

**KESEHATAN MENTAL DALAM PERSPEKTIF TAFSIR AL-
AZHAR ANALISIS PENDEKATAN HOLISTIK TERHADAP
PENAFSIRAN AL-QURAN SURAH YUNUS AYAT 57**

SKRIPSI

**OLEH:
FATMAWATI**



**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI
BANJARMASIN
TAHUN 2024 M / 1445 H**

**KESEHATAN MENTAL DALAM PERSPEKTIF TAFSIR AL-
AZHAR ANALISIS PENDEKATAN HOLISTIK TERHADAP
PENAFSIRAN AL-QURAN SURAH YUNUS AYAT 57**

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Ushuluddin dan Humaniora
Sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana
Ilmu Al-Quran dan Tafsir

Oleh:
FATMAWATI
200103020068

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
JURUSAN ILMU AL-QURAN DAN TAFSIR
BANJARMASIN
TAHUN 2024 M / 1445 H**

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Fatmawati
NIM : 200103020068
Tempat/Tanggal Lahir : Kuala Kapuas, 21 Januari 2002
Jurusan/Program Studi : S1- Ilmu Al-Quran dan Tafsir
Fakultas : Ushuluddin dan Humaniora

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar-benar merupakan keaslian karya saya sendiri, bukan merupakan pengambil alihan tulisan orang lain maupun pikiran orang lain dan saya akui bahwa karya tulis ini berdasarkan pikiran saya sendiri. Jika dikemudian hari terdapat pembuktian bahwa karya tulis ini merupakan duplikat, tiruan, plagiat, atau dibuat oleh orang lain secara keseluruhan atau sebagian besar, maka skripsi dan gelar yang diperoleh batal secara hukum.

Banjarmasin, 30 Juni 2024

Yang menyatakan pernyataan ini



Fatmawati



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
ANTASARI BANJARMASIN**

Jalan Jenderal Ahmad Yani Km. 4.5 Banjarmasin 70235
Telepon (0511) 3257627; Faksimili (0511) 3254344;
Website: www.uin-antasari.ac.id; E-mail: info@uin-antasari.ac.id

SURAT KETERANGAN BEBAS PLAGIASI

Nomor 227 / Un. 14/III.3/PP.00.9/06/2024

Yang bertanda tangan di bawah ini, Ketua Prodi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir menerangkan bahwa:

Nama : Fatmawati
NIM : 200103020068
Program Studi : S1 Ilmu Al-Quran dan Tafsir

Adalah benar telah menyusun skripsi dengan judul:

**ANALISIS PENDEKATAN HOLISTIK TERHADAP TAFSIR AL-QURAN SURAH YUNUS
AYAT 57 KESEHATAN MENTAL DALAM PERSPEKTIF TAFSIR AL-AZHAR**

Serta telah bebas plagiasi dengan bukti cek Turnitin sebesar 12%

Demikian surat keterangan ini diberikan agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Banjarmasin, 25 Juni 2024

Ketua Prodi Ilmu Al-Quran dan Tafsir,



Dr. Saputra, MA

HP 198910252019031016

PERSETUJUAN SKRIPSI

**KESEHATAN MENTAL DALAM PERSPEKTIF TAFSIR AL-AZHAR
ANALISIS PENDEKATAN HOLISTIK TERHADAP PENAFSIRAN AL-
QURAN SURAH YUNUS AYAT 57**

Dipersembahkan dan disusun oleh:
Fatmawati
NIM. 200103020068

Telah disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk dapat diajukan kepada tim penguji

Pembimbing I



H. Ibnu Arabi, S.Ag, M.Fil.I

NIP. 197104241997031002

Pembimbing II



Riza Saputra, M.A

NIP: 198910252019031016

Mengetahui,
Ketua Jurusan Ilmu Al-Quran dan Tafsir



Riza Saputra, M.A

NIP: 198910252019031016

Banjarmasin, 30 Juni 2024

PENGESAHAN






KESEHATAN MENTAL DALAM PERSPEKTIF TAFSIR AL-AZHAR
ANALISIS PENDEKATAN HOLISTIK TERHADAP PENAFSIRAN AL-
QURAN SURAH YUNUS AYAT 57

Dipersembahkan dan disusun oleh :

Fatmawati

Nim : 200103020068

Telah diajukan pada tanggal : 17 Juli 2024

Nama	Tim Penguji	Tanda Tangan
1. Dra. Hj. Noor'ainah, M. Fil.I		1. 
2. Dr. Norhidayat, MA		2. 
3. Bashori, M.Ag		3. 
4. Riza Saputra, MA		4. 
5. Muhammad Noor 'Ashry, M.Ag		5. 

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora

Antasari Banjarmasin



ABSTRAK

Fatmawati , 2024. *“Kesehatan Mental Dalam Perspektif Tafsir Al-Azhar Analisis Pendekatan Holistik Terhadap Penafsiran Al-Quran Surah Yunus Ayat 57”*. Program Studi Ilmu Al-Quran dan Tafsir. Pembimbing (I) H. Ibnu Arabi, S.Ag, M.Fil. I dan Pembimbing (II) Riza Saputra, MA Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin.

Kata kunci: *Pendekatan Holistik, Kesehatan Mental, Tafsir Al-Azhar*

Penelitian ini berjudul "Kesehatan Mental Dalam Perspektif Tafsir Al-Azhar Analisis Pendekatan Holistik Terhadap Penafsiran Al-Quran Surah Yunus Ayat 57" yang dilakukan oleh Fatmawati. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji bagaimana Buya Hamka menafsirkan Surah Yunus ayat 57 dalam Tafsir Al-Azhar dan bagaimana pendekatan holistik terhadap ayat tersebut diinterpretasikan dan diaplikasikan dalam konteks kehidupan modern terkait dengan isu-isu kesehatan mental.

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif-analitis. Data dikumpulkan melalui studi pustaka dan dianalisis menggunakan metode tafsir tahlili dan tematik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Buya Hamka menafsirkan Surah Yunus ayat 57 dengan menekankan empat elemen penting: pengajaran (*mau'idhah*), obat (*Syifa*), petunjuk (*Huda*), dan rahmat (*rahmah*). Menurut Hamka, Al-Quran berfungsi sebagai pedoman hidup yang memberikan pelajaran moral dan etika, menyembuhkan penyakit-penyakit rohani, serta memberikan petunjuk dan rahmat bagi orang-orang yang beriman.

Pendekatan holistik yang digunakan oleh Buya Hamka melibatkan pemahaman ayat-ayat Al-Quran sebagai satu kesatuan yang utuh dan saling terkait. Dalam konteks kehidupan modern, pendekatan ini dapat diaplikasikan dengan mengintegrasikan ajaran-ajaran Al-Quran dalam berbagai aspek kehidupan, termasuk kesehatan mental. Praktik-praktik seperti dzikir, shalat, dan tafakur dapat digunakan sebagai metode untuk mencapai ketenangan jiwa dan mengatasi stres. Pendekatan holistik ini relevan dengan metode psikologi modern seperti *Mindfulness* dan *self-healing*.

Penelitian ini memberikan wawasan mendalam tentang bagaimana Al-Quran dapat berfungsi sebagai pedoman hidup yang menyeluruh, mencakup aspek spiritual, mental, dan emosional. Dengan memahami dan mengamalkan ajaran-ajaran ini, individu dapat mengatasi berbagai masalah mental dan emosional, serta mencapai ketenangan jiwa dan kesejahteraan yang lebih baik.

MOTTO

*"Insecurity is a poison to your happiness. Let go of it and embrace
your true self."*

Rasa tidak aman adalah racun bagi kebahagiaan Anda. Lepaskan dan
rangkullah diri Anda yang sebenarnya.

KATA PERSEMBAHAN

Alhamdulillah *rabbil a'lam*, tak henti saya mengucapkan rasa syukur kepada kehadiran Allah SWT sehingga saya dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah berupa skripsi ini dengan baik, benar dan terarah. Shalawat serta salam selalu tercurah kepada junjungan kehidupan yaitu Nabi Muhammad SAW. Dengan kerendahan serta ketulusan hati ini saya persembahkan karya tulis ini untuk mereka yang istimewa di kehidupan ini, saya mengucapkan terima kasih atas perjuangan ini kepada :

Kedua orang tua penulis, yang saya sayangi serta saya hormati. Saya mengucapkan ini dari hati saya yang sangat dalam, sangat berterima kasih atas dukungan melalui materi maupun do'a yang tidak pernah luput dari mulu ayah dan ibu untuk membesarkan dan menyukseskan anaknya menjadi orang yang luar biasa di masa depan nantinya. Tanpa usaha dan do'a ayah dan ibu, saya bukan siapa-siapa. Merekalah penyemangat dalam hidupku, mereka lah dambaan hatiku. Harapan penulis kepada orang tua, semoga selalu diberikan keberkahan di kehidupan mereka, semoga diberikan umur yang panjang, semoga diberikan kekuatan serta ketabahan hati yang lapang dada dalam beribadah maupun dalam berkegiatan sehari-hari, dan semoga ayah dan ibu selalu disayangi oleh Allah SWT selayaknya saya disayangi ayah dan ibu selagi masa kecil. Dan tidak lupa juga semoga saya sendiri pun menjadi anak yang berbakti kepada orang tua, semoga menjadi anak yang bisa membanggakan orang tua, dan semoga bisa menjadi anak yang membawa ayah dan ibunya ke surga-Nya Allah SWT. Aamiin Aamiin Ya Rabbal 'Alamin.

Guru, Dosen, dan Pembimbing Penulis, mereka yang telah banyak memberikan ilmu pengetahuan yang sangat luas serta berguna bagi kehidupan sehari-hari. Bimbingan dan arahan tak pernah putus mereka berikan kepada saya untuk menyelesaikan karya tulis ini, saya berterima kasih banyak kepada guru, dosen, dan pembimbing saya. Semoga Allah SWT membalas kebaikan yang engkau berikan berlipat-lipat ganda nilainya. Aamiin Aamiin Ya Rabbal ‘Alamin.

Teman-teman Penulis, Terima kasih banyak saya ucapkan dari lubuk hati saya atas motivasi, canda dan tawa dari kalian semua. Tanpa kalian saya tidak bisa apa-apa sendirian. Do’a saya kepada kalian semua semoga manusia dipertemukan kembali dalam kehangatan kebersamaan dan kesetiaan dalam persahabatan ini. Semoga kalian sukses nantinya dan juga semoga kalian selalu diberikan berkah oleh Allah SWT. Aamiin Aamiin Ya Rabbal ‘Alamin.

Untuk diri sendiri. *Last but not least, I wanna thank you. I wanna thank you for believing in me. I wanna thank myself for all this hard work. I wanna thank myself for having no days off. I wanna thank myself for never quitting. I wanna thank me for just being me at all times.*

PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-INDONESIA

1. ا : A	16. ط : Th
2. ب : B	17. ظ : Zh
3. ت : T	18. ع : ‘
4. ث : Ts	19. غ : Gh
5. ج : J	20. ف : F
6. ح : <u>H</u>	21. ق : Q
7. خ : Kh	22. ك : K
8. د : D	23. ل : L
9. ذ : Dz	24. م : M
10. ر : R	25. ن : N
11. ز : Z	26. و : W
12. س : S	27. ه : H
13. ش : Sy	28. ء : ‘
14. ص : Sh	29. ي : Y
15. ض : Dh	

1. Vokal

Vokal dalam bahasa Arab, seperti vokal bahasa Indonesia, terdiri dari Vokal tunggal atau monoftong dan vokal rangkap atau diftong. Vokal tunggal Memiliki ketentuan alih aksara sebagai berikut.

Tanda Vokal Arab	Tanda Vokal Latin	Keterangan
َ	a	Fathah
ِ	i	Kasrah
ُ	u	Dhammah

Kata sandang: Contoh: (الرِّجَال) al-rijâl bukan ar-rîjâl, (الدِّوَان) al-dîwân bukan ad- dîwân

Syiddah: Misalnya, kata (الضُّرُّورَةُ) tidak ditulis ad-dharûrah melainkan al- dharûrah, demikian seterusnya.

Vokal rangkap memiliki ketentuan alih aksara sebagai berikut.

Tanda Vokal Arab	Tanda Vokal Latin	Keterangan
- َيَ	ai	a dan i
- ِوَ	au	a dan u

2. Vokal Panjang

Ketentuan alih aksara vokal panjang (mad), yang dalam bahasa Arab Dilambangkan dengan harakat dan huruf sebagai berikut.

Tanda Vokal Arab	Tanda Vokal Latin	Keterangan
بَا	Â	a dengan topi di atas
يَا	Î	i dengan topi di atas
بُو	Û	u dengan topi di atas

3. Kata Sandang

Kata sandang, yang dalam sistem aksara Arab dilambangkan dengan huruf, yaitu dialihaksarakan menjadi huruf /I/, baik diikuti huruf syamsiyah maupun huruf qamariah. Contoh al-rijâl bukan ar-rijâl, al-dîwân bukan ad-dîwân.

4. Syiddah (*Tasydid*)

Syiddah atau *Tasydid* yang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan Dengan sebuah tanda (ّ) dalam alih aksara ini dilambangkan dengan huruf, yaitu dengan menggunakan huruf yang diberi tanda *syaddah* itu. Akan tetapi, hal ini tidak berlaku jika huruf yang menerima tanda *syaddah* itu terletak setelah kata

sandang yang diikuti oleh huruf-huruf syamsiyah. Misalnya, kata (الضرورة) tidak ditulis ad-dharûrah melainkan al-dharûrah, demikian seterusnya.

5. *Ta' Marbûthah*

Berkaitan dengan alih aksara ini, jika huruf *ta marbûthah* terdapat pada kata yang berdiri sendiri, maka huruf tersebut dialihaksarakan menjadi huruf /h/ (lihat contoh 1 sdi bawah). Hal yang sama juga berlaku jika *ta marbûthah* tersebut diikuti kata sifat (*na'at*) (lihat contoh 2). Namun jika, huruf *ta marbûthah* tersebut diikuti kata benda (*isim*), maka huruf tersebut dialihaksarakan menjadi huruf /t/ (lihat contoh 3).

No	Kata Arab	Alih Aksara
1	طَرِيقَةٌ	Tharîqah
2	الْجَامِعَةُ الْإِسْلَامِيَّةُ	Al-Jâmi'ah- al-Islâmiyyah
3	وَحْدَةُ الْوُجُودِ	Wahdah al-Wujûd

6. Huruf Kapital

Meskipun dalam sistem tulisan Arab huruf kapital tidak dikenal, dalam alih aksara ini huruf kapital tersebut juga digunakan, dengan mengikuti ketentuan yang berlaku dalam ejaan Bahasa Indonesia, antara lain untuk menuliskan permulaan kalimat, huruf awal nama tempat, nama bulan, nama diri, dan lain-lain. Jika nama diri didahului oleh kata sandang, maka yang ditulis dengan huruf kapital tetap huruf awal nama diri tersebut, bukan huruf awal atau kata sandangnya. Contoh: al-Ghazali bukan Al-Ghazali, al-Banjari bukan Al-Banjari.

Beberapa ketentuan lain dalam Pedoman Umum Ejaan Bahasa Indonesia (PUEBI) sebetulnya juga dapat diterapkan dalam alih aksara ini, misalnya

ketentuan mengenai huruf cetak miring (*italic*) atau cetak tebal (**bold**). Jika menurut PUEBI, judul buku itu ditulis dengan cetak miring, maka demikian halnya dalam alih aksaranya, demikian seterusnya.

Berkaitan dengan penulisan nama, untuk nama-nama tokoh yang berasal dari Nusantara sendiri, disarankan tidak dialihaksarakan meskipun akar katanya berasal dari bahasa Arab. Misalnya ditulis Abdussamad al-Palimbani, tidak ‘Abd al-Samad al-Palimbânî; Nuruddin al-Raniri, tidak Nûr al-Dîn al-Rânîrî.

7. Cara Penulisan Kata

Setiap kata, baik kata kerja (*fi’il*), kata benda (*isim*), maupun huruf (*harf*) ditulis secara terpisah. Berikut adalah beberapa contoh alih aksara atas kalimat-kalimat dalam Bahasa Arab.

Aksara arab	Alih Aksara
ذَهَبَ الْأُسْتَاذُ	dzahaba al-ustâdzu
ثَبَّتَ الْأَجْرُ	tsabatal-ajru
الْحَرَكَةُ الْعَصْرِيَّةُ	al-harakah al-‘ashriyyah
أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ	asyhadu an lâ ilâha illa Allâh
مَوْلَانَا مَلِكُ الصَّالِحِ	mawlânâ Malik al-Shâlih
يُؤْتِرِكُمْ اللَّهُ	yu’tsirukum Allâh
الْمَظَاهِرُ الْعَقْلِيَّةُ	al-mazhâhir al-‘aqliyyah

حُبِّ الإِسْتِثْلَاعِ	hub al-istithlâ'
المَادَّةُ المَصْنُوعَةُ مِنَ الحَيَوَانَ	al-mâddah amin al-hayawân
طَرْفُ تَلْعِينِ	tharf al-'ayni
المُسَاهَمَةُ	al-musâhamah
مَنْ سَلَكَ طَرِيقًا	man salaka tharîqan

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ
الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَأَشْهَدُ أَنَّ مُحَمَّدًا رَسُولُ اللَّهِ وَالصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ
عَلَى أَسْرَفِ الْأَنْبِيَاءِ وَالْمُرْسَلِينَ مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِهِ وَأَصْحَابِهِ أَجْمَعِينَ أَمَّا بَعْدُ

Segala puji hanyalah bagi Allah SWT. atas segala limpahan karunia, nikmat dan petunjuk-Nya, sehingga skripsi ini dapat terselesaikan. Shalawat serta salam selalu tercurah kepada panutan manusia Nabi Besar Muhammad SAW. keluarga, sahabat dan para pengikut beliau hingga akhir zaman. Lepas dari khilaf dan segala kekurangan, penulis merasa sangat bersyukur telah menyelesaikan skripsi yang berjudul “Jual Beli Tanaman Hias di Kota Banjarbaru (Tinjauan Hukum Islam)”, sebagai salah satu syarat guna memperoleh gelar strata satu sarjana Ilmu Al-Quran dan Tafsir Ushuluddin dan Humaniora, Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin.

Penulis menyadari sepenuhnya, banyak mendapatkan nasehat serta dukungan, bimbingan dan dorongan dari berbagai pihak yang telah menyumbangkan pikiran, waktu, tenaga dan sebagainya. Oleh karena itu, pada kesempatan ini dengan setulus hati penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Bapak Prof. Dr. H. Mujiburrahman, MA., selaku Rektor Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin yang telah memberikan contoh panutan bagi penulis untuk mengerjakan skripsi ini.
2. Bapak Dr. Dzikri Nirwana, M.Ag, selaku dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin,

3. Bapak Riza Saputra, MA selaku ketua jurusan program studi Ilmu Al-Quran dan Tafsir, sekaligus Dosen Pembimbing II Skripsi yang telah memberikan sumbangsih berupa bimbingan serta arahan yang baik dan terstruktur sehingga skripsi ini menjadi sempurna.
4. H. Ibnu Arabi, S.Ag, M.Fil. I Dosen Pembimbing I Skripsi yang telah memberikan sumbangsih berupa bimbingan serta arahan yang baik dan terstruktur sehingga skripsi ini menjadi sempurna.
5. H. Hanafi S.Th.I., M.A selaku sekertaris jurusan sekaligus dosen yang banyak membantu dan memberikan arahan selama penyusunan berkas maupun skripsi ini.
6. Seluruh dosen Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin yang telah memberikan bekal ilmu dan layanan yang baik selama penulis menjadi mahasiswa di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora.
7. Perpustakaan UIN Antasari Banjarmasin, terima kasih telah membantu penulis untuk menemukan buku yang diperlukan dalam penelitian ini, sehingga karya tulis ini menjadi sangat baik dan berkualitas.
8. Seluruh pihak yang tidak bisa disebutkan satu-persatu yang telah bersedia memberikan masukan, mendengarkan keluh kesah dan minta bantuan untuk memberikan semangat dalam penyusunan skripsi ini.

Semoga Allah SWT. Membalas segala bentuk kebaikan dan memberikan keberkahan bagi mereka yang telah membantu dan memberikan semangat serta arahan yang luar biasa ini. Penulis berharap karya tulis ini bermanfaat dan bisa memotivasi bagi semua orang khususnya bagi mahasiswa yang sudah di tahap

tugas akhir yaitu skripsi. Kemudian juga bisa berguna dan memperluas ilmu pengetahuan di bidang Ilmu Al-Quran dan Tafsir Ushuluddin dan Humaniora, Aamiin Ya Rabbal 'Alamin.

Banjarmasin, 30 Juni 2024

Penulis

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Fatma' with a flourish underneath.

Fatmawati

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	ii
PERSETUJUAN	Error! Bookmark not defined.
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	Error! Bookmark not defined.
MOTTO	vii
KATA PERSEMBAHAN	viii
PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-INDONESIA	x
KATA PENGANTAR	xv
DAFTAR ISI	1
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan masalah	5
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	6
E. Definisi Operasional	8
F. Metode Penelitian	9
1. Jenis Penelitian.....	9
2. Sumber Data.....	9
3. Teknik Analisis Data.....	9
4. Langkah-langkah Penelitian.....	10
G. Kajian Pustaka	10
H. Sistematika Penulisan	13
BAB II TINJAUAN UMUM	15
A. Pengertian Kesehatan Mental	15
B. Pendekatan Holistik	17
C. Ciri-ciri Utama Kesehatan Mental	20
1. Ciri-ciri Utama Kesehatan Mental Secara Umum.....	20
D. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kesehatan Mental	22
1. Biologis	22

2. Psikologis	30
3. Lingkungan.....	32
E. Kesehatan Mental dalam Perspektif Islam.....	35
1. Indikator Kesehatan Mental dalam Bahasa Al-Quran.....	35
2. Ciri-ciri Kesehatan Mental dalam Perspektif Islam	37
BAB III BUYA HAMKA DAN TAFSIR AL-AZHAR	42
A. Biografi Buya Hamka	42
B. Tafsir Al-Azhar	48
C. Metode, Pendekatan dan Corak Penafsiran Tafsir Al-Azhar.....	51
1. Metode Penafsiran Tahlili	51
2. Pendekatan	51
a. Kontekstual.....	51
3. Corak Penafsiran	52
BAB IV SURAH YUNUS AYAT 57	54
F. Penafsiran Surah Yunus Ayat 57 dalam Tafsir Al-Azhar.....	54
1. Pengajaran (<i>Mau'idhah</i>)	56
2. Obat (<i>Syifa</i>)	57
3. Petunjuk (<i>Huda</i>)	61
4. Rahmat (<i>Rahmah</i>)	62
G. Kesehatan Mental dalam Tafsir Al-Azhar	64
1. Ciri-ciri Kesehatan Mental yang baik	64
2. Aplikasi Praktis Ajaran Al-Quran	68
H. Analisis Pendekatan Holistik dalam Penafsiran Surah Yunus Ayat 57..	73
1. Aspek Fisik.....	75
2. Aspek Psikologis	76
3. Aspek Sosial	78
4. Aspek Spiritual.....	78
I. Relevansi Penafsiran Buya Hamka dengan Kesehatan Mental Masa Kini	
80	
1. Meningkatnya Gangguan Kesehatan Mental	80
2. Pentingnya Pendekatan Holistik.....	80
3. Peran Spiritualitas dalam Kesehatan Mental.....	81

4. Aplikasi Praktis Ajaran Al-Quran	81
BAB V PENUTUP.....	83
A. Simpulan	83
B. Saran	83
Daftar Pustaka.....	85
Daftar Riwayat	90
Lampiran 1 Surat Komprehesif.....	91
Lampiran 2 SK Seminar Proposal	92
Lampiran 3 Bebas Plagiat	93
Lampiran 4 Kartu Konsultasi.....	94
Lampiran 5 SK Riset Pustaka.....	96
Lampiran 6 Selesai Riset	97