

Date Received : February 2025
Date Accepted : May 2025
Date Published : May 2025

SOLUSI QURANI BAGI PENDERITA MENTAL DISORDER DALAM PERSPEKTIF TAFSIR ILMU LPMQ (Study Kasus Lembaga Nakhlah Global Consultant)

Guntur Nara Persada

Institut Ilmu Al-Qur'an (IIQ) Jakarta, Indonesia, (guntur_np@mhs.iiq.ac.id)

Ade Naelul Huda

Institut Ilmu Al-Qur'an (IIQ) Jakarta, Indonesia, (adanaelulhuda@iiq.ac.id)

Ziyadul Haq

Institut Ilmu Al-Qur'an (IIQ) Jakarta, Indonesia, (ziyad.ulhaq@iiq.ac.id)

Kata Kunci:

Mental Disorder,
Penanganan
Gangguan Jiwa, Al-
Qur'an

ABSTRACT

Gangguan kesehatan mental adalah merupakan jenis penyakit kesehatan yang berhubungan dengan anatomi tubuh manusia. Di mana penyakit dan gangguan yang timbul sangat berkaitan erat dengan salah satu unsur terpenting dalam diri manusia yakni kejiwaan, yang juga sering disebut dalam istilah yang umum sebagai penyakit mental dan kejiwaan (*Mental Disorder*)., tujuan penelitian adalah untuk menganalisa bagaimana penanganan penderita mental disorder lembaga nakhlah global consultant dan juga untuk menganalisa bagaimana analisis penanganan penderita mental disorder lembaga nakhlah global konsultan menggunakan tafsir kemenag LPMQ Penelitian ini menggunakan penelitian deskriptif analitis yang bersifat kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Pengumpulan data dilakukan dengan mengadakan observasi, wawancara dan dokumentasi. Hasil Penelitian ini menemukan bahwa penanganan gangguan kejiwaan yang terinspirasi oleh nilai-nilai Qur'ani dan prinsip prinsip Islami dapat memberikan hasil yang positif dalam proses pemulihan bagi penderita, yaitu dengan terapi memaafkan dan terapi doa, serta usaha-usaha external oleh konselor/terapis memberikan arahan spiritual seperti penerimaan atas taqdir Allah, beristigfar, berwudhu, berdzikir, membaca, menghafal dan mentadaburi Al-Qur'an. Begitupun usaha internal oleh penderita untuk berlatih (*Riyādhoh*) dan bersungguh-sungguh (*Mujāhadah*) dalam melaksanakan amalan hati seperti ikhlas, sabar, ridha untuk dapat membantu menangani gangguan kejiwaan dan mendapatkan ketentraman Hati., Lembaga Nakhlah Global Consultant dalam menangani penderita gangguan jiwa dengan pendekatan islami ini melakukan dua cara yaitu dengan usaha External bantuan konselor dan terapis dan usaha internal yang dilakukan oleh penderita

A. PENDAHULUAN

Gangguan kesehatan mental adalah merupakan jenis penyakit kesehatan yang berhubungan dengan anatomi tubuh manusia. Di mana penyakit dan gangguan yang timbul sangat berkaitan erat dengan salah satu unsur terpenting dalam diri manusia yakni kejiwaan, yang juga sering disebut dalam istilah yang umum sebagai penyakit mental dan kejiwaan (Mental Disorder). Manusia adalah makhluk yang memiliki banyak kekurangan dan jauh dari kesempurnaan, dan manusia pula jarang yang menyadari bahwa ia akan mengalami sakit baik jasmaninya maupun rohaninya. Maka dari itu, manusia diperintahkan oleh Tuhan untuk senantiasa berikhtiyar menjaga kesehatannya dan juga mencari jalan keluar untuk menangkal dan mengobati dalam menghadapi gangguan kesehatan mental. (Kementrian Agama RI)

Di Indonesia gangguan kejiwaan atau sakit mental, depresi dan stress terus menjadi persoalan yang belum dapat tertangani dengan cepat dan bahkan tiap tahunnya terus meningkat. Kasus semacam ini terjadi diberbagai golongan diantaranya anak-anak, remaja, kaula muda, orang tua, serta sampai pada umur lansia. Pada perilaku kehidupan sehari-hari kita dapat memandang serta menemui terdapatnya kasus-kasus yang sering berulang seperti ejekan, hinaan, cacian, perundungan bahkan bullying ataupun tindakan asusila seperti kasus cabul dan pemerkosaan yang terjadi di mana-mana, di mana kasus-kasus asusila dan kasus perundungan dan bullying banyak dilakukan kepada anak SD, anak muda, serta lansia. Anak muda serta orang berusia banyak menghadapi perasaan tertekan, muram, pilu serta umumnya mereka tidak dapat menuntaskan perkaranya sendiri sehingga dampaknya berujung pada melukai dirinya sendiri serta merugikan orang lain.

Data yang disajikan oleh IDI (Ikatan Dokter Indonesia) yang disampaikan oleh ketuanya yaitu Fachmi Idris data tahun 2007 menunjukkan bahwa 94% penduduk di Indonesia mengalami gangguan kejiwaan dan depresi dari tingkat terparah sampai tingkat yang amat rendah. (Wandansari & Muslim, 2017: 154) Secara saintifik beberapa faktor yang menyebabkan orang menjadi depresi atau menderita gangguan kejiwaan sudah banyak dipaparkan. Dan faktor faktor penyebab dari gangguan jiwa tidak langsung memicu terjadinya gangguan jiwa saat itu, akan tetapi akan dirasakan di kemudian hari. Tidak hanya permasalahan yang terjadi dalam kehidupan yang menjadi penyebab gangguan kejiwaan, stress dan depresi, ada juga kemungkinan hal lain yang menyebabkan sehingga karena tekanan yang banyak tersebut seseorang mengalami perubahan dan penurunan kesehatan baik secara fisik ataupun kejiwaan. (Hadi Pranowo, 2014: 146)

Segala permasalahan yang dialami oleh manusia pasti berbeda dan bervariasi, baik dari jenis masalahnya atau intensitas masalahnya. Namun jika ada masalah yang sedang dialami oleh seseorang itu dihadapi dengan hati yang lapang dan selalu berfikir positif (positive thinking). Maka besar kemungkinan masalah tersebut akan terselesaikan dengan baik atau apabila ia tidak mampu melapangkan hatinya dan justru berfikir negative (negative thinking) maka bisa jadi masalah tersebut akan semakin bertambah buruk. Masalah yang besar jika hatinya lapang maka masalah tersebut akan dipandang kecil, justru kebalikannya masalah yang kecil jika hatinya tidak lapang maka masalah tersebut akan dipandang menjadi masalah yang besar. Selama seseorang memiliki tekad, kemauan dan usaha yang kuat untuk mencari solusi dan ingin keluar dari kemelut masalah, maka Allah SWT pasti akan senantiasa memberi kemudahan-kemudahan terutama apabila seseorang tersebut senantiasa membekali dirinya dan

memupuk hatinya dengan ketakwaan. Karena ketakwaan adalah sebaik baik bekal, dan yakin dengan bekal tersebut semua permasalahan, kemelut kehidupan, beban beban yang selama ini dihadapi akan terselesaikan dengan baik. (Al-Qurtubi, 1999: 24)

Dalam ilmu psikologi umum masalah gangguan kejiwaan atau sakit mental lebih cenderung kepada pengaruh sosial, hubungan dan budaya masyarakat tanpa memperhatikan bahwa gangguan mental ini sangat berhubungan erat dengan spiritual. (Yulia, 2020: 52) Al-Qur'an Allah turunkan kepada Nabi Muhammad selain menjadi petunjuk kepada jalan yang lurus juga sebagai penawar (*Syifā*) dan rahmat bagi hambanya yang beriman. Al-Qur'an Membimbing manusia menuju jalan yang lurus (*hanif*) yang membawa keselamatan untuk umat dari jalan yang sesat dengan cara membimbing dan merekonstruksi akal dan perasaan untuk berada pada jalan yang benar dengan melihat secara jelas bukti kekuasaan dan kebenaran yang nyata dari Allah, mengarahkan manusia untuk senantiasa istiqomah dalam melakukan amal amal sholeh agar terciptanya kemaslahatan dan menegakkan hukum dan aturan yang berlaku.

Kitab suci Al-Qur'an adalah kitab yang paripurna di mana ia memiliki kandungan serta nilai menunjukkan manusia pada jalan Allah, yang dimana salah satu dari sekian petunjuknya membahas cara-cara menghadapi kesulitan-kesulitan dan cara menanganinya dan bahkan cara untuk mencegah masalah masalah yang dapat menimbulkan terganggunya kesehatan mental. Salah satu nilai yang amat tinggi yang paling penting yang harus dimiliki manusia untuk menghadapi masalah dan persoalan adalah kelapangan hati (kesabaran). (Nila Khoirul Amaliya, 2017: 23)

Berdasarkan sumber-sumber primer di dalam pembahasan penelitian ini, yaitu Kitab Suci Al-Qur'an, maka pembahasan dalam penelitian ini akan mengarah terhadap masalah Gangguan Kejiwaan (Mental Disorder) dan solusinya dengan menggunakan metode tematik. Penulis merujuk kepada tafsir Ilmi Lembaga Pentashih Mushaf Al-Qur'an (LPMQ) Fenomena Kejiwaan Manusia dalam Perspektif Al-Qur'an dan Sains. Tafsir ini telah disusun oleh tim penyusun Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an Badan Litbang dan Diklat, Kementerian Agama RI yang bekerja sama dengan Lembaga Ilmu Pengetahuan Indonesia (LIPI).

Tafsir Ilmi, atau Tafsir Al-Qur'an melalui metode dan pendekatan secara ilmiah, adalah salah satu di antara karya tafsir yang pembahasannya mengarahkan kepada penafsiran itu dapat mempelajari, memahami dan mentadaburi ayat-ayat alam (*kauniyah*), ayat-ayat kosmologi, baik ayat-ayat yang termaktub dalam Al-Quran maupun ayat ayat yang terbentang di alam semesta. Penafsiran melalui pendekatan ilmiah terkait ayat-ayat yang berhubungan dengan sains dalam Al-Qur'an yang sangat dimungkinkan dalam kitab suci Al-Qur'an yang tidak hanya membahas ilmu-ilmu yang bersifat agamis atau syar'i, akan tetapi juga ilmu-ilmu yang bersifat umum, termasuk ilmu tentang alam yang merupakan asal muasal dan cikal berkembangnya dan majunya ilmu sains dan teknologi (Lajnah Pentashih Mushaf Al-Quran, 2016: 9)

B. METODE

Penelitian ini menggunakan penelitian deskriptif analitis yang bersifat kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Pengumpulan data dilakukan dengan mengadakan observasi, wawancara dan dokumentasi. Sumber data yang digunakan adalah sumber data primer merupakan sumber data penelitian yang diperoleh secara langsung dari sumber asli (tidak melalui perantara). Sumber data ini diperoleh secara langsung yang ditujukan kepada ustadz-ustadz konselor dan terapis yang terlibat

langsung mengani penderita gangguan kejiwaan dan sumber data sekunder merupakan sumber data pelengkap atau penunjang dalam penelitian. Sumber data sekunder diperoleh dari berbagai literatur yang berkaitan dengan penelitian.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengertian Tafsir Ilmi

Dalam dunia Penafsiran. Al-Qur'an yang ditafsirkan berdasarkan ilmu pengetahuan modern yang dikenal dengan istilah *al-tafsir al-'ilmy* adalah salah satu bentuk atau gaya penafsiran Al-Qur'an. Secara sisi bahasa (etimologi), *al-tafsir al-'ilmy* terdiri dari dua kata: "*al-tafsir*" dan "*al-'ilmy*".

Tafsir secara sisi kebahasaan adalah bentuk masdar dari *fassara-yufassiru* yang mengandung arti "penjelasan dan keterangan". Kata tafsir berarti menerangkan sesuatu yang masih samar serta menyingkap sesuatu yang tertutup. Di dalam kaitannya dengan kata tafsir berarti menjelaskan mana yang sulit dipahami sehingga kata tersebut dapat dipahami maknanya. (Munawir, 1997: 1055)

Menurut definisi istilah, tafsir adalah "usaha seorang penafsir untuk menjelaskan makna suatu teks atau ayat Al-Qur'an dengan cara yang mudah dipahami oleh khalayak atau pembaca sehingga pesan dari ayat-ayat tersebut tersampaikan dengan baik dan tidak melanggar kaidah-kaidah pokok dan tujuan inti Al-Quran". (Rosadisastra, 2016: 7) Adapun arti dari *ilmy* adalah ilmu pengetahuan atau ilmu yang sifatnya ilmiah. (Maydi, dkk., 2018: 110) Dalam Al-Qur'an al-Karim kata tafsir disebutkan dalam surat Al-Furqan ayat 33:

وَلَا يَأْتُونَكَ بِمَثَلٍ إِلَّا جِئْنَاكَ بِالْحَقِّ وَأَحْسَنَ تَفْسِيرًا^٣

"Tidaklah mereka datang kepadamu (membawa) sesuatu yang aneh, kecuali Kami datangkan kepadamu kebenaran dan penjelasan yang terbaik." (QS. Al-Furqan [25]: 33)

Kata tafsir pada ayat ini berarti penjelasan atau rincian. Kata tafsir pada ayat tersebut disandingkan bersama kata al-haq yang maknanya kebenaran yang pasti dan mutlak. Sesuai konteks ayat ini, kata tafsir merupakan penjelasan atau penegasan atas segala keanehan dan keganjilan yang disampaikan oleh orang-orang kafir kepada Nabi Muhammad SAW sebagai pembawa risalah Al-Quran. (Muhammad Chirzin, 1992: 455-456)

Dari definisi di atas jelas bahwa tafsir adalah cara atau metode memahami ayat-ayat Allah yang diturunkan kepada Nabi Muhammad SAW melalui berbagai jenis ilmu seperti tata cara pengucapan atau ilmu qir'atnya, dari segi bahasanya, hukum-hukumnya dan hikmah dapat diambil darinya dan lain sebagainya sesuai dengan kemampuan manusia.

Secara etimologis, kata *ilmi* berasal dari bahasa Arab *al-'ilm* yang berarti mengetahui hakikat sesuatu yang sebenarnya. *Al-'ilm* digunakan untuk mengetahui sesuatu yang bersifat universal (*al-kulli*). (Majma' al-Lughah al-Arābiyah, 1990: 624)

Tafsir Ilmi adalah sebuah upaya memahami ayat-ayat Al-Qur'an yang mengandung isyarat ilmiah dari perspektif ilmu pengetahuan modern. Menurut Husain az-Zahabi, tafsir ini membahas istilah-istilah ilmu pengetahuan dalam penuturan ayat-ayat Al-Qur'an, serta berusaha menggali dimensi keilmuan dan menyingkap rahasia kemukjizatannya terkait informasi-informasi sains yang mungkin belum dikenal manusia pada masa turunnya sehingga menjadi bukti bahwa Al-Qur'an bukan karangan

manusia, namun wahyu Sang Pencipta dan Pemilik alam raya. (Kementerian Agama, 2010: 22)

Pengertian Gangguan Kejiwaan (*Mental Disorder*)

Gangguan kejiwaan dapat terjadi kepada siapa saja, anak-anak, remaja, orang dewasa dan bahkan terhadap orang yang sudah lanjut usia. Gangguan jiwa ini sering timbul dalam bentuk kesedihan, muram, menangis, marah, berkelahi, tumbuh kembang lambat dan tidak sesuai dengan usia sebayanya. Sedangkan dari sisi fisik bisa dilihat jika seseorang mengalami gangguan kejiwaan berupa keluhan seperti mual, pusing, nyesek, sakit perutnya, diare kronis, namun dari pemeriksaan dokter tidak dapat ditemukan gangguan dalam organ tubuhnya. (Yunias Setiawati, 2017: 5-6)

Gangguan kejiwaan adalah kumpulan dari keadaan-keadaan yang tidak normal, baik yang berhubungan dengan fisik, maupun dengan mental. Keabnormalan tersebut tidak disebabkan oleh sakit atau rusaknya bagian-bagian anggota tubuh, meskipun kadang-kadang gejalanya terlihat pada fisik. (Deradjat, 1995: 33)

Menurut American Psychiatric Association (2023), gangguan jiwa merupakan kondisi kesehatan dimana individu tersebut mengalami perubahan dalam pola pikir, emosi, atau perilaku maupun gabungan dari ketiga perubahan tersebut.

Menurut WHO, Gangguan jiwa berhubungan dengan distress atau masalah dalam fungsi sosial, pekerjaan, atau masalah keluarga. Gangguan jiwa meliputi berbagai masalah dengan tanda gejala yang berbeda. Secara umum, gangguan jiwa ditandai dengan beberapa kombinasi dari pola pikir abnormal, emosi, perilaku, dan hubungan dengan yang lain. (WHO, 2023)

Dan menurut Depkes RI (2023) adalah suatu perubahan pada fungsi jiwa yang menyebabkan adanya gangguan pada fungsi jiwa, sehingga dapat menimbulkan penderitaan pada individu dan atau hambatan dalam melaksanakan peran sosial.

Macam-macam Gangguan Jiwa

1. **Psikopat.** Psikopat secara etimologis merupakan gabungan kata dari bahasa Yunani yaitu *psyche* dan *pathos* yang berarti penyakit jiwa. Psikopat berbeda dengan gila (*psikosis*), karena seorang psikopat sadar sepenuhnya atas perbuatannya. Psikopat merupakan diagnosis gangguan kepribadian anti sosial yang dapat berasal dari berbagai genetik dan faktor lingkungan
2. **Kecemasan.** kecemasan adalah suatu timbal balik dari pengalaman yang dirasakan kurang membahagiakan dalam kehidupan dan dilanjutkan perasaan khawatir, takut dan gelisah.
3. **Munafik.** Secara umum bisa diketahui bahwasannya munafik merupakan seseorang yang tidak menyesuaikan antara perkataannya dan perbuatannya. Pada Kamus Besar Bahasa Indonesia, munafik adalah seseorang yang berpura-pura. Manusia yang munafik, dalam kaca mata keilmuan kejiwaan modern merupakan manusia yang sedang sakit.
4. **Gila.** Gangguan jiwa atau sakit mental adalah pola psikologis atau perilaku yang umumnya dikaitkan dengan stres atau gangguan mental dan tidak dianggap sebagai bagian dari perkembangan normal manusia. Gangguan ini didefinisikan sebagai kombinasi komponen emosional, perilaku, kognitif, atau persepsi yang berkaitan dengan fungsi spesifik area otak atau sistem saraf yang menjalankan fungsi sosial pada manusia.

5. **Antisosial.** Perilaku antisosial mengacu pada perilaku yang mengabaikan kepentingan orang lain dan dengan sengaja atau lalai menimbulkan kerugian bagi masyarakat. sikap antisosial seringkali dipandang sebagai sikap dan perilaku yang tidak memperhitungkan penilaian dan kehadiran orang lain atau masyarakat umum di sekitarnya. (Berger, 2003: 302)
6. **Penyimpangan Seksual.** Penyimpangan seksual adalah aktivitas seksual yang ditempuh seseorang untuk mendapatkan kenikmatan seksual dengan cara yang tidak sewajarnya. Biasanya cara yang digunakan oleh orang tersebut adalah menggunakan objek seks yang tidak wajar. Penyebab kelainan ini bersifat psikologis atau kejiwaan, seperti pengalaman sewaktu kecil, dari lingkungan pergaulan, dan faktor genetis.

Solusi Gangguan Mental Disorder Dalam Tafsir Ilmi LPMQ

1. Doa dan Penyembuhan

Di dalam Islam ada salah satu bagian yang tidak dapat dipisahkan oleh seseorang yaitu mengharap dengan sepenuhnya kepada Tuhan. Yang disebut dengan do'a. memaanjatkan segala permohonan dan pengharapan kepada tuhan setiap sa'at dan pada waktu waktu tertentu yang diajarkan oleh sang maha guru Rasulullah SAW. Pada bagian ini tafsir LPMQ mencoba memberikan jalan keluar melalui terapi berdo'a. dilain sisi juga Islam memberikan ruang yang begitu besar kepada pemeluknya untuk dapat memberikan ma'af kepada apa yang telah ia sesali. Terutama mendahulukan untuk memberi ma'af kepada orang lain. Sisi yang kedua ini menjadi solusi terbesar dalam terapi penyembuhan bagi penderita kejiwaan dalam mencari jalan keluar untuk kesembuhan.

Dari sudut pandang psikologis dan fisik, penyakit adalah persepsi seseorang terhadap kesehatannya yang dirasa terganggu. Penyakit, di sisi lain, adalah proses fisik dan patofisiologis aktual yang berkelanjutan yang dapat menyebabkan keadaan tubuh atau pikiran yang tidak normal. Meskipun fenomena penyakit tampaknya berada di luar kerangka agama, Islam telah menjadikannya topik diskusi tersendiri. Islam tidak hanya peduli pada masalah spiritual dan moral, tetapi juga masalah yang bersifat duniawi seperti masalah kesehatan mental dan fisik. Mengenai kesehatan, Islam menyatakan bahwa hanya Allah yang mampu memberikan obat untuk meringankan penyakit dan menyembuhkannya. Keadaan ini dijelaskan dalam banyak ayat dan hadis seperti:

وَإِذَا مَرَضْتُ فَبُهِرْتُ بِشَيْءٍ

Apabila aku sakit, Dialah yang menyembuhkanku. (QS. Asy-Syu'ara' [26]:80)

عَنْ جَابِرٍ، عَنْ رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ أَنَّهُ قَالَ: «لِكُلِّ دَاءٍ دَوَاءٌ، فَإِذَا أُصِيبَ دَوَاءُ الدَّاءِ بَرَأَ بِإِذْنِ اللَّهِ عَزَّ وَجَلَّ» (رواه مسلم)

Dari Jaabir, dari Rasulullah SAW bersabda, "Setiap penyakit pasti ada obatnya. Bila sebuah obat sesuai dengan penyakitnya maka penyakit itu akan sembuh dengan izin Allah 'azza wa jalla." (HR. Muslim)

Surat al-Isrā' [17]: 82 menjelaskan bahwa Al-Qur'an berisi obat-obatan untuk penyakit mental, fisik, bagi orang-orang beriman. Allah berfirman:

وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ وَلَا يَرْيُدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا

Kami turunkan dari Al-Qur'an sesuatu yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang-orang mukmin, sedangkan bagi orang-orang zalim (Al-Qur'an itu) hanya akan menambah kerugian. (QS. Al-Isra' [17]:82)

Penyembuhan yang terkandung dalam Al-Qur'an terutama ditujukan pada penyakit hati (keraguan, kemunafikan, dan lain-lain). Namun bila digunakan untuk memperluas cakupan Al-Qur'an, bisa juga digunakan untuk menyembuhkan penyakit tubuh seperti dalam praktik rukiyah.

Umumnya ajaran agama dan kepercayaan yang ada juga mencakup penyembuhan penyakit jiwa dan raga. Tidak mengherankan jika banyak nabi juga menjadi penyembuh semasa hidupnya. Hal yang sama juga berlaku dalam lingkungan keagamaan. Para pendeta di Mesir dan Yunani kuno juga berfungsi sebagai dokter, psikolog, dan penyihir. Lembaga keagamaan seringkali diidentikkan dengan pusat pengobatan berbagai penyakit, terutama penyakit jiwa. Padahal, di zaman modern ini, ternyata ada dua institusi yang bertanggung jawab dalam pengobatan penyakit jiwa: institusi keagamaan dan institusi medis. Perpaduan antara pengobatan dan amalan keagamaan seperti sholat, dzikir, puasa, ketakwaan dan amalan emosi positif lainnya menjadi kunci utama kesembuhan.

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, doa diartikan sebagai permohonan (permintaan, pengharapan, pujian) kepada Tuhan. Menurut Al-Qur'an, dengan berdoa yaitu dengan menyeru, mengucapkan, memohon, meminta pertolongan, seseorang berpaling dari hatinya kepada Tuhan dan meminta pertolongan kepada Tuhan Yang Maha Besar, Maha Penyayang, Maha Penyayang dan bergantung kepada-Nya. (Kemenag RI, 2010: 117)

Dalam semua situasi, dalam keadaan sehat dan sakit, kaya dan miskin, dalam keadaan luas dan sempit, manusia terdorong untuk terus berdoa kepada Tuhannya. Hendaknya seseorang selalu berdoa dan bersyukur kepada Allah atas segala kebahagiaan, kesehatan, dan nikmat lain yang telah diberikannya.

2. Efek Memaafkan terhadap Kesehatan

Banyak orang mencoba mendefinisikan “memaafkan”. Salah satunya, dan mungkin yang paling tepat untuk digunakan dalam bahasan ini adalah Memaafkan bukan berarti membenarkan atau melegitimasi kesalahan seseorang, juga tidak diartikan sebagai kelemahan orang yang memaafkan. memaafkan tidak harus muncul setelah pihak yang bersalah meminta maaf, dan juga bukan pemberian kepada pihak yang bersalah. Sebaliknya, memaafkan adalah anugerah bagi orang yang memaafkan itu sendiri. Permintaan maaf adalah pelajaran hidup yang sangat berguna yang dapat diajarkan, dipelajari, dan dipraktikkan.

Proses maaf-memaafkan dibagi menjadi dua bagian utama dalam Al-Qur'an yaitu memberi maaf dan meminta maaf. Memaafkan merupakan tindakan yang sangat melegakan, meski sulit dilakukan dengan jujur. Memaafkan bukan sekedar tindakan yang berbasis emosi, namun merupakan tindakan nyata, yaitu menghilangkan segala akibat kemarahan dan memungkinkan pelakunya menikmati hidup sehat dan berada dalam keadaan positif baik secara psikologis maupun fisik. Beginilah seharusnya seseorang hidup di dunia ini.

Namun arti memaafkan yang sebenarnya adalah menerima keridhaan Allah. Perilaku akhlak yang tinggi ini sering disebutkan dalam Al-Qur'an dan Hadits, dan merupakan salah satu dari sekian banyak pedoman yang terdapat dalam Al-Qur'an. Dalam QS. Al-A'raf [7]: 199 Allah berfirman:

خُذِ الْعَفْوَ وَأْمُرْ بِالْعُرْفِ وَأَعْرِضْ عَنِ الْجَاهِلِينَ

“Jadilah pemaaf, perintahlah (orang-orang) pada yang makruf, dan berpalinglah dari orang-orang bodoh.” (QS. Al-A’raf [7]: 199)

Tindakan memaafkan mengundang berbagai reaksi dan kadang-kadang bahkan dapat merugikan (tidak secara psikologis atau klinis) bagi orang yang memaafkan. Hal ini terutama berlaku jika menyangkut rekonsiliasi (yang dianggap sebagai bagian dari proses memaafkan), seperti hubungan yang tidak sehat dan cenderung merugikan kedua belah pihak jika terus berlanjut. Dalam situasi ini, mungkin lebih bijaksana untuk menjauhkan diri dari orang tersebut tanpa memutuskan hubungan, agar si pemaaf tidak kembali berada dalam posisi berbahaya (tersakiti dan menjadi korban).

Al-Qur'an dan Hadits mengajarkan manfaat memaafkan dalam kehidupan seseorang. Namun meski seseorang mengaku sudah memaafkan kesalahan orang lain, nyatanya seseorang tersebut tetap membutuhkan waktu untuk melepaskan diri dari rasa benci. Perbuatannya sehari-hari masih menunjukkan keadaan tersebut, sehingga hendaknya membiasakan memaafkan dengan ikhlas, seperti yang dijelaskan dalam banyak ayat Al-Qur'an. Kebiasaan mengikuti praktik yang dianjurkan agama bisa sangat membantu, karena orang-orang dari latar belakang agama terbukti memiliki tingkat perilaku depresi, stres, dan gangguan mental yang jauh lebih rendah dibandingkan mereka yang berlatar belakang non-agama.

Living Qur'an dan Lembaga Nakhlah Global Consultant

a. Pengertian *Living Qur'an*

Secara etimologis, *Living Qur'an* disusun atas dua kata yaitu *living* yang artinya hidup dan Al-Qur'an artinya kitab pedoman bagi umat Islam. Kata *Living* adalah kata yang asal muasalanya dari bahasa asing yaitu bahasa Inggris “*live*” yang memiliki arti aktif, hidup, dan yang hidup. Dan pada bahasa Arab sering diistilahkan *al-hayy* dan *ihya'*. Dengan demikian *Living Qur'an* dapat diartikan dengan Al-Qur'an *al-hayy* atau bisa juga *ihya' Al-Qur'an* yaitu Al-Qur'an yang hidup dan membuat hidup Al-Qur'an. (Hasbillah, 2019: 20)

Secara istilah, ilmu *Living Qur'an* dapat diberikan definisi dengan sebuah ilmu yang membahas terkait praktik Al-Qur'an. Dengan istilah lain yaitu ilmu ini mengkaji dan membahas Al-Qur'an melalui realita-realita yang ada, ilmu ini tidak bersumber dari ide yang terbit dari sebuah penafsiran nash Al-Qur'an. Pembahasan *Living Qur'an* sifatnya praktik dari sebuah teks, bukan sebaliknya dari teks terlebih dahulu ke praktik. Di saat yang sama, ilmu *Living Qur'an* juga dapat diistilahkan sebagai salah satu cabang ilmu Al-Qur'an yang membahas fenomena Al-Qur'an di tengah-tengah masyarakat.

Living Qur'an juga dapat dirumuskan dari hasil kajian, diskusi, seminar, survey perpustakaan, dan majalah-majalah tentang *Living Qur'an* yang masing-masing memberikan konsep pokok *Living Qur'an*. Definisi *Living Qur'an* adalah upaya untuk memperoleh pengetahuan yang kokoh dan meyakinkan tentang budaya, adat istiadat, tradisi, ritual, pemikiran dan tindakan masyarakat dalam kehidupannya yang diilhami oleh ayat-ayat Al-Qur'an. *Living Qur'an* merupakan ilmu yang mempelajari fenomena dan manifestasi Al-Qur'an yang ada dalam kehidupan manusia.

Living Qur'an juga dapat dimaknai dengan gejala yang nampak di masyarakat berupa pola-pola perilaku yang bersumber maupun respon sebagai pemaknaan terhadap nilai-nilai Qur'ani. Bentuk respon masyarakat terhadap teks Al-Qur'an adalah resepsi masyarakat terhadap teks Al-Qur'an tertentu dan hasil penafsiran tertentu.

Sementara itu, resepsi sosial terhadap hasil penafsiran terjelma dan dilembagakannya dalam bentuk penafsiran tertentu dalam masyarakat, baik dalam skala besar maupun kecil. Teks Al-Qur'an yang hidup di masyarakat itulah yang disebut *the Living Qur'an*, sementara penerapan hasil penafsiran tertentu dalam masyarakat dapat disebut dengan *the living tafsir*. (Hakim, 2019: 22)

Secara umum, Pembahasan dan kajian *Living Qur'an* membahas dan mempelajari Al-Qur'an sebagai teks yang hidup, bukan teks yang mati. Pendekatan *Living Qur'an* menekankan pada aspek-aspek fungsi Al-Quran merupakan petunjuk dan rahmat untuk kehidupan manusia dan orang-orang beriman, namun hal ini juga mencakup peranan Al-Qur'an dalam berbagai kepentingan dan situasi kehidupan baik untuk orang beriman maupun tidak beriman. Pendekatan ini juga mempertimbangkan produk penafsiran dan relevansinya dengan permasalahan masyarakat saat ini dan masa depan.

b. Sejarah Singkat Lembaga Nakhlah Global Consultant

PT. Naklah Emkaif Indonesia berdiri sejak tahun 2015 dengan Nama NCC (Nakhlah Coaching & Conseling) dan masih berupa organisasi sosial yang bergerak pada pelayanan jasa pelatihan dan konsultasi.

Ditahun 2017 Nakhlah berada dibawah yayasan, yang bernama Nakhlah Bimadani Indonesia, Client-client Nakhlah pada saat itu adalah Lembaga – lembaga pendidikan dan perusahaan-perusahaan di Jabodetabek, Solo, dan Kalimantan, perusahaan yang menggunakan layanan jasa Assessment, Coaching, Mentoring, Conseling, seperti Harmoni Sistem, Harmoni Digital, PT PAMA dengan layanan Jasa, Training Parenting, Pengembangan SDM dengan program untuk Employe dengan beberapa Batch pada tahun 2017, 2018, 2019. Selain itu NCC bergerak sebagai organisasi yang menangani Traumatik Hilling pada lokasi-lokasi yang terkena bencana alam diantaranya di daerah Aceh, Pacitan, Garut, Lombok.

Ditahun 2020 Nakhlah Berubah Nama Menjadi Nakhlah Global Consultant dan pada saat itu terjadi Pandemi dan Nakhlah berhenti sementara untuk melayani jasa secara offline, hanya melayani layanan online, selain dari pada itu Nakhlah mulai mengurus perizinan sebagai perusahaan dan Alhamdulillah Berhasil memiliki legalitas Menjadi Perusahaan dengan Nama PT. NAKLAH EMKAIF INDONESIA. Di tahun 2021 Nakhlah memulai kembali membuka layanan jasa secara Offline.

c. Penanganan Penderita Mental Disorder Lembaga Nakhlah Global Consultant

1) Penanganan Mental Disorder (Marah)

Seseorang yang kerap sering marah-marah atau mudah marah-marah menjadi penanda adanya gejala gangguan BPD (*Beorder Line Personality Disorder*) atau gangguan kepribadian ambang. Kondisi ini merupakan gangguan mental yang ditandai dengan suasana hati serta citra diri yang sering berubah ubah, dan perilaku yang impulsif.

Fokus pengelolaan dan penanganan marah adalah dengan melihat dan mengamati lebih dalam pengalaman internal amarah dan reaksi-reaksi kemarahan keluar. Ada dua tindakan yang dibutuhkan dalam penanganan marah ini, yaitu: 1) Usaha External (Bantuan Konselor dan Terapis) dan 2) Usaha Internal (Mandiri).

Usaha External, dalam usaha ini Konselor/Terapis memberikan nasihat, bimbingan dan arahan, dengan menyampaikan keutamaan memaafkan dan keutamaan

menahan emosi. Penderita dilatih secara bertahap memiliki kemampuan untuk memaafkan, hal ini dapat dilakukan dengan melatih penderita membiasakan mengucapkan istigfar dan mentadaburi sifat-sifat Allah yang maha pengasih dan maha penyayang. Konselor/Terapi mengajarkan dan melatih cara-cara meredam kemarahan dalam Islam antara lain: a) Mengucappkan Isti'adzah, b) Berwudhu, dan c) Mengucapkan istigfar karena ia dapat melapangkan dada seseorang

Sedangkan usaha internal (Mandiri) dilakukan lebih kepada Seseorang yang mengalami gejala emosi kemarahan yang tidak stabil hendaklah berlatih (*Riyadhoh*) dan bersungguh-sungguh (*Mujahadah*) dan melaksanakan amalan hati seperti Ikhlas, Sabar, dan ridha. Selain itu juga bersungguh-sungguh dalam melakukan terapi marah dalam Islam sebagaimana yang dimaksudkan diatas dan melakukan beberapa aktifitas yang dapat menekan amarah seperti: relaksasi pernafasan, perpindhan tubuh, diam dan merenung seraya fokus pada jalan keluar.

Pada lembaga Nakhlah Global Consultant Penanganan Mental Disorder (Marah) yaitu melalui Usaha External dan Internal, adapun usaha External Sebagai berikut:

Nasihat untuk memaafkan, Konselor/Terapis memberikan nasihat, bimbingan dan arahan, dengan menyampaikan keutamaan memaafkan dan keutamaan menahan emosi. Hal ini juga sesuai dengan penafsiran Tafsir Ilmi Fenomena Kejiwaan Manusia dalam Perspektif Al-Qur'an dan Sains LPMQ Kemenag yang menjelaskan bahwa Memaafkan bukan hanya perilaku yang berdasarkan perasaan, namun lebih pada suatu tindakan konkret, yakni suatu aspek moral utama yang menghilangkan semua akibat yang disebabkan oleh kemarahan, dan menolong pelaku untuk dapat menikmati hidup sehat dan dalam kondisi positif, baik secara psikologis maupun fisik.

Mengucapkan *Isti'adzah*, *Isti'adzah* digunakan oleh Lembaga Nakhlah Global Consultant untuk menangani penderita mental diorder (Kemarahan). Penderita diajarkan dan dilatih untuk senantiasa membaca *Istiadzah* untuk berlindung kepada Allah dari sifat marah. Karena marah ini berasal dari syaitan, maka Allah pun memerintahkan hambanya untuk senantiasa membaca Isti'adzah agar terhindar dari gangguan dan godaan syaitan.

Berwudhu, Berwudhu digunakan oleh Lembaga Nakhlah Global Consultant untuk menangani penderita mental diorder (Kemarahan). Penderita diajarkan dan dilatih untuk senantiasa Berwudhu setiap kali ia mengalami kemarahan.

Beristighfar, Istigfar juga digunakan oleh Lembaga Nakhlah Global Consultant untuk menangani penderita mental diorder (Kemarahan). Penderita diajarkan dan dilatih untuk senantiasa membaca istigfar agar adanya yang sesak terasa lapang dengan terus membaca dan merenungi maknanya.

Adapun usaha dari internal diri sendiri, untuk meredam kemarahan berlatih dan bersungguh-sungguh dalam melaksanakan amalan hati seperti Ikhlas, Sabar, dan ridha. Selain itu juga bersungguh-sungguh dalam melakukan terapi marah dalam Islam sebagaimana yang dimaksudkan diatas dan melakukan beberapa aktifitas yang dapat menekan amarah seperti: relaksasi pernafasan, perpindhan tubuh, diam dan merenung seraya fokus pada jalan keluar.

2) Penanganan Mental Disorder (Takut dan Cemas)

Cara-cara untuk mengatasi rasa takut dengan istilah trik latihan olah jiwa (*Ar-riyadotu an-nafs*) dimana metode tersebut sama yang digunakan baru-baru ini dengan istilah Terapi kognitif prilaku (*Cognitive Behavior Therapy*) dalam menangani

ketakutan (*Pobia*) dan gangguan perilaku yang lainnya, kendati demikian Nakhlah Global Consultant berbeda dengan terapi yang dikenal saat ini, hal ini karena berfokus pada pencegahan sedangkan istilah terapi perilaku atau terapi kognitif perilaku lebih pada penanganan atau terapi.

Nakhlah Global Consultant dalam menangani penderita *Mental Disorder* (Takut dan Cemas) dengan menggunakan metode olah jiwa atau istilah yang terkenal saat ini adalah Terapi kognitif Perilaku (*Cognitive Behavior Therapy*). Namun Nakhlah Global Consultant Lebih menekankan untuk mencegah sedini mungkin. Usaha yang dilakukan melalui dua usaha dalam menangani gangguan ini yaitu usaha External dan Internal. Adapun usaha External yaitu dengan bantuan konselor/terapis dapat disimpulkan dengan memberikan pemahaman tentang konsep takut dan cemas, kemudian diajak diskusi bahwa tidak ada sesuatu yang harus ditakuti dan dicemasi melalui ayat-ayat Al-Qur'an. Memberikan pemahaman secara kognitif agar dapat jalan keluar dengan pendekatan pendekatan Qur'ani.

Hal ini juga bersesuaian dengan dengan penafsiran yang terdapat dalam Tafsir Ilmi LPMQ bahwa dalam Al-Qur'an yaitu memahamkan kepada manusia untuk tidak cemas, khawatir, takut pada hal-hal tertentu yang tidak perlu, ditegaskan berulang kali. Ungkapan Al-Qur'an untuk tidak cemas atau takut, khawatir dan tidak bersedih hati berkepanjangan ditemukan dalam banyak ayat secara bergandengan. Dengan seolah olah Allah mengajak bicara hambanya dan meyakinkan dengan benar.

Adapun usaha Internal yang dilakukan untuk seseorang yang mengalami gejala emosi ketakutan yang berlebihan dan kecemasan hendaklah berlatih (*Riyadhoh*) dan bersungguh-sungguh (*Mujahadah*) dalam melaksanakan amalan hati seperti ikhlas, sabar, ridha, selain itu juga bersungguh-sungguh dalam melakukan terapi kecemasan dengan membaca Al-Qur'an dan menghafalkannya serta fokuskan diri kepada ayat ayat yang dibaca. biasanya juga untuk membaca dzikir pagi dan petang disertai pemahaman terhadap maknanya.

3) Penanganan *Mental Disorder* (Sedih dan Depresi)

Usaha-usaha yang dilakukan oleh lembaga Nakhlah Global Consultant dalam menangani penderita sedih dan depresi dari sisi external yaitu dengan bantuan konselor dan terapis. melalui diskusi masalah dan sosialisasi diri dengan lemah lembut agar energi kebahagiaan hadir dalam diri penderita. Kemudian diperdengarkan Al-Qur'an, karena mendengarkan Al-Qur'an akan mendatangkan kebahagiaan. Dan penderita juga diceraikan dengan obrolan tentang aqidah, takdir dan kehidupan Akhirat.

Sedangkan usaha internal yang harus dilakukan secara mandiri yaitu dengan metode kognitif mengalihkan pikiran susah menjadi bahagia. Kemudian berlatih (*Riyadhoh*) dan bersungguh-sungguh (*Mujahadah*) dalam melaksanakan amalan hati seperti ikhlas, sabar, dan ridho. Membaca Al-Qur'an dan menghafalkannya, mentadaburi ayat-ayatnya, membaca dzikir pagi dan petang, membaca istighfar, dan membaca doa untuk diberikan kemudahan dan diangkat kesulitan serta doa-doa lainnya. Usaha internal ini sudah dijelaskan analisisnya di atas.

4) Penanganan *Mental Disorder* (Was-was)

Nakhlah Global Consultant dalam menangani penderita was-was adalah dengan kesungguhan (*Mujahadatu An-nafs*) dengan segala upaya untuk menyingkirkannya,

mengobatinya dengan penuh keyakinan kepada Allah Ta'ala yang telah memberikan obat untuk setiap penyakit yang menimpa tubuh dan jiwa.

Usaha usaha yang dilakukan meliputi usaha External dan Internal. Dalam usaha external pada intinya adalah penderita harus senantiasa bersama, tidak diperkenankan dalam kesendirian, harus senantiasa berinteraksi dengan orang yang dapat memberikan masukan masukan positif kepada si penderita. Terutama adalah teman dekat dan keluarga terdekatnya untuk dapat mengungkapkan rasa sakit yang dialami dan waswasnya.

Adapun usaha usaha internal Menyiapkan pikiran-pikiran positif yang dapat membantu dan menjaga jiwa dari gejala gangguan waswas sebelum muncul waswas itu sendiri, Melatih kesadaran melalui pencatatan dan perhitungan bisikan-bisikan/ lintasan hati dan pikiran-pikiran otomatis (pikiran-pikiran kacau/negatif yang membawa pada perilaku negatif), Melatih jiwa (Riyadhotu an-Nafs) dan bersungguhsungguh (Mujahadatu an-Nafs) melalui aktifitas amalan lisan, hati, dan badan, Sibukkan diri dengan melakukan perilaku positif.

D. KESIMPULAN

Kesimpulan disampaikan didasarkan pada hasil penelitian, terutama dari pengujian hipotesis. Berikut adalah kesimpulan dan saran yang disampaikan:

1. Macam macam Gangguan Kejiwaan Mental disorder dalam Tafsir Ilmi LPMQ Kementrian Agama meliputi: psikopat, kecemasan dan fobia, munafik, kegilaan, anti sosial dan penyimpangan seksual.
2. Solusi yang disebutkan oleh Tafsir Ilmi LPMQ Kementrian Agama dalam menangani Gangguan Kejiwaan diatas adalah dengan do'a dan memaafkan yang menjadi sarana kesadaran jiwa untuk menuju kesembuhan.
3. Macam macam gangguan kejiwaan yang ditangani oleh Lembaga Nakhlah Global Consultant adalah meliputi Gangguan Kemarahan, Gangguan Ketakutan dan Kecemasan, Gangguan Kesedihan dan Depresi dan Gangguan Was-was.
4. Langkah-langkah yang ditempuh oleh Lembaga Nakhlah Global Consultant untuk menangani penderita gangguan kejiwaan (Mental Disorder) diatas dengan melakukan beberapa cara yaitu dengan konseling dan terapi menggunakan cara-cara islami seperti membaca ayat ayat Al-Qur'an dan menghafalkannya, mengucapkan isti'adzah, beristigfar, dzikir pagi dan petang, ruqiyah dan pendekatan pendekatan berhubungan dengan Islam. Yang bertujuan untuk mengatkan Iman, memberikan ketentraman dalam hati dengan mengingat Allah, meningkatkan ketahanan mental, dan memberikan dukungan dan pendampingan spiritual untuk menuju jalan keluar. Selain itu juga pendampingan ini untuk membantu penderita menghilangkan rasa bersalah, menyesal terhadap apa yang dialami di masa lalu.
5. Lembaga Nakhlah Global Consultant dalam menangani penderita gangguan jiwa dengan pendekatan islami ini melakukan dua cara yaitu dengan usaha External bantuan konselor dan terapis dan usaha internal yang dilakukan oleh penderita.
6. Usaha usaha External yang dilakukan oleh konselor atau terapis dalam proses penanganan gangguan jiwa secara keseluruhan adalah melakukan assesment untuk menentukan tingkat gangguan jiwa yang diderita dan untuk menentukan

apakah si penderita membutuhkan penanganan medis atau langsung konseling/terapi. Jika butuh penanganan medis maka konselor dan terapis mengarahkan untuk terlebih dahulu menempuh pengobatan medis. Jika kondisi fisik sudah membaik maka dapat dilanjutkan kepada proses konseling dan terapi. Pada proses konseling/terapi seorang konselor memberikan pemahaman masalah, membimbing dan mengarahkan bahwa masalah tersebut ada jalan keluar, mengarahkan untuk membaca, menghafal dan mentadaburi Al-Qur'an, mengucapkan istigfar, isti'adzah, ayat-ayat ruqiyah dan dzikir.

7. Sedangkan usaha usaha internal yang dilakukan secara mandiri di rumah seorang penderita berlatih (Riyadhoh) dan bersungguh sungguh (Mujahadah) dalam melaksanakan amalan hati seperti ikhlas, sabar, ridha, selain itu juga bersungguh sungguh dalam melakukan terapi kecemasan dengan membaca Al-Qur'an dan menghafalkannya serta fokuskan diri kepada ayat ayat yang dibaca. membiasakan juga untuk membaca dzikir pagi dan petang disertai pemahaman terhadap maknanya. Melakukan aktifitas mandiri sebagaimana yang diarahkan dan dilatih oleh Konselor/Terapis bersama orang lain sebagaimana yang telah disampaikan.
8. Analisa Penanganan Penderita Mental Disorder lembaga nakhlah global konsultan menggunakan tafsir kemenag LPMQ ada kesesuaian dalam memberikan solusi terutama dalam hal pemberian maaf dan terapi do'a. ditambah lagi solusi yang terdapat dalam Al-Qur'an dengan penafsiran Tafsir Tahlili Kementerian Agama yang memperkuat dalam menjelaskan ayat ayat yang terkait seperti penafsiran (QS. Al-A'raf 7: 199), (QS. Al-A'raf 7:200), (QS. Al-Maidah 5: 6), (QS. Ali-Imran 3: 133-134), (QS. Yunus 10: 62), (QS. Fussilat 41:30), (QS. An-nahl 16: 127), (QS. An-Naas 114: 4).

E. SARAN

Dari beberapa kesimpulan di atas, penulis memberikan beberapa saran untuk para akademisi, aktifis yang menggeluti bidang penanganan gangguan kejiwaan, Lembaga Nakhlah, terkhusus yang menjadikan Al-Qur'an sebagai landasan dalam tugas dan gerakannya untuk membantu para penderita gangguan kejiwaan sebagai berikut:

1. Bagi akademisi, Penulis menyarankan agar para akademisi memberikan perhatian lebih pada pembahasan gangguan kejiwaan dan solusinya dari persepektif keilmuan Al-Qur'an, terutama penafsiran-penafsiran yang menggunakan pendekatan sains dan tafsir tafsir lainnya. Islam bukan hanya agama semata, tetapi juga selalu shâlih likulli zaman wa makân/ bersifat komprehensif.
2. Bagi Nakhlah Global Consultant, penulis memberikan saran untuk terus berkontribusi memberikan pelayanan yang terbaik bagi masyarakat dalam menangani masalah gangguan kejiwaan ini, dan tetap fokus dan memperluas kembali dari ayat-ayat Al-Qur'an maupun penafsirannya, sehingga para penderita dapat diarahkan dan diberikan penanganan yang lebih baik dengan sentuhan nilai nilai religius.
3. Untuk penelitian selanjutnya, penulis berharap dapat memperluas pemahaman mengenai gangguan kejiwaan dan penanganannya yang berhubungan dengan

teori Islami dan melakukan kajian yang lebih mendalam terkait ayat-ayat dalam Al-Qur'an sebagai solusi dan jalan keluar.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Baihaqy, Abu Bakar. (2003). *Sunan al-Kubro*. Beirut: Darul Kutub al-'Alamiyah.
- Al-Bukhari, Muhammad bin Isma'il abu Abdullah. (1442). *Shahih al-Bukhari*, Jilid-1. Dār Tauqi an-Najāh.
- Alif, Muhammad Arfiani. (2020). *Ensiklopedi Terapi Kejiwaan Islam*. Bekasi: PT. Nakhlah EMKAIF Indonesia.
- Al-Qattan, Manna' Khalil. (1992). *Studi Ilmi-Ilmu Quran*. Bogor: Litera Antar Nusa.
- Al-Qurtubi. (1999). *Al-Jami' li Ahkamil Qur'an*. Beirut: Darul-Fikr.
- An-Naisābury Muslim bin hajaj abu Al-Hasan Al-Qusyairi. (t.t.). *Shahih Muslim*. Beirut: Dār Ihya at-Turāts.
- Anwar, Rosihan. (2005). *Ilmu Tafsir*. Bandung: Pustaka Setia.
- As-Sijistani, Abu Dawud Sulaiman bin Al-Asy'as. (t.t.). *Sunan Abi Dawud*. Beirut: Maktabah Al-'Asriyah.
- Asy-Syirbashi, Ahmad. (1985). *Sejarah Tafsir Qur'an, terj. Pustaka Fidaus*. Jakarta: Pustaka Firdaus.
- Bakhtiar, Amsal. (2004). *Filsafat Ilmu*. Jakarta: PT. RajaGrafindo Persada.
- Berger, K. S. (2003). *The Developing Person: Through Childhood and Adolescence*. New York: Worth Publisher.
- Chirzin, Muhammad. (2003). *Permata al-Quran*. Yogyakarta: Qirtas.
- Direktorat P2. (2020). *Masalah Kesehatan Jiwa dan Napza, Rencana Aksi Kegiatan 2020-2024*. Jakarta: Kemenkes.
- Gufron, Mohamad dan Rahmawati. (2013). *Ulumul Qur'an: Praktis dan Mudah*. Yogyakarta: Teras.
- Hakim, Lukmanul. (2019). *Metode Penelitian Tafsir*. Palembang: Noer Fikri.
- Hanafi, Muchlis M. (2013). *Memahami Isyarat-isyarat Ilmiah Al-Qur'an: Sebuah Pengantar dalam Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an, Waktu dalam Perspektif al-Qur'an dan Sains*, Jakarta: LPMA.
- Hasbillah, Ahmad Ubaydi. (2019). *Ilmu Living Qur'an-Hadis Ontologi, Epistemologi, dan Aksiologi*. Ciputat: Maktabah Darus-Sunnah.
- Indra Maulana dkk, *Penyuluhan Kesehatan Jiwa untuk Meningkatkan Pengetahuan Masyarakat tentang Masalah Kesehatan Jiwa di Lingkungan Sekitarnya*, Vol. 2, No. 2, 2019.
- Ichwan, Mochammad Nor. (2004). *Tafsir 'Ilmiy; Memahami Al-Qur'an Melalui Pendekatan Sains Modern*. Yogyakarta: Menara Kudus Jogja.
- Khaeruman, Badri. (2004). *Sejarah Perkembangan Tafsir Al-Qur'an*. Bandung: Pustaka Setia.
- Kartono, Kartini. (2009). *Psikologi Abnormal dan Abnormalitas Seksual*. Bandung: Masdar Maju.

- Kementrian Agama Republik Indonesia. (2011). *Al-Qur'an dan Tafsirnya (Edisi yang disempurnakan)*. Jakarta: Widya Cahaya.
- Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an dan LIPI. (2012). *Penciptaan Manusia dalam Perspektif Al Qur'an dan Sains*, Jakarta: Kemenag RI.
- Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an. (2012). *Studi Tafsir al-Qur'an di Indonesia Tafsir Tematik Kementerian Agama Republik Indonesia*. Jakarta: Lajnah Pentashihan Mushaf al-Qur'an.
- Lazarus, R. S., "Cognition and Motivation in Education" jurnal American Psychologist.
- Madam, Yusuf. (2002). *Sex Education for Children (Panduan Bagi Orang Tua Dalam Seks Untuk Anak)*. Jakarta: Ghalia Indonesia.
- Majma' al-Lughah al-Arābiyah. (1990). *Al-Mu'jam Al-Wasīt*. Istanbul: Dār al-Da'wah.
- Mansur, M. (2007). *Living Qur'an dalam Lintasan Sejarah Studi Qur'an*. Yogyakarta: TH Press.
- Masyrur, M, dkk. (2007). *Metodologi Penelitian Living Qur'an dan Hadis*. Yogyakarta: Teras.
- Munawir, Ahmad Warson. (1997). *Kamus al-Munawir Arab-Indonesia*. Surabaya: Pustaka Progresif.
- Mustaqim, Abdul. (2007). *Metode Penelitian Living Qur'an Model Penelitian Kualitatif*. Yogyakarta: Teras.
- Musadad, Endad. (2012). *Studi Tafsir di Indonesia: Kajian Atas Tafsir Karya Ulama Nusantara*. Tangerang: Sintesis.
- Pranowo, Hadi. (2014). *Depresi dan Solusinya*. Yogyakarta: Tugu Publisher.
- Rosadisastra, Andi. (2016). *Metode Tafsir Ayat-ayat Sains dan Sosial*. Jakarta: Amzah.
- Shihab, M. Quraish. (1996). *Wawasan Al-Qur'an*. Bandung: Mizan.
- Shohib, Muhammad. (2010). *Kata Pengantar Dalam Tafsir 'Ilmi Penciptaan Jagat dalam Perspektif Al Qur'an dan Sains*. Jakarta: Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an.
- Sulistyorini, Wandansari dan Muslim Sabarisman. (2017). *Depresi Suatu Tinjauan Psikologis*. Jakarta: Direktorat Rehabilitasi Sosial.
- Soekanto, Soerjono. (1983). *Teori Sosiologi tentang Perubahan Sosial*. Jakarta: Ghalia Indonesia.
- Tim penulis, Kementerian Agama. (2010). *Tafsir Ilmi Penciptaan Bumi Dalam Perspektif Alquran dan Sains*. Jakarta: Lajnah Penatashihan Mushaf Alquran Badan Litbang dan Diklat.

