

**KONTEKSTUALISASI MAKNA SAKINAH DAN RELASINYA DENGAN
MENTAL HEALTH DALAM AL-QUR'AN**

SKRIPSI



**OLEH
IMA AYU PRATIWI
NIM. 20102088**

**PROGRAM STUDI ILMU AL-QUR'AN DAN TAFSIR
FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) KEDIRI
2024**

**KONTEKSTUALISASI MAKNA SAKINAH DAN RELASINYA DENGAN
MENTAL HEALTH DALAM AL-QUR'AN**

SKRIPSI

Diajukan Kepada

Institut Agama Islam Negeri Kediri
untuk memenuhi salah satu persyaratan
dalam menyelesaikan program S1
dan memperoleh gelar Sarjana Agama(S.Ag)

Oleh

Ima Ayu Pratiwi

20202088

**PROGRAM STUDI ILMU AL-QUR'AN DAN TAFSIR
FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI KEDIRI
2024**

HALAMAN PERSETUJUAN

**KONTEKSTUALISASI MAKNA SAKINAH DAN RELASINYA DENGAN
MENTAL HEALTH DALAM AL-QUR'AN**

Ima Ayu Pratiwi

NIM 20102088

Disetujui oleh:

Pembimbing I



Dr. Zaenatul Hakamah, Lc. MA.Hum
NIP.198709012015032003

Pembimbing II



Saidah, S.Pd.I, M. Pd
NIP.198812012023212042

NOTA DINAS

Kediri, 16 Agustus 2024

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

Kepada

Yth. Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah

Institut Agama Islam Negeri Kediri

Di

Jl. Sunan Ampel No.7 Ngronggo Kediri

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Memenuhi permintaan Bapak Dekan untuk membimbing
penyusunan skripsi mahasiswa tersebut dibawah ini:

Nama : Ima Ayu Pratiwi
NIM : 20102088
Judul : Kontekstualisasi Makna Sakinah dan Relasinya dengan
Mental Health dalam 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 Munaqosah.

Demikian agar maklum dan atas ketersediaan bapak, kami
ucapkan Terimakasih.

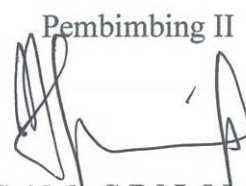
Wassalamualaikum Wr. Wb.

Pembimbing I



Dr. Zaenatul Hakamah, Lc, MA.Hum
NIP.198709012015032003

Pembimbing II



Saidah, S.Pd.I, M. Pd
NIP.198812012023212042

HALAMAN PENGESAHAN
KONTEKSTUALISASI MAKNA SAKINAH DAN RELASINYA DENGAN
***MENTAL HEALTH* DALAM AL-QUR'AN**

IMA AYU PRATIWI

20102088

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

Tim Penguji,

1. Penguji Utama

Dr. Moch. Muwaffiqillah, M. Fil. I
NIP. 197711302003121002


(.....)

2. Penguji I

Dr. Zaenatul Hakamah, Lc, MA.Hum
NIP. 198709012015032003


(.....)

3. Penguji II

Saidah, S.PdI., M. Pd
NIP. 19881201 202321 2 042


(.....)

Kediri, 16 Oktober 2024

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah


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

HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhamdulillah saya panjatkan kepada Allah Swt. Atas segala rahmat dan juga kesempatan dalam menyelesaikan tugas akhir skripsi saya dengan baik dan lancar. Shalawat dan salam tercurahkan kepada Baginda Rasulullah Saw. Semoga kelak mendapatkan syafa'at beliau di hari akhir.

Dengan rasa syukur kepada Allah SWT, skripsi ini saya persembahkan untuk Kedua orang tua tercinta, Bapak Iswahyudi dan Ibu Musriati, kedua orang tua asuh saya Bapak Didit Prasetyo dan Ibu Saidatul Roivah yang selama ini mendoakan penulis, kemudian saya persembahkan untuk sang murobbi ruhi Bapak. Alm. Hariadi, M. Pd.I, Pengasuh PP. Sunan Ampel Abuya Dr. K,H. Anis Humaidi, M. Pd.I dan Umi Dr. Hj. Najihatul Fadhliyah Afif, S.H, M.Pd.I terimakasih selalu memberikan pencerahan dan motivasi penulis agar penulis menjadi fokus dan semangat dalam menuntut ilmu.

Saya persembahkan pula untuk seluruh dosen IAIN Kediri khususnya dosen pembimbing penulis yaitu Bu. Dr. Zaenatul Hakamah, Lc., MA.Hum, dan Bu. Saidah, S.pd.I, M. Pd. Yang telah membimbing penulis dalam menyelesaikan tugas akhir ini. Mudah-mudahan ilmu yang diberikan menjadi ilmu yang bermanfaat.

Sahabat dan Teman-teman : Nabila, Faridha, Irbahuddin dan Hikam, Kamar Multi Ushuluddin dan seluruh teman-teman PP. Sunan Ampel yang membersamai suka duka dalam belajar dari bangun tidur sampai mau tidur kembali, terimakasih teman-teman seangkatan Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir teman belajar di kelas yang senantiasa membuat saya tidak lelah untuk berfikir.

HALAMAN MOTTO

Nasib Bisa Berubah Karena “TINDAKAN KITA” Bukan Nasib Bisa Berubah

Karena “SESUATU YANG SUDAH DIGARISKANNYA”

﴿إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّى يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ﴾

“Sesungguhnya Allah tidak mengubah keadaan suatu kaum hingga mereka mengubah apa yang ada pada diri mereka”

QS. Ar-Ra’ad : 11

العلم بالتعلم، والبركة بالخدمة، والمنفعة بالطاعة

“Ilmu itu didapat dengan mempelajari, keberkahan itu diperoleh dengan melayani, dan kemanfaatan itu dihasilkan dengan menaati”

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Ima Ayu Pratiwi
NIM : 20102080
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, 16 Agustus 2024
Yang membuat pernyataan

Ima Ayu Pratiwi
20102088

ABSTRAK

IMA AYU PRATIWI, Dosen Pembimbing 1 Dr. ZAENATUL HAKAMAH, Lc., MA.Hum, dan dosen pembimbing 2 SAIDAH, S.pd.I, M. Pd. Sakinah Dalam Al-Qur'an : Relevansinya Terhadap Mental Health (Studi Tematik Kajian Tafsir Maudhui) Skripsi, Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir, Fakultas Ushuluddin dan Dakwah, IAIN Kediri 2024.

Kata Kunci: Sakinah, *Mental Health*, Al-Qur'an.

Wacana pengkajian konsep sakinah dilatarbelakangi oleh adanya problematika kesehatan mental di zaman modern. saat ini di lungkup masyarakat sosial mengalami indikasi krisis mental dan spiritual. Sehingga perlu adanya proses pendekatan spiritual dan psikososial. Perubahan pola pikir yang sejalan dengan konsep sakinah dapat direlevansikan pada *Mental Health* Ketenangan hati lebih mengarah pada kondisi individual seseorang dalam mendekatkan diri pada Allah Swt.

Diantara problematika akademik yang hendak dipecahkan dalam penelitian ini adalah: bagaimana pandangan dasar sakinah dalam Al-Qur'an? Bagaimana relevansi sakinah dalam *Mental Health*? Penelitian ini menggunakan penelitian kajian kepustakaan (*library research*) yang dipaparkan deskriptif-analisis. Yaitu dengan menjabarkan ayat-ayat tematik konseptual mengenai konsep sakinah dalam Al-Qur'an pada (QS.[2]:248), QS. [9]: 40, QS. [48]:4,18,26) dalam penafsiran Al-Maraghi dan Al-Misbah sebagai data primer serta kitab tafsir klasik maupun kontemporer, buku, artikel, dan jurnal sebagai data sekunder. Selanjutnya menganalisis makna konsep sakinah dalam Al-Qur'an dengan metode tematik-konseptual. Metode tersebut digunakan untuk menginterpretasikan ayat Al-Qur'an pada konsep sakinah dalam kehidupan yang sejalan dengan problematika *Mental Health*.

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa *pertama* makna sakinah dalam Al-Qur'an menurut penafsiran Al-Maraghi dengan konsep iman yang kuat serta menekankan pentingnya tawakal pada Allah, sedangkan tafsir Al-Misbah memberikan penafsiran yang lebih kontekstual dengan mengkaitkan kehidupan manusia. *Kedua*, hasil dari analisis menunjukkan bahwa sakinah relevan dengan *Mental Health* yang dijelaskan pada teori William James adalah dengan pendekatan spiritual yakni dikontekstualkan dengan melatih dalam diri sendiri untuk memahami makna asma'ul husna, praktek tilawati Al-Qur'an dan senantiasa membiasakan diri untuk sholat sunnah taubat, sehingga seorang dapat menjaga emosional, serta dapat membantu pikiran dan dapat terjaga *Mental Health*.

PEDOMAN TRANSLITERASI

A. Huruf Transliterasi¹

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

¹ Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat IAIN Kediri, *Pedoman Penyusunan Karya Tulis Ilmiah, IAIN Kediri* (Kediri: LPPM IAIN Kediri, 2021), 122–23.

B. Konsonan Rangkap

Konsonan rangkap (*Shaddah*), yang bersumber dari ya' nisbah (ya' yang sebagai petunjuk sifat) ditulis coretan di atasnya.

أحمدية : ditulis *Aḥmadīyah*

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

دَلَل : ditulis *dalla*

C. Ta' Marbūṭah

1. Bila dimatikan ditulis “ah”,
جماعة : ditulis *jamā'ah*
2. Bila dihidupkan karena berangkai kata lain (sebagai Mudaf), ditulis “at”.
نعمة الله : ditulis *ni'mat Allah*

D. Vokal Pendek

Fathah ditulis a, *kasrah* ditulis i, *dammah* ditulis u, masing-masing dengan huruf tunggal.

E. Vokal Panjang (madd)

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

F. Bunyi Hidup Dobel

Bunyi hidup dobel (*diphtong*) Arab ditransliterasikan dengan menggabungkan dua huruf “ay” dan “aw” masing-masing untuk (اي) dan (او).

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 per kata.

شيخ الإسلام : ditulis *Syakh al-Islām*

J. Lain-lain

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

KATA PENGANTAR

Dengan memanjatkan puji dan syukur kehadirat Allah Swt. yang telah memberikan rahmat, taufik, serta hidayahNya. Penulis skripsi ini bisa terselesaikan. Sholawat serta salam senantiasa tercurah limpahkan kepada Baginda Nabi Muhammad Saw. Nabi yang senantiasa kita harapkan syafa'atnya kelak dihari kiamat.

Alhamdulillah, rangkaian perjalanan pendidikan penulis dalam belajar jenjang satu fakultas Ushuluddin dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri Kediri telah selesai. Banyak suka dan duka di dalamnya. Banyak perjuangan yang telah dicurahkan. Penulis sangat menyadari, banyak pihak yang telah membantu penulis dalam menjalani pendidikan ini serta dalam menyelesaikan penulis skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa terwujudnya skripsi ini berkat dorongan dan bantuan dari berbagai pihak, oleh karena itu pada kesempatan ini penulis menyampaikan terimakasih sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Dr. Wahidul Anam, M.Ag. selaku Rektor Institut Agama Islam Negeri Kediri, yang menyediakan fasilitas serta memberikan kesempatan untuk penulis dalam menyelesaikan pendidikan dan menimba ilmu di perguruan tinggi yang beliau pimpin
2. Bapak Dr. A. Halil Thahir, M.H.I. selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah IAIN Kediri, atas segala dukungan dan fasilitas yang diberikan selama proses belajar.
3. Bapak Dr. Masrul Anam, Lc, M.A. dan Bapak Zaenal Muttaqin, M,A. Selaku kepala dan sekretaris Program Studi Ilmu AlQur'an dan Tafsir, yang telah sangat baik memonitor kinerja para dosen dan mahasiswanya sehingga semua proses penyusunan skripsi terselesaikan dengan baik.
4. Bu. Dr. Zaenatul Hakamah, Lc., MA, selaku pembimbing I dan Bu. Saidah, S.Pd, I M. Pd. selaku Dosen Pembimbing II, serta selaku Penguji Utama yang telah banyak meluangkan waktu, memberikan kontribusi tenaga dan pikiran guna memberikan bimbingan dan pengarahan serta memberikan dukungan dan kepercayaan penuh kepada penulis dalam menyusun skripsi ini.

5. Segenap Dosen serta Seluruh Staf Civitas Akademik IAIN Kediri yang telah banyak memberikan banyak pengajaran, ilmu serta sumbangsih dalam pemrograman skripsi ini.
6. Kedua orang tua saya, Bapak Iswahyudi dan ibu Musriati, orangtua asuh saya Bapak Didit Prasetyo dan Ibu Saidatul Roivah yang telah ikhlas melepas putri untuk bebas dalam menentukan pilihannya sehingga bisa melanjutkan jenjang pendidikan yang lebih tinggi. Terimakasih telah mencurahkan segenap harta jiwa dan do'a sehingga skripsi ini selesai. Serta Kakak saya Siti Alfiah dan adek saya Anisa dan Zahira keluarga yang merantau, terimakasih atas dukungan dan kerjasama selama proses penulis belajar, semoga adek-adek kelak dapat melanjutkan pendidikan yang lebih tinggi.
7. Segenap guru saya, pengasuh PP. Sunan Ampel Abuya Dr. KH. Anis Humaidi, M. Pd. I dan Umi Dr. Hj. Najihatul Fadhliyah Afif, S.H, M.Pd.I. terimakasih, hormat ta'dzim saya ucapkan beliau adalah motivator penulis selama proses belajar di Pondok, yang senantiasa penulis nantikan barokah ilmu serta ridhonya. Serta terima kasih teman-teman seperjuangan di pondok terutama penghuni kamar multi ushuluddin yang sudah membersamai dan mendukung selama proses belajar dan penyelesaian skripsi ini.
8. Tak lupa seluruh pihak yang ikut andil dalam memberikan dukungan dan semangat, bantuan dalam menyelesaikan penyusunan skripsi ini, baik teman-teman IAT Angkatan 2020 yang tidak bisa penulis sebutkan satu-satu. Namun tidak mengurangi rasa hormat dan terimakasih. Harapan dan do'a semoga Allah Swt memberikan belasan yang berlipat ganda kepada semua pihak yang berjasa dalam membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

Kediri, 15 Maret 2024
Penulis

Ima Ayu Pratiwi

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN	iii
NOTA DINAS.....	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
HALAMAN MOTTO	vii
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	viii
ABSTRAK	ix
PEDOMAN TRANSLITERASI	x
KATA PENGANTAR.....	xviii
DAFTAR ISI.....	xx
BAB I.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian	8
D. Kegunaan Penelitian.....	8
E. Telaah Pustaka	9
F. Kajian Teoritis.....	13
G. Metode Penelitian.....	15
H. Sistematika Pembahasan	17
I. Definisi Istilah.....	18
BAB II	20
A. Konsep Sakinah.....	20
B. Sinonim Kata Sakinah.....	25
D. Diskursus Mental Health.....	29
BAB III PENAFSIRAN AYAT AL-QUR'AN.....	41
TENTANG SAKINAH	41
A. Sakinah Dalam Ilmu Psikologi (QS. Al-Baqoroh ayat 248).....	41
B. Sakinah Pembentukan Jiwa untuk Rosul dan Orang Mukmin (QS. Al-Fath Ayat : 26).....	48
C. Sakinah Kemantapan Hati Dalam Menerima Syariat Allah SWT (QS. Al - Fath Ayat 4).....	53
D. Sakinah dalam bentuk Keridhoan Allah Swt. (QS. Al-Fath ayat 18)	56

BAB IV KONTEKSTUAL <i>MENTAL HEALTH</i> DALAM PANDANGAN AL-QUR'AN TERHADAP KONSEP SAKINAH	59
A. Pemaknaan Asmaul Husna.....	59
B. Praktek Tilawati Al-Qur'an.....	62
C. Ketenangan Dalam Praktik Sholat Taubat	69
BAB V.....	79
A. Kesimpulan	79
B. Saran.....	80
DAFTAR PUSTAKA	81
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	91