

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Al-Qur'an merupakan kitab suci dan sumber utama ajaran Islam yang berfungsi sebagai petunjuk bagi seluruh manusia. Selain itu, Al-Qur'an juga sebagai solusi dalam menghadapi segala bentuk ujian yang menimpa. Begitu juga dengan penyakit yang ada di dalam diri manusia, Al-Qur'an dapat menjadi penyembuh atas segala penyakit, sebagaimana dalam Q.S. Yûnus/12: 57:

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

*Wahai manusia, sungguh telah datang kepadamu pelajaran (Al-Qur'an) dari Tuhanmu, penyembuh bagi sesuatu (penyakit) yang terdapat dalam dada, dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang mukmin.*¹

Penyebutan kata “dada” diartikan dengan hati, dan hal itu menunjukkan bahwa wahyu-wahyu Ilahi itu berfungsi menyembuhkan penyakit-penyakit ruhani. Di dalam Al-Qur'an, hati ditunjukkan sebagai wadah yang menampung rasa cinta dan benci, berkehendak dan menolak. Bahkan hati dinilai mampu melahirkan ketenangan ataupun kegelisahan.²

Kemudian, selain menjadi petunjuk dan penyembuh, Al-Qur'an itu relevan di sepanjang zaman. Al-Qur'an tidak ketinggalan zaman, sehingga tidak ragu untuk selalu mempelajari dan menjadikannya sebagai pedoman dalam segala aspek kehidupan. Berkenaan dengan hal ini, ada istilah yang sedang populer di

¹Al-Qur'an dan Terjemahannya.

²Umar Latif, “Al-Qur'an Sebagai Sumber Rahmat dan Obat Penawar (*Syifâ'*) Bagi Manusia,” *Jurnal al-Bayan* 21, no. 30 (Juli 2014): 82.

kalangan masyarakat modern, yaitu *healing* atau *self healing*. Istilah tersebut memang banyak diperbincangkan oleh masyarakat Indonesia terutama di sosial media,³ seperti di postingan WhatsApp, Facebook, Twiter, Instagram dan lain sebagainya yang sangat mudah ditemukan.⁴ Populernya istilah *self healing* seolah menggambarkan kebutuhan jutaan manusia di tengah problematika kehidupan untuk menghilangkan stres.⁵

Menurut psikolog klinis dan forensik A. Kasandrawati, fenomena penggunaan istilah *self healing* yang semakin marak ini bisa jadi karena masyarakat lebih sadar terhadap isu kesehatan mental.⁶ Meskipun sebenarnya kata *healing* dan *self healing* bukan suatu kata yang baru melainkan telah ada sejak lama. *Self healing* dapat diartikan juga sebagai proses penyembuhan luka diri dari luka batin atau mental yang disebabkan oleh berbagai hal.⁷

Self healing digunakan sebagai psikoterapi yang bertujuan untuk memberikan penyembuhan pada penderita sakit mental. *Self healing* sendiri merupakan fase yang diterapkan pada proses pemulihan atau penyembuhan yang didorong dan diarahkan sendiri secara naluriah dari gangguan psikologis.⁸ *Self healing* merupakan salah satu metode yang cukup mendapatkan perhatian karena

³Annisa Mutohharoh, “*Self Healing*: Terapi Atau Rekreasi?,” *JOUSIP: Journal Of Sufism And Psychotherapy* 2, no. 1 (Mei 2023): 73.

⁴Adrianus Koban, “*Self Healing* Bukan Sekedar Status Medsos,” diakses 8 Maret 2023, <https://thecolumnist.id/artikel/self-healing-bukan-sekedar-status-medsos-2101>.

⁵CNN Indonesia, “Tipu-Tipu Dunia Healing Sambil Traveling,” diakses 8 Maret 2023, <https://www.cnnindonesia.com/gaya-hidup/20220819233942-277-836800/tipu-tipu-dunia-healing-sambil-traveling>.

⁶Faisal Rachman, “*Self Healing* Bukan Sekedar Liburan,” diakses 8 Maret 2023, <https://validnews.id/kultura/self-healing-bukan-sekedar-liburan>.

⁷Eka Alisa Putri, “Tren Konten *Self Healing* Sembuhkan Luka Batin, Benarkah Itu yang Kita Perlukan?,” diakses 8 Maret 2023, <https://www.pikiran-rakyat.com/gaya-hidup/pr-012604032/tren-konten-self-healing-semuhkan-luka-batin-benarkah-itu-yang-kita-perlukan>.

⁸Mutohharoh, “*Self Healing*: Terapi Atau Rekreasi?,” 76.

dianggap dapat membantu seseorang untuk mengendalikan atau mengeluarkan emosi juga amarah dan sebagai upaya agar mental sehat dan dapat terjaga dengan baik.⁹

Berdasarkan survei yang dilakukan oleh Perhimpunan Dokter Spesialis Kedokteran Jiwa Indonesia (PDSKJI), 68% masyarakat di Indonesia mengaku khawatir, 67% lainnya mengalami depresi, dan sisanya 77% mengalami trauma psikologis imbas COVID-19. Bahkan ada yang berniat bunuh diri.¹⁰ Survei ini melibatkan 1.522 responden dan paling banyak adalah perempuan 76,1% dengan usia minimal 14 tahun dan maksimal 71 tahun.¹¹ Melihat dari fenomena yang ada, maka dari itu sangat penting untuk melakukan *self healing* (penyembuhan diri) untuk mencegah sesuatu yang tidak diinginkan terjadi.

Self healing dapat diterapkan dalam bentuk praktik individu atau melalui bimbingan secara terstruktur seperti pelatihan. *Self healing* juga bisa dimodifikasi secara komprehensif oleh seseorang dan kemudian diajarkan kepada individu-individu lain. Pengembangan pelatihan *self healing* bisa bervariasi. Beberapa praktik terkadang memasukkan elemen-elemen pengaya seperti sisi spiritual, pembersihan jiwa, gerak fisik, bela diri, dan sebagainya.¹²

Selanjutnya, penelitian mengenai *self healing* ini sebenarnya sudah cukup banyak bermunculan di antaranya ialah sebuah skripsi yang berjudul "*Self*

⁹M. Anis Bachtiar dan Aun Falestein Falein Faletehan, "*Self Healing* Sebagai Metode Pengendalian Emosi," *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi*, 2021, 42.

¹⁰Monalisa Nataly, "*Self Healing Therapy* Sebagai Bentuk Aksi Nyata Jaga Kesehatan Mental," diakses pada 3 Agustus 2022, <https://health.detik.com/berita-detikhealth/d-5975434/self-healing-therapy-sebagai-bentuk-aksi-nyata-jaga-kesehatan-mental>.

¹¹Annissa Mutia, "Survei: 68% Orang Depresi Akibat Covid-19," diakses 8 Maret 2023, <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2021/06/17/survei-covid-19-mengganggu-kesehatan-jiwa-68-orang-depresi>.

¹²Bachtiar dan Faletehan, "*Self Healing* Sebagai Metode Pengendalian Emosi," 42–43.

Healing dalam Al-Qur'an (Analisis Psikologi dalam Surat Yûsuf)", oleh Afni Mulyani Harefa dari Jurusan Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir, Fakultas Ushuluddin, Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah, Jakarta, tahun 2022. Pada skripsi ini, pendekatan yang digunakan ialah pendekatan kontekstual sehingga menemukan metode penyembuhan diri (*self healing*) dalam perspektif Al-Qur'an yang diambil dari kisah Nabi Yûsuf as. yang telah menghadapi suatu situasi yang tidak menyenangkan. Mulai dari sikap yang diambil Nabi Yûsuf as. ketika dijerumuskan ke dalam sumur oleh saudara-saudaranya, hingga menghadapi keadaan yang buruk berupa ancaman penjara atau memenuhi ajakan istri al-'Aziz (Zulaikha) yang menaruh hati karena ketampanannya, akhirnya ia memilih di penjara dengan ikhlas daripada ia melakukan suatu hal yang dapat mendatangkan murka Allah.¹³

Kemudian, ada juga tesis yang berjudul "Menjaga Kesehatan Mental dengan *Self Healing* (Studi Analisis Tafsir *Maqâshidî*)" oleh Nor Zakiah, Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir, Fakultas Ushuluddin dan Dakwah, Institut Ilmu Al-Qur'an (IIQ), Jakarta tahun 2022. Pada tesis ini, telah menguatkan argumen bahwa *self healing* dapat menjadi suatu cara untuk membuat mental tetap terjaga dengan baik dan pendekatan tafsir yang digunakan ialah pendekatan *maqâshidî* karena menurut penulisnya pendekatan tersebut bersifat moderat dengan tetap menjaga teks tetapi juga berusaha memahami *maqâshid* yang terkandung dalam

¹³Afni Mulyani Harefa, "*Self Healing* dalam Al-Qur'an (Analisis Psikologi dalam Surat Yûsuf)" (Skripsi, Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta, Fakultas Ushuluddin, Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir, 2022), 75–87.

teks, serta menghubungkan antara teks dengan konteks (*kontektualis-maqâshidî*) dan cara menemukan relevansi *maqâshidî* dan dinamikanya di era modern.¹⁴

Kedua penelitian di atas memiliki kontribusi besar dalam penelitian kali ini, dimulai dari pemahaman mengenai *self healing* dan juga metode dalam melakukan *self healing*. Adapun penelitian ini, akan memberikan tambahan pengetahuan mengenai cara penyembuhan diri (*self healing*) yang juga bersumber dari Al-Qur'an melalui sudut pandang lain seorang mufassir Indonesia, yaitu Teungku Muhammad Hasbi ash-Shiddieqy yang tertuang dalam Tafsir An-Nûr, kemudian menganalisis penafsiran tersebut dengan menggunakan pendekatan psikologi.

Hasbi ash-Shiddieqy bernama lengkap Teungku Muhammad Hasbi ash-Shiddieqy (selanjutnya nama ini diringkas menjadi Hasbi ash-Shiddieqy) merupakan seorang ulama, cendekiawan muslim, ahli ilmu fikih, hadis, tafsir Al-Qur'an, ilmu kalam dan juga tema-tema yang sifatnya umum.¹⁵ Hasbi juga adalah penulis yang produktif dan pembaharu yang terkemuka dalam berdakwah terhadap umatnya untuk kembali pada Al-Qur'an dan *Sunnah* Rasulullah saw.¹⁶

Hasbi ash-Shiddieqy memang bukanlah seorang psikolog atau konselor, bahkan dalam karyanya tidak ditemukan pembahasan mengenai psikologi ataupun *self healing* secara spesifik, hanya saja dalam salah satu karyanya yang berjudul *Pedoman Zikir dan Doa*, tertulis pada bagian latar belakang buku tersebut

¹⁴Nor Zakiah, "Menjaga Kesehatan Mental Dengan *Self Healing* (Studi Analisis Tafsir Maqâshidî)" (Tesis, Institut Ilmu Al-Qur'an (IIQ) Jakarta, Pascasarjana Magister (S2), Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir, 2022), 32.

¹⁵Teungku Muhammad Hasbi ash-Shiddieqy, *Tafsir Al-Qur'anul Majid An-Nûr*, vol. 1 (Semarang: Pustaka Rizki Putra, 2000), xvii–xviii.

¹⁶Dewan Redaksi Ensiklopedi Islam, *Ensiklopedi Islam*, vol. 2 (Jakarta: Ichtiar Baru Van Hoeve, 1997), 94.

bahwasanya ada amalan-amalan yang dapat dijadikan penawar bagi hati dan jiwa, sehingga hilang lah perasaan gelisah dan risau dalam hati. Buku tersebut Hasbi susun agar dijadikan pedoman bagi kawan-kawannya dalam tawanan yang saat itu sedang berada di bawah tekanan revolusi sosial di Aceh.¹⁷

Kemudian memandang pada salah satu karya Hasbi di bidang tafsir adalah tafsir An-Nûr dengan menggunakan metode *tahlilî* (analitis) dalam menafsirkan ayat-ayat Al-Qur'an. Corak penafsirannya yakni *adabî ijtimâ'î*. Hal ini bisa dilihat dari latar belakang penulisan Tafsir An-Nûr. Pada waktu itu Hasbi mencoba menjawab permasalahan-permasalahan sosial yang ada dalam bentuk Kitab Tafsir.¹⁸

Sebagaimana yang telah diketahui, di antara tujuan dari *self healing* ialah untuk mendapatkan kebahagiaan dan ketenangan dalam hidup.¹⁹ Adapun mengenai hal ini sebagaimana yang telah disinggung dalam Al-Qur'an seperti pada Q.S. al-Ra'du/13: 28 Allah swt. berfirman:

الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram.²⁰

Berdasarkan ayat di atas dapat diketahui bahwa segala kesedihan dan kekhawatiran ataupun kecemasan yang dirasakan dapat hilang hanya dengan

¹⁷Hasbi ash-Shiddieqy, *Pedoman Dzikir dan Do'a* (Jakarta: PT. Bulan Bintang, 1956), 5.

¹⁸Neny Muthi'ah Awwaliyah, "Mengenal Tafsir An-Nûr Karya Muhammad Hasbi ash-Shiddieqy," diakses 13 September 2022, <https://tafsiralquran.id/mengenal-tafsir-an-nur-karya-muhammad-hasbi-ash-shiddieqy/>.

¹⁹Muhammad Panji Asmoro dan Tatiana Siregar, *Terapi Self Healing Menggunakan Metode Expressive Writing Terapy Untuk Mengatasi Stres Kerja Perawat* (Sukoharjo: Pradina Pustaka, 2022), 27.

²⁰Al-Qur'an dan Terjemahannya.

mengingat Allah. Menurut Hasbi ash-Shiddieqy dalam tafsir An-Nûr bahwa dengan mengingat Allah maka kita akan mendapatkan ketenangan jiwa karena limpahan nûr iman.²¹

Berangkat dari hal itu, menurut peneliti kitab ini dapat digunakan dalam menafsirkan ayat-ayat *self healing* yang sekarang begitu sering diperbincangkan oleh masyarakat. Sejatinya *self healing* itu menjadi dampak dari tumbuhnya kesadaran di tengah masyarakat terkait pentingnya kesehatan mental dan memulihkan diri dengan berbagai klaim *healing* demi menghilangkan kelelahan mental dari aktivitas yang dilakukan sehari-hari maupun beban hidup yang tengah dihadapi. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian dengan judul: “*Self Healing* dalam Al-Qur’an (Studi Penafsiran Teungku Muhammad Hasbi ash-Shiddieqy dalam Tafsir An-Nûr)”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah yang akan menjadi fokus pembahasan ialah, bagaimana penafsiran Hasbi ash-Shiddieqy terhadap ayat-ayat *self healing* dalam Tafsir An-Nûr?

C. Tujuan dan Signifikansi Penelitian

Tujuan dari penelitian ini, ialah untuk mengetahui penafsiran Hasbi ash-Shiddieqy dalam Tafsir An-Nûr tentang ayat-ayat *self healing*. Adapun signifikansi penelitian ini, yaitu:

²¹Teungku Muhammad Hasbi ash-Shiddieqy, *Tafsir Al-Qur’anul Majid An-Nûr*, vol. 2 (Semarang: Pustaka Rizki Putra, 2000), 456.

1. Secara teoritis, penelitian ini dapat menambah keilmuan dan wawasan terkait ayat-ayat Al-Qur'an yang dapat menyembuhkan bukan hanya dari segi fisik saja, tetapi juga dari segi kejiwaan. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan dapat berguna sebagai bahan acuan, referensi dan lainnya bagi pengembang penelitian sejenis di masa depan.
2. Secara praktis, penelitian ini ditujukan agar umat manusia dapat menerapkannya dalam proses penyembuhan pada gangguan atau penyakit kejiwaan.

D. Definisi Operasional

Untuk menghindari kesalahpahaman dalam skripsi ini, khususnya masalah yang diteliti, maka perlu adanya definisi operasional untuk memberikan penjelasan tentang pengertian yang terkandung dalam judul skripsi ini, yaitu:

Penafsiran atau tafsir artinya penerangan ayat-ayat Al-Qur'an dengan menjelaskan makna-makna ayat²² yang diungkapkan secara global dan memperjelas ayat-ayat yang sulit dipahami agar dapat memahami, menghayati dan mengamalkannya dalam kehidupan dari ayat yang Allah firmankan.²³ Pada penelitian ini penafsiran yang dimaksudkan ialah penjelasan atau penerangan Hasbi ash-Shiddieqy terhadap ayat-ayat *self healing* dalam Tafsir An-Nûr.

Self healing berasal dari bahasa Inggris yang terdiri dari dua kata yaitu *self* dan *healing*. *Self* yang berarti diri dan *healing* berarti penyembuhan atau

²²Abdullah Karim, *Tafsir Ayat-Ayat Akidah*, Cet. 1 (Depok: Rajawali Pres, 2019), 3.

²³Karim, 5.

menyembuhkan.²⁴ Adapun teknik penyembuhan dengan cara *self healing* ini bukan hanya dari segi fisik lahiriah saja tetapi juga aspek batiniah merawat kesehatan secara menyeluruh. Adapun *self healing* yang dimaksud pada penelitian ini ialah suatu teknik penyembuhan tanpa menggunakan obat-obatan, tetapi dengan melakukan pengelolaan hati dan perasaan (*me-manage* keduanya) dengan menggunakan petunjuk Al-Qur'an untuk menyembuhkan segala penyakit mental atau gangguan kejiwaan. Petunjuk Al-Qur'an yang dimaksud adalah dengan menggali penafsiran Hasbi ash-Shiddieqy dalam kitabnya Tafsir An-Nûr.

Hasbi ash-Shiddieqy adalah ulama, ahli fikih, ahli tafsir Al-Qur'an, ahli hadis, dan akademisi Indonesia yang cukup banyak menghasilkan karya-karya. Tafsir An-Nûr merupakan salah satu karya Hasbi ash-Shiddieqy yang paling monumental.

E. Penelitian Terdahulu

Penelitian terdahulu mengenai permasalahan yang berhubungan dengan tema penelitian ini, disajikan dengan pemaparan yang ringkas. Berikut beberapa penelitian terdahulu yang dimaksud, antara lain:

1. Tesis yang berjudul “Menjaga Kesehatan Mental dengan *Self Healing* (Studi Analisis Tafsir *Maqâshidî*)” oleh Nor Zakiah, Institut Ilmu Al-Qur'an (IIQ) Jakarta tahun 2022. Tesis ini membahas mengenai *Self Healing* yang dapat menjaga kesehatan mental seseorang dengan

²⁴Staf Bahasa Infra, *Kamus Super Lengkap Bahasa Inggris* (Jakarta: Infra Pustaka, 2013), 60.

pendekatan tafsir *Maqâshidî*, yang menurut penulisnya, suatu metode tafsir yang bersifat moderat.

2. Skripsi yang berjudul “*Self Healing* dalam Al-Qur’an (Analisis Psikologi dalam Surat Yûsuf)”, oleh Afni Mulyani Harefa Jurusan Ilmu Al-Qur’an dan Tafsir Fakultas Ushuluddin, Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta tahun 2022. Skripsi ini membahas *self healing* dengan menggunakan kacamata ilmu psikologi dengan berfokus pada kisah Nabi Yûsuf as. dalam surat Yûsuf sebagai metode *self healing* dalam Al-Qur’an.
3. Skripsi yang berjudul “Keautentikan Tafsir An-Nûr Karya Muhammad Hasbi ash-Shiddieqy”, oleh M. Nursalim Jurusan Tafsir Hadits Fakultas Ushuluddin Institut Agama Islam Negeri Raden Intan Lampung tahun 2017. Skripsi ini memberikan sanggahan mengenai anggapan bahwa Tafsir An-Nûr karya Muhammad Hasbi ash-Shiddieqy ini merupakan plagiat dari tafsir al-Marâghi dengan mengemukakan ada perbedaan dari kedua tafsir ini, meski tidak dapat dipungkiri bahwa keduanya juga memiliki kesamaan karena tafsir Al-Marâghi memang merupakan salah satu dari sekian banyak kitab tafsir yang dijadikan sumber rujukan oleh Hasbi ash-Shiddieqy dalam menafsirkan Al-Qur’an.
4. Jurnal yang berjudul, “Komunikasi Spiritual Sebagai Kajian Interdisipliner Antara Aspek Keagamaan, Ilmu Kesehatan dan Sains: Studi Tentang *Self Healing*” karya Salisah. Jurnal ini fokus membahas tentang *self healing*

dengan komunikasi spiritual yang sesuai dengan metode-metode terapi psikis yang dikembangkan pada era modern ini.

5. Jurnal yang berjudul “Metode *Self Healing* dalam Kitab *Minhâjul ‘Âbidîn Imam Al-Gazali*”, oleh Andri Yulian Christyanto, Universitas Ibnu Khaldun tahun 2021. Jurnal ini membahas metode *self healing* yang diadopsi dari kitab *Minhâjul ‘Âbidîn* karya Imam al-Gazali secara terstruktur dalam menghadapi stres atau permasalahan psikologi ringan yang sering kita temukan di masa ini.

Berdasarkan beberapa penelitian di atas, penelitian ini berbeda dengan penelitian sebelumnya. Dalam penelitian ini secara khusus akan membahas tentang penafsiran Hasbi ash-Shiddieqy dalam Tafsir An-Nûr tentang ayat-ayat *self healing* dalam Al-Qur’an.

F. Metode Penelitian

Berikut metode, jenis penelitian, jenis pendekatan, sumber data, teknik pengumpulan dan teknik analisis data dalam penelitian ini, yaitu:

1. Metode

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode *maudhû’î*, yaitu suatu metode penafsiran ayat-ayat Al-Qur’an yang mempunyai satu sasaran dengan cara mengumpulkannya dan menyusunnya berdasarkan urutan diturunkannya ayat tersebut jika memungkinkan, kemudian menjelaskan, memberi komentar dan memberi konklusi.²⁵ Penggunaan

²⁵Abdullah Karim, *Tafsir Ayat-Ayat Akidah*, 22.

metode tafsir *maudhû'î* dirasa lebih tepat untuk diterapkan untuk menjawab persoalan yang ada di kalangan masyarakat sekarang. Adapun dalam penelitian ini mengangkat tema *self healing* yang banyak bermunculan di media sosial dan diperbincangkan oleh masyarakat modern. Adapun ayat-ayat yang berkaitan dengan *self healing* dalam Al-Qur'an, yaitu:

- a. Al-Anbiyâ'/71/21: 88
- b. Al-Baqarah/87/2/:153
- c. Al-Ra'du/96/13: 28

2. Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian literatur atau penelitian kepustakaan (*library research*) yang merupakan hasil dari kumpulan data literatur atau kepustakaan yang terkait dengan fokus masalah yang diteliti untuk menggali teori dan konsep yang telah didapatkan oleh peneliti sebelumnya.²⁶

3. Jenis Pendekatan

Adapun jenis pendekatan dalam penelitian ini ialah pendekatan psikologi. Maksudnya, pada penelitian ini akan menggunakan sudut pandang ilmu psikologi dalam melihat jiwa manusia. Kemudian, Al-Qur'an di samping membahas hal fisik dan biologis manusia, juga membahas tentang jiwa (psikis) manusia. Alasan penelitian ini dilakukan dengan pendekatan psikologi yaitu agar memperoleh gambaran mendalam mengenai *self healing* dengan mengintegrasikan isi Al-Qur'an berdasarkan Tafsir An-Nûr karya Hasbi ash-Shiddieqy dengan ilmu psikologi.

²⁶Rahmadi, *Pengantar Metodologi Penelitian* (Banjarmasin: Antasari Press, 2011), 11.

4. Sumber Data

Agar tercipta karya ilmiah yang dapat dipertanggungjawabkan, maka peneliti menggunakan sumber-sumber data yang sesuai dengan pembahasan dalam penelitian ini. Data pada penelitian ini akan dihimpun dari beberapa sumber data baik sumber data primer sebagai data utama dan sumber data sekunder yang melengkapi dan mendukung dalam penelitian ini, antara lain:

- a. Sumber data primer, berupa kitab *Tafsir Al-Qur'anul Majid An-Nûr* karya Hasbi sh-Shiddieqy serta beberapa karyanya yang lain, buku atau artikel tentang *self healing* secara umum, *self healing* Islami, psikologi, dan tasawuf sebagai ilmu yang paling dekat dengan psikologi agama.
- b. Sumber data sekunder, seperti kitab-kitab tafsir dan literatur lain yang berkaitan dengan tema penelitian juga karya-karya ilmiah lain seperti buku, disertasi, tesis, jurnal dan artikel sehingga dapat mendukung pemahaman dalam penelitian ini.

5. Teknik Pengumpulan Data

Adapun teknik pengumpulan data, yaitu dengan menghimpun ayat-ayat Al-Qur'an yang berkaitan dengan *self healing*, mencari buku-buku dan karya ilmiah atau artikel lain terkait masalah utama yang akan diteliti, berupa buku dan hasil penelitian ilmiah yang berkaitan dengan *self healing* dalam Al-Qur'an dan pemikiran Hasbi ash-Shiddieqy yang termuat dalam Tafsir An-Nûr. Kemudian menyusun data itu menjadi sistematis sehingga mampu menggambarkan dan memahami cara *self healing* dalam Al-Qur'an.

6. Teknik Analisis Data

Dalam menganalisis data permasalahan dari penelitian ini menggunakan metode tematik dengan langkah-langkah sebagai berikut:

- a. Memilih dan menentukan tema yang dibutuhkan oleh masyarakat modern saat ini.
- b. Menentukan, membatasi dan menghimpun beberapa ayat Al-Qur'an yang berhubungan dengan penelitian ini.
- c. Menyusun ayat-ayat Al-Qur'an secara runtut berdasarkan runtut turunnya ayat-ayat tersebut.
- d. Memaparkan makna ayat-ayat Al-Qur'an yang telah dihimpun berdasarkan pandangan Hasbi ash-Shiddieqy dalam Tafsir An-Nûr.
- e. Menganalisa penafsiran Hasbi ash-Shiddieqy dalam Tafsir An-Nûr terhadap ayat-ayat Al-Qur'an yang berkaitan dengan *self healing*, dengan pendekatan psikologi sebagai alat analisis.
- f. Mengambil kesimpulan sebagai jawaban atas masalah yang telah dirumuskan sebelumnya.

G. Sistematika Pembahasan

Sistematika penulisan dapat diartikan sebagai urutan dalam penulisan pada skripsi ini dari awal sampai akhir. Sistematika penulisan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

BAB I Pendahuluan, berisi: Latar Belakang Masalah, Rumusan Masalah, Tujuan dan Signifikansi Penelitian, Definisi Oprasional, Penelitian Terdahulu, Metode Penelitian dan Sistematika Pembahasan.

BAB II *Self Healing*, berisi: Analisis Terminologis *Self Healing*, Macam-macam *Self Healing*, Tujuan dan Manfaat *Self Healing*.

BAB III Hasbi ash-Shiddieqy dan Tafsir An-Nûr, berisi Biografi Hasbi ash-Shiddieqy, Riwayat Pendidikan dan Karir Hasbi ash-Shiddieqy, Karya-Karya Hasbi ash-Shiddieqy, Latar Belakang Penulisan Tafsir An-Nûr, Sistematika Penulisan Tafsir An-Nûr, Metode dan Corak Tafsir An-Nûr.

BAB IV *Self Healing* dalam Al-Qur'an Menurut Hasbi ash-Shiddieqy, berisi Penafsiran Hasbi ash-Shiddieqy dalam Tafsir An-Nûr Tentang Ayat-Ayat *Self Healing* dalam Al-Qur'an dan Analisis Penafsiran Hasbi ash-Shiddieqy dalam Tafsir An-Nûr Tentang Ayat-Ayat *Self Healing*.

BAB V Penutup, berisi Kesimpulan dan Saran.