

## ABSTRAK

**Ardiansyah, 170104020158**, “Solusi Al-Qur’an Terhadap Problematika Kecemasan Menurut M. Quraish Shihab”, Skripsi 2022, Pembimbing (1) Dra. Mulyani, M.Ag dan Pembimbing (2) H. Muhammad Arabiy, M.A.

Kata kunci: *Al-Qur’an, Kecemasan, Solusi*

Kecemasan merupakan perasaan yang pasti pernah dirasakan oleh setiap orang. Perasaan ini adalah perasaan yang wajar dialami oleh seseorang, akan tetapi jika kecemasan ini hinggap cukup lama pada manusia, maka akan menyebabkan suatu gangguan kejiwaan atau biasa dikenal dengan keabnormalan. Kecemasan yang cukup lama akan menghilangkan kemampuan untuk merasa bahagia.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memberikan informasi mengenai solusi untuk mengatasi gangguan kecemasan menurut M. Quraish Shihab kepada orang-orang melalui sudut pandang Al-Qur’an

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode kualitatif, jenis penelitian ini adalah *library research* (penelitian kepustakaan). Penyajian tafsirnya dengan pendekatan tafsir tematik, dengan metode penafsiran yang mencari jawaban langsung dari Al-Qur’an tentang sebuah persoalan (tema) dengan jalan menginventarisasi serta mengidentifikasi ayat-ayat yang berkaitan dengan kecemasan.

Sebagai kitab suci umat Islam dan juga pedoman hidup, Al-Qur’an melingkupi segala macam aspek termasuk kesehatan, baik kesehatan jasmani maupun rohani (jiwa). Dalam menghadapi problematika gangguan kejiwaan terkhusus gangguan kecemasan Al-Qur’an juga memiliki solusi untuk mengatasi atau menghadapinya yaitu dengan cara berzikir (mengingat-Nya) menurut M. Quraish Shihab ada beberapa cara untuk berzikir kepada Allah contohnya seperti memperkuat keimanan, berinteraksi dengan Al-Qur’an, sholat dan berdo’a.