



**SHIFĀ' DALAM AL-QUR'AN: KAJIAN PENYEMBUHAN JIWA TAFSIR
AL-MISBAH**

Oleh :

**ASTUTI WIDYANA
21.10.1.111.003**

**Pembimbing:
DARMAWAN M. Ag**

Diajukan sebagai persyaratan mendapatkan gelar Sarjana Agama
(S.Ag)

**PROGRAM STUDI ILMU AL-QUR'AN DAN TAFSIR
SEKOLAH TINGGI AGAMA ISLAM SADRA STAI SADRA
JAKARTA 2025/2026**

=i



Edit dengan WPS Office

KATA PENGANTAR

Puji syukur, saya panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah mencurahkan segala nikmat-Nya yang tidak terhitung, mulai dari nikmat kehidupan, kesehatan, kesempatan serta yang paling utama ialah nikmat iman. Sehingga peneliti mampu menyelesaikan Skripsi ini. Sholawat dan salam senantiasa tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW, para sahabat, keluarga, serta pengikutnya yang setia yang terus mendukung dan bersamasama memperjuangkan tegaknya Islam sebagai rahmat bagi seluruh alam, sehingga manusai keluar dari alam kejahilan dan kebodohan yang menuju alam yang terang benderang dipenuhi cahaya ilmu dan iman seperti sekarang ini.

Peneliti menyadari bahwa karya ini bukanlah karya yang sempurna dan tentunya sangat membutuhkan saran dan kritik yang membangun demi kesempurnaan karya ini. Akhirnya dengan penuh harapan, semoga karya ini dapat memberikan sumbangsih dalam pemikiran dan khazanah keilmuan, khususnya bagi bangsa dan negara yang sangat praktikan cintai ini. Tidak terlepas dari itu semua, peneliti mengakui bahwa karya ini tidak akan hadir di hadapan pembaca, tanpa ada semangat dan dukungan dari orang-orang hebat, mereka semua telah berkontribusi memberikan apapun yang mereka bisa, hingga meluangkan waktu dan pemikirannya demi untuk mendukung praktikan agar dapat menyelesaikan karya ini. Dengan demikian, praktikan mengucapkan terima kasih yang paling tulus kepada:

1. Direktur Yayasan Hikmat Al- Musthafa Jakarta, Prof. Dr. Hossein Mottaghi yang telah memberikan beasiswa kepada mahasiswa untuk dapat menyelesaikan pendidikan di STAI Sadra.
2. Ketua Sekolah Tinggi Agama Islam Sadra, Dr. Otong Sulaeman, M. Hum. atas izin dan dukungan beliau dalam menjalankan penelitian ini.
3. Darmawan M.Ag, selaku dosen pembimbing dan dosen mata kuliah Metodologi penelitian Al-Qur'an yang selalu memberikan arahan dan bimbingan yang berharga dalam proses penyusunan skripsi ini. saya ucapkan Terima kasih banyak untuk bapak yang selalu mengingatkan,



membantu memberi saran demi terselesaikan penelitian skripsi ini dengan baik dan benar.

4. Dra. Endang Sri Rahayu M.Ud, selaku dosen pawa yang senantiasa memberi semangat dan motivasi dalam menyelesaikan penelitian skripsi ini.

5. Dosen-dosen yang telah memberikan masukan dan saran konstruktif untuk meningkatkan kualitas skripsi ini.

6. Terkhusus penulis mengucapkan terima kasih yang tiada terhingga untuk kedua orang tua, kepada Bapak (Asbullah), seorang kesatria baja, cinta pertama seorang anak pertamanya ini, yang senantiasa menjadi motivasi terbesar, yang selalu konsisten memberikan semangat, serta pengalaman hidup yang tidak saya dapatkan di luar sana. Kemudian Ibu (Mir'ah) yang merupakan malaikatku dan syurgaku. Do'a, restu dan motivasi yang selalu tersampaikan dari jarak jauh namun terasa membersamai, kemudian yang selalu memberikan dukungan penuh, sehingga penulis berada di titik ini. Serta keluarga tercinta, penulis mengucapkan terima kasih yang tak terhingga.

7. Kepada seluruh keluarga yang selalu membantu mensupport dan mendoakan saya di manapun saya berada. Cinta dan dukungan mereka adalah segalanya di dunia ini.

8. Kepada Kanda Abi Hasan Ashari Qh. ME, Ummi Susilowati, serta Kanda dan Yunda Himmah NWDI yang selalu menjadi bagian penyemangat, penulis Untuk terus berkembang.

9. Teruntuk keluarga besar Mts Darul Hikmah, Penulis mengucapkan Terima kasih yang sebanyak-banyaknya kepada Bapak H, Abdul Wahid S.Pd.I, selaku kepala madrasah yang terus memberikan penulis peluang dalam mengembangkan skripsi ini. Ibu Hj. Siti Sholehah S.Pd, Ibu Rhevia Mega putri S.Pd, dan Ibu Aidanur Fitri, selaku sahabat yang selalu menemani, memberikan Semangat dan selalu menemani penulis dalam menyusun.



10. Teruntuk yang terkasih kakanda Tamlikho Ali Murthada Piagi, penulis menyampaikan banyak terima kasih, sosok yang memiliki peran penting dalam proses penyusunan skripsi ini, yang senantiasa memberikan dukungan moral, motivasi dan perhatian, serta kesabaran dalam mendampingi penulis selama proses akademik berlangsung. dukungan tersebut menjadi sumber semangat dan kontribusi berarti dalam menyelesaikan penelitian ini, kehadiranmu menjadi semangat tersendiri dalam menyelesaikan skripsi ini.

Dengan doa dan dukungan yang tulus, akhirnya proses penelitian skripsi ini telah mencapai penyelesaian. Semoga Allah SWT membalas segala kebaikan dari semua pihak yang telah berkontribusi dengan balasan yang tak terhingga. Semoga hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi yang bermanfaat bagi kita semua.

Jakarta, 31 januari 2026



Astuti Widyana



LEMBAR PENGESAHAN SIDANG SKRIPSI

Laporan skripsi ini disusun oleh:

Nama : Astuti Widyana

Nim : 21.10.1.111.003

Prodi : Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir

Judul : ***SHIFĀ'*** DALAM AL-QUR'AN: KAJIAN PENYEMBUHAN JIWA
TAFSIR AL-MISBAH

Telah disetujui oleh dosen pembimbing untuk disidangkan pada sidang skripsi. Demikian surat persetujuan ini dibuat agar dipergunakan sebagaimana mestinya.

Jakarta, 07 Januari 2026



Darmawan M. Ag



LEMBAR PENGESAHAN
SIDANG SKRIPSI STAI SADRA

Skripsi ini disusun oleh :

Nama : Astuti Widyana

NIM : 21.10.1.111.003

Prodi : Ilmu Al-Qur'an Dan Tafsir

Judul : SHIFĀ' DALAM AL-QUR'AN: KAJIAN PENYEMBUHAN
JIWA TAFSIR AL-MISBAH

Telah disahkan oleh dewan sidang :

Dr. Muhammad Babul Ulum, M.Ag
Penguji I

Tanggal: ()

02 februar 2026.

Azam Bakhtiar, M.Si
Penguji II

Tanggal: ()

03 Februari 2026

Darmawan, M.Ag
Ketua Sidang/Pembimbing

Tanggal: ()

03 Februari 2026

Dede Jeri Adrian, M.Pd
Sekretaris Sidang

Tanggal: ()

03 februar 2026



SHIFĀ' DALAM AL-QUR'AN: KAJIAN PENYEMBUHAN JIWA TAFSIR AL-MISBAH

Penulis : Astuti Widyana

Nim : 21.10.111.003

Reviewer : Darmawan M. Ag

PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

1. Proposal skripsi ini murni karya sendiri. Apabila saya mengutip dari karya orang lain, maka saya mencantumkan sumbernya sesuai dengan ketentuan yang berlaku.
2. Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan bahwa Laporan Skripsi ini hasil dari jiplakan atau plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi dan peraturan perundang-undangan yang berlaku di lingkungan STAI Sadra.

Jakarta, 08 Desember 2025



Astuti Widyana

PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN

Pedoman transliterasi Arab-Latin yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Tur a biyan* dengan beberapa pengecualian:

A. Konsonan

b	=	ب	z	=	ز	f	=	ف
t	=	ت	s	=	س	q	=	ق
ṣ	=	ث	sh	=	ش	k	=	ك
j	=	ج	ṣ	=	ص	l	=	ل
ḥ	=	ح	ḍ	=	ض	m	=	م
kha	=	خ	ṭ	=	ط	n	=	ن
d	=	د	ẓ	=	ظ	h	=	ه
ẓ	=	ذ	'	=	ع	w	=	و
r	=	ر	gh	=	غ	y	=	ي

B. Vokal

Pendek : a = \tilde{a} ; i = \tilde{i} ; u = \tilde{u}

Panjang : a = $\overset{\bar{a}}$; i = $\overset{\bar{i}}$; u = $\overset{\bar{u}}$

Diftong : ay = $\overset{\bar{a}i}$; aw = $\overset{\bar{a}u}$

C. Ta'marbutah (ة)

Ta' marbutah yang diidafahkan (disambung dengan kata lain) ditulis "t", seperti contoh lafal معرفة الله ditulis *marifat Allāh*. *Ta' marbutah* yang disambung dengan kata lain, tapi tidak dalam posisi *mudaf*, maka ditulis "h" seperti seperti contoh lafal المدينة

الفاضلة ditulis *madīnah al-fāḍilah*.

D. Tasydid

Shaddah atau *Tasydid* ditransliterasi dengan huruf, yaitu dengan menggunakan dua huruf, seperti lafal عقليّة ditulis *'aqliyyah*, فعليّة ditulis *fi'liyyah*, dan قوّة ditulis *quwwah*, sedangkan *tasydid* yang berada diakhir kata, seperti عدوّ maka tidak ditulis dengan menggunakan dua huruf, tetapi hanya satu huruf, yaitu ditulis *'aduw*.

E. Kata Sandang

Kata sandang “*al*” dilambangkan berdasarkan pada huruf yang mengikutinya. Jika huruf setelahnya adalah huruf *shamsiyyah* maka ditulis dengan huruf yang bersangkutan, demikian juga huruf *al-qamariyyah*.

F. Pengecualian Transliterasi

Pengecualian transliterasi adalah kata bahasa Arab yang telah lazim digunakan di dalam bahasa Indonesia dengan menjadi bagian dalam bahasa Indonesia, seperti lafal سنة الله maka ditulis ditulis *sunnatullāh*, dan juga lafal اسماء الحسناء, seperti عبد الرحمن maka ditulis *'Abdurrahmān* dan جلال الدين maka ditulis *Jalāluddīn*.



Abstrak

Permasalahan kesehatan jiwa menjadi isu penting dalam kehidupan masyarakat modern, ditandai dengan meningkatnya stres, kecemasan, kegelisahan batin, dan kehilangan makna hidup akibat tekanan sosial serta lemahnya keseimbangan spiritual. Dalam Islam, Al-Qur'an tidak hanya berfungsi sebagai petunjuk hidup (*hudā*), tetapi juga sebagai *shifā'* (penyembuh) bagi penyakit hati dan jiwa. Namun, pemahaman terhadap konsep *shifā'* sering kali dibatasi pada penyembuhan fisik semata, sehingga dimensi penyembuhan jiwa belum banyak dikaji secara mendalam, khususnya dalam perspektif tafsir kontemporer. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji konsep *shifā'* dalam Al-Qur'an menurut *Tafsir Al-Mishbah* karya Muhammad Quraish Shihab serta menjelaskan implikasinya terhadap penyembuhan jiwa dan penguatan kesehatan mental manusia modern. Metode yang digunakan adalah penelitian kualitatif dengan pendekatan kepustakaan (*library research*), menggunakan metode tafsir tematik (*maudhu'i*) dan pendekatan tokoh. Data primer bersumber dari *Tafsir Al-Mishbah* dan ayat-ayat Al-Qur'an yang berkaitan dengan *shifā'*, sedangkan data sekunder berasal dari buku, jurnal ilmiah, dan literatur pendukung yang relevan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *shifā'* dalam *Tafsir Al-Mishbah* dipahami sebagai proses penyembuhan yang bersifat holistik, meliputi dimensi spiritual, psikologis, dan moral. Al-Qur'an berfungsi sebagai sarana penenang jiwa, penguat iman, penjernih akal, serta pembentuk akhlak mulia. Penyembuhan jiwa melalui *shifā'* tidak bersifat instan, melainkan berlangsung melalui internalisasi nilai-nilai Al-Qur'an seperti kesabaran, harapan, tawakal, pengendalian emosi, dan kedekatan kepada Allah secara berkelanjutan. Penelitian ini menyimpulkan bahwa konsep *shifā'* dalam *Tafsir Al-Mishbah* memiliki relevansi yang kuat sebagai pendekatan alternatif dan komplementer dalam menjaga serta memulihkan kesehatan jiwa manusia modern, dengan menekankan keseimbangan antara aspek spiritual, psikologis, dan moral sebagai fondasi kesehatan mental yang utuh.



**Kata kunci: Al-Qur'an, kesehatan mental, penyembuhan jiwa, *Shifā'*,
Tafsir Al-Mishbah.**



DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR.....	i
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iv
PEDEOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN.....	iv
ABSTRAK.....	v
DAFTAR ISI.....	vii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Penelitian.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	13
C. Batasan masalah.....	14
D. Rumusan masalah.....	14
E. Tujuan Penelitian.....	15
F. Manfaat Penelitian.....	15
G. Kajian Pustaka.....	15
H. Metodologi Penelitian.....	20
I. Sistematika Penulisan.....	21
BAB II KAJIAN TEORI <i>SHIFĀ</i> DAN PENYEMBUHAN JIWA.....	24
A. Pengertian <i>Shifā'</i>	24
B. <i>Shifā'</i> Dalam Al-Qur'an.....	26
C. Diskursus <i>Shifā'</i>	30
1. <i>Shifā'</i> dalam Perspektif Mufasir Klasik.....	30
2. <i>Shifā'</i> dalam Perspektif Mufasir Kontemporer.....	33
3. <i>Shifā'</i> sebagai Konsep Penyembuhan Jiwa.....	37
4. Dimensi Holistik <i>Shifā'</i> dalam Islam.....	39
BAB III LANDASAN TEORI DAN KAJIAN <i>TAFSIR AL-MISBAH</i>..	43
A. Biografi dan Profil Muhammad Quraish Shihab.....	43
1. Riwayat Hidup dan Pendidikan.....	44
2. Karya-Karya.....	46
3. Metode Penafsiran.....	48
B. <i>Tafsir Al-Mishbah</i> dan Karakteristiknya.....	51
1. Latar Belakang Penyusunan.....	51



2. Sistematika Penulisan.....	52
3. Corak dan Pendekatan.....	53
C. Konsep <i>Shifā'</i> Dalam <i>Tafsir Al-Misbah</i> menurut Muhammad Quraish Shihab.....	55
1. Makna dan Fungsi <i>Shifā'</i>	55
2. Relasi <i>Shifā'</i> , <i>Hudā</i> , dan <i>Rahmah</i>	56
3. Dimensi <i>Shifā'</i> : Spiritual, Psikologis, dan Moral.....	57
BAB IV ANALISIS AYAT-AYAT <i>SHIFĀ'</i> MENURUT <i>TAFSIR AL-MISBAH</i> DAN IMPLIKASINYA.....	60
A. <i>Shifā'</i> Sebagai Penyembuh Penyakit Hati.....	61
B. Al-Qur'an Sebagai Sumber Bimbingan dan Penyembuh (<i>Shifā'</i>) 64	
C. Faktor-Faktor Penyakit Jiwa dan Hatinya.....	65
D. Penyembuhan Jiwa dalam Hadis.....	70
E. Analisis Ayat-ayat <i>Shifā'</i>	74
1. Tafsir Surah Yunus: 57.....	74
2. Tafsir Surah Isra' : 82.....	76
3. Tafsir Surah At-Taubah :14.....	77
4. Tafsir Surah An-Nahl : 69.....	79
F. Relevansi Penafsiran <i>Shifā'</i> Bagi Penyembuhan Jiwa.....	80
G. Implikasi Penafsiran Shifa' terhadap Kesehatan Modern.....	83
BAB V PENUTUP.....	86
A. kesimpulan Penelitian.....	86
B. Saran	87
Daftar Pustaka.....	89



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Al-Qur'an merupakan salah satu kitab suci yang memiliki daya tarik yang kuat (*powerfull*). Daya tarik inilah yang bisa menyebabkan Al-Qur'an selalu dibaca dan dipelajari oleh setiap muslim maupun non muslim, Al-Qur'an telah menjadi bagian dari aktivitas kehidupan sehari-hari.¹ Ia bukan hanya sebatas bacaan wajib bagi umat Islam, tetapi juga untuk memenuhi segala bentuk kebutuhan umat Islam dalam kehidupannya. Al-Qur'an bukan hanya teks yang terbaca, namun juga teks yang dijadikan sebagai medium (*wasilah*) untuk menuju sesuatu yang diinginkan, termasuk dalam wilayah pengobatan (*Shifā'*), penenang jiwa, penangkal sihir, pengembangan sains dan lain sebagainya. Bagi masyarakat Islam (*Islamic societies*), Al-Qur'an mengandung dan memberikan keberkahan bagi kehidupan mereka.² Dalam konteks Islam, Al-Qur'an tidak hanya berfungsi sebagai kitab petunjuk, tetapi juga sebagai sumber penyembuhan bagimanasia, sebagaimana terkandung dalam konsep *Shifā'*.

Al-Qur'an memuat sejumlah ayat yang berkaitan langsung dengan *shifā'*, di antaranya QS. Yunus [10]: 57 dan QS. Al-Isrā' [17]: 82, yang secara eksplisit menyebutkan Al-Qur'an sebagai *Shifā'* bagi penyakit-penyakit yang berada di dalam dada.³ Ayat-ayat lain seperti QS. Fussilat [41]: 44, QS. An-Nahl [16]: 69, QS. Az-Zumar [39]: 53, serta QS. Ali Imran [3]: 134 turut menggambarkan proses penyembuhan

¹ Farid Esack, *The Qur'an : A User's Guide* (Oxford : Oneworld Publications, 2005), 1, 4. Menjelaskan mengapa Al-Qur'an memiliki daya tarik universal dan terus dikaji oleh Muslim dan non-Muslim.

² Ahsan Muhammad Zaenul, "Resepsi Al-Qur'an Sebagai Medium Penyembuhan Dalam Tradisi Bejampi di Lombok", *jurnal studi ilmu-ilmu Al-Qur'an dan hadis*. Vol. 21. No 1, januari (2020), 133-152.

³ Abū 'Abdillāh Muḥammad ibn Aḥmad Al-Qurṭubī, *Al-Jāmi' li Ahkām al-Qur'ān*, Jilid 10 (Kairo : Dār al-Kutub al-Miṣriyyah, 1967), 309–312. Penekanan penyembuhan batin dalam ayat-ayat *shifā'*.



melalui ketenangan, maaf, kasih sayang, serta perilaku etis yang berperan menyehatkan jiwa.

Sementara itu, ayat-ayat seperti QS. At-Taubah [9]: 14 dan 40, QS. Al-Baqarah [2]: 155 dan 286.⁴ Menunjukkan bagaimana pertolongan Allah, keteguhan spiritual, dan kesabaran menjadi bagian dari terapi psikologis dan spiritual yang membebaskan manusia dari kecemasan dan keputusasaan. Ayat-ayat tersebut menggambarkan fungsi Al-Qur'an dan ciptaan Allah sebagai "obat" bagi manusia, baik secara jasmani maupun spiritual. Pada umumnya Para mufasir menegaskan bahwa makna penyembuhan (*shifā'*) dalam Al-Qur'an tidak semata-mata berkaitan dengan aspek fisik, melainkan lebih diarahkan pada pemulihan kondisi batin manusia. Penyembuhan tersebut mencakup terciptanya ketenangan jiwa, pembersihan hati dari berbagai penyakit moral, serta penguatan relasi spiritual antara manusia dan Allah.

Sejalan dengan pandangan tersebut, Secara spesifik Muhammad Quraish Shihab melalui *Tafsir Al-Mishbah* mengembangkan pemahaman yang lebih mendalam dan kontekstual dengan menekankan bahwa Al-Qur'an berfungsi sebagai penyembuh penyakit spiritual yang bersumber dari lemahnya iman, kecemasan psikologis, dan merosotnya nilai-nilai moral dalam kehidupan manusia modern. Pendekatan yang digunakan adalah penelitian kepustakaan (*library research*) dengan metode tafsir tematik (*maudhu'i*) untuk menggali makna *shifa'* dalam konteks penyembuhan mental dan spiritual.⁵ Pendekatan ini dipilih karena mampu menghimpun berbagai ayat dengan tema serupa untuk ditafsirkan secara menyeluruh. Pendekatan ini memungkinkan peneliti menafsirkan Al-Qur'an secara tematik dengan menghubungkan ayat-ayat yang memiliki kesamaan makna dan tujuan, sehingga diperoleh pemahaman yang utuh tentang peran Al-

⁴ Al-Qur'an al-Karim. QS. Yūnus [10]: 57; QS. al-Isrā' [17]: 82; QS. Fuṣṣilat [41]: 44; QS. al-Nahl [16]: 69; QS. az-Zumar [39]: 53; QS. Āli 'Imrān [3]: 134; QS. at-Taubah [9]: 14, 40; QS. al-Baqarah [2]: 155, 286.

⁵ Akhmad yani, dan Qomariyah, "Konsep *Shifā'* Dalam Al-Qur'an : Studi Komparatif Tafsir Al-Ibrīz dan Tafsir Al-Azhar", *Jurnal Studi Komparatif Tafsir*, Vol. 3 No. 1 (2022), 1–18. *Shifā'* sebagai penyembuhan spiritual dan mental.



Qur'an dalam penyembuhan jiwa.

Adapun kesehatan mental telah menjadi salah satu isu penting di dunia modern. Kesadaran masyarakat terhadap dampaknya terhadap kualitas hidup individu dan komunitas terus meningkat. Kesehatan mental merupakan aspek mendasar dalam kehidupan, karena memengaruhi cara seseorang berpikir, merasakan, dan bertindak. Di sinilah peranan Al-Qur'an sangat penting dalam menjaga kestabilan mental.⁶ Di era modern saat ini, perhatian terhadap kesehatan mental semakin besar, seiring dengan meningkatnya kasus gangguan mental seperti depresi, kecemasan, dan stres. Berbagai faktor dapat memengaruhi kondisi kesehatan mental seseorang, mulai dari tekanan sosial, beban pekerjaan, masalah ekonomi, hingga pengaruh media sosial dan gaya hidup yang tidak seimbang. Para pakar kesehatan menyatakan bahwa sekitar 80% persen (Delapan Puluh) penyakit yang diderita manusia modern berawal dari tekanan mental. Hal ini menunjukkan bahwa menjaga kesehatan mental sama pentingnya dengan menjaga kesehatan fisik, dan perlu menjadi bagian dari gaya hidup sehari-hari.

Di tengah pesatnya perkembangan zaman tekanan hidup masyarakat semakin berat akibat ritme kehidupan yang serba cepat, tuntutan pekerjaan dan akademik yang tinggi, persaingan sosial yang semakin ketat dan juga pengaruh media sosial yang membuat orang sering membandingkan hidupnya dengan orang lain.⁷ Kondisi tersebut menyebabkan meningkatnya stres, kecemasan, dan gangguan emosi baik pada pelajar, mahasiswa, karyawan profesional, maupun ibu rumah tangga. Masyarakat hidup dalam bayang-bayang tekanan psikologis yang terus menerus, membuat banyak individu kehilangan ketenangan batin, tujuan hidup, dan stabilitas emosional.⁸

⁶ Al-Solamy, F, "Qur'anic Healing and Psychological Well-being : A Study on Faith-based Therapy", *Journal of Religion and Health*, Vol. 53, No. 4, (2014), 1033-1045.

⁷ Kuss, D. J., dan Griffiths, M. D. "Social Networking Sites and Addiction: Ten Lessons Learned". *International Journal of Environmental Research and Public Health*, Vol.14 No.3 (2017), 1-17.

⁸ Maslach, C., dan Leiter, M. P. Burnout: "A Brief History and How to Prevent It." *Harvard Business Review*, Vol. 94 No.6 (2016), 44-53.



Organisasi Kesehatan mental *World Health Organization* (WHO) menyatakan bahwa kesehatan mental adalah kondisi ketika seseorang menyadari kemampuan dirinya, bisa menghadapi tekanan hidup sehari-hari, dapat bekerja dengan baik, dan mampu memberi kontribusi bagi lingkungannya. kesehatan mental juga adalah bagian integral dari kesehatan secara keseluruhan.⁹ Ini berarti, tidak ada kesehatan tanpa kesehatan mental, artinya bahwa kesehatan seseorang tidak akan benar-benar utuh atau sempurna jika aspek mentalnya tidak sehat. Kesehatan mental memengaruhi cara seseorang berpikir, merasa, dan bertindak. Ini juga memengaruhi cara mereka menghadapi stres, interaksi dengan orang lain, dan juga cara mereka membuat keputusan dalam hidup.

Oleh karena itu, menjaga kesehatan mental sama pentingnya dengan menjaga kesehatan fisik. Namun, di banyak masyarakat, kesehatan mental sering kali masih dianggap sebagai topik yang kurang dipahami dan bahkan diselimuti stigma. Sementara itu di sisi lain, kesepian semakin meningkat meskipun manusia hidup dalam era digital yang serba terhubung. Banyak individu merasa tidak memiliki tempat bercerita, kehilangan makna hidup, dan mengalami kehampaan spiritual meski secara materi berkecukupan.¹⁰ Di tengah kompleksitas tersebut, kebutuhan akan pendekatan penyembuhan yang tidak hanya menyentuh fisik dan psikologis, tetapi juga aspek spiritual, semakin mendesak.¹¹ Al-Qur'an sebagai kitab suci umat Islam memberikan konsep penyembuhan melalui istilah *shifā'*, yang berarti penawar, penyuci, dan obat bagi penyakit hati maupun kegelisahan jiwa. Ayat-ayat yang berkaitan dengan *shifā'* menunjukkan bahwa Al-Qur'an bukan hanya menjadi sumber hukum,

⁹ World health organization (WHO) mental health : *strengthening our response*. Geneva : WHO, 2018.

¹⁰ Kuss, D. J., dan M. D. Griffiths, "Social Networking Sites and Addiction : Ten Lessons Learned", *International Journal of Environmental Research and Public Health*, Vol. 14 No. 3 (2017), 311–324. Fenomena keterhubungan digital, kesepian, dan dampaknya terhadap kesehatan mental.

¹¹ Zakiah Daradjat, *Kesehatan Mental dalam Islam* (Jakarta : Bulan Bintang, 2005), 21–40. Pentingnya kesehatan mental dan spiritual sebagai satu kesatuan dalam Islam.



tetapi juga sumber ketenangan batin, penguatan moral, dan penyembuhan spiritual bagi manusia yang sedang menghadapi tekanan hidup.¹²

Muhammad Quraish Shihab dalam *Tafsir Al-Misbah* memberikan penjelasan komprehensif dan kontekstual tentang makna *shifā'*. Menurut beliau, *shifā'* bukan hanya berkaitan dengan kesembuhan fisik, tetapi lebih luas lagi sebagai penyembuh kerusakan hati, pemulih kegelisahan, serta pemberi ketentraman batin.¹³ Pemaknaan ini sangat relevan dengan kondisi masyarakat modern yang sedang mengalami krisis spiritual dan psikologis. Oleh karena itu, mengkaji ulang konsep *shifā'* dalam Al-Qur'an melalui *Tafsir Al-Misbah* menjadi penting untuk memahami bagaimana nilai-nilai wahyu mampu menjadi terapi spiritual bagi manusia kontemporer. Selain itu, kajian mengenai *shifā'* dalam perspektif *Tafsir Al-Misbah* masih belum banyak dikembangkan secara mendalam dalam konteks kesehatan mental.¹⁴ Padahal, pemahaman ini dapat memperkaya *khazanah* keilmuan terkait integrasi ilmu psikologi dan studi keislaman, serta memberikan kontribusi nyata bagi masyarakat dalam menghadapi tantangan mental di era modern. Dengan demikian, penelitian mengenai makna *shifā'* dalam Al-Qur'an menurut *Tafsir Al-Misbah* dan relevansinya terhadap konsep penyembuhan jiwa menjadi sangat penting dan memiliki urgensi akademik maupun praktis. sertakan referensinya

Adapun dimana Al-Qur'an adalah *shifā'* merupakan penilaian yang bermakna dua sisi pengertian. Yang Pertama, Al-Qur'an menunjukkan makna *shifā'* sebagai petunjuk di pahami secara umum, dan yang *kedua*, sebagai petunjuk yang di pahami secara khusus.

¹² Al-Qur'an Al-karim QS. Yunus (10): 57, QS. Al-Isra' (17): 82.

¹³ Muhammad Qurais Shihab, *Tafsir Al-Misbah : Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an* (Jakarta : Lentera Hati, 2002), 606-608.

¹⁴ Zakiah Daradjat, *Kesehatan Mental dalam Islam* (Jakarta : Bulan Bintang, 2005), 15–35. Membahas krisis psikologis modern dan pentingnya pendekatan spiritual sebagai terapi mental.



Makna pertama memberi gambaran tentang seluruh isi Al-Qur'an secara maknawi, surat-surat, ayat-ayat maupun huruf-hurufnya memiliki potensi penyembuh atau obat, dimana seluruh isi Al-Qur'an memberi ketenangan, harapan, dan petunjuk.¹⁵ Makna yang kedua memberi gambaran ada sebagian surah atau ayat-ayat tertentu menenangkan kecemasan, ketakutan, dan kegelisahan, yang memang secara langsung menggambarkan Al-Qur'an secara langsung menggambarkan sebagai obat dan penyembuh¹⁶. Dengan demikian *shifā'* dalam Al-Qur'an tidak hanya bermakna penyembuhan fisik, tetapi juga penawar bagi penyakit hati dan gangguan mental manusia. Adapun dalam konteks Islam, kesehatan mental tidak dapat di pisahkan dari kesehatan spritual. Al-Qur'an memberikan panduan komprehensif tentang ketenangan jiwa, keseimbangan batin dan penyembuhan rohani. Allah berfirman dalam Q.S Yunus [10]: 57

يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَكُمْ مَوْعِظَةٌ مِّن رَّبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِّمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى
وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ ۝

“wahai manusia, sungguh telah datang kepadamu pelajaran (Al-Qur'an) dari tuhanmu, penyembuh penyakit yang ada di dalam dada, serta petunjuk bagi orang-orang yang beriman.”

Menurut Muhammad Quraish Shihab QS. Yunus [10]: 57 menjelaskan fungsi Al-Qur'an sebagai pedoman yang memberikan ketenangan jiwa, keseimbangan batin, serta penyembuh rohani bagi manusia. Ketika Allah menyebut Al-Qur'an sebagai *mau'izhah* Muhammad Quraish Shihab menafsirkan bahwa kitab suci ini memberikan nasihat yang tidak sekedar memberi informasi, tetapi

¹⁵ Abu 'Abdillah Al-Qurthubi, *Al-Jami' li Ahkam al-Qur'an* (Kairo: Dar al-Kutub al-Misriyyah, 1967), 45.

¹⁶ Umar latif, “Al-Qur'an Sebagai Sumber Rahmat Dan Obat Penawar *Shifā'* Bagi Manusia”, *UIN Al-Raniry Universitas Islam Negeri : Jurnal Al-Bayan*, Vol. 21, No. 30, desember, (2014), 82-84.



menyentuh hati, mengungghah kesedaran, dan menuntun manusia keluar dari kegelisahan serta kebingungan batin Selanjutnya, istilah *shifā'* dipahami sebagai penyembuh bukan hanya bagi penyakit fisik, tetapi terutama penyakit hati seperti kecemasan, ketakutan, keputusasaan, iri, dan tekanan psikologis.¹⁷ Al-Qur'an memberikan keteguhan dan kejernihan jiwa sehingga seseorang mampu mengatasi beban mental. Selain itu, penyebutan *hudā* menunjukkan bahwa Al-Qur'an memberikan arah hidup yang jelas, yang sangat dibutuhkan untuk menjaga kestabilan psikologis manusia yang kehilangan arah hidup lebih rentan mengalami stres dan depresi.¹⁸ Terakhir, *rahmah* dalam ayat ini dipahami sebagai kasih sayang Allah yang menghadirkan kedamaian, ketenteraman, dan rasa aman bagi orang-orang yang beriman.¹⁹ Ayat yang di atas menunjukkan bahwa Al-Qur'an berfungsi sebagai *shifā'* yaitu penyembuh bagi penyakit hati, yang berasal dari ketidakseimbangan spritual, konsep ini diperkuat lagi dalam QS. Al-Isra [17]: 82

وَنَزَّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ ۗ وَلَا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا ۝٨٢

"Dan Kami turunkan dari Al-Qur'an sesuatu yang menjadi penyembuh dan rahmat bagi orang-orang yang beriman, dan Al-Qur'an itu tidaklah menambah kepada orang-orang yang zalim selain kerugian"

Muhammad Quraish Shihab menekankan bahwa ayat ini menunjukkan bagaimana Al-Qur'an mampu membersihkan hati dan menenangkan jiwa, karena ia mengisi ruang batin manusia dengan

¹⁷ Muhammad Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah : Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an*, Jilid 6 (Jakarta: Lentera Hati, 2002), 463–468. Penafsiran QS. Yūnus [10]: 57 tentang *hudā*, *shifā'*, dan *rahmah* sebagai penyembuh kegelisahan jiwa.

¹⁸ Al-Solamy, F. "Qur'anic Healing and Psychological Well-being: A Study on Faith-based Therapy", *Journal of Religion and Health*, Vol. 53 No. 4 (2014), 1208–1221. Kajian ilmiah tentang peran Al-Qur'an dalam mengurangi stres dan meningkatkan kesejahteraan psikologis.

¹⁹ Muhammad Quraish Shihab. *Tafsir Al-Misbah* (Jakarta: Lentera Hati. 2002), 82-84.



nilai ketakwaan, harapan, serta kesadaran akan kehadiran Allah.²⁰ Ia juga menyatakan bahwa Al-Qur'an adalah *shifā'* dan rahmat bagi orang-orang beriman.²¹ Menurut Muhammad Quraish Shihab dalam *Tafsir Al-Mishbah* istilah *shifā'* tidak hanya bermakna penyembuhan fisik, tetapi juga mencakup penyembuhan spiritual dan psikologis, serta kemampuan menghadapi ujian hidup dengan hati yang lebih kuat.²² Ia menjelaskan bahwa Al-Qur'an menyembuhkan "penyakit batin" seperti keraguan, kesedihan, dan ketakutan melalui nilai-nilai keimanan, zikir, dan penguatan hubungan dengan Allah. Dalam QS. At-Taubah [9]:40.

إِذَا تَنْصَرُوهُ فَقَدْ نَصَرَهُ اللَّهُ إِذْ أَخْرَجَهُ الَّذِينَ كَفَرُوا ثَانِيَ اثْنَيْنِ إِذْ هُمَا فِي
الْغَارِ إِذْ يَقُولُ لِصَاحِبِهِ لَا تَحْزَنْ إِنَّ اللَّهَ مَعَنَا فَأَنْزَلَ اللَّهُ سَكِينَتَهُ عَلَيْهِ وَأَيَّدَهُ
بِجُنُودٍ لَمْ تَرَوْهَا وَجَعَلَ كَلِمَةَ الَّذِينَ كَفَرُوا السُّقْلَىٰ ۗ وَكَلِمَةَ اللَّهِ هِيَ الْعُلْيَا ۗ وَاللَّهُ
عَزِيزٌ حَكِيمٌ

"Jika kamu tidak menolongnya (Muhammad), maka sungguh Allah telah menolongnya, yaitu ketika orang-orang kafir mengusirnya (dari Mekah) sedang dia salah seorang dari dua orang ketika keduanya berada dalam gua, ketika dia berkata kepada temannya, 'Janganlah engkau bersedih, sesungguhnya Allah bersama kita.' Maka Allah menurunkan ketenangan kepada dia dan memperkuatnya dengan tentara yang tidak kamu lihat, serta menjadikan kalimat orang-orang kafir itu rendah. Dan kalimat Allah itulah yang tinggi. Allah Mahaperkasa, Mahabijaksana (QS. At-Taubah [9]:40)".

Muhammad Quraish Shihab menafsirkan bahwa kalimat

²⁰ Muhammad Sholhan Mansyur, Kerwanto, dan Muhammad Adlan Nawawi, "Kebahagiaan Spiritual bagi Nestapa Manusia Modern Studi Pemikiran M. Quraish Shihab dalam *Tafsir Al-Mishbah*", *IHSANIKA: Jurnal Pendidikan Agama Islam*, Vol. 1 No. 3 (2024), 14. Kajian tafsir yang mengaitkan konsep kebahagiaan batin dan penenangan nestapa (stress/kesedihan) melalui pemikiran Quraish Shihab.

²¹ Al-Solamy, F, "Qur'anic Healing and Psychological Well-being: A Study on Faith-based Therapy", *Journal of Religion and Health*, Vol. 53 No. 4 (2014), 1043–1056. Al-Qur'an sebagai penyembuh psikologis melalui penguatan iman dan makna hidup.

²² Muhammad Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an*, Jilid 7 (Jakarta : Lentera Hati, 2002), 512.



“Janganlah engkau bersedih, sesungguhnya Allah bersama kita” adalah bentuk penguatan mental dan spiritual yang mampu menenangkan jiwa dalam kondisi takut dan terancam.²³ Ayat ini menunjukkan bahwa kesadaran akan kehadiran Allah akan menjadi sumber ketenangan mendalam yang mengurangi kecemasan dalam diri seseorang. Dalam pandangan ini, *shifā'* berperan sebagai terapi spiritual (*spiritual therapy*) yang dapat mendukung pemulihan kesehatan mental. Selain itu, Muhammad Quraish Shihab menekankan bahwa fungsi Al-Qur'an sebagai rahmat menunjukkan bahwa nilai-nilai Qur'ani seperti kasih sayang, pengampunan, dan kesabaran membawa kedamaian psikologis bagi orang yang beriman. Namun, ia juga menegaskan bagian akhir ayat bahwa bagi orang-orang zalim, Al-Qur'an “tidak menambah selain kerugian” karena mereka menolak petunjuknya.²⁴ Artinya, efektivitas *shifā'* bergantung pada kesiapan hati dan keimanan seseorang.

Pendekatan ini selaras dengan psikotripsi Islam, yang menekankan bahwa penyembuhan jiwa harus menyentuh aspek rohani melalui dzikir, tilawah Al-qur'an, dan *tafakkur*. Menjelaskan bahwa pembacaan dan penghayatan makna ayat Al-qur'an, dapat menurunkan tingkat stres dan meningkatkan kesejahteraan psikologis.²⁵ Dengan demikian Tafsir *Al-Mishbah* menawarkan perspektif yang mendalam mengenai ayat-ayat *Shifā'* yang relevan dengan konteks kehidupan modern, terutama dalam pemulihan kesehatan mental. Ketika hati tidak lagi terhubung dengan Allah, manusia sangat mudah terombang-ambing oleh hawa nafsu dan syahwat dunia yang berlebihan. Kondisi ini tergambar jelas dengan firman Allah SWT dalam QS.Al-jatsyah: 23: *Maka pernahkah kamu melihat orang yang menjadikan hawa nafsunya sebagai tuhannya, dan Allah membiarkannya sesat berdasarkan ilmu-Nya serta mengunci mati pendengaran dan hatinya dan meletakkan tutupan atas*

²³ Muhammad Quraish shihab, *Tafsir Al-Mishbah : Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an*. Jilid 5 (Jakarta : Lentera Hati ,2002), 288–290.

²⁴ Muhammad Quraish Shihab, *Wawasan Al-Qur'an : Tafsir Maudhu'i atas berbagai Persoalan Umat* (Jakarta : Lentera Hati, 2017), 504-507.

²⁵ Al-Solamy, F, “Qur'anic Healing and Psychological Well-being: A Study on Faith-based Therapy”, *Journal of Religion and Health*, Vol. 53 No.4 (2014), 1033–1045.



penglihatannya?” ayat ini menunjukkan bahwa manusia yang menuruti hawa nafsu akan kehilangan arah hidup dan ketenangan batin. Ia terjebak dalam dorongan keinginann yang menyesatkan, sehingga mengalami kehampaan jiwa dan kegelisahan mental. Sebagai solusi atas kegelisahan dan kekosongan batin, Al-Qur’an menawarkan jalan spritual melalui dzikir mengingat Allah dalam setiap keadaan. Sebagaimana ditegaskan dalam QS. Ar-Ra’ad : 28.

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

“(Yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenteram (QS. Ar-Ra’ad : 28).”

Ayat ini menegaskan bahwa ketenangan sejati hanya dapat diperoleh dengan memperkuat hubungan spiritual dengan Allah SWT, dan ketenangan hati yang sejati hanya dapat ditemukan dengan mengingat Allah SWT.²⁶ Ayat ini juga berfungsi sebagai penangkal kegelisahan. Bagi orang yang tidak beriman, hidup mereka akan dipenuhi kegelisahan dan akan menghambat mereka untuk melakukan kebaikan.²⁷ Dalam penafsirannya, Muhammad Quraish Shihab menjelaskan bahwa ketenangan hati (*ithmi’nan al-qalb*) tidak sekadar hasil dari aktivitas dzikir lisan, tetapi buah dari keyakinan dan kepasrahan total kepada Allah yang melahirkan stabilitas emosional dan psikologis, yaitu kondisi batin yang mantap, tidak mudah gelisah, dan tidak goyah menghadapi tekanan hidup. Menurut Muhammad Quraish Shihab, kata *tathma’innu* menunjukkan ketenangan yang “tetap dan berkelanjutan,” bukan ketenangan sesaat yang bergantung pada keadaan luar.²⁸ Dalam memahami kesehatan mental dalam

²⁶ Al-Qur’an al-Karim QS. Ar-Ra’d [13]: 28 *“(Yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenteram.”* Ayat ini secara eksplisit menegaskan bahwa sumber ketenangan batin (*tuma’ninah al-qalb*) adalah zikir dan kedekatan spiritual kepada Allah SWT.

²⁷ Hanah lutfiah, “Kesehatan Mental Dalam Perspektif PAI Analisis Kritis al-Qur’an Surah Ar-Rad ayat 28,” *Jurnal Review Pendidikan dan Pengajaran*, Vol. 7 No. 3 (2024), 11071.

²⁸ Muhammad Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah*, Vol. 6, (2002), 326.



perspektif Islam adalah kesadaran bahwa kehidupan manusia tidak terlepas dari ujian dan cobaan.²⁹ Dalam *Tafsir Al-Mishbah*, Muhammad Quraish Shihab menjelaskan bahwa ujian (*ibtīlā*) bukanlah bentuk hukuman, melainkan sarana pendidikan dan penyucian diri agar manusia mencapai kematangan spiritual dan mental. Pemahaman ini sejalan dengan firman Allah dalam QS. Al-Baqarah [2]:155:

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ
وَبَشِيرِ الصَّابِرِينَ ﴿١٥٥﴾

“Dan sungguh akan Kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa, dan buah-buahan. Dan sampaikanlah kabar gembira kepada orang-orang yang sabar (QS. Al-Baqarah [2]:155).”

Dalam *Tafsir Al-Mishbah*, Muhammad Quraish Shihab menafsirkan bahwa ayat ini merupakan bentuk penghiburan dan penguatan batin bagiorang beriman yang sedang menghadapi kesulitan.³⁰ Menurut beliau, penderitaan yang dialami manusia bukan semata-mata ujian fisik, tetapi juga bentuk latihan spiritual agar hati menjadi lebih kuat dan jiwa semakin dekat dengan Allah. Kesabaran yang dimaksud bukan sekadar menahan diri, melainkan kemampuan mental untuk tetap tenang, berpikir jernih, dan memandang ujian sebagai kesempatan memperbaiki diri. Ayat lain QS. Az-Zumar [39]:53 yang berbunyi :

قُلْ يٰعِبَادِيَ الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوا مِن رَّحْمَةِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعًا إِنَّهُ هُوَ الْعَفُورُ الرَّحِيمُ

“Katakanlah: Wahai hamba-hamba-Ku yang melampaui batas

²⁹ Abu Hamid Al-Ghazali, *Ihya' Ulumuddin* (Beirut : Dar al-Kutub al-'Ilmiyyah, 2019), 87-92.

³⁰ Muhammad Quraish, *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an* (Jakarta : Lentera Hati, 2002),470-474.



terhadap diri mereka sendiri! Janganlah kamu berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya Allah mengampuni dosa-dosa semuanya. Sungguh, Dialah Yang Maha Pengampun lagi Maha Penyayang (QS. Az-Zumar [39]:53)."

Dipahami Muhammad Quraish Shihab sebagai ayat yang memuat pesan harapan paling kuat dalam Al-Qur'an, menjelaskan bahwa ayat ini secara eksplisit menolak sikap putus asa terhadap rahmat Allah, karena kasih sayang-Nya mencakup seluruh dosa, apa pun bentuk dan jumlahnya.³¹ Ia menegaskan bahwa ajakan "jangan berputus asa" (لَا تَقْنَطُوا) bukan hanya seruan moral, tetapi terapi psikologis yang sangat efektif bagi manusia yang sedang berada dalam kondisi terpuruk atau merasa terbebani oleh rasa bersalah yang mendalam, dan memberikan pesan harapan bagi individu yang merasa terbebani rasa bersalah atau putus asa.³² Ayat ini juga menegaskan bahwa rahmat Allah lebih luas dari segala dosa, sehingga manusia tidak boleh terjebak dalam keputusan yang berkepanjangan.

Selanjutnya, QS. Fussilat [41]:30 menjelaskan bahwa orang yang tetap teguh dalam iman akan mendapatkan *sakīnah* (ketenangan) dan rasa aman dari rasa cemas, karena malaikat memberikan keteguhan hati sebagai bentuk dukungan ilahi. Hal ini menjadi fondasi psikologis bahwa keimanan yang kokoh dapat menjadi faktor protektif terhadap tekanan mental. Sementara itu, dalam QS. Al-Baqarah [2]:286, Allah berfirman:

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ تَقْسًا إِلَّا وُسْعَهَا ۗ

"Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya (QS. Al-Baqarah [2]:286)."

³¹ Muhammad Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an*. Jilid 12 (Jakarta: Lentera Hati, 2005), 53.

³² Muhammad Quraish shihab, *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an* (Jakarta: Lentera Hati, 2002), Jilid 11, 212–215. Quraish Shihab menegaskan bahwa ayat ini merupakan seruan kasih sayang Allah yang paling kuat, yang berfungsi menenangkan jiwa manusia yang diliputi rasa bersalah, ketakutan, dan putus asa.



Dalam hal ini Muhammad Quraish Shihab menjelaskan bahwa ayat ini menegaskan prinsip *rahmah* (kasih sayang) Allah yang menjadi fondasi dalam hubungan manusia dengan Tuhannya. Setiap ujian yang diberikan senantiasa seimbang dengan kemampuan seseorang untuk menanggungnya.³³ Hal ini menurut Muhammad Quraish Shihab merupakan bentuk terapi spiritual Qur'ani, dimana manusia tidak memikul kecemasan yang tidak mampu ditanggungnya. Dalam konteks psikologis, pemahaman terhadap ayat ini mampu menumbuhkan sikap optimis, mengurangi tekanan mental, dan menanamkan keyakinan bahwa setiap kesulitan pasti disertai jalan keluar. Keyakinan ini merupakan bentuk terapi kognitif-spiritual yang menenangkan hati dan memperkuat daya tahan mental manusia.³⁴ Dengan demikian, dua ayat tersebut mengandung nilai-nilai penyembuhan spiritual yang sangat relevan dengan kesehatan mental. *Tafsir Al-Mishbah* memandang bahwa penderitaan, kehilangan, dan kesulitan hidup bukanlah tanda kelemahan, tetapi bagian dari proses pembentukan jiwa yang sehat secara rohani.³⁵ Seseorang yang mampu memahami makna ujian hidup dari perspektif keimanan akan lebih mudah mengendalikan emosi, menerima kenyataan, serta mengembangkan ketenangan batin. Selain itu, QS. Ali Imran [3]:134 menekankan nilai pengendalian emosi, khususnya kemampuan menahan amarah dan juga memberi maaf, yang merupakan keterampilan penting dalam menjaga kesehatan mental dan keharmonisan sosial.³⁶ Dengan demikian, kesehatan

³³ Al-Qur'an al-Karim QS. Al-Baqarah [2]: 286 "*Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya...*" (Ayat ini menegaskan prinsip keadilan dan kasih sayang (rahmah) Allah, bahwa setiap beban hidup selalu proporsional dengan kapasitas manusia).

³⁴ Muhammad Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah*, Jilid 1, (2002), 606–608.

³⁵ Muhammad Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an* (Jakarta : Lentera Hati, 2002), Jilid 1, 468–472. Quraish Shihab menjelaskan bahwa berbagai ujian hidup bukanlah tanda kebinasaan, melainkan sarana pendidikan Ilahi untuk menumbuhkan keteguhan iman, kesabaran, dan kedewasaan spiritual, sekaligus membersihkan jiwa serta meninggikan derajat manusia di sisi Allah.

³⁶ Zakiah Daradjat, *Kesehatan Mental dalam Islam* (Jakarta : Bulan Bintang, 2005), 58–62. Pengendalian emosi seperti marah, dendam, dan kekecewaan merupakan faktor penting dalam kesehatan mental. Iman dan kesadaran religious membantu individu menerima realitas hidup dengan tenang dan adaptif.



mental dapat dipandang bukan hanya sebagai persoalan klinis, tetapi juga bagian dari dinamika kejiwaan yang membutuhkan pendekatan holistik, termasuk spiritualitas.

Kondisi masyarakat modern yang jauh dari nilai spritual ini telah menyebabkan meningkatnya problem kesehatan mental.³⁷ menegaskan bahwa lemahnya iman membuat manusia kehilangan pegangan hidup, sehingga mudah mengalami kegelisahan, rasa bersalah, dan kehilangan makna hidup. Dalam konteks ini, *Tafsir Al-Misbah* karya Muhammad Quraish Shihab memiliki peran penting untuk dikaji. Tafsir ini tidak hanya menjelaskan makna teks secara linguistik, tetapi juga mengaitkannya dengan persoalan kehidupan kontemporer, termasuk aspek psikologis dan moral manusia.³⁸ Pendekatan humanistik dan kontekstual dalam *Tafsir Al-Misbah* membantu pembaca memahami bahwa Al-Qur'an bukan hanya kitab petunjuk teologis, tetapi juga sumber penyembuhan jiwa *Shifā'* dan keseimbangan batin.³⁹ Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini berupa menalaah isu-isu kesehatan mntal dalam *Tafsir Al-Misbah*, khususnya bagaimana Muhammad Quraish Shihab menafsirkan ayat-ayat yang berkaitan dengan kondisi kejiwaan manusia serta solusinya dalam perspektif Al-Qur'an.

Nilai-nilai Al-Qur'an menawarkan prinsip ketenangan, harapan, kontrol diri, dan kelapangan hati yang secara signifikan dapat memperkuat ketahanan psikologis manusia. Integrasi antara ajaran Al-Qur'an dan pendekatan ilmiah modern dapat menjadi solusi komprehensif dalam menghadapi tantangan kesehatan mental masa kini. Kajian ini diharapkan dapat memperkaya *khazanah* keilmuan

³⁷ Zakiah Daradjat, *Kesehatan Mental dalam Islam* (Jakarta : Bulan Bintang, 2005), 9.

³⁸ Nurcahyani Fitri, "Tafsir Quraish Shihab dan Problem Sosial Kontemporer", *Jurnal Ushuluddin : Kajian Al-Qur'an dan Hadis*, Vol. 12 No. 1, (2024), 45–61. Membahas perspektif *Al-Mishbah* dalam menjawab persoalan kehidupan nyata masyarakat landasan kuat untuk isu kesehatan mental.

³⁹ Ayu Adiningsih, "Pendekatan Kontekstual dan Humanistik dalam Tafsir Al-Mishbah Karya Muhammad Quraish Shihab", *Jurnal Al-Bayan: Kajian Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir*, Vol. 21 No. 2 (2023), 178–196. Menjelaskan bahwa *Al-Mishbah* membumikan ayat-ayat Qur'an ke dalam persoalan kontemporer, termasuk psikologi dan moral manusia.



tafsir tematik (*maudhu'i*) dan memberikan kontribusi terhadap pengembangan konsep kesehatan mental islami yang bersumber dari nilai-nilai Al-Qur'an.

B. Identifikasi Masalah

Mengenai penelitian ini, berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan di atas, dapat diidentifikasi beberapa permasalahan

1. Meningkatnya gangguan kesehatan mental di masyarakat modern yang belum sepenuhnya direspons melalui pendekatan spiritual.
2. Gangguan Kecemasan dan ketakutan yang berlebihan di mana manusia mudah dilanda ketakutan akan masa depan, rezeki dan kematian. Al-Qur'an memberikan jawaban "janganlah kamu takut dan bersedih, bergembiralah dengan surga yang dijanjikan"
3. Banyak orang pada era sekarang mengalami Kesedihan mendalam yang berujung pada depresi, dan keputusasaan. Kondisi ini sering dipicu oleh tekanan hidup, kegagalan, kehilangan orang terkasih, maupun masalah sosial-ekonomi. Bahkan Sebagian orang sampai kehilangan harapan dan memilih mengakhiri hidupnya.
4. Kurangnya kesadaran masyarakat modern tentang bahwa penyakit jiwa tidak hanya bersifat klinis, tetapi juga terkait penyakit hati seperti gelisah, iri, marah berlebihan, rasa bersalah ekstrem, dan kehilangan kendali diriyang dalam Al-Qur'an termasuk objek penyembuhan (*shifā'*).
5. Penafsiran Muhammad Quraish Shihab tentang *shifā'* dalam *Tafsir Al-Misbah* belum banyak dikaji secara khusus dalam perspektif penyembuhan jiwa.

C. Batasan Masalah

Agar pembahasan dalam penelitian ini terarah dan tidak



melebar, maka penulis menetapkan batasan masalah sebagai berikut.

1. Objek kajian difokuskan pada ayat-ayat Al-Qur'an yang berkaitan dengan konsep *shifā'*, khususnya QS. Yunus [10]: 57 dan QS. Al-Isrā' [17]: 82, serta ayat-ayat pendukung yang relevan.
2. Pembahasan *shifā'* dalam konteks penyembuhan jiwa, bukan penyembuhan medis-fisik.
3. Analisis implikasi konsep *shifā'* terhadap kesehatan mental dan spiritual manusia.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana makna *shifā'* dalam *Tafsir Al-Misbah* karya Muhammad Quraish Shihab?
2. Apa implikasi konsep *shifā'* terhadap penyembuhan jiwa serta penguatan kesehatan mental menurut perspektif *Tafsir Al-Misbah*?

E. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk:

1. Mengungkap dan memahami konsep *shifā'* sebagaimana ditafsirkan oleh Muhammad Quraish Shihab dalam *Tafsir Al-Misbah*.
2. Menelaah pengaruh dan peranan konsep *shifā'* dalam proses penyembuhan jiwa serta upaya penguatan kesehatan mental berdasarkan perspektif *Tafsir Al-Misbah*.

F. Manfaat Penelitian

Manfaat Teoritis

- a. Menambah literatur akademik tentang makna *shifā'* dalam al-



Qur'an. Sehingga dapat menjadi rujukan bagi peneliti selanjutnya.

- b. Memperkuat pemahaman bahwa Al-Qur'an bukan hanya kitab hukum, tetapi juga *shifā'* (obat penawar) bagi penyakit hati dan jiwa
- c. Mengembangkan kajian integratif antara tafsir Al-Qur'an dan psikologi.

Manfaat Praktis

- a. Bagi masyarakat: Memberikan pemahaman bahwa kesehatan mental dapat ditangani melalui pendekatan spiritual berbasis Al-Qur'an, misalnya dzikir, doa, tilawah, dan sabar dalam menghadapi ujian hidup. Memberikan panduan spiritual bagi masyarakat dalam menghadapi stres dan tekanan hidup.
- b. Bagi pendidik dan lembaga pendidikan: Menjadi bahan ajar atau referensi dalam pembelajaran agama, psikologi Islam, maupun k-onseling berbasis nilai Al-Qur'an.
- c. Bagi tenaga kesehatan dan konselor: Memberikan alternatif pendekatan dalam terapi mental dengan mengintegrasikan nilai spiritual (agama).
- d. Bagi peneliti: Menjadi dasar untuk penelitian lebih lanjut dalam bidang, konseling islami, dan spiritual *healing*

G. Kajian Pustaka

Pertama, jurnal yang di tulis Siswanti, Gista Naruliya" *eksistensi dan Konsep Shifā' dalam Tafsir Fakhruddin Al-Razi*". Penelitian ini membahas makna *shifā'* menurut al-Razi dengan menekankan bahwa *Shifā'* mencakup penyembuhan fisik dan ruhani, dan juga menghubungkannya dengan istilah lain seperti *bur'ah* dan *salamah* yang menunjukkan kesempurnaan kesehatan manusia. Penelitian tersebut berfokus pada tafsir klasik Al-Razi dan analisis bahasa.⁴⁰ sedangkan Penulis menitik beratkan pada *Tafsir Al-Misbah* karya

⁴⁰ Siswanti, Gista Naruliya. "Eksistensi dan Konsep Syifa' dalam Tafsir Fakhrudin Al Razi", *Al Mada : Jurnal Agama, Sosial, dan Budaya*, Vol. 2 No. 2, (2019), 1-16



Muhammad Quraish Shihab dalam konteks penyembuhan jiwa dan kesehatan mental secara lebih kontemporer serta relevan bagi masyarakat modern. Penelitian Siswanti, Gista Naruliya dan penelitian ini memiliki perbedaan mendasar dalam fokus kajian dan pendekatan analisis. Siswanti mengkaji konsep *shifā'* melalui *Tafsir Fakhruddin Al-Razi* yang bercorak klasik, dengan menekankan telaah linguistik dan konseptual-filosofis terhadap istilah-istilah seperti *bur'ah* dan *salāmah* sebagai representasi kesempurnaan kesehatan manusia. Oleh karena itu, pembahasannya lebih bersifat teoretis dan normatif dalam bingkai keilmuan tafsir klasik. Sebaliknya, penelitian ini menggunakan *Tafsir Al-Misbah* karya Muhammad Quraish Shihab yang bersifat kontemporer dan kontekstual, dengan pendekatan tematik yang mengaitkan konsep *Shifā'* pada penyembuhan jiwa dan kesehatan mental, sehingga lebih menekankan aspek aplikatif dan relevansinya dalam menjawab persoalan psikologis masyarakat modern. Oleh karena itu, terdapat celah penelitian yang belum terjawab, yakni bagaimana konsep *shifā'* dapat dipahami secara kontekstual dan aplikatif dalam ranah penyembuhan jiwa dan kesehatan mental kontemporer, yang kemudian diisi oleh penelitian ini melalui *Tafsir Al-Misbah* karya Muhammad Quraish Shihab.

Kedua, jurnal yang di tulis Wijaya Roma. Dengan tema "*Makna Shifā' dalam Al-Qur'an (Analisis Semiotika Roland Barthes pada QS Al-Isra' 82)*" penelitian ini membahas makna *Shifā'* dengan menggunakan pendekatan semiotika Roland Barthes, yang menekankan makna denotatif dan konotatif pada QS. Al-Isra' [17]: 82. Penelitian ini juga menekankan bahwa *Shifā'* mencakup penyembuhan fisik maupun psikis, dan menyoroti penelitian tersebut lebih menekankan pada analisis tanda, makna denotatif dan konotatif, serta pesan simbolik dan kultural dari ayat, termasuk kritik terhadap praktik pengobatan yang mengandung unsur syirik.⁴¹ Sementara itu, Penulis menitik beratkan pada *Tafsir Al-Misbah* karya Muhammad Quraish Shihab dengan fokus pada penyembuhan jiwa dan kesehatan mental dalam konteks kontemporer yang relevan bagi masyarakat

⁴¹ Wijaya, Roma, "Makna Syifa dalam Al-Qur'an (Analisis Semiotika Roland Barthes pada QS al-Isra' 82)", *Al-Adabiya: Jurnal Kebudayaan dan Keagamaan*, Vol. 16, No. 2 (2021), 185.



modern. Dengan demikian, penelitian terdahulu menekankan analisis teks dan makna tanda dari ayat, sedangkan penelitian ini mengkaji *Shifā'* sebagai pedoman spiritual untuk memulihkan ketenangan batin, moral, dan keseimbangan psikologis manusia. Perbedaan ini juga menghasilkan orientasi hasil yang berbeda, semiotika menekankan makna teks dan pesan moral untuk menghindari praktik syirik, sedangkan Penulis menekankan fungsi Al-Qur'an dalam menenangkan hati, mengatasi kegelisahan jiwa, dan mengintegrasikan nilai spiritual Al-Qur'an dalam upaya menjaga kesehatan mental. Dengan demikian, gap penelitian Wijaya Roma terletak pada belum adanya pembahasan mendalam mengenai fungsi terapeutik Al-Qur'an bagi kesehatan mental secara sistematis, yang menjadi fokus utama penelitian ini.

Ketiga, "*Konsep Shifā'* dalam Al-Qur'an (Studi Komparatif *Tafsir Al-Ibriz dan Tafsir Al-Azhar*)", yang ditulis Akhmad Yani dan Qomariyah, penelitian ini menunjukkan bahwa Hamka dalam *Tafsir Al-Azhar* memahami *Shifā'* melalui pendekatan tasawuf modern yang menekankan pembersihan jiwa, peningkatan akhlak, dan penyembuhan spiritual, sedangkan Bisri Mustofa dalam *Tafsir Al-Ibriz* menafsirkan *Shifā'* dengan nuansa budaya lokal Jawa sehingga lebih kontekstual dengan tradisi dan kearifan lokal masyarakat.⁴² Sementara itu, penulis fokus pada penafsiran Muhammad Quraish Shihab dalam *Tafsir Al-Mishbah* dengan menganalisis ayat *Shifā'* untuk menggambarkan *Shifā'* sebagai penyembuh jiwa, penenang batin, dan sarana pemulihan kesehatan mental yang relevan dengan kebutuhan masyarakat modern. Kedua penelitian ini memiliki kesamaan berupa penggunaan metode kepustakaan serta pandangan bahwa *Shifā'* bukan hanya penyembuhan fisik tetapi juga spiritual, moral dan psikologis. Dengan demikian, penulis menunjukkan bahwa konsep *Shifā'* dalam al-Qur'an memiliki keluasan makna yang ditafsirkan secara beragam sesuai konteks, metode, dan latar belakang mufasir, Namun, perbedaannya terletak pada orientasi kajian, di mana penelitian tersebut lebih menekankan perbedaan latar

⁴² Akhmad Yani, N. I, & Qomariyah, Konsep Syifa' dalam Al-Qur'an, *jurnal Studi Komparatif Tafsir Al-Ibriz dan Tafsir Al-Azhar*. Vol.3, No. 1 (2022), 55-65.



budaya dan corak penafsiran mufasir, tanpa mengaitkan *Shifā'* secara eksplisit dengan kesehatan mental modern. Dengan demikian, terdapat celah kajian yang belum terisi, yakni pemaknaan *Shifā'* sebagai solusi spiritual bagi problem psikologis masyarakat kontemporer, yang diisi oleh penelitian ini melalui penafsiran Muhammad Quraish Shihab.

Keempat, "Al-Qur'an sebagai sumber Rahmat Dan obat Penawar *Shifā'* bagi manusia", Jurnal UIN Al-Raniry Universitas Islam Negeri" yang ditulis Umar Latif penelitian ini bersifat lebih umum dan deskriptif, menyoroti Al-Qur'an sebagai rahmat dan obat penawar *Shifā'* bagi manusia secara menyeluruh, baik dalam konteks fisik, akhlak, maupun spiritual, tanpa berfokus pada penafsiran satu tokoh tertentu.⁴³ Sementara penelitian kedua yang mengkaji *shifā'* melalui *Tafsir Al-Misbah* justru memiliki fokus yang jauh lebih spesifik dan mendalam. Penulis secara khusus menelaah pandangan Muhammad Quraish Shihab menggunakan pendekatan *maudhu'i* (tematik) dan pendekatan *adabī-ijtimā'i* untuk memahami *shifā'* sebagai konsep penyembuhan jiwa. Penulis menekankan bahwa Al-Qur'an berfungsi sebagai terapi rohani yang mampu memberikan ketenteraman psikologis, membangun stabilitas emosi, serta menyembuhkan penyakit batin seperti gelisah, putus asa, dan beban emosional. Selain itu, penelitian *Tafsir Al-Misbah* menelusuri ayat-ayat *shifā'* secara sistematis, melakukan analisis tematik mendalam, dan berupaya menunjukkan bagaimana al-Qur'an secara eksplisit maupun implisit memberikan fondasi spiritual bagi kesehatan mental modern.⁴⁴ Oleh karena itu, gap penelitian terletak pada belum adanya pemetaan konseptual yang sistematis tentang *shifā'* sebagai terapi kejiwaan. Penelitian ini hadir untuk mengisi kekosongan tersebut dengan menggunakan pendekatan tematik (*maudhu'i*) dan pendekatan *adabī-ijtimā'i* dalam *Tafsir Al-Mishbah* untuk menegaskan peran Al-Qur'an dalam membangun ketenangan psikologis dan stabilitas emosi.

⁴³ Latif Umar, "Al-Qur'an Sebagai Sumber Rahmat dan Obat Penawar (*Syifā'*) Bagi manusia," *UIN Al-Raniry Universitas Islam Negeri, Jurnal Al-Bayan*, Vol 21, No.30, desember (2014), 82-84.

⁴⁴ Muhammad Qurasih Shihab, *Wawasan Al-Qur'an: Tafsir Maudhu'i atas Pelbagai Persoalan Umat* (Jakarta : Mizan, 2007), 473.



Kelima, yang di tulis Aida Hidayah dan Fitriana Firdaus "*Redefining The Meaning Of Asy-Shifā' In The Qur'an As Qur'anic Healing In Physical Ailments*" Penelitian ini lebih menitikberatkan pada fenomena historis penggunaan ayat Al-Qur'an sebagai penyembuh fisik, penelitian ini menyatakan sejarah Islam juga mencatat adanya fenomena penyembuhan penyakit fisik dengan cara membaca ayat-ayat suci al-Qur'an, misalnya kisah seorang sahabat Nabi yang membaca surah al-Fatihah dan mampu menghilangkan efek sengatan racun. Serta membahas perdebatan mengenai legitimasi praktik tersebut dalam masyarakat. Fokusnya lebih pada aspek praktik nyata umat Islam dan perluasan makna *Shifā'* agar mencakup penyembuhan fisik.⁴⁵ Sementara itu, penulismemiliki pendekatan yang jauh lebih konseptual, sistematis, dan mendalam. Muhammad Quraish Shihab tidak berkonsentrasi pada penyembuhan fisik, melainkan lebih menekankan *Shifā' sebagai terapi rohani*, sumber stabilitas psikologis, penenang jiwa, dan media pemulihan moral manusia. Kajian *Tafsir Al-Mishbah* juga memanfaatkan metode tematik untuk menelusuri seluruh ayat yang relevan sehingga menghasilkan gambaran menyeluruh tentang bagaimana al-Qur'an bekerja sebagai penyembuh jiwa ditingkat spiritual dan psikologis. Dengan demikian, kekuatan penelitian kedua terletak pada pemaparan komprehensif mengenai fungsi Al-Qur'an dalam kesehatan mental, yang tidak ditemukan dalam fokus penelitian pertama. celah penelitian yang belum terisi adalah kajian komprehensif mengenai peran Al-Qur'an dalam penyembuhan gangguan batin dan keseimbangan psikologis manusia, yang menjadi kontribusi utama penelitian ini melalui analisis *Tafsir Al-Mishbah*.

Secara keseluruhan, kajian pustaka ini menunjukkan bahwa meskipun konsep *shifā'* telah banyak diteliti, belum terdapat penelitian yang secara khusus dan sistematis mengkaji konsep *shifā'* dalam *Tafsir Al-Mishbah* karya Muhammad Quraish Shihab dengan fokus pada penyembuhan jiwa dan kesehatan mental dalam konteks

⁴⁵ Hidayah dan Firdausi, "Redefining the Meaning of Asy-Syifa' in the Qur'an as Qur'anic Healing in Physical Ailments", *Jurnal UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta*, Vol. 22, No.1 (2021), 255-277.



masyarakat modern. Oleh karena itu, penelitian ini memiliki posisi yang jelas dan orisinal, yakni menjembatani kajian tafsir Al-Qur'an dengan kebutuhan psikologis kontemporer serta menegaskan relevansi Al-Qur'an sebagai sumber terapi rohani yang holistik.

H. Metodologi Penelitian

Metode merupakan suatu pendekatan deskriptif-analitis yang digunakan untuk menjalankan suatu tugas agar mencapai hasil yang diinginkan. Pendekatan ini dilakukan secara terstruktur untuk mempermudah pelaksanaan penelitian dan memperoleh pemahaman yang komprehensif tentang objek kajian, sehingga tujuan penelitian dapat tercapai secara optimal.⁴⁶

a. Metodologi Penelitian

Dalam penelitian ini digunakan pendekatan tematik (*maudhu'i*) dan pendekatan tokoh, yakni menelusuri, mengumpulkan, dan mengkaji seluruh ayat Al-Qur'an yang berkaitan dengan tema *shifā'* serta menganalisisnya berdasarkan penafsiran Muhammad Quraish Shihab dalam *Tafsir Al-Mishbah*. Penelitian ini juga menggunakan metode kualitatif, yaitu penelitian yang bertujuan mendeskripsikan fenomena keagamaan dan spiritual dalam konteksnya yang alami dengan memperhatikan pemahaman, interpretasi, serta pandangan subjektif tokoh, yakni Muhammad Quraish Shihab. Metode kualitatif memungkinkan peneliti menafsirkan konsep *Shifā'* secara mendalam dan sesuai konteks sosial-spiritual masyarakat modern.

b. Data dan Sumber Data

Sumber data dalam penelitian ini dibagi menjadi dua, yaitu sumber primer dan sumber sekunder. Sumber primer terdiri dari Tafsir *Al-Mishbah* karya Muhammad Quraish Shihab serta ayat-ayat al-Qur'an yang berkaitan dengan tema *shifā'*, seperti QS. Yunus: 57, QS. Al-Isra': 82, QS. at-Taubah: 14, dan QS. an-Nahl: 69 dan beberapa ayat lain yang relevan. Sumber sekunder meliputi berbagai literatur yang mendukung penelitian, seperti buku-buku tafsir, karya ilmiah yang membahas pemikiran Muhammad Quraish Shihab, teori psikologi

⁴⁶ Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, ke-4 (Jakarta : Gramedia Pustaka, 2008) 901.



Islam, konsep penyembuhan spiritual, serta jurnal, artikel, skripsi, tesis, dan referensi akademik lainnya yang relevan dengan tema penelitian.

c. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan melalui studi kepustakaan (*library research*), yaitu dengan mengumpulkan ayat-ayat Al-Qur'an, tafsir, buku-buku ilmiah, dan sumber digital yang berhubungan dengan tema penelitian. Studi kepustakaan ini memberikan dasar teoritis dan argumentatif bagi peneliti untuk menafsirkan dan mengkaji konsep *shifā'* secara mendalam.

d. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis deskriptif-analitis dan analisis tematik (*maudhu'ī*). Analisis deskriptif-analitis dilakukan dengan cara menggambarkan isi penafsiran Muhammad Quraish Shihab dalam *Tafsir Al-Mishbah* terkait ayat-ayat yang mengandung konsep *shifā'*, kemudian mengolah dan menafsirkan data tersebut untuk memahami makna penyembuhan jiwa dalam Al-Qur'an. Selanjutnya, analisis tematik digunakan untuk menghimpun seluruh ayat yang berkaitan dengan tema *shifā'*, mengkaji maknanya secara menyeluruh, dan melihat keterkaitan antar ayat tersebut. Melalui kedua teknik ini, peneliti dapat menyusun pemahaman yang jelas tentang bagaimana Al-Qur'an menjelaskan konsep *shifā'* dan bagaimana penafsiran Muhammad Quraish Shihab relevan dengan penyembuhan jiwa dalam kehidupan modern.

I. Sistematika Penulisan

Pada sub-bab ini, penulis menjelaskan alur keseluruhan penelitian agar memudahkan pembaca memahami gambaran umum dan arah pembahasan skripsi. Sistematika ini terdiri atas lima bab utama, dengan rincian sebagai berikut:

Bab I merupakan pendahuluan yang berisi landasan awal penelitian. Bab ini diawali dengan latar belakang yang menguraikan konsep *shifā'* dalam Al-Qur'an sebagai penyembuhan bagi manusia, khususnya dalam konteks kesehatan jiwa, serta urgensi pengkajiannya melalui perspektif tafsir kontemporer. Selanjutnya,



identifikasi masalah disajikan untuk memetakan berbagai persoalan yang berkaitan dengan pemahaman dan implementasi konsep *shifā'*, yang kemudian diikuti dengan pembatasan masalah agar penelitian lebih terarah dan fokus. Berdasarkan pembatasan tersebut, dirumuskan rumusan masalah yang menjadi inti kajian penelitian. Bab ini juga memuat tujuan penelitian yang menjelaskan sasaran yang hendak dicapai, serta manfaat penelitian baik dari segi teoritis maupun praktis. Kajian pustaka diuraikan untuk menampilkan penelitian-penelitian terdahulu yang relevan dan menjadi dasar penguatan penelitian ini. Selanjutnya, metodologi penelitian dijelaskan secara sistematis, meliputi jenis dan pendekatan penelitian, sumber data, teknik pengumpulan data, serta teknik analisis data. Pada bagian akhir, sistematika penulisan dipaparkan untuk memberikan gambaran umum mengenai alur dan susunan pembahasan dalam keseluruhan skripsi.

Bab II (dua) berisi kajian teori yang memaparkan konsep-konsep umum terkait makna *shifā'*, baik dari sisi linguistik maupun istilah dalam Al-Qur'an. Pembahasan dimulai dari pengertian *shifā'* secara bahasa dan istilah, *shifā'* dalam Al-Qur'an, serta diskursus *shifā'* menurut mufasir klasik dan kontemporer. Selanjutnya, bab ini juga menguraikan *shifā'* sebagai konsep penyembuhan jiwa dan dimensi holistik *shifā'* dalam Islam sebagai kerangka teoritis penelitian. Bab ini berfungsi sebagai landasan teoretis untuk memperkuat analisis pada bab berikutnya.

Bab III (Tiga) Membahas profil Muhammad Quraish Shihab sebagai mufasir kontemporer. Pembahasan meliputi riwayat hidup dan latar belakang pendidikan, karya-karya yang dihasilkan, serta metode penafsiran yang digunakannya. Selain itu, bab ini juga menguraikan latar belakang penyusunan Tafsir *Al-Mishbah*, sistematika penulisan, karakteristik, serta corak sosial-keagamaan yang mewarnai penafsirannya. Pada bagian akhir, memaparkan pandangan Muhammad Quraish Shihab mengenai konsep *shifā'* dalam dimensi spiritual, psikologis, dan moral. Bab ini berfungsi sebagai landasan teoritis untuk memahami sudut pandang penafsir sebelum memasuki analisis ayat-ayat *shifā'* secara tematik pada bab selanjutnya.



Bab IV (empat). Bab ini merupakan bagian analisis yang mengkaji konsep *shifā'* dalam Al-Qur'an berdasarkan penafsiran Muhammad Quraish Shihab dalam *Tafsir Al-Mishbah*. Bab ini memfokuskan pembahasan pada *shifā'* sebagai proses penyembuhan penyakit hati dan jiwa, serta kedudukan Al-Qur'an sebagai sumber petunjuk (*hudā*) sekaligus sarana penyembuhan spiritual dan moral bagi manusia. Selain itu, dibahas pula faktor-faktor penyebab penyakit jiwa dan hati, seperti kegelisahan, kecemasan, kelemahan iman, serta penyimpangan nilai-nilai moral, yang berdampak pada ketidak seimbangan kondisi psikologis dan spiritual. Pembahasan ini dilengkapi dengan kajian penyembuhan jiwa dalam perspektif hadis sebagai penguat landasan normatif Islam. Selanjutnya, bab ini menganalisis ayat-ayat *shifā'* secara khusus, di antaranya QS. Yūnus [10]: 57, QS. al-Isrā' [17]: 82, QS. at-Taubah [9]: 14, dan QS. an-Nahl [16]: 69, dengan menelusuri makna, konteks, serta pesan penyembuhan yang terkandung di dalamnya menurut Muhammad Quraish Shihab. Analisis tersebut kemudian dikaitkan dengan relevansi dan implikasi konsep *shifā'* terhadap upaya penyembuhan jiwa serta wacana kesehatan mental dalam konteks kehidupan modern. Dengan demikian, Bab IV diharapkan mampu menunjukkan bahwa konsep *shifā'* dalam Al-Qur'an tidak hanya bersifat teologis, tetapi juga memiliki kontribusi signifikan dalam membangun pendekatan holistik terhadap kesehatan jiwa yang memadukan dimensi spiritual, psikologis, dan etis.

Bab V (lima) merupakan Penutup yang berisi kesimpulan dari keseluruhan pembahasan serta saran yang ditujukan bagi peneliti selanjutnya, praktisi pendidikan, masyarakat, dan pihak-pihak yang dapat mengembangkan kajian penyembuhan jiwa berbasis nilai Al-Qur'an. Bagian akhir penelitian memuat daftar pustaka yang berisi seluruh sumber yang digunakan, baik dari kitab tafsir, buku ilmiah, jurnal penelitian, maupun literatur lain yang relevan.



BAB II

KAJIAN TEORI *SHIFĀ* DAN PENYEMBUHAN JIWA

Kajian tentang *shifā'* dalam Al-Qur'an memiliki kedudukan penting dalam memahami fungsi wahyu sebagai pedoman hidup sekaligus sarana penyembuhan bagi manusia. Al-Qur'an tidak hanya hadir sebagai sumber hukum dan tuntunan ibadah, tetapi juga sebagai penyembuh bagi berbagai persoalan batin manusia, khususnya penyakit hati dan gangguan jiwa. Dalam konteks kehidupan modern yang penuh tekanan, konsep *shifā'* menjadi semakin relevan karena banyak individu mengalami kegelisahan, kecemasan, dan kehilangan ketenangan batin. Bab ini disusun sebagai landasan teoretis untuk memahami makna *shifā'* dan hubungannya dengan penyembuhan jiwa dalam perspektif Islam. Pembahasan diawali dengan penjelasan pengertian *shifā'* secara bahasa dan istilah, guna memberikan pemahaman dasar mengenai konsep kesembuhan dalam Islam. Selanjutnya, dikaji pula kedudukan *shifā'* dalam Al-Qur'an sebagai bentuk penyembuhan yang berorientasi pada pembinaan iman dan ketenangan jiwa.

Selain itu, bab ini juga membahas pandangan para mufasir, baik klasik maupun kontemporer, mengenai konsep *shifā'*. Pandangan mufasir klasik memberikan gambaran awal tentang *shifā'* sebagai penyembuh penyakit hati, sedangkan mufasir kontemporer, khususnya Muhammad Quraish Shihab, mengaitkan konsep tersebut dengan problem kejiwaan manusia modern. Dengan demikian, *shifā'* dipahami tidak hanya sebagai konsep teologis, tetapi juga sebagai pendekatan spiritual yang memiliki implikasi nyata terhadap kesehatan mental. Melalui kajian teori ini, diharapkan diperoleh pemahaman yang utuh tentang *shifā'* sebagai konsep penyembuhan jiwa yang bersifat menyeluruh, mencakup aspek spiritual, psikologis, dan moral. Kajian ini menjadi dasar penting bagi analisis pada bab-bab selanjutnya, khususnya dalam menelaah penafsiran ayat-ayat *shifā'* menurut *Tafsir Al-Misbah* dan relevansinya terhadap penyembuhan jiwa dalam kehidupan manusia.



A. Pengertian *Shifā'* dalam Bahasa dan Istilah

Secara bahasa, kata *shifā'* (الشفاء) berasal dari bahasa Arab yang berarti sembuh atau pulih dari penyakit. Kata ini menunjukkan keadaan ketika suatu gangguan telah hilang dan seseorang kembali pada kondisi yang normal. Gangguan tersebut tidak hanya bersifat fisik, tetapi juga dapat berupa gangguan batin seperti kesedihan, kegelisahan, dan ketidaktenangan jiwa. Dalam *Lisān al-Arab*, Ibn Manẓūr menjelaskan bahwa *shifā'* kebalikan dari penyakit (*al-saqam*), yaitu keadaan sehat dan seimbang. Penjelasan ini menunjukkan bahwa sejak awal *shifā'* tidak hanya dipahami sebagai kesembuhan tubuh, tetapi juga sebagai ketenangan batin.⁴⁷ Oleh karena itu, kesehatan dalam pandangan Islam dipahami secara menyeluruh, mencakup tubuh dan jiwa.⁴⁸

Secara istilah dalam Islam, *shifā'*, memiliki makna yang lebih luas daripada pengertian medis. *Shifā'* dipahami sebagai proses penyembuhan yang berasal dari Allah Swt. sebagai *al-Shāfi* (Yang Maha Menyembuhkan). Usaha manusia melalui pengobatan medis atau cara lain dipandang sebagai ikhtiar, sedangkan kesembuhan sejatinya tetap berasal dari Allah Swt.⁴⁹ Dalam Islam, penyakit tidak hanya dipahami sebagai gangguan fisik, tetapi juga mencakup penyakit hati, seperti kecemasan, ketakutan, iri hati, putus asa, dan lemahnya iman. Oleh karena itu, *shifā'* juga dimaknai sebagai penyembuhan jiwa melalui penguatan iman, dzikir, doa, serta pengamalan nilai-nilai Al-Qur'an. Dengan demikian, *shifā'* dalam Islam bersifat menyeluruh karena mencakup aspek fisik, mental, dan spiritual manusia.

Dalam pandangan *Tafsir Al-Misbah*, *shifā'* dimaknai sebagai kesembuhan secara menyeluruh, mencakup baik tubuh maupun jiwa.

⁴⁷ Muḥammad ibn Mukarram Ibn Manẓūr. *Lisān al 'Arab* (Beirut : Dār Ṣādir, 1955–1956), Jilid XV, 189–190.

⁴⁸ Jamāl al-Dīn Muḥammad ibn Mukarram Ibn Manẓūr . *Lisān al-'Arab*. Jilid 14, (Beirut: Dār Ṣādir, 1990), 240–242. Penjelasan makna *shifā'*, kebalikannya dengan *al-saqam*, dan konsep sehat dalam bahasa Arab klasik.

⁴⁹ Fauzi Fathur Rozi dan Syaiful Arif, "Konsep Shifa' dalam Al Qur'an (Perspektif M. Quraish Shihab dalam Tafsir Al Mishbah)", *Pedagogika: Jurnal Ilmu Ilmu Kependidikan* Vol.3, No. 1 (2023), 69–75.



Muhamad Quraish Shihab menekankan bahwa ayat-ayat Al-Qur'an yang membahas *shifā'* tidak hanya menyinggung kesembuhan fisik, tetapi juga berkaitan dengan pemulihan batin dan penguatan hati, sehingga manusia dapat mencapai ketenangan dan keseimbangan hidup.⁵⁰ Berdasarkan hasil di atas peneliti dapat menyimpulkan bahwa konsep *shifā'* dalam Al-Qur'an memiliki makna yang luas dan bersifat holistik. Secara bahasa, *shifā'* berarti kesembuhan atau pulihnya kondisi seseorang dari gangguan, baik yang bersifat fisik maupun batin. Makna kebahasaan ini menunjukkan bahwa sejak awal, *shifā'* tidak hanya dipahami sebagai penyembuhan jasmani, tetapi juga mencakup ketenangan jiwa dan keseimbangan batin manusia. Secara istilah dalam Islam, *Shifā'* dimaknai sebagai proses penyembuhan yang bersumber dari Allah Swt.

Secara keseluruhan, penelitian ini menegaskan bahwa konsep *Shifā'* dalam Al-Qur'an, khususnya menurut *Tafsir Al-Mishbah*, memiliki relevansi yang kuat dalam menjawab persoalan kesehatan mental manusia modern. *Shifā'* tidak sekadar dipahami sebagai kesembuhan medis, melainkan sebagai proses transformasi spiritual dan psikologis yang membangun ketenangan batin, kekuatan iman, dan keseimbangan hidup manusia secara utuh.

B. *Shifā'* dalam Al-Qur'an

Al-Qur'an secara jelas menyebutkan dirinya sebagai *shifā'*, yaitu penyembuh bagi manusia. Konsep *shifā'* dalam Al-Qur'an merupakan salah satu tema penting yang menggambarkan fungsi wahyu sebagai sarana penyembuhan bagi manusia. Secara etimologis, kata *shifā'* berasal dari akar kata *ش ي ف* yang bermakna sembuh, pulih, atau hilangnya penyakit. Dalam Al-Qur'an, derivasi kata *shifā'* dan bentuk katanya disebutkan dalam beberapa ayat dengan konteks yang beragam, baik yang berkaitan dengan penyembuhan spiritual, psikologis, maupun fisik. Secara keseluruhan, akar kata *sh-y-f* muncul dalam Al-Qur'an sekitar enam kali dalam berbagai bentuk,

⁵⁰ Muhammad Quraish Shihab. *Tafsir Al-Mishbah : Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an* (Jakarta : Lentera Hati, 2002), 56–58.



seperti *shifā'* (penyembuh) dan *yashfī* (menyembuhkan).⁵¹ Hal ini menunjukkan bahwa Al-Qur'an tidak hanya berfungsi sebagai petunjuk hidup (*hudā*), tetapi juga sebagai sarana penyembuhan bagi berbagai penyakit, khususnya penyakit hati dan jiwa.⁵²

Konsep *shifā'* dalam Al-Qur'an memiliki kedudukan yang sangat penting karena berkaitan langsung dengan fungsi Al-Qur'an sebagai petunjuk dan penyembuh bagi manusia. Kata *shifā'* disebutkan dalam beberapa ayat Al-Qur'an yang menunjukkan bahwa wahyu Allah tidak hanya berfungsi sebagai pedoman hidup, tetapi juga sebagai sarana penyembuhan, baik bagi penyakit jasmani maupun penyakit batin.⁵³ Salah satu ayat yang paling sering dijadikan rujukan utama adalah QS. Yūnus [10]: 57, yang menegaskan bahwa Al-Qur'an hadir sebagai pelajaran, nasihat, *shifā'* bagi penyakit yang ada di dalam dada, serta petunjuk dan rahmat bagi orang-orang beriman. Dalam QS. Yunus ayat 57, Allah menjelaskan bahwa Al-Qur'an adalah nasihat, penyembuh bagi penyakit yang berada di dalam dada, serta petunjuk dan rahmat bagi orang-orang yang beriman. Ayat ini mengisyaratkan bahwa penyakit yang dimaksud bukan hanya penyakit fisik, melainkan terutama penyakit hati, seperti keraguan terhadap kebenaran, kegelisahan batin, dan lemahnya keyakinan.⁵⁴ Penegasan serupa juga terdapat dalam QS. Al-Isrā' [17]: 82, yang menyatakan bahwa Al-Qur'an diturunkan sebagai *shifā'* dan rahmat bagi orang-orang beriman, namun justru menambah kerugian bagi

⁵¹ Ibn Fāris (w. 395 H) *Mu'jam Maqāyīs al-Lughah* Beirut: Dār al-Fikr, 1979 Jilid 3, 226–227 Ibn Fāris menjelaskan bahwa akar kata bermakna *al-bur'* (kesembuhan) dan *zawāl al-marad* (hilangnya penyakit), baik bersifat fisik maupun non-fisik.

⁵² Nurwahidah D, Masripah, & Rismayanti, S. Kesehatan Mental dalam Perspektif Al-Qur'an, *Al-Mufasssir: Jurnal Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir*, Vol. 6, No. 2 (2024), hlm. 134–148. Menyimpulkan bahwa Al-Qur'an berperan sebagai *hudā* sekaligus *shifā'*, terutama dalam menyembuhkan penyakit batin seperti kecemasan, kegelisahan, dan kekosongan spiritual.

⁵³ Nur Kholiq. "Al-Qur'an dan Kesehatan Mental: Telaah Ayat-Ayat tentang *Shifā'*," *Jurnal Qur'an dan Hadis*, Vol. 10, No. 1 (2022), hlm. 55–69. Menjelaskan bahwa konsep *shifā'* dalam Al-Qur'an lebih dominan bersifat spiritual dan psikologis, namun memiliki implikasi tidak langsung terhadap kesehatan jasmani.

⁵⁴ Abdul Mustaqim "Al-Qur'an sebagai Terapi Psikologis: *Telaah Ayat-Ayat Shifā'*," Vol. 16, No. 1, 2015, hlm. 97–114 Artikel ini menegaskan bahwa QS. Yūnus [10]: 57 menunjukkan fungsi Al-Qur'an sebagai penyembuh penyakit batin seperti keraguan, kecemasan, dan krisis makna melalui pendekatan spiritual dan kognitif.



orang-orang zalim. Hal ini mengisyaratkan bahwa efektivitas *shifā'* sangat bergantung pada kesiapan iman dan keterbukaan hati manusia yang berbunyi.

وَتَنْزِيلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ ۗ وَلَا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا ۝٨٢

“Artinya: Dan Kami turunkan dari Al-Qur’an sesuatu yang menjadi penyembuh (shifā’) dan rahmat bagi orang-orang yang beriman (QS. Al-Isrā’ [17]: 82).”

Ayat tersebut menunjukkan bahwa Al-Qur’an berfungsi sebagai sarana penyembuhan bagi batin manusia. Ajaran-ajarannya mampu menenangkan hati, menumbuhkan rasa optimisme, dan memberi arah hidup yang benar.⁵⁵ Oleh karena itu, fungsi Al-Qur’an tidak hanya terbatas pada penyembuhan penyakit fisik, tetapi lebih menekankan pada pemulihan kondisi spiritual dan psikologis manusia. Penyakit spiritual yang dimaksud meliputi kegelisahan hati, kebingungan dalam menjalani hidup, rasa putus asa, ketakutan yang berlebihan, serta melemahnya iman. Melalui ajaran tauhid, nilai kesabaran, harapan, dan tawakal, Al-Qur’an membantu membersihkan hati dari gangguan-gangguan tersebut.

Selain merujuk pada penyembuhan batin dan spiritual, Al-Qur’an juga menggunakan konsep *shifā'* dalam konteks penyembuhan fisik (jasmani). Hal ini secara eksplisit disebutkan dalam QS. An-Nahl [16]: 69 yang menjelaskan tentang madu lebah: *“Dari perut lebah itu keluar minuman (madu) yang bermacam-macam warnanya, di dalamnya terdapat shifā’ bagi manusia.”* Ayat ini menunjukkan bahwa Al-Qur’an mengakui sarana alam sebagai media penyembuhan fisik, dalam hal ini madu, yang secara empiris juga terbukti memiliki manfaat kesehatan.⁵⁶ Namun, penting dicatat bahwa

⁵⁵ Muhammad Abdul Qahhar, “Konsep Penyembuhan Jiwa dalam QS. Al-Isrā’ [17]: 82: Kajian Kontekstual,” *Quranicum : Jurnal Ilmu Al-Qur’an dan Tafsir*, Vol. 2, No. 2 (2023), 145–160. Menegaskan bahwa *shifā'* dalam QS. Al-Isrā’ [17] : 82 lebih menekankan penyembuhan batin, seperti kegelisahan, kecemasan, dan krisis makna hidup.

⁵⁶ Al-Hafiz dan Ahmad, *Honey as Medicine : A Qur’anic and Scientific Perspective*, *Journal of Religion and Health*, Vol. 60, No. 2 (2021), 1402–1416.

Al-Qur'an tidak menempatkan madu sebagai penyembuh yang berdiri sendiri, melainkan sebagai ciptaan Allah yang diberi potensi penyembuhan.⁵⁷

Dengan demikian, ayat ini menegaskan keterkaitan erat antara kuasa Allah, keteraturan alam, dan kesehatan manusia, sekaligus membuka ruang bagi pemanfaatan ilmu pengetahuan dan pengobatan alami dalam Islam.

Di samping bentuk kata benda *shifā'*, Al-Qur'an juga menggunakan bentuk kata kerja *yashfī* (Dia menyembuhkan) untuk menegaskan bahwa sumber kesembuhan yang hakiki tetap berasal dari Allah, bukan semata dari sarana atau sebab lahiriah. Hal ini tampak jelas dalam QS. At-Taubah [9]: 14: "*dan Dia menyembuhkan (yashfī) dada orang-orang yang beriman.*" Ayat ini menunjukkan bahwa kesembuhan yang dimaksud lebih dominan bersifat psikologis dan spiritual, yaitu hilangnya luka batin, kemarahan, dan penderitaan emosional akibat penindasan.⁵⁸ Dengan kata lain, *yashfī* di sini menggambarkan pemulihan kondisi kejiwaan dan ketenteraman batin melalui pertolongan Allah.

Sementara itu, dalam QS. Ash-Shu'arā' [26]: 80, Nabi Ibrahim AS menegaskan prinsip tauhid dalam konsep kesehatan: "*Dan apabila aku sakit, Dialah (Allah) yang menyembuhkanku.*" Ayat ini memperlihatkan bahwa segala bentuk kesembuhan baik fisik maupun batin secara hakikat bersumber dari Allah, meskipun manusia diperintahkan untuk berikhtiar melalui pengobatan, pengelolaan kesehatan, dan pemanfaatan sumber daya alam.⁵⁹ Pernyataan Nabi

Membahas madu sebagai *shifā'* dari perspektif Al-Qur'an dan sains modern, serta membuktikan khasiat madu secara empiris dalam pengobatan fisik.

⁵⁷ Ahmed, S., Othman, N. H., & Ahmad, R. "Therapeutic Properties of Honey in Islamic and Modern Medicine", *Journal of Religion and Health*, Vol. 58, No. 3 (2019), hlm. 1016–1028. Menegaskan bahwa madu dipandang dalam Islam sebagai media penyembuhan fisik yang tetap bergantung pada kehendak Allah, sejalan dengan perspektif Qur'ani

⁵⁸ Arsal, F. R., & Marlina, L, "*Legitimasi Al-Qur'an tentang Konsep Kesehatan Mental*", MAGHZA: Jurnal Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir, Vol. 8 No. 2 (2024), 95–110. Menegaskan bahwa ayat-ayat penyembuhan Al-Qur'an, termasuk QS. At-Taubah [9]:14, menitikberatkan pada kesehatan mental dan spiritual.

⁵⁹ Al-Ṭabarī, Muḥammad ibn Jarīr, *Jāmi' al-Bayān 'an Ta'wīl Āy al-Qur'ān*. Beirut: Mu'assasah al-Risālah, Jilid 19, (2001). hlm. 563–564. Menjelaskan bahwa



Ibrahim AS juga menanamkan kesadaran teologis bahwa sebab-sebab medis hanyalah wasilah, sedangkan penyembuh sejati adalah Allah.

Al-Qur'an tidak hanya memberikan ketenangan sementara, tetapi juga membimbing manusia menuju kondisi jiwa yang sehat, stabil, dan bermakna melalui pemahaman dan pengamalan ajarannya dalam kehidupan sehari-hari. Al-Qur'an hadir untuk membersihkan hati dari penyakit-penyakit tersebut melalui ajaran tauhid, iman, dan nilai-nilai moral. Dengan demikian, *shifā'* dalam Al-Qur'an dapat dipahami sebagai proses penyembuhan jiwa yang bersifat menyeluruh.⁶⁰

Dapat disimpulkan bahwa *shifā'* dalam Al-Qur'an mencakup penyembuhan emosional, mental, dan spiritual. Al-Qur'an menenangkan jiwa yang gelisah, menguatkan iman bagi mereka yang lemah, serta memberikan harapan bagi manusia yang berada dalam kondisi sulit. Penyembuhan ini tidak bersifat instan, melainkan terjadi melalui proses memahami, menghayati, dan mengamalkan ajaran Al-Qur'an dalam kehidupan sehari-hari. Dengan demikian, Al-Qur'an juga menanamkan keyakinan kepada Allah, menghadirkan ketenangan batin, serta membimbing manusia untuk kembali kepada fitrah kemanusiaannya, yaitu hidup dengan iman, keseimbangan jiwa, dan tujuan yang benar dan juga untuk membersihkan hati dari berbagai penyakit tersebut.

C. Diskursus *shifā'*

Pembahasan mengenai *shifā'* dalam Al-Qur'an tidak dapat dilepaskan dari beragam penafsiran para ulama terhadap ayat-ayat yang berkaitan dengan penyembuhan. Perbedaan latar belakang keilmuan, konteks zaman, serta pendekatan tafsir menyebabkan konsep *shifā'* dipahami secara beragam, namun saling melengkapi. Oleh karena itu, diskursus *shifā'* perlu ditelaah melalui perspektif mufasir klasik dan mufasir kontemporer, mufasir klasik seperti Al-

penyebutan sakit dan sembuh dalam ayat ini bertujuan menanamkan keyakinan bahwa tidak ada satu pun makhluk yang memiliki kuasa menyembuhkan secara mandiri.

⁶⁰ Muhammad Quraish shihab, *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an* (Jakarta: Lentera Hati, 2002), 2011.



Qurṭubī, Fakhrudin al-Rāzī, dan Ibn Kathīr memahami *shifā'* sebagai penyembuhan penyakit hati yang berkaitan dengan kerusakan akidah, keraguan, dan penyimpangan akhlak. Sementara itu, mufasir kontemporer seperti Muhammad Quraish Shihab dan Hamka mengembangkan pemahaman *shifā'* secara lebih kontekstual dengan menekankan dimensi spiritual, psikologis, dan moral yang relevan dengan problem kehidupan manusia modern. Dengan mengkaji pandangan para mufasir tersebut, konsep *shifā'* dipahami sebagai proses penyembuhan jiwa yang bersifat holistik dan berkelanjutan, yang bertujuan membangun ketenangan batin, kesehatan mental, serta keseimbangan hubungan manusia dengan Allah dan sesama. Pendekatan ini bertujuan untuk memperoleh pemahaman yang utuh mengenai *shifā'* sebagai konsep penyembuhan spiritual, psikologis, dan moral dalam Al-Qur'an.

1. *Shifā'* dalam Perspektif Mufasir Klasik

Konsep *shifā'* dalam Al-Qur'an mendapat perhatian besar dari para mufasir klasik. Mereka tidak hanya memahami *shifā'* sebagai penyembuhan fisik, tetapi lebih menekankan maknanya sebagai penyembuhan penyakit hati dan jiwa. Penyakit tersebut meliputi syirik, keraguan, kebodohan spiritual, serta akhlak yang rusak. Penafsiran klasik terhadap *shifā'* umumnya berangkat dari pendekatan teologis dan spiritual, dengan Al-Qur'an diposisikan sebagai sumber utama penyembuhan batin manusia. Para mufasir klasik pada umumnya sepakat bahwa makna *shifā'* dalam Al-Qur'an lebih menekankan pada penyembuhan penyakit hati (*amrād al-qulūb*).

a. *Shifā'* dalam Pandangan Al-Qurṭubī

Al-Qurṭubī menjelaskan bahwa *shifā'* berfungsi membersihkan hati dari syirik, keraguan terhadap kebenaran wahyu, serta penyimpangan akhlak. Al-Qur'an menyembuhkan hati melalui penanaman nilai tauhid, penguatan iman, dan pembentukan akhlak yang mulia, sehingga manusia mampu menjalani kehidupan sesuai dengan tuntunan Allah.⁶¹ Menurut Al-Qurṭubī penyakit-penyakit batin inilah yang

⁶¹Abū 'Abdillāh Al-Qurṭubī, *Al-Jāmi' li Aḥkām al-Qur'ān* (Kairo : Dār al-Kutub al-Miṣriyyah, 1967), 26.



menjadi akar dari berbagai kerusakan dalam kehidupan manusia. ketika hati seseorang dipenuhi oleh ajaran Al-Qur'an, maka penyakit-penyakit batin tersebut akan hilang secara bertahap.⁶² Dalam penafsirannya terhadap Surah Yunus ayat 57, Al-Qurṭubī menegaskan bahwa Al-Qur'an disebut sebagai *maw'izhah* (nasihat), *shifā'* (penyembuh), dan *hudā* (petunjuk) karena kemampuannya membersihkan hati dari keyakinan yang salah dan dorongan hawa nafsu. Hati yang dipenuhi keraguan dan kesesatan akan mengalami kegelapan batin, sedangkan Al-Qur'an hadir untuk menerangi dan meluruskannya melalui ajaran tauhid, keimanan, dan akhlak mulia.⁶³

Penyakit hati tidak hilang secara instan, tetapi melalui proses memahami ayat-ayat Allah, merenungkan maknanya, serta mengamalkannya dalam kehidupan sehari-hari. Ketika seseorang secara konsisten berinteraksi dengan Al-Qur'an, maka keyakinan yang salah akan terkikis, keraguan akan berubah menjadi keimanan, dan perilaku menyimpang akan digantikan dengan akhlak yang baik. dalam Surah *Al-Isrā'* ayat 82, Al-Qur'an kembali ditegaskan sebagai penyembuh dan rahmat bagi orang-orang yang beriman. Penyembuhan yang dimaksud mencakup ketenangan jiwa, kekuatan mental, serta kemampuan individu dalam menghadapi berbagai persoalan hidup dengan sikap yang lebih tenang, bijaksana, dan penuh harapan. Ayat ini menunjukkan bahwa interaksi yang benar dengan Al-Qur'an mampu membentuk ketahanan psikologis dan keseimbangan batin dalam diri manusia.⁶⁴ Dengan demikian, *shifā'* dalam pandangan Al-Qurṭubī bersifat normatif-teologis, yaitu sebagai sarana Allah untuk menuntun dan membersihkan jiwa manusia.

b. *Shifā'* dalam Pandangan Fakhruddin Al-Rāzī

Al-Rāzī memberikan analisis yang lebih filosofis dan psikologis. Ia memandang *shifā'* sebagai proses penyembuhan intelektual dan

⁶² Abū 'Abdillāh Al-Qurṭubī, dan Muḥammad ibn Aḥmad al-Anṣārī, *Al-Jāmi' li Aḥkām al-Qur'ān* (Kairo : Dār al-Kutub al-Miṣriyyah, 1967), 330–332.

⁶³ Abū 'Abdillāh Al-Qurṭubī, dan Muḥammad ibn Aḥmad al-Anṣārī, *Al-Jāmi' li Aḥkām al-Qur'ān* (Kairo : Dār al-Kutub al-Miṣriyyah, 1967), Jilid 8, 291–294.

⁶⁴ Abū 'Abdillāh Al-Qurṭubī, dan Muḥammad ibn Aḥmad al-Anṣārī, *Al-Jāmi' li Aḥkām al-Qur'ān* (Kairo : Dār al-Kutub al-Miṣriyyah, 1967), Jilid 10, 315–318,



spiritual, terutama dari penyakit *syubhat* (kerancuan berpikir) dan konflik batin. Dalam tafsirnya terhadap ayat-ayat *shifā'*, Al-Rāzī menjelaskan bahwa kerusakan jiwa sering bermula dari kesalahan berpikir tentang Tuhan, kehidupan, dan tujuan manusia, Al-Rāzī menjelaskan bahwa Al-Qur'an menyembuhkan jiwa dengan memberikan pemahaman tentang ketenangan jiwa karena di dalamnya terdapat penjelasan tentang tujuan hidup, makna ujian, serta janji Allah bagi orang-orang yang bersabar.⁶⁵

Pemahaman ini menjadikan seseorang lebih kuat secara mental dan tidak mudah terjerumus dalam keputusan membantu manusia menerima realitas hidup dengan lebih lapang dan penuh kesadaran. Menurut Al-Rāzī, Al-Qur'an berfungsi sebagai *shifā'* karena mengandung argumen rasional, ketenangan spiritual, dan bimbingan moral yang mampu mengembalikan keseimbangan jiwa manusia. Dengan demikian, *shifā'* tidak hanya menyentuh aspek emosional, tetapi juga rasionalitas manusia. Pandangan Al-Rāzī menunjukkan bahwa *shifā'* mencakup dimensi akal dan jiwa, menjadikannya konsep penyembuhan yang holistik.

c. *Shifā'* dalam Pandangan Ibn Kathīr

Ibn Kathīr juga menjelaskan bahwa Al-Qur'an menjadi sarana penyembuhan karena ia membimbing manusia kepada kebenaran dan menjauhkan dari kesesatan. Ketika seseorang menjadikan Al-Qur'an sebagai pedoman hidup, maka kondisi jiwanya akan lebih stabil, tenang, dan seimbang. Karna hidupnya didasarkan pada petunjuk ilahi yang benar.⁶⁶ Berbeda dengan pendekatan filosofis, Ibn Kathīr lebih menekankan aspek iman dan ketundukan. Menurutnya, *shifā'* tidak bekerja secara otomatis, tetapi bergantung pada kesiapan hati penerimanya. Hati yang dipenuhi kesombongan dan penolakan tidak akan merasakan efek penyembuhan Al-Qur'an. Perspektif Ibn Kathīr menempatkan *shifā'* dalam kerangka aqidah dan *tazkiyat al-nafs*, yaitu penyucian jiwa melalui iman dan ketaatan.

⁶⁵ Fakhruddīn al-Rāzī, *Mafātīḥ al-Ghaib* (Beirut : Dār al-Fikr, 1981,), 55.

⁶⁶ Ismāīl ibn 'Umar Ibn Katshīr, *Tafsīr al-Qur'ān al-'Azīm* (Beirut : Dār al-Kutub al-'Ilmiyyah,), 44.



2. *Shifā'* dalam Perspektif Mufasir Kontemporer

Mufasir kontemporer memahami konsep *shifā'* dengan pendekatan yang lebih kontekstual sesuai dengan kondisi manusia modern. Mereka menekankan bahwa Al-Qur'an memiliki peran penting dalam merespons krisis makna hidup, stres, kecemasan, dan gangguan psikologis yang banyak dialami masyarakat saat ini. Dalam konteks ini, *shifā'* dipahami sebagai sarana penyembuhan batin yang relevan dengan tantangan zaman modern.⁶⁷ Pendekatan kontemporer tidak menafikan aspek spiritual, tetapi justru mengaitkannya dengan realitas sosial dan psikologis manusia.⁶⁸ Al-Qur'an dipahami sebagai sumber nilai yang mampu membentuk kesehatan mental, ketahanan emosional, serta keseimbangan hidup, sehingga manusia tidak hanya sehat secara spiritual, tetapi juga secara psikologis dan sosial. Dalam konteks ini, *shifā'* dipahami sebagai solusi spiritual-psikologis yang ditawarkan Al-Qur'an untuk menata kembali orientasi hidup manusia.

a. *Shifā'* dalam Pandangan Muhammad Quraish Shihab

Muhammad Quraish Shihab menegaskan bahwa *shifā'* dalam Al-Qur'an berfungsi sebagai penyembuh bagi penyakit kejiwaan yang bersumber dari kesalahan cara pandang terhadap kehidupan dan Tuhan. Dalam menafsirkan QS. Yūnus [10]: 57, ia menjelaskan bahwa Al-Qur'an menjadi *shifā'* karena mampu membersihkan hati dari keraguan, kegelisahan, dan kekosongan batin yang sering dialami manusia modern akibat kehidupan yang jauh dari nilai-nilai ilahiah.⁶⁹ Muhammad Quraish Shihab menekankan bahwa ketenangan jiwa tidak dapat diperoleh hanya melalui pemenuhan materi, tetapi melalui kesadaran akan kehadiran dan kasih sayang Allah dalam kehidupan manusia.⁷⁰ Dalam *Tafsir Al-Mishbah*, ia menegaskan bahwa Al-Qur'an

⁶⁷ Muhammad Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah* (Jakarta : Lentera Hati, 2002), jilid 6, 430

⁶⁸ Ayu Adiningsih, "Pendekatan Kontekstual dan Humanistik dalam Tafsir Al-Mishbah Karya Muhammad Quraish Shihab", *Jurnal Al-Bayan: Kajian Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir*, Vol. 21 No. 2 (2023), 178–196. Membahas bagaimana *Al-Mishbah* menghubungkan nilai-nilai spiritual Al-Qur'an dengan problem psikologis dan sosial modern, termasuk stress, moralitas, dan kesejahteraan jiwa.

⁶⁹ Muhammad Quraish shihab, *Tafsir Al- Mishbah* (Jakarta : Lentera Hati, 2002), jilid 6, 408-411.

⁷⁰ Muhammad Quraish Shihab, *Tafsir Al- Mishbah* (Jakarta : Lentera Hati, 2013), 182-186



berfungsi sebagai petunjuk (*hudā*), cahaya (*nūr*), dan penyembuh (*shifā'*) bagi manusia yang membuka diri terhadap pesan-pesannya. *Shifā'* menurut Quraish Shihab bekerja melalui penguatan iman, penataan cara berpikir, dan pembinaan akhlak, sehingga melahirkan ketenangan batin dan keseimbangan psikologis. Ia juga menekankan bahwa dampak *shifā'* bersifat personal sekaligus sosial, karena nilai-nilai Al-Qur'an membentuk kepribadian individu dan tatanan masyarakat yang sehat secara moral dan mental.⁷¹

b. *Shifā'* dalam Pandangan Hamka (Haji Abdul Malik Karim Amrullah)

Dalam pandangan Haji Abdul Malik Karim Amrullah (Hamka), *shifā'* dalam Al-Qur'an sebagai sarana penyucian jiwa dan pembebasan manusia dari kegelisahan batin. Dalam *Tafsir Al-Azhar*, ia menekankan bahwa penyakit jiwa seperti kecemasan, ketakutan, dan kekosongan makna bersumber dari jauhnya manusia dari Allah. Al-Qur'an, menurut Hamka, menyembuhkan jiwa melalui penanaman tauhid, kesabaran, dan tawakal. sehingga hati menjadi tenang dan individu mampu menghadapi realitas kehidupan dengan mantap.⁷² *Shifā'* dipahami sebagai proses pembinaan kepribadian yang menumbuhkan keteguhan iman, ketenangan hati, dan kekuatan moral dalam menghadapi realitas kehidupan. Proses penyembuhan ini tidak hanya berdampak pada kondisi batin secara personal, tetapi juga membentuk kepribadian yang matang, meliputi keteguhan iman, ketenangan hati, dan kekuatan moral dalam bertindak.⁷³ Dengan demikian, *shifā'* dalam pandangan Hamka bersifat holistik, mengintegrasikan dimensi spiritual, psikologis, dan moral sehingga Al-Qur'an menjadi alat transformasi diri yang menyeluruh, bukan sekadar ritual formal.

⁷¹ Rahmawati, N, "Dimensi Psikologis Al-Qur'an sebagai *Shifā'* dalam Tafsir Kontemporer", *Jurnal Ilmu Ushuluddin*, Vol. 7 No. 1 (2020), 89–104. Menjelaskan bahwa *shifā'* tidak hanya berdampak personal, tetapi juga sosial, karena nilai-nilai Al-Qur'an membentuk tatanan masyarakat yang sehat secara moral dan mental.

⁷² Tsani, A, dan Agniya, "nenangkan jiwa : Menelusuri jejak kesehatan mental dalam Tafsir Al Azhar", AT TAHFIDZ : *Jurnal Ilmu Al Qur'an dan Tafsir*, Vol. 5 No. 2 (2024), 243–257.

⁷³ Rohman, "Konsep *shifā'* dalam *tafsir Al-Azhar* Hamka dan implikasinya terhadap kesehatan mental", *jurnal studi al-qur'an* Vol. 12 No. 1 (2017), 65–79.



c. *Shifā'* dalam Pandangan Sayyid Qutb

Sayyid Qutb memandang *shifā'* sebagai kekuatan transformasi ruhani yang membebaskan manusia dari penindasan batin dan krisis eksistensial. Dalam tafsir monumental *Fī Zīlāl al-Qur'ān*, ia menegaskan bahwa Al-Qur'an menyembuhkan jiwa manusia dari kegersangan spiritual dan keterasingan hidup modern.⁷⁴ *Shifā'* menurut Sayyid Qutb berfungsi menata kembali orientasi hidup manusia agar selaras dengan kehendak Allah, sehingga tercipta keteguhan jiwa, keberanian moral, dan ketenangan batin. Penyembuhan ini tidak hanya bersifat individual, tetapi juga berdampak pada pembentukan masyarakat yang adil dan bermartabat. Pendekatan ini tidak hanya melampaui sekadar pengajaran hukum, tetapi mengarahkan pembacanya untuk menata kembali orientasi hidup mereka agar sesuai dengan prinsip hidup Islami, sehingga dampaknya tidak hanya bersifat personal, melainkan juga menjangkau pembentukan masyarakat yang adil, bermartabat, dan selaras dengan tujuan hidup yang mulia.⁷⁵ Pemahaman ini muncul dari latar belakang penulisan tafsirnya yang ingin menunjukkan bahwa Qur'an tidak hanya merupakan kitab aturan, tetapi juga sumber inspirasi spiritual dan moral yang hidup untuk manusia modern yang mengalami krisis eksistensial ketika jauh dari prinsip-prinsip Al-Qur'an.

Al-Qur'an hadir memberikan ketenangan batin melalui penguatan iman, peneguhan makna hidup, serta pengajaran sikap tawakal dan sabar. Muhammad Quraish Shihab menekankan bahwa ketenangan jiwa tidak dapat diperoleh hanya melalui pemenuhan materi, tetapi melalui kesadaran akan kehadiran dan kasih sayang Allah dalam kehidupan manusia.⁷⁶ Selain stres dan kecemasan, mufasir kontemporer juga menyoroti krisis makna hidup sebagai penyakit kejiwaan yang dominan di era modern. Kemajuan ilmu

⁷⁴ Sayyid Qutb, *Fī Zīlāl al-Qur'ān* (Cairo: Dār al-Syurūq), 1951.

⁷⁵ , Widayati Khairi, dan Ariyadi, "The Spirituality and Psychological Resilience of Prophet Yusuf (AS) in *Fī Zīlāl al-Qur'ān*" A Thematic Interpretation, *Al-Furqan: Jurnal Ilmu Al-Quran dan Tafsir*, Vol. 8 No. 1 (2025) 208.

⁷⁶ Muhammad Quraish Shihab, *Wawasan Al-Qur'an* (Jakarta: Lentera Hati, 2013), 182-186.



pengetahuan dan teknologi, meskipun membawa kemudahan hidup, sering kali tidak diimbangi dengan pemenuhan kebutuhan spiritual manusia. Akibatnya, manusia mengalami kehampaan eksistensial.

Dalam konteks ini, *shifā'* dipahami sebagai proses pemulihan makna hidup melalui nilai-nilai Al-Qur'an yang menegaskan tujuan penciptaan manusia, tanggung jawab moral, serta orientasi akhir kehidupan. Al-Qur'an, dalam perspektif mufasir kontemporer, tidak hanya berfungsi sebagai kitab ibadah ritual, tetapi juga sebagai pedoman hidup yang aplikatif dalam menghadapi problem psikologis modern.⁷⁷ Nilai-nilai seperti dzikir, doa, sabar, syukur, dan tawakal dipahami sebagai mekanisme spiritual yang memiliki dampak langsung terhadap kesehatan mental manusia. Dengan demikian, *shifā'* tidak diposisikan sebagai pengganti pendekatan medis atau psikologis modern, melainkan sebagai pendekatan komplementer yang memperkuat ketahanan jiwa dan keseimbangan mental.

Dengan pendekatan tersebut, mufasir kontemporer menegaskan bahwa *shifā'* memiliki relevansi yang sangat kuat dengan kondisi manusia modern. *Shifā'* tidak hanya menyembuhkan individu secara personal, tetapi juga membentuk cara pandang hidup yang lebih seimbang antara aspek material dan spiritual. Oleh karena itu, konsep *shifā'* dalam tafsir kontemporer menjadi jembatan antara pesan Al-Qur'an dan realitas kejiwaan manusia masa kini. Berdasarkan pandangan para mufasir kontemporer tersebut, *shifā'* dalam Al-Qur'an dipahami sebagai konsep penyembuhan jiwa yang holistik dan kontekstual. Al-Qur'an tidak hanya menyembuhkan penyakit batin individu, tetapi juga membentuk akhlak, pola pikir, dan tatanan sosial yang sehat. Pemahaman ini menegaskan relevansi Al-Qur'an sebagai sumber penyembuhan spiritual dan psikologis bagi manusia modern.

Berikut Tabel perbedaan penafsiran makna *shifā'* menurut mufasir klasik dan kontemporer.

⁷⁷ Fitri Nurcahyani, "Tafsir Quraish Shihab dan Problem Sosial Kontemporer", *Jurnal Ushuluddin: Kajian Al Qur'an dan Hadis*, Vol. 12 No. 1 (2024), 45–61. Menjelaskan bahwa *Al Mishbah* menyandingkan makna ayat dengan persoalan sosial dan psikologis kontemporer.



Tabel 1.1

ASPEK	MUFASIR KLASIK	PENJELASAN	MUFASIR KONTEMPORER	PENJELASAN
TOKOH	Al-Qurṭubī	Menekankan pembersihan hati dari syirik, keraguan, dan penyimpangan akhlak melalui ajaran tauhid dan iman; penyembuhan bertahap melalui interaksi dengan Al-Qur'an	Muhammad Quraish Shihab	Menekankan penyembuhan batin melalui penguatan iman, penataan cara berpikir, dan pembinaan akhlak; shifā' bersifat personal dan sosial
	Fakhruddin al-Rāzī	Memberikan analisis filosofis dan psikologis; shifā' mencakup penyembuhan intelektual dan spiritual, terutama dari kerancuan berpikir (<i>syubhat</i>) dan konflik batin	Hamka (H. Abdul Maalik Karim Amrullah)	Menekankan pembinaan kepribadian, keteguhan iman, ketenangan hati, dan kekuatan moral; shifā' sebagai proses transformasi diri secara holistik
	Ibn Kathīr	Fokus pada penyucian jiwa melalui iman dan ketaatan; shifā' bekerja tergantung kesiapan hati, tidak otomatis	Sayyid Qutb	Menekankan transformasi ruhani untuk mengatasi penindasan batin dan krisis eksistensial; shifā' menata orientasi

				hidup agar selaras dengan kehendak Allah, berdampak pada masyarakat yang adil
PENDEKATAN	Teologis, normatif, spiritual, filosofis	Shifā' dilihat dari perspektif pembersihan hati, keteguhan aqidah, dan bimbingan moral	Kontekstual	Shifā' dihubungkan dengan kondisi manusia modern, stres, kecemasan, dan krisis makna hidup
FOKUS	Penyakit hati: syirik, keraguan, kebodohan spiritual, penyimpangan akhlak	Menekankan aspek spiritual, rasional, dan moral; penyembuhan batin bersifat normatif-teologis	Penyakit jiwa modern: stres, kecemasan, krisis eksistensial	Menekankan keseimbangan batin, kesehatan mental, ketahanan emosional, dan pembentukan akhlak
CARA KERJA	Pencerahan akal melalui ajaran tauhid dan iman			

3. *Shifā'* sebagai Konsep Penyembuhan Jiwa

Dalam perspektif Islam, *shifā'* dipahami sebagai suatu proses pemulihan jiwa yang bersifat menyeluruh dan berkelanjutan. *Shifā'* tidak hanya merujuk pada hilangnya gejala gangguan kejiwaan, tetapi juga pada proses penguatan batin, penataan orientasi hidup, serta pengembalian manusia kepada keseimbangan fitrahnya. Al-Qur'an diposisikan sebagai sumber utama *shifā'*, karena mengandung petunjuk, nilai, dan prinsip kehidupan yang mampu menata kondisi



kejiwaan manusia.⁷⁸ Sebagai proses pemulihan jiwa, *shifā'* bekerja melalui internalisasi nilai-nilai Al-Qur'an yang membentuk sikap mental positif dan stabil. Nilai sabar mengajarkan kemampuan mengendalikan diri dan bertahan dalam menghadapi tekanan hidup, sementara tawakal menumbuhkan sikap berserah diri kepada Allah setelah melakukan usaha maksimal. Adapun syukur berfungsi memperkuat perasaan cukup dan kepuasan batin, sehingga individu tidak mudah terjebak dalam kegelisahan dan ketidakpuasan. Selain itu, Al-Qur'an juga menanamkan sikap optimisme, yakni keyakinan bahwa setiap kesulitan selalu disertai jalan keluar, yang sangat berpengaruh terhadap ketahanan jiwa.⁷⁹ *Shifā'* dapat dipahami sebagai terapi jiwa yang bersifat kuratif dan preventif. Secara kuratif, *shifā'* berperan dalam membantu penyembuhan gangguan jiwa yang telah muncul, seperti kecemasan, kegelisahan, dan keputusasaan, melalui peneguhan iman, dzikir, dan pemaknaan ulang terhadap kehidupan. Secara preventif, *shifā'* berfungsi sebagai mekanisme pencegahan agar individu tidak mudah terjerumus ke dalam gangguan kejiwaan, dengan membentuk kepribadian yang sabar, tawakal, dan berorientasi pada nilai-nilai ilahiah.

Ibn Qayyim al-Jawziyyah menjelaskan bahwa Al-Qur'an merupakan obat paling efektif bagi penyakit hati dan jiwa, karena mampu membersihkan hati dari kerusakan keyakinan dan akhlak, sekaligus menumbuhkan ketenangan batin. Menurutnya, gangguan kejiwaan sering kali berakar pada jauhnya manusia dari Allah dan rusaknya orientasi hidup, sehingga penyembuhannya harus dimulai dari perbaikan iman dan kesadaran spiritual.⁸⁰ Dengan demikian, *shifā'* dalam Islam tidak dapat dipisahkan dari konsep kesehatan mental. *Shifā'* berfungsi sebagai kerangka penyembuhan jiwa yang menekankan keseimbangan antara aspek spiritual, emosional, dan moral. Melalui penghayatan nilai-nilai Al-Qur'an, *shifā'* tidak hanya membantu manusia mengatasi gangguan jiwa, tetapi juga

⁷⁸ Al-Qur'an (QS. Yūnus [10]: 57; QS. Al-Isrā' [17]: 82).

⁷⁹ Muhammad Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah* (Jakarta : Lentera Hati, 2013), 182–186.

⁸⁰ Ibn Qayyim al-Jawziyyah, *Zād al-Ma'ād fī Hadyi Khayr al-'Ibād*, jilid. 4 (Beirut : Dār al-Kutub al-'Ilmiyyah, 1994), 187–190.



membentuk ketahanan mental yang berkelanjutan.

Oleh karena itu, *shifā'* dapat ditegaskan sebagai konsep kesehatan mental Islam yang relevan dan aplikatif dalam menghadapi berbagai problem kejiwaan manusia, baik dalam konteks klasik maupun modern.

4. Dimensi Holistik *Shifā'* dalam Islam

Dalam kajian Islam, konsep *shifā'* tidak dipahami secara parsial atau terbatas pada penyembuhan fisik semata, melainkan sebagai proses penyembuhan yang menyeluruh (holistik). *Shifā'* mencakup dimensi spiritual, psikologis, moral, dan sosial, yang saling berkaitan dan membentuk kesatuan dalam kesehatan jiwa manusia. Al-Qur'an menempatkan *shifā'* sebagai sarana transformasi batin yang bertujuan mengembalikan manusia pada keseimbangan fitrah. *Shifā'* dipahami sebagai proses penyembuhan yang bersifat menyeluruh dan integratif, mencakup dimensi spiritual, psikologis, moral, dan sosial. Dimensi spiritual menempati posisi paling fundamental dalam konsep *shifā'*, karena Al-Qur'an diposisikan sebagai petunjuk (*hudā*), cahaya (*nūr*), dan penyembuh (*shifā'*) bagi hati manusia.⁸¹ Penyakit spiritual seperti syirik, lemahnya iman, kegelisahan batin, serta keterasingan manusia dari Allah dipandang sebagai akar utama berbagai gangguan kejiwaan. Al-Qur'an hadir untuk memulihkan orientasi tauhid manusia dan mengembalikan hati kepada fitrahnya, sehingga tercipta ketenangan batin (*ṭuma'nīnah*) sebagai dasar kesehatan jiwa.⁸²

Melalui penguatan keimanan, praktik dzikir, serta internalisasi nilai-nilai Al-Qur'an dalam kehidupan sehari-hari, *shifā'* spiritual bekerja sebagai pondasi utama kesehatan jiwa. Hubungan yang harmonis antara manusia dan Allah akan melahirkan ketenangan batin, stabilitas emosi, serta kemampuan menghadapi tekanan hidup secara proporsional. Al-Ghazālī menegaskan bahwa hati yang sehat secara spiritual akan melahirkan ketenangan jiwa dan perilaku yang

⁸¹ Al-Qur'an (QS. Yūnus [10]: 57)

⁸² Al-Qur'an (QS. Al-Ra'd [13]: 28).



seimbang, sedangkan rusaknya hati menjadi sumber kegelisahan dan gangguan batin⁸³ Dengan demikian, kesehatan jiwa dalam Islam tidak dapat dilepaskan dari kualitas hubungan spiritual manusia dengan Tuhannya. Selain dimensi spiritual, *shifā'* juga mencakup dimensi psikologis, yaitu kondisi emosional dan mental manusia. Al-Qur'an memberikan ketenangan, harapan, serta makna hidup yang mendalam, yang berperan penting dalam mengatasi kecemasan, ketakutan, dan keputusasaan.⁸⁴ Islam memandang bahwa gangguan psikologis tidak semata-mata disebabkan oleh faktor mental, tetapi sering kali berkaitan dengan krisis makna hidup dan lemahnya orientasi keimanan Ibn Qayyim al-Jawziyyah menjelaskan bahwa Al-Qur'an merupakan obat bagi penyakit hati dan jiwa karena mampu menata kembali cara berpikir, perasaan, dan orientasi hidup manusia.⁸⁵ Oleh karena itu, *shifā'* berfungsi sebagai terapi batin yang membantu manusia mengelola emosi secara sehat, membangun optimisme, dan memperkuat ketahanan jiwa dalam menghadapi realitas kehidupan.

Dimensi moral (akhlak) juga menjadi bagian yang tidak terpisahkan dari konsep *shifā'* holistik. Akhlak yang buruk seperti iri, dengki, sombong, dan amarah berlebihan dipahami sebagai penyakit hati yang merusak keseimbangan jiwa. Al-Qur'an menawarkan *shifā'* melalui pembinaan akhlak mulia seperti sabar, syukur, ikhlas, dan tawakal. Perbaikan akhlak tidak hanya berdampak pada ketenangan individu, tetapi juga berkontribusi pada terciptanya keharmonisan hidup dan stabilitas kejiwaan yang berkelanjutan.⁸⁶ Islam juga memandang *shifā'* dalam dimensi sosial, karena kesehatan jiwa seseorang tidak dapat dipisahkan dari relasi sosial yang dijalaninya. Nilai-nilai Al-Qur'an mendorong terbentuknya masyarakat yang adil, empatik, dan saling menolong, sehingga tercipta lingkungan sosial yang kondusif bagi kesehatan jiwa. Hubungan sosial yang dilandasi

⁸³ Al-Ghazālī dan Abū Ḥāmid, *Iḥyā' 'Ulūm al-Dīn* (Beirut : Dār al-Fikr, 2005), Jilid 3, 5–10.

⁸⁴ Al-Qur'an (QS. Al-Isrā' [17]: 82).

⁸⁵ Ibn Qayyim al-Jawziyyah. *Zād al-Ma'ād fī Hadyi Khayr al-'Ibād* (Beirut : Mu'assasah al-Risālah, 1994), Jilid 4, 187–190.

⁸⁶ Al-Ghazālī dan Abū Ḥāmid, *Iḥyā' 'Ulūm al-Dīn* (Beirut : Dār al-Fikr, 2005), Jilid 4, 89–92.



kasih sayang (*rahmah*), keadilan, dan solidaritas dapat mencegah keterasingan sosial yang sering menjadi pemicu gangguan psikologis.⁸⁷

Dalam perspektif Islam, iman, akhlak, dan kesehatan jiwa memiliki hubungan yang erat dan saling memengaruhi. Iman yang kuat melahirkan akhlak yang baik, sementara akhlak yang baik memperkuat kesehatan jiwa. Sebaliknya, lemahnya iman dapat memicu krisis moral yang berimplikasi pada gangguan psikologis.⁸⁸ Oleh karena itu, *shifā'* berperan sebagai mekanisme integratif yang menyatukan ketiga unsur tersebut, sehingga manusia mampu mencapai ketenangan batin dan keseimbangan psikologis secara utuh. Pemahaman mengenai *shifā'* sebagai konsep penyembuhan yang holistik meliputi dimensi spiritual, psikologis, moral, dan sosial menjadi landasan teoretis penting dalam mengkaji pandangan mufasir kontemporer, khususnya Muhammad Quraish Shihab.⁸⁹ Dalam Tafsir *al-Mishbah*, Muhammad Quraish Shihab menegaskan bahwa *shifā'* dalam Al-Qur'an tidak hanya bermakna penyembuhan individual, tetapi juga berfungsi sebagai sarana pembinaan kepribadian dan peradaban manusia.⁹⁰ Oleh karena itu, berikutnya akan membahas secara khusus konsep *shifā'* dalam perspektif Muhammad Quraish Shihab untuk melihat bagaimana nilai-nilai Al-Qur'an tentang penyembuhan jiwa dikontekstualisasikan dalam

⁸⁷ Muhammad, Quraish Shihab, *Wawasan Al-Qur'an* (Jakarta : Lentera Hati, 2013). 182.

⁸⁸ Al-Ghazālī, *Iḥyā' 'Ulūm al-Dīn* (Beirut: Dār al-Kutub al-'Ilmiyyah, 2005), Jilid III, 3–10. Penjelasan : Al-Ghazālī menempatkan hati (*qalb*) sebagai pusat kesehatan jiwa manusia. Menurutnya, iman yang kuat akan melahirkan ketenangan batin dan akhlak yang baik, sedangkan rusaknya iman dan hati menjadi sumber kegelisahan, kecemasan, dan gangguan kejiwaan. Pandangan ini mendukung konsep *shifā'* sebagai proses penyembuhan spiritual yang menjadi fondasi bagi kesehatan psikologis dan moral manusia.

⁸⁹ Muhammad Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an* (Jakarta: Lentera Hati, 2002), 552–556. Penjelasan: Quraish Shihab menegaskan bahwa *shifā'* dalam Al-Qur'an merupakan penyembuhan yang bersifat menyeluruh, tidak hanya individual, tetapi juga membentuk kepribadian dan tatanan sosial. Pandangannya menjadi landasan utama dalam memahami *shifā'* sebagai mekanisme integratif antara iman, akhlak, dan kesehatan jiwa.

⁹⁰ Muhammad Quraish shihab, *Tafsir al-Mishbah* (Jakarta : Lentera Hati, 2002). Jilid 6, 408.



kehidupan manusia modern.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa konsep *shifā'* dalam Islam merupakan proses penyembuhan yang bersifat holistik dan integratif, tidak terbatas pada aspek fisik semata, melainkan mencakup dimensi spiritual, psikologis, moral, dan sosial. Dimensi spiritual menempati posisi fundamental karena hubungan manusia dengan Allah melalui penguatan iman, dzikir, dan internalisasi nilai-nilai Al-Qur'an menjadi landasan utama terciptanya ketenangan batin dan kesehatan jiwa. Penyakit spiritual seperti lemahnya iman, kegelisahan batin, dan keterasingan dari Allah dipandang sebagai akar berbagai gangguan kejiwaan, sehingga pemulihannya menjadi prioritas dalam konsep *shifā'*. Dengan demikian, *shifā'* dipahami sebagai mekanisme penyembuhan komprehensif yang menyatukan iman, akhlak, dan kesehatan jiwa dalam satu kesatuan yang saling berkaitan. Pemahaman holistik ini menjadi landasan teoretis penting dalam menelaah pandangan mufasir kontemporer, khususnya Muhammad Quraish Shihab, yang menegaskan bahwa *shifā'* dalam Al-Qur'an tidak hanya berfungsi sebagai penyembuhan individual, tetapi juga sebagai sarana pembinaan kepribadian dan peradaban manusia.

BAB III

LANDASAN TEORI DAN KAJIAN TAFSIR AL-MISHBAH

Bab ini berfungsi sebagai fondasi teoritis dan metodologis, khususnya untuk memahami siapa Muhammad Quraish Shihab, karakter Tafsir *Al-Mishbah*, serta bagaimana konsep *shifā'* dipahami dalam tafsir tersebut. Bab ini menjadi penghubung antara kajian teori Bab II (dua) dan analisis ayat Bab IV (empat). Adapun landasan teori ini berfungsi untuk memberikan kerangka pemikiran yang sistematis dan ilmiah agar analisis terhadap tema penelitian dapat dilakukan secara terarah dan juga mendalam. Dalam konteks ini, teori-teori yang relevan dengan tema penelitian dipaparkan untuk memperkuat pemahaman konseptual serta menjadi alat analisis dalam menafsirkan makna ayat-ayat Al-Qur'an.



Adapun kajian *Tafsir Al-Misbāh* difokuskan pada metode penafsiran, corak pemikiran, serta pendekatan kontekstual yang digunakan oleh Muhammad Quraish Shihab dalam memahami pesan-pesan Al-Qur'an. *Tafsir Al-Misbāh* dipilih karena dikenal sebagai tafsir kontemporer yang menekankan keseimbangan antara makna tekstual dan konteks sosial, sehingga relevan untuk menjawab persoalan umat masa kini. Melalui kajian ini, diharapkan dapat diperoleh pemahaman yang komprehensif mengenai pandangan Al-Qur'an terhadap tema penelitian sebagaimana dijelaskan dalam *Tafsir Al-Misbāh*, serta kontribusinya dalam pengembangan pemikiran keislaman.⁹¹

A. Biografi dan Profil Muhammad Quraish Shihab

Muhammad Quraish Shihab adalah salah satu tokoh tafsir Al-Qur'an Indonesia yang sangat berpengaruh di era modern. Ia dikenal melalui karya *Tafsir al-Mishbah* yang menafsirkan Al-Qur'an dengan gaya yang komunikatif dan kontekstual, sehingga pesan-pesan Al-Qur'an dapat dipahami dan diterapkan dalam kehidupan masyarakat masa kini.⁹² Pendekatan ini menjadikan Al-Qur'an tidak hanya dipahami secara tekstual, tetapi juga sebagai pedoman hidup yang relevan dengan berbagai persoalan manusia

1 .Riwayat Hidup dan pendidikan Muhammad Quraish shihab

Muhammad Quraish Shihab lahir di Rappang, Sulawesi Selatan, pada tanggal 16 Februari 1944. Ia tumbuh dalam lingkungan keluarga ulama yang memiliki perhatian besar terhadap pendidikan dan keilmuan Islam. Dikenal sebagai salah satu mufasir kontemporer Indonesia yang memiliki pengaruh besar dalam kajian Al-qur'an baik dalam lingkungan akademik masyarakat umum. Kiprahnya tidak hanya sebagai ulama dan cendekiawan Muslim, tetapi juga sebagai pendidik, penulis, dan tokoh pemikir Islam moderat di Indonesia. Penjelasan ini menunjukkan bahwa Muhammad Quraish Shihab bukan sekadar penulis tafsir, tetapi figur intelektual yang memiliki

⁹¹ Abdul Aziz, "Kajian Tafsir Al-Misbah Karya Muhammad Quraish Shihab", *Bahtsuna: Jurnal Studi Islam dan Ekonomi*, Vol.1 No.1 (2021), 15.

⁹² Muhammad Quraish Shihab, *Wawasan Al-Qur'an* (Bandung : Mizan, 1996), 32.



legitimasi keilmuan dan pengalaman luas dalam bidang studi Al-Qur'an.⁹³

Muhammad Quraish Shihab berasal dari keluarga yang memiliki tradisi keilmuan Islam yang kuat. Ayahnya, Abdurrahman Shihab, merupakan seorang pakar tafsir dan tokoh pendidikan Islam pernah menjabat sebagai rektor IAIN Alauddin Makasar. Sejak kecil, Muhammad Quraish Shihab telah diperkenalkan dengan Al-Qur'an dan ilmu-ilmu keislaman dalam lingkungan keluarga yang religius dan intelektual. yang berperan penting dalam membentuk minat Muhammad Quraish Shihab terhadap studi Al-Qur'an sejak usia dini. Lingkungan keluarga seperti ini berperan penting dalam membentuk karakter ilmiah dan kecintaan Muhammad Quraish Shihab terhadap Al-Qur'an. Ia tumbuh dalam suasana yang menekankan pentingnya ilmu, diskusi, dan pemahaman agama secara mendalam, yang kemudian menjadi fondasi bagi perjalanan akademiknya di bidang tafsir.⁹⁴

Muhammad Quraish Shihab menempuh pendidikan tinggi formal di Universitas Al-Azhar, Kairo, Mesir, salah satu pusat keilmuan Islam tertua dan paling berpengaruh di dunia Islam. Pendidikan di Al-Azhar memiliki peran penting dalam membentuk kompetensi keilmuan, pola pikir, serta pendekatan penafsiran Al-Qur'an yang dikembangkan oleh Muhammad Quraish Shihab di kemudian hari.⁹⁵ Pada jenjang sarjana (S1), Muhammad Quraish Shihab diterima di Fakultas Ushuluddin, Jurusan Tafsir dan Hadis, Universitas Al-Azhar, dan menyelesaikan studinya hingga meraih gelar Licence (Lc.) pada tahun 1967. Pada tahap ini, ia memperoleh dasar keilmuan yang kuat dalam ilmu-ilmu Al-Qur'an (*'ulūm al-Qur'ān*), tafsir, hadis, akidah, serta bahasa Arab. Sistem pendidikan Al-Azhar yang menekankan penguasaan teks-teks klasik dan metodologi ilmiah tradisional memberikan fondasi yang kokoh bagi pemahaman keislamannya. Setelah itu, Muhammad

⁹³ Muhammad Quraish Shihab, *Membumikan Al-Qur'an: Fungsi dan Peran Wahyu dalam Kehidupan Masyarakat* (Bandung: Mizan, 1999), 15–18.

⁹⁴ Muhammad Quraish Shihab, *Membumikan Al-Qur'an* (Bandung: Mizan, 1999), 20–25.

⁹⁵ Muhammad Quraish Shihab, *Membumikan Al-Qur'an: Fungsi dan Peran Wahyu dalam Kehidupan Masyarakat* (Bandung: Mizan, 1999), 19



Quraish Shihab melanjutkan pendidikan ke jenjang magister (S2) di universitas yang sama dan meraih gelar Magister Tafsir Al-Qur'an pada tahun 1969. Pada jenjang ini, kajian yang ditempuh lebih mendalam dan kritis, khususnya terkait metodologi penafsiran, perbandingan pandangan para mufasir, serta pendekatan kontekstual terhadap ayat-ayat Al-Qur'an.

Puncak pendidikan formalnya ditempuh pada jenjang doktor (S3) di Universitas Al-Azhar, yang diselesaikannya pada tahun 1982. Ia meraih gelar Doktor dalam Ilmu Tafsir dengan predikat *munmāz ma'a martabat al-sharaf al-ūlā* (amat baik dengan kehormatan tingkat pertama). Disertasi doktoralnya mencerminkan kedalaman analisis serta kemampuan mengintegrasikan khazanah tafsir klasik dengan kebutuhan pemahaman umat Islam kontemporer. Pendidikan formal di Al-Azhar tidak hanya membekali Muhammad Quraish Shihab dengan penguasaan ilmu tafsir secara tekstual, tetapi juga membentuk cara berpikir yang moderat (*wasathiyyah*), toleran, dan kontekstual. Hal ini tercermin dalam karya monumentalnya *Tafsir Al-Mishbah*, yang menyajikan penafsiran Al-Qur'an secara komunikatif, relevan dengan realitas sosial, dan mudah dipahami oleh masyarakat modern tanpa meninggalkan otoritas keilmuan klasik.⁹⁶ Pendidikan Muhammad Quraish Shihab di Timur Tengah, khususnya di Al-Azhar, sangat memengaruhi cara berpikir dan pendekatan tafsir yang digunakannya. Ia mengadopsi pendekatan moderat dan kontekstual, yakni tidak hanya berpegang pada makna tekstual ayat, tetapi juga mempertimbangkan konteks sosial, budaya, dan psikologis masyarakat.

Pendekatan ini tercermin dalam *Tafsir Al-Misbāh*, di mana Muhammad Quraish Shihab berusaha menjelaskan pesan Al-Qur'an secara komunikatif dan relevan dengan persoalan umat masa kini. Dengan demikian, tafsir yang dihasilkannya tidak bersifat normatif semata, tetapi juga solutif dan aplikatif.⁹⁷ Berdasarkan latar belakang keluarga, pendidikan formal, dan pengalaman akademiknya,

⁹⁶ Muhammad Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbāh: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an* (Jakarta: Lentera Hati, 2002), 122.

⁹⁷ Nashruddin Baidan, *Metodologi Penafsiran Al-Qur'an* (Yogyakarta : Pustaka Pelajar, 2011), 67–72.



Muhammad Quraish Shihab memiliki otoritas keilmuan yang kuat sebagai mufasir kontemporer. Kapasitas akademik tersebut menjadikan karya-karyanya, khususnya *Tafsir Al-Mishbāh*, layak dijadikan rujukan utama dalam penelitian Al-Qur'an. Oleh karena itu, pembahasan mengenai riwayat hidup dan pendidikan Muhammad Quraish Shihab dalam penelitian ini bertujuan untuk menegaskan legitimasi ilmiah dan kredibilitasnya sebagai penafsir Al-Qur'an yang kompeten dan berpengaruh.⁹⁸

2. Karya-Karya Muhammad Quraish Shihab

Karya-karya Muhammad Quraish shihab menunjukkan konsistensi pemikiran yang berorientasi pada penguatan pemahaman Al-Qur'an secara kontekstual, moderat, dan relevan dengan kehidupan masyarakat modern melalui tulisan-tulisannya, Muhammad Quraish Shihab berupaya menjembatani *khazanah* tafsir klasik dengan realitas sosial modern. Di antara seluruh karyanya, *Tafsir Al-Misbah* merupakan karya paling monumental dan komprehensif. *Tafsir Al-Misbah* disusun secara lengkap 30 juz dalam 15 volume, dengan pendekatan *tahlili* yang disertai analisis bahasa, konteks ayat, serta relevansinya dengan kehidupan modern.⁹⁹ Muhammad Quraish Shihab menekankan keserasian antar ayat dan surah, sehingga pesan Al-Qur'an dapat dipahami secara utuh dan sistematis. Dalam pengantarnya, Muhammad Quraish Shihab menegaskan bahwa tafsir ini ditujukan untuk membantu masyarakat Muslim memahami pesan Al-Qur'an secara lebih dekat dengan realitas kehidupan sehari-hari tanpa mengabaikan otoritas keilmuan tafsir klasik.¹⁰⁰

Kontribusi Pemikiran Muhammad Quraish Shihab dalam Studi Al-Qur'an di Indonesia dalam pengembangan studi Al-Qur'an di indonesia terletak pada kemauannya menghadirkan tafsir yang moderat (*wasathiyyah*), kontekstual, dan komunikatif. Ia mendorong umat Islam untuk memahami Al-Qur'an tidak secara literal semata,

⁹⁸ Rosihon Anwar, *Ilmu Tafsir* (Bandung : Pustaka Setia, 2012), 213–216.

⁹⁹ Muhammad Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah : Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an* (Jakarta : Lentera Hati, 2002), 18.

¹⁰⁰ Muhammad Quraish Shihab, *Membumikan Al-Qur'an: Fungsi dan Peran Wahyu dalam Kehidupan Masyarakat* (Bandung : Mizan, 1992), 11–15.



tetapi juga dengan mempertimbangkan konteks sosial dan tujuan moral ayat.¹⁰¹ Melalui karya-karyanya, Muhammad Quraish Shihab berhasil memperluas minat masyarakat terhadap kajian tafsir serta memperkuat posisi Al-Qur'an sebagai sumber nilai dalam kehidupan berbangsa dan beragama. Pemikirannya banyak dijadikan rujukan dalam kajian akademik, dakwah, serta pendidikan Islam di Indonesia.¹⁰²

Dalam karya-karyanya, Muhammad Quraish Shihab menekankan nilai-nilai universal Al-Qur'an seperti keadilan, toleransi, kemanusiaan, persatuan, dan tanggung jawab sosial. Penafsiran yang kontekstual ini memungkinkan Al-Qur'an dipahami sebagai sumber etika sosial yang sejalan dengan realitas masyarakat Indonesia yang plural dan multikultural. Dengan demikian, Al-Qur'an tidak hanya diposisikan sebagai teks ibadah, tetapi juga sebagai pedoman dalam membangun kehidupan sosial yang harmonis.¹⁰³ Dalam hal ini pemikiran Muhammad Quraish Shihab banyak dijadikan rujukan dalam kajian akademik, baik itu dalam bentuk buku teks, jurnal ilmiah, maupun penelitian skripsi dan tesis di perguruan tinggi Islam. Karya-karyanya juga berpengaruh besar dalam bidang dakwah, terutama melalui ceramah dan media massa, yang mengedepankan Islam moderat dan inklusif. Dalam ranah pendidikan Islam, gagasan Muhammad Quraish Shihab digunakan sebagai referensi untuk pengembangan kurikulum dan metode pembelajaran Al-Qur'an yang menekankan pemahaman, penghayatan, dan penerapan nilai-nilai Al-Qur'an dalam kehidupan nyata.

3. Metode Penafsiran Muhammad Quraish Shihab

Muhammad Quraish Shihab memiliki metode penafsiran yang

¹⁰¹ Muhammad Quraish shihab, *Kaedah Tafsir* (Tangerang : Lentera Hati, 2013), 21–25.

¹⁰² Muhammad Quraish Shihab, *Membumikan Al-Qur'an: Fungsi dan Peran Wahyu dalam Kehidupan Masyarakat* (Bandung : Mizan, 1992), 3–10. Muhammad Quraish Shihab menegaskan pentingnya menjadikan Al-Qur'an sebagai sumber nilai etika, sosial, dan kebangsaan, serta mendorong pemahaman tafsir yang relevan dengan konteks masyarakat Indonesia.

¹⁰³ Zainal Abidin, "Metodologi Tafsir Muhammad Quraish Shihab", *Jurnal Studi Al-Qur'an*, Vol. 10, No. 2 (2015), 40–50.



khlas dalam menjelaskan ayat-ayat Al-Qur'an, terutama sebagaimana terlihat dalam karya monumentalnya Tafsir *Al-Mishbah*. Metode ini tidak hanya menekankan pemahaman tekstual, tetapi juga mengaitkan pesan Al-Qur'an dengan realitas kehidupan manusia modern, termasuk aspek sosial dan psikologis.¹⁰⁴ Oleh karena itu, Melalui metode tersebut, Al-Qur'an dipahami bukan hanya sebagai bacaan ibadah, tetapi sebagai pedoman hidup yang mampu memberikan ketenangan, pencerahan, dan solusi atas berbagai persoalan manusia. Oleh karena itu, memahami metode penafsiran Muhammad Quraish Shihab menjadi sangat penting dalam penelitian ini, khususnya untuk memahami konsep *shifā'* sebagai penyembuhan, baik secara fisik maupun batin

a. Metode Tafsir *Tahlīlī* dengan Penguatan Nuansa Tematik

Secara metodologis, Muhammad Quraish Shihab menggunakan metode tafsir *tahlīlī*, yaitu menafsirkan ayat-ayat Al-Qur'an secara berurutan sesuai dengan susunan mushaf, dimulai dari Surah al-Fātiḥah hingga Surah an-Nās. Dalam metode ini, setiap ayat dianalisis secara rinci meliputi aspek kebahasaan, kandungan makna, hubungan antar ayat (*munāsabah*), sebab turunya ayat (*asbāb al-nuzūl*), serta pesan moral dan sosial yang dikandungnya. Amun demikian, metode *tahlīlī* yang digunakan Muhammad Quraish Shihab tidak bersifat kaku.¹⁰⁵ Ia memperkaya penafsirannya dengan nuansa tematik (*maudhu'ī*), yaitu dengan mengaitkan ayat yang sedang ditafsirkan dengan ayat-ayat lain yang memiliki kesamaan tema. Pendekatan ini memungkinkan suatu konsep Al-Qur'an dipahami secara utuh dan komprehensif.¹⁰⁶ Dalam pembahasan tentang *shifā'*,

¹⁰⁴ Islah Gusman, *Khazanah Tafsir Indonesia : Dari Hermeneutika hingga Ideologi* (Jakarta : Teraju, 2003), 245. Menjelaskan kekhasan metode tafsir Quraish Shihab yang kontekstual, moderat, dan komunikatif, termasuk perhatian pada aspek psikologis dan sosial.

¹⁰⁵ Muhammad Quraish Shihab, *Kaedah Tafsir* (Tangerang : Lentera Hati, 2013), 67–85. Menguraikan secara rinci aspek kebahasaan, hubungan antar ayat (*munāsabah*), sebab turunya ayat (*asbāb al-nuzūl*), serta penekanan pada pesan moral, sosial, dan kontekstual.

¹⁰⁶ Muhammad Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an* (Jakarta : Lentera Hati, 2002), 15–25. Menjelaskan prinsip metode tafsir *tahlīlī* (ayat perayat sesuai susunan mushaf), sekaligus mengaitkan



misalnya, Muhammad Quraish Shihab tidak hanya menjelaskan satu ayat secara terpisah, tetapi juga menghubungkannya dengan ayat-ayat lain yang berbicara tentang ketenangan jiwa, iman, dan rahmat Allah.¹⁰⁷ Pendekatan *tahlīlī*-tematik ini sangat relevan dalam pembahasan konsep *shifā'*, karena ayat-ayat tentang penyembuhan tidak berdiri sendiri, melainkan saling berkaitan dengan ayat-ayat tentang iman, ketenangan jiwa, dan rahmat Allah.

b. Sumber-Sumber Penafsiran

Dalam menafsirkan Al-Qur'an, Muhammad Quraish Shihab menggunakan sumber-sumber penafsiran yang beragam dan memiliki otoritas ilmiah. Sumber utama penafsirannya adalah Al-Qur'an, dengan prinsip bahwa ayat Al-Qur'an dapat saling menjelaskan satu sama lain (*tafsīr al-Qur'ān bi al-Qur'ān*). Prinsip ini menjadikan penafsirannya konsisten dan terhindar dari pemahaman parsial. Selain Al-Qur'an, Muhammad Quraish Shihab juga menggunakan hadis Nabi Muhammad SAW sebagai sumber penafsiran, khususnya hadis-hadis sahih yang berkaitan langsung dengan penjelasan kandungan ayat. Dalam hal ini, ia bersikap selektif dan kritis terhadap kualitas hadis yang digunakan dan kesahihan hadis tersebut. Muhammad Quraish Shihab banyak merujuk pada pendapat ulama tafsir klasik, seperti *al-Ṭabarī*, *al-Qurṭubī*, *Ibn Kathīr*, *Fakhr al-Dīn al-Rāzī*, dan *al-Zamakhsharī*. Di samping itu, ia juga memanfaatkan pemikiran mufasir kontemporer, seperti Muḥammad 'Abduh dan *Rashīd Riḍā*. Perpaduan antara sumber klasik dan kontemporer ini menunjukkan sikap metodologis yang moderat serta keterbukaan terhadap perkembangan pemikiran Islam.¹⁰⁸

c. Pendekatan Kontekstual Sosial dan Psikologis

Salah satu ciri paling menonjol dari metode penafsiran Muhammad Quraish Shihab adalah pendekatan kontekstual, khususnya dalam mengaitkan ayat-ayat Al-Qur'an dengan kondisi

dengan pendekatan tematik (*maudhu'ī*) untuk pemahaman komprehensif.

¹⁰⁷ Muhammad Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an* (Jakarta : Lentera Hati, 2002), 45.

¹⁰⁸ Muhammad Quraish shihab, *Kaedah Tafsir* (Tangerang : Lentera Hati, 2013), 23–30.



sosial dan psikologis manusia modern. Ia memandang bahwa Al-Qur'an tidak hanya berfungsi sebagai sumber hukum dan akidah, tetapi juga sebagai pedoman untuk menjawab problem kemanusiaan, seperti kegelisahan batin, kecemasan, konflik sosial, dan krisis makna hidup.¹⁰⁹ Dalam banyak penafsirannya, Muhammad Quraish Shihab menekankan nilai-nilai spiritual seperti kesabaran, tawakal, optimisme, dan ketenangan hati (*ṭuma'nīnah*). Ketika membahas ayat-ayat yang mengandung konsep *shifā'*, ia menjelaskan bahwa Al-Qur'an berfungsi sebagai penyembuh jiwa melalui internalisasi nilai keimanan yang mampu memperbaiki kondisi psikologis manusia.¹¹⁰ Pendekatan ini menjadikan tafsir Muhammad Quraish Shihab sangat relevan dengan kehidupan modern, di mana persoalan kesehatan mental dan spiritual semakin kompleks.

d. Relevansi Metode Penafsiran dengan Kajian *Shifā'*

Metode penafsiran yang digunakan oleh Muhammad Quraish Shihab sangat relevan untuk mengkaji konsep *shifā'* dalam Al-Qur'an. Hal ini karena Muhammad Quraish Shihab tidak memahami *shifā'* hanya sebagai kesembuhan fisik atau medis, tetapi juga sebagai proses penyembuhan batin dan jiwa manusia. Menurutnya, Al-Qur'an memiliki fungsi penting dalam menenangkan hati, memperkuat iman, serta membantu manusia menghadapi berbagai persoalan hidup. Melalui pendekatan *tahlīlī* yang diperkaya dengan nuansa tematik, Muhammad Quraish Shihab menafsirkan ayat-ayat Al-Qur'an secara runtut sekaligus mengaitkannya dengan ayat-ayat lain yang memiliki tema serupa.¹¹¹ Dengan cara ini, ayat-ayat tentang *shifā'* tidak dipahami secara terpisah, tetapi sebagai bagian dari keseluruhan pesan Al-Qur'an yang mengandung nilai ketenangan, harapan, kesabaran, dan rahmat Allah. Selain itu, pendekatan kontekstual yang digunakan Muhammad Quraish Shihab memungkinkan ayat-ayat

¹⁰⁹ Najati, Muhammad Utsman., *Psikologi dalam Perspektif Islam* (Bandung: Pustaka Setia, 2005), 34.

¹¹⁰ Muhammad Quraish shihab, *Membumikan Al-Qur'an: Fungsi dan Peran Wahyu dalam Kehidupan Masyarakat* (Bandung : Mizan, 1992), 18–22.

¹¹¹ Abdul Mustaqim, *Dinamika Sejarah Tafsir Al-Qur'an* (Yogyakarta : Adab Press, 2012), 172–176. Menekankan relevansi metode *tahlīlī* yang fleksibel dan nuansa tematik dalam Tafsir *Al-Mishbah*.



tentang *shifā'* dikaitkan dengan kondisi kehidupan manusia modern, termasuk persoalan psikologis seperti kecemasan, kesedihan, dan tekanan mental. Dalam pandangan Muhammad Quraish Shihab, nilai-nilai Al-Qur'an mampu memberikan pengaruh positif terhadap kesehatan mental dan spiritual manusia.¹¹² Oleh karena itu, *shifā'* dipahami sebagai rahmat Allah yang bekerja melalui penghayatan dan pengamalan ajaran Al-Qur'an. Dengan demikian, metode penafsiran Muhammad Quraish Shihab menjadi kerangka analisis yang tepat untuk menelaah konsep penyembuhan jiwa dalam Tafsir *Al-Mishbah*, karena mampu menjelaskan makna *shifā'* secara menyeluruh, kontekstual, dan mudah dipahami oleh masyarakat masa kini.

B. Tafsir *Al-Mishbah* dan Karakteristiknya

Tafsir *Al-Mishbah* merupakan karya monumental Muhammad Quraish Shihab yang menjadi salah satu rujukan utama tafsir kontemporer di Indonesia. Kitab tafsir ini tidak hanya menampilkan penjelasan makna ayat-ayat Al-Qur'an secara tekstual, tetapi juga berusaha mengontekstualisasikan pesan wahyu dengan realitas kehidupan manusia modern. Oleh karena itu, Tafsir *Al-Mishbah* dipilih sebagai objek kajian utama dalam penelitian ini, khususnya dalam memahami konsep *shifā'* sebagai penyembuhan fisik dan jiwa.

1. Latar Belakang Penyusunan *Tafsir Al-Mishbah*

Penyusunan *Tafsir Al-Mishbah* dilatarbelakangi oleh keprihatinan Muhammad Quraish Shihab terhadap cara umat Islam memahami Al-Qur'an yang cenderung bersifat parsial dan kurang kontekstual. Menurut Muhammad Quraish Shihab, banyak umat Islam yang membaca Al-Qur'an tanpa diiringi pemahaman makna dan pesan yang terkandung di dalamnya, sehingga nilai-nilai Al-Qur'an belum sepenuhnya berfungsi sebagai pedoman hidup yang membimbing perilaku dan pola pikir sehingga tidak terbentuk sikap dan perilaku umat Islam dalam kehidupan sehari-hari.¹¹³ Selain itu, Muhammad Quraish Shihab melihat adanya kebutuhan mendesak

¹¹² Zainal Abidin, Metodologi Tafsir Muhammad Quraish Shihab, *Jurnal Studi Al-Qur'an*, Vol. 10, No. 2 (2015), 45–47.

¹¹³ Muhammad Quraish Shihab, *Membumikan Al-Qur'an: Fungsi dan Peran Wahyu dalam Kehidupan Masyarakat* (Bandung : Mizan, 1996), 18–24.



umat Islam Indonesia terhadap kitab tafsir yang ditulis dengan bahasa yang komunikatif, mudah dipahami, dan relevan dengan persoalan sosial, budaya, serta psikologis masyarakat Indonesia. Tafsir-tafsir klasik yang ada, meskipun sangat kaya secara keilmuan, sering kali sulit dipahami oleh masyarakat awam karena menggunakan bahasa Arab klasik dan pendekatan yang sangat teknis.

Oleh karena itu, Tafsir *Al-Mishbah* hadir sebagai upaya menjembatani *khazanah* tafsir klasik dengan kebutuhan umat Islam kontemporer, disusun dengan bahasa Indonesia yang jelas dan pendekatan yang membumi, tanpa mengurangi kedalaman ilmiahnya.¹¹⁴ Penamaan *Al-Mishbah* yang berarti “pelita” mengandung makna simbolik bahwa tafsir ini diharapkan menjadi cahaya penerang bagi kehidupan manusia. Muhammad Quraish Shihab menegaskan bahwa Al-Qur’an bukan hanya kitab hukum, tetapi juga petunjuk hidup yang mampu memberi pencerahan, ketenangan batin, dan solusi atas berbagai persoalan manusia.¹¹⁵ Dengan demikian, konteks sosial dan akademik kelahiran Tafsir *Al-Mishbah* sangat berkaitan dengan upaya menghadirkan Al-Qur’an sebagai pedoman hidup yang relevan sepanjang zaman.

2. Sistematika Penulisan *Tafsir Al-Mishbah*

Dari segi sistematika penulisan, Tafsir *Al-Mishbah* disusun mengikuti urutan mushaf Al-Qur’an, mulai dari Surah *al-Fātiḥah* hingga Surah *al-Nās*. Setiap surah diawali dengan pengantar yang menjelaskan nama surah, kandungan umum, tema pokok, serta hubungan (*munāsabah*) dengan surah sebelum dan sesudahnya. Hal ini menunjukkan perhatian Muhammad Quraish Shihab terhadap keserasian struktur Al-Qur’an.¹¹⁶ Dengan demikian, sistematika penulisan *Tafsir Al-Mishbah* menunjukkan pendekatan yang rapi,

¹¹⁴ Muhammad Quraish Shihab, *Wawasan Al-Qur’an: Tafsir Maudhu’i atas Pelbagai Persoalan Umat* (Bandung : Mizan, 1997), 13–17.

¹¹⁵ Muhammad Quraish shihab, *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur’an* (Jakarta : Lentera Hati, 2002), 3-7.

¹¹⁶ Abdul Mustaqim, *Metodologi Tafsir Kontemporer* (Yogyakarta : Idea Press, 2012), 73–80.



sistematis, dan kontekstual.¹¹⁷ Penyusunan tafsir yang mengikuti urutan mushaf, disertai pengantar pada setiap surah yang memuat nama surah, tema pokok, kandungan umum, serta hubungan antar surah (*munāsabah*), mencerminkan perhatian Muhammad Quraish Shihab terhadap keserasian dan keutuhan struktur Al-Qur'an.¹¹⁸ Pendekatan ini memudahkan pembaca memahami pesan ayat secara utuh, tidak parsial, serta membantu mengaitkan makna ayat dengan konteks tematik dan realitas kehidupan, khususnya bagi pembaca Muslim Indonesia.

Dalam menafsirkan ayat, Muhammad Quraish Shihab menggunakan pola penjelasan yang sistematis, dimulai dari penjelasan kosa kata penting, analisis kebahasaan, konteks ayat, hingga penarikan pesan moral dan nilai praktis. Ia juga mengaitkan ayat dengan realitas kehidupan manusia, sehingga tafsir tidak berhenti pada pemahaman teks, tetapi berlanjut pada penerapan nilai-nilai Al-Qur'an dalam kehidupan sehari-hari.¹¹⁹ penyajian Tafsir *Al-Mishbah* bersifat komunikatif dan mudah dipahami. Bahasa yang digunakan relatif sederhana, argumentatif, dan dialogis, sehingga dapat diakses oleh berbagai kalangan, baik akademisi maupun masyarakat umum. Karakter ini menjadikan *Tafsir Al-Mishbah* sebagai rujukan penting dalam kajian tematik, termasuk kajian tentang *shifā'* dan penyembuhan jiwa.

3. Corak dan Pendekatan *Tafsir Al-Mishbah*

Dari sisi corak penafsiran, *Tafsir Al-Mishbah* bercorak *adabī-ijtimaī*, yaitu corak tafsir yang menekankan aspek sastra, etika, dan sosial kemasyarakatan. Muhammad Quraish Shihab berusaha menggali pesan moral Al-Qur'an dan mengaitkannya dengan persoalan nyata yang dihadapi manusia, seperti keadilan, penderitaan,

¹¹⁷ Islah Gusmian, *Khazanah Tafsir Indonesia : Dari Hermeneutika hingga Ideologi* (Jakarta : Teraju, 2003), 258. Menekankan bahwa *Tafsir Al-Mishbah* memiliki sistematika yang terstruktur, kontekstual, dan relevan dengan kebutuhan masyarakat kontemporer.

¹¹⁸ Al-Zarkashī, *Al-Burhān fī 'Ulūm al-Qur'ān* (Beirut : Dār al-Ma'rifah, 1990), 155. Rujukan klasik tentang konsep *munāsabah* dan keserasian struktur Al-Qur'an.

¹¹⁹ Muhammad Quraish shihab, *Tafsir Al-Mishbah : Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an* (Jakarta : Lentera Hati, 2002), 37–40.



ketenangan jiwa, dan pembinaan akhlak.¹²⁰ Dengan demikian, corak dan pendekatan *Tafsir Al-Mishbah* menegaskan orientasinya sebagai tafsir yang bersifat *adabī-ijtimaī*, yakni menempatkan Al-Qur'an tidak hanya sebagai teks suci yang ditafsirkan secara linguistik, tetapi juga sebagai pedoman etika dan sosial. Melalui penekanan pada keindahan bahasa, pesan moral, dan relevansi sosial, Muhammad Quraish Shihab berhasil mengaitkan ajaran Al-Qur'an dengan realitas kehidupan manusia, seperti persoalan keadilan, penderitaan, ketenangan jiwa, dan pembinaan akhlak.¹²¹ Pendekatan ini menjadikan *Tafsir Al-Mishbah* mudah dipahami, aplikatif, serta relevan dengan kebutuhan masyarakat modern.

Pendekatan yang digunakan Muhammad Quraish Shihab bersifat integratif, meliputi pendekatan linguistik, teologis, dan psikologis. Pendekatan linguistik terlihat dari analisis kosa kata dan struktur bahasa Al-Qur'an, sementara pendekatan teologis digunakan untuk menegaskan nilai keimanan dan tauhid. Adapun pendekatan psikologis tampak dalam penjelasan tentang kondisi kejiwaan manusia, seperti kegelisahan, harapan, ketakutan, dan ketenangan batin.¹²² Dengan demikian, pendekatan integratif yang digunakan Muhammad Quraish Shihab dalam *Tafsir Al-Mishbah* menunjukkan upaya memahami Al-Qur'an secara menyeluruh, tidak hanya dari sisi bahasa dan akidah, tetapi juga dari aspek kejiwaan manusia. Perpaduan pendekatan linguistik, teologis, dan psikologis ini menjadikan tafsirnya lebih mendalam, kontekstual, serta mampu menjawab kebutuhan spiritual dan sosial pembaca dalam kehidupan sehari-hari.

Penekanan pada pembinaan jiwa dan pesan moral menjadikan *Tafsir Al-Mishbah* sangat relevan dengan konsep *shifā'*. Muhammad Quraish Shihab memandang Al-Qur'an sebagai sumber penyembuhan

¹²⁰ Budhy Munawar Rachman, *peran Quraish Shihab dalam tafsir modern Indonesia Islam dan Tafsir Kontekstual* (Jakarta: Paramadina, 2010), 136.

¹²¹ Muhammad Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an*, (Jakarta: Lentera Hati, 2002), 211.

¹²² Muhammad Quraish shihab, *Al-Qur'an dan ketenangan jiwa Membumikan Al-Qur'an: Fungsi dan Peran Wahyu dalam Kehidupan Masyarakat* (Bandung: Mizan, 1996). 173–176.



spiritual yang mampu menenangkan hati dan membentuk kepribadian manusia yang seimbang. Oleh karena itu, tafsir ini tidak hanya bersifat informatif, tetapi juga transformatif dalam membina kesehatan mental dan spiritual manusia.¹²³ Dengan demikian, penekanan *Tafsir Al-Mishbah* pada pembinaan jiwa dan penguatan pesan moral menegaskan relevansinya dengan konsep *shifā'* sebagai penyembuhan spiritual. Al-Qur'an dipahami tidak sekadar sebagai sumber informasi keagamaan, tetapi sebagai sarana transformasi batin yang menenangkan hati, memperkuat keimanan, dan membentuk kepribadian manusia yang seimbang. Melalui pendekatan ini, *Tafsir Al-Mishbah* berperan penting dalam membina kesehatan mental dan spiritual manusia secara berkelanjutan.

C. Konsep *Shifā'* dalam *Tafsir Al-Mishbah*

Konsep *shifā'* merupakan salah satu tema sentral dalam Al-Qur'an yang memperoleh perhatian serius dalam *Tafsir Al-Mishbah* karya Muhammad Quraish Shihab. Dalam penjelasannya, Muhammad Quraish Shihab tidak memaknai *shifā'* semata-mata sebagai kesembuhan jasmani, tetapi memahaminya secara lebih luas sebagai upaya pemulihan batin, pembenahan kondisi kejiwaan, serta proses pembinaan dan perubahan spiritual manusia. Dengan demikian, kajian tentang konsep *shifā'* dalam *Tafsir Al-Mishbah* menjadi pijakan teoretis yang penting untuk memahami Al-Qur'an sebagai sumber penyembuhan dan ketenangan jiwa.

1. Makna dan Fungsi *Shifā'* menurut Muhammad Quraish Shihab

Secara bahasa, *shifā'* berarti sembuh atau hilangnya penyakit. Namun, menurut Muhammad Quraish Shihab, makna *shifā'* dalam Al-Qur'an tidak terbatas pada penyakit jasmani, melainkan juga mencakup penyakit batin seperti keraguan, kegelisahan, kesedihan, dan penyimpangan moral. Dalam menafsirkan QS. Yūnus [10]: 57 dan QS. al-Isrā' [17]: 82, Muhammad Quraish Shihab menjelaskan bahwa Al-Qur'an berfungsi sebagai obat bagi penyakit hati yang bersumber dari kelemahan iman dan kesalahan cara pandang terhadap

¹²³ Muhammad Quraish, *Al-Qur'an dan kesehatan jiwa Wawasan Al-Qur'an: Tafsir Maudhu'i atas Pelbagai Persoalan Umat* (Bandung: Mizan, 1997), 371–374.



kehidupan.¹²⁴ Dengan demikian, *shifā'* dipahami sebagai konsep penyembuhan yang bersifat menyeluruh, mencakup aspek fisik, batin, dan moral manusia. Al-Qur'an tidak hanya berperan sebagai pedoman ibadah, tetapi juga sebagai terapi spiritual yang mampu menyembuhkan penyakit hati akibat kelemahan iman dan kekeliruan dalam memandang kehidupan, sehingga menghadirkan ketenangan, keseimbangan, dan arah hidup yang benar bagi manusia.

Fungsi Al-Qur'an sebagai *shifā'* menurut Muhammad Quraish Shihab terletak pada kemampuannya memberikan pencerahan akal dan ketenangan hati. Al-Qur'an menuntun manusia untuk memahami hakikat hidup, mengenal tujuan penciptaan, serta membangun hubungan yang benar dengan Allah dan sesama manusia. Dengan pemahaman yang benar tersebut, berbagai kegelisahan batin dapat teratasi secara bertahap.¹²⁵ Maka, fungsi Al-Qur'an sebagai *shifā'* tidak hanya bersifat teoritis, tetapi juga praktis dalam kehidupan manusia. Melalui pencerahan akal dan penenangan hati, Al-Qur'an membimbing manusia menuju pemahaman hidup yang benar, sehingga mampu mengatasi kegelisahan batin, memperkuat iman, serta membangun keseimbangan hubungan dengan Allah dan sesama secara berkelanjutan.

Muhammad Quraish Shihab juga menegaskan bahwa *shifā'* bukanlah proses instan, melainkan proses internalisasi nilai-nilai Al-Qur'an dalam kehidupan sehari-hari.¹²⁶ Al-Qur'an menyembuhkan jiwa dengan cara meluruskan keyakinan, menenangkan perasaan, serta membimbing manusia menuju sikap hidup yang seimbang. Oleh karena itu, *shifā'* dalam perspektif *Tafsir Al-Mishbah* dapat dipahami sebagai proses pencerahan dan penenangan jiwa yang berkelanjutan.¹²⁷ Hal tersebut menegaskan bahwa *shifā'* tidak

¹²⁴ Muhammad Quraish. *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an* (Jakarta: Lentera Hati, 2003), 427.

¹²⁵ Muhammad Quraish Shihab. "fungsi Al-Qur'an sebagai penyembuh batin", *Tafsir Al-Mishbah* (Jakarta: Lentera Hati, 2003), Vol 7, 15-18.

¹²⁶ Muhammad Quraish Shihab, *Membumikan Al-Qur'an* (Jakarta: Lentera Hati, 1994), 19.

¹²⁷ Muhammad Quraish Shihab. *Membumikan Al-Qur'an*. (Bandung: Mizan, 1996), 173-176.



dipahami sebagai penyembuhan yang bersifat langsung terjadi seketika tanpa melalui proses yang panjang, melainkan sebagai proses bertahap melalui internalisasi atau memasukan dan memahami nilai-nilai Al-Qur'an sehingga nilai tersebut bisa mempengaruhi cara berfikir, bersikap, dan bertindak dalam kehidupan sehari-hari.

2. Relasi *Shifā'*, *Hudā*, dan *Rahmah*

Dalam *Tafsir Al-Mishbah*, Muhammad Quraish Shihab menekankan bahwa *shifā'* tidak berdiri sendiri, tetapi selalu berkaitan erat dengan konsep *hudā* (petunjuk) dan *rahmah* (kasih sayang Allah). Ketiga konsep ini sering disebut secara beriringan dalam Al-Qur'an, sebagaimana terlihat dalam QS. Yūnus [10]: 57.¹²⁸ Menurut Quraish Shihab, petunjuk (*hudā*) berfungsi menunjukkan jalan yang benar, sedangkan *shifā'* berperan membersihkan penyakit batin yang menghalangi manusia dalam menerima petunjuk tersebut.¹²⁹ Dengan demikian, Ketiga konsep ini kerap hadir secara bersamaan dalam Al-Qur'an, Menurut Muhammad Quraish Shihab, *hudā* berfungsi menunjukkan jalan yang benar bagi manusia, sementara *shifā'* berperan menyembuhkan dan membersihkan penyakit-penyakit batin yang dapat menghalangi seseorang dalam menerima dan mengamalkan petunjuk tersebut. Sementara itu, *rahmah* merupakan wujud kasih sayang Allah yang meliputi seluruh proses penyembuhan dan pembimbingan manusia. Tanpa rahmat Allah, manusia tidak akan mampu menerima petunjuk dan merasakan dampak penyembuhan Al-Qur'an. Dengan demikian, *shifā'*, *hudā*, dan *rahmah* merupakan satu kesatuan nilai Qur'ani yang saling melengkapi.

Muhammad Quraish Shihab menjelaskan bahwa proses penyembuhan jiwa terjadi ketika seseorang membuka diri terhadap petunjuk Al-Qur'an dengan penuh keimanan. Pemahaman dan

¹²⁸ Muhammad Quraish shihab, *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an* (Jakarta: Lentera Hati, 2002), 20. penafsiran QS. Yūnus [10]: 57 dan penjelasan keterkaitan *hudā*, *shifā'*, dan *rahmah* sebagai satu kesatuan nilai Qur'ani.

¹²⁹ Muhammad Quraish shihab. *relasi shifā', hudā, dan rahmah. Tafsir Al-Mishbah* (Jakarta: Lentera Hati, 2003), 432.



pengamalan Al-Qur'an secara benar akan menumbuhkan ketenangan batin, rasa aman, dan harapan hidup. Inilah yang menjadikan Al-Qur'an bukan sekadar bacaan ritual, tetapi sarana transformasi spiritual yang mengubah cara berpikir dan bersikap manusia.¹³⁰ Dengan demikian, Muhammad Quraish Shihab, penyembuhan jiwa terjadi ketika seseorang mau membuka hati dan menerima petunjuk Al-Qur'an dengan iman. Jika Al-Qur'an dipahami dan diamalkan dengan baik, maka akan muncul ketenangan hati, rasa aman, dan harapan dalam hidup. Oleh karena itu, Al-Qur'an tidak hanya dibaca sebagai ibadah semata, tetapi juga berperan sebagai sarana pembinaan dan perubahan sikap hidup manusia ke arah yang lebih baik.

3. Dimensi *Shifā'* (Spiritual, Psikologis, dan Moral)

Konsep *shifā'* dalam *Tafsir Al-Mishbah* memiliki dimensi yang bersifat holistik, meliputi dimensi spiritual, psikologis, dan moral. Dimensi spiritual tampak dari penekanan Muhammad Quraish Shihab pada penguatan iman dan kedekatan manusia dengan Allah. Al-Qur'an menyembuhkan jiwa dengan cara menanamkan tauhid, menumbuhkan rasa tawakal, dan mengarahkan manusia untuk selalu bergantung kepada Allah dalam pengaruh ajarannya terhadap kondisi kejiwaan manusia, terutama dalam menciptakan ketenangan batin, optimisme, dan harapan hidup. Al-Qur'an tidak hanya memberikan tuntunan normatif, tetapi juga membentuk cara berpikir dan cara merespons realitas kehidupan. Ketika nilai-nilai Al-Qur'an diinternalisasi, seseorang tidak mudah larut dalam kecemasan, keputusasaan, maupun tekanan emosional yang berlebihan.¹³¹ Dengan demikian, konsep *shifā'* dalam *Tafsir Al-Mishbah* dapat dipahami sebagai proses penyembuhan yang menyeluruh, tidak hanya menyentuh aspek keagamaan, tetapi juga kondisi kejiwaan dan

¹³⁰ Muhammad Quraish Shihab, *Wawasan Al-Qur'an* (Bandung: Mizan, 1997), 371–374.

¹³¹ Mawaddah Rofiqoh, L, Zulfa, I dan Nahid Ayad, "Mental Health and Spirituality : Qur'anic Teaching and Approaches to Mental Health in the Modern Era" *Al-Fahmu : Jurnal Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir*, Vol. 4 No. 1 (2025), 82–91. Artikel ini menegaskan bahwa prinsip-prinsip Qur'ani seperti dzikir, salat, dan tawakkal bekerja secara efektif dalam menenangkan batin, memperkuat daya tahan psikologis, dan membantu individu menghadapi tekanan emosional.



pembentukan akhlak.¹³² Melalui penguatan iman, penanaman tauhid, dan sikap tawakal kepada Allah, Al-Qur'an membimbing manusia agar lebih tenang, kuat, dan siap menghadapi berbagai ujian hidup dengan sikap yang positif.

Dimensi psikologis *shifā'* terlihat dari dampak Al-Qur'an dalam menciptakan ketenangan batin, optimisme, dan harapan. Muhammad Quraish Shihab menegaskan bahwa jiwa yang dipenuhi nilai-nilai Al-Qur'an akan lebih stabil secara emosional, tidak mudah putus asa, dan mampu menghadapi tekanan hidup dengan sikap positif. Al-Qur'an membantu manusia mengelola emosi dan memaknai penderitaan sebagai bagian dari proses kehidupan.¹³³ Dengan demikian, dimensi psikologis *shifā'* dalam Al-Qur'an berperan penting dalam membentuk kestabilan emosi dan kekuatan mental manusia.¹³⁴ Nilai-nilai Al-Qur'an membantu seseorang tetap tenang, optimis, dan tidak mudah putus asa, sehingga mampu menghadapi tekanan dan penderitaan hidup dengan sikap yang lebih positif dan bermakna.¹³⁵

Adapun dimensi moral *shifā'* berkaitan dengan perbaikan akhlak dan perilaku manusia. Penyembuhan jiwa tidak dianggap sempurna apabila tidak tercermin dalam perubahan sikap dan tindakan. Oleh karena itu, *shifā'* dalam Tafsir *Al-Mishbah* juga bermakna pembinaan karakter, seperti kejujuran, kesabaran, empati, dan tanggung jawab sosial. Dengan demikian, *shifā'* berfungsi sebagai sarana pembentukan manusia yang sehat secara spiritual, mental, dan moral.¹³⁶ Dengan demikian, *shifā'* dalam *Tafsir Al-Mishbah* tidak hanya berfokus pada ketenangan batin, tetapi juga harus terlihat dalam perbaikan akhlak dan perilaku sehari-hari.

¹³² Muhammad Quraish shihab, *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an* (Jakarta: Lentera Hati, 2011), 43-47.

¹³³ Mustaqim, Abdul. *Metodologi Tafsir Kontemporer* (Yogyakarta: Idea Press, 2012), 149-152.

¹³⁴ Muhammad Utsman Najati, *Psikologi dalam Perspektif Islam* (Bandung: Pustaka Setia, 2005), 92-95.

¹³⁵ Muhammad Quraish Shihab, *Membumikan Al-Qur'an: Fungsi dan Peran Wahyu dalam Kehidupan Masyarakat* (Jakarta: Lentera Hati, 1994), 21-25.

¹³⁶ Budhy Munawar Rachman, *Islam dan Tafsir Kontekstual* (Jakarta: Paramadina, 2010), 133-136.



Penyembuhan jiwa dinilai berhasil apabila mendorong perubahan sikap menuju karakter yang lebih baik, seperti jujur, sabar, peduli terhadap sesama, dan bertanggung jawab. Melalui pemahaman ini, *shifā'* berperan sebagai sarana pembentukan manusia yang sehat secara spiritual, mental, dan moral secara utuh.

BAB IV

ANALISIS AYAT-AYAT *SHIFĀ'* MENURUT *TAFSIR AL-MISHBAH* DAN IMPLIKASINYA

Bab ini merupakan inti pembahasan penelitian yang berfokus pada analisis ayat-ayat Al-Qur'an yang mengandung konsep *shifā'* berdasarkan penafsiran Muhammad Quraish Shihab dalam *Tafsir Al-Mishbah*. Setelah pada bab-bab sebelumnya dipaparkan landasan teoretis mengenai makna *shifā'* dalam Al-Qur'an serta profil dan metode penafsiran Muhammad Quraish Shihab, maka pada bab ini



kajian diarahkan pada analisis tematik terhadap ayat-ayat *shifā'* beserta implikasinya bagi penyembuhan jiwa. Analisis dalam bab ini bertolak dari pemahaman bahwa *shifā'* dalam Al-Qur'an tidak hanya berkaitan dengan penyembuhan fisik, tetapi lebih menekankan pada penyembuhan penyakit hati dan jiwa, seperti kegelisahan, kecemasan, keraguan, keputusasaan, serta lemahnya iman. Melalui *Tafsir Al-Mishbah*, Muhammad Quraish Shihab menghadirkan penafsiran yang kontekstual dan relevan dengan problem kehidupan manusia modern, dengan menempatkan Al-Qur'an sebagai sumber petunjuk (*hudā*), rahmat (*raḥmah*), dan penyembuh (*shifā'*) yang bekerja secara bertahap melalui penguatan iman, penjernihan akal, dan pembentukan akhlak.

Bab ini secara khusus menganalisis beberapa ayat utama yang secara eksplisit maupun implisit memuat konsep *shifā'*, antara lain QS. Yūnus [10]: 57, QS. Al-Isrā' [17]: 82, QS. At-Taubah [9]: 14, dan QS. An-Naḥl [16]: 69. Ayat-ayat tersebut dikaji untuk mengungkap makna *shifā'*, konteks turunnya ayat, serta pesan-pesan penyembuhan yang terkandung di dalamnya menurut penafsiran Muhammad Quraish Shihab. Analisis ini juga dilengkapi dengan pembahasan mengenai faktor-faktor penyebab penyakit jiwa dan hati serta peran nilai-nilai Qur'ani dalam proses pemulihan kondisi mental dan spiritual manusia. bab ini juga membahas implikasi konsep *shifā'* terhadap penyembuhan jiwa dan kesehatan mental dalam konteks kehidupan modern. Dengan menautkan penafsiran ayat-ayat *shifā'* dalam *Tafsir Al-Mishbah* dengan realitas psikologis masyarakat kontemporer, bab ini diharapkan mampu menunjukkan bahwa Al-Qur'an memiliki kontribusi yang signifikan sebagai pendekatan penyembuhan jiwa yang bersifat holistik, mencakup dimensi spiritual, psikologis, dan moral. Melalui analisis ini, penelitian berupaya menegaskan relevansi konsep *shifā'* sebagai solusi Qur'ani dalam menghadapi krisis kesehatan mental di era modern.

A. *Shifā'* Sebagai Penyembuh Penyakit Hati

Dalam Al-Qur'an, konsep *shifā'* tidak hanya berkaitan dengan penyembuhan fisik, tetapi lebih menekankan pada penyembuhan penyakit hati (*amrāḍ al-qulūb*), seperti kekufuran, kemunafikan,



kedengkian, kesombongan, dan keraguan. Hal ini sebagaimana ditegaskan dalam QS. Yūnus [10]: 57, bahwa Al-Qur'an merupakan pelajaran, penyembuh bagi penyakit yang ada di dalam dada, serta petunjuk dan rahmat bagi orang-orang beriman.¹³⁷ Muhammad Quraish Shihab dalam *Tafsir Al-Mishbah* menjelaskan bahwa penyakit hati merupakan sumber utama kerusakan perilaku manusia.¹³⁸ Penyembuhan yang ditawarkan Al-Qur'an bersifat batiniah, yakni melalui pencerahan akal, penenangan jiwa, dan pembinaan iman. Menurutnya, *shifā'* bekerja ketika manusia membuka diri terhadap pesan-pesan ilahi dan menjadikannya sebagai pedoman hidup, bukan sekadar bacaan ritual semata.¹³⁹ Dengan demikian, *shifā'* dalam konteks ini bermakna proses penyadaran dan perbaikan batin yang berdampak langsung pada perubahan sikap dan perilaku. Penyembuhan hati menjadi fondasi utama bagi terciptanya kesehatan spiritual dan moral manusia.

Penyakit hati dalam Al-Qur'an merujuk pada kondisi batin yang menyimpang dari fitrah keimanan, seperti kekufuran, kemunafikan, kedengkian, kesombongan, keraguan, dan cinta dunia yang berlebihan. Penyakit-penyakit ini disebut sebagai akar dari kerusakan moral dan sosial. QS. Al-Baqarah [2]: 10 yang berbunyi

فِي قُلُوبِهِمْ مَرَضٌ ۖ فَزَادَهُمُ اللَّهُ مَرَضًا ۗ وَلَهُمْ عَذَابٌ أَلِيمٌ ۗ بِمَا كَانُوا يَكْذِبُونَ ﴿١٠﴾

"Dalam hati mereka ada penyakit, lalu Allah menambah penyakitnya itu; dan bagi mereka azab yang pedih, karena mereka berdusta (QS. Al-Baqarah [2]: 10)."

Menyatakan bahwa dalam hati orang-orang tertentu terdapat penyakit, lalu Allah menambah penyakit tersebut akibat sikap penolakan terhadap kebenaran.¹⁴⁰ Ayat ini menjelaskan penyakit hati (*maradh al-qalb*) seperti kemunafikan dan kedustaan. Dalam konteks

¹³⁷ Al-Qur'an al-Karim, QS. Yūnus [10]: 57.

¹³⁸ Muhammad Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah : Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an* (Jakarta: Lentera Hati, 2002), Volume 6 jilid 11, 42–45.

¹³⁹ Muhammad Quraish Shihab, *Wawasan Al-Qur'an: Tafsir Tematik atas berbagai Persoalan Umat* (Bandung: Mizan, 1996), 180–182.

¹⁴⁰ Al-Qur'an al-Karim, QS. Al-Baqarah [2]: 10.



shifā', Al-Qur'an berfungsi sebagai penyembuh bagi hati yang mau menerima kebenaran; sebaliknya, penolakan justru memperparah penyakit batin.¹⁴¹ Muhammad Quraish Shihab menegaskan bahwa penyakit hati lebih berbahaya dari pada penyakit jasmani karena berdampak langsung pada cara berpikir, bersikap, dan bertindak.¹⁴² Penyakit-penyakit tersebut telah diidentifikasi secara jelas oleh Al-Qur'an dan dijelaskan melalui pendekatan rasional, spiritual, dan etis. Al-Qur'an tidak hanya mendiagnosis penyakit hati, tetapi juga menawarkan terapi yang berkesinambungan melalui penanaman nilai-nilai tauhid dan akhlak mulia.

Salah satu penyakit hati yang paling mendasar adalah kekufuran, yang dalam Al-Qur'an dipahami sebagai sikap menutup diri dari kebenaran meskipun bukti-bukti telah nyata. QS. Al-Baqarah [2]: 6–7 menggambarkan kekufuran sebagai kondisi hati yang terkunci, sehingga tidak mampu menerima petunjuk. Muhammad Quraish Shihab menjelaskan bahwa Al-Qur'an menyembuhkan kekufuran dengan menghadirkan argumentasi rasional dan spiritual tentang keesaan Allah serta tanda-tanda kekuasaan-Nya di alam semesta, yang mengajak manusia menggunakan akal dan nurani secara jujur.¹⁴³ Pandangan ini sejalan dengan Ibn Kathīr yang menyatakan bahwa akar kekufuran terletak pada kesombongan batin dan keengganan menerima kebenaran, sehingga penyembuhannya menuntut keterbukaan hati dan kerendahan diri.¹⁴⁴ Selain kekufuran, Al-Qur'an juga mengidentifikasi kemunafikan sebagai penyakit hati yang berbahaya karena ditandai oleh ketidaksesuaian antara iman yang diucapkan dan perbuatan yang dilakukan. QS. Al-Baqarah [2]: 8–10 menegaskan bahwa kemunafikan merupakan penyakit hati yang dapat bertambah parah apabila tidak disadari. Dalam *Tafsir Al-*

¹⁴¹ Muhammad Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an*, (Jakarta: Lentera Hati, 2002), Jilid 1, 86–88. Menjelaskan bahwa *maradh al-qalb* pada QS. Al-Baqarah [2]:10 adalah penyakit batin seperti kemunafikan, keraguan iman, dan kebohongan yang berakibat pada rusaknya kejiwaan dan moral manusia.

¹⁴² Muhammad Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah* (Jakarta: Lentera Hati, 2002), Vol. 1, 155–157.

¹⁴³ Muhammad Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah*, jilid. 1, 65–67.

¹⁴⁴ Ibn Kathīr, *Tafsīr Al-Qur'ān al-'Azīm*, jilid.1, 154–156.



Mishbah, Muhammad Quraish Shihab menjelaskan bahwa *shifā'* Al-Qur'an bekerja dengan membongkar kontradiksi tersebut dan mendorong kejujuran batin serta konsistensi moral, sehingga iman tidak berhenti pada aspek verbal, tetapi terwujud dalam tindakan nyata.¹⁴⁵ Penjelasan ini diperkuat oleh *al-Rāghib al-Aṣfahānī* yang menyebut *nifaq* sebagai penyakit spiritual yang hanya dapat disembuhkan melalui keikhlasan dan kesadaran diri yang mendalam.¹⁴⁶

Penyakit hati lainnya adalah kesombongan (*kibr*), yang menyebabkan manusia menolak kebenaran dan meremehkan orang lain. Al-Qur'an menggambarkan kesombongan sebagai sifat yang menghalangi hidayah, sebagaimana tercermin dalam kisah Iblis. Terdapat dalam surah QS. Al-A'rāf [7]: 12–13 yang artinya ;Allah berfirman, "Apakah yang menghalangimu untuk bersujud ketika Aku menyuruhmu?" Ia (Iblis) menjawab, "Aku lebih baik daripadanya. Engkau ciptakan aku dari api, sedangkan dia Engkau ciptakan dari tanah." Ayat ini menunjukkan penyakit hati berupa kesombongan (*kibr*) dan merasa diri paling benar, yang menjadi sebab utama penolakan kebenaran. Dalam konteks *shifā'*, Al-Qur'an mengobati penyakit ini dengan menanamkan kerendahan hati, ketaatan, dan kesadaran asal-usul manusia.¹⁴⁷ Sejalan dengan itu, al-Ghazālī menegaskan bahwa kesombongan merupakan salah satu penyakit hati paling berbahaya karena menutup pintu kebenaran dan hidayah, dan penyembuhannya terletak pada muḥāsabah serta pembiasaan sikap rendah hati.¹⁴⁸

Berdasarkan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa konsep

¹⁴⁵ Muhammad Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an* (Jakarta : Lentera Hati, 2002), 188–191. Muhammad Quraish Shihab menjelaskan makna *maradh* sebagai penyakit batin seperti keraguan, kemunafikan, dan akibatnya terhadap jiwa; kemudian menghubungkannya dengan peran Al-Qur'an sebagai *shifā'*.

¹⁴⁶ Al-Rāghib Al-Aṣfahānī, *Al-Mufradāt fī Ghariḥ al-Qur'ān*, 515.

¹⁴⁷ Muhammad Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an* (Jakarta: Lentera Hati, 2002), 54–58. Menjelaskan dialog Allah–Iblis sebagai pelajaran psikologis tentang bahaya kesombongan dan logika keliru yang bersumber dari ego.

¹⁴⁸ Al-Ghazālī dan Abū Ḥāmid Muḥammad ibn Muḥammad ibn Muḥammad al-Ṭūsī, *Iḥyā' 'Ulūm al-Dīn* (Beirut : Dār al-Ma'rifah), 343–346.



shifā' dalam Al-Qur'an menekankan penyembuhan penyakit hati (*amrāḍ al-qulūb*) seperti kekufuran, kemunafikan, kesombongan, dan kedengkian, yang menjadi akar kerusakan perilaku dan sosial. Penyembuhan yang ditawarkan Al-Qur'an bersifat batiniah dan holistik, dilakukan melalui pencerahan akal, penenangan jiwa, penanaman iman, serta pembinaan akhlak, sehingga berdampak pada perubahan sikap, perilaku, dan pembentukan karakter yang konsisten. *Shifā'* tidak hanya memberikan manfaat personal, tetapi juga mendorong terciptanya masyarakat yang adil, bermartabat, dan selaras dengan prinsip-prinsip Islam. Dengan demikian, penyembuhan hati melalui Al-Qur'an menjadi fondasi utama bagi kesehatan spiritual dan moral manusia, sekaligus landasan untuk membangun tatanan sosial yang harmonis.

B. Al-Qur'an sebagai Sumber Bimbingan dan Penyembuh (*Shifā'*)

Al-Qur'an berfungsi sebagai sumber bimbingan utama bagi umat Islam, sekaligus sebagai *shifā'* atau penyembuh bagi penyakit hati dan jiwa, sebagaimana ditafsirkan oleh Muhammad Quraish Shihab dalam *Tafsir Al-Misbah*. Penafsiran ini menekankan ayat-ayat kunci seperti QS. Al-Isra': 82, yang menyatakan bahwa Al-Qur'an adalah rahmat bagi orang-orang yang beriman dan obat bagi keraguan spiritual.¹⁴⁹ Ayat-Ayat Utama *Shifā'* dalam *Tafsir Al-Mishbah* Muhammad Quraish Shihab menjelaskan QS. Yunus: 57 sebagai panggilan kepada seluruh manusia bahwa Al-Qur'an adalah pelajaran, penyembuh dada (penyakit hati seperti keraguan dan kegelisahan), serta petunjuk dan rahmat bagi mukmin. Dalam QS. Fushshilat: 44, Al-Qur'an disebut petunjuk dan *shifā'* bagi yang beriman, dengan Muhammad Quraish Shihab menyoroti bahwa manfaatnya tergantung keyakinan individu beberapa terbimbing, sementara yang lain tetap kafir. QS. Al-Isra': 82 menegaskan peran Al-Qur'an menyembuhkan penyakit psikis seperti halu' (kegelisahan) dan *dayq* (kesempitan jiwa).¹⁵⁰

¹⁴⁹ Fina Faiqatun Nazilah, *Pandangan Al-Qur'an Sebagai Shifā' Dalam Mengatasi Kecemasan Analisis Integratif dengan Teori Kecemasan Sigmund Freud*, (jember : UIN KH Achmad Siddiq, 2025), 32.

¹⁵⁰ Rohmatulloh Derysmono, dan Al Kahfi, Makna *syifā'* dalam Al-Qur'an: Studi komparatif penafsiran Muhamamad Quraish Shihab dan Sayyid Quthb, *At-*



Implikasi praktis dari penafsiran ini adalah ajakan sederhana bagi umat Islam untuk membaca dan merenungkan Al-Qur'an setiap hari sebagai cara mengobati masalah hati seperti stres atau keraguan. Ini bisa digabungkan dengan ilmu psikologi modern, misalnya terapi bicara atau meditasi, agar lebih efektif. Dengan begitu, Al-Qur'an melengkapi pengobatan jasmani dengan penyembuhan jiwa yang lengkap dan alami serta spiritual yang menyeluruh.¹⁵¹ Umat Islam dianjurkan membaca dan merenungkan Al-Qur'an secara rutin sebagai terapi spiritual, melengkapi pengobatan medis. Pendekatan ini menumbuhkan ketenangan jiwa (*sakinah*) di tengah tekanan kehidupan.¹⁵²

berdasarkan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa Al-Qur'an berfungsi ganda sebagai sumber bimbingan (*hudā*) dan penyembuh (*shifā'*) bagi manusia, terutama untuk penyakit hati dan psikis seperti keraguan, kegelisahan, dan kesempitan jiwa. Penafsiran Muhammad Quraish Shihab menegaskan bahwa *shifā'* tidak bersifat magis atau sekadar ritual bacaan, tetapi bekerja melalui internalisasi pesan-pesan ilahi, yakni penguatan iman, pencerahan akal, dan penataan akhlak, yang menghasilkan ketenangan batin (*sakinah*) dan kestabilan psikologis. Efektivitas *shifā'* sangat bergantung pada kesadaran dan kesiapan individu; mereka yang membuka diri terhadap bimbingan Al-Qur'an akan merasakan penyembuhan batin, sedangkan yang menolak tetap terjebak dalam keraguan dan kegelisahan.

C. Faktor-Faktor Penyakit Jiwa dan Hati

Dalam kajian Al-Qur'an dan tafsir, penyakit jiwa dan hati (*amrād al-qulūb*) dipahami sebagai kondisi batin yang memiliki beragam penyebab, baik yang berasal dari dalam diri manusia maupun dari

Taisir: Journal of Indonesian Tafsir Studies, Vol. 6 No. 1 (2025), 28.

¹⁵¹ Suhaili, A, Hasan, M., dan Azhari, R, "Kajian ayat *syifā'* dalam Al-Qur'an dalam Tafsir al-Thabari", *El-Warqoh: Jurnal Ilmu Al-Qur'an*, Vol. 6 No.1 (2022), 22.

¹⁵² Lazuardi, K., dan Usriyah, L. "Al Qur'an dan Ketenangan Jiwa: Mengungkap Dampaknya pada Kesehatan Mental Sisw" *IJIT: Indonesian Journal of Islamic Teaching*, Vol. 8 No. 1 (2025), 407–416. (Penelitian ini menjelaskan bahwa kebiasaan membaca Al Qur'an secara rutin dikaitkan dengan penurunan stres dan kecemasan serta peningkatan ketenangan batin.)



pengaruh lingkungan.¹⁵³ Al-Qur'an memandang penyakit hati bukan sekadar persoalan emosional atau psikologis, melainkan problem spiritual yang berdampak langsung pada kualitas keimanan dan pembentukan akhlak seseorang.¹⁵⁴ Kondisi ini muncul ketika hati tidak lagi selaras dengan fitrah, sehingga melahirkan sikap-sikap negatif seperti keraguan terhadap kebenaran, kemunafikan, kesombongan, kedengkian, serta orientasi berlebihan pada kehidupan duniawi. Al-Qur'an mengisyaratkan hal tersebut dalam QS. Al-Baqarah [2]: 10.¹⁵⁵ Muhammad Quraish Shihab dalam *Tafsir Al-Mishbah* menjelaskan bahwa penyakit hati berkaitan erat dengan penolakan terhadap petunjuk Ilahi dan tertutupnya hati dari nilai-nilai kebenaran. Hati yang berada dalam kondisi sakit kehilangan kepekaan moral, sehingga individu menjadi sulit membedakan antara yang hak dan yang batil, yang pada akhirnya tercermin dalam perilaku yang tidak sejalan dengan ajaran agama.¹⁵⁶ Dampak penyakit hati ini tidak hanya bersifat personal, tetapi juga memengaruhi kehidupan sosial.

Sejalan dengan pandangan tersebut, Al-Ghazālī menegaskan bahwa sumber utama penyakit hati adalah dominasi hawa nafsu serta kelalaian dalam mengingat Allah.¹⁵⁷ Dalam *Ihyā' 'Ulūm al-Dīn*, ia menekankan pentingnya penyucian hati sebagai upaya mengendalikan sifat-sifat tercela yang dapat merusak ketenangan jiwa dan hubungan manusia dengan Tuhan serta sesamanya.¹⁵⁸ Oleh

¹⁵³ Muhammad Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an*. Jilid 1 (Jakarta: Lentera Hati, 2002), 188–191.

¹⁵⁴ Hidayah dan Firdausi, "Redefining the Meaning of *Asy-Syifā'* in the Qur'an as Qur'anic Healing in Physical Ailments", *Jurnal UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta* Vol. 22 No. 1 (2021), 45–60.

¹⁵⁵ Al-Qur'an al-Karim, QS. Al-Baqarah [2]: 10. فِي قُلُوبِهِمْ مَرَضٌ فَزَادَهُمُ اللَّهُ مَرَضًا ۗ وَلَهُمْ عَذَابٌ أَلِيمٌ هٗ بِمَا كَانُوا يَكْفُرُونَ " Dalam hati mereka terdapat penyakit, lalu Allah " menambah penyakitnya itu"

¹⁵⁶ Muhammad Quraish shihab, *Tafsir Al-Mishbah*. Jilid 6 (Jakarta: Lentera Hati, 2002), 468. Penjelasan dampak penyakit hati terhadap perilaku individu dan kehidupan sosial.

¹⁵⁷ Abu hamid muhammad ibn muhammad Al-Ghazālī, *Ihyā' 'Ulūm al-Dīn*. Jilid 3 (Beirut: Dār al-Kutub al-'Ilmiyyah, 2019), 15–25. (Pembahasan sumber penyakit hati: hawa nafsu, kelalaian dzikir, dan sifat tercela).

¹⁵⁸ Muhamad Rizal Nurzaman dan Dindin solahudin, "The Concept of Tazkiyatunnafs in the Book of *Ihyā' 'Ulumuddin* and Its Implications in Sufistic Counseling", *Syifa al Qulub: Jurnal Studi Psikoterapi Sufistik*, Vol.8 No. 2, (2025), 15. Membahas kerangka *tazkiyat al nafs* dalam *Ihyā'* secara holistik: pembersihan hati,

karena itu, dalam perspektif Islam, penyakit jiwa dan hati dipahami sebagai persoalan spiritual dan etis yang menuntut proses penyembuhan melalui bimbingan wahyu, penguatan iman, dan pembinaan akhlak.

a. Faktor Internal Penyakit Jiwa dan Hati

Salah satu penyebab utama penyakit hati adalah lemahnya iman akibat kelalaian dalam mengingat Allah.¹⁵⁹ Hati yang tidak dipenuhi zikir akan mudah dikuasai kegelisahan, keraguan, dan kehampaan batin. Al-Qur'an menegaskan bahwa ketenangan jiwa hanya diperoleh melalui kedekatan dengan Allah dijelaskan dalam (QS. al-Ra'd [13]: 28)

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

“(Yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, bahwa hanya dengan mengingat Allah hati akan selalu tenteram (QS. al-Ra'd [13]: 28).”

Menurut Muhammad Quraish Shihab, ketenangan yang dimaksud bukan sekadar rasa nyaman psikologis, melainkan stabilitas spiritual yang melahirkan keutuhan kepribadian dan kekuatan moral.¹⁶⁰ Penyakit hati juga muncul ketika nafsu menjadi pengendali utama kehidupan. Al-Qur'an menggambarkan nafsu yang tidak terkendali sebagai sumber kesesatan dalam (QS. al-Jāthiyah [45]: 23) Allah berfirman :

أَفَرَأَيْتَ مَنْ اتَّخَذَ إِلَهَهُ هَوَاهُ وَأَضَلَّهُ اللَّهُ عَلَىٰ عِلْمٍ وَخَتَمَ عَلَىٰ سَمْعِهِ
وَوَقَلَ عَلَيْهِ وَجَعَلَ عَلَىٰ بَصَرِهِ غِشْوَةً فَمَنْ يَهْدِيهِ مِنْ بَعْدِ اللَّهِ أَفَلَا تَذَكَّرُونَ ﴿٢٣﴾

“Maka pernahkah kamu melihat orang yang menjadikan hawa nafsunya sebagai tuhan dan Allah membiarkannya sesat

pengendalian sifat tercela, dan implikasinya dalam konseling moral dan spiritual.

¹⁵⁹ Hanah Lutfiah, “Kesehatan Mental dalam Perspektif PAI: Analisis Kritis Al-Qur'an Surah Ar-Ra'd Ayat 28”, *Jurnal Review Pendidikan dan Pengajaran*, Vol.7 No. 3 (2024), 889.

¹⁶⁰ Muhammad Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an* (Jakarta: Lentera Hati, 2002), 430–433.



berdasarkan ilmu-Nya, dan Allah telah mengunci pendengaran dan hatinya serta meletakkan tutupan atas penglihatannya? Maka siapakah yang akan memberinya petunjuk setelah Allah (membiarkannya sesat)? Tidakkah kamu mengambil pelajaran? (QS. al-Jāthiyah [45]: 23)."

Menurut Muhammad Quraish Shihab, QS. Al-Jāthiyah [45]: 23 menjelaskan kondisi manusia yang menjadikan hawa nafsu sebagai penentu utama kebenaran, sehingga ia tidak lagi tunduk pada petunjuk Allah.¹⁶¹ Kesesatan yang dialami bukan karena paksaan Ilahi, melainkan akibat pilihan sadar yang terus-menerus diikuti. Akibat dominasi hawa nafsu tersebut, hati, pendengaran, dan penglihatan kehilangan kepekaan spiritual dan moral, sehingga seseorang sulit menerima kebenaran. Ayat ini menunjukkan bahwa menjadikan hawa nafsu sebagai "Tuhan" merupakan bentuk penyakit hati (*Amrāḍ Al-qulūb*) yang menghalangi manusia dari petunjuk dan ketenangan sejati.

b. Faktor Eksternal Penyakit Jiwa dan Hati

Adanya pengaruh lingkungan sosial dan budaya Lingkungan sosial dan budaya memiliki peran signifikan dalam membentuk kondisi jiwa dan hati manusia. Lingkungan yang jauh dari nilai-nilai ilahiah dapat memperparah penyakit hati (*amrāḍ al-qulūb*), karena pola pergaulan, kebiasaan, dan nilai yang dominan di sekitarnya secara perlahan memengaruhi cara berpikir, bersikap, dan bertindak seseorang. Al-Qur'an mengingatkan bahaya pengaruh pergaulan yang buruk melalui penyesalan orang zalim di akhirat sebagaimana digambarkan dalam QS. al-Furqān [25]: 27: *"Dan pada hari itu orang zalim menggigit kedua tangannya seraya berkata, 'Wahai, seandainya dahulu aku mengambil jalan bersama Rasul.'" Ayat ini menunjukkan bahwa kesesatan sering kali bermula dari pilihan lingkungan dan*

¹⁶¹ Muhammad Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an* (Jakarta: Lentera Hati, 2002). Jilid 13, 172–174. Menurut Quraish Shihab, ayat ini menggambarkan manusia yang menomorsatukan hawa nafsu sehingga mengabaikan wahyu dan akal, menutup hati dan inderanya dari kebenaran, sehingga ia tersesat meski merasa benar.



pergaulan yang menjauhkan manusia dari tuntunan kebenaran.¹⁶² Menurut Muhammad Quraish Shihab dalam Tafsir *Al-Mishbah*, hati manusia bersifat reseptif dan mudah dipengaruhi oleh nilai-nilai yang hidup di sekitarnya.¹⁶³ Lingkungan yang dipenuhi kemungkaran dan jauh dari nilai ketuhanan akan melemahkan sensitivitas spiritual, sedangkan lingkungan yang baik akan membantu menjaga kejernihan hati dan kestabilan jiwa.¹⁶⁴ Oleh karena itu, lingkungan sosial dan budaya merupakan faktor eksternal yang sangat menentukan dalam menjaga kesehatan hati dan jiwa manusia.

Di samping pengaruh lingkungan, Al-Qur'an juga menunjukkan bahwa godaan setan merupakan salah satu faktor eksternal yang memengaruhi kondisi jiwa dan hati manusia, terutama ketika ketahanan spiritualnya melemah.¹⁶⁵ Setan digambarkan sebagai pihak yang menanamkan bisikan ke dalam batin manusia, sebagaimana ditegaskan dalam QS. Al-Nās [114]: 5: "(yaitu setan) yang membisikkan (kejahatan) ke dalam dada manusia." Menurut Muhammad Quraish Shihab dalam Tafsir *Al-Mishbah*, istilah *waswasah* menunjukkan bisikan yang halus dan berulang, yang bekerja melalui sugesti pikiran dan perasaan tanpa disadari oleh manusia. Bisikan tersebut tidak bersifat paksaan, tetapi memengaruhi cara berpikir, menumbuhkan prasangka negatif, kegelisahan batin, serta keraguan terhadap nilai-nilai keimanan.¹⁶⁶ Lebih lanjut, Muhammad Quraish Shihab menjelaskan bahwa setan

¹⁶² Al-Qur'an al-Karim. QS. Al-Furqān [25]: 27: "Dan pada hari itu orang zalim menggigit kedua tangannya seraya berkata, 'Wahai, seandainya dahulu aku mengambil jalan bersama Rasul.

¹⁶³ Muhammad Quraish shihab, *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an*. Jilid 9 (Jakarta: Lentera Hati, 2002), 179–183. (Penafsiran QS. Al-Furqān [25]: 27–29 tentang pengaruh lingkungan dan pergaulan).

¹⁶⁴ Al-Ghazālī . *Ihyā' 'Ulūm al-Dīn*. Jilid 3 (Beirut: Dār al-Ma'rifah, 2005) ,343–346. (Pembahasan penyakit hati, pengaruh kebiasaan dan lingkungan terhadap jiwa).

¹⁶⁵ Al-Ghazālī, *Ihyā' 'Ulūm al-Dīn*, Jilid 3 (Beirut: Dār al-Ma'rifah, 2005),20–25. (Pembahasan tentang peran setan dalam memperkuat penyakit hati dan pentingnya penjagaan batin).

¹⁶⁶ Muhammad Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah : Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an*. Jilid 15 (Jakarta: Lentera Hati, 2002), 615–618. (Penafsiran QS. Al-Nās [114]: 1–6 (tentang makna *waswasah* dan pengaruh setan terhadap jiwa manusia).



memanfaatkan kelemahan spiritual manusia seperti lalai dari dzikir dan jauhnya hubungan dengan Allah untuk memperkuat kecenderungan jiwa yang menyimpang. Pandangan ini sejalan dengan penjelasan Ibn Kathīr yang menegaskan bahwa bisikan setan masuk ke dalam hati manusia dan terus berulang selama manusia lalai mengingat Allah, namun akan melemah ketika hati dipenuhi dengan iman dan kesadaran spiritual.¹⁶⁷ Dalam kerangka penyakit hati (*amrād al-qulūb*), pengaruh setan berperan sebagai faktor penguat penyakit batin seperti keraguan, kecemasan, dan penyimpangan moral, sehingga apabila tidak diimbangi dengan keimanan yang kokoh dan kedekatan kepada Allah, hati manusia akan semakin jauh dari ketenteraman dan petunjuk-Nya.

D. Penyembuhan Jiwa dalam Hadis

Penyembuhan jiwa dalam hadis Nabi Muhammad SAW menekankan pendekatan holistik yang menggabungkan ibadah spiritual, pengelolaan emosi, dan pengobatan fisik untuk mengatasi kegelisahan, kesedihan, dan penyakit hati.¹⁶⁸ Sebagai umat Islam, sudah semestinya kita berpegang teguh terhadap pedoman agama. Al-Qur'an dan Hadist menjadi rujukan pertama umat Islam. Disebutkan dalam hadist nabi mengenai kesehatan mental, kriteria orang yang memiliki mental sehat diantaranya: perasaan aman, merasa cukup dan tidak meminta-minta kepada orang lain, percaya diri, dan bertanggung jawab. Nabi Muhammad Saw. tidak hanya memfokuskan untuk menjaga kesehatan fisik saja, namun mental kita juga perlu diperhatikan. Dijelaskan dalam salah satu hadist Rasulullah Saw sebagai berikut:

حَدَّثَنَا أَبُو بَكْرِ بْنُ أَبِي شَيْبَةَ حَدَّثَنَا خَالِدُ بْنُ مَخْلَدٍ حَدَّثَنَا عَبْدُ اللَّهِ بْنُ سُلَيْمَانَ عَنْ مُعَاذِ بْنِ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ خُبَيْبٍ عَنْ أَبِيهِ عَنْ عَمِّهِ قَالَ كُنَّا فِي مَجْلِسٍ فَجَاءَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ وَعَلَى رَأْسِهِ أَثْرٌ مَاءٍ فَقَالَ لَهُ بَعْضُنَا تَرَكَ الْيَوْمَ طَيْبَ النَّفْسِ فَقَالَ أَجَلٌ وَالْحَمْدُ لِلَّهِ ثُمَّ أَقَاضَ الْقَوْمُ فِي ذِكْرِ الْغَنَى فَقَالَ لَا بَأْسَ بِالْغَنَى لِمَنْ اتَّقَى وَالصِّحَّةَ لِمَنْ اتَّقَى خَيْرٌ مِنَ الْغَنَى وَطَيْبَ النَّفْسِ مِنَ النَّعِيمِ

¹⁶⁷ Ibn Kathīr, *Tafsīr al-Qur'ān al-'Azīm*. Jilid 8 (Beirut: Dār al-Kutub al-'Ilmiyyah, 1999), 539–541. (Penjelasan bisikan setan dan hubungannya dengan kelalaian manusia dari dzikir).

¹⁶⁸ Al-Bukhari, M. bin I. *Ṣaḥīḥ al-Bukhārī*. Beirut: Dār Ibn Kathīr. (2002).



“Telah menceritakan kepada kami [Abu Bakr bin Abu Syaibah] berkata, telah menceritakan kepada kami [Khalid bin Makhlad] berkata, telah menceritakan kepada kami [Abdullah bin Sulaiman] dari [Mu’adz bin Abdullah bin Khubaib] dari [Bapaknya] dari [Pamannya] ia berkata, “Kami sedang duduk-duduk dalam sebuah majelis, lalu Nabi shallallahu ‘alaihi wasallam datang, sementara di kepalanya masih ada sisa air mandi. Sebagian kami berkata kepada beliau, “Hari ini kami melihatmu tampak bahagia, “beliau lantas menjawab: “Benar, segala puji bagi Allah.” Setelah itu orang-orang hanyut dalam perbincangan masalah kekayaan hingga beliau pun bersabda: “Tidak apa-apa dengan kaya bagi orang yang bertakwa. Dan sehat bagi orang yang bertakwa itu lebih baik dari kaya. Dan bahagia itu bagian dari kenikmatan.”

Begitu penting nya menjaga kesehatan mental, Rasulullah Saw pernah mengajarkan doa kepada putrinya Sayyidah Fathimah radhiyallahu’anha untuk menjaga kesehatan mental. Rasulullah Saw. meminta Fathimah radhiyallahu ‘anha untuk membacanya pagi dan sore hari.

Menurut Muhammad Quraish Shihab, doa-doa Nabi SAW bukan sekadar permohonan spiritual, melainkan juga pedoman pendidikan jiwa yang mencerminkan kesadaran akan potensi kelemahan psikologis manusia. Dalam pandangan Muhammad Quraish Shihab, sifat-sifat yang disebutkan dalam doa tersebut menggambarkan penyakit jiwa dan moral yang dapat merusak kualitas hidup manusia serta menghambat pelaksanaan tugas kekhalifahan di bumi.¹⁶⁹ Dalam Tafsir *Al-Mishbah*, Muhammad Quraish Shihab menegaskan bahwa doa ini sejalan dengan konsep *amrāḍ al-qulūb* (penyakit hati) yang banyak disinggung Al-Qur’an, di mana penyakit jiwa tidak hanya bersifat emosional, tetapi juga moral dan spiritual. Oleh karena itu, doa Nabi SAW dipahami sebagai bentuk terapi jiwa komprehensif, yang mencakup perlindungan dari gangguan emosional (gelisah dan sedih), kelemahan personal (lemah dan malas), penyimpangan moral (kikir dan pengecut), serta tekanan

¹⁶⁹ Muhammad Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur’an* (Jakarta: Lentera Hati, 2002), 188–191.



sosial-ekonomi (hutang dan dominasi manusia).¹⁷⁰ Menurut Muhammad Quraish Shihab, perlindungan kepada Allah melalui doa merupakan langkah awal dalam proses *tazkiyat al-nafs* (penyucian jiwa), yang bertujuan menghadirkan ketenangan batin, kekuatan mental, dan kemerdekaan jiwa.¹⁷¹

Allah SWT menganugerahkan jiwa pada manusia yang nilainya tak terhingga. Dengannya, manusia merasakan suka, duka, bahagia, derita, kecewa, dan kedamaian.¹⁷² Dalam realitas kehidupan sehari-hari, jiwa manusia mengalami berbagai kondisi emosional yang silih berganti. Setiap individu merasakan suka dan duka, bahagia dan derita, kecewa dan damai, tergantung pada pengalaman hidup yang dihadapinya. Ketika seseorang memperoleh keberhasilan, jiwa merasakan kebahagiaan dan kepuasan batin. Sebaliknya, saat menghadapi kegagalan, kehilangan orang tercinta, tekanan ekonomi, atau konflik sosial, jiwa dapat diliputi kesedihan, kegelisahan, dan kekecewaan. Fenomena ini menunjukkan bahwa jiwa bukanlah sesuatu yang statis, melainkan dinamis dan sangat dipengaruhi oleh interaksi manusia dengan lingkungannya.¹⁷³ Jiwa merupakan keajaiban yang datang dari Allah, dimana selalu menuntun manusia pada cahaya kebenaran. Namun, sebagaimana halnya tubuh fisik, jiwa juga dapat berada dalam kondisi sehat maupun sakit. Terdapat

¹⁷⁰ Suryani, Ely. "Konsep Penyakit Hati dalam Tafsir Al-Mishbah Karya M. Quraish Shihab", *Jurnal Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir*, Vol. 4 No. 2, (2019), 145–160. Ini menegaskan bahwa: penyakit jiwa menurut Muhammad Quraish Shihab mencakup aspek emosional, moral, dan spiritual, serta Al-Qur'an dan doa Nabi berfungsi sebagai media *tazkiyat al-nafs*.

¹⁷¹ Hidayat, Rahmat, "Tazkiyat al-Nafs dalam Tafsir Al-Mishbah". *Jurnal Ushuluddin*, Vol. 28 No. 1 (2020), 89. Menguatkan konsep bahwa perlindungan kepada Allah melalui doa adalah langkah awal penyucian jiwa menurut Quraish Shihab.

¹⁷² Nugroho, M. A, Konsep Jiwa (*Nafs*) dalam Perspektif Al-Qur'an dan Psikologi Islam. *Jurnal Psikologi Islam*, Vol. 7 No. 1 (2020), 14. Menjelaskan bahwa jiwa (*nafs*) merupakan anugerah Allah yang memungkinkan manusia merasakan suka, duka, bahagia, penderitaan, dan kedamaian. Jiwa menjadi pusat kesadaran dan pengalaman emosional manusia.

¹⁷³ Rahman, F, dan Lestari, N. "Ketenangan Jiwa dalam Perspektif Al-Qur'an", *Studia Qur'anika: Jurnal Studi Al-Qur'an*, Vol. 4 No. 2 (2019), 101–116. Jurnal ini menegaskan bahwa Al-Qur'an memandang jiwa manusia mengalami perubahan kondisi emosional akibat keberhasilan, kegagalan, kehilangan, dan tekanan hidup.



delapan penyakit jiwa yang secara lugas disebutkan Nabi dalam Hadis di atas.¹⁷⁴ Oleh karena itu, Islam menekankan pentingnya penyembuhan jiwa melalui pendekatan yang bersifat holistik, yaitu dengan mengintegrasikan aspek spiritual, emosional, dan fisik. Nabi Muhammad SAW mendorong umatnya untuk senantiasa mencari obat bagi setiap penyakit, termasuk gangguan jiwa.¹⁷⁵ Sunan Ibn Majah 3427: Abu Bakr bin Abu Shaybah dan Hisham bin Ammar keduanya meriwayatkan kepada kami: Sufyan bin Uyainah meriwayatkan kepada kami dari Ziyad bin Ilaqah dari Usamah bin Sharik yang berkata: Aku menyaksikan beberapa orang Arab Badui bertanya kepada Nabi (shalawat dan salam Allah kepadanya), “Apakah kami berdosa jika melakukan ini? Apakah kami berdosa jika melakukan ini?” Beliau menjawab kepada mereka, “Wahai hamba-hamba Allah, Allah akan menghapus semua dosa kecuali dosa orang yang memfitnah saudaranya, itu adalah dosa.” Mereka bertanya, “Wahai Rasulullah, apakah kami berdosa jika tidak berobat?” Beliau menjawab, “Wahai hamba-hamba Allah, berobatlah, karena Allah tidak menurunkan penyakit kecuali Dia juga menurunkan obatnya, kecuali penyakit pikun.” Mereka bertanya, “Wahai Rasulullah, apakah kebaikan terbaik yang dapat diberikan kepada seorang hamba?” Beliau menjawab, “Akhlak yang baik.”

Dengan demikian, penyembuhan jiwa dalam Islam tidak hanya mencakup aspek spiritual dan emosional, tetapi juga aspek fisik dan nutrisi, menegaskan prinsip pendekatan holistik yang menyeluruh.¹⁷⁶ Metode Terapi dari Sunnah Dalam Islam, terapi jiwa tidak hanya terbatas pada aspek medis atau psikologis, tetapi juga mengintegrasikan praktik spiritual yang bersumber dari sunnah Nabi Muhammad SAW. Salah satu sarana utama adalah adzan dan salat,

¹⁷⁴ Muḥammad bin Ismā'īl Al-Bukhārī. *Ṣaḥīḥ al-Bukhārī. Kitāb al-Da'awāt, Bāb al-Ta'awudz min al-Hamm wa al-Ḥazan* (Beirut: Dār Ṭuq al-Najāh, 2002), Jilid 8,77–78.

¹⁷⁵ Hadits Sunan Ibn Majah No. 3427 (Kitab Pengobatan/Bab: ما أنزل الله داءً إلا أنزل له شفاءً) Allah tidak menurunkan penyakit kecuali Dia juga menurunkan obatnya

¹⁷⁶ Ṣaḥīḥ al-Bukhārī, Hadis no. 5417. Diakses dari: <https://sunnah.com/bukhari>



yang memiliki efek menenangkan hati dan meredakan kecemasan.¹⁷⁷

Nabi SAW memerintahkan Bilal untuk mengumandangkan adzan ketika umat sedang gelisah, menunjukkan fungsi adzan sebagai terapi spiritual untuk menenangkan batin dan menyatukan perhatian umat pada Allah.¹⁷⁸ Selain itu, dzikir rutin di pagi dan sore hari dianjurkan untuk memohon perlindungan dari kesedihan dan gangguan hati.¹⁷⁹ Aktivitas spiritual ini menguatkan iman dan menumbuhkan ketenangan batin. Nabi SAW juga menekankan shalat malam (*qiyamullail*) sebagai sarana membebaskan diri dari gangguan setan dan menyegarkan jiwa, yang secara psikologis membantu menghadirkan rasa damai dan ketentraman.¹⁸⁰ Pendekatan spiritual ini dapat dikombinasikan dengan ruqyah syar'iyah, yaitu bacaan ayat Al-Qur'an dan doa-doa sunnah, sebagai metode komplementer untuk kesembuhan psikis. Dengan demikian, terapi dari sunnah mencakup aspek spiritual, emosional, dan mental, selaras dengan prinsip holistik dalam kesehatan jiwa.¹⁸¹

E. Analisis Ayat-ayat *Shifā'*

Al-Qur'an menyediakan ayat-ayat *shifā'* yang menjadi dasar analisis tafsir, khususnya dalam Tafsir *Al-Misbah* karya Muhammad Quraish Shihab, dengan fokus pada penyembuhan penyakit hati dan jiwa, *shifā'* dalam Al-Qur'an tidak dapat dipahami secara sempit sebagai penyembuhan fisik semata, melainkan mencakup dimensi

¹⁷⁷ Nurhuda, S. P, Nasichcah, N, dan Syah Ayasha, S. "Terapi Dzikir Dalam Kesehatan Mental", *Jurnal Ilmu Sosial, Humaniora dan Seni*, Vol. 2 No. 2. (2025), 92,96. Artikel ini menunjukkan bahwa dzikir dapat berperan sebagai terapi dalam mengatasi kegelisahan dan meningkatkan ketenangan batin.

¹⁷⁸ Sunan Abū Dāwūd, No. 4985. Wahai Bilal, kumandangkan salat : berikanlah kepada kami ketenangan dengannya. *Hadis ini diriwayatkan dalam Sunan Abū Dāwūd* sebagai bukti bahwa Nabi menyuruh Bilal untuk mengumandangkan salat atau azan sebagai sarana ketenangan.

¹⁷⁹ Muslim ibn al-Ḥajjāj al-Naysābūrī, *Ṣaḥīḥ Muslim, Kitāb al-Dzikr wa al-Du'ā' wa al-Tawbah wa al-Istighfār*, hadis no. 2723, Jilid IV, Beirut: Dār Iḥyā' al-Turāth al-'Arabī, 1991 hlm. 2071

¹⁸⁰ Nurhuda, S. P, Nasichcah, N, dan Syah Ayasha, S. Terapi Dzikir dalam Kesehatan Mental. *Jurnal Ilmu Sosial, Humaniora dan Seni*, Vol. 2 No. 2 (2023), 92–96.

¹⁸¹ Al-Qur'an dan Ruqyah, Makna syifā' dalam Al-Qur'an: Studi komparatif penafsiran M. Quraish Shihab dan Sayyid Quthb .*At-Taisir: Journal of Indonesian Tafsir Studies*, Vol. 6 No.1 (2025), 16.



spiritual, psikologis, moral, dan jasmani.¹⁸² Al-Qur'an menggunakan istilah *shifā'* dalam beberapa konteks yang berbeda, menunjukkan bahwa penyakit manusia pun beragam, mulai dari penyakit hati (*amrād al-qulūb*), gangguan kejiwaan, luka emosional, hingga penyakit fisik. Dalam subbab ini, penulis menganalisis ayat-ayat *shifā'* berdasarkan penafsiran Muhammad Quraish Shihab dalam *Tafsir Al-Mishbah* dengan memperhatikan konteks ayat, makna kebahasaan, dan implikasi psikospiritualnya.¹⁸³

1. Tafsir QS. Yunus: 57

Allah SWT menjelaskan bahwa Al-Qur'an merupakan *mau'izhah* (pelajaran), *shifā'* (penyembuhan), *hudā* (petunjuk), dan *rahmah* (rahmat) bagi orang-orang beriman, yang menandakan fungsi Al-Qur'an tidak hanya sebagai petunjuk hidup tetapi juga sebagai sarana penyembuhan batin (*spiritual healing*). QS. Yunus: 57 secara eksplisit menggambarkan Al-Qur'an sebagai obat bagi penyakit yang ada di dalam dada manusia penyakit yang meliputi kegelisahan, keraguan, dan luka emosional.¹⁸⁴ Studi kontemporer dalam konteks konseling Al-Qur'ani menunjukkan bahwa ayat ini dapat dipahami sebagai kerangka terapi psikospiritual yang menyentuh dimensi mental dan emosional, bukan hanya fisik. *Mau'izhah* berperan sebagai tahap awal yang membangkitkan kesadaran batin, sementara *shifā'* menjadi tahap lanjutan dalam proses penyembuhan jiwa, yang kemudian diperkuat dengan *hudā* dan *rahmah* untuk mencapai keseimbangan psikologis dan spiritual.¹⁸⁵ Studi-studi ini menegaskan bahwa pemahaman ayat-ayat *shifā'* dapat diintegrasikan dalam model konseling dan terapi mental berbasis Al-Qur'an untuk menghadapi gangguan seperti kegelisahan, depresi, dan kekosongan makna hidup.

¹⁸² Muhammad Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an*, Vol. 7 (Jakarta: Lentera Hati, 2002), 430–434.

¹⁸³ Muhammad Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an*, Vol. 6 (Jakarta: Lentera Hati, 2002), 292–296.

¹⁸⁴ Muhammad Sayuti, Ariyanto, dan Firhat Abbas, "Pendidikan Keimanan Kepada al-Qur'an dalam Perspektif Surah Al-Baqarah Ayat 2 dan Surah Yunus Ayat 57", *Journal of Education and Culture*, Vol. 3 No.3 (2023), 31–36.

¹⁸⁵ Arif Budiman Sukandar Warlan, dan Abdul Rashid bin Abdul Aziz, "Qur'anic Counseling and Psychotherapy: Psychopathological Insights from Surah Yunus Verse 57", *Takwil : Journal of Quran and Hadith Studies*, Vol. 3 No. 2 (2024), 37–54.



Penyakit yang dimaksud dalam konteks ini bukanlah penyakit fisik yang bersifat jasmani, melainkan penyakit non-materi yang berkaitan dengan kondisi batin dan spiritual manusia. Penyakit tersebut mencakup keraguan terhadap kebenaran yang melemahkan keyakinan, kebingungan spiritual yang menjauhkan seseorang dari petunjuk Ilahi, serta kegelisahan batin yang mengganggu ketenangan jiwa. Selain itu, penyakit ini juga tampak dalam kecenderungan manusia untuk mengikuti hawa nafsu tanpa kendali akal dan nilai-nilai keimanan, yang pada akhirnya bermuara pada kerusakan nilai dan moral dalam kehidupan pribadi maupun sosial. Kondisi-kondisi inilah yang oleh Al-Qur'an dipandang sebagai penyakit hati (*amrāḍ al-qulūb*) yang membutuhkan penyembuhan melalui petunjuk dan nilai-nilai Ilahi.¹⁸⁶ Muhammad Quraish Shihab memandang hati (*qalb*) sebagai inti kesadaran manusia yang menentukan kualitas berpikir, sikap, dan perilaku. Apabila hati mengalami gangguan, maka orientasi berpikir dan tindakan manusia pun cenderung menyimpang. Dalam konteks ini, Al-Qur'an diposisikan sebagai *shifā'* yang berfungsi menata kembali dimensi batin manusia, mengarahkan kesadarannya kepada tauhid, serta menciptakan keseimbangan antara aspek spiritual, intelektual, dan moral kehidupan.¹⁸⁷

Selanjutnya, ayat tersebut menegaskan bahwa konsep *shifā'* dalam Al-Qur'an tidak dapat dipisahkan dari fungsi *hudā* (petunjuk) dan *rahmah* (rahmat) yang menyertainya. Hal ini menunjukkan bahwa proses penyembuhan jiwa dalam Islam tidak hanya diarahkan untuk memperbaiki penyimpangan batin, gangguan psikologis, atau krisis spiritual yang telah terjadi, melainkan juga berfungsi sebagai mekanisme pencegahan agar penyakit-penyakit hati tidak kembali muncul. *Hudā* berperan sebagai penunjuk arah yang membimbing manusia dalam menentukan sikap, pilihan, dan orientasi hidup yang benar, sementara *rahmah* mencerminkan kasih sayang Allah yang menenangkan jiwa dan memberikan rasa aman secara spiritual.

¹⁸⁶ Abdul Mujib, "Konsep Penyakit Hati dalam Perspektif Al-Qur'an dan Psikologi Islam", *Jurnal Psikologi Islami*, Vol. 5, No. 1 (2019), 15–28.

¹⁸⁷ Muhammad Quraish Shihab, *Wawasan Al-Qur'an: Tafsir Maudhu'i atas berbagai Persoalan Umat* (Bandung: Mizan, 1996), 372–381.



Dengan demikian, *shifā'* tidak berhenti pada pemulihan kondisi spiritual secara sementara, tetapi berkontribusi secara berkelanjutan dalam membentuk dan mentransformasikan kepribadian manusia agar memiliki keteguhan iman, keseimbangan psikologis, serta keselarasan antara nilai-nilai keimanan, akhlak Islami, dan realitas kehidupan sehari-hari.¹⁸⁸

2. Tafsir QS. Isra' : 82

QS. Al-Isrā' ayat 82 mempertegas konsep *shifā'* dengan menegaskan bahwa Al-Qur'an diturunkan sebagai penyembuh (*shifā'*) dan rahmat (*rahmah*) bagi orang-orang yang beriman. Ayat ini sekaligus menunjukkan bahwa Al-Qur'an memiliki dampak yang berbeda-beda terhadap manusia, bergantung pada kondisi batin dan kesiapan spiritual penerimanya. Bagi orang beriman yang membuka hati dan akalunya terhadap kebenaran, Al-Qur'an berfungsi sebagai sarana penyembuhan dan ketenangan jiwa. Sebaliknya, bagi orang-orang yang menutup diri dari petunjuk Allah, Al-Qur'an justru dapat menambah kerugian, sebagaimana ditegaskan dalam lanjutan ayat tersebut.¹⁸⁹

Muhammad Quraish Shihab dalam *Tafsir Al-Mishbah* menjelaskan bahwa frasa *min al-Qur'ān* pada ayat ini tidak dimaknai sebagai "sebagian dari Al-Qur'an", melainkan menunjukkan bahwa seluruh kandungan ajaran Al-Qur'an memiliki potensi penyembuhan. Potensi *shifā'* tersebut bekerja melalui berbagai aspek ajaran Islam, mulai dari penguatan akidah yang meluruskan keyakinan, pelaksanaan ibadah yang menenangkan jiwa, hingga pembinaan akhlak yang membentuk kepribadian mulia. Dengan demikian, *shifā'* dalam Al-Qur'an tidak bersifat parsial, tetapi menyeluruh dan terintegrasi dalam keseluruhan sistem ajaran Islam.¹⁹⁰ Menurut

¹⁸⁸ Al-Qur'an al-Karīm, QS. Yūnus [10]: 57. Menjadi dasar normatif integrasi konsep *shifā'*, *hudā*, dan *rahmah* dalam penyembuhan dan pembinaan jiwa.

¹⁸⁹ Roma Wijaya, "Makna Syifa dalam Al-Qur'an (Analisis Semiotika Roland Barthes pada QS Al-Isrā' 82)" *Al-Adabiya: Jurnal Kebudayaan dan Keagamaan*, Vol.4 No2, (2012), 11.

¹⁹⁰ Muhammad Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an* (Jakarta: Lentera Hati, 2002), 515. Pada bagian tafsir QS. Al-Isrā' [17]: 82, Quraish Shihab secara eksplisit menjelaskan makna frasa *min al-Qur'ān*



Muhammad Quraish Shihab, frasa ini tidak berarti “sebagian Al-Qur’an”, tetapi menunjukkan bahwa seluruh ajaran Al-Qur’an mengandung potensi penyembuhan.¹⁹¹ Muhammad Quraish Shihab juga menegaskan bahwa penyembuhan yang dimaksud dalam ayat ini terutama menysasar penyakit-penyakit batin, seperti kesombongan yang menutup kebenaran, kemunafikan yang merusak kejujuran hati, iri hati yang menggerogoti ketenangan, kecemasan yang melemahkan jiwa, serta keputusan yang memutus harapan terhadap rahmat Allah. Penyakit-penyakit batin tersebut merupakan sumber utama kerusakan moral dan ketidak seimbangan psikologis manusia. Melalui ini ternalisasi ajaran Al-Qur’an secara utuh baik dalam aspek keyakinan, ibadah, maupun akhlak penyakit-penyakit tersebut dapat disembuhkan secara bertahap, sehingga manusia mampu menjalani kehidupan dengan hati yang lebih tenang, seimbang, dan bermakna.¹⁹²

3. Tafsir At-Taubah :14

قَاتِلُوهُمْ يُعَذِّبُهُمُ اللَّهُ بِأَيْدِيكُمْ وَيُخْزِهِمْ وَيَنْصُرْكُمْ عَلَيْهِمْ وَيَشْفِ صُدُورَ قَوْمٍ مُّؤْمِنِينَ

“Perangilah mereka! Niscaya Allah akan mengazab mereka dengan (perantara) tangan-tanganmu, menghinakan mereka, dan memenangkan kamu atas mereka, serta melegakan hati kaum mukmin (Q.S At-Taubah :14).”

Menurut Muhammad Quraish Shihab QS. At-Taubah ayat 14 menghadirkan makna *shifā’* dalam konteks yang berbeda dari ayat-ayat sebelumnya. Jika QS. Yūnus : 57 dan Al-Isrā’: 82 menekankan

yang tidak dipahami sebagai “sebagian”, melainkan menunjuk pada fungsi Al-Qur’an secara keseluruhan sebagai *shifā’* dan *rahmah*, dengan efektivitas yang bergantung pada kesiapan iman penerimanya.

¹⁹¹ Abdul Aziz dan Diayah Sofarwati, “Kajian Tafsir Al-Mishbah Karya Muhammad Quraish Shihab”, *Bahtsuna: Jurnal Penelitian Pendidikan Islam*, Vol. 3, No. 1, (2021), 14.

¹⁹² Muhammad Quraish Shihab, *Wawasan Al-Qur’an: Tafsir Maudhu’i atas Pelbagai Persoalan Umat* (Bandung: Mizan, 1996), 268. Menegaskan bahwa Al-Qur’an berfungsi sebagai penawar penyakit kejiwaan melalui pembinaan iman, ibadah, dan akhlak, yang secara simultan membentuk ketenangan batin dan keseimbangan psikologis.



shifā' sebagai penyembuhan spiritual melalui Al-Qur'an, maka ayat ini menegaskan *shifā'* sebagai penyembuhan psikologis dan emosional akibat penderitaan sosial dan penindasan.¹⁹³ Muhammad Quraish Shihab, frasa *wayashfiṣudūraqawminmu'minīn* (dan Dia menyembuhkan dada orang-orang beriman) tidak merujuk pada penyakit fisik, melainkan pada luka batin, seperti rasa sakit hati, kesedihan mendalam, ketakutan, dan kemarahan yang terpendam akibat perlakuan zalim kaum musyrik terhadap kaum Muslimin.¹⁹⁴ Ayat ini turun dalam konteks sejarah di mana umat Islam mengalami tekanan, pengkhianatan, dan intimidasi berkepanjangan. Muhammad Quraish Shihab menegaskan bahwa *ṣudūr* (dada) dalam Al-Qur'an sering kali melambangkan pusat emosi dan perasaan manusia. Oleh karenanya, *shifā'* dalam ayat ini bermakna pemulihan kondisi kejiwaan, yakni kembalinya ketenangan batin dan hilangnya beban psikologis akibat ketidakadilan.¹⁹⁵ Penyembuhan ini terjadi bukan semata-mata melalui kemenangan fisik, tetapi melalui keyakinan bahwa Allah tidak membiarkan kezaliman berlangsung tanpa keadilan.

Dengan demikian, QS. At-Taubah:14 menunjukkan bahwa Islam sangat memperhatikan dimensi emosional manusia. Keadilan Ilahi yang ditegakkan oleh Allah berfungsi sebagai sarana penyembuhan trauma sosial dan psikologis, sekaligus meneguhkan iman kaum mukmin.¹⁹⁶ Ayat ini menegaskan bahwa pemulihan jiwa merupakan bagian integral dari tujuan syariat, terutama dalam situasi konflik dan

¹⁹³ Muhammad Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an* (Jakarta: Lentera Hati, 2017), pembahasan QS. At-Taubah [9]: 14.

¹⁹⁴ Muhammad Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an*, (Jakarta: Lentera Hati, 2002), 231–234.

¹⁹⁵ Ahmad Zainal Abidin, "Struktur Kejiwaan Manusia dalam Perspektif Al-Qur'an", *Jurnal Studia Qur'ania*, Vol. 3, No. 2 (2018), 145–162. Menjelaskan bahwa istilah *ṣadr* atau *ṣudūr* dalam Al-Qur'an berfungsi sebagai simbol pusat emosi, rasa takut, kemarahan, dan ketenangan, sejalan dengan penafsiran Muhammad Quraish Shihab pada QS. At-Taubah:14.

¹⁹⁶ Abdul Mustaqim, Al-Qur'an sebagai Terapi Psikologis, *Jurnal Ulumuna*, Vol. 15, No. 1 (2011), 89–110. Menjelaskan bahwa keadilan dan janji pertolongan Allah berfungsi sebagai mekanisme penyembuhan trauma psikologis dan sosial umat tertindas.

penderitaan kolektif.¹⁹⁷

3. Tafsir QS. An-Nahl : 69

ثُمَّ كُلِّي مِنْ كُلِّ الشَّمْرَاتِ فَاسْلُكِي سُبُلَ رَبِّكِ ذُلُلًا يَخْرُجُ مِنْ بُطُونِهَا شَرَابٌ
مُخْتَلَفٌ الْوَائِهِ فِيهِ شِفَاءٌ لِلنَّاسِ ۗ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَةً لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ ﴿٦٩﴾

“Kemudian, makanlah (wahai lebah) dari segala (macam) buah-buahan lalu tempuhlah jalan-jalan Tuhanmu yang telah dimudahkan (bagimu).” Dari perutnya itu keluar minuman (madu) yang beraneka warnanya. Di dalamnya terdapat obat bagi manusia. Sesungguhnya pada yang demikian itu benar-benar terdapat tanda (kebesaran Allah) bagi kaum yang berpikir (QS. An-Nahl: 69).”

Menegaskan bahwa konsep *shifā'* dalam Al-Qur'an juga mencakup penyembuhan fisik melalui sarana alam. Ayat ini secara eksplisit menyebut madu sebagai substansi yang memiliki potensi penyembuhan bagi manusia. Menjelaskan bahwa frasa *fīhi shifā'un li al-nās* tidak berarti bahwa madu merupakan obat mutlak bagi seluruh penyakit, melainkan menunjukkan adanya potensi penyembuhan yang diletakkan Allah di dalamnya.¹⁹⁸ Menurut Muhammad Quraish Shihab, ayat ini tidak dimaksudkan untuk menjadikan madu sebagai obat mutlak bagi semua penyakit, melainkan sebagai isyarat Ilahi tentang adanya potensi terapeutik dalam ciptaan Allah. Madu berfungsi sebagai *wasīlah* (perantara), sedangkan kesembuhan sejati tetap berasal dari Allah SWT. Madu dalam ayat ini mengandung pesan tauhid dan pendidikan akal.¹⁹⁹ Allah mengarahkan manusia untuk mengamati alam, menggunakan akal, dan mengembangkan ilmu pengetahuan, khususnya di bidang kesehatan dan pengobatan.²⁰⁰

¹⁹⁷ Siti Aisyah dan M. Amin Abdullah, “Pemulihan Trauma Psikososial dalam Perspektif Al-Qur'an”, *Jurnal Psikologi Islami*, Vol. 6, No. 1 (2020), 33–52. Menegaskan bahwa iman dan keyakinan terhadap keadilan Ilahi mempercepat pemulihan psikologis kolektif dalam situasi konflik.

¹⁹⁸ Hidayatullah Ismail, Honey as a Natural Remedy: A Qur'anic and Scientific Perspective, *Journal of Religion and Health*, Vol. 58, No. 5 (2019), 1505–1520. Mengkaji madu sebagai agen terapeutik alami, sejalan dengan konsep *fīhi shifā'* dalam QS. An-Nahl : 69.

¹⁹⁹ Muhammad Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an* (Jakarta: Lentera Hati, 2002), 398–401.

²⁰⁰ Muhammad Amin Abdullah, *Integrasi Ilmu dan Agama: Perspektif Al-*



Dengan demikian, ayat ini menjadi landasan teologis bagi pengembangan sains medis dalam Islam, tanpa melepaskan dimensi ketuhanan.

Pemahaman ini menegaskan prinsip tauhid dalam pengobatan dan menolak anggapan bahwa kesembuhan bersumber secara mandiri dari benda. Muhammad Quraish Shihab juga menekankan bahwa ayat ini membuka ruang bagi pengembangan ilmu kesehatan dan kedokteran.²⁰¹ temuan ilmu pengetahuan modern menunjukkan bahwa madu memang memiliki sifat antibakteri, antioksidan, dan manfaat terapeutik lain, seperti kemampuan membantu penyembuhan luka, melawan infeksi bakteri, dan memberikan efek anti inflamasi, sehingga ada kesesuaian antara deskripsi Al Qur'an dan bukti empiris tersebut yang dapat dipahami sebagai integrasi wahyu dan ilmu rasional.²⁰² Dengan demikian, QS. An-Nahl: 69 menunjukkan integrasi antara wahyu, akal, dan sains dalam konsep penyembuhan Islam. Dengan demikian, QS. An-Nahl: 69 memperlihatkan bahwa Islam memandang kesehatan manusia secara integratif, mencakup tubuh dan jiwa.²⁰³ Penyembuhan fisik tidak dipisahkan dari keimanan, dan pengobatan medis tidak dilepaskan dari kesadaran bahwa Allah adalah sumber kesembuhan sejati.

F. Relevansi Penafsiran *Shifā'* Bagi Penyembuhan Jiwa

Penafsiran ayat-ayat *shifā'* memiliki relevansi yang kuat dalam konteks penyembuhan jiwa karena menawarkan pendekatan terapi spiritual yang secara langsung menyasar penyakit-penyakit hati, seperti kegelisahan, dendam, dan keraguan batin.²⁰⁴ Al-Qur'an dipahami bukan hanya sebagai bacaan ritual, tetapi sebagai sarana

Qur'an *Jurnal Al-Jami'ah*, Vol. 51, No. 1 (2013), 25.

²⁰¹ Hasanah Pajarni, A, dan Utami, R. A, "Keistimewaan madu lebah dalam Surah An Nahl ayat 68 69 dan ilmu sains", *Ihsanika : Jurnal Pendidikan Agama Islam*, Vol. 2 No. 3 (2025), 273–286.

²⁰² Muhammad Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an* (Jakarta: Lentera Hati, 2002), 387–389.

²⁰³ Muhammad Utsman Najati, *Psikologi dalam Al-Qur'an* (Jakarta: Pustaka Azzam, 2005), 412–415.

²⁰⁴ Muhammad Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an* (Jakarta: Lentera Hati, 2002), 512–515.



penyembuhan yang bekerja melalui internalisasi makna, penghayatan nilai, dan pengamalan ajaran-ajarannya.²⁰⁵ Pendekatan ini sejalan dengan konsep *self-healing* modern, di mana praktik seperti dzikir, tilawah Al-Qur'an, dan tawakal berperan membersihkan jiwa secara holistik, menenangkan pikiran, serta memperkuat ketahanan mental individu.²⁰⁶

Secara spiritual, ayat-ayat seperti QS. Yunus [10]: 57 dan QS. Al-Isrā' [17]: 82 menegaskan fungsi Al-Qur'an sebagai obat bagi *mā fī al-ṣudūr* penyakit dada, yaitu penyakit hati yang mencakup kesombongan (*kibr*), iri hati (*hasad*), dan keraguan (*syubhat*).²⁰⁷ Dalam Tafsir *Al-Mishbah*, Quraish Shihab menekankan bahwa proses penyembuhan tersebut terjadi melalui *tadabbur* ayat-ayat Al-Qur'an dan pengamalan nilai-nilainya dalam kehidupan sehari-hari. Dampaknya adalah terciptanya ketenangan batin dan kejernihan berpikir, yang dalam konteks modern memiliki kemiripan dengan pendekatan psikoterapi Islam, khususnya terapi yang mengintegrasikan dzikir sebagai sarana meredakan kecemasan dan tekanan psikologis.²⁰⁸ Dalam ranah aplikasi praktis, penafsiran ayat *shifā'* mendorong penerapan amalan-amalan spiritual seperti *ruqyah syar'iyah*, *muhasabah*, dan pelaksanaan shalat secara khushuk sebagai upaya pemulihan dari luka dan trauma emosional.²⁰⁹ Hal ini sejalan dengan QS. At-Taubah [9]: 14 yang menggambarkan penyembuhan luka batin dan dendam melalui penguatan iman dan pertolongan Allah.²¹⁰ Dalam konteks kehidupan modern, pendekatan

²⁰⁵ Bahri, S, dan Muhammad Yusuf. *Utilization of Al-Qur'an Verses in Mental Therapy at The Islamic Therapy Center (ITC)*, Banda Aceh. *Substantia: Jurnal Ilmu-Ilmu Ushuluddin*, Vol. 23, No. 2 (2021), 230.

²⁰⁶ Hidayatullah, dan Nisa, Al-Qur'an and Dzikir: *Are They Effective to Overcome Anxiety Caused by COVID-19 as a Pandemic Condition*, *Psikis: Jurnal Psikologi Islami*, Vol. 9, No. 2 (2023), 129–140.

²⁰⁷ Muhammad Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an* (Jakarta: Lentera Hati, 2002), 300.

²⁰⁸ Al-Qur'an al-Karim QS. Ar-Ra'd [13]: 28 "*Ala bi dzikrillāhitaṭma'innulqulūb*" Ayat ini menjadi dasar utama bahwa dzikir berfungsi menenangkan hati dan jiwa.

²⁰⁹ Ibn Taymiyyah, *Majmū' al-Fatāwā*, Vol. 24, (Riyadh: Dār al-Wafā', 2005), 280. Menegaskan *ruqyah syar'iyah* sebagai terapi spiritual yang sah dan efektif untuk gangguan batin dan psikologis.

²¹⁰ Al-Qur'an al-Karim QS. At-Taubah [9]: 14 Ayat ini secara eksplisit menyebutkan bahwa Allah "menyembuhkan dada kaum mukmin," yang oleh para

ini berperan penting dalam pencegahan gangguan mental seperti depresi, dengan menanamkan sikap sabar, syukur, dan optimisme, sekaligus melengkapi terapi psikologis dan medis konvensional.

Dari sisi manfaat psikologis, relevansi ayat-ayat *shifā'* juga tampak pada efek menenangkan bacaan Al-Qur'an yang dapat membantu menurunkan tingkat stres dan menstabilkan emosi. Selain itu, QS. An-Nahl [16]: 69 tentang madu menunjukkan bahwa Islam memandang penyembuhan secara menyeluruh, mencakup dimensi fisik dan jiwa.²¹¹ Pendekatan holistik ini berkontribusi pada peningkatan resiliensi mental, pencegahan gangguan kejiwaan, serta penguatan hubungan spiritual manusia dengan Allah sebagai fondasi utama kesehatan jiwa yang berkelanjutan.²¹² Dalam *Tafsir Al-Mishbah*, Muhammad Quraish Shihab menekankan bahwa efek *shifā'* Al-Qur'an bekerja melalui proses internalisasi nilai-nilai ilahiah, perenungan makna ayat (*tadabbur*), serta pengamalan ajaran-ajarannya dalam kehidupan sehari-hari.²¹³ Proses ini berperan membentuk cara pandang yang sehat terhadap diri, masalah, dan kehidupan, sehingga membantu individu mengelola tekanan psikologis secara lebih adaptif.²¹⁴ Dalam konteks psikologi modern, mekanisme tersebut sejalan dengan pendekatan *cognitive-behavioral therapy* (CBT) dan *meaning-centered therapy*, yang menekankan perubahan pola pikir serta pencarian makna sebagai kunci pemulihan kesehatan mental.²¹⁵

Selanjutnya, penafsiran *shifā'* juga relevan sebagai pendekatan komplementer dalam praktik kesehatan mental kontemporer. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa praktik spiritual seperti dzikir,

mufassir dipahami sebagai penyembuhan luka batin, dendam, dan tekanan emosional.

²¹¹ Muhammad Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an* (Jakarta: Lentera Hati, 2002), 389.

²¹² Zakiah, Konsep *Shifā'*, Dalam Al-Qur'an dan Implikasinya Terhadap Kesehatan Mental, Vol. 3, No. 2 (2025), 188.

²¹³ Muhammad Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an* (Jakarta: Lentera Hati, 2002), 300.

²¹⁴ Aaron T. Beck *Cognitive Therapy and the Emotional Disorders* (New York: International Universities Press, 1976), 21.

²¹⁵ S Judith, *Beck Cognitive Behavior Therapy: Basics and Beyond edisi ke-2.*, (New York: Guilford Press, 2011), 19–35.



tilawah Al-Qur'an, dan doa berkontribusi signifikan dalam menurunkan tingkat kecemasan dan stres, serta meningkatkan ketenangan batin dan ketahanan mental (*resilience*).²¹⁶ Dengan demikian, penafsiran ayat-ayat *shifā'* tidak dimaksudkan untuk menggantikan terapi medis dan psikologis, melainkan melengkapinya dengan dimensi spiritual yang sering kali diabaikan dalam pendekatan modern. Integrasi ini menjadikan konsep *shifā'* Qur'ani relevan dan aplikatif dalam menjawab tantangan kesehatan mental masyarakat modern.²¹⁷ Muhammad Quraish Shihab menegaskan bahwa *shifā'* Al-Qur'an tidak bekerja secara mekanis atau magis, melainkan melalui pemahaman makna ayat, penghayatan mendalam (*tadabbur*), serta pengamalan nilai-nilai ilahiah dalam kehidupan sehari-hari, sehingga fungsi penyembuhannya bersifat komplementer terhadap ikhtiar medis dan psikologis, bukan sebagai pengganti keduanya.²¹⁸

G. Implikasi Penafsiran *Shifā'* terhadap Kesehatan Modern

Pemahaman mengenai konsep *shifā'* dalam Al-Qur'an sebagaimana dijelaskan dalam *Tafsir Al-Mishbah* membawa konsekuensi penting bagi cara pandang terhadap kesehatan dalam dunia modern. Muhammad Quraish Shihab menekankan bahwa makna *shifā'* yang dilekatkan pada Al-Qur'an tidak selalu menunjuk pada kesembuhan jasmani secara langsung, melainkan lebih menitikberatkan pada proses pemulihan kondisi batin, mental, dan spiritual manusia. Penafsiran ini menunjukkan bahwa Al-Qur'an hadir sebagai sarana pembinaan jiwa yang berfungsi mengarahkan manusia menuju ketenangan dan keseimbangan hidup.²¹⁹

Sejalan dengan perkembangan ilmu kesehatan kontemporer, konsep kesehatan kini tidak lagi dipersempit pada aspek fisik semata. Kesehatan dipahami sebagai kondisi menyeluruh yang mencakup

²¹⁶ Coyle Rothman, "Toward a Framework for Islamic Psychology and Psychotherapy." *Journal of Religion and Health*, Vol. 57, No. 5 (2018), 1744.

²¹⁷ Koenig, *Religion and Mental Health* (New York: Academic Press, 2018), 110.

²¹⁸ Muhammad Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah* (Jakarta: Lentera Hati, 2002), Vol. 6, 300.

²¹⁹ Muḥammad Quraisy Syihāb, *Tafsīr al-Misbāh* (Jakarta: Lentera Hati, 2002), 145–52.



dimensi biologis, psikologis, dan sosial, bahkan dalam pendekatan tertentu juga melibatkan aspek spiritual. Dalam kerangka ini, penafsiran *shifā'* menurut *Tafsir Al-Mishbah* memiliki relevansi yang kuat, karena Al-Qur'an dipandang mampu memberikan pengaruh positif terhadap kondisi psikologis manusia, seperti meredakan kecemasan, kegelisahan, tekanan batin, dan krisis makna hidup.

Muhammad Quraish Shihab menjelaskan bahwa berbagai penyakit batin seperti keraguan terhadap kebenaran, penyimpangan akidah, sifat iri dan dengki, serta kegoncangan iman merupakan faktor utama yang merusak ketenangan jiwa. Gangguan-gangguan batin tersebut tidak jarang berdampak pada kondisi fisik seseorang.²²⁰ Oleh karena itu, *shifā'* dalam Al-Qur'an berperan sebagai sarana penyembuhan pada level internal manusia, baik sebagai upaya pencegahan maupun sebagai proses pemulihan. Pandangan ini sejalan dengan kajian kesehatan modern yang mengakui keterkaitan erat antara kondisi mental dan munculnya penyakit psikosomatik.²²¹

Implikasi lainnya terlihat pada berkembangnya pendekatan terapi spiritual dalam dunia medis. Praktik-praktik seperti pembacaan Al-Qur'an, perenungan makna ayat-ayatnya, serta penguatan nilai-nilai keimanan dipahami dapat membantu meningkatkan ketahanan mental pasien, menumbuhkan sikap optimis, dan mempercepat proses penyembuhan. Dalam perspektif *Tafsir Al-Mishbah*, pengaruh Al-Qur'an sebagai *shifā'* tidak bersifat supranatural tanpa proses, melainkan bekerja melalui pemahaman, kesadaran, dan internalisasi nilai-nilai ilahiah yang menenangkan jiwa dan membimbing manusia pada kondisi batin yang stabil.²²²

Dengan demikian, penafsiran *shifā'* menurut *Tafsir Al-Mishbah* memberikan kontribusi penting bagi penguatan pendekatan holistik dalam kesehatan modern. Al-Qur'an dipahami sebagai sumber terapi

²²⁰ Fauzi, dan Arif, "Konsep Shifā' dalam Al-Qur'an Perspektif Muhammad Quraish Shihab dalam Tafsir Al-Mishbah", *Pedagogika: Jurnal Ilmu-Ilmu Kependidikan*, Vol.3 No. 1 (2023), 69–75.

²²¹ Muḥammad Quraisy Syihāb, *Wawasan Al-Qur'ān* (Bandung: Mizan, 2007), 234.

²²² Muḥammad Quraisy Syihāb, *Wawasan Al-Qur'ān: Efektivitas dan Relevansi Ajaran Al-Qur'ān untuk Indonesia* (Bandung: Mizan, 2007), 245.



spiritual yang berfungsi melengkapi upaya medis, bukan menggantikannya.²²³ Pendekatan ini menegaskan bahwa kesehatan yang utuh hanya dapat terwujud apabila terdapat keseimbangan antara kondisi fisik dan kesehatan jiwa, serta keterhubungan manusia dengan nilai-nilai ketuhanan sebagai fondasi kehidupan.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan Penelitian

Berdasarkan hasil kajian dan analisis terhadap ayat-ayat *shifā'* dalam Al-Qur'an menurut *Tafsir Al-Mishbah* karya Muhammad Quraish Shihab, penelitian ini menegaskan bahwa konsep *shifā'* tidak dapat dipahami secara sempit sebagai penyembuhan fisik semata. *Shifā'* dalam perspektif Al-Qur'an merupakan proses penyembuhan jiwa yang bersifat menyeluruh, meliputi dimensi spiritual, psikologis, dan moral, yang berlangsung melalui penghayatan dan pengamalan

²²³ Muhammad Quraishy Syihāb, *Tafsir al-Misbāḥ: Pesan, Kesan, dan Keserasian al-Qur'ān* (Jakarta: Lentera Hati, 2002), 158.



nilai-nilai Qur'ani secara berkesinambungan. Penafsiran Muhammad Quraish Shihab menunjukkan bahwa Al-Qur'an berfungsi sebagai nasihat (*mau'izhah*), petunjuk (*hudā*), rahmat (*rahmah*), sekaligus penyembuh (*shifā'*) bagi penyakit-penyakit batin manusia, seperti kegelisahan, kecemasan, keputusasaan, dan kekosongan makna hidup. Ayat-ayat *shifā'* menegaskan bahwa penyembuhan Qur'ani tidak bersifat instan, melainkan bergantung pada kesiapan hati, kedalaman iman, dan keterbukaan individu terhadap bimbingan Ilahi.

Implikasi dari temuan ini menunjukkan bahwa konsep *shifā'* memiliki relevansi yang signifikan dengan wacana kesehatan mental modern. Al-Qur'an menawarkan pendekatan penyembuhan yang holistik, yang tidak hanya menenangkan jiwa, tetapi juga memperkuat ketahanan mental, membangun optimisme, serta menanamkan makna hidup yang berorientasi spiritual. Dengan demikian, *shifā'* dapat dipahami sebagai pelengkap penting bagi pendekatan psikologis dan medis kontemporer. Secara teoritis, penelitian ini memberikan kontribusi dalam pengembangan kajian tafsir tematik yang mengintegrasikan perspektif keislaman dengan isu kesehatan mental. Secara praktis, hasil penelitian ini membuka ruang pemanfaatan nilai-nilai Al-Qur'an sebagai sumber terapi spiritual bagi masyarakat modern. Adapun keterbatasan penelitian ini terletak pada pendekatannya yang bersifat kepustakaan, sehingga belum menyentuh dimensi empiris dalam praktik penyembuhan jiwa. Selain itu, fokus kajian yang terpusat pada satu mufasir juga membatasi cakupan perspektif penafsiran.

Oleh karena itu, penelitian lanjutan perlu dilakukan dengan pendekatan yang lebih beragam dan interdisipliner agar pemahaman tentang *shifā'* sebagai penyembuhan jiwa dapat dikembangkan secara lebih komprehensif dan aplikatif.

B. Saran

Sebagai penutup dari penelitian ini, penulis menyampaikan beberapa saran yang diharapkan dapat memberikan kontribusi baik secara akademis maupun praktis. Saran-saran ini ditujukan untuk



memperkaya kajian tafsir Al-Qur'an, meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya kesehatan jiwa, serta mendorong pengembangan pendekatan penyembuhan mental berbasis nilai-nilai Islam.

1. **Kepada peneliti selanjutnya**, diharapkan dapat mengembangkan kajian ini dengan memperluas sumber tafsir, baik tafsir klasik maupun kontemporer, sehingga memungkinkan adanya analisis komparatif terhadap konsep *shifā'* dalam Al-Qur'an. Penelitian lanjutan juga dapat mengaitkan konsep *shifā'* dengan teori psikologi modern atau psikologi Islam secara lebih mendalam, guna memperkuat integrasi antara studi keislaman dan ilmu kesehatan mental.
2. **Penelitian selanjutnya juga disarankan untuk mengaitkan konsep *shifā'* dengan fenomena kesehatan mental masa kini**, seperti stres, kecemasan, depresi, dan krisis makna hidup yang banyak dialami masyarakat modern, baik di lingkungan pendidikan, dunia kerja, maupun ruang digital. Pendekatan metodologis yang lebih variatif, seperti studi lapangan, wawancara, atau pendekatan fenomenologis, dapat digunakan untuk melihat implementasi nilai-nilai *shifā'* dalam kehidupan nyata.
3. **Kepada akademisi dan pendidik**, hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan ajar atau referensi dalam pembelajaran tafsir, psikologi Islam, dan pendidikan karakter. Nilai-nilai *shifā'* dalam Al-Qur'an dapat ditanamkan kepada peserta didik sebagai landasan pembinaan ketenangan jiwa, penguatan iman, serta pengendalian emosi dalam menghadapi tekanan hidup.
4. **Kepada praktisi keagamaan, konselor, dan tenaga kesehatan mental**, penelitian ini diharapkan dapat menjadi rujukan awal dalam mengembangkan pendekatan terapi spiritual berbasis Al-Qur'an sebagai pelengkap (komplementer) bagi terapi psikologis modern. Pendekatan *shifā'* dapat diterapkan melalui tilawah Al-Qur'an, dzikir, doa, dan penguatan makna hidup yang bersumber dari ajaran Islam.
5. **Kepada masyarakat umum**, diharapkan penelitian ini dapat meningkatkan kesadaran bahwa kesehatan mental tidak hanya berkaitan dengan aspek medis, tetapi juga sangat dipengaruhi oleh kondisi spiritual dan moral. Dengan menjadikan Al-Qur'an sebagai pedoman hidup dan sumber ketenangan batin, masyarakat diharapkan mampu menghadapi tekanan hidup



dengan sikap sabar, optimis, dan tawakal kepada Allah Swt.

Dengan demikian, kajian ini diharapkan tidak hanya memperkaya *khazanah* keilmuan tafsir Al-Qur'an, tetapi juga memberikan kontribusi praktis dalam upaya menjaga dan memulihkan kesehatan mental manusia di tengah tantangan kehidupan modern.

DAFTAR PUSTAKA

Abdul Mustaqim "Al-Qur'an sebagai Terapi Psikologis" *Jurnal Ulumuna*, Vol. 15, No. 1, 2011

Ahsan, Muhammad Zaenul. "Resepsi Al-Qur'an sebagai Medium Penyembuhan dalam Tradisi Bejampi di Lombok." *Jurnal*



Studi Ilmu-Ilmu Al-Qur'an dan Hadis 21, No. 1 (Januari 2020).

Ahmed S, Othman N H, & Ahmad, R. "Therapeutic Properties of Honey in Islamic and Modern Medicine." *Journal of Religion and Health*, Vol. 58, No. 3 (2019),

Akhmad Yani, N. I., dan Qomariyah. "Konsep Syifa' dalam Al-Qur'an: Studi Komparatif Tafsir Al-Ibriz dan Tafsir Al-Azhar." *Jurnal Studi Komparatif Tafsir* 3, No. 1 (2022).

Adiningsih, Ayu. "Pendekatan Kontekstual dan Humanistik dalam Tafsir Al-Mishbah Karya Muhammad Quraish Shihab." *Jurnal Al-Bayan: Kajian Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir* 21, no. 2 (2023)

Al-Qur'an al-Karim. QS. Yunus (10): 57; QS. Al-Isra' (17).

Al-Qur'an al-Karim. QS. Al-Furqān [25]: 27:

Al-Qur'an dan Ruqyah Syar'iyah sebagai terapi psikis, referensi tambahan: Fajar Arif Rohmatulloh, Derysmono, & Al Kahfi. *Makna syifa' dalam Al-Qur'an: Studi komparatif penafsiran M. Quraish Shihab dan Sayyid Quthb. At-Taisir: Journal of Indonesian Tafsir Studies*, 6(1), (2025).

Al-Qurthubi, Abu 'Abdillah. *Al-Jami' li Ahkam al-Qur'an*. Kairo: Dar al-Kutub al-Misriyyah, 1967.

Al-Solamy F. "Qur'anic Healing and Psychological Well-being : A Study on Faith-based Therapy." *Journal of Religion and Health* 53, no. 4 (2014)

Aaron T. Beck *Cognitive Therapy and the Emotional Disorders* New York: International Universities Press, 1976.

Bahri, S., & Yusuf, M. "Utilization of Al-Qur'an Verses in Mental Therapy at The Islamic Therapy Center (ITC), Banda Aceh." *Substantia: Jurnal Ilmu-Ilmu Ushuluddin*, Vol. 23, No. 2, 2021.

Daradjat, Zakiah. *Kesehatan Mental dalam Islam*. Jakarta: Bulan Bintang, 2005.

Departemen Pendidikan Nasional. *Kamus Besar Bahasa*



Indonesia. Edisi ke-4. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2008.

Al-Ghazali, Abu Hamid. *Ihya' 'Ulumuddin*. Beirut: Dar al-Kutub al-'Ilmiyyah, 2019.

Hanah Lutfiah. "Kesehatan Mental dalam Perspektif PAI: Analisis Kritis Al-Qur'an Surah Ar-Ra'd Ayat 28." *Jurnal Review Pendidikan dan Pengajaran* 7, no. 3 (2024).

Hidayah, A., dan F. Firdausi. "Redefining the Meaning of Asy-Syifa' in the Qur'an as Qur'anic Healing in Physical Ailments." *Jurnal UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta* 22, no. 1 (2021).

Ibn Manzūr, Jamāl al-Dīn Muḥammad ibn Mukarram. *Lisān al-'Arab*. Jilid 14, Beirut: Dār Ṣādir, 1990

Kuss, D. J., dan M. D. Griffiths. "Social Networking Sites and Addiction: Ten Lessons Learned." *International Journal of Environmental Research and Public Health* 14, no. 3 (2017).

Maslach, C., dan M. P. Leiter. "Burnout: A Brief History and How to Prevent It." *Harvard Business Review* 94, no. 6 (2016).

Shihab, Muhammad Quraish. *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an*. Jakarta: Lentera Hati, 2002.

Suhaili, A., Hasan, M., & Azhari, R. (2022). Kajian ayat *syifā'* dalam Al-Qur'an dalam Tafsir al-Thabari. *El-Waroqoh: Jurnal Ilmu Al-Qur'an*, volume 6, nomer 1, Januari–Juni 2022.

———. *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an*. Jilid 5. Jakarta: Lentera Hati, 2002.

———. *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an*. Jilid 6. Jakarta: Lentera Hati, 2002.

———. *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an*. Jilid 7. Jakarta: Lentera Hati, 2002.

———. *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an*. Jilid 12. Jakarta: Lentera Hati, 2005.



----. *Wawasan Al-Qur'an: Tafsir Maudhu'i atas Berbagai Persoalan Umat*. Jakarta: Lentera Hati, 2017.

----. *Wawasan Al-Qur'an: Tafsir Maudhu'i atas Pelbagai Persoalan Umat*. Jakarta: Mizan, 2007.

Siswanti, Gista Naruliya. "Eksistensi dan Konsep Syifa' dalam Tafsir Fakhruddin Al-Razi." *Al Mada: Jurnal Agama, Sosial, dan Budaya* 2, no. 2 2019.

Umar Latif. "Al-Qur'an sebagai Sumber Rahmat dan Obat Penawar (Syifā') bagi Manusia." *Al-Bayan: Jurnal UIN Ar-Raniry* 21, no. 30 (Desember 2014).

Nurchayani, Fitri. "Tafsir Quraish Shihab dan Problem Sosial Kontemporer." *Jurnal Ushuluddin: Kajian Al Qur'an dan Hadis* 12, no. 1 2024.

Nurhuda, S. P., Nasichcah, N., & Syah Ayasha, S. Terapi Dzikir dalam Kesehatan Mental. *Jurnal Ilmu Sosial, Humaniora dan Seni*, Vol, 2, No, 2023

Najati, Muhammad Utsman. Aspek psikologis dalam penafsiran Al-Qur'an, khususnya terkait ketenangan jiwa, kegelisahan, dan kesehatan mental. *Psikologi dalam Perspektif Islam*. Bandung: Pustaka Setia, 2005.

Mustaqim, Abdul. *Metodologi Tafsir Kontemporer*. Yogyakarta: Idea Press, 2012.

Muhammad Quraish shihab. *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an*. Jakarta: Lentera Hati. *shifā'* sebagai penyembuhan holistik yang mencakup iman, jiwa, dan akhlak. 2011.

Muhammad Quraish Shihab. *Wawasan Al-Qur'an*. Bandung: Mizan, 1997.

Muhammad Quraish Shihab, Penyakit Hati (*Maradh al-Qalb*) dalam QS. Al-Baqarah [2]:10 & Kaitannya dengan *Shifā'*, *Tafsir Al-Mishbah Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an*, Lentera Hati Jakarta 2002



Muhammad Utsman Najati, *Psikologi dalam Perspektif Islam* (Bandung: Pustaka Setia, 2005).

Rachman, Budhy Munawar. *Islam dan Tafsir Kontekstual*. Jakarta: Paramadina, 2010.

Rahman, F., & Lestari, N. Ketenangan Jiwa dalam Perspektif Al-Qur'an. *Studia Qur'anika: Jurnal Studi Al-Qur'an*, 4(2), (2019)

Rahmawati, N. "Dimensi Psikologis Al-Qur'an sebagai Shifā' dalam Tafsir Kontemporer." *Jurnal Ilmu Ushuluddin*, 7(1), (2020)

Rohmatulloh, F. A., Derysmono, & Al Kahfi. Makna *syifā'* dalam Al-Qur'an: Studi komparatif penafsiran M. Quraish Shihab dan Sayyid Quthb. *At-Taisir: Journal of Indonesian Tafsir Studies*, volume 6 no, 1. (2025).

Rohman, A, Konsep shifā' dalam tafsir Al-Azhar Hamka dan implikasinya terhadap kesehatan mental. *Jurnal Studi Al-Qur'an*, 12(1), . (2017).

Ibn Kathīr. Makna Leksikal Kata *maradh* dan Kaitannya dengan Penyakit Batin, *Tafsīr Al-Qur'ān al-'Aẓīm*, Dār Al-Qalam, jilid 1, Beirut 2009.

Ibn Kathīr, Ismā'īl ibn 'Umar. *Tafsīr al-Qur'ān al-'Aẓīm*. Jilid 8, Beirut: Dār al-Kutub al-'Ilmiyyah, 1999.

Jāmi' al-Tirmidhī, Hadis no. 2038. Diakses dari: <https://sunnah.com/tirmidhi>

Ṣaḥīḥ al-Bukhārī, Hadis no. 5417. Diakses dari: <https://sunnah.com/bukhari>

Nurhuda, S. P., Nasichcah, N., & Syah Ayasha, S. *Terapi Dzikir Dalam Kesehatan Mental*. *Jurnal Ilmu Sosial, Humaniora dan Seni*, Vol. 2 No. 2. (2025)

Sayyid Qutb *Fī Ṣīlāl al Qur'ān* (In the Shade of the Qur'an). Cairo: Dār al Syurūq. (1951–1965).

Suryani, Elly. *Konsep Penyakit Hati dalam Tafsir Al-Mishbah*



Karya M. Quraish Shihab. Jurnal Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir, Vol. 4 No. 2, 2019

Tsani, A., & Agniya, U *Menenangkan jiwa: Menelusuri jejak kesehatan mental dalam Tafsir Al Azhar*. Jurnal AT TAHFIDZ: Jurnal Ilmu Al Qur'an dan Tafsir, 5(2), . (2024). 243–257.

Nugroho, M. A. Konsep Jiwa (Nafs) dalam Perspektif Al-Qur'an dan Psikologi Islam. *Jurnal Psikologi Islam*, Vol. 7 No. 1, (2020).

Muslim ibn al-Hajjāj al-Naysābūrī, *Ṣaḥīḥ Muslim, Kitāb al-Dzīkr wa al-Du'ā' wa al-Tawbah wa al-Istighfār*, hadis no. 2723, Jilid IV, Beirut: Dār Ihyā' al-Turāth al-'Arabī, 1991

Muhammad Sayuti, Ariyanto, dan Firhat Abbas, "Pendidikan Keimanan Kepada al-Qur'an dalam Perspektif Surah Al-Baqarah Ayat 2 dan Surah Yunus Ayat 57," *Journal of Education and Culture* 3(3) (2023)

Al-Hafiz M A., Mohd, S., & Ahmad, N. "Honey as Medicine: A Qur'anic and Scientific Perspective." *Journal of Religion and Health*, Vol. 60, No. 2 (2021),

Hidayatullah Ismail et al. "Honey as a Natural Remedy: A Qur'anic and Scientific NPerspective" *Journal of Religion and Health*, Vol. 58, No. 5, 2019

Hidayat B, Hidayatullah M. S., & Nisa, K. "Al-Qur'an and Dzikir: Are They Effective to Overcome Anxiety Caused by COVID-19 as a Pandemic Condition." *Psikis: Jurnal Psikologi Islami*, Vol. 9, No. 2, 2023

Qahhar, Muhammad Abdul, dkk. "Konsep Penyembuhan Jiwa dalam QS. Al-Isrā' [17]: 82: Kajian Kontekstual." *Quranicum: Jurnal Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir*, Vol. 2, No. 2 (2023)

Judith S, *Beck Cognitive Behavior Therapy: Basics and Beyond edisi ke-2.*, New York: Guilford Press, 2011

Khairi Widayati R, & Ariyadi S. *The Spirituality and Psychological Resilience of Prophet Yusuf (AS) in Fī Zilāl al Qur'ān: A Thematic Interpretation*. *Al Furqan: Jurnal Ilmu Al Quran dan Tafsir*,



8(1), (2025)

Warlan Sukandar, Arif Budiman, dan Abdul Rashid bin Abdul Aziz, "Qur'anic Counseling and Psychotherapy: Psychopathological Insights from Surah Yunus Verse 57," *Takwil: Journal of Quran and Hadith Studies*, Vol. 3 No. 2 (2024),

Wijaya, Roma. "Makna *Syifa'* dalam Al-Qur'an (Analisis Semiotika Roland Barthes pada QS. Al-Isra' [17]: 82)." *Al-Adabiya: Jurnal Kebudayaan dan Keagamaan* 16, no. 2 (2021).

World Health Organization. *Mental Health: Strengthening Our Response*. Geneva: WHO, 2018.

---. *World Mental Health Report: Transforming Mental Health for All*. Geneva: WHO, 2022.

Zakiah, "Konsep *Shifā'* dalam Al-Qur'an dan Implikasinya terhadap Kesehatan Mental." *Al-Muhith: Jurnal Ilmu Al-Qur'an dan Hadis*, Vol. 3, No. 2, 2025

Zhang, K. "Inflammation: The Common Pathway of Stress-Related Diseases." 2017.

