

**KEBAHAGIAAN PERSPEKTIF HADIS DALAM
MEMBANGUN KESEHATAN MENTAL
DI ERA DIGITAL**

SKRIPSI



**OLEH
MISBAKHUSSUDUR
NIM. 9332.025.18**

**PROGRAM STUDI ILMU HADIS
FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) KEDIRI
OKTOBER 2022**

**KEBAHAGIAAN PERSPEKTIF HADIS DALAM
MEMBANGUN KESEHATAN MENTAL
DI ERA DIGITAL**

SKRIPSI

Diajukan kepada
Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kediri
untuk memenuhi salah satu persyaratan
dalam menyelesaikan program Sarjana

Oleh
Misbakhussudur
9332.025.18

**PROGRAM STUDI ILMU HADIS
FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) KEDIRI
OKTOBER 2022**

HALAMAN PERSETUJUAN

**KEBAHAGIAAN PERSPEKTIF HADIS DALAM
MEMBANGUN KESEHATAN MENTAL
DI ERA DIGITAL**

**MISBAKHUSSUDUR
NIM. 9332.025.18**

Disetujui oleh:

Pembimbing I



Drs. H. Hamam Thontowi, M.Pd.I
NIP. 19591020 199403 1 002

Pembimbing II



Kholila Mukaromah, S. Th.I, M.Hum
NIP. 19900929 202012 2 023

HALAMAN PENGESAHAN

**KEBAHAGIAAN PERSPEKTIF HADIS DALAM
MEMBANGUN KESEHATAN MENTAL
DI ERA DIGITAL**

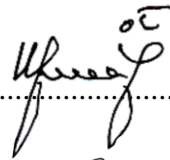
MISBAKHUSSUDUR
9332.025.18

Telah diujikan di depan Sidang Munaqosah
Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kediri
Pada Tanggal 24 Oktober 2022

Tim Penguji,

1. Penguji Utama

Dr. Hj. Umi Hanik, M.Ag
NIP. 19601026 197903 2 001

(.....



2. Penguji I

Drs. H. Hamam Thontowi, M.Pd.I
NIP. 19591020 199403 1 002

(.....


3. Penguji II

Kholila Mukaromah, S. Th.I, M.Hum
NIP. 19900929 202012 2 023

(.....


Kediri, 27 Oktober 2022
Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah IAIN Kediri

Dr. A. Halil Thahir, M. HI
NIP. 19711121 200501 1 006

NOTA DINAS

Nomor : Kediri, 10 Oktober 2022
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 : Misbakhussudur
NIM : 9332.025.18
Judul : **KEBAHAGIAAN PERSPEKTIF HADIS DALAM
MEMBANGUN KESEHATAN MENTAL DI ERA
DIGITAL**

Setelah diperbaiki materi dan susunannya, kami berpendapat bahwa skripsinya telah memenuhi syarat sebagai kelengkapan ujian 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.

Dosen Pembimbing I



Drs. H. Hamam Thontowi, M.Pd.I
NIP. 19591020 199403 1 002

Dosen Pembimbing II



Kholila Mukaromah, S. Th.I, M.Hum
NIP. 19900929 202012 2 023

Motto

”.. رَبَّنَا آتِنَا فِي الدُّنْيَا حَسَنَةً وَفِي الْآخِرَةِ حَسَنَةً وَقِنَا عَذَابَ النَّارِ..”

“.. Ya Tuhan kami! Berilah kami kebaikan di dunia dan kebaikan di akhirat dan peliharalah kami dari siksa neraka ..”

(Qs. Al-Baqarah : 201)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan mengharap ridha-Mu Ya Allah kupersembahkan skripsi ini untuk :

1. Bapak (Sapuan), Ibu (Siti Umaroh), Paman (Alm. Sirojul Munir) yang telah Ikhlas mendidik dan mengasuh serta menjadi perantara dalam kehidupanku. Serta dengan segala do'a-do'amu yang telah memberikanku semangat dalam menggapai puncak keberhasilan.
2. Para Guru dan Dosenku yang telah menjadi penerang dalam perjalananku dalam menuntut ilmu, karena cahaya ilmumu akan selalu ikut berlari dalam menggapai impian dan cita-citaku.
3. Para teman-teman yang saya tidak bisa menyebutkan satu persatu yang telah memberikan *support* dan memberikan berbagai saran dan masukan selama penulisan skripsi ini.

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Misbakhussudur
NIM : 9332.025.18
Program Studi : Ilmu Hadis
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 plagiasi, baik sebagian atau seluruhnya, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Kediri, 10 Oktober 2022
Yang membuat pernyataan

A 1000 Rupiah postage stamp with a signature over it. The stamp features the Garuda Pancasila emblem and the text 'SEPULUH RIBU RUPIAH', '1000', and 'METERAI TEMPEL'. The serial number '5A545AJX07204510' is visible at the bottom.

Misbakhussudur

*) Pilih yang diperlukan

ABSTRAK

Misbakhussudur. Drs. H. Hamam Thontowi, M.Pd.I. Kholila Mukaromah S.Th.I, M.Hum. *Kebahagiaan Perspektif Hadis dalam Membangun Kesehatan Mental di Era Digital*. Skripsi, Program Studi Ilmu Hadis, Fakultas Ushuluddin dan Dakwah, Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kediri. 2022.

Kata kunci: Kebahagiaan, Hadis Tematik, Kesehatan Mental.

Kebahagiaan sudah menjadi kebutuhan utama manusia dalam menjalani kehidupan. Setiap individu manusia rela melakukan berbagai macam cara untuk meraih kebahagiaan. Manusia saling berlomba dalam mencari kebahagiaan sesuai kehendaknya sendiri. Adakalanya dalam meraih kebahagiaan itu sesuai dengan koridor yang benar maupun yang salah yang telah ditetapkan Rasulullah Saw. Di era modern digital, perspektif tentang kebahagiaan lebih bertransformasi ke arah yang kompleks, yakni banyak orang yang memaknai kebahagiaan akan tercapai dengan mempunyai kekayaan yang berlimpah, jabatan yang tinggi, dan terlahir di keluarga yang terpandang, akan tetapi kemudian melupakan sisi-sisi yang fundamental dan transendental dari kehidupan tersebut.

Berdasarkan problem yang ada di masyarakat tersebut, penulis tertarik melakukan penelitian terkait kebahagiaan dalam perspektif hadis yang terdapat dalam Kitab *Ṣaḥīḥ* Bukhāri. Penulis melakukan penelitian secara tematik konseptual dengan menghimpun hadis-hadis yang mengisyaratkan tema kebahagiaan. Selanjutnya hadis-hadis yang sudah terkumpul akan dianalisis dari segi otentisitas dan pemaknaan hadis. Pemaknaan yang ada kemudian direlevansikan dengan isu terkait kesehatan mental di era digital. Penelitian ini termasuk kajian kepustakaan yang dianalisis secara deskriptif-analitis menggunakan pendekatan psiko-sufistik. Adapun pertanyaan penelitiannya ialah, apa saja hadis yang mengisyaratkan tentang kebahagiaan, bagaimana pemaknaannya dan relevansinya terhadap problem kesehatan mental di era digital.

Hasil dari penelitian ini ialah *pertama*, hadis-hadis yang mengisyaratkan tentang kebahagiaan diperoleh dalam Kitab *Ṣaḥīḥ* Bukhāri no. 1274, 5933 dan 5965, *kedua* pemaknaan hadis pertama, menjelaskan tentang takdir Allah Swt. dan keistiqomahan dalam keimanan seseorang yang akan menentukan kebahagiaan yang hakiki (*ahlus sa'adah*). Pemaknaan hadis kedua, berbicara tentang kenikmatan yang paling sering dilupakan oleh hamba-Nya selama di dunia (kesehatan dan waktu luang). Dan pemaknaan hadis yang ketiga, menjelaskan tentang kekayaan yang hakiki ialah kekayaan melalui hati yaitu hati yang selalu mengarahkan pada kebaikan dan kebermanfaatan. Dari ketiga hadis tersebut penulis menyimpulkan bahwa persoalan kebahagiaan di era digital ialah bentuk kelalaian semata dalam memahami persoalan keduniawian. Hal tersebut pada akhirnya memberikan pengaruh terhadap kesehatan mental seseorang. Kemudian dari berbagai problem tersebut penulis memberikan kesimpulan bahwa dengan meningkatkan spiritualitas dan juga rasa syukur atas nikmat yang Allah Swt. berikan kepada hamba-Nya merupakan sarana dalam menuju kebahagiaan yang sebenarnya (hakiki).

PEDOMAN TRANSLITERASI

1. 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	Dh	ل	L
ر	R	م	M
ز	Z	ن	N
س	S	و	W
ش	Sh	هـ	H
ص	Ṣ	ي	Y

2. Konsonan Rangkap.

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

أحمدية : ditulis *Aḥmadīyah*

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

دلّ : ditulis *dalla*

3. Ta' Marbūṭah.

1. Bila dimatikan ditulis "ah",

جماعة : 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-fiṭr*

4. Vokal Pendek

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

5. 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

6. Bunyi Hidup Dobel

Bunyi hidup dobel (*diphthong*) Arab ditransliterasikan dengan menggabungkan dua huruf “ay” dan “aw” masing-masing untuk (أَي) dan (أَوْ)

7. Kata Sandang Alif + Lam.

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

الجماعة : ditulis *al-Jāmi‘ah*

الشيعة : ditulis *al-Shī‘ah*

8. Huruf Besar.

Penulisan huruf besar disesuaikan dengan EYD

9. 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*

10. 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

Alhamdulillah *robbil'alamin*, puji syukur kehadiran Allah Swt atas rahmat dan karunia dan limpahan-Nya, sehingga skripsi ini dapat ditulis dan terselesaikan dengan baik. Skripsi berjudul “KEBAHAGIAAN PERSPEKTIF HADIS DALAM MEMBANGUN KESEHATAN MENTAL DI ERA DIGITAL”.

Penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada berbagai pihak yang telah mensupport dan membantu dalam menyelesaikan skripsi ini. Dan ucapan terima kasih penulis sampaikan terutama kepada yang terhormat :

1. Dr. H. Wahidul Anam, M.Ag. selaku Rektor IAIN Kediri.
2. Dr. Halil Thahir, M.HI. Selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah IAIN Kediri.
3. Akhmad Hasan Saleh, S.Pd, M.P.I. selaku ketua Program Studi (Prodi) Ilmu Hadis IAIN Kediri Periode 2022 – 2026.
4. Dr. Hj. Umi Hanik, M.Ag. (selaku Kaprodi Ilmu Hadis IAIN Kediri Periode 2014 – 2022) Terimakasih atas kerja kerasnya dalam memperbaiki dan membangun ILHA menjadi lebih baik, dan terimakasih telah memberikan motivasi (tahun 2014 – 2022).
5. Bapak Moh. Misbakhul Khoir, M.Th.I selaku sekprodi, terimakasih yang telah memberikan dukungan dan *support* sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
6. Drs. H. Hamam Thantowi, M.Pd.I, selaku dosen pembimbing I dan Kholila Mukaromah, S.Th.I, M.Hum, selaku dosen pembimbing II, terima kasih atas

bimbingan, pengarahan dan dorongan sehingga penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan.

7. Bapak dan Ibu dosen di Prodi Ilmu Hadis yang telah mentransformasikan ilmunya selama proses pembelajaran.
8. Staf Fakultas Ushuluddin dan Dakwah beserta jajarannya yang telah membantu penulis dengan pelayanan administrasinya yang konsisten dan sabar, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
9. Kepada Bapak Sapuan, Ibu Siti Umaroh dan Paman Alm. Sirojul Munir yang telah sabar dalam memberikan dukungan moral maupun finansial kepada penulis selama menyelesaikan studi.
10. Teman-teman mahasiswa IAIN Kediri angkatan 2018 yang telah memberikan berbagai dukungan.
11. Untuk semua pihak yang telah memberikan dukungan, dorongan dan bantuan dalam menyelesaikan penulisan skripsi ini.

Penulis hanya mampu memberikan doa, semoga amal kebaikan dari berbagai pihak tersebut mendapatkan pahala yang berlipat dari Allah Swt dan semoga karya skripsi ini bermanfaat bafi penulis khususnya, dan pembaca pada umumnya. *Amin ya rabbal alamin.*

Kediri, 10 Oktober 2022

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMBUNG.....	i
HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
NOTA DINAS	v
MOTTO	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	viii
ABSTRAK	ix
PEDOMAN TRANSLITERASI.....	x
KATA PENGANTAR	xii
DAFTAR ISI	xiv
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR GAMBAR.....	xvii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xviii

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	8
C. Tujuan Penelitian	8
D. Kegunaan Penelitian	9
E. Kajian Pustaka	9
F. Kerangka Teori	12
G. Metode penelitian	16
H. Sistematika Pembahasan	23

BAB II KEBAHAGIAAN DALAM RUANG LINGKUP PSIKO-SUFISTIK

A. Kebahagiaan	25
1. Definisi Kebahagiaan	25
2. Aspek-Aspek Kebahagiaan	29
3. Faktor-Faktor Kebahagiaan.....	30
B. Kebahagiaan dalam Psikologi Islam	32
1. Psikologi Islam.....	32
2. Wacana Kebahagiaan dalam Psikologi Islam	33
3. Wacana Kesehatan Mental Menurut Tokoh Psikologi Islam.....	34
C. Pandangan Tasawuf (Sufistik) tentang Kebahagiaan.....	34
1. Definisi Tasawuf	36
2. Kebahagiaan Menurut Tokoh Sufi	39
D. Hubungan Psikologi dan Tasawuf.....	42

BAB III KAJIAN TEMATIK HADIS-HADIS TENTANG KEBAHAGIAAN

A. Kebahagiaan dengan Segala Ketetapan dan Ketentuan Allah Swt	49
B. Kebahagiaan dengan Kenikmatan yang Terlupakan.....	60
C. Kebahagiaan dengan Harta atau Hati	66

BAB IV ANALISIS MAKNA HADIS DAN RELEVANSINYA	
A. Kajian Realitas Kebahagiaan di Era Digital	75
1. Problem-Problem Masyarakat di Era Digital	75
2. Faktor-Faktor Kebahagiaan di Era Digital	79
B. Kebahagiaan dan Kesehatan.....	84
1. Dimensi Fisik	85
2. Dimensi Sosial.....	85
3. Dimensi Teologis	85
4. Dimensi Historis.....	86
C. Sebab Adanya Gangguan Kesehatan Mental	86
1. Adanya Kebutuhan yang Kurang Dipenuhi	87
2. Ekspektasi Manusia yang Berlebihan.....	87
3. Ketidakseimbangan antara Pemenuhan Dunia dan Spiritual (Akhirat)	88
D. Perubahan Peradaban terhadap Kesehatan Mental.....	89
1. Transisi Era Digital terhadap Kesehatan Mental.....	89
2. Ciri-Ciri Mental yang Sakit dan Sehat	90
E. Kebahagiaan di Dunia sebagai Sarana Menggapai Kebahagiaan Hakiki (Akhirat)	91
F. Membangun Kebahagiaan Melalui Kesehatan Mental di dalam Kajian Islam	96
G. Implikasi dan Relevansi Hadis tentang Kebahagiaan	100
1. Implikasi	100
2. Relevansi	102
 BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan	103
B. Saran.....	104
1. Teoritis	104
2. Praktis.....	105
 DAFTAR PUSTAKA	106

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Karakteristik Pribadi Sehat Mental

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1 Konsep Kebahagiaan

Gambar 4.2 Kebahagiaan di Dunia

Gambar 4.3 Tujuan Hakiki Kebahagiaan

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Skema Sanad Hadis

Lampiran 2. Gambar Software Lidwa Pusaka –Kitab 9 Imam Hadi

