

NILAI KESEIMBANGAN HIDUP DALAM AL-QUR'AN

(Kajian Tafsir Tahfifi Q.S. Al-Qaşaş [28]: 77)

SKRIPSI



OLEH
IIN RIZKA AMALIA
NIM. 21102037

PROGRAM STUDI ILMU AL-QUR'AN DAN TAFSIR
FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI KEDIRI
2025

NILAI KESEIMBANGAN HIDUP DALAM AL-QUR'AN
(Kajian Tafsir Taḥfīfī Q.S. Al-Qaṣaṣ [28]: 77)

SKRIPSI

Diajukan kepada
Institut Agama Islam Negeri Kediri
Untuk memenuhi salah satu persyaratan
Dalam menyelesaikan program Sarjana Agama (S.Ag)

Oleh

Iin Rizka Amalia
NIM. 21102037

PROGRAM STUDI ILMU AL-QUR'AN DAN TAFSIR
FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI KEDIRI
2025

HALAMAN PERSETUJUAN

NILAI KESEIMBANGAN HIDUP DALAM AL-QUR'AN

(Kajian Tafsir Tahfīlī Q.S. Al-Qaṣaṣ [28]: 77)

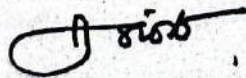
Oleh

Iin Rizka Amalia

NIM: 21102037

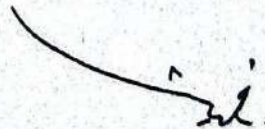
Disetujui oleh:

Pembimbing 1



Prof. Dr. H. Moh. Asror Yusuf, M.Ag.
NIP. 197506132003121004

Pembimbing 2



Dr. Asyhad Abdillah Rosyid, M.Ag.
NIDN. 2128108701

NOTA DINAS

Kediri, 02 Juni 2025

Nomor :
Lampiran : 4 (empat) berkas
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 di bawah ini: :

Nama : Iin Rizka Amalia
NIM : 21102037
Judul : NILAI KESEIMBANGAN HIDUP DALAM AL-QUR'AN
(Kajian Tafsir *Tahfifi* Q.S. Al-Qaṣaṣ [28]: 77)

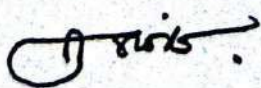
Setelah diperbaiki materi dan susunannya, kami berpendapat bahwa skripsinya telah memenuhi syarat sebagai kelengkapan akhir Sarjana Strata Satu (S1).

Bersama ini terlampir satu berkas naskah skripsinya, dengan harapan dalam waktu yang telah ditentukan dapat diujikan dalam Sidang Munaqasah.

Demikian agar maklum dan atas kesediaan Bapak, kami ucapkan banyak terima kasih.

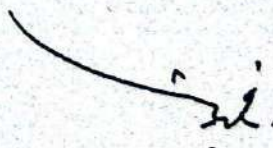
Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Pembimbing 1



Prof. Dr. H. Moh. Asror Yusuf, M.Ag.
NIP. 197506132003121004

Pembimbing 2



Dr. Asyhad Abdillah Rosyid, M.Ag.
NIDN. 2128108701

NOTA PEMBIMBING

Kediri, 02 Juli 2025

Nomor :
Lampiran : 4 (empat) berkas
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.

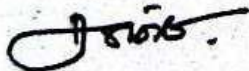
Memenuhi permintaan Dekan untuk membimbing penyusunan skripsi mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Iin Rizka Amalia
NIM : 21102037
Judul : NILAI KESEIMBANGAN HIDUP DALAM AL-QUR'AN
(Kajian Tafsir *Tahliifi* Q.S. Al-Qasas [28]: 77)

Setelah diperbaiki materi dan susunannya, sesuai dengan petunjuk dan arahan serta saran yang telah diberikan dalam sidang Munaqosah yang dilakukan pada hari Selasa, tanggal 17 Juni 2025, kami menerima dan menyetujui hasil perbaikannya.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Pembimbing 1



Prof. Dr. H. Moh. Asror Yusuf, M.Ag.
NIP. 197506132003121004

Pembimbing 2



Dr. Asyhad Abdillah Rosvid, M.Ag.
NIDN. 2128108701

HALAMAN PENGESAHAN

NILAI KESEIMBANGAN HIDUP DALAM AL-QUR'AN
(Kajian Tafsir Tahliil Q.S. Al-Qasas [28]: 77)

IIN RIZKA AMALIA
NIM. 21102037

Telah diujikan di depan Sidang Munaqosah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kediri
pada tanggal 17 Juni 2025

Tim Penguji,

1. Penguji Utama

Dr. H. Ahmad Subakir, M.Ag.
NIP. 196312261991031001

(.....)

2. Penguji I

Prof. Dr. H. Moh. Asror Yusuf, M.Ag.
NIP. 197506132003121004

(.....)

3. Penguji II

Dr. Asyhad Abdillah Rosyid, M.Ag.
NIDN. 2128108701

(.....)

Kediri, 17 Juni 2025

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah
Institut Agama Islam Negeri Kediri



Prof. Dr. H. A. Halil Thahir, M.H.I
NIP. 197111212005011006

MOTTO

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَلْتَنْظُرْ نَفْسٌ مَّا قَدَّمَتْ لِغَدٍ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ

“Hai orang-orang yang beriman, bertakwalah kepada Allah dan hendaklah setiap diri memperhatikan apa yang telah diperbuatnya untuk hari esok (akhirat); dan bertakwalah kepada Allah, sesungguhnya Allah Maha Mengetahui apa yang kamu kerjakan.”

(Q.S. Al-Ḥasyr [59]: 18)

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Iin Rizka Amalia
NIM : 21102037
Program Studi : Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir
Fakultas : Ushuluddin dan Dakwah

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Nilai Keseimbangan Hidup dalam Al-Qur'an (Kajian Tafsir *Tahfii* Q.S. Al-Qaṣaṣ [28]: 77)”, adalah hasil karya saya sendiri dan seluruh sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan benar. Apabila kemudian hari skripsi ini mengandung unsur plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut dan diproses dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Kediri, 13 Juni 2025

Yang membuat pernyataan



Iin Rizka Amalia
NIM. 21102037

HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhamdulillah *rabbil 'ālamīn*, segala puji dan syukur penulis haturkan kepada Allah SWT atas segala nikmat berupa kesehatan, kekuatan dan inspirasi dalam proses penyelesaian skripsi ini. Shalawat serta salam selalu terlimpahkan pada Nabi Muhammad SAW. Karya sederhana ini saya persembahkan kepada:

1. Kedua orang tua penulis, Bapak Nur Kholis dan Ibu Siti Romelah. Tidak ada kata yang dapat menggambarkan besarnya jasa mereka dalam hidup penulis. Terima kasih sebesar-besarnya penulis sampaikan atas segala bentuk kasih sayang yang tiada akhir, bantuan, dukungan, semangat, serta doa-doa hebat yang senantiasa mereka panjatkan untuk penulis.
2. Dosen pembimbing penulis, Prof. Dr. H. Moh. Asror Yusuf, M.Ag. dan Dr. Asyhad Abdillah Rosyid, M.Ag. yang senantiasa sabar membimbing dan memberikan motivasi kepada penulis dalam penyusunan skripsi ini.
3. Adik-adik penulis, Niswatul Ulya, Hisyam Nur Romadhon, dan Anindya Zhafira, yang membawa keceriaan dalam kehidupan penulis dan membuat hidup penulis menjadi lebih berwarna. Terima kasih atas segala bentuk cinta dan kasih sayang yang kalian berikan kepada kakak kalian ini.
4. Teman-teman di bangku perkuliahan, khususnya kepada Putri Adinda, Siti Muplihah, dan Farah Achmanda, yang telah menemani penulis dari awal masuk kuliah sampai detik penulisan skripsi ini. Terima kasih telah saling memberi semangat dan saling menguatkan untuk dapat menyelesaikan tugas akhir hingga kita dapat lulus bersama-sama nantinya. Penulis berharap persahabatan ini dapat terus berlanjut sampai nanti.

5. Rekan rekanita IPNU IPPNU PR Purworejo dan PAC Plosoklaten, khususnya kepada Anjali Maulidia, Faradila Novia, Indy Rahma, dan Fajar Romadhon, terima kasih telah memberi semangat kepada penulis dan selalu memberi ruang untuk penulis menyelesaikan skripsi ini meski sedang berada di tengah-tengah kesibukan acara.
6. Terakhir, terima kasih kepada diri penulis. Iin Rizka Amalia. Terima kasih sudah mau berjuang mengusahakan segala tanggung jawab. Terima kasih karena tidak memilih menyerah, walaupun sering merasa tidak sanggup dan sering merasa tertinggal dengan pencapaian orang lain. Proses dalam penulisan skripsi ini memberi pelajaran bagi penulis bahwa setiap orang punya waktu dan jalannya masing-masing. Hanya karena kita tertinggal, bukan berarti kita tidak akan sampai tujuan.

ABSTRAK

IIN RIZKA AMALIA. Dosen Pembimbing Prof. Dr. H. Moh. Asror Yusuf, M.Ag dan Dr. Asyhad Abdillah Rosyid, M.Ag, Nilai Keseimbangan Hidup Dalam Al-Qur'an (Kajian Tafsir *Tahlili* Q.S. Al-Qaṣaṣ [28]: 77), Skripsi, Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir, Fakultas Ushuluddin dan Dakwah, Institut Agama Islam Negeri Kediri, 2025.

Kata Kunci: Nilai, Keseimbangan Hidup, Tafsir *Tahlili*

Sejak awal turunnya, al-Qur'an telah menjadi petunjuk dan pedoman hidup bagi umat Islam. Dalam menghadapi kompleksitas kehidupan di era sekarang, al-Qur'an tetap menjadi pedoman bagi umat Islam, yang tidak hanya mengatur aspek ritual ibadah, tetapi juga memberikan arahan komprehensif tentang bagaimana menjalani kehidupan di dunia agar selaras dengan tujuan akhirat. Untuk menjaga kesejahteraan dan keharmonisan manusia, al-Qur'an menawarkan sebuah konsep keseimbangan (*al-wasatiyyah*), menolak ekstremitas dan mengajarkan jalan tengah dalam setiap aspek kehidupan. Melalui kajian terhadap surah al-Qaṣaṣ ayat 77, penelitian ini bertujuan untuk menggali nilai-nilai keseimbangan hidup yang ditawarkan oleh al-Qur'an, serta mengaitkannya dengan teori psikologi positif untuk memberikan pemahaman yang lebih kontekstual.

Penelitian ini berfokus pada dua pertanyaan utama: Bagaimana penafsiran surah al-Qaṣaṣ ayat 77? Bagaimana nilai keseimbangan dalam surah al-Qaṣaṣ ayat 77 serta relevansinya terhadap kebahagiaan dan kesejahteraan hidup? Penelitian ini merupakan jenis penelitian kepustakaan dengan menggunakan metode tahlili. Dalam pengambilan data yakni menggunakan data primer dari al-Qur'an dan kitab-kitab tafsir, sementara data sekunder berasal dari buku, jurnal, dan artikel dari penelitian terdahulu. Analisis ayat menggunakan pendekatan psikologi positif dengan teori PERMA oleh Martin Seligman.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa surah al-Qaṣaṣ ayat 77 mengandung pesan-pesan Allah kepada manusia untuk meraih kehidupan akhirat tanpa meninggalkan kehidupan dunia. Sesungguhnya akhirat adalah tujuan utama dan dunia sebagai sarana mencapai tujuan itu. Kemudian berdasarkan analisis dengan teori PERMA, surah al-Qaṣaṣ ayat 77 mengandung nilai-nilai keseimbangan hidup berupa: 1. Emosi positif, melalui perbuatan baik, syukur, ketenangan, dan harapan akan pahala di akhirat. 2. Keterlibatan dalam aktivitas duniawi dan ukhrawi. 3. Hubungan positif dengan Tuhan, sesama makhluk, dan alam semesta. 4. Memberikan makna hidup mendalam, bahwa ada tujuan besar dari diciptakannya manusia di dunia, serta 5. Mendorong pencapaian yang utuh untuk meraih kesuksesan material di dunia maupun derajat spiritual di akhirat. Kelima elemen ini saling berinteraksi, membentuk kerangka komprehensif bagi individu untuk mencapai kebahagiaan dan kesejahteraan hidup yang optimal.

PEDOMAN TRANSLITERASI

A. Huruf Transliterasi

Arab	Indonesia	Arab	Indonesia
ء	‘	ض	Ḍ
ب	B	ط	Ṭ
ت	T	ظ	Ẓ
ث	Th	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 (*Shaddah*), yang bersumber dari ya' nisbah (ya' yang ditulis sebagai petunjuk sifat) ditulis coretan di atasnya.

أحمدیه : ditulis *Aḥmadīyah*

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

دل : ditulis *dalla*

C. Ta' Marbūṭah

1. Bila dimatikan ditulis "ah",

جماعه : ditulis *jama'ah*

2. Bila dihidupkan karena berangkai dengan kata lain (sebagai Mudaf), ditulis “at”.

نعمة الله : ditulis *ni'mat Allah*

زكاة الفطر : ditulis *zakāt al-fīṭr*

D. Vokal Pendek

Fathah ditulis a, kasrah ditulis i, dan dammah ditulis u, 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 Ganda

Bunyi hidup ganda (*diphthong*) Arab ditransliterasikan dengan menggabungkan dua huruf ‘ay’ dan ‘aw’ masing-masing untuk (أَي) dan (أَوْ)

G. Kata Sandang Alif + Lam

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

الجامعه : 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 *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

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Alhamdulillahillāhi rabbil ‘ālamīn, segala puji bagi Allah Swt. atas nikmat, rahmat dan hidayah-Nya sehingga skripsi ini dapat selesai tepat waktu. Shalawat serta salam tercurah kepada Nabi Muhammad Saw., beserta keluarga dan sahabatnya.

Skripsi ini berjudul “Nilai Keseimbangan Hidup dalam Al-Qur’an (Kajian Tafsir *Tahfīlī* Q.S. Al-Qaṣaṣ [28]: 77)” sebagai syarat akademik untuk meraih gelar sarjana di Program Studi Ilmu Al-Qur’an dan Tafsir, Fakultas Ushuluddin dan Dakwah, Institut Agama Islam Negeri Kediri. Dalam penyusunannya, penulis menerima banyak dukungan, sehingga pada kesempatan ini, penulis menyampaikan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. H. Wahidul Anam, M. Ag., Selaku Rektor IAIN Kediri
2. Prof. Dr. H. A. Halil Thahir, M.H.I., selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah IAIN Kediri
3. Dr. H. Masrul Anam, M.A, selaku Kepala Program Studi Ilmu Al-Qur’an dan Tafsir.
4. Prof. Dr. H. Moh. Asror Yusuf, M.Ag. dan Dr. Asyhad Abdillah Rosyid, M.Ag., selaku pembimbing I dan II yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan motivasi kepada penulis.
5. Seluruh Bapak dan Ibu dosen di IAIN Kediri, khususnya yang mengajar di prodi Ilmu Al-Qur’an dan Tafsir yang sudah memberikan banyak pengetahuan, ilmu, dan wawasan yang baru kepada penulis, sehingga penulis bisa menyelesaikan tugas akhir ini.
6. Kedua orang tua penulis, yang selalu mendukung, mendoakan, dan kebersamaan perjalanan penulis dari kecil sampai masa yang akan datang.

7. Kepada segenap keluarga lain yang turut serta mendukung dan mendoakan penulis, hingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
8. Teman-teman seperjuangan IAT angkatan 2021, terkhusus kepada sahabat-sahabatku, Putri Adinda, Siti Muplihah, dan Farah Achmanda yang selalu mendukung, menguatkan, dan mendoakan selama proses belajar bersama hingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
9. Teman-teman organisasi, teman-teman KKN Kelompok 123 Desa Punjul, teman-teman PPL KUA Plosoklaten, terima kasih atas kesempatan waktu, semangat, dan dukungan moral selama proses belajar bersama.

Tiada apapun yang dapat penulis berikan selain doa kepada Yang Maha Kuasa, semoga amal kebaikan dari berbagai pihak tersebut mendapat pahala yang berlipat ganda dari-Nya dan semoga segala hal-hal baik yang telah dilakukan segala pihak untuk membantu penulis menyelesaikan skripsi ini dibalas dengan hal-hal yang lebih baik. Penulis harap skripsi ini dapat bermanfaat, khususnya bagi penulis, dan umumnya bagi para pembaca.

Kediri, 13 Juni 2025

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
NOTA DINAS	iv
NOTA PEMBIMBING	v
HALAMAN PENGESAHAN	vi
HALAMAN MOTTO	vii
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	viii
HALAMAN PERSEMBAHAN	ix
ABSTRAK	xi
PEDOMAN TRANSLITERASI	xii
KATA PENGANTAR	xiv
DAFTAR ISI	xvi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Penelitian	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	6
E. Telaah Pustaka	7
F. Kajian Teori	15
G. Metodologi Penelitian	18
H. Sistematika Pembahasan	22
BAB II LANDASAN TEORI	
A. Tinjauan Umum Tentang Nilai	24
1. Definisi Nilai	24
2. Macam-Macam Nilai	25
3. Fungsi Nilai	27
B. Tinjauan Umum Tentang Keseimbangan Hidup	29
1. Definisi Keseimbangan Hidup	29
2. Keseimbangan Hidup Menurut Tokoh Intelektual Islam	30
3. Bentuk-Bentuk Keseimbangan Hidup dalam Al-Qur'an	32

C. Teori Psikologi Positif PERMA Martin Seligman.....	34
1. Biografi dan Intelektualitas Martin Seligman.....	34
2. Teori PERMA Seligman.....	35
C. Tafsir Tahfīlī	36
1. Pengertian	36
2. Sejarah dan Perkembangan	37
3. Langkah-Langkah	38
4. Kelebihan Metode Tahfīlī	39
5. Kekurangan Metode Tahfīlī.....	40
BAB III TELAAH AL-QUR’AN SURAH AL-QAŞAŞ [28]: 77.....	
A. Tinjauan Umum Q.S. Al-Qaşaş	42
1. Deskripsi Surah.....	42
2. Munasabah Surah.....	43
3. Kandungan/Isi Surah.....	45
B. Analisis Q.S. Al-Qaşaş [28]: 77.....	49
1. Redaksi Ayat dan Terjemahan	49
2. Tafsir Mufradat	49
3. Penjelasan Kosa Kata.....	50
4. Munasabah Ayat	52
5. Tafsir Al-Qur’an	54
BAB IV ANALISIS NILAI KESEIMBANGAN DALAM Q.S. AL-QASAS [28]: 77 SERTA RELEVANSINYA TERHADAP KEBAHAGIAAN DAN KESEJAHTERAAN HIDUP	
A. Analisis Nilai Keseimbangan dalam Q.S. Al-Qaşaş [28]: 77	60
B. Relevansi Nilai-Nilai Keseimbangan dalam Q.S. Al-Qaşaş [28]: 77 Terhadap Kebahagiaan dan Kesejahteraan Hidup	65
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan	71
B. Saran	71
DAFTAR PUSTAKA	73
RIWAYAT HIDUP PENULIS	78