

ABSTRAK

Dody Aswari, 1401451623, *Manfaat Membaca al-Qur'an terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa Program Khusus Ulama Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin*. Skripsi Jurusan Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin dan Humaniora, 2018, Pembimbing: (1) Dra. Mulyani M,Ag (2) Mubarak, MA

Kata Kunci: Manfaat, Membaca al-Qur'an, Kesehatan Mental

Skripsi ini membahas tentang manfaat membaca al-Qur'an terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa PKU Putra UIN Antasari Banjarmasin. Membaca al-Qur'an sangat berpengaruh positif bagi kesehatan mental, hal ini didalam al-Qur'an terkandung ayat-ayat penyembuh dan penenang jiwa seperti yang diterangkan oleh surah al-Israa' dan Yunus yaitu al-Qur'an merupakan penawar dan penyembuh dari berbagai penyakit yang berada didalam dada manusia, ketika kita menghadapi suatu masalah maka dengan membaca al-Qur'an akan membuat seseorang menjadi tenang jiwanya. Selaras dengan wawancara yang dilakukan peneliti bahwa membaca al-Qur'an dapat menyebabkan seseorang menjadi tenang jiwanya, serta menjadi teratur dalam kehidupannya. Membaca al-Qur'an merupakan faktor yang sangat berperan dalam menciptakan suasana hati yang tenang dan tentram. Dari latar belakang itulah maka penulis tertarik untuk meneliti terkait manfaat membaca al-Qur'an terhadap kesehatan mental mahasiswa PKU UIN Antasari Banjarmasin.

Jenis penelitian ini adalah penelitian lapangan dengan kriteria subjek yaitu yang melakukan aktivitas membaca al-Qur'an mahasiswa PKU Putra UIN Antasari Banjarmasin. Kriteria subjek yaitu salah satu mahasiswa PKU Putra yang berada disemester tiga dan lima. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif, teknik pengumpulan data yang digunakan adalah wawancara semi terstruktur dan observasi non partisipan dengan subjek yang berjumlah delapan orang.

Berdasarkan hasil penelitian disimpulkan bahwa manfaat membaca al-Qur'an terhadap kesehatan mental pada mahasiswa PKU Putra UIN Antasari Banjarmasin adalah dapat menimbulkan perasaan yang tenang dan tentram sehingga mahasiswa PKU Putra lebih tenang dalam menghadapi permasalahan. Dari beberapa subjek yang diambil sebagai penelitian, mereka memiliki persamaan yaitu hampir rata-rata dari mereka membaca al-Qur'an setelah sholat subuh dan keunikan dari masing-masing subjek yaitu sebagian besar dari mereka ingin menjadi qori al-Qur'an sehingga itu memotivasi ia dalam membaca al-Qur'an. Dari hasil observasi dan wawancara yang dilakukan peneliti ditemukan bahwa masih belum ada yang maksimal dalam membaca al-Qur'an karena terkendalanya waktu saat kuliah, rasa malas, dan pengaruh lingkungan. Faktor yang mempengaruhi manfaat membaca al-Qur'an terhadap kesehatan mental adalah faktor lingkungan karena lingkungan begitu juga dengan faktor keluarga, teman-teman dimana tanpa semangat dan dukungan dari mereka ia menjadi semangat membaca al-Qur'an.