis a, kasrah ditulis i, dan dhammah ditulis ū, masing-masing dengan huruf tunggal.

E. Vokal Panjang (Madd)

a panjang ditulis ā, i panjang ditulis ī, dan u panjang ditulis ū, masing-masing dengan coretan di atas huruf a, i dan u

F. Bunyi Hidup Dobel

Bunyi hidup dobel (*diphthong*) Arab ditransliterasikan dengan menggabungkan dua huruf “ay” dan “aw” masing-masing untuk (أي) dan (أو)

G. Kata Sandang Alif Lam

Jika terdapat huruf alif & lam yang diikuti huruf qamariyah maupun diikuti huruf shamsīyah, huruf al ditulis al-

الجامعة : ditulis *al-Jāmi‘ah*

الشيعة : ditulis *al-Shī‘ah*

H. Huruf Besar

Penulisan huruf besar disesuaikan dengan EYD.

I. Kata dalam Rangkaian Frase dan Kalimat

Tetap konsisten dengan rumusan di atas, kata dalam rangkaian frase dan kalimat ditulis kata per kata

شيخ الإسلام : ditulis *Shaykh al-Islām*

J. Lain-lain

Kata-kata yang sudah dibakukan dalam Kemus Besar Bahasa Indonesia (seperti kata jmak, nash, al-Qur'an, dan hadits), tidak mengikuti pedoman transliterasi ini dan ditulis sebagaimana dalam kamus tersebut.

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Alhamdulillah penulis panjatkan kehadiran Allah SWT atas rahmat dan karunia yang dilimpahkan-Nya, sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik. Skripsi ini mengkaji tentang Kecemasan dan Implikasinya terhadap *Obsessive Compulsive Disorder* dalam Perspektif Al-Qur'an.

Penulis menyampaikan terimakasih yang sedalam-dalamnya kepada berbagai pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini. ucapan terimakasih penulis sampaikan terutama kepada yang terhormat:

1. Dr. Wahidul Anam, M.Ag selaku rektor IAIN Kediri, yang telah memberikan izin penulis untuk mengumpulkan data sebagai bahan penulisan penelitian ini.
2. Dr. A. Halil Thahir, M. HI selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah IAIN Kediri beserta staf atas segala kebijakan, perhatian dan dorongan sehingga penulis dapat menjalani studi dengan baik.
3. Dr. Masrul Anam, M. A., selaku Ketua Prodi Ilmu al-Qur'an dan Tafsir yang telah memberikan arahan, masukan dan perhatiannya kepada seluruh mahasiswa Prodi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir.
4. Bapak Hasan Basri, M. Ag., dan Ibu Qoidatul Marhumah, Lc., M. Th.I selaku dosen pembimbing yang telah membimbing, mengarahkan dan memberi motivasi dalam penyelesaian skripsi.
5. Bapak Wahib dan Ibu Sri Wahyuni selaku pengasuh Pesantren Mahasiswa Al-Husain Rejomulyo Kediri.

6. Kedua orang tua penulis, Bapak Salim dan Ibu Tutik Isrowati, yang selalu melantunkan do'a-do'anya dan tanpa lelah memberikan dukungan kepada penulis untuk menyelesaikan studi.
7. Teman-teman seangkatan tahun 2020, khususnya program studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir yang tidak dapat disebut satu per-satu, yang telah memberikan motivasi dan dukungan moril sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
8. Teman-Teman Pesantren Mahasiswa Al-Husain Satu, khususnya Angkatan 2020 yang telah berjuang bersama dan saling memberikan motivasi dalam penyelesaian skripsi.

Penulis menyadari dengan segenap kerendahan hati, bahwa penyusunan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, karena itu penulis berharap kepada semua pihak yang membaca jika ada kekurangan dan kesalahan mohon memberikan kritik dan saran demi perbaikan penelitian selanjutnya. Dan semoga karya ilmiah ini dapat bermanfaat bagi siapa saja yang membacanya.

Kediri, 24 Juni 2024

penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
NOTA DINAS	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
HALAMAN MOTTO.....	vi
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN	viii
ABSTRAK.....	x
PEDOMAN TRANSLITERASI.....	xi
KATA PENGANTAR	xiii
DAFTAR ISI	xv
DAFTAR TABEL.....	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	9
C. Tujuan Penulisan.....	9
D. Kegunaan Penelitian.....	9
E. Telaah Pustaka	10
F. Kajian Teori	14
G. Metode Penelitian.....	18
H. Sistematika Pembahasan	20
BAB II TINJAUAN UMUM TENTANG KECEMASAN DAN OCD.....	22
A. Kecemasan	22
1. Definisi Kecemasan.....	22
2. Jenis dan Tipe Kecemasan	24
B. <i>Obsessive Compulsive Disorder</i> (OCD)	27
1. Definisi <i>Obsessive Compulsive Disorder</i> (OCD).....	27
2. Epidemiologi <i>Obsessive Compulsive Disorder</i> (OCD).....	28
3. Tipe-Tipe <i>Obsessive Compulsive Disorder</i> (OCD).....	30
4. Faktor Penyebab <i>Obsessive Compulsive Disorder</i> (OCD).....	31

5. Gejala-Gejala <i>Obsessive Compulsive Disorder</i> (OCD)	34
6. Penanganan Gangguan <i>Obsessive Compulsive Disorder</i> (OCD).....	36
C. Teori Psikologi Islam Tentang Kecemasan dan OCD	42
BAB III PENAFSIRAN AYAT-AYAT KECEMASAN YANG BERKAITAN DENGAN OCD.....	45
A. Term Kecemasan Yang Berkaitan Dengan OCD (<i>Obsessive Compulsive Disorder</i>) Dalam Al-Qur'an	45
1. <i>Khauf</i> (ketakutan)	47
2. <i>Daiq</i> (kesempitan hati)	52
3. <i>Huzn</i> (kesedihan).....	56
4. <i>Halū'a</i> (kegelisahan)	62
5. <i>Waswas</i> (was-was/bisikan).....	63
B. Penafsiran Ayat-Ayat Tentang OCD (<i>Obsessive Compulsive Disorder</i>)	66
1. Tafsir ayat-ayat <i>khauf</i>	66
2. Tafsir ayat-ayat <i>waswas</i>	74
BAB IV ANALISIS OBSESSIVE COMPULSIVE DISORDER DAN PENANGANANNYA DALAM PERSPEKTIF AL-QUR'AN	84
A. <i>Obsessive Compulsive Disorder</i> (OCD) Dalam Perspektif Al-Qur'an Dengan Pendekatan Teori Psikologi	84
B. Solusi <i>Obsessive Compulsive Disorder</i> (OCD) dalam Al-Qur'an	91
BAB V PENUTUP	105
A. Kesimpulan	105
C. Saran.....	106
DAFTAR PUSTAKA	107
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	115

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1: Ayat-Ayat Term <i>Khauf</i>	50
Tabel 3.2: Ayat-Ayat Term <i>Ḍaiq</i>	53
Tabel 3.3: Ayat-Ayat Term <i>Huzn</i>	57
Tabel 3.3: Ayat-Ayat Term <i>Halū'a</i>	62
Tabel 3.5: Ayat-Ayat Term <i>Waswas</i>	63