

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Kehidupan manusia di dunia ini diwarnai dengan oleh proses yang dinamis. Hal tersebut ditandai dengan perjuangan untuk mencapai kebahagiaan dalam hidup.<sup>1</sup>Manusia diharuskan untuk menghadapi segala permasalahan dan penderitaan dalam setiap perjalanan hidupnya. Bentuk dan derajat penderitaan setiap manusia berbeda beda, namun tidak seorang pun akan terbebas dari penderitaan dunia.

Kesehatan mental merupakan aspek penting dari kesejahteraan individu yang mencakup bagaimana seseorang berpikir, merasakan, dan bertindak dalam menghadapi kehidupan sehari-hari. Masalah kesehatan mental seperti depresi, kecemasan, dan gangguan bipolar dapat mempengaruhi berbagai aspek kehidupan seseorang, termasuk kemampuan mereka untuk bekerja berinteraksi dengan orang lain, dan menikmati hidup.<sup>2</sup>

Di Indonesia, masalah kesehatan mental telah menjadi perhatian serius seiring dengan meningkatnya prevalensi gangguan mental di berbagai kalangan. Data dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 menunjukkan bahwa prevalensi gangguan mental emosional pada penduduk berusia di atas 15 tahun mencapai 9,8%, mengalami peningkatan dari 6% pada tahun

---

<sup>1</sup> Frumens Oktavian minggu, "Upaya Pencegahan Bunuh Diri Di Kalangan Remaja" (PhD Thesis, IFTK Ledalero, 2023). h.2

<sup>2</sup> Yeni Duriana Wijaya, "Kesehatan Mental Di Indonesia: Kini Dan Nanti," *Buletin Jagaddhita* 1, no. 1 (2019): 1–4.

2013. Selain itu, prevalensi gangguan jiwa berat seperti skizofrenia mencapai sekitar 7 per mil atau sekitar 1,7 juta orang.<sup>3</sup>

Meskipun ada peningkatan kesadaran tentang pentingnya kesehatan mental, isu ini tetap diliputi oleh stigma sosial yang kuat dan keterbatasan akses terhadap layanan kesehatan mental yang memadai. Banyak individu yang mengalami gangguan mental enggan mencari bantuan karena takut akan diskriminasi dan penghakiman. Stigma ini semakin memperburuk keadaan mereka yang membutuhkan perawatan dan dukungan.

Kesehatan mental seringkali menyebabkan kecenderungan mengharap kematian. Dalam banyak kasus individu yang mengalami masalah kesehatan mental seperti depresi, kecemasan, atau gangguan jiwa seringkali memiliki pikiran atau harapan negatif terhadap hidup mereka, bahkan hingga titik di mana mereka mungkin mengharap atau menginginkan kematian sebagai jalan keluar dari penderitaan mereka.

Depresi merupakan salah satu gangguan kesehatan mental paling umum yang seringkali dihubungkan dengan pikiran bunuh diri atau harapan untuk mati. Orang yang mengalami depresi sering merasa putus asa, tidak berdaya, dan tidak berharga, dan melihat kematian sebagai jalan keluar dari penderitaan mereka. Gangguan kesehatan mental lainnya seperti gangguan bipolar atau skizofrenia juga dapat menyebabkan individu mengalami

---

<sup>3</sup> Rokom, "Kemenkes Beberkan Masalah Permasalahan Kesehatan Jiwa Di Indonesia," go.id, October 7, 2021, <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/rilis-media/20211007/1338675/kemenkes-beberkan-masalah-permasalahan-kesehatan-jiwa-di-indonesia/>.

harapan terhadap kematian, terutama ketika mereka berada dalam fase yang penuh keputusasaan atau ketidakstabilan emosional.<sup>4</sup>

Faktor-faktor lingkungan dan sosial juga dapat mempengaruhi hubungan antara kesehatan mental dan harapan terhadap kematian. Misalnya, tekanan ekonomi, konflik interpersonal, atau trauma masa lalu dapat memperburuk kondisi kesehatan mental seseorang dan mendorong mereka untuk mengalami pikiran atau harapan yang merugikan terhadap kematian. Isolasi sosial dan kurangnya dukungan dari keluarga atau teman juga dapat meningkatkan risiko individu untuk mengalami pemikiran bunuh diri atau keinginan untuk mati.<sup>5</sup>

Meskipun kesehatan mental dan harapan terhadap kematian seringkali terkait dengan pengalaman negatif, penting untuk diingat bahwa pengobatan dan dukungan yang tepat dapat membantu individu mengatasi pikiran atau harapan tersebut. Terapi kognitif, intervensi krisis, dan dukungan sosial dapat membantu individu yang mengalami masalah kesehatan mental untuk menemukan cara untuk mengatasi penderitaan mereka dan menemukan makna dan tujuan dalam hidup mereka. Dengan pendekatan yang holistik dan mendukung, individu yang mengalami

---

<sup>4</sup> Muhammad Fatkhul Mubin et al., *Buku Ajar Keperawatan Jiwa I* (Mahakarya Citra Utama Group, 2024).

<sup>5</sup> Yulianti Dwi Astuti, "Kesepian Dan Ide Bunuh Diri Di Kalangan Tenaga Kerja Indonesia," *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi* 24, no. 1 (2019): 35–58.

masalah kesehatan mental dapat menemukan jalan menuju pemulihan dan kesejahteraan yang lebih baik.<sup>6</sup>

Dalam hal ini Islam memberikan landasan moral, spiritual, serta praktis yang kaya dalam mengatasi fenomena bunuh diri milenial. Pemikiran islam tentang kehidupan kesehatan mental, solidaritas sosial, pendidikan agama, dan pengembangan potensi positif dapat menjadi landasan yang kuat dalam mencegah dan mengatasi masalah bunuh diri di kalangan milenial. Pentingnya pendekatan holistik yang mencakup aspek – aspek seperti nilai – nilai agama, dukungan sosial, pencegahan kesehatan mental, serta peran keluarga dan pemuka agama menjadi kunci untuk mengatasi fenomena ini.<sup>7</sup>

Pemahaman mendalam terhadap ajaran Islam juga diperlukan untuk membantu generasi milenial menemukan arah hidup yang bermakna, menjaga kesehatan mental, dan merasakan keberkahan dalam perjalanan. Ajaran islam juga berfungsi sebagai sarana bagi manusia untuk menghadapi dan mengatasi berbagai keinginan dan dorongan hatinya. Ajaran dan nilai islam yang tertanam otomatis mengatur sikap dan perilaku<sup>8</sup>.

---

<sup>6</sup> Mico Jeje Saputra and Ali Muhammad, “Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Efektivitas Bimbingan Kepribadian Klien Pemasarakatan Tindak Pidana Narkotika,” *Madani: Jurnal Ilmiah Multidisiplin* 1, no. 9 (2023).

<sup>7</sup> Hisny Fajrussalam et al., “Peran Agama Islam Bagi Kesehatan Mental Mahasiswa,” *Al-Fikri: Jurnal Studi Dan Penelitian Pendidikan Islam* 5, no. 1 (2022): 22–36.

<sup>8</sup> Fajrussalam et al.

Ajaran islam menyediakan kerangka pemahaman yang komperhensif perihal kehidupan dan kematian. Al-Qur'an sebagai kitab suci islam memberikan petunjuk dan hukum hukum yang mengatur seluruh aspek kehidupan manusia. Dalam kerangka pemahaman ini, nilai dalam kehidupan dianggap suci dan setiap tindakan mengharap-harap kematian dan tindakan membahayakan diri sendiri dilarang secara tegas oleh Al-Qur'an. Ayat-ayat Al-Qur'an memberikan landasan pemahaman yang mendalam terkait dengan larangan mengharap mati. Salah satu ayat yang relevan dapat di temukan dalam QS. Al -Nisā'[4] : 29 yang berbunyi :<sup>9</sup>

... وَلَا تَقْتُلُوا أَنْفُسَكُمْ إِنَّ اللَّهَ كَانَ بِكُمْ رَحِيمًا  
*Janganlah kamu membunuh dirimu. Sesungguhnya Allah adalah  
 Maha Penyayang kepadamu.*

Dalam potongan ayat tersebut Imam al -Suyūṭī menjelaskan secara langsung bahwa maksud ayat tersebut adalah jangan melakukan sesuatu yang menimbulkan kehancuran baik di dunia maupun di akhirat.<sup>10</sup> Oleh karena itu, ayat ini mencakup perbuatan yang memakan korban jiwa dan perbuatan maksiat yang membawa kesengsaraan di akhirat. Selain itu hadis nabi sebagai sumber pedoman kedua mengandung segala perkataan, ketetapan, perbuatan Nabi Muhammad SAW yang memberikan panduan tambahan terkait larangan mengharap kematian. Nabi Muhammad SAW memberikan arahan jelas terhadap umat islam untuk menjaga hidupnya dan

<sup>9</sup> Accessed March 22, 2024, <https://nu.or.id/superapp>.

<sup>10</sup> Ahmad Muntaha, "Tafsir Surat An-Nisa' Ayat 29: Larangan Melakukan Tindak Kejahatan Terhadap Harta Dan Jiwa Orang Lain," n.d., <https://islam.nu.or.id/tafsir/tafsir-surat-an-nisa-ayat-29-larangan-melakukan-tindak-kejahatan-terhadap-harta-dan-jiwa-orang-lain-pqi7o>.

tidak mengharap kematian. Sebagaimana hadis yang diriwayatkan Imam Bukhāri, Imam Muslim, dan Imam Tirmidhī sebagai berikut :

حَدَّثَنَا ابْنُ سَلَامٍ أَخْبَرَنَا إِسْمَاعِيلُ بْنُ عَلِيَّةَ عَنْ عَبْدِ الْعَزِيزِ بْنِ صُهَيْبٍ عَنْ أَنَسِ بْنِ مَالِكٍ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ لَا يَتَمَنَّيَنَّ أَحَدٌ مِنْكُمْ الْمَوْتَ لِضُرِّ نَزَلَ بِهِ فَإِنْ كَانَ لَا بُدَّ مُتَمَنَّيًّا لِلْمَوْتِ فَلْيَقُلْ اللَّهُمَّ أَحْيِنِي مَا كَانَتْ الْحَيَاةُ خَيْرًا لِي وَتَوَفَّيْ إِذَا كَانَتْ الْوَفَاةُ خَيْرًا لِي<sup>11</sup>.

*“Telah menceritakan kepada kami Ibnu Salam telah mengabarkan kepada kami Isma'il bin 'Ulayyah dari Abdul Aziz bin Shuhaib Dari Anas bin Malik, dia berkata. Rasulullah telah bersabda: “Jangan pernah salah seorang di antara kamu berharap atau berdoa untuk mati, karena suatu bahaya yang menimpamu. Jika dia pun berharap atau berdoa untuk kematiannya, maka berdoalah seperti ini: “Ya Allah, berilah aku kehidupan, jika kehidupan itu lebih baik bagiku. Dan matikanlah aku jika kematian itu lebih baik lagi.” HR. Bukhari.*

Apa yang dikatakan oleh Rasulullah SAW dalam hadisnya itu memberi petunjuk kepada manusia bahwa menginginkan kematian sebenarnya tidak dibenarkan bahkan dilarang secara mutlak. Ketika menghadapi masalah dan cobaan manusia sering berpandangan bahwa kematian adalah jalan terbaik. Hal ini dikarenakan karena tidak tahan lagi terhadap penderitaan dan sakit yang dialami. Padahal hanya Allah SWT yang menentukan apakah seseorang akan ditakdirkan mati atau dibiarkan hidup. Karena pada hakikatnya hanya Allah SWT yang mengetahui mana yang lebih baik antara hidup dan mati.

Berbagai ulama dan cendekiawan Muslim telah membahas hadis ini dalam berbagai konteks. Dalam tafsirnya, Imam Nawawi menjelaskan bahwa larangan mengharap mati bukan berarti umat Muslim harus

<sup>11</sup> Abu Abdillah Muhammad ibn Ismail ibn Ibrahim ibn al - Mughiroh bardazbah al - Bukhori, *Shahih Al - Bukhori*, 8th ed., Juz 4 (Beirut: Dār al-Kutub al-‘Ilmiyyah, 2017).

menanggung kesulitan tanpa upaya atau solusi, tetapi lebih kepada sikap optimisme dan tawakal kepada Allah SWT. Menurut Imam Nawawi, permohonan untuk hidup atau mati harus disertai dengan keyakinan bahwa keputusan terbaik ada di tangan Allah.<sup>12</sup>

Ibn Hajar al-Asqalānī dalam kitabnya "*Fath al-Bāri*" juga menguraikan hadis ini dengan menekankan aspek kesabaran dan tawakal. Ia menjelaskan bahwa sikap mengharap mati bisa mencerminkan kurangnya kesabaran dan ketidakmampuan untuk menghadapi ujian dengan cara yang diajarkan oleh Nabi Muhammad SAW. Sementara itu, Yusuf al - Qarāḍawī dalam karyanya mengenai etika Islam menambahkan bahwa menghadapi kesulitan hidup dengan mengharap mati bertentangan dengan semangat hidup dalam Islam yang selalu mendorong umatnya untuk berjuang dan berusaha dalam segala kondisi.

Sebagaimana manusia diperintahkan untuk selalu berikhtiar dan berprasangka baik kepada ketetapan Allah SWT. Hadis tersebut mencerminkan kepedulian Rasulullah SAW terhadap kehidupan umat islam dan penekanannya terhadap pentingnya berprasangka baik terhadap Allah SWT akan datangnya kehidupan yang lebih baik. Hal ini memberikan penjelasan tambahan terhadap larangan mengharap kematian dan

---

<sup>12</sup> Rozikin Mokhamad Rohma, "*Hukum Berharap Mati*," Net, July 24 2024, <https://Irtaqi.Net/2021/07/24/Hukum-Berharap-Mati/>.

menunjukkan bagaimana ajaran islam mencerminkan hikmah terhadap kehidupan manusia.<sup>13</sup>

Dalam konteks ini, peneliti akan mengeksplorasi konsep hadis yang membawa optimisme dan harapan sebagai respons terhadap maraknya kasus bunuh diri pada masyarakat. Untuk memahami makna hadis tersebut kali ini peneliti menggunakan metode Ma'ānī al - ḥadīth. Penekanan pada " Ma'ānī al - ḥadīth " sangat penting karena ini mengacu pada konteks dan makna dalam hadis itu sendiri.

Ma'ānī al - ḥadīth menggali lebih dalam makna hadis yang tidak selalu tersirat pada kata-kata, tetapi juga pada pesan dan nilai-nilainya. Hadis yang berbicara tentang optimisme, harapan, dan pentingnya menjalani kehidupan dengan positif dapat memberikan pandangan yang berbeda bagi generasi milenial yang mungkin merasa terbebani oleh tekanan dan ketidakpastian masa depan. Hadis-hadis semacam ini dapat memberikan panduan moral dan spiritual yang kuat.<sup>14</sup>

Selain itu, penting juga untuk memahami peran spiritualitas dan agama dalam kesehatan mental. Bagi banyak orang, agama dan spiritualitas adalah sumber dukungan dan ketenangan dalam menghadapi tantangan kehidupan. Oleh karena itu, kajian terhadap Ma'ānī al - ḥadīth yang menguatkan optimisme dalam konteks ini dapat memberikan wawasan yang berharga. Dalam paparan selanjutnya, akan dianalisis lebih lanjut hadis-

---

<sup>13</sup> Mamluatur Rahmah, "Husnuzan Dalam Perspektif Al-Qurān An Serta Implementasinya Dalam Memaknai Hidup," *Academic Journal Of Islamic Principles And Philosophy* 2, No. 2 (2021): 191–213.

<sup>14</sup> M. Syuhudi Ismail, *Metodologi Penelitian Hadis Nabi* (Jakarta: Bulan Bintang, 1992).

hadis tertentu yang menggambarkan optimisme, dan bagaimana pesan-pesan tersebut dapat diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari generasi milenial. Dalam konteks ini, kita juga perlu mempertimbangkan tantangan dan tekanan khusus yang dihadapi oleh milenial dalam masyarakat modern.

Kajian ini penting untuk merangsang pemikiran dan kesadaran di antara masyarakat tentang pentingnya menjalani kehidupan dengan optimisme dan harapan, serta memahami bagaimana ajaran agama mereka, dalam hal ini Islam, dapat memberikan panduan dan dukungan dalam mengatasi masalah kesehatan mental yang mengkhawatirkan.

## **B. Rumusan Masalah**

Penelitian ini diberi batasan permasalahan sebagaimana berikut :

1. Bagaimana kritik sanad dan kritik matan hadis larangan mengharap mati?
2. Bagaimana interpretasi hadis tentang larangan mengharap mati ?
3. Bagaimana pandangan islam mengenai upaya pencegahan terhadap individu yang mengalami dorongan mengharap kematian?

## **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka dapat disampaikan bahwa tujuan penelitian ini sebagai berikut :

1. Mengkaji kualitas sanad dan matan hadis larangan mengharap mati melalui kritik sanad dan matan. Kritik sanad akan mengevaluasi kredibilitas perawi dan keterhubungan sanad, sedangkan kritik matan

menganalisis kesesuaian isi hadis dengan prinsip Islam, terutama terkait hubungannya dengan Al-Qur'an dan hadis lain yang shahih. Analisis juga mencakup konteks sosial-historis untuk memahami penerapan larangan ini dalam menghadapi penderitaan.

2. Menganalisis secara mendalam interpretasi makna hadis larangan mengharap mati untuk memberikan pemahaman yang komperhensif dengan mengkaji konteks historis apakah ada perbedaan pemahaman antara konteks pada zaman Nabi Muhammad SAW dengan konteks masa kini.
3. Mengidentifikasi pandangan Islam terhadap upaya pencegahan terhadap individu yang mengalami dorongan untuk mengharap kematian, tujuan penelitian ini adalah untuk mengeksplorasi panduan khusus dalam ajaran Islam untuk memberikan bantuan kepada individu yang mengalami kesulitan ini

#### **D. Kegunaan Penelitian**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi semua pihak ,baik dari segi teoritis maupun praktis.

1. Secara teoritis

Penelitian ini secara teoritis berkaitan dengan analisis mendalam terhadap interpretasi di balik hadis larangan mengharap mati yang menyajikan prespektif yang lebih kontekstual, sehingga diharapkan penelitian ini dapat menambah dan memeperdalam kajian ilmu hadis tentang hadis larangan mengharap kematian.

## 2. Secara praktis

Adapun kegunaan secara praktis, penelitian diharapkan dapat memberikan pemahaman hadis secara kontekstual, sehingga hadis larangan mengharap mati terhadap kasus bunuh diri dapat digunakan untuk membentuk strategi edukasi yang sesuai dengan konteks nilai – nilai agama sebagai upaya pencegahan bunuh diri.

## E. Telaah Pustaka

1. Siti Ngalimah Kadarsih (2003). Skripsi Tafsir Hadis UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta yang berjudul Hadis – Hadis Larangan Mengharap Mati ( Tela’ah Ma’anil Hadis ). Penelitian ini menganalisis makna yang terkandung dalam hadis – hadis Nabi Muhammad SAW yang melarang seseorang mengharap mati. Penelitian ini menggunakan metode ma’anil hadis untuk menginterpretasi hadis – hadis larangan mengharap kematian. Hasil penelitian tersebut menyimpulkan bahwa larangan mati dalam islam berlaku mutlak. Penelitian ini juga menekankan bahwa agama islam tidak membenarkan bentuk – bentuk mengharap kematian seperti bunuh diri. Penelitian ini memberikan pemahaman mendalam tentang maksud dan tujuan moral dari hadis – hadis tersebut sehingga dapat diamalkan dalam kehidupan sehari – hari.<sup>15</sup>
2. Muhammad Irham (2020). Artikel dalam Jurnal TAHDIS Volume 11 Tahun 2020, Ilmu Al – Qur’an dan tafsir UIN Alauddin Makassar

---

<sup>15</sup> Siti Ngalimah Kadarsih And Others, “Hadis-Hadis Tentang Larangan Mengharap Mati (Tela’ah Ma’ani Al-Hadis)” (Phd Thesis, Uin Sunan Kalijaga, 2003).

dengan judul Larangan Mendoakan Diri Sendiri Mati. Penelitian ini membahas kritik hadis larangan mendo'akan diri sendiri meninggal. Penelitian ini menggunakan metode matematika hadis untuk mengevaluasi usia dan interval umur antara para rawi, serta untuk menentukan kredibilitas dan pertemuan yang pasti antara mereka. Dalam artikel ini, metode matematika hadis digunakan untuk melakukan penelusuran sanad hadis dengan pendekatan numerik dan simbol matematis. Metode ini menggunakan angka, rumus, dan simbol matematika seperti  $\lambda$  (lamda),  $\Sigma$  (sigma), dan  $\Omega$  (omega) untuk memudahkan penulis dalam kritik sanad hadis.. Hasil penelitian menunjukkan bahwa metode matematika hadis ini membantu dalam kritik sanad hadis dan tidak bertentangan dengan metode klasik, serta memberikan kontribusi dalam pengembangan metode kritik sanad hadis dengan pendekatan matematika.<sup>16</sup>

3. Lisa Istianah (2023). Jurnal Ilmu Hadis dalam Gunung Djati Conference Series Vol. 19 dengan Judul *Self Harm* Pespektif Hadis Untuk Mewujudkan Masyarakat Sejahtera di Era *Society 5.0*. Penelitian ini berkaitan dengan solusi untuk perilaku *self harm* dari prespektif hadis. *Self Harm* yang merupakan perilaku menyakiti diri sendiri yang seringkali tidak disadari penyebabnya dan dapat memberikan dampak buruk. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif – analitis dengan

---

<sup>16</sup> Muhammad Irham, "Larangan Mendoakan Diri Sendiri Meninggal Dunia (Studi Kritik Sanad Metode Matematika Hadis)," *Tahdis: Jurnal Kajian Ilmu Al-Hadis* 11, no. 1 (2020).

fokus pada hadis tentang *sel harm* yakni hadis riwayat Ibnu Majah No. 2332. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hadis tersebut memiliki status *hasan li ghairihi* yang berarti dapat dijadikan sebagai hujjah untuk mengatasi perilaku self harm melalui solusi komunikasi interpersonal (*self talk*) demi mencapai era *society 5.0*.<sup>17</sup>

4. Ahmad Izzuddin Abu Bakar (2021). Artikel Pengajian Qur'an dan Sunnah Universitas Sains Islam Malaysia dengan judul Fenomena Bunuh Diri Semasa Covid Dan Pandangan Sunnah Terhadapnya. Penelitian ini membahas fenomena bunuh diri yang terjadi selama masa pandemi dan bagaimana pandangan hadis terhadapnya. Tekanan finansial dan isu kesehatan mental menjadi salah satu faktor penyebab meningkatnya fenomena bunuh diri. Hasil dari penelitian tersebut menunjukkan bunuh diri dianggap sebagai dosa besar dan pelaku akan mendapat azab sesuai dengan cara bunuh diri yang dilakukan. Hadis-hadis yang diriwayatkan dalam kitab-kitab muktabar seperti Sahih Bukhari, Muslim, Sunan Tirmizi, dan lainnya menegaskan larangan tindakan bunuh diri. Pandangan Sunnah juga menekankan bahwa bunuh diri tidak membawa kepada kufur, namun merupakan dosa besar yang menafikan kesempurnaan iman. Nabi Muhammad SAW juga tidak solat ke atas jenazah orang yang bunuh diri, namun disuruh orang lain untuk melakukannya.. Metode penelitian yang digunakan dalam artikel ini

---

<sup>17</sup> Lisa Istianah, "Solusi Perilaku Self Harm Perspektif Hadis Untuk Mewujudkan Masyarakat Sejahtera Di Era Society 5.0," in *Gunung Djati Conference Series*, vol. 19, 2023, 104–11.

adalah metode kualitatif jenis analisis kandungan. Penelitian ini melibatkan pengumpulan dan analisis hadis-hadis mengenai bunuh diri, di mana kandungan matan atau teks hadis dilihat dari berbagai sudut. Setelah itu, makna-makna yang terkandung dalam hadis tersebut diekstraksi, diuraikan, dan disusun. Matan asal dari setiap hadis juga disertakan untuk pembuktian. Dengan menggunakan metode ini, penelitian dapat memberikan pemahaman mendalam mengenai pandangan Sunnah terhadap fenomena bunuh diri.<sup>18</sup>

5. Tazkiyatun Fuadah Al – Junsu (2022). Skripsi Ilmu Hadis Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya dengan judul Perilaku Bunuh Diri Dalam Hadis Riwayat Ahmad Ibn Hambal Nomor Indeks 2448 (Kajian Ma'anil Hadis Melalui Pendekatan Psikologi. Penelitian ini menggabungkan aspek keagamaan dan psikologis dalam memahami perilaku bunuh diri, dengan fokus ada hadis riwayat Ahmad Ibn Hanbal nomor indeks 7448. Hadis ini menjadi landasan moral larangan bunuh diri yang menjelaskan bahwa tindakan tersebut setara dengan mendahului kehendak Allah SWT. Dari hasil penelitian hadis tersebut memiliki kualitas shahih dan lidhatihi, mempekuat larangan terhadap perilaku diri dari sudut pandang agama. Penelitian ini menggunakan pendekatan psikologis yang memperkaya pemahaman tentang faktor – faktor yang mendorong perilaku bunuh diri. Pemicu utamanya adalah

---

<sup>18</sup> Ahmad Izzuddin Abu Bakar, “Fenomena Bunuh Diri Semasa Pandemik Covid19 Dan Pandangan Sunnah Terhadapnya,” 2021.

gangguan mental seperti depresi, stres, keputusasaan individu. Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah library research. Integerasi antara aspek agama dan psikologi dalam penelitian ini memberikan pandangan yang holistik terhadap perilaku bunuh diri, membuka jalan untuk penelitian lanjut yang dapat menggali solusi holistik dalam pencegahan dan pengelolaan resiko bunuh diri.<sup>19</sup>

6. Siti Hatifah, Dzikri Nirwana (2014). Artikel Tafsir Hadis dalam jurnal Studi Insania IAIN Antasari Banjarmasin dengan judul Pemahaman Hadis Terhadap Optimisme. Penelitian berkaitan dengan bagaimana pemahaman hadis tentang hadis optimisme terhadap permasalahan bunuh diri sebagai isu kesehatan mental masyarakat yang signifikan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemahaman hadis optimisme memiliki implikasi yang signifikan terhadap kesehatan dan kesejahteraan manusia. Sikap optimisme dapat meningkatkan sistem kekebalan tubuh dan mempercepat proses penyembuhan luka saat depresi atau putus asa. Hadis Rasulullah SAW menekankan pentingnya bersikap optimis dalam menjalani bahtera kehidupan yang mana dalam hal ini menunjukkan bahwa agama islam mengajarkan pentingnya berprasangka baik dan bersikap optimis. Metode penelitian yang digunakan dalam artikel ini adalah metode kualitatif yang menggabungkan analisis teks agama, pandangan para peneliti barat, dan

---

<sup>19</sup> Tazkiyatul Fuadah Al Junsah, "Perilaku Bunuh Diri Dalam Hadis Riwayat Ah{Mad Ibn H{Anbal Nomor Indeks 7448" (Surabaya, UIN Sunan Ampel, 2022).

konsep psikologi untuk memahami pemahaman hadis tentang optimisme dan impliksinya dalam kehidupan manusia.

Sebagai upaya menunjukkan adanya kebaruan antara penelitian ini dengan penelitian terdahulu maka peneliti akan memaparkan interpretasi makna hadis dan analisis mendalam tentang upaya pencegahan adanya munculnya dorongan untuk mengharap kematian.

## **F. Kerangka Teoritis**

### 1. Ma'ānī al - Ḥadīth

Kajian pemahaman hadis sebenarnya telah muncul sejak zaman Nabi Muhammad SAW terutama ketika beliau diutus oleh Allah SWT menjadi rasul sekaligus uswatun hasanah bagi para sahabat. Pada zaman tersebut dengan kemahiran berbahasa arabnya para sahabat dapat langsung memahami dan menangkap maksud dari apa yang disampaikan Nabi Muhammad SAW. Sehingga pada zaman nabi hampir tidak ada kesulitan dalam memahami hadis. Adapun jika para sahabat mengalami kesulitan dalam memahami hadis pada zaman tersebut dapat langsung menanyakannya kepada Nabi Muhammad SAW.<sup>20</sup>

Pada saat Nabi Muhammad SAW wafat muncul dilema yang dialami para sahabat dalam memahami hadis. Yakni ketika para sahabat dan generasi selanjutnya mengalami kesulitan dalam memahami hadis tidak

---

<sup>20</sup> Muhammad Afif and Uswatun Khasanah, "Urgensi Wudhu Dan Relevansinya Bagi Kesehatan (Kajian Ma'anil Hadits) Dalam Perspektif Imam Musbikin," *Riwayah: Jurnal Studi Hadis* 3, no. 2 (2018): 215–30.

dapat menanyakannya langsung kepada Nabi Muhammad SAW. Sejak saat itu para sahabat dan generasi berikutnya dituntut untuk harus memahami sendiri hadis hadis Nabi Muhammad SAW. Oleh karena itu, para ulama berusaha mencari jalan keluar untuk mengatasi problem tersebut dan lahirlah ilmu *ma'ānī al - ḥadīth* yang dahulu disebut dengan istilah *fiqh al - ḥadīth* atau syarah hadis.<sup>21</sup>

*Ma'ānī ḥadīth* tersusun dari kata *ma'ānī* dan *al - ḥadīth*. Secara etimologi *ma'ānī* memiliki pengertian yakni makna, maksud, arti, petunjuk dalam suatu lafal. Sedangkan hadis secara bahasa berasal dari bahasa arab yakni *al - ḥadīth* yang memiliki makna kabar atau berita. Adapun secara istilah hadis adalah segala sesuatu yang disandarkan kepada Nabi Muhammad SAW baik berupa perkataan, perbuatan, ketetapan, sifat - sifat , maupun ihwal Nabi Muhammad SAW.<sup>22</sup>

Konsep dasar dari cabang ilmu hadis ini menurut Syuhudi Ismail adalah bagaimana seseorang dapat memahami hadis Nabi Muhammad SAW baik secara tekstual maupun kontekstual sesuai dengan tuntutan teks hadisnya masing - masing. Maka dari itu diperhatikan unsur - unsur yang erat kaitannya dengan diri Nabi Muhammad SAW, kondisi yang menjadi latar belakang, kedudukan Nabi Muhammad SAW saat menyampaikan hadis tersebut sehingga penting untuk memahami maknanya secara mendalam. Karena mungkin saja, sebuah hadis dapat

---

<sup>21</sup> *ibid*, h 219.

<sup>22</sup> Puspita Yulindia, “Manfaat Mengonsumsi Susu Sapi Untuk Meningkatkan Imunitas Tubuh Di Masa Pandemi Covid-19 Kajian Ma’ani Hadis” (PhD Thesis, IAIN Kediri, 2023).

dipahami sesuai dengan teksnya ,sedangkan ada hadis tertentu lainnya lebih tepat dipahami berdasarkan konteksnya.<sup>23</sup>

Abdul Mustaqim juga mendefinisikan ilmu *ma'ānī al - ḥadīth* sebagai ilmu yang digunakan untuk mengkaji tentang bagaimana memaknai hadis Nabi Muhammd SAW dengan mempertimbangkan berbagai aspek. Yakni, aspek konteks semantis, struktur linguistik teks hadis, *asbāb al - wūrūd* nya, kedudukan saat menyampaikan hadis, kepada siapa nabi menyampaikan hadis dan menghubungkan teks hadis terdahulu dengan konteks yang terjadi di masakin.<sup>24</sup>

Dalam bukunya, Abdul Mustaqim juga membagi paradigma paradigma pemahaman hadis menjadi tiga : Yang pertama, paradigma normatif – tekstual yakni suatu kelompok atau golongan yang menganggap bahwa makna original hadis berasal dari teks hadis tersebut, jadi bagaimanapun bunyi lafal suatu hadis maka maknanya sesuai dengan apa yang ada pada lafal hadis tersebut. Yang kedua, paradigma historis- kontekstual yakni kelompok yang berpemahaman bahwa hadis harus dipahami dengan teliti dan seksama sesuai dengan teks hadis itu sendiri. Hal ini dikarenakan, apa yang disampaikan oleh Nabi Muhammad SAW bisa jadi bersifat metaforis sehingga harus secara simbolik . Yang ketiga , paradigma rejeksionis-liberal adalah

---

<sup>23</sup> ismail, *Metodologi Penelitian Hadis Nabi*.

<sup>24</sup> Mustaqim, *Ilmu Ma'anil Hadis: Paradigma Interkoneksi Berbagai Teori Dan Metode Memahami Hadis Nabi* (Yogyakarta: Idea Press, 2016) h. 1- 4

kelompok yang cenderung menolak hadis - hadis yang berkaitan dengan medis yang tidak rasional.<sup>25</sup>

Selain itu, untuk menafsirkan hadis penelitian ini menggunakan teknik interpretasi. Teknik interpretasi adalah teknik atau pendekatan yang digunakan untuk memahami, menganalisis, dan memaparkan matan hadis. Pendekatan ini dibagi menjadi tiga :<sup>26</sup>

- a. Teknik Interpretasi Tekstual, adalah memahami matan hadis hanya berdasarkan teks hadis itu sendiri. Penggunaan teknik ini cenderung mengabaikan asbab al wurud dari teks hadis tersebut. Unsur – unsur yang harus diperhatikan dalam teknik ini adalah bentuk lafal, susunan kalimat, gaya bahasa, kejelasan lafal, frase, dan klausa, makna kandungan lafal baik bersifat hakiki maupun majazi. Teknik ini juga menggunakan pendekatan linguistik, teologi normatif, dan kaidah – kaidah ushul fiqh.
- b. Teknik Interpretasi Kontekstual, adalah memahami matan hadis dengan memperhatikan latar belakang peristiwa hadis yang terjadi pada masa lampu yang kemudian dihubungkan dengan konteks masa kini
- c. Teknik Interpretasi Intertekstual, alah memahami matan hadis dengan memperhatikan memperhatikan hubungan antar satu teks hadis dengan teks hadis yang lain, baik yang semakna

---

<sup>25</sup> Mustaqim. h. 29 - 33

<sup>26</sup> Zuhri Abu Nawas, “Teknik Interpretasi Tekstual Dan Kontekstual,” *Al Asas* 2, no. 1 (2019): 73–91.

maupun setema dengan melihat keragaman lafalnya. Selain itu perlu diperhatikan juga hubungannya dengan ayat – ayat Al-Qur'an terutama berkaitan hubungan fungsional hadis dengan Al- Qur'an.

Dari pemaparan diatas dapat diambil pengertian bahwa ilmu ma'anil hadis adalah ilmu yang berbicara mengenai bagaimana kita dapat memahami makna hadis secara komperhensif mencakup analisis kontekstual, sintaktis, semantik, dan metodologis untuk memastikan pemahaman yang akurat dan mendalam terhadap makna yang terkandung dalam hadis – hadis Nabi Muhammad SAW. Ilmu ini memerlukan keterampilan untuk merinci dan merunutkan makna hadis dengan cermat guna memastikan tranmisi daninterpretasi yang benar.

## 2. Teori Kognitif Aaron T. Beck

Aaron Temkin Becklahir pada 18 Juli 1921 di Providence, Rhode Island, Amerika Serikat, dalam sebuah keluarga Yahudi yang terdiri dari empat anak. Dia merupakan anak bungsu dari pasangan Harry Beck, seorang imigran dari Rusia, dan Elizabeth Temkin Beck. Meskipun lahir dalam keluarga yang tidak kaya, Beck berhasil menonjol dalam akademik sejak usia dini. Pada masa kecilnya, dia mengalami beberapa penyakit serius, termasuk infeksi staph dan cedera otak ringan, yang mempengaruhi kepercayaannya pada ketahanan mental dan fisik.

Pengalaman ini memicu minat awalnya dalam memahami pikiran dan kesehatan mental manusia<sup>27</sup>.

Beck melanjutkan pendidikannya dengan mengambil jurusan kedokteran di Brown University dan kemudian mendapatkan gelar medis dari Yale University pada tahun 1946. Setelah menyelesaikan studinya, dia melakukan pelatihan psikiatri di Austin Riggs Center dan kemudian di Philadelphia General Hospital. Pada awal karirnya, Beck tertarik pada psikoanalisis dan menjalani pelatihan sebagai seorang psikoanalisis. Namun, selama karir klinisnya, dia mulai merasa bahwa pendekatan psikoanalisis tradisional kurang efektif dalam mengobati pasien dengan depresi. Hal ini mendorongnya untuk mengeksplorasi metode lain dan akhirnya mengembangkan pendekatan baru yang dikenal sebagai Terapi Kognitif (Cognitive Therapy).<sup>28</sup>

Pada tahun 1960-an, Beck melakukan serangkaian eksperimen yang mengubah pemikirannya tentang depresi dan pengobatannya. Dia menemukan bahwa pikiran negatif dan distorsi kognitif memainkan peran utama dalam memicu dan mempertahankan depresi. Dengan fokus pada identifikasi dan perubahan pikiran negatif ini, Beck mengembangkan teknik-teknik terapi yang terbukti sangat efektif dalam mengobati berbagai gangguan mental, termasuk depresi, kecemasan, dan gangguan makan. Terapi Kognitif Beck, yang kemudian dikenal

---

<sup>27</sup> K Fatih Yavuz and M Hakan Türkçapar, "Aaron Temkin Beck (Born July 18, 1921-) Biography," *Journal of Cognitive-Behavioral Psychotherapy and Research* 1, no. 2 (1970): 77-77.

<sup>28</sup> Yavuz and Türkçapar.

sebagai Terapi Kognitif-Perilaku (Cognitive Behavioral Therapy atau CBT), menjadi salah satu bentuk terapi yang paling banyak digunakan dan diteliti di seluruh dunia.<sup>29</sup>

Pada tahun 1979, dia mendirikan Beck Institute for Cognitive Therapy and Research bersama putrinya, Judith S. Beck, yang juga seorang psikolog terkemuka dalam bidang CBT.<sup>30</sup> Beck terus berkontribusi pada bidang psikologi dan psikiatri hingga usia lanjut, menerima berbagai penghargaan bergengsi, termasuk Penghargaan Albert Lasker untuk Penelitian Kedokteran Klinis pada tahun 2006, dan meninggalkan warisan yang mendalam dalam pemahaman dan pengobatan gangguan mental.<sup>31</sup>

Konsep teori yang dikenal sebagai Terapi Kognitif Beck ( CBT) didasarkan ide bahwa hubungan antara pikiran, perasaan, dan perilaku saling berhubungan. Menurut Beck individu dapat mengatasi masalah emosional dengan mengubah cara berpikir.<sup>32</sup> Berikut adalah penjelasan mengenai beberapa konsep utama dalam teorinya:

a. Pemikiran Negatif Otomatis

Beck menemukan bahwa individu yang mengalami depresi seringkali memiliki pemikiran negatif otomatis, yang muncul

---

<sup>29</sup> Eka Nova Irawan, *Buku Pintar Pemikiran Tokoh-Tokoh Psikologi Dari Klasik Sampai Modern: Biografi, Gagasan, Dan Pengaruh Terhadap Dunia* (IRCiSoD, 2015), 276.

<sup>30</sup> Judith S Beck and Sarah Fleming, "A Brief History of Aaron T. Beck, MD, and Cognitive Behavior Therapy," *Clinical Psychology in Europe* 3, no. 2 (2021): 3.

<sup>31</sup> Irawan, *Buku Pintar Pemikiran Tokoh-Tokoh Psikologi Dari Klasik Sampai Modern: Biografi, Gagasan, Dan Pengaruh Terhadap Dunia*, 277.

<sup>32</sup> Choirun Nisak, "Konseling Islam Melalui Pendekatan Cognitive Behavior Therapy Dalam Regulasi Emosi Pada Santri Madrasah Aliyah Bilingual Di Krian Sidoarjo Skripsi," 2019.h 156 .

tanpa disadari dan sering kali tidak realistis. Contohnya, seseorang mungkin berpikir, "Saya tidak pernah melakukan sesuatu dengan benar," meskipun ada banyak bukti yang menunjukkan sebaliknya. Mereka mungkin merasa putus asa dan tidak berharga.<sup>33</sup>

b. Skema Kognitif

Skema kognitif adalah struktur mental yang membantu seseorang memproses dan mengatur informasi. Beck percaya bahwa skema negatif atau disfungsi dapat berkembang dari pengalaman masa lalu dan memengaruhi cara seseorang memandang dirinya sendiri, orang lain, dan dunia. Skema ini disebut Triad kognitif. Jika skema ini negatif, maka individu cenderung mengalami masalah psikologis seperti depresi dan kecemasan<sup>34</sup>

c. Distorsi Kognitif

Distorsi kognitif adalah kesalahan dalam berpikir yang memperkuat pemikiran negatif dan keyakinan yang tidak akurat. Beberapa jenis distorsi kognitif yang diidentifikasi oleh Beck meliputi:<sup>35</sup>

---

<sup>33</sup> Adnan Fadkhurosi and Agung Slamet Kusmanto, "Mengidentifikasi Dan Mengevaluasi Pikiran Otomatis Serta Emosi Dalam Cognitive Behavioral Therapy," in *Prosiding Seminar Nasional Dies Natalis Universitas Muria Kudus*, vol. 2, 2023, 1305–13.

<sup>34</sup> Deko EKa Putra, Nelwati Nelwati, and Feri Fernandes, "Hubungan Depresi, Stres Akademik Dan Regulasi Emosi Dengan Ide Bunuh Diri Pada Mahasiswa," *Jurnal Keperawatan Jiwa* 11, no. 3 (2023): 689–706.

<sup>35</sup> Anisa Fitriani, "Cognitive Behavior Religious Therapy Untuk Menurunkan Tingkat Episode Depresi Pada Pasien Depresi Dengan Gejala Psikotik," *Proyeksi* 12, no. 1 (2017): 77–87.

- 1) Pemikiran dikotomis: Melihat situasi dalam istilah hitam-putih tanpa nuansa abu-abu.
- 2) Overgeneralisasi: Membuat kesimpulan umum dari satu kejadian negatif.
- 3) Pembesaran dan pengecilan: Membesarkan kesalahan atau masalah dan mengecilkan pencapaian atau hal-hal positif.

Teori Aaron T. Beck yang dihasilkannya telah terbukti efektif dalam mengobati berbagai masalah kesehatan mental, termasuk depresi, kecemasan, gangguan makan, dan gangguan stres pasca-trauma (PTSD). Terapi ini menekankan pentingnya pemikiran yang realistis dan positif untuk kesehatan mental yang baik.<sup>36</sup>

Adapun teori Aaron T. Beck memiliki relevansi yang kuat dengan isu kesehatan mental yang memunculkan dorongan untuk mengharap kematian. Depresi merupakan salah satu penyebab munculnya dorongan untuk mengharap kematian. Orang depresi seringkali lebih memeperhatikan seberapa buruk perasaan mereka daripada apa yang membuat mereka terjebak dalam mood depresi merasa. Teori ini akan memberikan wawasan tentang bagaimana pemikiran negatif dan keputusasaan dapat diatasi melalui kombinasi psikologi dan agama<sup>37</sup>.

Rasulullah SAW melarang keinginan untuk mati sebagai pelarian dari

---

<sup>36</sup> Jeffrey S Nevid, Spencer A Rathus, and Beverly Greeny, *Psikologi Abnormal Di Dunia Yang Terus Berubah*, vol. 1 (Jakarta: Penerbit Erlangga, 2018), 308.

<sup>37</sup> Nevid, Rathus, and Greeny, 1:309.

kesulitan dan mendorong doa kepada Allah SWT untuk kebaikan dalam hidup dan mati.

Teori Beck menjelaskan bahwa pemikiran negatif otomatis dan distorsi kognitif dapat memicu keinginan untuk mati. Dengan teori Beck, kita dapat memahami cara mengidentifikasi dan mengubah pemikiran negatif, sedangkan hadis menawarkan pendekatan religius untuk restrukturisasi kognitif melalui doa dan penyerahan diri. Integrasi ini menciptakan pendekatan holistik yang menggabungkan aspek psikologis dan spiritual sehingga memperkaya pemahaman dan intervensi dalam kesehatan mental.

## **G. Metode Penelitian**

Metode penelitian adalah serangkaian prosedur yang dilakukan dalam melaksanakan penelitian dengan tujuan untuk menemukan, mengembangkan, menganalisis, memverifikasi kebenaran suatu pengetahuan untuk memecahkan masalah berdasarkan fakta ilmiah.

### **1. Pendekatan dan Jenis Penelitian**

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kepustakaan (*library research*). Menurut Zed Mestika penelitian ini merupakan metode penelitian yang serangkaian pelaksanaannya berkenaan dengan pengumpulan data, membaca, mencatat, serta menganalisis berbagai sumber literatur tanpa memerlukan riset lapangan.<sup>38</sup> Dalam sumber

---

<sup>38</sup> Mestika Zed, *Metode Penelitian Kepustakaan* (Yayasan Pustaka Obor Indonesia, 2008).

literatur yang dikumpulkan berupa jurnal, artikel, catatan, serta berbagai jenis karya tulis yang berkaitan dengan dengan topik masalah yang ingin dipecahkan. Penelitian ini menekankan penelusuran dari berbagai teori, hukum, dalil, prinsip, gagasan, pendapat dan lain – lain yang dapat digunakan untuk menganalisis dan memecahkan masalah yang diteliti.<sup>39</sup> Adapun pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah ma'anil hadis yang digunakan untuk mengungkapkan makna yang terkandung dari hadis larangan mengharapkan kematian agar pesan yang terkandung dalam hadis tersebut tersampaikan maknanya kepada generasi millennial yang rawan melakukan percobaan bunuh diri.

## 2. Data dan Sumber Data

Sumber data adalah segala bentuk karya tulis ilmiah dan literatur yang sangat dibutuhkan agar tercapai akurasi dalam sebuah penelitian untuk mendukung validitas dan kualitas data. Adapun dalam penelitian ini penulis mengumpulkan data melalui sumber data primer dan sekunder. Sumber data primer yang digunakan penulis adalah Kitab - kitab Hadis *Kutub al – Tis'ah*, serta kitab – kitab syarah hadis yang memuat hadis – hadis tentang larangan mengharap kematian. Sedangkan sumber data sekunder yang digunakan dalam penelitian ini berupa jurnal, buku, artikel, skripsi, tesis , dan disertasi yang berkaitan dengan topik yang akan dikaji penulis.

---

<sup>39</sup> Khatibah Khatibah, "Penelitian Kepustakaan," *Iqra': Jurnal Perpustakaan Dan Informasi* 5, no. 01 (2011): 36–39.

### 3. Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini, penulis menerapkan beberapa metode:

- a. Takhrīj Hadis : takhrīj adalah proses menelusuri atau mencari hadis dalam berbagai kitab yang menjadi sumber asli hadis tersebut. Dalam sumber-sumber ini, hadis disajikan secara lengkap dengan matan (teks) dan sanad (rantai periwayat) hadis yang terkait. Untuk melacak dan menelusuri hadis-hadis dalam *Kutub al-Tis'ah*, penulis menggunakan metode takhrīj hadis. Metode ini dibantu oleh kamus hadis seperti kitab *al-Mu'jam al-Mufahras li Alfāz al-Hadīth* untuk petunjuk lafal hadis,. Selain itu, penulis juga menggunakan program komputer CD Hadits Explorer yang memungkinkan akses ke sembilan kitab sumber primer hadis. Sumber penunjang lainnya adalah kitab-kitab dan buku-buku yang relevan dengan kajian ini.
- b. I'tibār sanad : Setelah melakukan takhrīj sebagai langkah awal dalam penelitian hadis, langkah berikutnya adalah melakukan i'tibār untuk menghimpun dan mencatat seluruh sanad hadis. i'tibār adalah proses penyelidikan dengan menyertakan sanad-sanad lain, terutama jika dalam mata rantai sanad hanya terdapat satu perawi. Dengan menyertakan mata rantai sanad dari hadis lain, dapat diketahui apakah terdapat perawi lain atau tidak. Melalui i'tibār, seluruh jalur sanad hadis yang diteliti akan terlihat dengan jelas.

- c. Kritik Sanad dan Matan : Setelah melakukan takhrīj dan i'tibār, langkah berikutnya dalam penelitian hadis adalah kritik sanad dan matan. Kritik sanad melibatkan verifikasi identitas dan kredibilitas perawi, memastikan ketersambungan sanad, dan memeriksa konsistensi riwayat. Sedangkan kritik matan mencakup pemeriksaan keaslian teks, kesesuaian dengan Al-Qur'an, akal, dan hukum syariat, serta konsistensi isi hadis dengan riwayat sahih lainnya. Dengan demikian, melalui kritik sanad dan matan, peneliti dapat memastikan keotentikan dan keabsahan hadis yang dikaji.

#### **4. Analisis Data**

Teknik analisis yang digunakan dalam penelitian ini deskriptif-analitis, yang bertujuan untuk memecahkan permasalahan yang ada dengan menggunakan teknik deskriptif, yaitu melalui penelitian, analisis, dan klasifikasi. Pendekatan yang digunakan meliputi pendekatan linguistik, pendekatan historis (dengan memperhatikan kondisi saat hadis itu muncul), dan pendekatan sosiologis.

Untuk menganalisis hadis mengenai larangan mengharap kematian secara mendalam, peneliti memulai dengan melakukan analisis makna teks menggunakan metode ma'ānī al - hadith taḥlīlī. Peneliti melakukan analisis linguistik untuk memahami arti spesifik dari istilah "mengharap kematian" serta konotasi dan nuansa dalam bahasa Arab yang digunakan. Selanjutnya, peneliti mengkaji konteks historis dan sosial

pada periode ketika hadis tersebut disampaikan untuk memahami relevansi dan penekanan hadis dalam situasi masyarakat pada masa itu.

Peneliti mengidentifikasi tema utama hadis, yaitu larangan mengharap kematian, dan menghubungkannya dengan ajaran Islam lainnya seperti kesabaran, tawakkal, dan sikap positif terhadap ujian hidup. Dalam pendekatan teori Aaron T. Beck, peneliti mengevaluasi bagaimana mengharap kematian mencerminkan distorsi kognitif seperti keputusan atau pesimisme. Peneliti meneliti dampak pemikiran negatif ini terhadap emosi dan perilaku, serta menganalisis bagaimana hadis ini berfungsi untuk mengubah pola pikir negatif menjadi lebih positif dan konstruktif. Peneliti menggunakan teori Beck untuk memahami bagaimana ajaran hadis mendukung proses perubahan kognitif, seperti penerimaan takdir dan pengembangan sikap positif. Peneliti mengevaluasi dampak potensial dari penerapan ajaran hadis terhadap kesehatan mental, termasuk bagaimana larangan mengharap kematian dapat meningkatkan ketahanan mental dan kualitas hidup.

Peneliti menggabungkan hasil analisis makna teks dan pendekatan teori Beck untuk memberikan pemahaman komprehensif tentang fungsi hadis baik secara psikologis maupun spiritual. Peneliti mendiskusikan bagaimana pemahaman ini sejalan dengan prinsip-prinsip Islam dan bagaimana ajaran ini dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari untuk mendukung kesejahteraan mental dan emosional. Peneliti menyampaikan kesimpulan dari analisis, termasuk pemahaman tentang

larangan mengharap kematian, dampaknya terhadap kesehatan mental, serta relevansi ajaran dalam konteks modern, dan memberikan rekomendasi praktis untuk penerapan ajaran hadis dalam membantu individu mengelola pemikiran negatif dan meningkatkan ketahanan mental.

## **H. Sistematika Pembahasan**

Sistematika pembahasan pada penelitian ini adalah struktur yang digunakan untuk menyajikan, mengorganisir dan membahas informasi terkait topik penelitian yang akan dikaji. Tujuan utamanya adalah agar para pembaca dapat mengikuti alur pemikiran penulis, memahami kerangka konsep tual, metodologi penelitian, serta hasil pembahasan secara sistematis. Berikut adalah sistematika pembahasan dalam skripsi ini :

Bab pertama, adalah pendahuluan yang dalamnya mencakup latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, kegunaan penelitian, telaah pustaka, kajian teoritis, metode penelitian, sistematika pembahasan, dan definisi istilah.

Bab kedua, berisi tentang landasan teori yang memberikan penjelasan tentang konsep al- maūt, dan ma'ānil hadith, teori kognitif Aaron T. Beck.

Bab ketiga, pada bab ini penulis akan memaparkan hadis – hadis tentang larangan mengharap mati sekaligus menyajikan kritik sanad dan matan hadis

Bab keempat, membahas mengenai makna hadis yang terkandung menggunakan metode ma'anil hadis dengan teknik interpretasi serta menggunakan pendekatan teori kognitif Aaron T. Beck

Bab kelima, adalah penutup yang berisi keseluruhan pembahasan yang memuat kesimpulan dan hasil penelitian serta beberapa saran. Bab ini juga berisi jawaban dari temuan yang telah dibahas dengan harapan berguna bagi studi hadis ataupun hal – hal lain yang berkaitan dengan hasil penelitian.

