

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

*Al-Qur'ān* adalah wahyu Ilahi yang diturunkan kepada Nabi Muhammad saw yang disampaikan kepada umatnya dengan jalan mutawātir<sup>1</sup> yang berisi aturan sebagai petunjuk untuk hamba-Nya dalam mencapai kebahagiaan di dunia maupun akhirat. Kitab suci *al-Qur'ān* merupakan acuan pertama setelah *hadith* yang menjadi pedoman hamba-Nya di kehidupan sehari-hari untuk menjalin sebuah hubungan dengan Allah swt, manusia, maupun makhluk lainnya. *Al-Qur'ān* yang menjadi pedoman manusia menjawab berbagai permasalahan, apapun permasalahan yang dihadapi manusia telah disampaikan di dalam *al-Qur'ān* beserta penyelesaiannya baik secara tersirat maupun tersurat, salah satunya permasalahan yang dihadapi oleh manusia yakni putus asa.<sup>2</sup>

Manusia diciptakan sebagai makhluk sosial, mereka selalu hidup berdampingan dengan manusia lainnya guna membentuk sebuah hubungan secara baik ataupun buruk diantara keduanya. Sebagai makhluk ciptaan Allah yang sempurna, manusia diberikan beberapa kelebihan dibanding dengan makhluk ciptaan-Nya tidak hanya secara fisik melainkan secara mental, moral, dan juga akal. Didalam diri manusia, Allah menyelipkan sisi kebaikan maupun keburukan yang nantinya akan menjadi sebuah ujian manusia dalam menaikkan

---

<sup>1</sup> Muhammad Hasby Ash-Shiddieqy, *Sejarah Pengantar Ilmu al-Qur'ān dan Tafsir* (Semarang: Pustaka Rizki Putra, 1999), 5.

<sup>2</sup> Samain dan Budihardjo, "Konsep Kesehatan Mental dalam al-Qur'an dan Implikasinya Terhadap Adversity Quotient Perspektif Tafsir Al-Misbah," 2020 1, no. 2 (t.t.).

derajat diri mereka. Dengan ujian, manusia diuji dengan seluruh kekuatannya untuk mengetahui seberapa kuat manusia menyelesaikan masalahnya dan selalu bergantung kepada Allah disetiap permasalahannya.

Tidak hanya menginginkan kebahagiaan di akhirat, manusia tentunya juga menginginkan kebahagiaan dunia. Dalam proses meraih kebahagiaan dunia tentu saja tidak semudah membalikan telapak tangan, pastinya memerlukan kerja keras dalam menggapainya. Orang yang miskin dan ingin menjadi kaya, pastinya untuk mendapat kekayaan tidak hanya dengan mimpi saja, berkhayal ataupun berandai-andai, namun butuh usaha yang kuat dan *istiqōmah* dengan mengerahkan seluruh kemampuan yang ada demi meraih cita-cita dan keinginannya. Allah telah memotivasi hamba-Nya supaya lebih berusaha lagi ketika ia menginginkan sebuah perubahan positif dalam kehidupannya.

إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ

“Sesungguhnya Allah tidak merubah keadaan suatu kaum sehingga mereka merubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri” (Qs. al-Ra’d: 11)

Allah sangat menyukai hamba-Nya yang selalu meminta dan bergantung kepada-Nya, sehingga Allah memberikan banyak kesempatan kepada manusia untuk selalu beribadah, berdoa, dan meminta kepada-Nya. Namun sayangnya, tidak semua manusia melakukan hal tersebut dan malah menyimpang dari jalur yang sudah Allah sediakan. Ketika ditimpa suatu kesulitan ia akan merasa sedih, kecewa ketika tidak mendapat apa yang ia inginkan dan berakhir dengan putus asa. Namun ketika diberikan nikmat ia malah berbangga diri dan merasa sombong dari. Putus asa merupakan salah satu

potensi sifat negatif dengan beberapa bentuk seperti sedih, marah, malu dan potensi negatif lainnya.

لَا يَسْتَمُ الْإِنْسَانُ مِنْ دُعَاءِ الْخَيْرِ وَإِنْ مَسَّهُ الشَّرُّ فَيُوسِ قَنُوطٌ

“Manusia tidak jemu memohon kebaikan dan jika mereka ditimpa malapetaka dia menjadi putus asa lagi putus harapan” (Qs. Fuṣilat: 49)

Putus asa merupakan suatu permasalahan yang seringkali kita jumpai dan sering dialami seseorang. Namun jika hal tersebut tidak dicegah maka akibatnya akan merugikan diri sendiri maupun orang lain. Seseorang yang tidak dapat bersyukur atas nikmat-Nya, tidak bersabar dalam ujian-Nya, sedih berlebihan ketika tidak mendapatkan apa yang diinginkannya, iri, cemas, gelisah bisa membawa seseorang tersebut dalam jurang keputusan. Terlebih jika putus asa selalu hadir dalam diri manusia akibatnya muncul depresi dan stres yang akan menghambat aktifitas keseharian. Dengan adanya putus asa dalam diri seseorang, kesehatan mental juga akan terganggu.

Selain memperhatikan kesehatan fisik, juga perlu kita perhatikan kesehatan mental karena kesehatan mental merupakan hal terpenting bagi fase kehidupan manusia yang meliputi upaya untuk mengatasi stres, berinteraksi dengan orang lain, mengambil sebuah keputusan, dapat menyesuaikan diri, mampu memaksimalkan segala potensi yang ada dalam diri dengan memanfaatkan potensi dengan baik. Untuk tercapainya keharmonisan jiwa, membawa kebahagiaan, terhindarnya dari kegelisahan dan pertentangan batin atau konflik, maka dalam fungsi jiwa seperti pikiran, perasaan, pandangan, sikap, dan keyakinan hidup harus bisa saling bekerja sama satu sama lain.<sup>3</sup>

---

<sup>3</sup> Syamsu Yusuf, *Kesehatan Mental Perspektif Psikologis dan Agama* (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2021), 26.

Kesehatan mental yang sehat ketika seseorang mampu mewujudkan suatu keharmonisan dalam fungsi jiwanya serta terciptanya kemampuan menghadapi permasalahan sehari-hari sehingga seseorang tersebut merasakan suatu kebahagiaan dan kepuasan diri. Memanfaatkan potensi yang dimilikinya dalam menyelaraskan fungsi jiwa yang ada dalam dirinya, menghilangkan rasa cemas dan gelisah akan membuat mental semakin sehat. Dan tindakan yang bisa diambil untuk mendapatkan mental yang sehat yakni seperti menjalankan ajaran-ajaran agama, menerapkan norma-norma sosial, hukum, moral dan lainnya.<sup>4</sup>

Kesehatan mental menentukan ketenangan dan kebahagiaan hidup, dengan kesehatan mental-lah yang menentukan suatu tanggapan seseorang dalam suatu persoalan dan kemampuannya dalam menyesuaikan diri dan menyelesaikan masalah. Kesehatan mental pula yang akan menentukan apakah seseorang memiliki gairah untuk hidup atau malah sebaliknya sehingga muncul putus asa.<sup>5</sup> Dalam *al-Qur'ān*, terdapat beberapa ayat yang mengingatkan manusia untuk bangkit dalam keputusasaan, bahkan ketika seseorang tidak bisa bangkit dari keputusasaan Allah memberi peringatan bahwa jika seseorang berputus asa dari rahmat Allah termasuk orang-orang yang tidak beriman.<sup>6</sup>

Terdapat beberapa kasus putus asa akhir-akhir ini dari berbagai aspek kehidupan, dan yang paling banyak dijumpai yakni dari aspek ekonomi. Dengan keterbatasan seseorang dalam mencari pekerjaan, keuangan yang tidak stabil, dan membanding-bandingkan nikmat atau rezeki orang lain membuat seseorang

---

<sup>4</sup> Yusak Burhanuddin, *Kesehatan Mental*, (Bandung: CV. Pustaka Setia, 1999), 12.

<sup>5</sup> Yusuf, *Kesehatan Mental Perspektif Psikologis dan Agama*, 26.

<sup>6</sup> Mulyana dan Basruzzaman M. Yunus, Eni Zulaiha, "Mengatasi Putus Asa: Konsep Problem Solving Putus Asa Perspektif Tafsir Tematik," *Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung*, 2020, 4.

dengan mudah putus asa. Dikarenakan adanya keputusasaan dalam dirinya, ia mendapatkan uang dengan jalan yang tidak seharusnya, dengan cara mencuri, menipu dan jalan yang kotor lainnya.

Terlebih dua tahun terakhir ini Indonesia, bahkan seluruh dunia sedang dilanda musibah yakni adanya virus Covid-19. Musibah yang melanda ini memberikan dampak yang luar biasa bagi para pelaku ekonomi. Banyak karyawan yang ter-PHK, bisnis bangkrut namun harga barang semakin melonjak. Dikarenakan adanya virus covid-19, krisis ekonomi menimpa seluruh penjuru dunia dan kemungkinan adanya peningkatan kasus bunuh diri terkait adanya tekanan ekonomi berupa pengangguran. Di Indonesia sendiri, Kementerian Ketenagakerjaan telah mencatat sekitar 2,14 juta tenaga kerja yang terdampak pandemi covid-19 baik tenaga kerja formal maupun informal.<sup>7</sup>

Berbicara tentang putus asa, term ini diulang di beberapa surat dan ayat dalam *al-Qur'ān*. Mengenai kata asal dari putus asa yakni menggunakan lafadz *ya'isa*, *qana'ata*, dan *balasa*. Lafadz *ya'isa* disebutkan dalam Al-Qur'an sebanyak 10 kali yakni dalam surah al-Mumtaḥanah: 13; al-Māidah: 3; al-'Ankabūt: 23; Yūsuf: 80, 87, 110; al-Ra'd: 31; Hūd: 9; Fuṣilat: 49; al-Isrā': 83.<sup>8</sup> Lafadz *qana'ata* disebutkan dalam Al-Qur'an sebanyak 6 kali yakni dalam surah ash-Shūrā: 28; az-Zumar: 53; al-Ḥijr: 55-56; al-Rūm: 36; Fuṣilat: 49.<sup>9</sup> Sedangkan lafadz *balasa* diulang dalam Al-Qur'an sebanyak 5 kali yakni dalam surah al-Rūm: 12; al-An'ām: 44; al-Mu'minūn: 77; az-Zukhruf: 75; dan al-Rūm: 49.<sup>10</sup>

---

<sup>7</sup> Winurini Sulis, "Permasalahan Kesehatan Mental Akibat Pandemi Covid-19, Kajian Singkat Terhadap Isu Aktual dan Strategis" XII, no. 15 (2020), 15.

<sup>8</sup> Muhammad Fu'ad 'Abd al-Baqi, *al-Mu'jam al-Mufahras li alfāz al-Qurān al-Karīm* (Dar al-Kutub al-Misriyyah, 1364), 769.

<sup>9</sup> Muhammad Fu'ad 'Abd al-Baqi, *Mu'jam Mufahras*,....553.

<sup>10</sup> Muhammad Fu'ad 'Abd al-Baqi. *Mu'jam Mufahras*, 134.

Buya Hamka merupakan tokoh ulama kharismatik yang menulis berbagai karya ilmiah baik yang berupa artikel yang mana pemikiran beliau banyak menjadi rujukan dalam memecahkan permasalahan-permasalahan baik yang terkait masalah sosial, politik, agama, pendidikan maupun kebudayaan.<sup>11</sup>

Tafsir Al-Azhar merupakan kitab tafsir karangan Prof. Dr. H. Abdul Malik Karim Amrullah atau Buya Hamka. Tafsir ini menjelaskan ayat-ayat Al-Qur'an dengan ungkapan yang teliti, menerangkan makna-makna yang dimaksud dalam Al-Qur'an serta menghubungkan ayat dengan realita sosial dan sistem budaya yang ada. Bahkan menafsirkan ilmu pengetahuan untuk memperkuat tafsirnya. Dalam tafsir ini terdapat beberapa pendekatan yang digunakan yakni diantaranya yakni pendekatan sejarah, sosiologi, tasawuf, ilmu kalam, sastra, dan yang dikhususkan dalam penelitian ini yakni terdapat pendekatan psikologi.<sup>12</sup>

Dalam tafsir Al-Azhar, Hamka menyebutkan bahwa putus asa merupakan suatu gejala dari penyakit jiwa yang menimpa seseorang sehingga jiwanya menjadi kosong dan akan bertambah kosong setelah nikmat-Nya dicabut.<sup>13</sup> Maka dapat dikatakan putus asa merupakan salah satu gejala dari penyakit jiwa atau gangguan mental. Dalam surah Hūd ayat 9:

وَلَئِنْ أَذَقْنَا الْإِنْسَانَ مِنَّا رَحْمَةً ثُمَّ نَزَعْنَاهَا مِنْهُ إِنَّهُ لَيَكْفُرُ

“Dan jika Kami rasakan kepada manusia suatu rahmat (nikmat) dari Kami, kemudian rahmat itu Kami cabut daripadanya, pastilah dia menjadi putus asa lagi tidak berterimakasih”

---

<sup>11</sup> Yunan Yusuf, *Corak Pemikiran Kalam Tafsir Al-Azhar* (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2005), 53.

<sup>12</sup> Buya Hamka, *Tafsir Al-Azhar*, 4 (Jakarta: Gema Insani, 2015), 9.

<sup>13</sup> Buya Hamka, *Tafsir Al-Azhar*, vol. 15 (Jakarta: Gema Insani, 2015), 325.

Hamka menafsirkan ayat tersebut dengan menyebutkan bahwa pada ayat tersebut diuraikan perangai manusia yang ketika didatangkan nikmat mereka menikmati nikmat tersebut sampai lupa daratan, namun ketika nikmat itu dicabut oleh Allah dengan tiba-tiba mereka akan berputus asa. Mereka berputus asa karena mereka tidak mempercayai bahwa takdir Allah selalu berputar. Dengan demikian seseorang yang berputus asa merupakan seseorang yang tidak mampu menyesuaikan diri dengan keadaan dan tidak mampu menerima realita kehidupan.<sup>14</sup>

Bahkan pada surah al-Isrā': 83

وَإِذَا أَنْعَمْنَا عَلَى الْإِنْسَانِ أَعْرَضَ وَنَأَىٰ بِجَانِبِهِ وَإِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ كَانَ يُوسِئًا

“Dan apabila Kami berikan kesenangan kepada manusia niscaya berpalinglah dia, dan membelakang dengan sikap yang sombong, dan apabila dia ditimpa kesusahan niscaya dia berputus asa”

Hamka menafsirkan bahwa putus asa merupakan suatu kekecewaan atau kegagalan yang dapat mempengaruhi badan ataupun batin yang memicu kesusahan hati bahkan bisa merugikan orang lain sehingga akan muncul segala penyakit badan. Ahli psikosomatik di Indonesia yakni Aulia menyatakan bahwa ketika seseorang sakit maka akan kembali pada ajaran agamanya dengan harapan sakitnya akan sembuh, besar sekali kemungkinan pengaruh dari ikhlas, sabar, rida, tawakal, tobat bagi seseorang yang merasa putus asa.<sup>15</sup>

Dengan demikian, dalam penelitian ini Tafsir Al-Azhar karya Buya Hamka menjadi acuan peneliti dalam menafsirkan beberapa ayat tentang putus asa untuk mendapatkan penafsiran yang tepat mengenai putus asa yang nantinya dihubungkan kesehatan mental dengan pendekatan psikologi.

---

<sup>14</sup> Buya Hamka, *Tafsir Al-Azhar*, 4 (Jakarta: Gema Insani, 2015), 530-531.

<sup>15</sup> Buya Hamka, *Tafsir Al-Azhar*, 5 (Jakarta: Gema Insani, 2015), 324.

Berdasarkan latar belakang dan berbagai contoh kasus tersebut peneliti tertarik untuk meneliti bagaimana *al-Qur'ān* khususnya perspektif tafsir Al-Azhar memandang putus asa dan bagaimanakah korelasi antara putus asa dengan kesehatan mental manusia. Dengan demikian peneliti mengambil judul **Putus Asa Persepektif Buya Hamka dalam Tafsir Al-Azhar dan Korelasinya Terhadap Kesehatan Mental.**

## **B. Rumusan Masalah**

Melalui uraian pada latar belakang, maka dapat disusun beberapa rumusan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana putus asa dalam *al-Qur'ān* dan derivasinya?
2. Bagaimana penafsiran Buya Hamka dalam Tafsir Al-Azhar mengenai ayat-ayat putus asa?
3. Bagaimana korelasi ayat-ayat putus asa terhadap kesehatan mental?

## **C. Tujuan Penelitian**

Setelah dirumuskan suatu masalah, maka tujuan dari penelitian ini yakni untuk menjawab beberapa rumusan masalah yang diantaranya sebagai berikut:

1. Untuk menjelaskan putus asa dalam *al-Qur'ān* dan derivasinya
2. Untuk menjelaskan penafsiran Buya Hamka dalam Tafsir Al-Azhar tentang ayat-ayat putus asa
3. Untuk menjelaskan korelasi ayat-ayat putus asa terhadap kesehatan mental

## **D. Kegunaan Penelitian**

1. Bagi ilmu pengetahuan, diharapkan hasil penelitian ini mampu menambah khazanah keilmuan keagamaan islam khususnya dalam bidang tafsir.

2. Bagi praktis akademik, diharapkan hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan sebagai rujukan bahan penelitian yang lebih lanjut.
3. Bagi pembaca umumnya, diharapkan hasil penelitian ini mampu menambah wawasan serta pengetahuan tentang makna putus asa dalam *al-Qur'ān* khususnya perspektif tafsir al-azhar dengan pendekatan tematik (*maudhui*) serta korelasinya terhadap kesehatan mental.
4. Bagi pribadi, penelitian ini berguna untuk mengembangkan keilmuan serta sebagai tugas akhir dalam menyelesaikan Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kediri dan bermanfaat untuk kedepannya.

#### **E. Telaah Pustaka**

Penulis menelusuri penelitian-penelitian terdahulu yang pernah dilakukan sebelumnya untuk menghindari terjadinya kesamaan dalam penelitian. Berikut diantaranya beberapa kajian terdahulu:

1. Skripsi Umy Sharah Utami, mahasiswa Program Studi Ilmu al-Qur'an dan Tafsir IAIN Bengkulu tahun 2021 dalam penelitiannya yang berjudul *Putus Asa Menurut Wahbah Az-Zuhaili Dalam Kitab Tafsir Al-Munir: Aqidah, Syari'ah, dan Manhaj*. Skripsi tersebut menggunakan metode penelitian tafsir dengan pendekatan studi tokoh dan menghasilkan penelitian tentang pengungkapan lafadz bermakna putus asa menurut Wahbah az-Zuhaili dalam Kitab Tafsir Al-Munir: Aqidah, Syari'ah, dan Manhaj dengan menjabarkan term-term putus asa (*ya'isa, balasa, qana'ah*)<sup>16</sup>

---

<sup>16</sup> Umy Sharah Utami, "Putus Asa Menurut Wahbah Az-Zuhaili Dalam Kitab Tafsir Al-Munir: Aqidah, Syari'ah dan Manhaj" (Institut Agama Islam Negeri Bengkulu, 2021), Pdf.

2. Skripsi Dian Jumaida, mahasiswa Program Studi Ilmu al-Qur'an dan Tafsir Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Darussalam-Banda Aceh pada tahun 2018 dalam penelitiannya yang berjudul *Ungkapan Lafadz Bermakna Putus Asa Dalam al-Qur'an*. Skripsi tersebut menggunakan metode pengumpulan data berupa metode *maudhu'i* dengan metode analisis data berupa analisis isi untuk menghasilkan makna dan isi secara keseluruhan terhadap pembahasan term putus asa (*ya'isa, balasa, qana'ata*) dari penafsiran para mufassir.<sup>17</sup>
3. Skripsi Ahmad Khadziq Asror, mahasiswa Program Studi Ilmu al-Qur'an dan Tafsir UIN Sunan Ampel Surabaya pada tahun 2018 dengan penelitian yang berjudul *Krisis Spiritual Masyarakat Modern Dalam Perspektif al-Quran (Studi Tematik Ayat-Ayat Putus Asa dan Kontekstualitasnya)*. Analisis data yang digunakan dalam skripsi tersebut yakni metode tafsir *maudhu'i* dengan pengumpulan datanya berupa dokumenter. Skripsi tersebut menghasilkan penelitian dengan mengungkap wawasan tentang putus asa dalam berbagai bentuknya serta adanya upaya pencegahannya menurut petunjuk *al-Qur'an* yang dapat dilakukan melalui pendekatan tasawuf, sabar, syukur.<sup>18</sup>
4. Jurnal Mulyana, Badruzzaman M. Yunus, dan Eni Zulaiha, dari jurnal Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung pada tahun 2020 dengan judul penelitian *Mengatasi Putus Asa: Konsep Problem Solving Putus Asa Perspektif Tafsir Tematik*. Hasil daripada penelitian tersebut menunjukkan kata putus asa diungkapkan dalam *al-Qur'an* dengan tiga term:

---

<sup>17</sup> Dian Jumaida, "Ungkapan Kontribusi Agama Islam Terhadap Kesehatan Mental Lafadz Bermakna Putus Asa Dalam Al-Qur'an" (Banda Aceh, Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Darussalam, 2018), Pdf.

<sup>18</sup> Ahmad Khadziq Asror, "Krisis Spiritual Masyarakat Modern Dalam Perspektif al-Qur'an (Studi Tentang Ayat-Ayat Putus asa dan Kontekstualitasasinya)" (Surabaya, Universitas Islam Negeri Sunan Ampel, 2018), Pdf.

*ya'isa, qana'ata, balasa*. Penelitian ini juga memberikan solusi mengatasi putus asa dalam *al-Qur'an* dengan analisa psikologi Islam antara lain yakni membaca *al-Qur'an*, dzikir, bersabar, memperbanyak doa, meningkatkan rasa syukur.<sup>19</sup>

5. Skripsi Heni Yulianti, mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam UIN Raden Intan Lampung pada tahun 2019 dalam penelitiannya yang berjudul *Kontribusi Agama Islam Terhadap Kesehatan Mental*. Skripsi tersebut menggunakan jenis penelitian studi kepustakaan dan membahas tentang kontribusi agama Islam melalui ajaran agama Islam dengan baik yang bersumber pada *al-Qur'an* dan hadits untuk mewujudkan mental yang sehat dengan menghasilkan penelitian 1) ketenangan dan ketentraman jiwa, 2) mengembangkan dan memanfaatkan potensi, 3) hidup bermakna dan berbahagia.<sup>20</sup>
6. Jurnal Dumilah Ayuningtyas, Misnaniarti, Marisa Rayhani dari jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat pada tahun 2018 yang berjudul *Analisis Situasi Kesehatan Mental pada Masyarakat di Indonesia dan Strategi Penanggulangannya*. Penelitian ini menggunakan metode analisis deskriptif dengan hasil penelitian menyebutkan bahwa di Indonesia mengalami peningkatan untuk gangguan mental berat sebesar 1,7% dan gangguan mental emosional (depresi, kecemasan, dan lainnya) sebesar 6%, sehingga perlu

---

<sup>19</sup> Basruzzaman M. Yunus, Eni Zulaiha, "Mengatasi Putus Asa: Konsep Problem Solving Putus Asa Perspektif Tafsir Tematik."

<sup>20</sup> Heni Yulianti, "Kontribusi Agama Islam Terhadap Kesehatan Mental" (Lampung, Universitas Islam Negeri Raden Intan, 2019), Pdf.

adanya pencegahan secara benar untuk membantu pengoptimalisasi fungsi mental individu mengenai kesehatan mereka.<sup>21</sup>

Dengan begitu, dari beberapa penelitian yang telah ditinjau sejauh ini memang tema mengenai putus asa dalam *al-Qur'ān* didunia keislaman bukanlah suatu kajian baru. Namun yang menjadi poin terpenting dari kelebihan penelitian ini dengan penelitian terdahulu yakni dengan membahas putus asa perspektif Buya Hamka dalam Tafsir Al-Azhar yang setelahnya dikorelasikan dengan kesehatan mental.

## **F. Kajian Teoritik**

### **1. Pengertian Tafsir**

Kata tafsir berasal dari bahasa Arab yaitu *fassara-yufassiru-tafsiran* yang memiliki makna penjelasan, pemahaman, dan perincian. Rujukan istilah tafsir terdapat dalam Qs. Al-Furqān ayat 33:

وَلَا يَأْتُونَكَ بِمَثَلٍ إِلَّا جِئْنَاكَ بِالْحَقِّ وَأَحْسَنَ تَفْسِيرًا

“Tidaklah orang-orang kafir itu datang kepadamu (membawa) sesuatu yang ganjil, melainkan kami datangkan kepadamu suatu yang benar dan yang paling baik penjelasannya (tafsir).”

Menurut az-Zarkasyi tafsir merupakan suatu ilmu untuk mengetahui sebuah kandungan kitab Allah yang telah diturunkan kepada Nabi saw dan penjelasan maknanya dan juga pengambilan hukum juga hikmah-hikmahnya. Beberapa ahli tafsir ada yang mendefinisikan juga bahwa tafsir merupakan ilmu yang membahas tentang *al-Qur'ān* dari segi pengertiannya terhadap

---

<sup>21</sup> Dumilah Ayuningtyas dan Misnaniarti, dan Marisa Rayhani, “Analisis Situasi Kesehatan Mental pada Masyarakat di Indonesia dan Strategi Penanggulangannya,” *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat* , vol. 9, no. 1 (2018).

maksud Allah sesuai dengan kemampuan manusia.<sup>22</sup> Tafsir digunakan untuk mengetahui maksud ayat-ayat *al-Qur'ān* sehingga diperoleh pemahaman, dapat dihayati dan diamalkan kandungan isinya. Tafsir juga merupakan kunci untuk memahami dan menggali kandungan *al-Qur'ān* demi terwujudnya kemaslahatan, keselamatan serta kebahagiaan umat manusia.<sup>23</sup>

## 2. Sejarah Perkembangan Tafsir *Mauḍū'i*

Istilah *mauḍū'i* muncul pertama kali pada abad ke-14 dalam kajian tafsir. Sebenarnya cikal bakal 'maudhu'i' dalam kajian tafsir sudah ada sejak zaman Nabi saw, hanya saja pada saat itu istilah '*mauḍū'i*' belum lagi muncul. Dituliskan oleh Abdul Hayy Al-Farmawi bahwa pelopor metode tafsir *mauḍū'i* adalah Muhammad Abduh, setelah itu ide pokoknya diberikan kepada Mahmud Syaltut yang kemudian dikenalkan oleh Sayyid Ahmad Kamal Al-Kumy.<sup>24</sup>

Tafsir tematik diperkenalkan sejak awal munculnya tafsir, baik berdasarkan surah *al-Qur'ān* ataupun berdasarkan subjek. Hal tersebut dapat diketahui pada karya Zarkashi dalam *al-Burhān* yang merupakan kajian tafsir yang paling awal dalam memfokuskan atau menekankan kajian tafsirnya berdasarkan surah demi surah, dan juga *al-Itqān* karya Suyuti.

Sedangkan berdasarkan subjek, karya-karya yang awal muncul mengenai tafsir tematik yakni terdapat dalam *al-Bayān fī Aqṣam al-Qur'ān* karya Ibn Qayyim al-Jauziyah yang merupakan ulama besar mazhab Hanbali,

---

<sup>22</sup> Muhammad Ali Mustofa Kamal, "Konsep Tafsir, Ta'wil dan Hermeneutika: Paradigma Baru Menggali Aspek Ahkam dalam Penafsiran Al-Qur'an," *Jurnal Syariat* I, no. 01 (2015), 2.

<sup>23</sup> Muhammad Ali Mustofa Kamal, "Konsep Tafsir, Ta'wil dan Hermeneutika, 3.

<sup>24</sup> Dinni Nazhifah dan Fatimah Isyti Karimah, "Hakikat Tafsir Maudhu'i dalam Al-Qur'an," *Jurnal Iman dan Spiritualitas* I, no. 03 (2021), 373.

*Majaz al-Qur'ān* karya Abu 'Uбайд, *Mufradāt al-Qur'ān* karya al-Raghib al-Isfahani, *Asbāb al-Nuzūl* karya Abu al-Hasan al-Wahidi al-Naisaburi dan sejumlah karya lainnya.<sup>25</sup>

Namun menurut Quraish Shihab, tafsir maudū'i yang berdasarkan surah digagas pertama kali oleh Syaikh Mahmud Syaltut pada tahun 1960, beliau merupakan guru besar jurusan Tafsir di fakultas Ushuluddin Universitas Al-Azhar yang termuat dalam karyanya yang berjudul *Tafsīr al-Qur'ān al-Karīm*. Mengenai tafsir maudū'i berdasarkan subjek digagas pertama kali juga pada tahun 1960-an oleh seorang guru besar di Institusi yang sama dengan Syaikh Mahmud Syaltut yang juga merupakan ketua jurusan Tafsir pada tahun 1981 yakni Prof. Dr. Ahmad Sayyid al-Kumiy.<sup>26</sup>

### 3. Macam-Macam Metode Tafsir

#### a. Tafsir Tahlili (Analisis)

Tafsir tahlili merupakan metode menafsirkan *al-Qur'ān* yang lebih memaparkan segala aspek yang terkandung dalam ayat-ayat yang ingin ditafsirkan, serta menerangkan makna yang ada didalamnya sesuai dengan keahlian seorang mufasir yang menerangkan ayat tersebut.<sup>27</sup>

Ciri-ciri dari metode ini yakni:<sup>28</sup>

- a) Dari segala sesuatu mengenai ayat akan dibahas dari segala seginya
- b) Mengungkap *asbāb an-nuzūl* ayat yang ditafsirkannya

---

<sup>25</sup> Moh Tulus Yamani, "Memahami Al-Qur'an dengan Metode Tafsir Maudhu'i," *J-PAI* 1, no. 02 (2015), 276-277.

<sup>26</sup> Moh Tulus Yamani. "Memahami Al-Qur'an, 276.

<sup>27</sup> Hadi Yasin, "Mengenai Metode Penafsiran Al-Qur'an," *Jurnal Tadzhīb Al-Akhlak* 1, no. V (2020), 42.

<sup>28</sup> Badri Khaeruman, *Sejarah Perkembangan Tafsir al-Qur'an* (Bandung: CV. Pustaka Setia, 2004), 94.

- c) Menafsirkan mulai dari ayat demi ayat, surat demi surat secara berurutan dan untuk mendapatkan makna ayat maka didalamnya terdapat pembahasan yang selalu melihat korelasi antar ayat.

Kitab-kitab yang menggunakan metode tahlili diantaranya sebagai berikut:

- a) *Tafsīr al-Qur'ān al-Azhīm* karya Ibn Katsir
- b) *Tafsīr al-Kashshāf* karya al-Zamakhsyari
- c) *al-Jawāhir fī Tafsīr al-Qur'ān* karangan Thanthawi Jauhari
- d) *Tafsīr al-Manār* karangan Muhammad Rasyid Ridha.

b. Tafsir Ijmali (Global)

Tafsir ijmali merupakan metode penafsiran ayat-ayat *al-Qur'ān* secara singkat dan global tanpa adanya uraian panjang lebar, serta tidak jauh dari sasaran dan maksud *al-Qur'ān*.<sup>29</sup> Kitab-kitab yang menerapkan metode tafsir ijmali yakni:<sup>30</sup>

- a) *Kitab Tafsīr al-Qur'ān al-Karīm* karangan Muhammad Farid Wajdi
- b) *Tafsīr al-Jalālayn* karya Jalal al-Din al-Suyuti.

c. Tafsir Muqarin (Perbandingan)

Tafsir Muqarin merupakan penafsiran dengan cara membuat perbandingan. Perbandingan yang dimaksud sini yakni, perbandingan antara ayat dengan ayat, perbandingan ayat dengan hadits, serta

---

<sup>29</sup> Badri Khaeruman, Sejarah Perkembangan Tafsir Al-Qur'an, 94.

<sup>30</sup> Yasin, "Mengenal Metode Penafsiran al-Qur'an", 93.

perbandingan ayat dengan pendapat para ulama.<sup>31</sup> Kitab-kitab yang menggunakan metode ini yakni:

- a) *Al-Jāmi' fī Ahkām al-Qur'ān* karya al-Qurthubiy (membandingkan penafsiran para mufassir)
- b) *Qawaid al-Bayan fī Tafṣīr Āyat al-Aḥkām* karya 'Ali ash-Shabuniy
- c) *Durrah al-Tanzil wa Ghurrah at-Tanwil* karya al-Iskafi (membandingkan ayat dengan ayat)

d. Tafsir Maudhu'i (Tematik)

Tafsir Maudhu'i merupakan metode penafsiran dengan cara membahas ayat-ayat Al-Qur'an yang sesuai tema ataupun judul yang sudah ditetapkan. Ayat-ayat yang sesuai tema dikumpulkan terlebih dahulu, lalu dari berbagai aspek dikaji secara mendalam baik itu *asbāb an-nuzūl*nya, kosa kata, dan lainnya yang dibahas secara rinci dan tuntas.

Kelebihan dari metode tafsir tematik yakni:

- a) Menjawab tantangan zaman dengan mengkaji ayat-ayat *al-Qur'ān* dari berbagai aspeknya yang membahas mengenai kasus yang sedang dikaji secara tuntas.
- b) Praktis serta sistematis, dalam hal ini situasi masyarakat dengan mobilitas yang tinggi sehingga pembaca seakan-akan tidak memiliki waktu untuk membaca kitab-kitab tafsir besar, maka dengan adanya tafsir tematik/maudhu'i pembaca akan mendapatkan petunjuk *al-Qur'ān* secara praktis dan sistematis dan tentunya lebih menghemat waktu, efektif, dan efisien.

---

<sup>31</sup> Khaeruman, *Sejarah Perkembangan Tafsir Al-Qur'an*, 99.

- c) Dinamis, tafsir tematik ini dikatakan dinamis karena dalam pembahasannya menyajikan kasus yang sesuai tuntutan zaman sehingga menimbulkan pandangan bagi pembaca bahwa *al-Qur'ān* selalu mengayomi dan membimbing kehidupan di dunia pada semua lapisan atau strata sosial.
- d) Membuat pemahaman yang utuh, maksudnya ketika ditetapkan judul pembahasan, maka pemahaman ayat-ayat *al-Qur'ān* dapat diserap secara utuh. Dengan begitu metode tafsir ini dapat diandalkan dalam memecahkan suatu masalah secara baik dan tuntas seperti yang telah dijelaskan dalam pembahasan diatas.

Sedangkan kekurangan metode tafsir tematik ini yakni:

- a) Terjadi pemenggalan ayat *al-Qur'ān*, serta mengambil satu kasus yang terdapat di dalam satu ayat atau lebih yang sebenarnya mengandung banyak permasalahan yang berbeda.
- b) Membatasi pemahaman ayat, ketika judul pembahasan sudah ditetapkan maka pemahaman suatu ayat menjadi lebih terbatas pada permasalahan yang dibahas tersebut sehingga hanya terikat pada judul tersebut.<sup>32</sup>

#### 4. Definisi Putus Asa

Putus asa dalam KBBI diartikan secara terpisah, dari kata putus yakni tidak berhubungan atau hilang, tidak mempunyai lagi (harapan atau pikiran),

---

<sup>32</sup> Tulus Yamani, "Memahami Al-Qur'an dengan Metode Tafsir Maudhu'i", 285-286.

tidak ada lagi.<sup>33</sup> Sedangkan asa yakni harapan.<sup>34</sup> Jadi putus asa adalah hilangnya sebuah pengharapan.

Secara umum, putus asa dapat diartikan sebagai suatu sikap yang berupa perasaan tidak sanggup serta tidak ada harapan, akibatnya terjadi pengurangan aktivitas fisik maupun mental.<sup>35</sup> Sebagaimana dikutip Dian Jumaida dalam kitab *Fathu al-Majīd* karya Abdurrahman bin Hasan Alu Syeikh, mencirikan bahwa keputusasaan adalah kecenderungan bahwa Allah tidak memberikan jalan keluar kepada seorang hamba, dan telah kehilangan harapan.<sup>36</sup>

Putus asa adalah perasaan seseorang yang merasa telah gagal dalam menjalani hidupnya, entah itu gagal dalam mewujudkan tujuan, harapan, atau impiannya, sehingga tidak ada keinginan untuk berusaha atau bekerja lebih keras.<sup>37</sup> Masih pada pernyataan Dian Jumaida dalam buku *Ensiklopedia al-Qur'an*, putus asa adalah kurangnya kepercayaan ketika harapan, energi dan kemampuan seseorang menjadi lemah, semangat berkurang dan tidak ada keinginan untuk menyelesaikan pekerjaan dengan tujuan itu. Hal tersebut membahayakan jiwa serta dapat menghentikan segala aktifitasnya.<sup>38</sup>

Quraish Shihab sebagai pakar tafsir mendefinisikan kata keputusasaan merupakan suatu perasaan yang bisa dikatakan sifat yang hanya layak

---

<sup>33</sup> *Kamus Besar Bahasa Indonesia* (Jakarta: Balai Pustaka, 2007), 914.

<sup>34</sup> *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, 68.

<sup>35</sup> Sudarsono, *Kamus Filsafat dan Psikologi* (Jakarta: Rineka Cipta, 1993), 55.

<sup>36</sup> Jumaida, "Ungkapan Kontribusi Agama Islam Terhadap Kesehatan Mental", 13.

<sup>37</sup> Alfiah Berkah, *Untuk Kamu yang Hampir Putus* (Jakarta: PT. Elex Media Komputindo, 2019), 14.

<sup>38</sup> Jumaida, "Ungkapan Kontribusi Agama Islam Terhadap Kesehatan Mental", 13

dimiliki oleh orang kafir karena identik dengan kekufuran yang besar.<sup>39</sup> Sedangkan Buya Hamka menyebutkan bahwa putus asa merupakan suatu gejala dari penyakit jiwa yang menimpa seseorang sehingga jiwanya menjadi kosong dan akan bertambah kosong setelah nikmat-Nya dicabut.<sup>40</sup>

Dalam Islam sikap putus asa adalah sikap yang dilarang, orang yang putus asa tidak akan tahan dengan segala kegagalan, karena sikap putus asa merupakan sikap menyerah total yang merasa tidak ada harapan serta tidak ada solusi sama sekali.

## 5. Pengertian Kesehatan Mental

Kesehatan mental adalah adanya kemampuan yang dimiliki oleh seseorang untuk menyesuaikan diri dengan dirinya sendiri, orang lain, masyarakat atau lingkungannya. Maksudnya seseorang dikatakan memiliki mental yang sehat jika seseorang tersebut dihadapkan oleh tekanan perasaan atau frustrasi, ia dapat menguasai dirinya sehingga jauh dari perasaan tersebut. Seseorang dengan kemampuan menyesuaikan diri yang baik akan merasakan hidup bahagia tanpa adanya rasa cemas, gelisah, dan lainnya, melainkan malah memiliki semangat hidup yang tinggi dalam menjalani kehidupannya.<sup>41</sup>

Menurut HB. English ahli psikolog mendefinisikan kesehatan mental sebagai keadaan yang relatif menetap dimana seseorang mampu menyesuaikan diri dengan baik yang memiliki semangat hidup yang tinggi, terpelihara, serta berusaha untuk menggapai aktualisasi diri yang optimal.

---

<sup>39</sup> M Shihab Quraish, *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an*, vol. 6, 1 (Jakarta: Lentera Hati, 2002), 514.

<sup>40</sup> Buya Hamka, *Tafsir Al-Azhar*, vol. 15 (Jakarta: Gema Insani, 2015), 325.

<sup>41</sup> Yusak Burhanuddin, *Kesehatan Mental*, 10.

Tahun 1957, Killander menyatakan bahwa orang dengan mental yang sehat disebutnya sebagai individu yang normal, orang-orang tersebut menunjukkan kematangan emosional, adanya kemampuan dalam menerima realitas, kesenangan hidup bersama orang lain serta ketika mengalami komplikasi kehidupan sehari-hari sebagai gangguan ia memiliki pegangan hidup.

Dapat diartikan juga bahwa kesehatan mental yakni ketika seseorang terhindar dari gejala-gejala gangguan dan penyakit jiwa, dapat menyesuaikan diri, mampu memanfaatkan segala potensi atau kemampuan dalam diri semaksimal mungkin, membawa kepada kehidupan bersama serta tercapainya keharmonisan jiwa dalam hidup.

Dari beberapa pengertian, diambil kesimpulan bahwa kesehatan mental merupakan keadaan psikologis dengan ditandai kemampuan mengelola emosi dan pikiran, mampu mengembangkan potensi diri, berinteraksi dengan orang lain secara konstruktif, bekerja atau belajar secara produktif serta adanya kontribusi bagi kesejahteraan bersama.<sup>42</sup>

Mental yang sehat tercipta karena kita dapat menyesuaikan diri dengan keadaan sehingga tidak ada rasa cemas, gelisah yang berlebihan. Sedangkan sifat putus asa merupakan salah satu awal dari kecemasan maupun kegelisahan dari seseorang dikarena orang tersebut tidak dapat menyesuaikan diri dengan baik.

---

<sup>42</sup> Syamsu Yusuf, *Kesehatan Mental Perspektif Psikologis dan Agama*, 26-28.

Terdapat teori penyesuaian diri dari Schneider yang menyatakan bahwa karakteristik penyesuaian yang normal yakni diantaranya:<sup>43</sup>

1. Tidak ada emosi yang berlebihan
2. Tidak ada mekanisme psikologis yang terdiri dari rasionalis, agresi, kompensasi
3. Tidak adanya rasa frustrasi pribadi
4. Pertimbangan rasional dan kemampuan mengarahkan diri
5. Kemampuan untuk belajar mengembangkan kualitas diri
6. Pemanfaatan pengalaman masa lalu
7. Adanya sikap realistis dan objektif

## **G. Metode Penelitian**

### **1. Jenis Penelitian**

Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini yakni *library research* atau penelitian kepustakaan. Penelitian kepustakaan merupakan penelitian dengan serangkaian kegiatan yang berhubungan dengan metode pengumpulan data pustaka seperti penelitian yang berusaha mengumpulkan data dari khazanah literatur, baik berupa buku, kitab-kitab, karya tulis, atau data yang lain yang berkaitan dengan permasalahan yang diteliti.<sup>44</sup>

Dengan metode tersebut peneliti ingin menganalisis dari berbagai literatur yang berkaitan mengenai putus asa dalam perspektif atau pandangan Buya Hamka dalam Tafsir Al-Azhar yang setelahnya dihubungkan dengan

---

<sup>43</sup> Yusuf, *Kesehatan Mental Perspektif Psikologis dan Agama*, 37-38.

<sup>44</sup> Mahmud, *Metode Penelitian Pendidikan* (Bandung: Pustaka Setia, 2011), 31.

literatur yang berkaitan dengan kesehatan mental dengan pendekatan psikologi.

Untuk meneliti ayat-ayat tentang putus asa maka dalam penelitian ini menggunakan metode penelitian tafsir *maudū'i* (tematik) dalam mengumpulkan ayat. Adapun psikologi atau ilmu jiwa merupakan pendekatan penelitian yang mengkaji jiwa manusia dengan mengamati gejala-gejala perilakunya.<sup>45</sup> Pendekatan ini digunakan untuk mengkaji putus asa sebagai gejala kesehatan mental dari segi psikologis.

## 2. Sumber Data Penelitian

Dikarenakan jenis penelitian yang digunakan berupa penelitian kepustakaan (*library research*), maka dari beberapa literatur penulis melakukan pelacakan berkaitan dengan materi pembahasan. Dalam hal ini dilakukan dua pengumpulan data:

### a. Data Primer

Data primer yakni sumber utama yang datanya langsung dikumpulkan oleh peneliti.<sup>46</sup> Sumber primer yang peneliti gunakan dalam penelitian ini yakni *Mushaf* al-Qur'an, kitab Tafsir Al-Azhar, buku Kesehatan Mental Perspektif Psikologis dan Agama.

### b. Data Sekunder

Data sekunder yakni data yang memperkaya data primer dengan diperoleh dari dokumen yang berupa buku, jurnal, skripsi, majalah dan sumber lainnya secara tidak langsung berkaitan dengan tema.<sup>47</sup> Sumber

---

<sup>45</sup> Abuddin Nata, *Metodologi Studi Islam* (Jakarta: Rajawali Press, 2016), 50.

<sup>46</sup> Sumadi Surya Brata, *Metode Penelitian* (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 1998), 94.

<sup>47</sup> Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik* (Jakarta: Rineka Cipta, 2011), 22.

sekunder yang penulis gunakan dalam penelitian ini yakni berupa buku, kitab-kitab tafsir, jurnal, artikel atau literatur yang berkaitan dengan tema yang dikaji.

### 3. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data dalam penelitian kali ini yaitu dengan metode dokumentasi, yang mana mengkaji berbagai literatur dari sumber data primer atau sekunder baik berupa buku, jurnal, artikel, catatan, ataupun ensiklopedi dan semua sumber berkaitan dengan yang dikaji baik berupa media cetak maupun internet yang dibutuhkan dalam penelitian.<sup>48</sup>

Peneliti menghimpun ayat-ayat *al-Qur'ān* terkait putus asa, lalu mencari penafsirannya serta pemahaman ayat tersebut melalui sumber primer maupun sekunder yang kemudian menghimpun penjelasan-penjelasan psikologi tentang putus asa dan kesehatan mental dari sumber primer maupun sekunder untuk kemudian mencari korelasinya dengan putus asa dalam *al-Qur'ān* khususnya perspektif tafsir Al-Azhar.

### 4. Metode Analisis Data

Terkait masalah analisis data, peneliti menggunakan metode penelitian tafsir maudhu'i atau tematik yang membahas ayat dalam *al-Qur'ān* yang sesuai dengan judul atau tema yang telah ditetapkan. Adapun langkah-langkah yang diungkapkan 'Abd al-Hayy al-Farmawiy yang dikutip oleh Nasruddin Baidan yakni:<sup>49</sup>

---

<sup>48</sup> Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian*, 274.

<sup>49</sup> Nasruddin Baidan, *Metode Penafsiran Al-Qur'an* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2002), 151-153.

- a. Menetapkan masalah yang dikaji secara maudhu'i atau tematik dengan cara mengumpulkan ungkapan putus asa dalam ayat-ayat Al-Qur'an dalam kitab *Al-Mu'jam Al-Mufahras li Al-Fāz al-Qur'ān al-Karīm*.
- b. Ayat-ayat yang sudah terkumpul tersebut dilacak dengan menetapkan secara kronologis berdasarkan pembagian ayat makiyyah dan madaniyyah
- c. Mengetahui *munāṣabah* (korelasi) dan *asbābun nuzūl* dari ayat-ayat yang terkumpul dalam tafsir Al-Azhar.
- d. Menyusun pokok pembahasan di dalam kerangka yang sesuai, sistematis, sempurna dan utuh (*outline*)
- e. Supaya pembahasan menjadi semakin sempurna dan jelas maka dipandang perlu untuk melengkapi pembahasan dan uraian dengan pendapat ahli tafsir dan *ḥadith* yang lain.
- f. Semua dikaji secara tuntas dan seksama dengan menggunakan penalaran yang objektif dengan menghimpun tafsir ayat-ayat yang mengandung pengertian serupa serta mengkompromikan antara pengertian yang 'am dan *khash* sehingga tafsir ayat tersebut bertemu pada satu muara tanpa ada perbedaan.
- g. Melakukan analisis terhadap persepektif Hamka dalam Tafsir Al-Azhar tentang putus asa

Dikarenakan ayat-ayat yang dikaji mengenai putus asa setelahnya akan dihubungkan dengan kesehatan mental maka peneliti juga memerlukan pendekatan psikologi untuk menemukan jawaban terhadap suatu pokok masalah dalam penelitian ini. Untuk menganalisa data tersebut peneliti menggunakan pendekatan analisis isi.

Analisis isi merupakan sebuah alat penelitian yang terfokuskan pada konten aktual dan fitur internal media. Teknik ini digunakan peneliti untuk mengkaji perilaku manusia secara tidak langsung yakni melalui analisis komunikasi mereka seperti buku, esai, novel, koran, artikel, majalah, dan semua jenis komunikasi yang dapat dianalisis.<sup>50</sup> Langkah awal dalam penelitian ini yakni melakukan analisis terhadap makna putus asa secara tematik yang terkandung dalam *al-Qur'ān*, berdasarkan isi yang terkandung dalam *al-Qur'ān* yang kemudian dilakukan pengelompokkan dengan disusun secara logis dan dianalisa menurut pandangan para mufasir khususnya dalam Tafsir Al-Azhar dan setelah itu menemukan esensi, pesan moral yang bisa dikorelasikan dengan kesehatan mental.

Dilakukannya analisis isi dalam penelitian ini sebagai usaha mencari jawaban di dalam *al-Qur'ān*, khususnya pemikiran Buya Hamka dalam Tafsir Al-Azhar mengenai ayat-ayat putus asa yang selanjutnya dihubungkan dengan kesehatan mental.

## **H. Sistematika Pembahasan**

Supaya pembahasan kajian ini tidak terlalu luas, maka peneliti memberikan arah yang tepat dengan merumuskan sistematika pembahasan yang disusun sebagai berikut:

---

<sup>50</sup> Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian*, 47.

BAB I, berisi pendahuluan yang mencakup latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, kegunaan penelitian, kerangka teori, kajian pustaka, metode penelitian dan sistematika pembahasan.

BAB II, membahas putus asa dalam *al-Qur'ān*, yang meliputi definisi putus asa, sebab-sebab putus asa, dampak putus asa, dan term-term putus asa dalam *al-Qur'ān*.

BAB III, membahas biografi Buya Hamka, Tafsir Al-Azhar dan juga ayat-ayat putus asa perspektif Buya Hamka dalam Kitab Tafsir Al-Azhar. Dalam bab, pembahasannya meliputi riwayat, karya serta riwayat pendidikan Buya Hamka, selanjutnya terdapat pembahasan mengenai latar belakang dan riwayat kepenulisan tafsir Al-Azhar, karakteristik tafsir Al-Azhar, dan juga penafsiran Buya Hamka terhadap ayat-ayat putus asa yang dikelompokkan dengan berbagai macamnya.

BAB IV, membahas mengenai kesehatan mental yang meliputi definisi kesehatan mental, karakteristik kesehatan mental, penyesuaian diri dalam kesehatan mental, faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri, kesehatan mental dalam agama Islam, dan korelasi ayat-ayat putus asa terhadap kesehatan mental.

BAB V merupakan penutup yang berisikan kesimpulan dan saran.