

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Khauf (takut) dalam al-Qur'an disebutkan sebanyak 124 kali dalam 42 surat.² Takut termasuk salah satu kata yang banyak disebut oleh al-Qur'an, hal ini menunjukkan bahwa adanya sesuatu yang penting dan perlu untuk diperhatikan. Takut memang merupakan bagian keadaan lazim yang selalu melekat dan tidak bisa dipisahkan dalam diri manusia.³

Pembahasan takut dijelaskan dengan begitu serius oleh al-Qur'an. Sikap takut dianggap sebagai tameng untuk menjaga diri agar selalu menjalankan segala perintah Allah dan menjahui larangan-Nya. Allah dengan jelas memerintahkan hamba-Nya untuk memiliki rasa takut hanya kepada Allah. Bahkan Allah menggolongkan manusia yang takut hanya kepada Allah termasuk golongan orang-orang yang shaleh. Sebagaimana dalam QS. Al Māidah ayat 69:

إِنَّ الَّذِينَ ءَامَنُوا وَالَّذِينَ هَادُوا وَالصَّابِغُونَ وَالنَّصْرَىٰ مَنْ ءَامَنَ
بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ وَعَمِلَ صَالِحًا فَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ ﴿٦٩﴾

“Sesungguhnya orang-orang mukmin, orang-orang Yahudi, Shabiin dan orang-orang Nasrani, siapa saja (diantara mereka) yang benar-

²Muhammad Fuād ‘Abd al-Bāqī, *al-Muʿjam al-Mufahras li Alfāz al-Qurʿān al-Karīm*, (Kairo: Dār al-kutub al-miṣriyah), 325.

³Abī al-Qāsim al-Ḥusain b. Muḥammad, *al-Mufradāt fi Gharīb Alqurʿān*, (Beirut: Dār al-Qalam, 1412), 215.

benar saleh, Maka tidak ada kekhawatiran terhadap mereka dan tidak (pula) mereka bersedih hati.” (QS. Al Māidah (5): 69).

Takut dipandang sebagai media bagi seorang hamba untuk mendekatkan diri kepada Tuhannya. Dengan adanya sifat takut, diharapkan seorang hamba mampu memiliki sikap rendah hati sebagai penguat sifat kemanusiaannya yang pada dasarnya manusia hanyalah makhluk yang lemah, sehingga dimaksudkan dengan adanya sifat takut ini diharapkan agar seluruh umat manusia hanya menggantungkan diri kepada Allah.⁴ Jika sifat takut ini dijalankan dengan benar maka akan menjadi jalan manusia untuk mencapai derajat yang tinggi dan mulia baik di mata Tuhan maupun manusia.

Kesempurnaan hidup bisa dicapai dengan memiliki sifat takut. Di dalamnya terdapat tujuan untuk mencapai shaleh secara spiritual juga shaleh terhadap sosial. Namun realitanya, sifat takut yang dialami oleh manusia terkadang menimbulkan beberapa konflik, bahkan ahli psikologi menganggap bahwa perasaan takut merupakan penyebab utama dari berbagai gangguan kejiwaan sehingga dapat menghambat fungsi kehidupan sehari-hari baik pribadi ataupun sosial, membuat ketidaknyamanan secara fisik ataupun psikis.⁵

Abad ke-20 dianggap oleh para ilmuwan sebagai abad ketakutan.

Diantara akibat dari ketakutan adalah gejala *sosial anxiety disorder*. Gejala ini merupakan gangguan kejiwaan ketiga terbesar yang diperkirakan 3-5

⁴Mokhtar Stork, Muhammad Iqbal, *Buku Pintar Alqur'an*, terj. Sudarmaji, (Jakarta: Ladang Pustaka & Intimedia), 97-98.

⁵Shanty Puspitasari, “Konsep *Khauf* dan *Raja'* Al-Ghazālī Dalam Kitab *Ihyā' 'Ulūm Al-Dīn* Sebagai Terapi Terhadap Gangguan Kecemasan”, Skripsi Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin IAIN Walisongo Semarang, 2011, 1.

persennya populasi manusia saat ini mengalami gejala *sosial anxiety disorder*.⁶ Masa sekarang banyak manusia diliputi perasaan takut yang berlebihan pada hal duniawi, namun sebaliknya mengalami kritis takut terhadap Allah. Keadaan seperti diakibatkan oleh adanya proses modernisasi, proses ini lebih mengedepankan nilai-nilai yang bersifat materi atau antirohani, dan mengabaikan nilai-nilai spiritual. Sehingga masyarakat modern dianggap sebagai masyarakat yang krisis akan spiritual.⁷

Pada masa ini kebebasan, kreatifitas, dan semangat kritis manusia mulai tampak hilang. Banyak penyebab dan alasan manusia mulai merasakan penurunan kualitas hidup. Seperti kualitas pencapaian sarana pendidikan, kemajuan karier, mempertahankan pekerjaan yang banyak berinteraksi secara langsung dengan orang lain.⁸ Juga mengalami distorsi konsep yang menjadikan manusia mengalami *split personality*, dimana manusia mulai memiliki rasa takut untuk berbicara jujur, berbicara secara terus terang, dan tidak lagi bisa berfikir secara lugas yang menjadi indikator paling mudah sebagai timbulnya psiko-sosioneurosis, kecenderungan hidup yang tak berarah dan moral yang semakin tersingkirkan.⁹

Kehidupan yang tak beraturan dan tak mengerti untuk apa hidup ini yang diakibatkan oleh hilangnya visi keilahian, diibaratkan oleh Buya Hamka sebagai padang yang subur namun ditanami dengan keburukan. Dan

⁶Suhendri Cahya Purnama, *Phobia? No Way!!*, (Yogyakarta: CV Andi Offset, 2016), 54.

⁷Puspitasari, "Konsep *Khauf* dan *Raja*' Al-Ghazali", 2.

⁸Atrup, Dwi Fatmawati, "Hipnoterapi Teknik Regression Therapy Untuk Menangani Penderita Glossophobia Siswa Sekolah Menengah Pertama", *Jurnal PINUS*, Vol. 3 No. 2 Maret 2018, 140-141.

⁹Puspitasari, "Konsep *Khauf* dan *Raja*' Al-Ghazālī", 3.

munculnya penyakit akal atau hati bagaikan tanah yang baru saja digarap dan begitu subur namun tidak lekas ditanami dengan tumbuhan yang bermanfaat, maka akan ditumbuhi rumput. Sehingga apabila manusia mampu melangkah pada serangkaian hikmah dalam kehidupan maka akan ada tempat bagi amal yang mulia dan fungsi hidup yang ber-arah.¹⁰

Konsep dasar dari tasawuf menyebutkan bahwa ketakutan diduga terjadi karena adanya pertentangan antara emosi naluriah dan perasaan pada satu sisi dengan nilai moral yang membebaskan kemanusiaannya pada sisi lain. Hilangnya keimanan, menyembah Tuhan selain Allah, dan penyimpangan dari moral-moral agama menjadi penyebab timbulnya ketakutan. Karena rasa takut hadir dari hati, dan ditimbulkan adanya penyakit hati.¹¹

Sesungguhnya segala perbuatan yang dilakukan oleh manusia tidak lepas dari keimanan dan keyakinan yang menyangkut baik hubungan manusia dengan sesama atau manusia dengan Tuhan. Al-Qur'an menyorot dengan tajam segala bentuk kajian yang berhubungan antara manusia dengan benda, dilihat dari aspek pandangan maupun sikap. Oleh karena itu, segala perbuatan yang dilakukan manusia diharapkan mampu dijadikan perantara untuk mendekatkan diri kepada Allah. Bahkan perasaan takut merupakan cobaan yang diberikan oleh Allah sebagai jalan manusia untuk mensucikan diri dan mencapai kesempurnaan iman.

¹⁰Hamka, *Kecepaduan Iman dan Amal Saleh*, (Jakarta: Gema Insani, 2016), 101.

¹¹Puspitasari, "Konsep *Khauf* dan *Raja*' Al-Ghazālī, 5.

Perasaan takut yang dialami oleh manusia merupakan bentuk pengekspresian diri terhadap Tuhannya. Dimana sebelum ruh turun ke alam jasmani pernah mengadakan perjanjian dengan Tuhan untuk selalu mengingat dan mencintai-Nya. Itulah sebabnya, oleh ahli tasawuf, kerinduan pada Tuhan akan terobati dan hati menjadi tenang ketika manusia melakukan doa dan merasakan kedekatan dengan Tuhan. Tidak ada manusia yang berharap akan rasa kehilangan, jika dilanda rasa takut kehilangan maka seseorang bisa bersikap aneh-aneh dan menjadikan kepribadian yang tidak matang dan jiwa yang kurang sehat. Dengan beribadah dan berbuat kebaikan secara tidak langsung sebagai sarana mendekatkan diri kepada Allah, karena takut akan keagungan Allah.¹²

Sekilas membaca ayat-ayat al-Qur'an tentang *khauf* (takut) menunjukkan bahwa banyak objek dan siapa saja yang ditakuti itu bermacam-macam. Mulai dari Allah, orang tertentu, musuh, hari perhitungan 'amal dan siksaan dan lain-lain. Namun, dari berbagai objek tersebut, al-Qur'an hanya mengajarkan pada hakikatnya manusia hanya boleh takut kepada Allah dan takut untuk berbuat kejelekan. Hadirnya perasaan takut pada selain Allah dikarenakan apa yang ditakuti dapat mendatangkan bahaya. Maka melalui al-Qur'an, Allah menawarkan solusi untuk menghindari dari rasa takut.¹³

Manusia dalam lingkup psikologis memiliki tingkah laku yang kecenderungan bisa berbuat baik atau sebaliknya berbuat buruk. Proses

¹²Siti Nuradni Adzkiah, "Studi Tentang *Taraduf* Dalam Al-Qur'an", Skripsi Progrma Studi Ilmu Al-Quran dan Tafsir Fakultas Ushuluddin UIN Syarif Hidayatullah 2019, 87.

¹³Erwin Kusumastuti, "*Khauf* Dalam Al-Qur'an", Skripsi Jurusan Ilmu Al-Quran dan Tafsir Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta 2014, 4.

psikologi tersebut dapat dibentuk dengan adanya interaksi yang tidak hanya mengenai keyakinan terhadap Tuhan, tetapi juga proses dengan alam sekitar dan individu lain. Yang pada hakikatnya, Islam mengajarkan hanya ada satu kesalahan yaitu kesalahan *muttaqi*, dimaksudkan sebagai kesalahan yang mencakup baik dari sisi spiritual maupun sosial. Oleh karena itu, sebaiknya manusia memahami tingkah laku yang dialami oleh dirinya sendiri.

Untuk memahami diri seorang manusia diperlukan pengetahuan yang disampaikan oleh Tuhannya tentang esensi manusia. Tuhan dalam hal apapun akan lebih memahami apa yang diciptakan. Dengan demikian, jika manusia ingin memahami dirinya maka hendaknya menanyakan kepada Tuhannya melalui pemahaman dan penyelidikan terhadap kalam-kalam Allah, yakni al-Qur'an karena didalamnya dijelaskan berbagai ayat tentang manusia dilihat dari sisi asal-usul, bentuk dan kondisi fisik, peranan dan tugas yang dipikulnya.¹⁴

Kaitan manusia dengan tugas dan peran hidupnya di dunia, al-Qur'an menjelaskan dengan istilah kekhalifahan. Khalifah merupakan pengganti atau wakil yang memegang kekuasaan. Peran khalifah yang miliki manusia sebagai bentuk pemegang mandat Tuhan dalam mensejahterakan kehidupan di dunia. Kekuasaan yang diberikan kepada manusia bersifat kreatif yang memungkinkan manusia untuk mengolah serta mendayagunakan apa yang ada di muka bumi untuk kepentingan hidupnya. Artinya setiap manusia memiliki hak potensi untuk ikut andil dalam memakmurkan kehidupan yang

¹⁴Syahidin, Dkk, *Moral dan Kognisi Islam*, (Bandung: CV Alfabeta, 2009), 23.

disebut dengan fitrah. Melalui fitrah seseorang dapat mencapai derajat kemuliaan yang tinggi.

Untuk mencapai derajat kemuliaan yang tinggi, manusia tidak bisa lepas dari konteks sosial. Sehingga pada dasarnya peranan khalifah selain diterapkan pada konteks individu juga diterapkan pada konteks sosial dengan tetap berporos pada Allah. Dengan demikian, kualitas derajat manusia tidak bisa dilepaskan pada konteks seberapa kuat interaksi manusia dengan Tuhannya melalui ibadah.¹⁵

Perasaan takut diharapkan mampu menjadi solusi dari berbagai masalah penyimpangan yang terjadi di masyarakat. Dengan adanya perasaan takut, manusia dihubungkan untuk selalu memiliki sikap sebagai pewujudan dari cita-cita manusia, yakni menuju *insān kāmil* (manusia yang sempurna) yang selalu menjaga dan tunduk akan segala bentuk perintah Allah.¹⁶

Melalui penjelasan ayat-ayat *khauf* (takut) dalam al-Qur'an yang dilihat dari sisi faktor pencetus dan solusi dari permasalahan yang ada pada masyarakat tidak lepas dari hubungan antara manusia dengan Tuhannya. Adapun penelitian ini akan berfokus pada term *khauf* yang direfleksikan pada fenomena *social anxiety disorder*. *Social anxiety disorder* adalah rasa ketakutan yang berlebihan dalam situasi sosial, terutama dalam acara yang melibatkan banyak orang yang kekhawatirannya bisa terjadi sebelum acara bahkan setelah acara dengan jangka waktu yang lama.¹⁷

¹⁵Syahidin, Dkk, *Moral dan Kognisi Islam*, 32.

¹⁶QS. Al-A'Rāf (7): 35.

¹⁷Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an, *Fenomena Kejiwaan Manusia*, 95.

Penderita *social anxiety disorder* akan menghindari situasi ramai atau menghadapi tapi dengan keadaan rasa cemas yang berkecamuk. Situasi sosial yang di hadapi biasanya seperti datang ke pesta, pertemuan-pertemuan yang melibatkan orang banyak, demam panggung, bertemu orang baru, bahkan presentasi untuk ujian. Dari latar belakang diatas, penulis ingin mengkaji rasa takut pandangan al-Qur'an dan implikasinya terhadap kondisi mental.

B. Rumusan Masalah

Dari pemaparan latar belakang diatas, dapat dirumuskan permasalahan sebagai dasar penelitian sebagai berikut:

1. Bagaimana term *khauḥ* dalam perspektif al-Qur'an dengan metode *mauḍū'ī*?
2. Bagaimana implikasi *khauḥ* terhadap kondisi sosial keberagaman di masyarakat?

C. Tujuan Penelitian

Sebuah tulisan terutama bidang karya ilmiah harus memiliki tujuan yang jelas. Dengan begitu dalam tulisan ini penulis ingin mengungkap beberapa aspek yang meliputi:

1. Menjelaskan term *khauḥ* dalam perspektif al-Qur'an dengan metode *mauḍū'ī*.
2. Menjelaskan implikasi *khauḥ* terhadap kondisi sosial keberagaman di masyarakat.

D. Kegunaan Penelitian

Kegunaan penelitian merupakan tujuan peneliti yang tercapai. Maka penulis berharap dapat memberikan manfaat serta kegunaan dari penelitian ini, di antaranya adalah:

1. Penelitian ini diharapkan berguna untuk menambah khazanah dan referensi keilmuan kajian *khauf* yang direfleksikan pada fenomena *sosial anxiety disorder* dalam perspektif al-Qur'an dengan sumbangan keilmuan dan wacana baru, terutama dalam metode *mauḍū'i* kontekstual.
2. Penelitian ini juga diharapkan berguna dan bisa menjadi pedoman dalam memberikan wacana dalam menangani problem *sosial anxiety disorder*.
3. Bagi penulis penelitian ini berguna untuk mengembangkan keilmuan dan tugas akhir dalam menyelesaikan program studi Ilmu al-Qur'an dan Tafsir Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kediri.

E. Telaah Pustaka

Telaah pustaka ini diperoleh dari penelusuran pada kesanggupan penulis dalam menelaah kajian-kajian terdahulu yang bersangkutan dengan tema yang diangkat. Setelah melakukan penjajakan, penulis mendapatkan beberapa penelitian terdahulu yang bersangkutan dengan kajian penulis, di antaranya:

1. Buku "Psikologi Qur'ani" karya Muhammad Utsman Najati yang diterbitkan oleh Aulia Press Solo pada tahun 2007. Buku ini berisikan tentang konsep-konsep kejiwaan atau psikologis dalam al-Qur'an. Diantara pembahasannya adalah bentuk potret karakteristik dan perilaku manusia

secara gamblang, seperti dorongan kejiwaan atau perilaku, emosi, sistem syaraf dan otak, kepribadian, dan psikoterapi yang ada dalam al-Qur'an.

2. Skripsi “*Khauf, Khashyah* , dan *Taqwa* Dalam Tafsir Al-Misbah Karya Muhammad Quraish Shihab” karya Dolizal Putra Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam UIN Kalijaga. Skripsi ini menjelaskan makna kata *khauf*, *khashyah* , dan *taqwa* dengan memfokuskan pada pandangan Muhammad Quraish Shihab. *Khauf, khashyah* , dan *taqwa* memiliki implikasi yang kebanyakan berkonotasi pada hal negatif, namun ada sebagian yang berimplikasi pada hal positif.
3. Skripsi “*Khauf* Dalam al-Qur'an” karya Erwin Kusumastuti Fakultas Ushuluddin dan pemikiran Islam UIN Kalijaga. Skripsi ini menghasilkan tiga poin yakni makna *khauf* dalam al-Qur'an, objek *khauf* dalam al-Qur'an, dan cara menghindari dari perasaan *khauf* yang ditawarkan oleh al-Qur'an. *Khauf* dianggap memiliki fungsi sebagai cara manusia untuk menahan dirinya dari perbuatan-perbuatan yang dilarang oleh Allah.
4. Skripsi “Sinonimitas Dalam al-Qur'an (Analisis Semantik Lafadz *Khauf* dan *Khashyah*)” karya Muhammad Nabihul Janan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah IAIN Surakarta. Skripsi ini menghasilkan bahwa adanya kedekatan konsep pada lafadz *khauf* dan *khashyah* . Antara kedua kata tersebut memiliki kedekatan makna yang sama yakni takwa. Secara konteks tekstual lafadz *khauf* memiliki cakupan yang lebih luas daripada kata *khashyah* . Jika *khauf* memiliki beragam subjek dan objek, maka

khashyah lebih sempit cakupannya dan subjeknya hanya orang-orang yang mukmin.

Dari beberapa pemaparan terhadap penelitian-penelitian terdahulu, belum ditemukan pembahasan kata *khauf* (takut) dalam al-Qur'an yang difokuskan pada kajian ayat-ayat *khauf* dengan metode *maudū'i* dan implikasinya terhadap kondisi mental. Jika buku karya Muhammad Utsman Najati pada sub bab takut menjelaskan takut bersifat umum hanya sebagai nilai ibadah, lalu Dolizal Putra hanya meneliti dari sisi semantik kata *khauf* dalam padangan Quraish Shihab, sedangkan Erwin Kusumastuti fokus penelitian adalah makna kata takut dalam al-Qur'an dan apa saja objeknya, disusul Muhammad Nabihul Janan yang menjelaskan adanya kedekatan makna antara kata *khauf* dengan *khashyah*, maka perbedaan penelitian yang penulis kaji dengan penelitian terdahulu adalah kajian ayat *khauf* (takut) dikaitkan pada fokus kasus yang diangkat yakni moralitas penanganan problem *sosial anxiety disorder*.

F. Kerangka Teori

Kerangka teori atau boleh disebut dengan kerangka konseptual. Pada sub bab ini dimaksudkan untuk menguraikan teori atau kaidah yang difungsikan dalam penelitian, hal ini sangat utama agar proses yang dilalui dalam penelitian ini tidak salah jalan.¹⁸

Al-Qur'an merupakan paradigma seluruh pengetahuan. Al-Qur'an memiliki peran penting baik dalam konteks ilahiyah maupun manusiawi.

¹⁸Nashiruddin Baidan , Erwati Aziz, *Metodologi Khusus Penelitian Tafsir*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2016), 121.

Dalam kehidupan ciri masyarakat baik desa maupun kota bisa dilihat melalui sejauh mana peran dan kehadiran al-Qur'an dalam kehidupan masyarakat serta selalu menempatkan Allah di pusat segala aktivitas kehidupan dan menghadirkan Allah dalam diri manusia sebagai usaha untuk memperoleh ridha-Nya. Prinsip ini ditanamkan pada diri manusia yang lazim disebut tasawuf.¹⁹

Tasawuf adalah ilmu yang bertujuan untuk mendekatkan diri kepada Allah dengan sedekat mungkin hingga Allah dapat dilihat hanya dengan mata hati bahkan antara roh manusia dan roh Tuhan dapat bersatu. Namun, manusia yang memiliki hati yang bersih dan suci yang jauh dari segala hal kotor dan kejahatan yang mampu memiliki kedekatan kepada Tuhan, kemampuan berkomunikasi, dan bahkan berdialog dengan Tuhan. Jiwa yang bersih dan suci dilihat dari sisi jiwa, mental, dan spiritual bukan dari sisi fisik. Oleh karena itu, tasawuf jika diposisikan sebagai disiplin ilmu, diartikan sebagai suatu kajian mengenai cara dan jalan yang ditempuh seorang hamba untuk senantiasa dekat dengan Allah. Karena syarat utama dekat dengan Allah adalah jiwa, mental, dan spiritual yang bersih dan suci, serta semua jalan yang ditempuh haruslah mengacu pada semua inti ajaran tersebut.²⁰

Takut merupakan emosi yang bertujuan untuk menjaga seseorang agar terhindar dari perbuatan maksiat dan menjaga teguh takwa kepada Allah.

Takut dalam bahasa Arab disebut dengan kata *khawf*, yang berasal dari bentuk

¹⁹Tasawuf terdiri dari 4 huruf hijaiyah yakni *Ta'*, *Shad*, *Wawu*, dan *Fa'*. *Ta'* yang berarti taubat, *Shad* yang berarti *ṣafā* (kejernihan), *Wawu* yang berarti wilayah (kewalian), dan *Fa'* yang berarti *fanā' fi Allāh* (peniadaan diri dalam Allah) dari segala selain Allah.

²⁰Tamami HAG, *Psikologi Tasawuf*, (Bandung: Pustaka Setia, 2011), 81.

*khāfā-yakhāfu-khīfatan*²¹, yang berarti ketakutan akan terjadinya bencana.²²

Dalam bahasa Indonesia, takut diartikan sebagai perasaan gentar menghadapi sesuatu yang dianggap akan mendatangkan bencana.²³ Dengan demikian, takut dapat didefinisikan segala keadaan yang meresahkan hati dan mendatangkan ancaman.

Al-Qur'an memandang rasa takut sebagai gangguan yang dapat mengguncangkan seseorang sehingga menyebabkan orang tidak lagi bisa berpikir dan menguasai dirinya.²⁴ Al-Qur'an memposisikan rasa takut sebagai sarana untuk mempertahankan ketakwaan seorang hamba.²⁵ Namun, al-Qur'an juga mengingatkan bahwa seorang hamba dilarang untuk takut pada selain Allah, yang bahkan Allah menggolongkan orang-orang yang tidak memiliki rasa takut pada selain Allah sebagai orang-orang yang beriman.²⁶

G. Metodologi Penelitian

Adapun langkah-langkah yang harus ditempuh dalam pengumpulan data penelitian ini yaitu:

1. Jenis Penelitian

Jika dilihat dari jenisnya penelitian ini termasuk penelitian kepustakaan (*library research*). Karena untuk menggali informasi dan menganalisa term *khāuf* yang direfleksikan pada problem *sosial anxiety*

²¹Jamāl al-Dīn Ibnu Manẓūr, *Lisān al-Arab*, (al-Qahirah: Dār al-Ma'ārif), 1290.

²²Ibn Manẓūr, *Lisān al-Arab*, 1291.

²³Wahya, dkk, *Kamus Bahasa Indonesia*, (Bandung: Ruang Kata, 2013), 620.

²⁴QS. Al-Aḥzāb (33): 10-1.

²⁵QS. Al-Anfāl (8): 2.

²⁶QS. Al-Baqarah (2): 62.

disorder, penulis memerlukan kajian literatur, penelitian terdahulu, jurnal, dan bahan-bahan pustaka lainnya.

Sedangkan dari sisi sifatnya, digunakan teknik deskriptif-analitis. Penelitian deskriptif adalah sebuah penelitian yang mengumpulkan dan menggambarkan semua data yang ada.²⁷ Sedang metode analisis adalah sebuah metode untuk menganalisa data yang didapatkan dari sumber-sumber yang ada kemudian dikumpulkan agar diperoleh suatu manfaat dari data-data tersebut.

2. Sumber Data Penelitian

Dalam penelitian ini, untuk mengumpulkan data menggunakan metode yang sistematis. Langkah dalam metode pengumpulan data ini dimulai dengan data primer yakni al-Qur'an karena penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana pandangan al-Qur'an dalam memaknai kata takut yang dikaitkan dengan fenomena *sosial anxiety disorder*.

Kemudian data sekunder yakni mengumpulkan beberapa referensi baik dari buku, kitab-kitab tafsir, ensiklopedia, skripsi, maupun artikel yang mengulas term takut yang akan di bahas. Seperti buku “fenomena kejiwaan manusia” yang disusun oleh Lajnah Pentashihan Al-Qur'an yang menjelaskan beberapa jenis gangguan kecemasan. Skripsi Erwin Kusumastuti “*khauf* dalam Al-Qur'an” yang menjelaskan subjek dan objek *khauf* dalam Al-Qur'an. Jurnal karya Benny Choresyo Dkk “kesadaran masyarakat terhadap penyakit mental” yang menjelaskan pentingnya

²⁷Baidan , Erwati Aziz, *Metodologi Khusus Penelitian Tafsir*, 70.

seseorang untuk mengetahui karakter kepribadian seseorang. Disusul dengan beberapa kitab tafsir sebagai alat bantu untuk memahami ayat-ayat Al-Qur'an, seperti tafsir *Al-Jāmi' li Ahkām al-Qur'ān* karya Syams al-Dīn al-Qurṭubī, *Anwār al-Tanzīl wa Asrār al-Ta'wīl* Muḥammad Baiḍawī, *Jāmi' al-Bayān fī Ta'wīl al-Qur'ān* karya Abū Ja'far al-Ṭabarī, dan kitab tafsir lain yang dibutuhkan.

3. Metode Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini, metode yang digunakan oleh peneliti adalah metode *mauḍū'i*. Metode *mauḍū'i* adalah cara yang digunakan untuk menangkap maksud al-Qur'an dengan mengambil term tertentu, kemudian menghimpun ayat-ayat yang berhubungan dengan term yang dibahas, sesudah itu dipahami dan diuraikan penafsirannya, sehingga tema yang dikaji terbentuk hasil pemikiran yang sempurna dan komprehensif dalam pandangan al-Qur'an. Di era modern-kontemporer, metode ini merupakan metode baru dalam penafsiran al-Qur'an.²⁸

4. Analisis Data

Untuk memperoleh fungsi al-Qur'an sebagai solusi dalam menangani problem yang diangkat oleh peneliti yakni *sosial anxiety disorder*, diperlukan bantuan dari beberapa ilmu lain seperti ilmu *ma'ānī*. Ilmu *ma'ānī* digunakan untuk memahami makna lafadz *khauf* dalam al-Qur'an. Pentingnya ilmu ini agar diperoleh makna komprehensif dari lafadz *khauf*

²⁸Abdul Mustaqim, *Metode Penelitian Al-Qur'an Dan Tafsir*, (Yogyakarta: Idea Press Yogyakarta, 2015), 19.

sehingga bisa direfleksikan dengan fenomena *sosial anxiety disorder*. Ilmu *ma'ānī* ini merupakan ilmu yang digunakan untuk mengetahui suatu lafadz itu sesuai dengan *muqtaḍal hāl*-nya.²⁹

Selain itu, untuk mendukung kajian ini, peneliti menggunakan teori perkembangan psiko-sosial dari Erikson. Erikson menjelaskan bahwa perkembangan yang dialami dalam kehidupan itu tidak lepas dari proses bertahap. Dimana perkembangan psiko-sosial menjadi bagian dari perkembangan individu. Teori ini menjelaskan bahwa sukses atau tidaknya individu dalam tahap selanjutnya ditentukan oleh kemajuan dan kegigiannya dalam mencapai suatu tahap.³⁰

Erikson berpendapat bahwa setiap individu harus belajar memiliki rasa percaya yang tinggi namun tidak meninggalkan sedikit curiga, sehingga manusia berkembang menjadi individu yang tidak mudah dibohongi. Jika dalam proses perkembangan ini dapat ditata dengan baik tentu dapat berpengaruh baik bagi kekuatan psikososial. Namun berbalik, jika tidak dapat menata dengan baik maka yang akan berkembang adalah sikap yang hanya dapat membahayakan dan mengacaukan masa depan.³¹

H. Sistematika Pembahasan

Sistematika pembahasan digunakan sebagai upaya untuk menghasilkan penelitian yang terarah dan sistematis, maka penelitian ini

²⁹Abd al-Rahmān b. Muḥammad al-Akhḍōrī, *al-Jauhar al-Maknūn*, (Kediri: Darul Muḥtadi-ien, 2004), 14.

³⁰Syamsul Yusuf LN, Achmad Juntika Nurihsan, *Teori Kepribadian*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2012), 102.

³¹Yusuf LN, *Teori Kepribadian*.

disusun menjadi lima bab dan setiap bab terdiri sub-sub dengan penyusunan sebagai berikut:

Bab pertama berisi pendahuluan yaitu sebagai pengantar gambaran umum pembahasan penulisan secara keseluruhan. Pada bab ini terdiri dari latar belakang masalah yang menjelaskan kegelisahan akademik dan pentingnya penelitian ini. Disusul dengan rumusan masalah sebagai bentuk fokus penelitian ini. Tujuan penelitian sebagai gambaran bahwa penelitian ini memiliki tujuan yang jelas. Telaah pustaka sebagai tambahan referensi yang menjelaskan penelitian terdahulu yang berkaitan dengan tema *khauf* dan juga menunjukkan letak perbedaan penelitian ini dengan penelitian terdahulu. Kerangka teori digunakan sebagai bahan untuk menganalisa dan menyelesaikan problem yang diangkat. Metodologi penelitian terdiri dari jenis penelitian, sumber data penelitian, metode pengumpulan data, dan analisis data. Dan terakhir adalah sistematika pembahasan yang digunakan sebagai penyusunan skripsi untuk memudahkan penulisan.

Disusul bab kedua yang merupakan lanjutan dari bab pertama yang berisi tentang relasi takut antara makhluk dan Khaliq. Yang terdiri dari tiga sub-bab, yakni sub pertama membahas takut sebagai gejala mental, sub kedua membahas relasi manusia dengan Allah, dan sub ketiga membahas relasi manusia dengan manusia.

Bab ketiga. bab ini diperlukan sebagai bahasan tentang gambaran umum takut dalam al-Qur'an, yang meliputi definisi takut, ayat-ayat dan *Asbāb al-nuzūl* ayat tentang takut yang meliputi term semakna dengan *khauf*

dan kategorisasi takut, munasabah ayat, dan penafsiran para pakar tafsir terkait ayat-ayat takut. Bab ini merupakan aplikasi dari metode *maudū'i*, dimana seluruh ayat-ayat takut yang memiliki objek sosial dikumpulkan dengan tujuan agar mudah memahami term takut secara komprehensif.

Bab keempat berisi analisa terkait kata *khauf* dalam al-Qur'an terhadap problem *social anxiety disorder*, yang diperlukan untuk melanjutkan penjelasan dari bab tiga agar penelitian ini bermanfaat dalam pengembangan keilmuan tafsir dan pemahaman terhadap problematika dan solusi dari *social anxiety disorder*. Bab ini menguraikan kekuatan mental sebagai pondasi mengatasi problem *social anxiety disorder* dalam pandangan al-Qur'an. Dalam bab ini dijelaskan bahwa kejadian buruk di masa lalu, bayangan akan adanya sesuatu yang membahayakan, dan hilangnya rasa iman merupakan salah satu faktor pencetus problem *social anxiety disorder* serta tauhid sebagai jalan menuju keshalihan.

Terakhir, yaitu bab kelima berisi tentang penutup. Bab ini diperlukan sebagai kesimpulan hasil penelitian dari analisa pada bab empat. Yang terdiri dari kesimpulan dan penjelasan jawaban dari rumusan masalah yang diangkat. Serta berisi usulan-usulan dan kata penutup.