# ANXIETY DALAM PERSPEKTIF AL-QUR'AN: STUDI ANALISIS HERMENEUTIKA MA'NA CUM MAGHZA

**SKRIPSI**

**Diajukan Oleh:**


**ANGGUN VILLANDA SEPTIANDARIANI**

**NIM: 3032021017**

**Program Studi**

**Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir**






**FAKULTAS USHULUDDIN ADAB DAN DAKWAH**

**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI LANGSA**


**1447 H / 2025 H**

# SKRIPSI

**Diajukan kepada Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri Langsa untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana Agama (S.Ag) dalam Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir**

**Oleh:**


**ANGGUN VILLANDA SEPTIANDARIANI**
**NIM: 3032021017**

**Mahasiswi Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah Jurusan Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir**


Disetujui Oleh:

| Pembimbing I | Pembimbing II |
| --- | --- |
| Dr. Syafieh, M. Fil.I | Cut Fauziah, Lc., M.TH |
| NIP. 197401082009011004 | NIP. 198410122023212009 |

Telah Dinilai Oleh Panitian Sidang Munaqasyah Skripsi Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah Insititut Agama Islam Negri Langsa Dinyatakan Lulus dan Diterima Sebagai Tugas Akhir Penyelesaian Program Sarjana (S-1) Dalam Ilmu al-Qur'an dan Tafsir

Pada Hari/Tanggal

Rabu, 13 Agustus 2025 M
19 Safar 1447 H

PANITIA SIDANG MUNAQASYAH SKRIPSI

Ketua

Dr. Syafieh, M. Fil.I
NIP. 197401082009011004

Sekertaris

Cut Fauziah, Lc., M.TH
NIP. 198410122023212009

Penguji I

Wali Ramadhani M.A
NIP. 199201242020121008

Penguji II

Nurul Husna Lc, M.Th
NIP. 198405132023212035

Mengetahui
Dekan Fakultas Ushuluddin Adab Dan Dakwah
Institut Agama Islam Negeri Langsa

Dr. Mawardi, M.S.I
NIP. 197405102014111002

## PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

| | |
|---|---|
| Nama | : Anggun Villanda Septiandariani |
| NIM | : 3032021017 |
| Fakultas/Jurusan | : Ushuluddin Adab dan Dakwal/ Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir |
| Alamat | : Dsn. Rahayu, Desa Pondok Gajah, Kec. Bandar, Kab. Bener Meriah, Aceh |

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi saya yang berjudul "**Anxiety Dalam Perspektif Al-Qur'an: Studi Analisis Hermeneutika Ma'na Cum Maghza"** adalah benar hasil karya saya sendiri dan original sifatnya. Apabila dikemudian hari ternyata/terbukti hasil plagiat karya orang lain, maka akan dibatalkan dan saya siap menerima sanksi akademik sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya perbuat dengan sebenar-benarnya.

Langsa, 29 Juli 2025

Yang membuat pernyataan




**ANGGUN VILLANDA S**

**NIM. 3032021017**

# KATA PENGANTAR



Assalamu'alaikum wr. wb. Puji syukur Alhamdulillah penulis panjatkan atas kehadirat Allah Swt, karena telah melimpahkan rahmat dan karunianya kepada kita semua berupa pengetahuan dan kekuatan sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini dengan judul*:* ***Anxiety*** **Dalam Perspektif Al-Qur'an: Studi Analisis Hermeneutika** ***Ma'na Cum Maghza*****.** Shalawat beserta salam bagi junjungan kita, penghulu para nabi, yakni Muhammad saw beserta keluarga dan para sahabatnya serta para pengikutnya yang setia.

Skripsi ini ditulis dalam rangka memenuhi salah satu persyaratan yang harus dipenuhi oleh setiap mahasiswa untuk memperoleh gelar Sarjana Agama (S.Ag) pada program S1 Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir, Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah, IAIN Langsa. Penulis berusaha semaksimal mungkin dalam menyusun skripsi ini, namun penulis sangat mengetahui bahwa skripsi ini jauh dari kata sempurna, sebab seorang manusia tentu tak pernah luput dari kesalahan. Oleh karenanya, penulis sangat mengharapkan saran dan kritik dari berbagai pihak demi sempurnanya skripsi ini. Penulis mengharapkan skripsi ini dapat melengkapi penelitian yang telah dilakukan sebelumnya dan mampu memperkaya pengetahuan umat dan mencegah kesalahan penafsiran sebuah kata dalam al-Qur'an.

Selesainya skripsi ini tidak luput dari jasa berbagai pihak, maka sudah seharusnya penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak, baik secara langsung atau tidak langsung memberikan kontribusi terhadap penulis untuk menyelesaikan skripsi ini. Penulis menyampaikan terima kasih sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Ismail Fahmi Arrauf Nasution, MA selaku Rektor Institut Agama Islam Negeri Langsa.
2. Bapak Dr. T. Wildan, MA selaku Dekan Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri Langsa.

3. Bapak Anwar, S.Ag, M.Kom.I selaku ketua Jurusan Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir, beserta jajaran pimpinan.
4. Ustadz Wali Ramadhani, M.A selaku sekretaris Jurusan Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir sekaligus serta pembimbing akademik yang terus memberikan arahan, semangat, motivasi, dan tidak kenal lelah untuk mengajari, membina, memberikan masukan, saran, dan arahan selama masa studi untuk penulis.
5. Dr. Syafieh, M. Fil. I, selaku dosen pembimbing I penulis yang telah memberikan saran, dan banyak ilmu baru kepada penulis. Terima kasih atas dedikasi dan kesabaran dalam membimbing penulis.
6. Ustadzah Cut Fauziah, Lc, M.TH sebagai pembimbing II yang telah membimbing, meluangkan waktu dan tenaganya, memberikan masukan dan koreksi, meskipun dalam keadaan sibuk beliau tetap memberikan dukungan, motivasi dan mengayomi dalam penyusunan skripsi ini.
7. Seluruh dosen IAIN Langsa dan dosen Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir khususnya, terima kasih atas ilmu yang telah diberikan selama masa perkuliahan.
8. Staff administrasi fakultas Ushuluddin Adab Dan Dakwah yang telah banyak membantu kelancaran studi selama penulis menjadi mahasiswa.
9. Staf perpustakaan IAIN Langsa yang telah memberikan pelayanan dengan baik.

Selain daripada itu, saya tidak lupa menghanturkan terima kasih yang tak terhingga kepada:

1. Ucapan terima kasih yang tulus dan mendalam penulis sampaikan kepada Papa Andarwulan Yulian Susanto, S. T dan Mama tercinta (Almh) Yuridaini, S. Pd. I yang telah menjadi sumber kekuatan, doa, dan kasih sayang yang tiada henti. Terima kasih atas segala pengorbanan dan cinta yang senantiasa mengiringi setiap langkah penulis. Terima kasih pula atas segala materi yang telah dicurahkan demi pendidikan penulis, pakaian yang nyaman, makanan yang sesuai selera, tempat tinggal yang aman, serta segala bentuk usaha dan pengorbanan yang dilakukan demi kebahagiaan penulis. Terima kasih telah memberikan motivasi, nasehat, dan lingkungan yang kepada penulis. Teruntuk mama tercinta yang telah mendidik anak sulungnya menjadi perempuan yang kuat, mungkin untuk sementara waktu kita tidak lagi berada di alam yang sama, tetapi semoga kelak Allah kumpulkan

kembali bersama Rasulullah dan hamba-hamba pilihan-Nya. Segala kebaikan itu tak mungkin dapat disebutkan satu per satu, namun semua itu telah menjadi bekal dan semangat terbesar dalam menyelesaikan proses ini. Semoga Allah SWT senantiasa membalas segala kebaikan dan menjadikan pencapaian ini sebagai bagian kecil dari rasa syukur dan bakti penulis kepada Papa dan Mama. Skripsi ini penulis persembahkan untuk memperoleh gelar sarjana agama seperti yang Papa Mama harapkan, dan semoga menjadi salah satu langkah bagi penulis agar menjadi pribadi yang baik, ber-*akhlaqul karimah*, mengamalkan setiap ilmu yang didapat, serta menjadi *insan* yang bahagia dunia akhirat.

2. Terima kasih yang tulus penulis sampaikan kepada Eyang Kakung Suwandi dan Eyang Putri, yang selalu merawat dengan penuh kasih, menyediakan segala fasilitas, memasakkan makanan-makanan lezat, serta tak henti memberikan perhatian, kasih sayang, dan doa. Berkat segala kebaikan dan cinta tulus yang diberikan, penulis dapat melangkah dan terus berjuang untuk meraih cita-cita.
3. Terima Kasih kepada saudara-saudara sedarah penulis Faaza Yuwanda Mahyudi, Abda Aulariandar, Shakila Khairini Andariani, dan Muhammad Mauza Riandar, terima kasih telah menjadi penghibur setia di tengah fase penulisan skripsi yang penuh dinamika ini. Canda tawa, dukungan, dan kebersamaan kalian menjadi penguat yang tak ternilai. Penulis berharap, semoga kalian semua senantiasa diberikan banyak kesempatan untuk menentukan jalan sukses versi kalian masing-masing, serta tumbuh menjadi pribadi yang bahagia, tangguh, dan membawa manfaat bagi banyak orang. Doa terbaik selalu menyertai langkah kalian.
4. Terima kasih penulis sampaikan kepada seluruh keluarga besar dari pihak ayah dan ibu yang senantiasa mendoakan, mendukung, serta merestui setiap keputusan baik yang penulis ambil. Doa dan dukungan kalian menjadi kekuatan yang mengiringi setiap langkah penulis hingga dapat menyelesaikan perjalanan ini.
5. Terima kasih yang teramat dalam penulis sampaikan terkhusus untuk sahabat surga penulis, Siti Humairah, yang telah bersedia melangkah bersama dalam keadaan apa pun. Terima kasih atas segala dukungan yang tak pernah putus, atas kesediaan menjadi tempat bercerita terbaik, dan atas kebersamaan yang tetap hangat meski harus melewati panas dan hujan. Kehadiranmu adalah anugerah

yang tak ternilai, menjadi pelipur lara di kala lelah, penguat di kala rapuh, dan pengingat akan makna tulusnya persahabatan. Semoga langkahmu selalu dimudahkan, dan setiap doa baikmu dikabulkan Tuhan.

6. Terima kasih dari hati yang paling dalam untuk member @psikopat_21. Meski satu per satu nama tak disebut, bukan karena tak penting, justru karena kalian semua terlalu berarti. Tak ada yang lebih utama karena setiap dari kalian layak menjadi nomor satu di hati penulis. Tanpa ikatan formal, kita telah menjelma menjadi keluarga. Terima kasih karena telah memberi warna, tawa, dan kenangan yang begitu hangat. Bersama kalian, kuliah yang katanya menakutkan justru terasa menyenangkan. Kalian menghapus stigma itu, dan menggantinya dengan rasa aman, nyaman, dan saling dukung. Terima kasih karena kita memilih berjalan berdampingan, bukan berkompetisi. Tidak ada persaingan, yang ada hanya saling menguatkan, karena tujuan kita sama. Kita bisa, karena kita bersama. Empat tahun terasa begitu singkat, mungkin karena kita melewatinya dengan kebersamaan, tawa, tangis, dan pelukan hangat yang tak terlihat tapi terasa. Solidaritas kalian, perhatian kecil yang seringkali tak terucap, justru paling membekas. Semoga apa pun jalan yang kita tempuh kelak, kita selalu dipertemukan dengan hal-hal baik. Dan semoga, dalam versi terbaik diri kita masing-masing, kita tetap satu dalam doa dan kenangan.
7. Terima kasih penulis sampaikan kepada semua pihak yang telah membantu dalam berbagai hal selama proses penyusunan skripsi ini. Terima kasih juga kepada setiap orang yang pernah penulis temui, atas segala pengalaman, pelajaran, dan momen berharga yang turut membentuk penulis hingga sampai di titik ini.
8. Terakhir, penulis ingin menyampaikan terima kasih kepada satu sosok yang selama ini telah berjuang tanpa henti, seorang perempuan sederhana, pemilik impian tinggi yang sering kali sulit ditebak isi pikiran dan hatinya. Sosok itu adalah penulis skripsi ini sendiri: Anggun Villanda Septiandariani, anak sulung yang sedang melangkah menuju usia 22 tahun, dikenal keras kepala namun tetap menyimpan jiwa kekanak-kanakan sebagaimana umumnya seorang anak. Terima kasih karena telah hadir di dunia ini. Terima kasih karena telah bertahan sejauh ini, dan terus melangkah menghadapi segala tantangan yang semesta hadirkan.

Terima kasih karena tetap berani menjadi diri sendiri. Aku selalu mencoba menanamkan dalam diriku: bahwa mencintai diri sendiri adalah langkah pertama sebelum mampu mencintai orang lain. Aku bangga atas setiap langkah kecil yang kau ambil, atas setiap pencapaian yang mungkin tak dirayakan oleh orang lain. Meskipun terkadang harapanmu tak sejalan dengan apa yang semesta berikan, teruslah berjalan, menerima, dan mensyukuri segala yang kau terima. Karena setiap manusia memiliki porsi kesedihannya. Dan ketika kesedihan itu telah habis, maka yang tersisa adalah kebahagiaan. Dengan segala lelah yang Allah izinkan terjadi, tentu Dia juga telah menyiapkan hadiah besar sebagai gantinya. Jadikan dirimu cahaya, bersinar di manapun kakimu berpijak. Aku berdoa semoga setiap langkah kecilmu selalu dikuatkan, dikelilingi oleh orang-orang hebat, dan satu per satu, mimpi-mimpimu akan dijawab dan diwujudkan oleh-Nya.

Akhir kata, semoga Allah swt, membalas segala jasa dan kebaikan yang penulisdapatkan dari berbagai pihak yang turut membantu dan juga semoga skripsi ini dapat memberi manfaat bagi penulis khususnya dan bagi penulis umumnya.

Langsa, 29 Juuli 2025

(Anggun Villanda S)

# PEDOMAN TRANSLITERASI

Transliterasi berfungsi untuk memudahkan penulis dalam memindahkan bahasa asing ke dalam bahasa Indonesia. Pedoman transliterasi harus konsisten dari awal penulisan sebuah karya ilmiah sampai akhir.

## A. Transliterasi Arab-Latin

Transliterasi adalah pengalih-hurufan dari abjad yang satu ke abjad yang lain. Transliterasi Arab-Latin di sini berarti penyalinan huruf-huruf Arab dengan huruf-huruf beserta pangkatnya.

Penulisan transliterasi Arab-Latin dalam skripsi ini disesuaikan dengan penulisan transliterasi Arab-Latin mengacu kepada Keputusan Bersama Menteri Agama dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia tahun 1987 Nomor: 158 tahun 1987 dan Nomor: 0543bJU/1987.

Daftar huruf bahasa Arab dan transliterasinya ke dalam huruf latin dapat dilihat pada tabel berikut ini:

### 1. Konsonan

| No | Huruf Arab | Nama | Huruf Latin | Nama |
|---|---|---|---|---|
| 1 | ا | Alif | Tidak dikembangkan | Tidak dikembangkan |
| 2 | ب | Ba | B | Be |
| 3 | ت | Ta | T | Te |
| 4 | ث | Sa | Ṡ | Es (dengan titik di atas) |
| 5 | ج | Jim | J | Je |
| 6 | ح | Ha | Ḥ | Ha (dengan titik di bawah) |
| 7 | خ | Kha | Kh | Ka dan ha |
| 8 | د | Dal | D | De |
| 9 | ذ | Dzal | Ż | Zet (dengan titik di atas) |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 10 | ر | Ra | R | Er |
| 11 | ز | Zal | Z | Zet (dengan titik di atas) |
| 12 | س | Sin | S | Es |
| 13 | ش | Syin | Sy | Es dan ye |
| 14 | ص | Sad | Ṣ | Es (dengan titik di bawah |
| 15 | ض | Dad | Ḍ | De (dengan titik di bawah |
| 16 | ط | Ta | Ṭ | Te (dengan titik di bawah |
| 17 | ظ | Za | Ẓ | Zet (dengan titik di bawah) |
| 18 | ع | ‘Ain | ‘ | Apostrof terbalik |
| 19 | غ | Ghain | G | Ge |
| 20 | ف | Fa | F | Ef |
| 21 | ق | Qaf | Q | Qi |
| 22 | ك | Kaf | K | Ka |
| 23 | ل | Lam | L | El |
| 24 | م | Mim | M | Em |
| 25 | ن | Nun | N | En |
| 26 | و | Wau | W | We |
| 27 | ه | Ha | H | Ha |
| 28 | ء | Hamzah | ‘ | Apostrof |
| 29 | ي | Ya | Y | Ye |

**2. Vokal**

Vokal bahasa Arab, seperti vokal bahasa Indonesia, terdiri ataas vokal tunggal atau monftong dan vokal rangkap atau diftong. Vokal tunggal bahasa Arab yang lambangnya berupa tanda atau harakat, transliterasinya sebagai berikut.

| Tanda | Nama | Huruf Latin | Nama |
|---|---|---|---|
| ◌َ | *Fatḥah* | A | A |
| ◌ِ | *Kasrah* | I | I |
| ◌ُ | *Ḍammah* | U | U |

Gabungan antara harakat dan huruf, transliterasinya berupa gabungan huruf, yaitu:

| Tanda | Nama | Huruf Latin | Nama |
|---|---|---|---|
| ـَيْ | *Fatḥah* dan yaʻ | Ai | A dan I |
| ـَوْ | *Fatḥah* dan Wau | Au | A dan U |

Contoh:

شَيْئًا : Syai'an

حَوْلَ : Haula

### 3. Maddah

*Maddah* atau vokal panjang yang lambangnya berupa harakat dan huruf, transliterasinya berupa huruf dan tanda, yaitu:

| Harkat dan Huruf | Nama | Huruf dan Tanda | Nama |
|---|---|---|---|
| ـَا ي | *Fatḥah* dan *alif* dan *yā'* | Ā | A dan garis di atas |
| ـِيْ | Kasrah dan *yā'* | I | I dan garis di atas |
| ـُوْ | *Ḍammah* dan *wau* | Ū | U dan garis di atas |

Contoh:

قَالَ : *qāla*

مُوْسَى : *mūsā*

قِيلَ : *qīlā*

يَفُوتُ : *yafūtu*

### *4. Tā'marbūṭah*

Transliterasi untuk *tā'marbūṭah* ada dua, yaitu: *tā'marbūṭah* yang hidup atau mendapat harakat *fatḥah, kasrah* dan *ḍammah* transliterasinya adalah (t). Sedangkan *tā'marbūṭah* yang mati (mendapat harakat sukun), transliterasinya (h).

Kalau pada kata yang berakhir dengan *tā'marbūṭah* diikuti oleh kata yang menggunakan kata sandang *al-* serta bacaan kedua kata itu terpisah, maka *tā'marbūṭah* itu ditransliterasikan dengan ha (h).

Contoh:

رَوْضَةُ الأَطْفَالِ : *Rauḍatul aṭfāl*

الْمَدِينَةُ الْفَضِيلَةُ : *al-Madīnah al-fāḍilah*

الْحِكْمَةُ : *al-Ḥikmah*

### *5. Syaddah (Tasydīd)*

*Syaddah* atau *tasydīd* yang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan sebuah tanda *tasydīd* (ّ), dalam transliterasinya ini dilambangkan dengan perulangan huruf (konsonan ganda) yang diberi tanda *syaddah*.

Contoh:

حَرَّمَ *: ḥarrama*

تَقَوَّلَ *: taqawwala*

لَيِّنًا : *layyinan*

Jika huruf ber- *tasydīd* di akhir sebuah kata dan didahului oleh huruf *kasrah*, maka ia ditransliterasi huruf *maddah* menjadi i.

Contoh:

عَلِيٌّ : *'Alī* (bukan 'Aliyy atau 'Aly)

عَرَبِيٌّ *: 'Arabī* (bukan 'Arabiyy atau 'Araby)

### 6. Kata Sandang

Kata sandang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan huruf (*alif lam ma'rifah*). Dalam pedoman transliterasi ini, kata sandang ditransliterasi

seperti biasa, al-, baik ketika ia diikuti oleh huruf *syamsiyah* maupun huruf *qamariyah*. Kata sandang ditulis terpisah dari kata yang mengikutinya dan dihubungkan dengan garis mendatar (-).

Contoh:

الصَّبْرُ : *al-Ṣabru*

التَّكَاثُرُ : *al-Takāṣuru*

الْبُخَارِي : *al-Bukhārī*

الحَسَنُ : *al-Ḥasanu*

**7. *Hamzah***

Aturan transliterasi huruf hamzah menjadi apostof ( ’ ) hanya berlaku bagi hamzah yang terletak di tengah dan akhir kata. Namun, bila hamzah terletak di awal kata, ia tidak dilambangkan, karena dalam tulisan Arab ia berupa alif.

Contoh:

أَحَسِبَ : *aḥasiba*

يَشَآءُ : *yasyā’*

**8. Penulisan Kata Arab yang Lazim Digunakan dalam Bahasa Indonesia.**

Kata, istilah atau kalimat Arab yang ditrasliterasi adalah kata, istilah atau kalimat yang belum dibakukan dalam bahasa Indonesia. Kata, istilah atau kalimat yang sudah lazim dan menjadi bagian dari perbendaharaan bahasa Indonesia, atau sering ditulis dalam tulisan bahasa Indonesia, atau lazim digunakan dalam dunia akademik tertentu, tidak lagi ditulis menurut cara transliterasi di atas. Misalnya,

kata Alquran (dari *al-Qur'an*), dan alhamdulillah (dari *al-Ḥamd lillāh*). Namun, bila kata-kata tersebut menjadi bagian dari rangkaian teks Arab, maka harus ditransliterasi secara utuh.

Contoh:

*Fī Ẓilāl al-Qur'an* dan *Al-Ḥamd lillāh al-laẓī*

**9. *Lafal al-Jalālah***

Kata "Allah" yang didahului partikel seperti huruf *jarr* dan huruf istimewa lainnya atau berkedudukan sebagai *muḍāf ilaih* (frasa nominal), ditransliterasi tanpa huruf hamzah.

Contoh:

سَيْفُ الله : *Syaifullāh* bukan *Saif Allāh*

مِنَ اللَّهِ : *minallāh* bukan *min Allāh*

Adapun *tā'marbūṭah* di akhir kata yang disandarkan kepada lafal *al-jalālah*, ditransliterasi dengan huruf (t).

Contoh:

رَحْمَةُ ٱللَّهِ : *raḥmatullāh* bukan *raḥmah Allāh*

**10. Huruf Kapital**

Walau sistem tulisan Arab tidak mengenal huruf kapital (All Caps), dalam transliterasinya huruf-huruf tersebut dikenai ketentuan tentang penggunaan huruf kapital berdasarkan pedoman ejaan Bahasa Indonesia yang berlaku (EYD). Huruf kapital, misalnya, digunakan untuk menuliskan huruf awal nama dari (orang, tempat, bulan) dan huruf pertama pada permulaan kalimat. Apabila nama diri

didahului oleh kata sandang (al-), maka yang ditulis dengan huruf kapital tetap huruf awal nama diri tersebut, bukan huruf awal kata sandangnya. Jika terletak di awal kalimat, maka huruf "A" dari kata sandang tersebut menggunakan huruf kapital (Al-). Ketentuan sama juga berlaku untuk huruf awal dari judul referensi yang didahului oleh kata sandang (al-), baik ketika ia ditulis dalam teks maupun dalam catatan rujukan (catatan kaki dan daftar pustaka). Contoh:

*min Muḥammadin Rasūlillāh, faraja'a ilā Dimasyq, al-Bukhārī dan al-Syāfi'ī.*

Jika nama resmi seseorang menggunakan kata Ibnu (anak dari) dan Abū (bapak dari) sebagai nama kedua terakhirnya, maka kedua nama terakhir itu harus disebutkan sebagai nama akhir dalam daftar pustaka. Contoh:

Abū al-Walīd Muḥammad Ibnu Rusyd, ditulis menjadi: Ibnu Rusyd, Abū al-Walīd Muḥammad (bukan Rusyd, Abūal-Walīd Muḥammad Ibnu).

Naṣr Ḥāmid Abū Zaīd, ditulis menjadi: Abū Zaīd, Naṣr Ḥāmid (bukan Zaīd, Naṣr Ḥāmid Abū).

## B. Daftar Singkatan

Beberapa singkatan yang dibakukan antara lain sebagai berikut:

swt. = *subḥānahūwa ta'ālā*

saw. = *ṣallallāhu 'alaihi wa sallam*

a.s. = *'alaihi al-salām*

H = Hijriyah

M = Masehi

SM = Sebelum Masehi

l. = Lahir tahun (untuk orang yang masih hidup)

w. = Wafat Tahun

QS.../...:4 = QS al-Baqarah/2:4 atau QS A<li ‘Imra>n/3:4

HR. = Hadis Riwayat

**MOTTO**

*“If you can't fly, run. If you can't run, walk. Today we will survive”*

Not Today - BTS

# DAFTAR ISI

**LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING** ..... **i**
**LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN** ..... **ii**
**KATA PENGANTAR** ..... **iii**
**PEDOMAN TRANSLITERASI** ..... **viii**
**DAFTAR ISI** ..... **xvi**
**ABSTRAK** ..... **xviii**
**BAB I PENDAHULUAN** ..... **1**
A. Latar Belakang ..... 1
B. Rumusan Masalah ..... 6
C. Tujuan Penelitian ..... 7
D. Manfaat Penelitian ..... 7
E. Penjelasan Istilah ..... 8
F. Kerangka Teori ..... 11
G. Kajian Terdahulu ..... 12
H. Metode Penelitian ..... 14
I. Sistematika Pembahasan ..... 18
**BAB II LANDASAN TEORI** ..... **21**
A. Konsep Dasar *Anxiety* ..... 21
1. Pengerttian *Anxiety* ..... 21
2. Gejala dan Ciri-ciri *Anxiety* ..... 28
3. Penyebab dan Faktor-faktor *Anxiety* ..... 30
4. Jenis-jenis *Anxiety* ..... 33
**5**. Penanggulangan dan *Coping Mechanism* 37
B. Hermeneutika *Ma'na Cum Maghza* ..... 37
1. Pengertian Hermeneutika ..... 37
2. Sejarah dan Perkembangan Hermeneutika ..... 41
3. Hermeneutika dalam Kajian Al-Qur'an ..... 46
4. Teori *Ma'na Cum Maghza* Sahiron Syamsuddin ..... 52

**BAB III PANDANGAN AL-QUR'AN TETANNG *ANXIETY* DAN CARA MENGATASINYA ANALISIS ..... 55**

A. Istilah Yang Merepresentasikan *Anxiety* Dalam Al-Qur'an..... 55

1. Kata *Khauf* ..... *55*
2. Kata *Ḥuzn*..... 67
3. Kata *Ḍayq* ..... 71
4. Kata *Halūʿan* ..... 75

B. Penanggulangan dan *Coping Mechanism* dalam Perspektif Al-Qur'an .. 85

**BAB IV ANALISIS HERMENEUTIKA *MA'NA CUM MAGHZA* TERHADAP AYAT-AYAT *ANXIETY*..... 87**

A. Makna Historis (*Maʿnā At-Tārīkhī*)..... 88

1. Analisis Linguistik Teks..... 88
2. Analisis Intratekstual..... 95
3. Analisis Intertekstual..... 105
4. Konteks Historis..... 111

B. Analisis Signifikansi Fenomenal Historis (*Maghzā At-Tārīkhī*)..... 116

C. Analisis Signifikansi Dinamis Kontemporer*(Maghzā Al-Mutaḥarrik Al-Muʿāṣir*)..... 120

1. Perspektif Psikologis ..... 121
2. Perspektif Sosiologi..... 123
3. Perspektif Budaya Modern ..... 125
4. Perspektif Teologis..... 128

**BAB V PENUTUP ..... 134**

A. Kesimpulan ..... 134

B. Saran..... 135

**DAFTAR PUSTAKA ..... 137**

**CURRICULUM VITAE 149**

# ABSTRAK

**Anggun Villanda Septiandariani**, 2025, Anxiety Dalam Perspektif Al-Qur'an: Studi Analisis Hermeneutika Ma'na Cum Maghza, Skripsi Jurusan Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir, Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah IAIN Langsa.

*Anxiety* (kecemasan) merupakan salah satu permasalahan yang banyak dialami oleh masyarakat di era modern. Isu ini menjadi penting untuk dikaji karena masih banyak individu yang merasa kesulitan dalam menghadapi kecemasan berlebih yang muncul secara tiba-tiba. Di sisi lain, gangguan kesehatan mental masih sering dianggap sebagai hal yang tabu dan memalukan, padahal gangguan mental sejatinya sama dengan gangguan fisik yang dapat dialami oleh siapa saja tanpa memandang usia. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji problematika kecemasan di era modern serta menelusuri pandangan al-Qur'an beserta solusi yang ditawarkannya. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi pustaka (*library research*), yaitu dengan mengumpulkan data dari berbagai sumber yang membahas konsep anxiety baik dari perspektif psikologi maupun al-Qur'an. Metode analisis yang digunakan adalah hermeneutika *ma'na cum maghza* yang bertujuan menggali makna historis dan pesan kontekstual ayat. Sumber utama yang dianalisis adalah QS. al-Baqarah /2: 155, di mana term *khauf* dalam ayat tersebut ditafsirkan sebagai bentuk ujian dari Allah kepada hamba-Nya. Adapun hasil penelitian ini menunjukkan bahwa istilah anxiety memang tidak disebutkan secara eksplisit dalam Al-Qur'an. Oleh karena itu, penulis menelusuri sejumlah istilah dalam Al-Qur'an yang memiliki kedekatan makna dengan anxiety, di antaranya khauf (takut), ḥuzn (sedih), ḍayq (sesak), dan halūʻan (gelisah berlebihan). Dari hasil analisis, ayat-ayat yang memuat term-term tersebut menggambarkan bahwa perasaan cemas merupakan bagian dari dinamika kejiwaan manusia yang diuji oleh Allah untuk menguatkan keimanan dan keteguhan hati. QS. al-Baqarah/2:155 menjadi salah satu ayat yang menegaskan bahwa rasa takut dan kesedihan adalah ujian ilahi yang memiliki nilai kemanusiaan (humanity values) dalam membentuk ketenangan batin, kesabaran, serta kesadaran spiritual manusia. Dengan demikian, Al-Qur'an tidak hanya menggambarkan kecemasan sebagai kondisi emosional, tetapi juga menawarkan solusi berbasis spiritualitas seperti sabar, doa, dan tawakal sebagai bentuk penyembuhan jiwa. Pendekatan hermeneutika maʻna cum maghza digunakan untuk menggali sisi kebahasaan, konteks historis turunnya ayat, serta relevansinya dengan problematika anxiety dalam kehidupan modern.

# BAB I

# PENDAHULUAN

## A. Latar Belakang

Arus modernisasi yang berkembang pesat saat ini membawa dampak besar terhadap kehidupan manusia. Di satu sisi, kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi telah menciptakan berbagai kemudahan dan percepatan dalam berbagai bidang kehidupan. Namun di sisi lain, tidak semua manusia siap menghadapi perubahan yang cepat tersebut. Ketidaksiapan ini dapat memicu berbagai tekanan psikologis yang berdampak negatif terhadap kondisi mental, salah satunya berupa kecemasan (*anxiety*). Selain itu, tuntutan yang datang dari keluarga, lingkungan sosial, dan ekspektasi diri sendiri turut memperbesar beban mental yang dirasakan individu, sehingga muncul rasa cemas terhadap masa depan yang belum pasti. Pada dasarnya, manusia menginginkan kehidupan yang tenang dan bahagia, serta berusaha menghindari segala bentuk kerugian. Namun, dalam kenyataannya, masalah dan ujian hidup adalah bagian tak terelakkan dari proses kehidupan. Setiap keputusan yang diambil senantiasa berisiko menimbulkan ketidakpastian dan kerugian, yang pada akhirnya dapat menimbulkan kecemasan, baik ringan maupun berat.[1]

Di tengah kompleksitas persoalan mental tersebut, manusia membutuhkan pedoman hidup yang mampu memberikan ketenangan lahir dan batin. Al-Qur'an hadir sebagai petunjuk hidup yang tidak hanya membimbing dalam aspek

[1] Muhammad Ikhsan, Term-Term Kecemasan Dalam Al-Qur`An (Kajian Tafsir Maudhu'i), UIN Syarif Kasim Riau, (2021).

spiritual, tetapi juga memberi solusi terhadap berbagai persoalan psikologis yang dialami manusia.[2] Jika dipelajari dan diamalkan, al-Qur'an mampu menumbuhkan ketenangan dalam pikiran, perasaan, dan kehendak, serta membentuk keimanan yang kokoh. Al-Qur'an juga memberikan solusi komprehensif terhadap tantangan hidup kontemporer, baik dalam aspek keagamaan maupun material.[3] Dalam konteks ini, al-Qur'an berfungsi sebagai *syifā'* (penyembuh), yang menunjukkan pentingnya kebersihan hati sebagai syarat untuk memperoleh ketenangan jiwa. Penyakit-penyakit hati yang dipengaruhi oleh kondisi psikis maupun fisik seseorang dapat berdampak pada kesehatan mental, yang pada akhirnya memengaruhi efektivitas dan produktivitas dalam menjalani kehidupan dan beribadah kepada Allah swt.[4]

Gangguan mental (*mental disorder*) merupakan kondisi yang memengaruhi pikiran, perasaan, perilaku, atau fungsi kognitif seseorang, sehingga menyebabkan ketidakmampuan individu untuk berfungsi secara optimal dalam kehidupan sehari-hari, termasuk dalam aktivitas sosial dan ibadah.[5] Manusia sebagai makhluk yang tidak sempurna tentu rentan mengalami gangguan kesehatan, baik secara jasmani maupun rohani. Oleh karena itu, sangat penting bagi manusia untuk mencari cara dalam mencegah, mengatasi, dan menyembuhkan gangguan mental yang dialami.[6]

---

[2] M. Quraish Shihab, "*Wawasan Al-Qur`An"* Bandung: IKAPI, (1996), h. 13.

[3] M. Yudhie Haryono, *Nalar Al-Qur'an* Jakarta: Intimedia Dan Nalar, (2002), h. 197.

[4] Muh. Zulkifli, *Psikoterapi Perspektif Al-Qur`An Terhadap Gangguan Kesehatan Mental*, Institut PTIQ Jakarta, (2022).

[5] Aditya Dedy Nugraha, *Memahami Kecemasan; Perspektif Psikologi Islam*, Jurnal Psikologi Islam, Vol. 2, No. 1, (Juni 2020), h. 2.

[6] Max Ki, *Gangguan Jiwa: Pengertian, Ciri, Penyebab, Dan Cara Mengobati*, (2023), Https://Umsu.Ac.Id/Berita/Gangguan-Jiwa-Pengertian-Ciri-Penyebab-Ciri-Penyebab-Dan-Cara-Mengobati

Gejala gangguan mental biasanya ditandai dengan perubahan emosi dan perilaku seperti perasaan sedih yang berkepanjangan, pola tidur dan makan yang tidak teratur, menurunnya rasa percaya diri, menyalahkan diri sendiri, kelelahan ekstrem, rasa putus asa, bahkan keinginan untuk mengakhiri hidup.[7] Di Indonesia, kasus gangguan mental seperti stres dan depresi terus meningkat setiap tahunnya. Permasalahan ini tidak hanya terjadi pada orang dewasa, tetapi juga pada anak-anak, remaja, dan lansia.[8] Salah satu bentuk gangguan mental yang umum dialami masyarakat saat ini adalah *anxiety* (kecemasan).[9]

Istilah *anxiety* berasal dari bahasa Inggris yang berarti kegelisahan, keresahan, atau kecemasan.[10] Berdasarkan data Indonesia *National Adolescent Mental Health Survey* (I-NAMHS), sekitar 3,7% remaja berusia 10–17 tahun di Indonesia mengalami kecemasan, yang setara dengan 15,5 juta orang.[11] Sementara itu, data Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa lebih dari 19 juta penduduk Indonesia yang berusia di atas 15 tahun menderita gangguan mental dan emosional, dan lebih dari 12 juta di antaranya mengalami depresi.[12] Gangguan seperti ini bahkan dapat mendorong seseorang untuk melakukan tindakan ekstrem seperti bunuh diri. Berdasarkan data dari Pusat Penelitian dan Pengembangan

---

[7] Kementerian Agama RI, *Tafsir Tematik: Kesehatan Dalam Perspektif Al-Qur'an*, Jakarta: Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an, (2012), h. 335

[8] Very Julianto Dan Subandi, *Membaca Al-Fatihah Reflektif Intuitif Untuk Menurunkan Depresi Dan Meningkatkan Imunitas*, Jurnal Psikologi, Vol. 42, No. 1, (April 2015), h. 46.

[9] Mabrurotul Hasanah, *Konsep Depresi Dalam Perspektif Al-Qur'an (Studi Analisis Ayat-Ayat Psikologis)*, Institut Ilmu Al-Qur'an Jakarta, (2021).

[10] John M. Echols Dan Hassan Shadily, *Kamus Indonesia Inggris* (Jakarta: PT Gramedia, 1992), h. 179.

[11] Erlina F. Santika, *Jenis Gangguan Mental Yang Dialami Remaja Usia 10–17 Tahun 2022*, Desember 2023, Https://Umsu.Ac.Id/Berita/Gangguan-Jiwa-Pengertian-Ciri-Penyebab-Ciri-Penyebab-Dan-Cara-Mengobati/

[12] Ilham Choirul Anwar, *Info Data Kesehatan Mental Masyarakat Indonesia Tahun 2023*, Oktober 2023, Https://Tirto.Id/Info-Data-Kesehatan-Mental-Masyarakat-Indonesia-Tahun-2023-Gqrt

Kesehatan sejak tahun 2016, sekitar 1.800 orang melakukan bunuh diri setiap tahun, atau sekitar 5 orang per hari, dan 47,7% di antaranya berasal dari kelompok usia produktif 10–39 tahun.[13]

Di dalam al-Qur'an, kecemasan disebut dalam berbagai istilah, salah satunya adalah *khauf* (rasa takut), sebagaimana yang termaktub dalam surah al-Baqarah/2: 155

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوْعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْاَمْوَالِ وَالْاَنْفُسِ وَالثَّمَرٰتِۗ وَبَشِّرِ الصّٰبِرِيْنَ ١٥٥

Artinya:

> *"Kami pasti akan mengujimu dengan sedikit ketakutan dan kelaparan, kekurangan harta, jiwa, dan buah-buahan. Sampaikanlah (wahai Nabi Muhammad,) kabar gembira kepada orang-orang sabar"* (QS. al-Baqarah/2: 155).[14]

Ayat ini menjelaskan bahwa rasa takut dan kekurangan lainnya adalah bentuk ujian dari Allah kepada manusia. Bahkan dalam surah Al-Mulk/67: 2, Allah menjelaskan bahwa ujian adalah bentuk kasih sayang-Nya kepada hamba-Nya:

الَّذِيْ خَلَقَ الْمَوْتَ وَالْحَيٰوةَ لِيَبْلُوَكُمْ اَيُّكُمْ اَحْسَنُ عَمَلًاۗ وَهُوَ الْعَزِيْزُ الْغَفُوْرُۙ ٢

Artinya:

> *"yaitu yang menciptakan kematian dan kehidupan untuk menguji kamu, siapa di antara kamu yang lebih baik amalnya. Dia Mahaperkasa lagi Maha Pengampun."* (QS. Al-Mulk/67: 2).[15]

Bahkan dalam hadis riwayat al-Tirmiżī disebutkan:

---

[13] Kemenag, *Ujian Dan Cobaan Kehidupan*, Mei 2022, Https://Magelang.Kemenag.Go.Id/Ujian-Dan-Cobaan-Kehidupan/

[14] App, aplikasi keislaman terlengkap, terjemahan Kemenag https://nu.or.id/superapp

[15] App, aplikasi keislaman terlengkap, terjemahan Kemenag https://nu.or.id/superapp

**الْبَلَاءِ عِظَمِ مَعَ الْجَزَاءِ عِظَمَ إِنَّ قَالَ وَسَلَّمَ عَلَيْهِ اللَّهُ صَلَّى النَّبِيِّ عَنْ الْإِسْنَادِ وَبِهَذَا عِيسَى أَبُو قَالَ السَّخَطُ فَلَهُ سَخِطَ وَمَنْ الرِّضَا فَلَهُ رَضِيَ فَمَنْ ابْتَلَاهُمْ قَوْمًا أَحَبَّ إِذَا اللَّهَ وَإِنَّ الْوَجْهِ هَذَا مِنْ غَرِيبٌ حَسَنٌ حَدِيثٌ هَذَا**

*"Telah menceritakan kepada kami Qutaybah, telah menceritakan kepada kami al-Layṡ dari Yazīd bin Abī Ḥabīb, dari Sa'īd bin Sinān, dari Anas, ia berkata: dari Nabi saw, beliau bersabda: "Sesungguhnya besarnya balasan tergantung dari besarnya ujian. Dan apabila Allah mencintai suatu kaum, maka Dia akan menguji mereka. Barang siapa yang ridha, maka baginya keridhaan Allah. Namun barang siapa yang murka, maka baginya kemurkaan Allah."*[16]

Ayat dan hadis tersebut menunjukkan bahwa ujian seperti rasa takut dapat memengaruhi kondisi mental seseorang. Maka dari itu, perlu kiranya dikaji bagaimana al-Qur'an memberikan panduan dalam menghadapi kecemasan dan bagaimana ayat-ayatnya dapat menjadi *syifā'* bagi penyakit mental, termasuk kecemasan.

Penelitian ini juga dilatarbelakangi oleh fenomena generasi masa kini yang mengalami tekanan hidup yang kompleks. Sebagian dari mereka mengalami kecemasan berat bahkan hingga memiliki keinginan untuk bunuh diri. Namun disayangkan, dalam menghadapi tekanan tersebut, tidak sedikit dari mereka yang justru mencari pelarian pada media hiburan yang tidak konstruktif, seperti kecanduan game, konsumsi alkohol, atau fanatisme terhadap budaya populer seperti K-Pop. Beberapa bahkan menyatakan bahwa "idol" Korea telah membantu mereka keluar dari tekanan psikologis, alih-alih menemukan ketenangan melalui pendekatan agama.

[16] Muḥammad bin 'Īsā bin Saurah bin Mūsā bin al-Ḍaḥḥāk al-Tirmiḏī, *Abū 'Īsā. Al-Jāmi' al-Kabīr (Sunan al-Tirmiḏī),* tahqīq: Baššār 'Awwād Ma'rūf, Bayrūt: Dār al-Gharb al-Islāmī, 1998, no. 2320.

Berangkat dari kegelisahan inilah, penulis tertarik untuk mengkaji bagaimana al-Qur'an memberikan solusi keagamaan dan psikologis dalam menghadapi *anxiety*, dengan menggunakan pendekatan hermeneutika *ma'na cum maghza* yang dikembangkan oleh Sahiron Syamsuddin. Pendekatan ini menjadikan makna literal sebagai pijakan awal dalam menyingkap pesan mendalam suatu ayat (*maghza*), dengan mempertimbangkan konteks historis dan realitas kekinian. Dengan metode ini, diharapkan penelitian mampu menggali makna ayat-ayat tentang kecemasan secara kontekstual dan menghadirkan solusi yang sesuai dengan al-Qur'an dan dapat diaplikasikan pada problem *anxiety* di era modern.

## B. Rumusan Masalah

Dari permasalahan yang telah dikemukakan di atas, maka dapat dirumuskan beberapa permasalahan, diantaranya ialah:

1. Bagaimana pandangan al-Qur'an tentang *anxiety* dan cara mengatasinya?
2. Bagaimana analisis hermeneutika *ma`na cum maghza* terhadap ayat-ayat yang berkaitan dengan makna *anxiety* dimasa sekarang?

## C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka tujuan penelitian ini adalah:

1. Untuk menganalisis pandangan al-Qur'an terhadap *anxiety* serta menjelaskan bentuk solusi dan penyembuhan yang ditawarkan al-

Qur'an sebagai *Syifa* (obat) dari segala penyakit terutama penyakit pada mental manusia.

2. Untuk mengkaji ayat-ayat al-Qur'an yang berkaitan dengan makna *anxiety* melalui pendekatan hermeneutika *ma'na cum maghza* guna menemukan makna historis dan relevansi kontektualnya dalam kehidupan manusia modern.

## D. Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian yang ingin dicapai, maka penelitian ini diharapkan memberikan manfaat pada pendidikan baik secara langsung maupun tidak langsung. Adapun manfaat dari penelitian ini adalah:

1. Manfaat Secara Teoritis
    a. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan kajian tafsir tematik dan kontekstual, khususnya dalam memahami konsep *anxiety* (kecemasan) dalam perspektif al-Qur'an.
    b. Penelitian ini juga bertujuan untuk memperkaya khazanah keilmuan dalam bidang studi al-Qur'an, dengan mengintegrasikan nilai-nilai agama Islam dan isu-isu psikologis kontemporer.
    c. Pendekatan hermeneutika *ma'na cum maghza* yang diterapkan dalam penelitian ini diharapkan menjadi salah satu kontribusi dalam pengembangan teori hermeneutika kontemporer, khususnya yang dikembangkan oleh Sahiron Syamsuddin.

d. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi akademik dalam menghubungkan kajian psikologi modern dengan telaah al-Qur’an.

2. Manfaat Secara Praktik

a. Secara praktik, penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan edukasi bagi masyarakat bahwa gangguan kecemasan bukanlah suatu aib, melainkan bagian dari ujian kehidupan yang dapat dihadapi melalui pendekatan keagamaan dan pemahaman terhadap prinsip-prinsip al-Qur’an.

b. Penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan wawasan baru bagi mahasiswa, pendidik, dan praktisi keislaman dalam memahami problematika kesehatan mental dari sudut pandang ajaran Islam.

c. Selain itu, hasil penelitian ini dapat menjadi referensi bagi peneliti lain yang ingin mengkaji topik serupa, serta menawarkan alternatif *coping mechanism* yang lebih konstruktif dan Islami, dibandingkan dengan bentuk pelarian semu seperti konsumsi hiburan berlebihan, alkohol, atau penyalahgunaan teknologi.

## E. Penjelasan Istilah

Adapun istilah-istilah yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

1. *Anxiety*

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia *anxiety* (kecemasan) memiliki arti gelisah, tidak tenang atau tidak tenteram hati disebabkan kekhawatiran dan ketakutan.[17] *Anxiety* berasal dari bahasa latin subtantif *angustus* yang berarti kaku,[18] *ango* yang memiliki arti penyempitan, dan *anci* yang memiliki arti mencekik.[19] Steven Schwartz dalam bukunya memberikan pengertian secara bahasa mengenai *anxiety* adalah berasal dari bahasa latin *anxius*, yang artinya pencekikan atau penyempitan.[20] Dari beberapa pengertian secara bahasa yang telah dikemukakan tersebut didapati sebuah pengertian bahwa *anxiety* adalah penyempitan hati atau tidak tenangnya hati yang disebabkan karena adanya sebuah kekhawatiran ataupun juga ketakutan.[21]

2. Hermeneutika

Hermeneutika menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), hermeneutika diartikan sebagai ilmu yang mempelajari asas-asas metodologis.[22] Secara etimologis, kata hermeneutika berasal dari bahasa

---

[17] Departmen Pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia* (Jakarta: Balai Pustaka,2007), h. 204.

[18] Maria Moliner, *Diccionario De Uso Espanol* Jurnal Editoral Gredos, 1997

[19]Yuke Wahyu Widosari, Skripsi *Perbedaan Derajat Kecemasan Dan Depresi Mahasiswa Kedokteran Preklinik Dan Ko-Asisten Di FK UNS Surakarta.* (Surakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret, 2010), h. 16.

[20] Steven Schwartz, *Abnormal Psychology: A Discovery Approach* (California: Mayfield Publishing Company, 2000), h. 139.

[21] Diah Ayu Anggraini, Skripsi, *Anxiety Disorder Dalam Al-Qur`an*, UIN Sunan Ampel, 2023

[22] Departmen Pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia* (Jakarta: Balai Pustaka, 2007)

Yunani, *hermeneuein,* yang berarti menafsirkan.[23] Dalam mitologi Yunani, kata ini sering dikaitkan dengan tokoh bernama Hermes, seorang utusan yang mempunyai tugas menyampaikan pesan Jupiter kepada manusia. Tugas menyampaikan pesan berarti juga mengalih bahasa ucapan para dewa ke dalam bahasa yang dapat dimengerti manusia. Alih bahasa sesungguhnya identik dengan penafsiran. Dari situ kemudian pengertian kata hermeneutika memiliki kaitan dengan sebuah penafsiran atau interpretasi.

3. *Ma'na Cum Maghza*

Hermeneutika *ma'na cum maghza* merupakan sebuah teori penafsiran yang berusaha untuk menemukan pesan utama dan makna dasar dari sebuah teks saat teks tersebut diciptakan kemudian dipahami,[24] sehingga pesan utama teks tersebut dapat dikembangkan dan dapat diimplementasikan ke konteks masa kini.[25] Maka yang dimaksud dari hermeneutika *ma'na cum maghza* dalam penelitian ini adalah memahami makna teks yang terkandung dalam al-Qur'an dengan menggunakan pendekatan kontekstual yang ditawarkan oleh *ma'na cum maghza.*

---

[23] Acep Iwan Saidi,, *Hermeneutika Cara Untuk Memahami Sebuah Teks*, Jurnal Sosioteknologi Edisi 13, April 2008, h. 367

[24] Winceh Herlena & Muh. Muads Hasri, "*Tafsir QS. al-Nur: 32 Tentang Anjuran Menikah (Studi Analisis Hermeneutika Ma'na Cum Maghza)"*, Al-Dzikra: Jurnal Studi Ilmu Al-Qur'an Dan Al-Hadis, Vol. 14, No. 2, 2020, h. 208

[25] Rudi Samsudin, Skripsi, *Kritik Hermeneutika Ma'na Cum Maghza Sahiron Syamsuddin Dan Penerepannya Terhadap Pemahaman Ayat-Ayat Waris,* UIN Raden Intan Lampung, 2022 h. 18

## F. Kerangka Teori

Sebuah penelitian ilmiah, kerangka teori sangat diperlukan diantaranya untuk membantu memecahkan dan mengidentifikasi masalah yang hendak diteliti. Selain itu, kerangka teori juga dipakai untuk menghubungkan konsep, variabel dan hubungan dalam penelitian. Disini penulis menggunakan teori *ma'na cum maghza* yang menjadi metodologi interpretasi teks yang ditawarkan oleh Sahiron Syamsuddin. Ada tiga tahapan yang penulis gunakan dalam menganalisis data sesuai dengan metode ini.

Pertama, Analisis Linguistik atau bahasa. Penulis akan menganalisa bahasa teks dari ayat-ayat yang dikaji dengan analisis bahasa terutama dalam kata kuncinya. Dalam hal ini, penulis harus memperhatikan bahwa bahasa yang digunnakan dalam teks al-Qur'an adalah bahasa Arab, maka harus dilakukan kajian secara bahasa untuk mengungkap makna kata perkatanya.

Kedua, Analisis Historis. Penulis harus memperhatikan konteks sejarah pewahyuan ayat-ayat al-Qur'an, baik itu yang bersifat mikro ataupun makro. Konteks historis makro adalah konteks yang mencakup situasi dan kondisi di Arab pada masa pewahyuan al-Qur'an, sedangkan konteks mikro adalah kejadian-kejadian kecil yang melatarbelakangi turunnya ayat, yang biasa disebut dengan *asbāb al-Nuzūl*. Selain dari konteks sejarah pewahyuan, makkiyah dan madaniyah suatu ayat juga perlu diperhatikan karena hal tersebut dapat menunjukkan apakah suatu ayat turun ketika Nabi Saw telah hijrah atau belum.

Ketiga, Mencari *maghza* sesuai dengan konteks sekarang. Dengan memperhatikan konteks linguistik dan historis, penulis harus menggali tujuan dan

pesan utama ayat yang sedang ditafsirkan. Selanjutnya, penulis mencoba mengkontekstualisasikan pesan tersebut untuk konteks kekinian dengan tetap memperhatikan pandangan-pandangan para penafsir masa klasik, modern, dan kontemporer dengan cara yang teliti, apresiatif dan kritis.

## G. Kajian Terdahulu

Setelah mencari, membaca dan menelaah dari berbagai sumber, buku, karya tulis ilmiah dan pencarian dari berbagai sumber. Penulis menemukan beberapa pembahasan yang berkaitan dengan *anxiety.*

Dalam Jurnal Bimbingan Konseling Islam yang ditulis oleh Fatma Laili Khoirun Nida berjudul "Zikir Sebagai Psikoterapi Dalam Gangguan Kecemasan Bagi Lansia" (2014), Membahas bahwa gangguan kecemasan bisa dialami oleh semua kalangan bahkan para lansia bisa mengalami gangguan kecemasan hal ini karena pada lansia dalam kehidupan mereka mengalami banyak perubahan baik dari fisik, psikis, ekonomi, sosial serta kemunduran fungsi mental. [26]

Dalam Skripsi yang ditulis oleh Nurul Fuadi Riyadhi, berjudul "Pengaruh Terapi *Murattal* al-Qur'an Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre-Operasi Di Rumah Sakit Umum (RSUD) Labuang Baji Provinsi SulSel" (2014) membahas bahwa pasien yang mendapatkan terapi *murattal* sebelum operasi dapat

[26] Fatma Laili Khoirun Nida, *"Zikir Sebagai Psikoterapi Dalam Gangguan Kecemasan Bagi Lansia"* Jurnal Bimbingan Konseling Islam, Vol. 5, no. 1, STAIN Kudus, 2014, h. 133

menurutkan rasa cemas yang dialami pasien karena memang benar bahwa al-Qur'an menjadi penyembuh baik lahir maupun batin manusia.[27]

Dalam Jurnal Psikologi Islam yang ditulis oleh Aditya Dedy Nugraha dengan judul "Memahami Kecemasan: Perspektif Psikologi Islam" (2020) penelitian tersebut membahas bahwa *anxiety* menjadi pintu masuk menuju gangguan kepribadian lainnya dan cara langkah manusia untuk mampu beradaptasi menghadapi kecemasan.[28]

Dalam Jurnal Ilmiah Indonesia yang ditulis oleh Ulfi Putra Sany berjudul "Gangguan Kecemasan dan Depresi Menurut Perspektif al-Qur'an" (2022), membahas mengenai individu yang mengalami gangguan mental harus mendapatkan solusi terbaik agar dapat mengurangi dampak negatif yang ditimbulkan dengan menjadikan al-Qur'an sebagai terapi zikir dan doa untuk mencegahnya karena Islam sangat mengakui bahwa menjaga kesehatan sangatlah penting.[29]

Sebenarnya penelitian ini tidak jauh berbeda dengan penelitian-penelitian sebelumnya, hanya saja dalam penelitian ini penulis akan mencoba melengkapi kajian yang tealah ada mengenai konsep *anxiety* dalam al-Qur'an studi analisis hermeneutika Sahiron Syamsuddin menggunakan teori *ma'na cum maghza* pada ayat-ayat yang membahas tentang *anxiety*. Adapun yang membedakan penelitian ini dengan penelitian sebelum-sebelumnya adalah penelitian ini lebih di

---

[27] Nurul Fuadi Riyadhi, *Pengaruh Terapi Murattal Al-Qur'an Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Di Rumah Sakit Umum Daerah (RSUD) Labuang Baji Provinsi Sulsel*, Skripsi, UIN Alauddin Makassar, 2014

[28] Aditya Dedy Nugraha, *Memahami Kecemasan: Perspektif Psikologi Islam*, Indonesian Journal Of Islamic Psychology, Vol. 2, No. 1, UIN Sunan Kalijaga, 2020, h. 1

[29] Ulfi Putra Sany, *Gangguan Kecemasan Dan Depresi Menurut Perspektif Al-Qur'an*, Jurnal Ilmiah Indonesia, Vol. 7, No. 1, IAIN Salatiga, 2022, h. 1263

khususkan pada ayat-ayat al-Qur'an dan cara agar bisa sembuh dari *anxiety*, kemudian dianalisis mengunakan teori *ma'na cum maghza* Sahiron Syamsuddin yang tidak di bahas pada penelitian sebelumnya untuk menganalisa ayat tentang *anxiety*.

## H. Metode Penelitian

Metode penelitian diwujudkan dalam langkah-langkah sistematis untuk mengumpulkan data yang kemudian dapat diolah dan dianalisis. Dalam arti lain, metode penelitian menggambarkan cara penulis dalam menyusun gambaran secara menyeluruh mengenai objek yang diteliti.

1. Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan pendekatan kepustakaan (*library research*). Penelitian kualitatif dipilih karena mampu menggali makna secara mendalam terhadap suatu konsep atau fenomena,[30] dalam hal ini adalah kecemasan (*anxiety*) dalam perspektif al-Qur'an. Sebagai penelitian kepustakaan, seluruh data dikumpulkan dari berbagai sumber tertulis yang relevan, seperti kitab-kitab tafsir, buku ilmiah, jurnal akademik, hingga karya-karya ilmuwan yang membahas tema serupa. Jenis penelitian ini dirasa paling tepat karena objek yang dikaji bukanlah fenomena empiris yang bisa diamati secara langsung, melainkan teks suci (al-Qur'an) dan pemaknaannya yang berkembang melalui beragam interpretasi ilmiah. Oleh karena itu, pemahaman atas teks tersebut membutuhkan pendekatan yang tidak hanya menelusuri makna

[30] Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D,* (Bandung: Alfabeta, 2019), h. 14

literal, tetapi juga menggali pesan yang terkandung di baliknya secara mendalam dan kontekstual.

Dalam hal ini, pendekatan yang digunakan adalah hermeneutika *ma'na cum maghza* yang dikembangkan oleh Sahiron Syamsuddin. Pendekatan ini bertujuan untuk menggali makna ayat al-Qur'an secara komprehensif, baik dalam konteks masa turunnya maupun relevansinya bagi kehidupan masa kini.[31] Dengan pendekatan ini, diharapkan nilai-nilai Al-Qur'an dapat dijadikan rujukan dalam menjawab tantangan-tantangan kontemporer, termasuk isu kecemasan yang banyak dialami masyarakat modern.

2. Sumber Data

Sumber data dalam penelitian ini dibagi menjadi dua, yaitu:

a. Data Primer

Data primer adalah sumber utama berupa al-Qur'an, hadis, dan dari kitab-kitab tafsir baik klasik maupun kontemporer, yang menafsirkan ayat-ayat terkait konsep *anxiety*. Kitab tafsir yang dijadikan rujukan oleh penulis adalah Tafsir *Jāmi' al-Bayān 'an Ta'wīl Āy al-Qur'ān* karya Muḥammad bin Jarīr al-Ṭabarī, tafsir *al-Qur'ān al-'Aẓīm* karya Ismā'īl bin 'Umar bin Kathīr al-Dimasyqī, tafsir *al-Jāmi' li Aḥkām al-Qur'ān* karya Muḥammad bin Aḥmad al-Anṣārī al-Qurṭubī, tafsir *al-Munīr fī al-'Aqīdah wa al-Syarī'ah wa al-Manhaj* karya Wahbah al-Zuḥaylī, tafsir *Fī Ẓilāl al-Qur'ān* karya Sayyid Quṭb, dan tafsir *al-*

[31] Sahiron Syamsuddin, *Hermeneutika Ma'na-Cum-Maghza: Sebuah Metodologi Tafsir Maudu'I Atas Tema-Tema Sosial Keagamaan*, (Yogyakarta: Kaukaba Dipantara, 2017), h. 73

*Miṣbāḥ: Pesan, Kesan, dan Keserasian al-Qur'ān* karya Muḥammad Quraish Shihab.

b. Data Sekunder

Sumber sekunder adalah sumber yang berisi hasil penelitian yang telah dipublikasikan oleh penulis.[32] Pada data sekunder penulis mengambil data melalui buku karya Sahiron Syamsuddin, buku *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder Fifth Edition* (DSM-5) yang disusun oleh American Psychiatric Association, serta buku-buku ilmiah, jurnal, artikel, karya akademik, dan referensi lain yang mendukung analisis, baik dari disiplin psikologi, ilmu tafsir, maupun sumber lain yang relevan.

3. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan melalui studi literatur terhadap berbagai sumber yang relevan dengan fokus utama pada ayat-ayat al-Qur'an yang berkaitan dengan kecemasan. Tahapan yang dilakukan dalam pengumpulan data meliputi:

a. Menghimpun ayat-ayat al-Qur'an yang mengandung istilah atau makna *anxiety*. Dalam proses ini telah terkumpul sebanyak 18 ayat yang berkaitan dengan *anxiety* seperti *khauf, huzn, ḍayq,* dan *halū'an*. Yaitu pada surah: Ayat-ayat al-Qur'an yang berkaitan dengan tema anxiety (kecemasan) dapat ditemukan antara lain dalam Q.S. al-Baqarah/2:155, al-Mulk/67:2, al-A'rāf/7:56, Āli 'Imrān/3:17, al-Qaṣaṣ/28:18, Maryam/19:24, Yūsuf/12:86, al-Naḥl/16:127, al-

[32] Rahmadi, *Pengantar Metodologi Penelitian*, Antasari Press, Banjarmasin, 2011, h. 41

Ma‘ārij/70:19, al-Ra‘d/13:27, al-An‘ām/6:51, Fuṣṣilat/41:30, al-Naḥl/16:47, al-Baqarah/2:182, Āli ‘Imrān/3:170, al-Aḥzāb/33:19, al-Nisā’/4:34, dan al-Nisā’/4:83.

b. Menetapkan ayat yang menjadi objek kajian pembahasan yaitu QS. al-Baqarah/2: 155
c. Menganalisis ayat dari aspek linguistik, *asbābu al-nuzūl*, konteks sosial historis masyarakat ketika turun ayat, serta mengkaji penafsiran dari para mufasir klasik dan kontemporer untuk memperkaya makna.
d. Menerapkan pendekatan hermeneutika *ma’na cum maghza* dalam menginterpretasikan QS. al-Baqarah/2: 155, serta merelevansikan ayat tersebut dengan konteks masa kini.

4. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan metode analisis isi secara deskriptif-kualitatif. Teknik ini bertujuan untuk mengkaji dan memahami makna yang terkandung dalam teks, khususnya ayat-ayat al-Qur’an yang berkaitan dengan istilah *anxiety* (kecemasan). Dalam pendekatan kualitatif, proses analisis tidak dilakukan melalui angka atau statistik, melainkan dengan menafsirkan makna-makna secara mendalam berdasarkan konteks dan relevansinya dengan isu yang dikaji. Penelitian ini menggunakan pendekatan hermeneutika *ma’na cum maghza* sebagaimana dirumuskan oleh Sahiron Syamsuddin. Pendekatan ini memungkinkan peneliti untuk menelusuri lapisan-lapisan makna dalam teks al-Qur’an, dari konteks historis hingga aplikasinya dalam kehidupan masa kini. Analisis dilakukan melalui tiga tahapan utama:

a. *Ma'na al-Tārīkhī*, yakni menggali makna ayat dalam konteks sejarah, budaya, dan sosial pada masa turunnya wahyu. Tahap ini penting untuk memahami konteks awal dan alasan kemunculan ayat.
b. *Maghza al-Tārīkhī*, yaitu mencari pesan utama atau makna mendalam yang terkandung di balik teks dan konteks historis tersebut. Fokusnya bukan hanya pada "apa yang dikatakan teks", tetapi juga "mengapa itu penting".
c. *Maghza al-Mutaharrik al-Mu'āṣir*, yaitu memahami bagaimana pesan ayat tersebut dapat digerakkan dan diaktualisasikan dalam konteks kekinian, khususnya dalam menghadapi persoalan kecemasan yang banyak dialami manusia modern.

Dengan melalui tahapan tersebut, penelitian ini berupaya menghadirkan pemahaman yang menyeluruh dari makna literal dan historis, hingga relevansi dan kontribusi nilai-nilai al-Qur'an terhadap tantangan psikologis di masa kini.

## I. Sistematika Pembahasan

Dalam sistematika penulisan dan pembahasan, penulis merujuk pada pedoman karya tulis ilmiah (skripsi dan proposal) sesuai dengan buku panduan yang diterbitkan oleh Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah. Untuk mempermudah penyusunan dan pembahasan, skripsi ini dibagi ke dalam lima bab dengan sistematika sebagai berikut:

1. BAB I

Pada bab ini berisi latar belakang masalah yang menjelaskan urgensi penelitian, rumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian, penjelasan istilah, kerangka teori, kajian terdahulu, metode penelitian, serta sistematika penulisan

2. BAB II

Bab ini memuat pembahasan kajian pustaka mengenai konsep dasar *anxiety* dari perspektif psikologi, serta uraian tentang pendekatan hermeneutika *ma'na cum maghza* yang menjadi metode utama dalam penelitian ini. Pembahasan juga mencakup teori-teori relevan yang mendukung analisis.

3. BAB III

Bab ini menjelaskan tentang bentuk-bentuk *anxiety* dalam al-Quran. Penulis juga menganalisis setiap bentuk *anxiety* yang terdapat dalam ayat ayat al-Qur'an dengan menelusuri derivasi katanya, serta menjelaskan makna leksikal dan kontekstualnya. Selain itu, penulis juga mengkaji latar historis dari ayat-ayat tersebut dan mengaitkan makna isilah yang ada dengan konteks modern. Serta pada bab ini juga penulis memuat bagaimana individu mengatasi kecemasan yang dirasakan.

4. BAB IV Hasil Penelitian dan Pembahasan

Pada bab ini, penulis memaparkan hasil analisis terhadap QS. al-Baqarah/2:155 sebagai ayat utama yang dikaji dan memiliki keterkaitan erat dengan fenomena anxiety (kecemasan) dalam konteks kehidupan modern. Analisis dilakukan dengan menggunakan pendekatan hermeneutika ma'na cum maghza, yang meliputi beberapa tahapan. Tahap pertama adalah pembahasan

Makna Historis (Ma‘nā at-Tārīkhī), yang mencakup analisis linguistik terhadap teks, hubungan intratekstual dan intertekstual, serta penelusuran konteks historis turunnya ayat. Selanjutnya, dilakukan Analisis Signifikansi Fenomenal Historis (Maghzā at-Tārīkhī) yang menyoroti pesan moral dan nilai-nilai yang terkandung dalam ayat tersebut bagi masyarakat pada masa turunnya. Tahap terakhir adalah Analisis Signifikansi Dinamis Kontemporer (Maghzā al-Mutaḥarrik al-Mu‘āṣir), yang menjelaskan relevansi dan aktualisasi makna ayat terhadap fenomena anxiety masa kini melalui empat perspektif utama: psikologis, sosiologis, budaya modern, dan teologis.

5. BAB V Penutup

Bab ini berisi kesimpulan dari hasil penelitian serta saran-saran yang ditujukan kepada penulis selanjutnya dan pihak-pihak yang berkepentingan. Penulis juga memberikan refleksi singkat terhadap hasil penelitian yang telah dilakukan.

# BAB IV

# ANALISIS HERMENEUTIKA *MA'NA CUM MAGHZA* TERHADAP AYAT *ANXIETY*

Pada bab sebelumnya penulis memaparkan istilah *anxiety* dalam perspektif psikologi maupun representasi dalam al-Qur'an melalaui beberapa kata kunci, maka Pada bab ini, penulis akan fokus untuk menjawab rumusan masalah selanjutnya dalam penelitian ini, yaitu mengenai bagaimana analisis hermeneutika *ma'na cum maghza*. Pembahasan ini merupakan inti dari analisis yang bertujuan untuk memngawali pemahan al-Qur'an terhadap problem kejiwaan yang sering dialami manusia, khususnya bentuk tekanan batin yang dalam istilah modern dikenal sebagai *anxiety* atau kecemasan. Setelah melakukan penelusuran dan analisis terhadap sejumlah ayat yang mengandung kata kunci terkait *anxiety*, penulis menemukan bahwa ayat yang paling relevan dalam menggambarkan gejala *anxiety* sebagaimana yang telah dijelaskan pada bagian sebelumnya adal QS.al-Baqarah/2: 155.

Dalam ayat ini penulis melihat adanya isyarat yang kuat terhadap bentuk kecemasan yang bersifat psikologi maupun eksistensial. Maka karena itu, penulis akan memfokuskan pembahasan ayat ini untuk menjelaskan lebih mendalam bagaimana pandangan al-Qur'an terhadap *anxiety* dan cara mengatasinya. Proses interpretasi terhadap makna ayat ini akan dilakukan melalui tiga tahapan analisis sebagaimana yang ditetapkan dalam pendekatan *ma'na cum maghza*, yaitu: dari makna historis (*ma'na al-tārīkhī*), pesan moral masa lalu (*maghza al-tārīkhī*),

hingga relevansi kekinian (*maghza al-mu'āṣir*).

## A. Makna Historis (*Ma'na Al-Tarikhi*).

Sebelum memahami pesan al-Qur'an dalam konteks masa kini, penting terlebih dahulu untuk menelusuri makna ayat dalam konsteks sejarah turunnya pada tahap *ma'naa al-Tarikhi.*

### 1. Analisis Linguistik Teks

Dalam tahap analisis linguistik dan balaghah terhadap teks, peneliti akan mengklasifikasikan QS. al-Baqarah/2: 155 ke dalam fragmen-fragmen (kalimat). Setiap fragmen tersebut akan dikaji untuk mengidentifikasi kata-kata kunci yang terkandung di dalamnya, kemudian dianalisis secara komprehensif guna menggali makna yang terkandung dalam struktur bahasa ayat tersebut. Allah Subhanahu Wa Ta'ala berfirman:

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوْعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْاَمْوَالِ وَالْاَنْفُسِ وَالثَّمَرٰتِۗ وَبَشِّرِ الصّٰبِرِيْنَ ١٥٥

Artinya:

> *"Kami pasti akan mengujimu dengan sedikit ketakutan dan kelaparan, kekurangan harta, jiwa, dan buah-buahan. Sampaikanlah (wahai Nabi Muhammad,) kabar gembira kepada orang-orang sabar"* (QS. Al-Baqarah/2: 155)[137]

Tabel. 1: Fragmen QS. al-Baqarah/2: 155

| No. | Fragmen | Ayat | Kata Kunci |
|---|---|---|---|
| 1. | Kepastian ujian dari Allah untuk hamba-Nya | وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ | *Lanablūwannakum* |
| 2. | Bentuk-bentuk ujian: ketakutan, kelaparan, | بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَا لْجُوْعِ | *Khauf, Jū', Naqṣ min Amwāl, Anfus, Tsamarāt* |

[137] App, aplikasi keislaman terlengkap, terjemahan Kemenag https://nu.or.id/superapp

| | | | |
|---|---|---|---|
| | kehilangan harta, jiwa, dan buah-buahan | وَنَقْصٍ مِّنَ الْاَ مْوَا لِ وَا لْاَ نْفُسِ وَا لثَّمَرٰتِ | |
| 3. | Solusi spiritual: kabar bahagia bagi orang yang bersabar | وَبَشِّرِ الصّٰبِرِيْنَ | *Bassyir, Ṣhābirīn* |

Frasa وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ diawali dengan huruf *wawu* yang berfungsi sebagai huruf *istinaf* (pemula kalimat baru). Kemudian, terdapat lam sumpah (*lam qasam*) yang menunjukkan adanya sumpah yang tersembunyi (مَحْذُوف). Kata kerja نَبْلُوَنَّ merupakan *fi'l muḍāri'* (kata kerja bentuk sekarang/masa depan) yang bentuk tetap (*mabnī*) yang dimasuki oleh dua bentuk penegasan (*taukīd*), yaitu *lām taukīd* dan *nūn taukīd tsaqīlah*. Selain itu, kata ini juga mengandung *ḍamīr muttaṣil* (kata ganti bersambung) dalam bentuk kum yang merujuk kepada antum (kalian).

Subjek pelaku *(fa'il*)dari kata kerja ini adalah kata ganti yang tersembunyi (*ḍamīr mustatir*) dengan *takdir* نَحْنُ (kami). *Dhomīr* كُمْ merupakan kata ganti yang bersambung dan tetap *(dhamīr muttaṣil mabnī*) yang berkedudukan sebagai objek langsung (*maf'ūl bih*) dari fi'l نَبْلُوَنَّ, dan huruf "م" di akhir menunjukkan bentuk *jamak* (plural).[138] huruf *wāw* berharakat fatḥah menurut Sībawaih disebabkan oleh pertemuan dua huruf sukun yang mengharuskan pelafalan dipermudah dengan penambahan harakat. Sementara itu, pendapat lain menyebutkan bahwa harakat tersebut muncul karena wāw digabung dengan *nūn taukīd ats-tsaqīlah*, sehingga perubahan fonologis menjadi diperlukan.

[138] Muhammad Ja'far Asy-Syeikh Ibrahim Al-Karabisi, *I'rab Al-Qur'an* (Bairut: Dar Wa Maktabah Al-Hilal, 2001). h. 209

Kata *balā'* (بَلَاء) secara leksikal berarti ujian[139] atau cobaan[140] dan dapat mencakup baik kebaikan maupun keburukan. Dalam konteks ayat ini, ujian ditujukan untuk menampakkan siapa yang sabar dan siapa yang menyimpang, sehingga menjadi dasar pemberian balasan dari Allah. Sebagian mufasir juga menyatakan bahwa ujian ini berfungsi sebagai pelajaran bagi generasi berikutnya, agar mereka mengetahui sikap yang benar dalam menghadapi cobaan.[141]

Frasa بِشَيْءٍ terdiri dari huruf jarr بِ *dan isim majrūr* شَيْءٍ. Keduanya merupakan *jar majrūr* yang berfungsi sebagai *ta'alluq* (berkaitan) dengan kata kerja sebelumnya yaitu نَبْلُوَنَّكُمْ" Dalam kaidah sintaksis Arab, setiap konstruksi *jar majrūr* selalu memiliki kaitan (*ta'alluq*) dengan unsur lain dalam kalimat, sebagaimana dalam contoh: **كُنْتُ بِزَيْدٍ** (Aku bersama Zaid), di mana hubungan makna antara keduanya saling terikat.[142] Kata بِشَيْءٍ dalam firman Allah Swt. pada ayat ini secara struktur gramatikal berbentuk *mufrad* (tunggal). Namun, secara makna, kata ini mencakup beragam jenis ujian, sehingga menunjukkan makna jamak. Dalam hal ini, al-Dhahhāk memahami kata tersebut dalam konteks makna jamak, yakni mencakup berbagai macam bentuk ujian.

Meskipun demikian, jumhur ulama tetap membaca dan memahaminya dalam bentuk tunggal, dengan makna bahwa ujian yang dimaksud hanyalah sebagian kecil dari setiap jenis cobaan, baik berupa rasa takut, kelaparan,

---

[139] Kh. A. Musthofa Bisri, *Kamus Arab Indonesia Albisri*, Pustaka Progressif, Surabaya, Cet 1, 1999, h. 41

[140] Mahmud Yunus, *Kamus Arab Indonesia*, Hidayah Karya Agung, Jakarta 1989, h. 70

[141] Abū ʿAbd Allāh Muḥammad Ibn Aḥmad Al-Anṣārī Al-Qurṭubī, *Al-Jāmiʿ Li Aḥkām Al-Qur'ān*, Juz II (Beirut: Dār Al-Kutub Al-ʿIlmiyyah, 2000), h. 407.

[142] Muhammad Ja'far Asy-Syeikh Ibrahim Al-Karabisi, *I'rab Al-Qur'an* (Bairut: Dar Wa Maktabah Al-Hilal, 2001). h. 209

kekurangan harta, jiwa, maupun buah-buahan. Dengan demikian, bentuk tunggal yang digunakan tetap mengisyaratkan cakupan makna yang luas, meskipun secara lafaz tidak berbentuk jamak.[143]

Selanjutnya, مِنَ الْخَوْفِ adalah *jar majrūr* yang berfungsi sebagai penjelas sifat dari بِشَيْءٍ yang sifatnya *maḥżūfah* (dihapuskan). Frasa ini memberikan penjelasan mengenai jenis "sesuatu" yang dimaksud.[144] Kata خوف diambil dari huruf *kha* (خ), *waw* (و), dan *fa* (ف), yang berarti takut,[145] khawatir,[146] dan gelisah.[147]

Kata *khauf* dalam ayat ini ditafsirkan oleh Ibnu ʻAbbās sebagai rasa takut terhadap musuh dan kepanikan menghadapi pertempuran. Penafsiran ini mencerminkan konteks historis dan sosial umat Islam pada masa awal, di mana ancaman fisik dan militer merupakan bentuk ujian nyata. Sementara itu, Imām al-Syāfiʻī memberikan makna yang lebih spiritual, yakni bahwa *khauf* dalam ayat ini merujuk pada rasa takut kepada Allah Swt., yaitu rasa takut yang timbul dari kesadaran akan tanggung jawab hamba terhadap Tuhannya. Kedua penafsiran ini

---

[143] Abū ʿAbd Allāh Muḥammad Ibn Aḥmad Al-Anṣārī Al-Qurṭubī, *Al-Jāmiʿ Li Aḥkām Al-Qur'ān*, Juz II (Beirut: Dār Al-Kutub Al-ʿIlmiyyah, 2000), h. 408.

[144] Muhammad Ja'far Asy-Syeikh Ibrahim Al-Karabisi, *I'rab Al-Qur'an* (Bairut: Dar Wa Maktabah Al-Hilal, 2001). h. 209

[145] Ahmad Warson Munawwir, *Kamus Almunawwir*, *Pustaka* Progressif, Yogyakarta 1984, h. 376

[146] Kh. A. Musthofa Bisri, *Kamus Arab Indonesia* Albisri, Pustaka Progressif, Surabaya, Cet 1, 1999, h. 180

[147] Atabik Ali Ahmad Zuhdi Muhdlor, *Kamus Kontemporer Arab Indonesia*, Multi Karya Grafika, Pondok Pesantren Krapyak, Yogyakarta 1998, h. 817

menunjukkan keluasan makna kata *khauf*, baik dalam konteks duniawi maupun ukhrawi.[148]

Begitu pula dengan وَالْجُوعِ, di mana huruf وَ adalah huruf '*aṭf* (penyambung), dan kata الْجُوعِ adalah *isim ma'ṭūf* yang mengikuti kata sebelumnya dalam *i'rāb*, yakni sebagai *majrūr* dengan tanda kasrah pada huruf *'ain*-nya.[149] Kata الجوع diambil dari huruf *ja* (ج), *wa* (و), dan *`a* (ع) yang berarti lapar,[150] dapat pula dimaknai rasa sakit yang dialami makhluk saat berjalan karena kosongnya perut dari makanan.[151]

Dalam firman Allah Swt. ditafsirkan oleh Ibnu 'Abbās sebagai kelaparan akibat musim paceklik dan kekeringan, yang menggambarkan kondisi sulit secara ekonomi dan alam. Penafsiran ini menekankan aspek sosial dan material dari ujian yang dimaksud. Sementara itu, Imām al-Syāfi'ī memberikan penafsiran yang berbeda, yakni bahwa kelaparan tersebut merujuk pada kelaparan yang dialami umat Islam selama bulan Ramadhan, sebagai bentuk ibadah dan ujian ketakwaan. Kedua pandangan ini menunjukkan adanya ruang tafsir yang luas terhadap makna *al-jū*', baik dalam konteks penderitaan fisik maupun latihan psikis.[152]

---

[148] Abū ʿAbd Allāh Muḥammad Ibn Aḥmad Al-Anṣārī Al-Qurṭubī, *Al-Jāmiʿ Li Aḥkām Al-Qur'ān*, Juz II (Beirut: Dār Al-Kutub Al-ʿIlmiyyah, 2000), h. 408.

[149] Muhammad Ja'far Asy-Syeikh Ibrahim Al-Karabisi, *I'rab Al-Qur'an* (Bairut: Dar Wa Maktabah Al-Hilal, 2001). h. 209

[150] Atabik Ali Ahmad Zuhdi Muhdlor, *Kamus Kontemporer Arab Indonesia*, Multi Karya Grafika, Pondok Pesantren Krapyak, Yogyakarta 1998, h. 645

[151] Ar-Rāghib Al-Aṣfahānī, *Kamus Al-Qur'an: Penjelasan Lengkap Makna Kosakata Asing (Gharīb) Dalam Al-Qur'an,* Terj. Tim Penerjemah, Jilid 3, (Mesir: Dar Ibnul Jauzi), h. 447

[152] Abū ʿAbd Allāh Muḥammad Ibn Aḥmad Al-Anṣārī Al-Qurṭubī, *Al-Jāmiʿ Li Aḥkām Al-Qur'ān*, Juz II (Beirut: Dār Al-Kutub Al-ʿIlmiyyah, 2000), h. 408.

Frasa berikutnya وَنَقْصٍ berarti berkurang, mengambil sedikit,[153] rugi dalam mendapatkan bagian[154] susunan kata ini juga mengikuti struktur serupa, yaitu huruf *'aṭf* diikuti oleh *isim ma'ṭūf* yang menjelaskan bagian dari makna بِشَيْءٍ, dan statusnya majrūr karena menjadi sifat dari بِشَيْءٍ yang telah disebutkan sebelumnya.[155] Lalu, مِنَ الْأَمْوَالِ merupakan jar majrūr yang menjadi penjelas (*mubayyin*) dari kata نَقْصٍ.[156] Frasa **ونقص من الأموال** "kekurangan harta" dalam ayat ini ditafsirkan sebagai kondisi kehilangan atau berkurangnya kepemilikan materi.

Ibnu 'Abbās menjelaskan bahwa hal ini disebabkan oleh perang yang terus-menerus dengan kaum kafir, sehingga harta benda kaum Muslimin banyak yang hilang atau digunakan untuk keperluan jihad. Sementara itu, menurut Imām al-Syāfi'ī, kekurangan tersebut ditafsirkan sebagai pengeluaran harta dalam bentuk zakat, yaitu kewajiban syar'i yang menyebabkan berkurangnya harta secara lahiriah, namun memiliki nilai ibadah dan keberkahan secara ruhani.[157]

Selanjutnya, وَالْأَنْفُسِ dan وَالثَّمَرَاتِ masing-masing adalah kata yang di-'*aṭf*-kan pada الْأَمْوَالِ, dan semuanya berkedudukan sebagai penjelas dari kata نَقْصٍ. Masing-masing dalam keadaan *majrūr* karena dimasuki huruf jarr dan tanda

---

[153] Kh. A. Musthofa Bisri, *Kamus Arab Indonesia Albisri*, Pustaka Progressif, Surabaya, Cet 1, 1999, h. 734

[154] Ar-Rāghib Al-Aṣfahānī, *Kamus Al-Qur'an: Penjelasan Lengkap Makna Kosakata Asing (Gharīb) Dalam Al-Qur'an,* Terj. Tim Penerjemah, Jilid 3, (Mesir: Dar Ibnul Jauzi), h. 676

[155] Muhammad Ja'far Asy-Syeikh Ibrahim Al-Karabisi, *I'rab Al-Qur'an* (Bairut: Dar Wa Maktabah Al-Hilal, 2001). h. 209

[156] Ibid. h. 209

[157] Abū ʿAbd Allāh Muḥammad Ibn Aḥmad Al-Anṣārī Al-Qurṭubī, *Al-Jāmiʿ Li Aḥkām Al-Qur'ān,* Juz II (Beirut: Dār Al-Kutub Al-ʿIlmiyyah, 2000), h. 408.

kasrah yang jelas. Frasa الأنفس berarti jiwa,[158] dan ruh.[159] Dalam ayat ini ditafsirkan oleh Ibnu ‘Abbās sebagai hilangnya jiwa akibat peperangan, khususnya karena gugur dalam jihad di jalan Allah. Penafsiran ini mencerminkan kondisi umat Islam yang saat itu menghadapi konflik bersenjata secara langsung. Sementara itu, Imām al-Syāfi‘ī menafsirkan kehilangan jiwa tersebut sebagai akibat dari wabah penyakit yang menyebabkan kematian massal. Kedua penafsiran ini menunjukkan bahwa ujian dalam bentuk kehilangan jiwa dapat terjadi melalui berbagai sebab, baik karena faktor eksternal seperti perang, maupun faktor alamiah seperti wabah.[160]

Frasa وَالثَّمَرَاتِ diartikan sebagai buah-buahan[161] atau secara bahasa merujuk pada segala sesuatu yang dapat dimakan, khususnya yang merupakan hasil dari pepohonan. Dalam bentuk tunggal, kata ini adalah *“tsamarah*” (ثَمَرَة), sedangkan bentuk jamaknya adalah “*tsamarāt*” (ثَمَرَات) dan terkadang juga digunakan bentuk jamak lain seperti “*atsmār*” (أَثْمَار).[162]

Dalam ayat ini ditafsirkan oleh Ibnu ‘Abbās sebagai berkurangnya hasil tanaman dan pepohonan, serta terhentinya keberkahan dalam pertumbuhan alam. Penafsiran ini menunjukkan bentuk ujian yang bersifat ekonomi dan ekologis,

---

[158] Atabik Ali Ahmad Zuhdi Muhdlor, *Kamus Kontemporer Arab Indonesia*, Multi Karya Grafika, Pondok Pesantren Krapyak, Yogyakarta 1998, h. 1932

[159] Kh. A. Musthofa Bisri, *Kamus Arab Indonesia Albisri*, Pustaka Progressif, Surabaya, Cet 1, 1999, h. 731

[160] Abū ʿAbd Allāh Muḥammad Ibn Aḥmad Al-Anṣārī Al-Qurṭubī, Al-Jāmiʿ Li Aḥkām Al-Qur’ān, Juz II (Beirut: Dār Al-Kutub Al-ʿIlmiyyah, 2000), h. 408.

[161] S. Askar, *Kamus Al Azhar*, Senayang Publishing, Jakarta Selatan, Cet 1 2009, h. 945

[162] Ar-Rāghib Al-Aṣfahānī, *Kamus Al-Qur’an: Penjelasan Lengkap Makna Kosakata Asing (Gharīb) Dalam Al-Qur’an*, Terj. Tim Penerjemah, Jilid 3, (Mesir: Dar Ibnul Jauzi), h. 340.

yakni ketidakstabilan dalam hasil pertanian yang menjadi sumber kehidupan masyarakat. Sementara itu, Imām al-Syāfi‘ī menafsirkan frasa ini secara lebih simbolis, yakni sebagai kematian anak-anak, karena dalam ungkapan bahasa Arab, anak-anak sering disebut sebagai buah hati. Dengan demikian, kata *"tsamarāt"* dimaknai secara metaforis sebagai bentuk kehilangan yang sangat menyentuh sisi emosional dan batiniah orang tua.[163]

Kemudian, وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ adalah bentuk *fi'l amar* (بَشِّرْ) diartikan sebagai menggembirakan[164] atau menyampaikan kabar gembira,[165] susunan yang bersambung dengan *dhamīr mustatir* (kata ganti tersembunyi) sebagai *fail*-nya, dan *maf'ūl bih*-nya adalah الصَّابِرِينَ yang berarti bersabar dan tabah hati,[166] memiliki kedudukan sebagai objek langsung dari perintah memberi kabar gembira. Kata ini *manṣūb* (berkedudukan sebagai objek) dengan tanda *fatḥah* yang tampak.[167]

**2. Analisis Intratekstual**

Pada tahap penelusuran intratekstualitas, peneliti menelusuri ayat-ayat al-Qur'an lain yang memiliki keterkaitan makna dengan kata *khauf* sebagaimana termuat dalam QS. al-Baqarah/2: 155. Penelusuran ini dilakukan untuk melihat bagaimana kata tersebut digunakan dalam berbagai konteks ayat, sehingga dapat memperkaya dan mempertajam hasil analisis linguistik terhadap teks. Fokus

---

[163] Abū ʿAbd Allāh Muḥammad Ibn Aḥmad Al-Anṣārī Al-Qurṭubī, *Al-Jāmiʿ Li Aḥkām Al-Qur'ān*, Juz II (Beirut: Dār Al-Kutub Al-ʿIlmiyyah, 2000), h. 409.

[164] Ahmad Warson Munawwir, *Kamus Almunawwir*, Pustaka Progressif, Yogyakarta 1984, h. 86

[165] Mahmud Yunus, *Kamus Arab Indonesia*, Hidayah Karya Agung, Jakarta 1989,h. 65

[166] Kh. A. Musthofa Bisri, *Kamus Arab Indonesia Albisr*i, Pustaka Progressif, Surabaya, Cet 1, 1999, h. 399

[167] Muhammad Ja'far Asy-Syeikh Ibrahim Al-Karabisi, I'rab Al-Qur'an (Bairut: Dar Wa Maktabah Al-Hilal, 2001). h. 209

utama dalam kajian ini adalah pada kata kunci khauf beserta seluruh bentuk derivatifnya, guna memperoleh pemahaman yang lebih mendalam dan menyeluruh dalam kerangka semantik intratekstual.

Dalam penelitian ini, pendekatan tematik digunakan untuk mengkaji ayat-ayat yang mengandung kata *khauf* dan derivasinya dalam al-Qur'an. Sebagaimana dijelaskan oleh 'Abd al-Ḥamīd al-Farmawī dalam karyanya *Al-Bidāyah fī al-Tafsīr al-Mawḍū'ī,* salah satu langkah penting dalam metode tematik adalah menyusun ayat-ayat berdasarkan *tartīb al-nuzūl* (urutan turunnya wahyu), agar peneliti dapat memahami bagaimana tema tertentu berkembang secara gradual dalam al-Qur'an.[168] Sebelum menganalisis ayat-ayat tersebut, penting untuk mengidentifikasi terlebih dahulu ragam makna kata *khauf* sebagaimana dijelaskan dalam literatur *tafsir al-wujūh wa al-naẓā'ir*, khususnya karya Muqātil ibn Sulaymān dan Raghib al-Iṣfahānī. Dalam kajian al-wujūh wa al-naẓā'ir, kata khauf dapat memiliki beberapa makna tergantung pada konteks ayat, di antaranya:

a. Takut terhadap azab Allah, baik di dunia maupun di akhirat.
b. Takut terhadap musuh atau bahaya fisik, seperti dalam konteks peperangan.
c. Ketakutan psikologis yang muncul akibat rasa bersalah, dosa, atau potensi hukuman.
d. Ketakutan yang menjadi dorongan ibadah, yaitu bentuk khauf yang positif sebagai manifestasi dari taqwa.

[168] 'Abd Al-Ḥamīd Al-Farmawī, *Al-Bidāyah Fī Al-Tafsīr Al-Mawḍū'Ī* (Beirut: Dār Al-Ma'Rifah, 1977), h. 74.

e. Takut terhadap kehilangan atau penderitaan duniawi, misalnya kehilangan nyawa, harta, atau keamanan.[169]

Pemahaman terhadap keragaman makna ini membantu dalam menafsirkan kata *khauf* secara lebih kontekstual dalam setiap ayat. Oleh karena itu, berikut ini akan disajikan rincian ayat-ayat yang mengandung kata khauf, disusun sesuai dengan *tartīb al-nuzūl (*urutan turunnya wahyu), disertai dengan terjemahan, analisis makna leksikal dalam konteks ayat, serta gambaran umum mengenai tema yang diangkat.

**a. Al-A'rāf/7: 56 – Makkiyyah**

وَلَا تُفْسِدُوْا فِى الْاَرْضِ بَعْدَ اِصْلَاحِهَا وَادْعُوْهُ خَوْفًا وَّطَمَعًاۗ اِنَّ رَحْمَتَ اللّٰهِ قَرِيْبٌ مِّنَ الْمُحْسِنِيْنَ ٥٦

Artinya:

> *"Janganlah kamu berbuat kerusakan di bumi setelah diatur dengan baik. Berdoalah kepada-Nya dengan rasa takut dan penuh harap. Sesungguhnya rahmat Allah sangat dekat dengan orang-orang yang berbuat baik."* (QS. al-A'rāf/7: 56).[170]

Kata **خوفا** pada ayat ini berarti azab, perintah berdoa dengan harap dan takut akan azab. Ayat ini mengandung seruan untuk tidak membuat kerusakan di bumi serta untuk berdoa kepada Allah dengan penuh harap dan takut (*rajan wa khaufan*). Di sini, khauf menggambarkan rasa takut yang timbul dari kesadaran akan potensi hukuman Ilahi

[169] Lihat: Muqātil Ibn Sulaymān, *Al-Wujūh Wa Al-Naẓā'ir Fī Al-Qur'ān Al-Karīm*, Ed. 'Ādil 'Abd Al-Mawjūd Dan 'Alī Muḥammad Mu'Awwaḍ (Beirut: Dār Al-Kutub Al-'Ilmiyyah, 2002), h. 182–184.

[170] App, aplikasi keislaman terlengkap, terjemahan Kemenag https://nu.or.id/superapp

akibat dosa, yang sekaligus menjadi motivasi untuk taubat dan memperbaiki diri.

**b. Al-An‘ām/6: 51 – Makkiyyah**

الَّذِيْنَ اتَّخَذُوْا دِيْنَهُمْ لَهْوًا وَّلَعِبًا وَّغَرَّتْهُمُ الْحَيٰوةُ الدُّنْيَاۚ فَالْيَوْمَ نَنْسٰىهُمْ كَمَا نَسُوْا لِقَآءَ يَوْمِهِمْ هٰذَاۙ وَمَا كَانُوْا بِاٰيٰتِنَا يَجْحَدُوْنَ ٥١

Artinya:

> *“(Mereka adalah) orang-orang yang menjadikan agamanya sebagai kelengahan dan permainan serta mereka telah tertipu oleh kehidupan dunia. Maka, pada hari ini (Kiamat), Kami melupakan mereka sebagaimana mereka dahulu melupakan pertemuan hari ini dan karena mereka selalu mengingkari ayat-ayat Kami.”* (QS. al-An‘ām/6: 51).[171]

Kata **يخافون** pada ayat ini berarti mengetahui, rasa takut karena menyadari atau mengetahui akan perjumpaan dengan Allah. Ayat ini menyeru manusia agar bertakwa kepada Allah dan menyebut mereka yang *yakhāfūna* (takut) akan pertemuan dengan Rabb mereka. Khauf dalam konteks ini mencerminkan kesadaran spiritual yang mendalam terhadap realitas hari pembalasan, bukan semata ketakutan, tetapi rasa hormat yang disertai kesiapan menghadapi hisab.

**c. Fuṣṣilat/41: 30 – Makkiyyah**

اِنَّ الَّذِيْنَ قَالُوْا رَبُّنَا اللّٰهُ ثُمَّ اسْتَقَامُوْا تَتَنَزَّلُ عَلَيْهِمُ الْمَلٰۤئِكَةُ اَلَّا تَخَافُوْا وَلَا تَحْزَنُوْا وَاَبْشِرُوْا بِالْجَنَّةِ الَّتِيْ كُنْتُمْ تُوْعَدُوْنَ ٣٠

Artinya:

> *“Sesungguhnya orang-orang yang berkata, “Tuhan kami adalah Allah,” kemudian tetap (dalam pendiriannya), akan turun malaikat-malaikat kepada mereka (seraya berkata), “Janganlah*

[171] App, aplikasi keislaman terlengkap, terjemahan Kemenag https://nu.or.id/superapp

> *kamu takut dan bersedih hati serta bergembiralah dengan (memperoleh) surga yang telah dijanjikan kepadamu."* (QS. Fuṣṣilat/41: 30). [172]

Kata **تخافوا** pada ayat ini berarti azab, janji dari malaikat agar tidak takut terhadap azab Allah. Ayat ini menyampaikan kabar gembira dari malaikat kepada orang-orang beriman agar tidak merasa takut (lā takhāfū) dan tidak bersedih. Khauf dalam ayat ini berarti kekhawatiran terhadap masa depan atau azab Allah, namun iman dan konsistensi menjadikan mereka berada dalam ketenangan batin.

**d. An-Naḥl/16: 47 – Makkiyyah**

اَوْ يَأْخُذَهُمْ عَلٰى تَخَوُّفٍۗ فَاِنَّ رَبَّكُمْ لَرَءُوْفٌ رَّحِيْمٌ ٤٧

Artinya:

> *"Atau, Allah mengazab mereka dengan kekurangan (secara berangsur-angsur sampai binasa). Sesungguhnya Tuhanmu Maha Pengasih lagi Maha Penyayang."* (QS. an-Naḥl/16: 47).[173]

Kata **تخوّف** pada ayat ini berarti rasa takut yang mendadak, rasa takut mendadak saat tertidur karena takut terhadap azab Allah. Ayat ini menggambarkan kemungkinan Allah mencabut nyawa manusia secara tiba-tiba, bahkan dalam keadaan tidur. *Takhawwuf* di sini bermakna ketakutan mendadak, semacam kegelisahan atau kesadaran mengejutkan akibat hadirnya azab secara tidak terduga. Hal ini menunjukkan bagaimana khauf juga dapat muncul dalam bentuk intuisi atau kegelisahan spiritual yang datang tiba-tiba.

---

[172] App, aplikasi keislaman terlengkap, terjemahan Kemenag https://nu.or.id/superapp
[173] App, aplikasi keislaman terlengkap, terjemahan Kemenag https://nu.or.id/superapp

**e. Al-Baqarah/2: 155 – Madaniyyah**

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوْعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْاَمْوَالِ وَالْاَنْفُسِ وَالثَّمَرٰتِۗ وَبَشِّرِ الصّٰبِرِيْنَ ١٥٥

Artinya:

> *"Kami pasti akan mengujimu dengan sedikit ketakutan dan kelaparan, kekurangan harta, jiwa, dan buah-buahan. Sampaikanlah (wahai Nabi Muhammad,) kabar gembira kepada orang-orang sabar"* (QS. al-Baqarah/2: 155).[174]

Kata **الخوف** pada ayat ini berarti pembunuhan bagian dari ujian Allah berupa rasa takut terhadap kematian. Ayat ini menginformasikan bahwa Allah Swt akan menguji manusia dengan rasa takut (*khauf)*, kelaparan, dan kehilangan jiwa serta harta. *Khauf* dalam konteks ini berkaitan erat dengan rasa takut akibat ancaman terhadap nyawa, seperti dalam situasi pembunuhan atau kematian.

**f. Al-Baqarah/2: 182 – Madaniyyah**

فَمَنْ خَافَ مِنْ مُّوْصٍ جَنَفًا اَوْ اِثْمًا فَاَصْلَحَ بَيْنَهُمْ فَلَآ اِثْمَ عَلَيْهِۗ اِنَّ اللّٰهَ غَفُوْرٌ رَّحِيْمٌ ١٨٢

Artinya:

> *"Akan tetapi, siapa yang khawatir terhadap pewasiat (akan berlaku) tidak adil atau berbuat dosa, lalu dia mendamaikan mereka, dia tidak berdosa. Sesungguhnya Allah Maha Pengampun lagi Maha Penyayang."* (QS. al-Baqarah/2: 182).[175]

[174] App, aplikasi keislaman terlengkap, terjemahan Kemenag https://nu.or.id/superapp
[175] App, aplikasi keislaman terlengkap, terjemahan Kemenag https://nu.or.id/superapp

Kata **خافا** pada ayat ini berarti pengetahuan, kekhawatiran seseorang karena mengetahui potensi penyimpangan dalam wasiat. Ayat ini menyebutkan seseorang yang *khafa* (takut) akan terjadinya penyimpangan dalam pelaksanaan wasiat, sehingga ia memperbaikinya. *Khauf* di sini bukanlah ketakutan emosional, melainkan bentuk kesadaran atau kekhawatiran yang muncul dari pengetahuan akan potensi kesalahan, serta dorongan etis untuk memperbaikinya.

**g. Āli ‘Imrān/3: 170 – Madaniyyah**

فَرِحِيْنَ بِمَآ اٰتٰىهُمُ اللّٰهُ مِنْ فَضْلِهٖۙ وَيَسْتَبْشِرُوْنَ بِالَّذِيْنَ لَمْ يَلْحَقُوْا بِهِمْ مِّنْ خَلْفِهِمْۙ اَلَّا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُوْنَ ۘ ١٧٠

Artinya:

> *“Mereka bergembira dengan karunia yang Allah anugerahkan kepadanya dan bergirang hati atas (keadaan) orang-orang yang berada di belakang yang belum menyusul mereka, yaitu bahwa tidak ada rasa takut pada mereka dan mereka tidak bersedih hati.”* (QS. Āli ‘Imrān/3: 170).[176]

Kata **الآخوف** pada ayat ini berarti azab, tidak ada ketakutan terhadap azab karena telah meraih syahid. Ayat ini menggambarkan keadaan para syuhada yang telah gugur di jalan Allah, bahwa mereka tidak merasa takut (*khauf*) dan tidak bersedih. Di sini, *khauf* menunjukkan hilangnya ketakutan terhadap azab Allah, karena mereka telah memperoleh kemuliaan dan keamanan di sisi-Nya.

[176] App, aplikasi keislaman terlengkap, terjemahan Kemenag https://nu.or.id/superapp

**h. Al-Aḥzāb/33: 19 – Madaniyyah**

اَشِحَّةً عَلَيْكُمْۚ فَاِذَا جَآءَ الْخَوْفُ رَاَيْتَهُمْ يَنْظُرُوْنَ اِلَيْكَ تَدُوْرُ اَعْيُنُهُمْ كَالَّذِيْ يُغْشٰى عَلَيْهِ مِنَ الْمَوْتِۚ فَاِذَا ذَهَبَ الْخَوْفُ سَلَقُوْكُمْ بِاَلْسِنَةٍ حِدَادٍ اَشِحَّةً عَلَى الْخَيْرِۗ اُولٰۤىِٕكَ لَمْ يُؤْمِنُوْا فَاَحْبَطَ اللّٰهُ اَعْمَالَهُمْۗ وَكَانَ ذٰلِكَ عَلَى اللّٰهِ يَسِيْرًا ١٩

Artinya:

> *"Mereka (kaum munafik) kikir terhadapmu. Apabila datang ketakutan (bahaya), kamu melihat mereka memandang kepadamu dengan bola mata yang berputar-putar seperti orang yang pingsan karena akan mati. Apabila ketakutan telah hilang, mereka mencacimu dengan lidah yang tajam, sementara mereka kikir untuk berbuat kebaikan. Mereka itu tidak beriman, maka Allah menghapus amalnya. Hal yang demikian itu sangat mudah bagi Allah."* (QS. al-Aḥzāb/33: 19).[177]

Kata **الخوف** pada ayat ini berarti peperangan menggambarkan rasa takut orang munafik terhadap pertempuran. Ayat ini menggambarkan orang-orang munafik yang merasa takut (*khauf*) ketika terjadi peperangan dan cenderung menghindar dari medan tempur. *Khauf* di sini merefleksikan ketakutan terhadap pertempuran fisik dan bahaya nyata yang dihindari oleh mereka yang tidak memiliki keimanan yang kuat.

**i. Al-Nisā'/4: 34 – Madaniyyah**

اَلرِّجَالُ قَوَّامُوْنَ عَلَى النِّسَآءِ بِمَا فَضَّلَ اللّٰهُ بَعْضَهُمْ عَلٰى بَعْضٍ وَّبِمَآ اَنْفَقُوْا مِنْ اَمْوَالِهِمْۗ فَالصّٰلِحٰتُ قٰنِتٰتٌ حٰفِظٰتٌ لِّلْغَيْبِ بِمَا حَفِظَ اللّٰهُۗ وَالّٰتِيْ تَخَافُوْنَ

[177] App, aplikasi keislaman terlengkap, terjemahan Kemenag https://nu.or.id/superapp

نُشُوْزَهُنَّ فَعِظُوْهُنَّ وَاهْجُرُوْهُنَّ فِى الْمَضَاجِعِ وَاضْرِبُوْهُنَّۚ فَاِنْ اَطَعْنَكُمْ فَلَا تَبْغُوْا عَلَيْهِنَّ سَبِيْلًاۗ اِنَّ اللّٰهَ كَانَ عَلِيًّا كَبِيْرًا ٣٤

Artimya:

> *"Laki-laki (suami) adalah penanggung jawab atas para perempuan (istri) karena Allah telah melebihkan sebagian mereka (laki-laki) atas sebagian yang lain (perempuan) dan karena mereka (laki-laki) telah menafkahkan sebagian dari hartanya. Perempuan-perempuan saleh adalah mereka yang taat (kepada Allah) dan menjaga diri ketika (suaminya) tidak ada karena Allah telah menjaga (mereka). Perempuan-perempuan yang kamu khawatirkan akan nusyuz, berilah mereka nasihat, tinggalkanlah mereka di tempat tidur (pisah ranjang), dan (kalau perlu,) pukullah mereka (dengan cara yang tidak menyakitkan). Akan tetapi, jika mereka menaatimu, janganlah kamu mencari-cari jalan untuk menyusahkan mereka. Sesungguhnya Allah Mahatinggi lagi Mahabesar."* (QS. al-Nisā'/4: 34)[178]

Kata **خفتم** pada ayat ini berarti mengetahui, mengetahui adanya tanda-tanda nusyuz dari istri. Dalam konteks relasi suami-istri, ayat ini menyebut jika seorang suami *khafa* akan terjadinya *nusyūz* (pembangkangan) dari istrinya. Makna *khauf* di sini lebih dekat pada bentuk observasi dan pengetahuan terhadap tanda-tanda pembangkangan, bukan ketakutan emosional, sehingga tindakan korektif yang dilakukan pun harus proporsional dan penuh hikmah.

**j. Al-Nisā'/4: 83 – Madaniyyah**

وَاِذَا جَآءَهُمْ اَمْرٌ مِّنَ الْاَمْنِ اَوِ الْخَوْفِ اَذَاعُوْا بِهٖۗ وَلَوْ رَدُّوْهُ اِلَى الرَّسُوْلِ وَاِلٰٓى اُولِى الْاَمْرِ مِنْهُمْ لَعَلِمَهُ الَّذِيْنَ يَسْتَنْۢبِطُوْنَهٗ مِنْهُمْۗ وَلَوْلَا فَضْلُ اللّٰهِ عَلَيْكُمْ وَرَحْمَتُهٗ لَاتَّبَعْتُمُ الشَّيْطٰنَ اِلَّا قَلِيْلًا ٨٣

Artinya:

[178] App, aplikasi keislaman terlengkap, terjemahan Kemenag https://nu.or.id/superapp

> *"Apabila datang kepada mereka suatu berita tentang keamanan (kemenangan) atau ketakutan (kekalahan), mereka menyebarluaskannya. Padahal, seandainya mereka menyerahkannya kepada Rasul dan ululamri (pemegang kekuasaan) di antara mereka, tentulah orang-orang yang ingin mengetahui kebenarannya (akan dapat) mengetahuinya (secara resmi) dari mereka (Rasul dan ululamri). Sekiranya bukan karena karunia dan rahmat Allah kepadamu, tentulah engkau mengikuti setan, kecuali sebagian kecil saja (di antara kamu)."* (QS. al-Nisā'/4: 83).[179]

Kata **الخوف** pada ayat ini berarti pembunuhan tentang ketakutan akibat kabar kekalahan atau pembunuhan dalam peperangan. Ayat ini menjelaskan bagaimana orang-orang munafik dengan gegabah menyebarkan kabar kekalahan atau pembunuhan tanpa klarifikasi kepada Rasulullah Saw. atau para pemimpin yang memiliki otoritas. Dalam konteks ini, *khauf* menggambarkan rasa takut yang timbul akibat berita kekalahan dalam perang atau potensi pembunuhan, sehingga menunjukkan bagaimana ketakutan dapat memengaruhi stabilitas sosial jika tidak disikapi dengan kebijaksanaan kepemimpinan.

Pemaknaan kata *khauf*, jika dilihat dari berbagai bentuk derivatif dan konteks ayat-ayatnya, menunjukkan variasi makna yang cukup luas namun tetap berada dalam satu spektrum makna dasar, yakni rasa takut. Meskipun secara morfologis tidak mengalami perubahan makna yang signifikan, namun secara semantik, variasi konteks penggunaannya dalam al-Qur'an, baik dalam situasi perang, kematian, kekhawatiran moral, hingga kesadaran spiritual menunjukkan

[179] App, aplikasi keislaman terlengkap, terjemahan Kemenag https://nu.or.id/superapp

bahwa *khauf* memiliki kedalaman makna yang dinamis. Berdasarkan hasil penelusuran intratekstual terhadap sejumlah ayat yang mengandung kata *khauf*, dapat disimpulkan bahwa *khauf* tidak hanya berarti rasa takut dalam arti emosional, tetapi juga mencakup kesadaran, kewaspadaan, dan ketundukan kepada Allah. Dengan demikian, *khauf* dapat dimaknai sebagai respons psikologis dan spiritual manusia yang mencerminkan ketundukan, kehati-hatian, dan harapan akan keselamatan dari azab atau bahaya.

**3. Analisis Intertekstual**

Dalam analisis intertekstual, pemaknaan terhadap kata kunci dikaji secara lebih mendalam melalui keterkaitannya dengan teks lain yang memiliki relevansi makna, baik dari segi kesamaan posisi maupun kedudukannya sebagai penafsir al-Qur'an, seperti hadis Nabi. Pendekatan ini bertujuan untuk memperkaya pemahaman terhadap makna suatu kata, terutama dengan menggali bagaimana kata tersebut dipahami oleh masyarakat Arab pada masa turunnya wahyu. Hal ini penting untuk memperluas cakupan makna sekaligus mengungkap konteks historis dan semantik yang melingkupinya.

Lebih dari itu, analisis ini juga berupaya mengaitkan makna kata dalam teks-teks klasik dengan realitas kontemporer, sehingga mampu memberikan interpretasi yang relevan dan aplikatif terhadap persoalan-persoalan modern. Pada tahap ini, fokus diarahkan pada penelusuran makna kata *khauf* (takut), sebagai salah satu kata kunci yang berkaitan erat dengan tema *anxiety* (kecemasan). Untuk memperkuat analisis, beberapa hadis Nabi yang memuat kata *khauf* akan dijadikan sebagai rujukan utama dalam melihat bagaimana dimensi makna kata tersebut

dipahami dalam tradisi Islam. Hadis-hadis tersebut tidak hanya berfungsi sebagai pelengkap, melainkan juga sebagai sumber otoritatif yang menafsirkan serta memberi dimensi spiritual pada pengalaman takut dalam kehidupan seorang Muslim. Berikut hadis yang mengadung kata *khauf*:

**أَخْبَرَنَا قُتَيْبَةُ عَنْ مَالِكٍ عَنْ أَبِي الزُّبَيْرِ عَنْ سَعِيدِ بْنِ جُبَيْرٍ عَنْ ابْنِ عَبَّاسٍ قَالَ صَلَّى رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ الظُّهْرَ وَالْعَصْرَ جَمِيعًا وَالْمَغْرِبَ وَالْعِشَاءَ جَمِيعًا مِنْ غَيْرِ خَوْفٍ وَلَا سَفَرٍ**

*"Pernah Rasulullah saw menjamak salat Zuhur dan Asar, serta menjamak salat Magrib dan Isya bukan karena alasan takut (peperangan) dan bukan karena alasan perjalanan."* (HR. Nasa'i: 597) [180]

Hadis ini menjelaskan bahwa Rasulullah Saw pernah melakukan jamak salat tanpa adanya kondisi *khauf* (takut karena peperangan) maupun safar (perjalanan jauh). Secara umum, hukum jamak salat diperbolehkan dalam dua keadaan: saat bepergian dan saat takut, sebagaimana disebutkan dalam berbagai riwayat. Namun, hadis ini menunjukkan adanya kelonggaran (rukhsah) yang diberikan oleh Allah melalui Rasul-Nya bahkan di luar dua kondisi tersebut. Menurut Imam an-Nawawi dalam *Syarh* Shahih Muslim, hadis ini menunjukkan keluasan rahmat Allah dan kemudahan dalam syariat Islam bagi umatnya. Rasulullah menjamak salat bukan karena khauf atau safar, melainkan untuk menghindari kesulitan bagi umat (*rafʿ al-ḥaraj*), terutama bagi mereka yang menghadapi kondisi berat. Dengan demikian, khauf di sini disebut secara eksplisit untuk menegaskan absennya rasa takut atau ancaman eksternal yang biasanya menjadi alasan jamak salat.

[180] https://hadits.in/nasai/597

Penulis memaknai penggunaan kata khauf dalam hadis ini sebagai bentuk kontras linguistik dengan ayat yang sedang diteliti, yakni QS. al-Baqarah/2: 155. Jika dalam ayat tersebut khauf menggambarkan ujian yang datang dari Allah untuk menumbuhkan kesabaran dan keimanan, maka dalam hadis ini khauf menjadi parameter situasional dalam penetapan hukum ibadah, yakni ketika rasa takut muncul karena ancaman luar. Dengan demikian, melalui pendekatan intertekstual, hadis ini memperlihatkan bahwa istilah khauf dalam tradisi Islam tidak hanya bermakna psikologis (takut batiniah) tetapi juga mencakup makna situasional dan sosial, yakni rasa takut karena kondisi yang membahayakan. Kedua konteks ini baik dalam ayat maupun hadis yang menunjukkan bahwa khauf adalah bagian dari realitas hidup manusia yang direspons oleh wahyu secara berbeda sesuai kondisi. Dalam al-Qur'an (QS. al-Baqarah/2: 155), *khauf* berfungsi sebagai ujian spiritual untuk memperkuat iman Sedangkan dalam hadis ini, *khauf* menjadi dasar hukum yang mengatur kemudahan (rukhsah) dalam pelaksanaan ibadah.

Penulis menilai bahwa korelasi antara keduanya menunjukkan keluasan makna *khauf* dalam teks-teks keislaman dari aspek teologis-spiritual hingga aspek sosial-fikih. Kedua bentuk *khauf* tersebut akhirnya bertemu pada satu titik pemaknaan, yaitu bahwa rasa takut sejatinya bukanlah kelemahan, tetapi fitrah manusiawi yang direspons oleh syariat dengan hikmah dan kemudahan, agar umat dapat tetap beribadah dan mendekatkan diri kepada Allah tanpa tekanan psikologis yang berlebihan.

**4. Konteks Historis**

Untuk memahami makna QS. al-Baqarah/2: 155 secara komprehensif, penting untuk menelaah konteks historis di balik turunnya ayat ini. Ayat ini diturunkan pada masa awal hijrah Nabi Muhammad Saw bersama para sahabat ke Madinah, sebuah periode yang ditandai dengan berbagai dinamika sosial, tantangan politik, serta tekanan ekonomi dan keagamaan yang cukup berat. Kaum Muslimin saat itu menghadapi beragam bentuk kesulitan, seperti pemboikotan ekonomi, ancaman dari pihak luar, dan proses adaptasi dengan komunitas baru yang majemuk.

Dalam situasi semacam itu, ayat ini hadir sebagai bentuk arahan dari Allah untuk menguatkan hati dan membimbing umat dalam menghadapi berbagai ujian kehidupan. QS. al-Baqarah/2: 155 merupakan bagian dari surah madaniyyah yang memiliki corak pembinaan keimanan. Ayat ini memberikan pengajaran yang mendalam tentang bagaimana seharusnya seorang Muslim menyikapi ujian, yang dapat berupa rasa takut (*khauf*), kelaparan (*jūʿ*), kekurangan harta, kehilangan jiwa, dan hasil pertanian. Semua bentuk ujian tersebut dipaparkan sebagai bagian dari proses pembentukan pribadi yang tangguh dan beriman. Ayat ini memuat unsur peringatan *(tarhīb*), yakni bahwa manusia pasti akan diuji, namun juga mengandung unsur penguatan harapan *(targhīb*) melalui janji kabar gembira bagi mereka yang mampu bersabar.

Pendekatan yang digunakan al-Qur'an dalam menyampaikan pesan ini mencerminkan cara yang khas dalam membangun ketahanan diri berdasarkan nilai-nilai tauhid. Sikap sabar dalam menghadapi ujian diposisikan sebagai bentuk kepatuhan dan ketundukan kepada Allah Swt., yang pada akhirnya akan

memperkokoh keyakinan bahwa segala sesuatu berada dalam kekuasaan-Nya. Oleh karena itu, memahami ayat ini secara utuh tidak dapat dilepaskan dari kajian *asbāb al-nuzūl*, yakni latar belakang sosial dan keagamaan pada masa turunnya ayat, yang mencerminkan kondisi nyata yang sedang dihadapi oleh umat Islam kala itu.

Menurut Imam Muhammad Ibn Jarir al- Ṭabarī, Abu Ja'far menjelaskan bahwa ayat ini merupakan pemberitahuan dari Allah kepada para pengikut Rasulullah Saw bahwa mereka akan diuji dengan cobaan yang berat. Ujian ini dimaksudkan untuk membedakan siapa yang benar-benar setia mengikuti Rasulullah dan siapa yang berpaling darinya. Sebelumnya, Allah juga telah menguji mereka dengan perubahan arah kiblat dari Baitul Maqdis ke Ka'bah, sebagaimana Allah juga menguji umat pilihan-Nya pada masa-masa terdahulu.

Al-Mutsannā meriwayatkan bahwa ‘Abd Allāh bin Ṣāliḥ telah menceritakan kepadanya, dari Mu‘āwiyah, dari ‘Alī bin Abī Ṭalḥah, dari Ibnu ‘Abbas terkait firman Allah: *wa la-nabluwannakum bi-shay’in min al-khawfi wa al-jū‘*. Menurut penjelasan Ibnu ‘Abbas, Allah memberitahukan kepada orang-orang mukmin bahwa dunia merupakan tempat ujian. Allah akan menguji mereka dan memerintahkan untuk bersabar, lalu memberikan kabar gembira berupa pahala surga. Pada lanjutan ayat: wa bashshir al-ṣābirīn. Allah menjelaskan bahwa ujian ini juga ditimpakan kepada para nabi dan hamba-hamba pilihan-Nya, sebagai bentuk penyucian dan penyempurnaan hati mereka.

Kata *khauf* dalam ayat tersebut merujuk pada rasa takut terhadap musuh, sementara *ju‘* berarti kelaparan akibat musim paceklik atau kemarau panjang yang

menyebabkan sulitnya memperoleh kebutuhan pokok dan berkurangnya harta benda. Selain itu, ayat ini juga merujuk pada ujian berupa peperangan antara kaum Muslimin dan kaum kafir yang menyebabkan jumlah kaum Muslimin berkurang, serta musibah seperti meninggalnya keluarga dan anak-anak, serangan hama terhadap tanaman yang menyebabkan hasil panen menurun. Semua ini merupakan bentuk ujian dari Allah, yang dengannya akan terlihat perbedaan antara orang-orang yang beriman dan yang berdusta, serta antara mereka yang berhati tulus dan yang dipenuhi kemunafikan serta keraguan.

Dalam riwayat lain dari Hārūn bin Idrīs al-Kūfī al-Aṣamm, dari ‘Abd al-Raḥmān bin Muḥammad al-Muḥāribī, dari ‘Abd al-Malik, dari ‘Aṭā’, dijelaskan bahwa makna firman Allah *wa la-nabluwannakum bi-shay’in min al-khawfi wa al-jū*‘ merujuk pada para sahabat Rasulullah. Allah menggunakan kata *bi-syay’in* (sesuatu) dan bukan *bi-ashyā’* (banyak hal) karena bentuk ujian yang dimaksud sangat beragam. Dengan satu kata *syay*’ saja telah mencakup seluruh jenis cobaan yang dimaksud. Maka, ayat ini menunjukkan bahwa Allah sungguh akan menguji manusia dengan rasa takut, kelaparan, dan kekurangan harta benda, serta berbagai bentuk ujian lainnya.[181]

Menurut Wahbah al-Zuḥaylī, ayat ini masih memiliki keterkaitan dengan ayat sebelumnya yang diturunkan berkaitan dengan gugurnya kaum Muslimin dalam Perang Badar. Saat itu, jumlah mereka belasan orang, terdiri dari delapan orang dari kalangan Anṣār dan enam orang dari kalangan Muhājirīn. Salah satu bentuk cobaan bagi manusia adalah pengalihan arah kiblat, yang menjadi ujian

[181] Muḥammad Bin Jarīr Al-Ṭabarī, Tafsīr Al-Ṭabarī*: Jāmi‘ Al-Bayān Fī Ta’wīl Al-Qur’ān*, Terj. M. Agus Hasan Bashori Dkk. (Jakarta: Pustaka Azzam, 2007), Jilid 2, h. 675–678.

untuk menampakkan siapa yang benar-benar beriman dan siapa yang hanya berpura-pura,mereka yang munafik dan berdusta dalam keimanannya.

Maka, peristiwa tersebut sejatinya adalah sebuah nikmat, bukan bencana. Namun, orang-orang yang dangkal akalnya dan sebagian dari Ahli Kitab memanfaatkan peristiwa besar itu untuk menyebarkan desas-desus, dengan tujuan menanamkan kebencian dan kedengkian terhadap kaum Mukmin. Allah mengetahui bahwa hal itu akan berbuntut pada upaya-upaya intensif dari mereka untuk menghasut manusia agar memusuhi kaum beriman, yang pada akhirnya memicu terjadinya peperangan. Peperangan tersebut benar-benar terjadi dalam rangkaian konflik yang keras dan berkepanjangan. Karena itu, Allah menjelaskan dalam ayat-ayat ini bahwa nikmat sering kali datang bersamaan dengan ujian dan musibah.

Tidak ada jalan lain untuk menghadapi musibah dan melawan musuh-musuh, baik dari kalangan musyrik maupun Ahli Kitab, kecuali dengan memohon pertolongan kepada Allah melalui kesabaran dan salat. Sebab, kesabaran mampu menguatkan tekad dan meneguhkan kemauan dalam menghadapi berbagai kesulitan. Allah bersama orang-orang yang sabar, yakni dengan memberikan pertolongan, perhatian, dan dukungan-Nya. Setelah menjelaskan bahwa pertolongan hanya dapat diperoleh dari Allah melalui kesabaran dan salat, Allah menegaskan bahwa seorang hamba pasti berada dalam salah satu dari dua keadaan: memperoleh nikmat sehingga ia bersyukur, atau tertimpa musibah sehingga ia bersabar.

Perintah untuk memohon pertolongan melalui salat ditegaskan karena salat merupakan induk segala ibadah, jalan penghubung kepada Allah, sarana bermunajat kepada-Nya, dan tempat merasakan keagungan-Nya. Salat juga menjadi tempat perlindungan bagi orang-orang yang takut, jalan untuk menghilangkan kesusahan orang-orang yang menderita, serta menjadi sumber ketenangan jiwa bagi kaum beriman. Nabi Muhammad Saw bersabda: *"Ketenangan tertinggiku ada dalam salat."* Apabila seorang mukmin memohon pertolongan kepada Allah melalui kesabaran dan salat, dengan hati yang dipenuhi rasa tunduk dan khusyuk, serta menjauhkan diri dari perbuatan keji dan mungkar, maka segala kesulitan akan terasa ringan, dan ia akan mampu menghadapi segala beban serta cobaan hidup.[182]

Melihat *asbāb al-nuzūl* makro ayat dapat dilihat sosial politik yang menunjukkan di mana Allah menguatkan kaum muslimin menghadapi tekanan dari musuh pengalihan kiblat dan dampak Perang Badar. bahwa pada saat itu kaum muslimin berada dalam situasi sulit setelah peralihan kiblat yang memunculkan gejolak sosial dan kecaman dari Ahli kitab dan kaum munafik. Setelah peristiwa Perang Badar yang menyebabkan gugurnya para sahabat ini memperkuat konteks ujian yang dihadapi umat Islam hal ini menunjukkan bahwa musibah dan kesulitan bukanlah tanda kehancuran bentuk ujian dan kasih sayang dari Allah yang harus dihadapi dengan sabar dan mendirikan salat. Allah menguji untuk memilah mana pengikut sejati Rasul dan yang berpaling ujian juga murka tetapi cara Allah menyucikan hati para nabi dan umat pilihannya.

---

[182] Wahbah Az-Zuḥailī, Tafsir Al-Munir*: Dalam Perspektif Al-Qur'an Dan Sunnah*, Terj. Abdul Hayyie Al-Kattani, Dkk., Cet. Ke-1 (Jakarta: Gema Insani, 2007), Jil. 1, h. 298–299.

## B. Analisis Signifikansi Fenomenal Historis (*Maghza Al-Tarikhi*)

Surah al-Baqarah merupakan surah kedua dalam al-Qur'an. Surah ini termasuk di antara surah-surah awal yang diturunkan setelah hijrah dan merupakan surah terpanjang dalam al-Qur'an. Menurut pendapat yang kuat, ayat-ayatnya tidak diturunkan secara berurutan hingga selesai seluruhnya sebelum turunnya ayat-ayat dari surah-surah lain. Kajian terhadap sebab-sebab turunnya (asbāb al-Nuzūl) sebagian ayat surah ini dan sebagian ayat dari surah-surah *madaniyyah* lainnya, meskipun sebab-sebab tersebut tidak dapat dipastikan secara mutlak menunjukkan bahwa ayat-ayat surah *madaniyyah* yang panjang tidak diturunkan secara berturut-turut. Bahkan, terdapat ayat-ayat dari surah yang turun kemudian sebelum sempurna turunnya surah sebelumnya, yang pada awalnya hanya diturunkan ayat-ayat muqaddimahnya.[183]

Pendekatan *maghza al-Tārīkhī* (makna historis-kontekstual) dalam metode hermeneutika *ma'na cum maghza* bertujuan untuk menyingkap makna yang dimaksud oleh teks pada masa pewahyuan, dengan mempertimbangkan kondisi sosial, budaya, dan psikologis masyarakat saat itu. Pada tahap *maghza al-Tārīkhī* menjadi awal yang menjembatani makna literal (*ma'na*) dengan relevansi kontemporer (*maghza* aktual).

Tahap ini penting untuk mengekstraksi nilai-nilai universal dari ayat. Sahiron Syamsuddin menegaskan bahwa memahami konteks sejarah dan latar belakang turunnya ayat merupakan langkah metodologis yang esensial dalam

[183] Sayyid Qut}B, Fī Ẓilāl Al-Qur'ān: *Di Bawah Naungan Al-Qur'ān,* Terj. As'Ad Yāsīn Dkk., Jilid 1 (Jakarta: Gema Insani Press, 2000), h. 19.

tafsir kontemporer. Pendekatan ini mengandaikan bahwa pemahaman terhadap suatu ayat al-Qur'an tidak cukup hanya melalui analisis bahasa atau struktur kebahasaan, namun harus melibatkan pemahaman terhadap situasi historis dan realitas objektif yang melingkupi masyarakat penerima pertama wahyu. QS. Al-Baqarah/2: 155, sebagai bagian dari surah *madaniyyah*, hadir dalam konteks ketika umat Islam baru saja hijrah dari Makkah ke Madinah, meninggalkan kampung halaman dan harta benda mereka, dan mulai membangun kehidupan sosial, politik, dan ekonomi di lingkungan baru yang belum sepenuhnya bersahabat.

Kehidupan masyarakat Madinah pasca-hijrah penuh dengan tantangan. Umat Islam dihadapkan pada berbagai konflik internal dan eksternal: mulai dari tekanan ekonomi akibat boikot perdagangan, konfrontasi dengan kelompok Yahudi seperti Bani Qainuqa' dan Bani Nadhir, hingga ancaman perang dari kaum musyrikin Quraisy. Dalam situasi seperti ini, ketegangan sosial dan psikologis umat meningkat, dan mereka berada dalam kondisi yang sangat rentan. Maka turunnya ayat ini, yang menyebut lima bentuk ujian, yaitu rasa takut (*khauf*), rasa lapar (*jū'*), kekurangan harta, jiwa, dan buah-buahan adalah bentuk penguatan jiwa sekaligus penegasan bahwa penderitaan tersebut bukan tanda kemurkaan Allah, melainkan ujian keimanan.

Setiap unsur ujian yang disebutkan dalam ayat ini memiliki korespondensi langsung dengan pengalaman konkret umat Islam pada masa itu. Ketakutan (*khauf*) merujuk pada ancaman militer dan perang, seperti Perang Badar dan Uhud. Rasa lapar (*jū'*) adalah realitas yang dihadapi oleh kaum Muhajirin yang

kehilangan harta benda setelah hijrah. Kekurangan harta dan jiwa menggambarkan penderitaan akibat gugurnya para sahabat di medan perang dan ketidakstabilan ekonomi. Sementara kekurangan buah-buahan bisa dikaitkan dengan kegagalan panen dan hilangnya sumber pangan akibat konflik dan blokade ekonomi. Semua ini menggambarkan suasana keterjepitan yang sangat berat, namun justru dalam kondisi seperti itulah al-Qur'an menanamkan nilai-nilai kesabaran sebagai fondasi ketahanan dan keimanan.

Imam al-Qurthubi menafsirkan bahwa tujuan ujian ini adalah untuk melihat siapa yang mampu bersabar dan siapa yang akan menyimpang, yang kemudian masing-masing akan diberi balasan sesuai sikapnya. Ujian bisa berupa hal-hal yang baik maupun buruk, karena makna dasarnya memang ujian. Ada pula pendapat yang menyatakan bahwa ujian tersebut diberikan agar menjadi pelajaran bagi generasi setelahnya, sehingga mereka tahu bagaimana seharusnya bersikap. Selain itu, pengetahuan akan adanya ujian juga memberikan ketenangan dan keteguhan hati bagi mereka yang mengalaminya. Oleh karena itu, ayat ini juga menjadi dasar bahwa Allah menganugerahkan pahala bahkan di dunia, melalui rasa tenang dan kepercayaan diri saat menghadapi cobaan.[184] Menurut Wahbah al-Zuhaili, ayat ini menunjukkan bahwa Allah hendak menguji manusia guna mengetahui kondisi keimanan mereka yang sebenarnya. Ujian tersebut datang dalam bentuk ketakutan dan kekurangan, baik dalam hal harta, hasil pertanian yang rusak akibat hama, maupun berbagai hal yang menyakitkan jiwa, keluarga, dan kekayaan. Meskipun berupa musibah, ayat ini juga membawa pesan

[184] Al-Qurthubi, *Al-Jami' Li Ahkam Al-Qur'an*, Jilid 2 (Beirut: Dar Al-Kutub Al-'Ilmiyyah, 2003), h. 407.

penghiburan, yakni kabar gembira bagi orang-orang yang sabar, bahwa mereka kelak akan memperoleh balasan surga dari Allah.[185]

Sementara itu, Quraish Shihab menjelaskan bahwa ujian adalah bagian dari kehidupan dan tidak melebihi kemampuan manusia. Bahkan, ketika seseorang tertimpa musibah, ungkapan umum yang sering muncul adalah "untung cuma begitu", yang menunjukkan bahwa masih ada kemungkinan cobaan yang lebih berat. Yang terpenting adalah bagaimana seseorang merespons ujian tersebut, kegagalan dalam menghadapi ujian, terutama dalam aspek iman, justru menjadi bentuk ujian paling berat. Seperti dalam pendidikan, semakin tinggi tingkat seseorang, maka semakin besar pula tanggung jawab dan ujian yang dihadapi. Namun, setiap orang yang mempersiapkan diri dengan baik dan mengikuti arahan yang benar, niscaya akan mampu melewatinya.[186]

Para mufasir klasik menjelaskan bahwa sabar dalam ayat ini bukanlah bentuk kepasrahan pasif, melainkan sikap aktif yang ditopang oleh keyakinan bahwa semua ujian adalah bagian dari sunnatullah yang mengantar pada kedewasaan iman. Respons umat terhadap ujian ini menjadi indikator kualitas iman yang sesungguhnya. Allah menyatakan bahwa kabar gembira akan diberikan kepada orang-orang yang sabar. Dengan demikian, maghza at-tārīkhī dari QS. al-Baqarah/2: 155 menegaskan bahwa ujian merupakan bagian tak terpisahkan dari dinamika kehidupan umat beriman pada masa Rasulullah Saw dan umat terdahulu. Ayat ini memberikan pemahaman bahwa kesabaran dan keteguhan iman menjadi

---

[185] Wahbah Al-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir Fi Al-'Aqidah Wa Al-Syari'ah Wa Al-Manhaj*, Jilid 1 (Beirut: Dar Al-Fikr Al-Mu'asir, 1991), h. 298.

[186] M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan Dan Keserasian Al-Qur'an*, Jilid 1 (Jakarta: Lentera Hati, 2002), h. 369.

fondasi utama dalam merespons berbagai bentuk musibah. Pesan historis tersebut menjadi landasan penting dalam mengekstrapolasi nilai-nilai Qur'ani yang relevan bagi tantangan umat masa kini.

## C. Analisis Signifikansi Dinamis Kontemporer (*Maghza al-Mutaharrik al-Mu'āṣir*)

Setelah menelusuri makna kata kunci dalam QS. al-Baqarah/2: 155 serta memahami signifikansi historisnya (*al-Maghza at-Tārīkhī*), bagian ini bertujuan untuk menarik makna tersebut ke dalam konteks kekinian melalui pendekatan *al-Maghza al-Mutaharrik al-Mu'āṣir*. Pendekatan ini digunakan untuk merekonstruksi dan menginterpretasikan kembali penafsiran terdahulu agar tetap relevan dengan perkembangan zaman. Untuk memastikan kesesuaian pesan utama ayat dengan realitas kontemporer, diperlukan pengkajian lebih lanjut yang bertumpu pada elaborasi makna dinamis melalui beberapa pendekatan, yaitu: pendekatan psikologis, sosiologis, budaya populer, serta perspektif Islam (yang mencakup aspek teologis dan pemahaman al-Qur'an). Keempat pendekatan ini diharapkan dapat membantu memahami dan mengimplementasikan kandungan ayat tersebut dalam menghadapi berbagai problematika kehidupan modern. Keempat pendekatan yang akan dikaji adalah:

### 1. Perspektif Psikologis

Struktur dalam ayat menunjukkan bahwa ujian mental atau psikis (khauf) didahulukan daripada ujian fisik seperti kelaparan (*ju'*) atau kekurangan harta dan jiwa. Hal ini dapat ditafsirkan bahwa penderitaan batin sering kali lebih dahulu

dialami dan lebih berat dirasakan sebelum penderitaan fisik muncul. Pandangan ini menjadi dasar penting dalam pendekatan keimanan dan psikologis terhadap kecemasan, bahwa dimensi batiniah perlu ditangani secara serius dan mendalam.[187]

Pada QS. al-Baqarah/2: 155 menegaskan bahwa Allah pasti akan memberikan ujian kepada manusia. Ujian pertama yang disebutkan adalah *khauf* (rasa takut), yang merupakan bentuk emosi paling mendasar dan lazim muncul ketika seseorang menghadapi situasi yang tidak pasti, ancaman, atau kehilangan. Dalam psikologi, rasa takut dipahami sebagai *primary response* terhadap bahaya.[188] Sebelum seseorang mengalami lapar (*ju*‘) atau kehilangan sesuatu, biasanya ia terlebih dahulu merasakan ketakutan atas apa yang mungkin terjadi. Maka, penyebutan *khauf* di awal mencerminkan realitas psikologis manusia, bahwa kecemasan atau rasa takut merupakan reaksi pertama dalam menghadapi ujian hidup.

Penggunaan lafaz *khauf, ju‘, naqṣ*, dan seterusnya menggambarkan bentuk-bentuk ujian yang secara psikologis berpotensi memicu kecemasan, kegelisahan, bahkan depresi. Dalam teori psikoanalisis yang dikemukakan oleh Sigmund Freud, kecemasan dipahami sebagai hasil dari konflik bawah sadar,[189]

---

[187] Wahbah Az-Zuḥaylī, *Tafsīr Al-Munīr Fī Al-‘Aqīdah Wa Al-Syarī‘Ah Wa Al-Manhaj*, Juz II (Beirut: Dār Al-Fikr Al-Mu‘Āṣir, 1991), h. 298.

[188] Lisa Fritsher, *The Psychology Of Fear*, 2024 Https://Www.Verywellmind.Com/The-Psychology-Of-Fear-2671696?Utm

[189] Freud, S. (1936). The Problem of Anxiety. New York: W. W. Norton & Company.

kondisi-kondisi tersebut merupakan faktor eksternal yang dapat memicu anxiety disorder atau gangguan kecemasan.[190]

Misalnya, *khauf* atau rasa takut merupakan salah satu gejala utama dalam gangguan kecemasan, yang dalam psikologi dikenal sebagai *anticipatory anxiety*, yaitu ketakutan terhadap kemungkinan ancaman di masa depan. Contohnya seperti ketakutan akan kehilangan pekerjaan, kehilangan orang terdekat, atau kegagalan dalam kehidupan. Ayat ini secara eksplisit menunjukkan bahwa manusia akan diuji dengan hal-hal semacam itu, sehingga eksistensi kecemasan diakui sebagai bagian dari realitas hidup manusia.

Dalam psikologi, respons terhadap kecemasan umumnya dibagi menjadi dua bentuk: *maladaptive coping* dan *adaptive coping*.[191] Al-Qur'an, melalui ayat ini, menawarkan bentuk *adaptive coping mechanism* berupa *ṣabr* (kesabaran). Kesabaran dalam konteks ini bukan sekadar bentuk kepasrahan, tetapi merupakan mekanisme coping yang aktif, yang mencakup kesadaran, penerimaan, dan penguatan makna hidup.[192] Pendekatan ini sejalan dengan terapi modern seperti *Acceptance and Commitment Therapy* (ACT), yang menekankan pentingnya menerima rasa sakit emosional sambil tetap bertindak sesuai dengan nilai-nilai kehidupan.

Lebih lanjut, janji Allah kepada orang-orang yang sabar berupa *ṣalawāt,* rahmat, dan petunjuk sebagaimana tertuang dalam ayat lanjutan (QS. al-

---

[190] David H. Barlow Dan V. Mark Durand, *Abnormal Psychology*: An Integrative Approach, 7th Ed. (Boston: Cengage Learning, 2015), h. 147.

[191] Ananda Nadhifasya Nursadrina Dan Dhini Andriani, *Gambaran Coping Strategeis Pada Mahasiswa Universitas Padjadjaran*, Journal Of Physiological Perspective, Vol. 2, No. 3, 2020, h. 3

[192] Muhammad Mutawalli Al-Sya'Rāwī, *Tafsīr Al-Sya'Rāwī*, Juz I (Kairo: Akhbar Al-Yaum, 1997), h. 302.

Baqarah/2: 156–157), dapat dimaknai sebagai bentuk *hope therapy*. Dalam psikologi positif, hope atau harapan merupakan elemen penting yang berkontribusi dalam mengurangi depresi dan kecemasan.[193]

Dengan demikian, QS. al-Baqarah/2:155 tidak hanya menggambarkan realitas kecemasan manusia, tetapi juga menunjukkan bahwa al-Qur'an memberikan respons yang konstruktif dan relevan. Nilai-nilai seperti *ṣabr*, makna, dan harapan yang ditawarkan al-Qur'an selaras dengan pendekatan psikologis kontemporer. Ayat ini menegaskan bahwa kecemasan merupakan ujian yang nyata dan mendalam, dan melalui pendekatan sabar serta penguatan makna hidup, al-Qur'an memberikan solusi yang bersifat adaptif sekaligus transformatif.

**2. Perspektif Sosiologi**

Secara sosiologis, QS. al-Baqarah/2:155 menggambarkan bentuk-bentuk ujian yang berdampak langsung terhadap dinamika sosial dalam masyarakat. Ujian seperti rasa takut (*khauf*), kelaparan (*ju'),* kekurangan harta, jiwa, dan buah-buahan tidak hanya memiliki dimensi individual, tetapi juga menyentuh aspek kolektif. Ketika suatu komunitas mengalami krisis ekonomi, konflik, bencana alam, atau pandemi, maka ketakutan dan kehilangan tidak hanya dirasakan oleh individu, melainkan menjadi trauma sosial yang meluas.

Dalam konteks masyarakat modern, kondisi-kondisi tersebut tercermin pada tingginya tingkat stres kolektif akibat pemutusan hubungan kerja (PHK) massal, inflasi, konflik sosial, maupun bencana alam yang mengganggu stabilitas komunitas. Ketakutan akan kehilangan pekerjaan, ketidakpastian ekonomi, serta

[193] 5. Steven C. Hayes, Kirk D. Strosahl, Dan Kelly G. Wilson, *Acceptance And Commitment Therapy: The Process And Practice Of Mindful Change*, 2nd Ed. (New York: Guilford Press, 2012)

kekhawatiran terhadap keselamatan diri dan keluarga menjadi bagian dari realitas sosial kontemporer. Ayat ini mengisyaratkan bahwa problem sosial semacam itu merupakan bagian dari sunnatullah dalam kehidupan manusia, di mana Allah menguji manusia secara kolektif guna mengukur ketahanan iman serta solidaritas sosial.

Respons sosial terhadap ujian tersebut tercermin dalam nilai kesabaran yang ditawarkan dalam ayat. Dalam dimensi sosial, kesabaran tidak sekadar dimaknai sebagai kemampuan individu untuk menahan diri, melainkan menjadi nilai yang menguatkan kohesi sosial, semangat saling tolong-menolong, dan solidaritas. Masyarakat yang mampu bersabar secara kolektif akan melahirkan mekanisme sosial yang sehat, seperti budaya gotong royong, zakat, dan bantuan kemanusiaan. Dalam hal ini, Emile Durkheim memandang agama sebagai perwujudan dari collective consciousness yang lahir dari masyarakat itu sendiri. Ia menjelaskan bahwa nilai-nilai keagamaan seperti solidaritas dan kesabaran berfungsi sebagai mekanisme sosial yang menjaga ketertiban dan kohesi dalam komunitas, terutama saat menghadapi krisis bersama.[194] Nilai-nilai ini mencerminkan kepekaan sosial dalam ajaran Islam sebagai respons terhadap penderitaan bersama. Dengan demikian, ayat ini secara implisit mengajarkan pentingnya membangun daya tahan sosial (*social resilience*) dalam menghadapi krisis. Ujian yang dihadapi secara bersama menuntut kesadaran kolektif, empati, serta sistem pendukung sosial yang kokoh, agar masyarakat dapat bangkit dari trauma dan tidak terjerumus dalam keterpurukan.

[194] Emile Durkheim, *The Elementary Forms Of Religious Life, Trans*. Joseph Ward Swain (London: George Allen & Unwin, 1915), Book I, Chapter I. Https://Archive.Org/Details/Elementaryformso00durk

### 3. Perspektif Budaya Modern

Budaya populer saat ini telah menjadi salah satu kanal utama dalam membentuk persepsi masyarakat terhadap isu-isu kesehatan mental, termasuk kecemasan. Melalui musik, film, drama seri, hingga media sosial, generasi masa kini menemukan ruang baru untuk mengekspresikan sekaligus menghadapi penderitaan batin yang mereka alami. Salah satu fenomena yang paling menonjol dalam satu dekade terakhir adalah gelombang Korean Pop (K-Pop) dan *Korean Wave* (Hallyu) yang secara global membentuk ekosistem emosional baru, khususnya di kalangan remaja dan dewasa muda.

Dalam konteks K-Pop, tidak sedikit grup musik yang secara terbuka mengangkat tema-tema seperti kecemasan, depresi, kehilangan, dan perjuangan hidup melalui lirik-lirik lagu mereka. Grup terkenal, BTS (Bangtan Sonyeondan), misalnya, dalam lagu-lagu seperti *"The Last", "Love Yourself", "We are Bulletprof: Eternal", "Mic Drop", "Magic Shop", "Not Today", "Blue & Grey"*, dan "*Epiphany*", menyampaikan pesan emosional yang menggambarkan tekanan hidup, krisis eksistensial, hingga proses penerimaan, menghargai dan mencintai diri. Lirik-lirik ini merefleksikan keresahan kolektif generasi muda yang hidup dalam bayang-bayang tekanan akademik, sosial, dan ekspektasi keluarga. Dalam konteks ini, musik berfungsi lebih dari sekadar hiburan, ia menjadi medium katarsis, tempat di mana para pendengarnya menemukan resonansi emosional serta validasi atas perasaan mereka sendiri.[195]

[195] Blue & Grey (Song) Di Wikipedia: Https://En.Wikipedia.Org/Wiki/Blue_%26_Grey_(Song)

Tidak hanya melalui musik, drama Korea dan film populer juga kerap menampilkan karakter dengan latar trauma, krisis identitas, atau gangguan psikologis lainnya, yang kemudian dipulihkan melalui dukungan sosial, refleksi diri, atau bahkan spiritualitas dalam bentuk sekuler. Representasi semacam ini membuka ruang bagi audiens untuk melihat cerminan dinamika batin mereka sendiri dalam narasi yang menyentuh dan relevan.[196]

Lebih jauh, media sosial telah memperkuat tren global budaya "*healing*". Istilah-istilah seperti *self-healing, self-harm, toxic relationship, burnout*, hingga *mental breakdown* kini menjadi bagian dari bahasa sehari-hari. Berbagai unggahan bertema motivasi, kutipan penyemangat, hingga konten estetika penyembuhan seperti video alam, *journaling*, atau gaya hidup lambat (*slow-living*) menjadi ekspresi kolektif dalam mencari ketenangan jiwa. Komunitas daring pun bermunculan sebagai *safe space* (ruang aman) di mana para anggotanya bisa saling menyemangati, berbagi pengalaman kecemasan, dan memperoleh dukungan emosional.[197]

Namun demikian, meskipun budaya populer dapat berfungsi sebagai katup emosional yang efektif, ia juga menyimpan sisi paradoks. Kecenderungan untuk mencari pelarian melalui hiburan atau visualisasi emosional terkadang tidak menyentuh akar persoalan psikologis yang lebih dalam. Tidak sedikit individu yang merasa terhibur, tetapi tidak benar-benar pulih. Fenomena "*healing*"

[196]Teen Vogue, "How K‑Pop Stars Are Leading Mental Health Conversations," Https://Www.Teenvogue.Com/Story/How-K-Pop-Stars-Are-Leading-Mental-Health-Conversations-Aapi.

[197] Siti Nur Rofiah Et Al., "Netnography Study Of Mental Health Disorder Discussion In The K-Pop Music Video Among Youtube Users," Jurnal Riset Sosial Dan Humaniora, Vol. 3 No. 4 (2023). Https://Www.Researchgate.Net/Publication/378462482.

seringkali menjadi semacam kosmetik emosional memberi ketenangan sesaat tanpa benar-benar membentuk ketangguhan spiritual atau keutuhan batin yang mendalam.[198]

Di sinilah QS. al-Baqarah/2: 155 menjadi penyeimbang yang esensial. Ayat ini tidak hanya mengakui eksistensi penderitaan seperti rasa takut, kelaparan, dan kehilangan tetapi juga memaknai semuanya sebagai bagian dari ujian ilahi. Penyebutan khauf di awal ayat mencerminkan kenyataan psikologis bahwa penderitaan batin seringkali muncul lebih dahulu daripada penderitaan fisik. Akan tetapi, respons yang ditawarkan al-Qur'an bukanlah pelarian, melainkan *ṣabr* (kesabaran) aktif yang menjadi bentuk *coping mechanism* dalam perspektif Qur'ani. Kesabaran dalam Islam bukanlah pasif atau menyerah, melainkan melibatkan kesadaran, penerimaan, dan pengharapan.

Dengan demikian, penulis mengamati bahwa budaya populer dapat diibaratkan sebagai ruang yang mengakui dan menyuarakan luka batin, sementara al-Qur'an hadir sebagai jalan penyembuhan yang memberi makna. Ketika masyarakat modern cenderung larut dalam pelarian emosional yang bersifat instan, al-Qur'an menawarkan pendekatan yang lebih mendalam dan mengajarkan bahwa ujian merupakan bagian dari perjalanan spiritual menuju kematangan jiwa. Dalam perspektif ini, nilai-nilai al-Qur'an dan budaya populer sebenarnya tidak perlu dipertentangkan, melainkan bisa saling melengkapi. Budaya populer menjadi ruang untuk merasakan dan mengungkapkan, sementara al-Qur'an memberikan arah untuk memaknai dan menyembuhkan.

---

[198] Jennie Tan, *The Cosmetic Of Healing: Social Media And Aesthetic Coping Culture*, Digital Mental Health Studies Journal, 2022.

**4. Perspektif Teologis**

Menurut al-Ṭabarī, ayat ini merupakan pemberitahuan dari Allah kepada para pengikut Rasulullah Saw bahwa Dia akan menguji mereka dengan ujian yang berat, guna mengetahui siapa yang tetap setia mengikuti Rasul dan siapa yang berpaling darinya. Dalam tafsirnya dijelaskan bahwa dunia adalah tempat ujian dan cobaan, dan Allah memerintahkan hamba-Nya untuk bersabar hingga memperoleh kabar gembira berupa pahala surga . Menurut Abu Ja'far, orang yang ditimpa musibah dan mengucapkan kalimat *istirjāʾ* akan memperoleh pahala. Orang-orang yang sabar juga akan mendapatkan *maghfirah* (ampunan). Maghfirah dimaknai sebagai penghapusan dosa dan bukti cinta Allah kepada hamba-Nya. Dialah yang memberikan kekuatan untuk bersabar, menerima ketetapan-Nya, dan pada akhirnya mengaruniakan ampunan serta cinta-Nya. Mereka inilah orang-orang yang mendapat petunjuk, berada di jalan kebenaran, dan mengharapkan rida-Nya.[199]

Menurut al-Qurṭubī, ujian yang disebutkan dalam ayat ini dapat berupa hal-hal yang baik maupun buruk. Beberapa ulama berpendapat bahwa ujian tersebut diturunkan agar menjadi pelajaran bagi generasi setelahnya, sehingga mereka dapat mengetahui bagaimana bersikap ketika menghadapi cobaan. Pendapat lain menyatakan bahwa pemberitahuan tentang ujian ini bertujuan agar manusia memiliki keyakinan terhadap takdir yang menimpanya, sehingga hati mereka menjadi tenang. Solusi yang ditawarkan Allah dalam menghadapi musibah adalah pahala besar yang diberikan kepada orang-orang yang bersabar.

[199] Muḥammad Ibn Jarīr Al-Ṭabarī, *Jāmiʿ Al-Bayān ʿan Taʾwīl Āy Al-Qurʾān*, Jilid 2 (Beirut: Dār Al-Fikr, 2001), h. 679

Sahal bin ‘Abd Allāh al-Tustarī mengatakan, “*Setelah aku membaca firman Allah ‘dan berikanlah kabar gembira kepada orang-orang yang sabar’, maka kesabaran selalu menerangi jalan hidupku*.”[200]

Ibn Kaṡīr menambahkan bahwa orang-orang yang tertimpa musibah lalu menghibur diri mereka dengan kalimat *istirjā’* dan meyakini bahwa diri mereka adalah milik Allah, maka Allah tidak akan menyia-nyiakan amal mereka, bahkan sekecil biji sawi sekalipun. Allah menanamkan keyakinan dalam hati mereka bahwa seluruh makhluk adalah milik-Nya dan akan kembali kepada-Nya, serta membicarakan balasan berupa pahala yang disediakan sebagai imbalan atas kesabaran mereka.[201]

Wahbah al-Zuḥailī menambahkan bahwa Allah menguji hamba-Nya untuk mengetahui kondisi mereka yang diuji, dengan memberikan rasa takut, kelaparan, kehilangan orang tercinta, atau kekurangan harta dan jiwa. Contoh konkret di masa kini misalnya pemutusan hubungan kerja (PHK) atau kegagalan dalam usaha. Musibah-musibah ini mencakup segala hal yang menyakitkan hati, jiwa, harta, maupun keluarga. Namun, Allah memberikan solusi berupa *ṣalāh* (salat), sebagai bentuk pengagungan, pengokohan spiritual, dan pemberian ampunan sebagai kelembutan dan balasan atas kesabaran dan keridaan hamba-Nya menerima takdir-Nya. Melihat konteks historisnya, penduduk Madinah saat itu diuji dengan boikot dari Ahlul Kitab dan orang-orang munafik, serta berbagai fitnah yang menyakitkan. Namun, mereka tetap bersabar. Dalam ayat ini ditegaskan bahwa kenikmatan dunia sering kali datang bersamaan dengan

[200] Al-Qurṭubī, *Al-Jāmi‘ Li Aḥkām Al-Qur’ān*, Juz 2, (Beirut: Dār Al-Kutub Al-‘Ilmiyyah, 2006), h. 407–409.

[201] Ibn Kaṡīr, Tafsīr *Al-Qur’ān Al-‘Aẓīm,* Juz 2, (Beirut: Dār Ṭayyibah, 1999), h. 54

musibah. Maka, tidak ada cara lain dalam menanggung ujian kecuali dengan sabar dan salat. Kesabaran memperkuat tekad dan kemauan untuk menanggung kesulitan, sedangkan salat adalah bentuk permohonan pertolongan kepada Allah. Salat disebut sebagai induk segala ibadah, sarana untuk bermunajat dan mencari perlindungan, sekaligus media yang membawa ketenangan bagi jiwa yang sedang diuji. Nabi sawbersabda: *"Ketenangan tertinggiku kudapatkan dalam salat."*

Apabila seorang mukmin memohon pertolongan melalui salat dan kesabaran, dan keduanya diresapi dengan rasa takut dan syukur kepada Allah, maka segala kesusahan akan terasa ringan. Ia mampu menanggung beban dan menghadapi musibah dengan jiwa yang tenang. Oleh karena itu, Allah memerintahkan dua hal ini sabar dan salat karena keduanya menjadi sumber kekuatan untuk melenyapkan kesedihan dan beban hidup. Ayat ini senada dengan QS. al-Baqarah/2: 45, yang menekankan bahwa sabar merupakan kekuatan mental terbesar dalam menghadapi musibah, sedangkan salat merupakan bentuk ibadah fisik yang paling berdampak terhadap jiwa manusia. Dalam kondisi sulit, Rasulullah Saw pun memilih salat untuk mencari ketenangan dan membaca ayat ini sebagai bentuk perenungan dan permohonan kepada Allah.[202]

Quraish Shihab menjelaskan bahwa ujian adalah bentuk nikmat Allah karena dengannya derajat manusia dapat ditinggikan. Dalam ayat ini memang tidak dijelaskan bentuk ujian secara spesifik, tetapi pada hakikatnya manusia dituntut untuk terus berjuang menghadapi pertarungan antara kebaikan dan keburukan, antara kebenaran dan kebatilan. Setiap ujian menjadi bahan bakar

[202] Wahbah Al-Zuhailī, *Tafsīr Al-Munīr Fī Al-ʿAqīdah Wa Al-Syarīʿah Wa Al-Manhaj*, Jilid 1 (Beirut: Dār Al-Fikr Al-Muʿāṣir, 1991), h. 299.

kehidupan dan mempercepat seseorang dalam mencapai tujuan. Oleh karena itu, ujian harus dimaknai bukan sebagai hukuman, melainkan sarana pembentukan karakter dan peningkatan kualitas diri.[203]

Dari ayat lain yang penulis temukan, bahwa Allah juga menegaskan Dia tidak akan membebani seorang hamba melebihi batas kemampuannya, sebagaimana termaktub dalam QS. al-Baqarah/2: 286: *"Lā yukallifullāhu nafsan illā wus'ahā"* Pernyataan ini memberikan jaminan bahwa setiap ujian sejatinya telah disesuaikan dengan kapasitas hamba yang mengalaminya. Dalam konteks ini, penulis melihat bahwa dua bentuk solusi utama yang ditawarkan al-Qur'an terhadap *anxiety* adalah kesabaran dan salat. Kesabaran disebutkan dalam QS. al-Ma'ārij/70: 5, "*Faṣbir ṣabran jamīlā*," yakni bersabarlah dengan kesabaran yang indah. Ini menunjukkan bahwa kesabaran bukan hanya soal menahan diri, tetapi juga sikap menerima dan tetap tenang dalam menghadapi tekanan batin.

Sedangkan salat, khususnya salat malam (tahajud), disebut dalam QS. al-Muzzammil/73: 20: *"Inna rabbaka ya'lamu annaka taqūmu adnā min ṡuluṡayi al-layl..."* Ayat ini menunjukkan pentingnya salat malam sebagai momen refleksi dan waktu terbaik untuk curhat kepada Allah. Dalam kondisi modern, ketika gangguan kecemasan sering kali muncul akibat tekanan sosial, akademik, dan eksistensial, penulis memandang bahwa salat malam menawarkan ruang yang sunyi, damai, dan menyembuhkan. Sebagai makhluk sosial, manusia memang membutuhkan tempat untuk bercerita, dan Allah adalah sebaik-baiknya tempat kembali.

---

[203] M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan Dan Keserasian Al-Qur'an*, Jilid 1, (Jakarta: Lentera Hati, 2002), h. 365.

Selain salat, dua bentuk ibadah lainnya yang memiliki efek menenangkan secara jiwa dalam Islam adalah zikir dan membaca al-Qur'an. Zikir yang dilakukan dengan penuh kesadaran mampu mengaktifkan ketenangan batin, sebagaimana dinyatakan dalam QS. ar-Ra'd/13: 28, *"Alaa bidzikrillahi tathma'innu al-qulūb"* (ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenang). Begitu pula membaca al-Qur'an, yang oleh Allah disebut sebagai *syifā'* (penyembuh), sebagaimana dalam QS. al-Isrā'/17: 82, "*Wa nunazzilu mina al-Qur'āni mā huwa syifā'un wa raḥmah…"* Hal ini memperkuat keyakinan bahwa penyembuhan dari kecemasan tidak hanya bersifat medis atau psikologis, melainkan juga bersumber dari interaksi spiritual dengan wahyu.

Dalam QS. al-Insyirāḥ/94: 6 disebutkan, "*Fa inna ma'a al-'usri yusrā,"* yang memberikan penguatan bahwa di balik setiap kesulitan pasti ada kemudahan. Penulis meyakini bahwa ayat-ayat tersebut relevan untuk menjawab tantangan *anxiety* di masa kini bukan hanya secara keimanan, tetapi juga sebagai strategi menghadapi tekanan hidup dengan cara yang yang diajarkan al-Qur'an.

Dengan demikian, ajaran al-Qur'an tidak hanya memberikan penjelasan teologis tentang makna di balik ujian dan penderitaan, tetapi juga menawarkan solusi konkret yang dapat dijadikan pegangan dalam menghadapi kecemasan *(anxiety*) di era modern. Kesabaran dan salat bukan sekadar konsep normatif, melainkan sarana aktual dalam membangun ketahanan batin. Dalam tekanan sosial yang semakin kompleks, pada al-Qur'an seperti tawakal, penerimaan terhadap takdir, dan kedekatan spiritual kepada Allah menjadi fondasi penting dalam menyembuhkan luka-luka psikologis manusia modern. al-Qur'an hadir

tidak hanya untuk dibaca, tetapi untuk dijalani menjadi pelita di tengah kegelapan jiwa, sekaligus pelindung yang menenangkan di saat hati dilanda kecemasan yang tak terlihat

# BAB V

# PENUTUP

## A. Kesimpulan

1. Al-Qur'an memandang *anxiety* bukan sekadar gangguan psikologis, tetapi sebagai bagian dari dinamika kehidupan manusia yang diuji oleh Allah Swt. Ayat seperti Q.S. al-Baqarah/2: 155 menunjukkan bahwa rasa takut (*khauf*), kesedihan (*ḥuzn*), kesempitan dada (*ḍayq*), dan kegelisahan (*halūʻa*) merupakan bentuk ujian yang memiliki dimensi edukatif dan keagamaan. Al-Qur'an tidak menafikan keberadaan kecemasan, melainkan mengarahkan manusia untuk mengelolanya melalui pendekatan pendekatan diri kepada Allah seperti *ṣabr* (sabar), *ṣalāh* (shalat), *dhikr* (zikir), dan *tawakkul* (bertawakal) kepada Allah. Dengan demikian, coping mechanism dalam perspektif al-Qur'an berpusat pada penguatan iman, kedekatan dengan Allah, serta kesabaran sebagai fondasi psikologis dalam menghadapi kecemasan.
2. Melalui pendekatan hermeneutika *maʻnā cum maghza*, ayat-ayat al-Qur'an yang berkaitan dengan kecemasan dianalisis tidak hanya pada aspek kebahasaan dan historis, tetapi juga dimaknai secara kontekstual sesuai realitas kontemporer. *Maʻnā al-tārīkh*ī dari ayat-ayat tersebut menggambarkan kondisi umat terdahulu yang mengalami tekanan psikososial dan spiritual. Sementara itu, *maghzā al-mutaḥarrik al-muʻāṣir* menuntut pemaknaan yang dinamis dan relevan dengan problematika

modern, di mana *anxiety* muncul sebagai respons terhadap tekanan hidup, krisis identitas, isolasi sosial, dan dampak budaya digital. Dengan demikian, al-Qur'an tetap aktual sebagai pedoman penyembuhan jiwa (*syifā' li mā fī al-ṣudūr*), karena memberikan orientasi spiritual dan makna hidup yang mampu menenangkan hati manusia di tengah badai kecemasan zaman.

## B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, penulis memberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi akademisi dan peneliti, pendekatan *ma'na cum maghza* dapat digunakan sebagai metode alternatif dalam kajian tematik al-Qur'an untuk menghubungkan pesan ayat dengan konteks kekinian secara dinamis dan sistematis. Penelitian lebih lanjut dapat dilakukan terhadap ayat-ayat lain yang berhubungan dengan problematika psikologis, sosial, atau budaya kontemporer.
2. Bagi praktisi psikologi dan keagamaan, integrasi nilai-nilai al-Qur'an seperti kesabaran dan salat dapat dijadikan sebagai bagian dari pendekatan holistik dalam membantu pasien yang mengalami gangguan kecemasan.
3. Bagi masyarakat umum, penting untuk menyadari bahwa kecemasan bukanlah sesuatu yang tabu atau aib, melainkan bagian dari ujian kehidupan yang dapat dihadapi dengan ketenangan hati dan pendekatan iman. Membiasakan salat malam, memperdalam makna sabar, dan

memahami ayat-ayat al-Qur’an secara tematik dapat menjadi bentuk ikhtiar dalam menjaga kesehatan mental secara keimanan.