

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Kehidupan *modern* dewasa ini telah tampil dengan dua wajah yang *antagonistik*. Pada satu sisi *modernisme* telah berhasil mewujudkan kemajuan yang spektakuler, khususnya dalam bidang ilmu pengetahuan dan teknologi. Padalain sisi, telah menampakkan wajah kemanusiaan yang buram berupa kemanusiaan modern sebagai kesengsaraan rohaniah. *Modernitas* telah menyeret manusia pada kegersangan *spritual*. *Ekses* ini merupakan konsekuensi logis dari paradigma modernisme yang terlalu bersifat *materialistik* dan *mekanistik*, dan unsur nilai-nilai normatif yang telah terabaikan. Sehingga melahirkan *problem-problem* kejiwaan yang *variatif*.

Kesehatan mental merupakan kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan dirinya sendiri, orang lain dan masyarakat serta lingkungan tempat ia hidup (Rochman, 2010). Dari pendapat tersebut dapat dimaknai bahwa kesehatan mental adalah terciptanya perkembangan fisik, intelektual, dan emosional yang optimal dari individu sehingga mampu menyesuaikan diri dengan orang lain atau lingkungannya.

World Health Organization (WHO) mendefinisikan kesehatan mental sebagai keadaan dimana setiap individu menyadari potensi mereka sendiri, dapat mengatasi tekanan kehidupan yang normal, dapat bekerja secara produktif dan bermanfaat, serta mampu memberikan kontribusi kepada komunitas mereka. Pentingnya menjaga kesehatan mental pada manusia, sebab kesehatan mental merupakan manifestasi dari tingkat pemahaman seseorang terhadap nilai nilai ajaran agama, dimana nilai ajaran mendasarnya dalam agama Islam adalah keterhubungan nilai *Iman, Islam dan Ihsan*. Produk dari nilai pemahaman ajaran agama itu adalah akhlak baik atau mulia. Disinilah posisi kesehatan mental sebagai bagian dari nilai indikasi kualitas pemahaman dan pengamalan seseorang dalam beragama.

Menurut Zakiah Daradjat kesehatan mental ialah terwujudnya keserasian yang sungguh-sungguh antara fungsi-fungsi kejiwaan dan terciptanya penyesuaian diri antara manusia dengan dirinya sendiri dan lingkungannya, berlandaskan keimanan dan ketaqwaan, serta bertujuan untuk mencapai hidup yang bermakna dan bahagia di dunia dan di akhirat (Ramayulis, 2002). Dari uraian itu dapat dipahami bahwa Kesehatan mental adalah suatu kondisi kesejahteraan dimana seseorang dapat mengatasi tekanan hidup sehari-hari, bekerja secara produktif, dan berkontribusi kepada komunitasnya. Kesehatan mental mencakup keseimbangan emosional, psikologis, dan sosial yang mempengaruhi cara seseorang berpikir, merasakan, dan berperilaku. Mempertahankan kesehatan mental yang baik penting untuk kesejahteraan secara keseluruhan. Hal ini dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk genetik, pengalaman hidup, dan kondisi sosial.

Menurut Abraham Maslow, kesehatan mental dapat dipahami dalam konteks Teori Hierarki Kebutuhan yang ia kembangkan. Maslow percaya bahwa kesehatan mental yang baik terjadi ketika seseorang dapat memenuhi kebutuhan dasarnya dan mencapai aktualisasi diri, yang merupakan puncak dari hierarki kebutuhannya. Berikut adalah tahapan dalam Hierarki Kebutuhan Maslow :

- a Kebutuhan Fisiologis : Kebutuhan dasar untuk kelangsungan hidup, seperti makanan, air, dan tempat tinggal.
- b Kebutuhan Keamanan : Perlunya keamanan fisik dan emosional, serta stabilitas.
- c Kebutuhan Sosial (Cinta dan Memiliki): Kebutuhan akan hubungan yang erat dengan orang lain, seperti persahabatan, cinta, dan rasa memiliki.
- d Kebutuhan Penghargaan : Kebutuhan akan rasa hormat dari diri sendiri (self-esteem) dan dari orang lain, seperti rasa prestasi, penghargaan, dan status.
- e Aktualisasi Diri : Kebutuhan untuk mencapai potensi penuh sebagai individu, termasuk kreativitas, pemecahan masalah, dan pengembangan pribadi.

Menurut Maslow, individu yang sehat secara mental adalah mereka yang mampu memenuhi kebutuhan-kebutuhan ini, terutama kebutuhan di puncak hierarki, yaitu aktualisasi diri. Orang yang telah mencapai aktualisasi diri cenderung memiliki kesehatan mental yang baik karena mereka hidup selaras dengan potensi mereka dan merasa puas dengan diri sendiri. Kesehatan mental yang baik juga terkait

dengan keseimbangan dan pemenuhan kebutuhan pada semua tingkatan hierarki tersebut (Yusuf, 2018).

Dari beberapa pengertian kesehatan mental diatas dapat disimpulkan oleh penulis bahwa kesehatan mental adalah kondisi dimana seseorang tidak hanya bebas dari gangguan atau penyakit mental, tetapi juga mampu menjalani kehidupan dengan cara yang sehat dan memuaskan. Ini melibatkan keseimbangan emosional, psikologis, dan sosial yang memungkinkan individu untuk menghadapi tantangan, membangun hubungan yang bermakna, dan berkontribusi positif kepada masyarakat. Kesehatan mental juga mencakup kemampuan untuk berpikir positif, mengelola stres, dan mengatasi kesulitan hidup dengan cara yang konstruktif.

Kesehatan tidak hanya pada fisik, melainkan juga pada jiwa. Hal tersebut dinamakan dengan Kesehatan mental, ialah yang mendorong diri untuk senantiasa memiliki gairah semangat dalam menjalani hidup dimana gairah semangatnya itu hadir secara mandiri tanpa dipengaruhi oleh kondisi semangat tidaknya orang lain, penuh dengan afirmasi positif, terlatih untuk berprasangka baik terutama kepada Allah Sang Maha Pencipta, serta mampu memunculkan kebahagiaan dalam dirinya secara berdaulat. Sebaliknya, hal demikian tidak dapat muncul dan dirasakan dalam diri seseorang yang mengalami gangguan kesehatan mental.

Gangguan kesehatan mental yang dapat dialami oleh seseorang sangat beragam jenisnya yaitu diantaranya ; gangguan kecemasan, gangguan kepribadian, gangguan psikotik, gangguan suasana hati, gangguan makan, gangguan pengendalian impuls dan kecanduan, gangguan *Obsessive Compulsive Disorder* (OCD), gangguan stres pasca trauma atau *Post Traumatic Stress Disorder* (PTSD). Beberapa faktor penyebab dari adanya gangguan kesehatan mental secara umum, diantaranya: Faktor genetik keluarga, Trauma Psikologis seperti adanya kekerasan fisik, pelecehan seksual, atau kecelakaan serius, kemudian faktor lingkungan sosial seperti adanya kerusuhan, bencana alam, serta faktor medis seperti mengidap penyakit berat dan faktor penyalahgunaan zat adiktif.

Tanda dari bentuk gangguan dalam jiwa adalah penuhnya pikiran dengan keresahan, hilangnya ketenangan dalam hidup, dan emosional yang tidak stabil. Maka dari itu, manusia sebagai makhluk sosial diperlukan yang namanya

hubungan. Hubungan untuk menjalin keharmonisan dalam tujuan memperoleh kebahagiaan. Hubungan tersebut terjalin tidak hanya antar manusia, tetapi juga dengan Tuhan sebagai sang pencipta.

Data mengenai kesehatan mental di Indonesia menunjukkan bahwa masalah gangguan mental cukup signifikan, dengan sejumlah kasus yang dipengaruhi oleh ketidakharmonisan keluarga. Menurut hasil survei *Indonesia National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS) 2022*, satu dari tiga remaja di Indonesia memiliki masalah kesehatan mental, dan satu dari dua puluh remaja mengalami gangguan mental dalam 12 bulan terakhir. Ini mencakup sekitar 15,5 juta remaja dengan masalah kesehatan mental dan 2,45 juta dengan gangguan mental yang serius.

Menurut WHO (*World Health Organization*), di negara berkembang, isu kesehatan mental masih menjadi suatu topik yang terpinggirkan. 4 dari 5 penderita gangguan mental belum mendapatkan penanganan yang sesuai, dan pihak keluarga pun hanya menggunakan kurang dari 2% penghasilannya untuk menangani penderita yang mengalami gangguan mental. Di Indonesia sendiri, penderita gangguan mental biasanya sering disebut “gila” (WHO,2023).

Prevalensi orang dengan gangguan mental di dunia berada dalam rentang usia 10-19 tahun dengan kondisi kesehatan mental mencakup 16% dari beban penyakit dan cedera global. Separuh dari seluruh kondisi kesehatan mental dimulai pada usia 14 tahun dengan kasus yang tidak terdeteksi dan tidak diobati karena sejumlah alasan, seperti kurangnya pengetahuan ataupun stigma yang mencegah remaja mencari bantuan. Oleh karena itu, hal tersebut dapat meningkatkan kemungkinan pengambilan perilaku berisiko lebih lanjut dan dapat mempengaruhi kesejahteraan kesehatan mental dan emosi pada remaja (Depkes, 2018, 2023).

Di Indonesia sendiri, menurut laporan Riset Kesehatan Dasar pada tahun 2018, menunjukkan bahwa lebih dari 19 juta penduduk yang berusia dari 15 tahun telah mengalami gangguan mental emosional, serta lebih dari 12 juta penduduk yang berusia 15 tahun ke atas mengalami masalah kecemasan. Prevalensi gangguan mental emosional di Indonesia dengan gejala depresi dan kecemasan untuk usia remaja (15-24 tahun) mempunyai presentase 6,2%. Selain itu, untuk *prevalensi*

kesehatan mental di Indonesia sendiri yaitu 18.5%, yang berarti dari 1.000 penduduk terdapat sedikitnya 185 orang dengan gangguan kesehatan mental atau setiap rumah tangga terdapat satu orang anggota keluarga menderita gangguan kesehatan mental (Riskesdas, 2019).

Keluarga adalah unit kelompok sosial terkecil dalam masyarakat. Sebagai unit terkecil dalam masyarakat, keluarga memerlukan organisasi tersendiri dan karena itu perlu ada kepala keluarga sebagai tokoh penting yang mengemudikan perjalanan hidup keluarga yang diasuh dan dibinanya. Karena keluarga sendiri terdiri dari beberapa orang, maka terjadi interaksi antar pribadi, dan itu berpengaruh terhadap keadaan harmonis dan tidak harmonisnya pada salah seorang anggota keluarga, yang selanjutnya berpengaruh pula terhadap pribadi-pribadi lain dalam keluarga.

Keharmonisan suatu keluarga merupakan suatu keadaan dimana anggota keluarga tersebut menjadi satu dan setiap anggota menjalankan hak dan kewajibannya masing-masing, terjalin kasih sayang, saling pengertian, dialog dan kerjasama yang baik antara anggota keluarga. Dengan demikian keharmonisan keluarga tersebut merasakan kesejahteraan lahir dan batin.

Keluarga yang harmonis adalah keluarga yang dapat mengantarkan seseorang hidup lebih bahagia, lebih layak dan lebih tentram. Keluarga merupakan tempat para penghuninya beristirahat dari suatu kepenatan aktivitas, sehingga keluarga haruslah menyenangkan. Dalam terminologi ajaran agama Islam dikenal dengan keluarga *Sakinah*. Keluarga *Sakinah* dipahami sebagai keluarga yang dibangun diatas pondasi cinta, kesetiaan, ketenangan, kasih sayang, perilaku yang layak sebagai Suami, Istri, Orangtua, Anak dan Manusia beriman serta berakal dan pondasi sikap kesederhanaan.

Ketidakharmonisan keluarga adalah suatu hubungan keluarga yang di dalamnya muncul sebuah konflik biasanya dipandang sebagai sebuah perselisihan yang bersifat permusuhan sehingga membuat hubungan dalam keluarga tersebut tidak berfungsi dengan baik (Sumadi, 2015). Konflik yang terjadi dalam sebuah keluarga biasanya berangkat dari hal hal sepele, kemudian membesar dikarenakan kedua belah pihak merespon sesuatu hal yang kecil itu tidak dengan akal sehat, kejernihan

pikiran dan ketenangan bathin. Lebih cenderung cepat mengambil kesimpulan, berpikir pendek dan mengikuti egonya masing masing.

Ketidakharmonisan didalam keluarga dapat berpengaruh terhadap karakter dan kesehatan mental anak, karena keluarga merupakan lingkup yang paling dekat dengan anak. Apa yang didengar dan dilihat anak itu lebih banyak disaksikan dilingkup keluarga, jadi wajar karakter, perilaku dan kesehatan mental seseorang lebih cepat terpengaruhi oleh peran keluarganya di rumah. (Eka Malfasari, 2020).

Dalam kacamata Islam, tidak hanya perilaku dari orangtua saja yang memengaruhi karakter kepribadian anak atau anggota keluarga lainnya, tetapi ada hubungannya juga dengan makanan dan minuman yang dikonsumsi oleh sebuah keluarga itu harus terjaga kehalalannya. Halal kandungan zatnya serta halal juga dari segi proses mendapatkannya. Tidak cukup halal saja, melainkan harus berdampak *Thoyyib*, yaitu menyehatkan. Baik menyehatkan untuk jasmani seperti makan nasi dan lauk pauk maupun menyehatkan untuk rohani seperti mengkonsumsi informasi di media sosial, media cetak, audio visual dan sejenisnya, sama sama harus menyehatkan. Istilah yang sering kita dengar dengan istilah *Halalan Thoyyiban*.

Berkaitan dengan keharmonisan antar sesama manusia, dalam lingkup keluarga hal tersebut tidak akan tercipta dengan sendirinya. Artinya supaya memiliki keluarga yang harmonis maka harus dibina. Untuk membina keluarga yang harmonis maka semua anggota keluarga harus menunaikan hak dan kewajibannya dengan penuh tanggung jawab, saling menghormati, dan menjaga komunikasi yang baik. Dengan demikian, setiap anggota keluarga akan merasa dihargai, diperhatikan, dan terpenuhi kebutuhannya, yang pada akhirnya menciptakan lingkungan yang kondusif bagi kebahagiaan bersama (Yunistiati.F, 2014). Keluarga juga berfungsi sebagai wahana untuk mewujudkan kehidupan yang tentram, aman, dan damai sejahtera dalam suasana cinta dan kasih sayang anggotanya (Mufidah, 2008).

Adapun dasar bahwa keluarga baik dan terpelihara adalah Al-Qur'an surat ar Rum ayat 21 yang berbunyi sebagai berikut:

وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً ۗ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ
يَتَفَكَّرُونَ

“Dan diantara tanda-tanda kekuasaan-Nya ialah Dia menciptakan untukmu istri-istri dari jenismu sendiri, supaya kamu cenderung dan merasa tentram kepadanya, dan dijadikan-Nya diantaramu rasa kasih sayang. Sesungguhnya pada yang demikian itu benar-benar terdapat tanda-tanda bagi kaum yang berpikir.”

Berdasarkan ayat diatas bahwa keharmonisan keluarga merupakan hubungan diantara anggota keluarga yang saling mencintai dan menghargai, selain itu mereka dapat menciptakan suasana bahagia, tenang, tentram dikehidupan. Ayat ini juga mengajak manusia untuk berpikir dan merenung tentang kebesaran Allah swt melalui tanda-tanda yang ada dalam kehidupan mereka, seperti hubungan antara suami dan istri, hal ini menegaskan bahwa manusia yang berpikir akan mampu melihat tanda-tanda kebesaran Allah dalam segala aspek kehidupan.

Kesehatan mental keluarga merupakan faktor penting dalam mempengaruhi kualitas hidup keluarga. Kesehatan mental keluarga dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik dari dalam keluarga maupun lingkungan sekitarnya. Dalam islam, kesehatan mental keluarga juga menjadi fokus penting, karena keluarga merupakan salah satu institusi terpenting dalam islam (Nugraha, 2023). Jelaslah dalam ajaran Islam menyebutkan bahwa Sekolah atau Pendidikan yang utama dan paling mendasar bagi seorang anak adalah didalam rumah yakni keluarga, terutama peran sosok ibunya. *Al Ummu Madrasatul Ula Wal Abu Mudiruha*, yakni *“Ibu sebagai sekolah atau pendidik pertama bagi anaknya dan Ayah sebagai kepala sekolahnya.* Keteladan yang baik menjadi penyebab utama dalam mewujudkan kesehatan mental bagi anak anaknya yang pada gilirannya, ketika anak berusia dewasa, ada peran akal sehat seorang anak untuk mengendalikan dirinya dan kejernihan hati untuk bisa mendamaikan dirinya. Kondisi itu bisa hadir pada diri anak kalau sejak dari kecil ditanamkan kesadaran oleh pendidikan orangtuanya dirumah, terutama perilaku baik orangtuanya di rumah.

Pentingnya kesehatan mental keluarga dalam islam tercermin dalam banyak hadis yang menekankan pentingnya menjaga kesehatan mental, baik untuk diri

sendiri maupun orang lain. Beberapa hadis yang relevan dengan topik ini antara lain:

حَدَّثَنَا أَحْمَدُ بْنُ مَنِيعٍ الْبَغْدَادِيُّ حَدَّثَنَا إِسْمَاعِيلُ بْنُ عُثَيْبَةَ حَدَّثَنَا خَالِدُ الْحَدَّاءُ عَنْ أَبِي قِلَابَةَ عَنْ عَائِشَةَ قَالَتْ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ إِنَّ مِنْ أَكْمَلِ الْمُؤْمِنِينَ إِيْمَانًا أَحْسَنُهُمْ خُلُقًا وَأَلْطَفُهُمْ بِأَهْلِيهِ

“Telah menceritakan kepada kami Ahmad bin Mani' al Baghdadi telah menceritakan kepada kami Isma'il bin Ulayyah telah menceritakan kepada kami Khalid al Hadzdza' dari Abu Qilabah dari Aisyah dia berkata, Rasulullah shallallahu 'alaihi wasallam bersabda. Sesungguhnya termasuk orang yang paling sempurna imannya adalah orang yang paling baik akhlakunya, dan paling lembut terhadap keluarganya.” (HR. Tirmidzi no. 2537)

Berdasarkan hadis tersebut, dapat disimpulkan bahwa orang yang beriman akan menyayangi keluarganya, maksudnya mereka akan mempererat tali persaudaraan antar keluarga supaya tidak terjadi perpecahan diantara mereka sehingga terwujud keluarga yang harmonis. Sebab terjadinya ikatan cinta dan kesetiaan serta persaudaraan yang kuat tergantung kualitas keimanan dan ketakwaannya seorang muslim terhadap Allah Sang Maha Cinta kasih. Karena hanya dengan Iman dan takwalah, Sifat Allah yang Maha Pengasih dan Maha Penyayang bisa diejawantahkan dalam perilaku kehidupan sehari hari manusia. Sekalipun tingkat pendidikan formal seseorang itu rendah atau dilihat dari segi ekonomi, penghasilan keluarganya pas pasan misalkan, tapi kualitas Iman dan takwanya tinggi, maka keharmonisan dan kebahagiaan yang hakiki lah yang didapatkan dalam sebuah keluarga itu. Mungkin kita juga pernah menyaksikan nuansa seperti itu didalam kehidupan kita masing masing dan menjadi motivasi untuk aktualisasi diri kita.

Kualitas kehidupan keluarga berperan sangat penting dalam membentuk kepribadian anggota keluarga menuju keseimbangan batin dan kesehatan mental. Dapat dipahami bahwa keluarga yang bahagia akan membentuk mental yang sehat pada anggota keluarga sebaliknya, keluarga yang tidak bahagia akan membentuk mental yang tidak sehat (Kartono, 2000). Pernyataan itu bisa diambil pemahamannya bahwa kualitas kehidupan keluarga mempengaruhi perkembangan kepribadian dan kesehatan mental anggota keluarga, ketika lingkungan keluarga

mendukung, harmonis, dan sehat. Sehingga anggota keluarga cenderung memiliki kepribadian yang lebih seimbang dan kesehatan mental yang lebih baik. Sebaliknya, jika kehidupan keluarga penuh dengan konflik, ketidakpastian, atau kurang dukungan emosional, hal itu bisa berdampak negatif pada perkembangan kepribadian dan kesehatan mental individu.

Jadi, kualitas hubungan dalam keluarga, komunikasi yang baik, dukungan emosional, dan stabilitas lingkungan keluarga semua berperan penting dalam membantu anggota keluarga mengembangkan kepribadian yang positif dan menjaga keseimbangan batin serta kesehatan mental.

Keharmonisan keluarga memiliki dampak secara langsung pada kesehatan mental individu. Karena keluarga yang paling pertama mengenalkan kehidupan pada individu. Keluarga yang harmonis menyediakan dukungan emosional yang penting. Anggota keluarga saling mendukung, memahami, dan memberi rasa aman, yang membantu mengurangi stres dan meningkatkan kesejahteraan mental. Lingkungan keluarga yang stabil dan harmonis menciptakan rasa aman. Ini membantu individu merasa lebih percaya diri dan mengurangi kecemasan, yang penting untuk kesehatan mental. Keluarga yang harmonis biasanya memiliki komunikasi yang baik. Komunikasi terbuka dan jujur memungkinkan individu untuk mengungkapkan perasaan dan masalah mereka, yang membantu mencegah dan mengatasi gangguan mental. Dalam keluarga yang harmonis, individu dapat belajar keterampilan meniru atau meneladani yang sehat dan model perilaku positif. Ini membantu mereka menghadapi tantangan dan tekanan dengan cara yang lebih konstruktif.

Ketidakharmonisan sering kali disertai dengan konflik, ketegangan, dan stres. Ini dapat menyebabkan perasaan tidak aman dan meningkatkan risiko gangguan mental seperti kecemasan dan depresi. Ketika hubungan keluarga tegang atau bermasalah, dukungan emosional yang dibutuhkan individu sering kali tidak tersedia. Hal ini dapat membuat mereka merasa terisolasi dan kurang memiliki sumber daya untuk mengatasi masalah mereka. Komunikasi yang buruk dalam keluarga dapat menyebabkan kesalahpahaman, perasaan terabaikan, dan frustrasi.

Ini dapat memperburuk masalah kesehatan mental dan menghambat kemampuan individu untuk mencari bantuan atau berbagi perasaan. Ketidakharmonisan keluarga dapat mengajarkan pola perilaku negatif, seperti cara menghadapi stres dengan cara yang merugikan. Ini dapat mempengaruhi bagaimana individu mengelola emosi dan situasi sulit dalam hidup mereka. Kurangnya keharmonisan keluarga dapat menyebabkan berbagai masalah psikologis, seperti stres, depresi, dan kecemasan. Sebaliknya, keluarga yang harmonis dapat menjadi sumber dukungan emosional yang kuat, membantu individu mengatasi tekanan hidup dan meningkatkan kesejahteraan mental.

Oleh karena itu, memahami peran keharmonisan keluarga dalam menumbuhkan kesehatan mental individu sangatlah penting, terutama dalam konteks nilai-nilai yang diajarkan hadis. Berdasarkan penjelasan tersebut maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul **“Syarah Hadis Terkait Keharmonisan Keluarga Dalam Menumbuhkan Kesehatan Mental”**.

B. Rumusan Masalah

Fenomena peran keharmonisan dalam menumbuhkan kesehatan mental ternyata ada didalam hadis namun belum diungkap secara komprehensif. Karena hal itu, maka penulis mengajukan pertanyaan penelitian sebagai berikut:

1. Apa saja hadis terkait Keharmonisan Keluarga dalam Menumbuhkan Kesehatan Mental?
2. Bagaimana konsep Keharmonisan Keluarga dalam Menumbuhkan Kesehatan Mental menurut hadis?

C. Tujuan Penelitian

Melalui latar belakang dan rumusan masalah dalam penelitian ini, adapun tujuan penelitian yang ingin dicapai yaitu:

1. Untuk mengetahui hadis terkait Keharmonisan Keluarga dalam Menumbuhkan Kesehatan Mental.
2. Untuk mengetahui konsep Keharmonisan Keluarga dalam Menumbuhkan Kesehatan Mental menurut hadis.

D. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian ini terbagi kedalam dua kategori, yaitu sebagai berikut.

1. Manfaat teoritis

- a. Bagi penulis. Penulis mendapatkan pengembangan keahlian dimana menulis skripsi ini membantu penulis dalam mengembangkan keahlian dibidang penelitian, khususnya dalam menggabungkan teori dari dua disiplin ilmu yang berbeda. Penulis juga dapat meningkatkan kemampuan analisis dalam mengkaji dan menghubungkan teori-teori yang ada dalam hadis dengan teori-teori psikologi
- b. Bagi pembaca. Pembaca akan mendapatkan pemahaman yang lebih mendalam tentang bagaimana konsep keharmonisan keluarga dalam islam, yang diambil dari perspektif hadis dapat berpengaruh terhadap kesehatan mental. Dapat melihat bagaimana dua disiplin ilmu, yaitu studi agama (khususnya hadis) dan psikologi bisa diintegrasikan untuk memberikan wawasan yang lebih holistik mengenai keharmonisan keluarga dapat berpengaruh terhadap kesehatan mental individu.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi penulis. Proses penelitian dan penulisan skripsi ini membantu penulis dalam mengembangkan keterampilan praktis yang relevan seperti analisis data, penulisan akademik, dan kemampuan berpikir kritis. Penulis juga dapat menerapkan temuan penelitian ini dalam kehidupan sendiri, menciptakan keharmonisan dalam keluarga dan meningkatkan kesejahteraan mentalnya.
- b. Bagi pembaca. Pembaca dapat menambah wawasan pengetahuan seputar konsep keharmonisan keluarga dalam menumbuhkan kesehatan mental. Dapat membantu meningkatkan kesadaran pembaca tentang pentingnya keharmonisan keluarga dan dampaknya terhadap kesehatan mental individu, serta cara-cara untuk mencapainya berdasarkan ajaran agama.

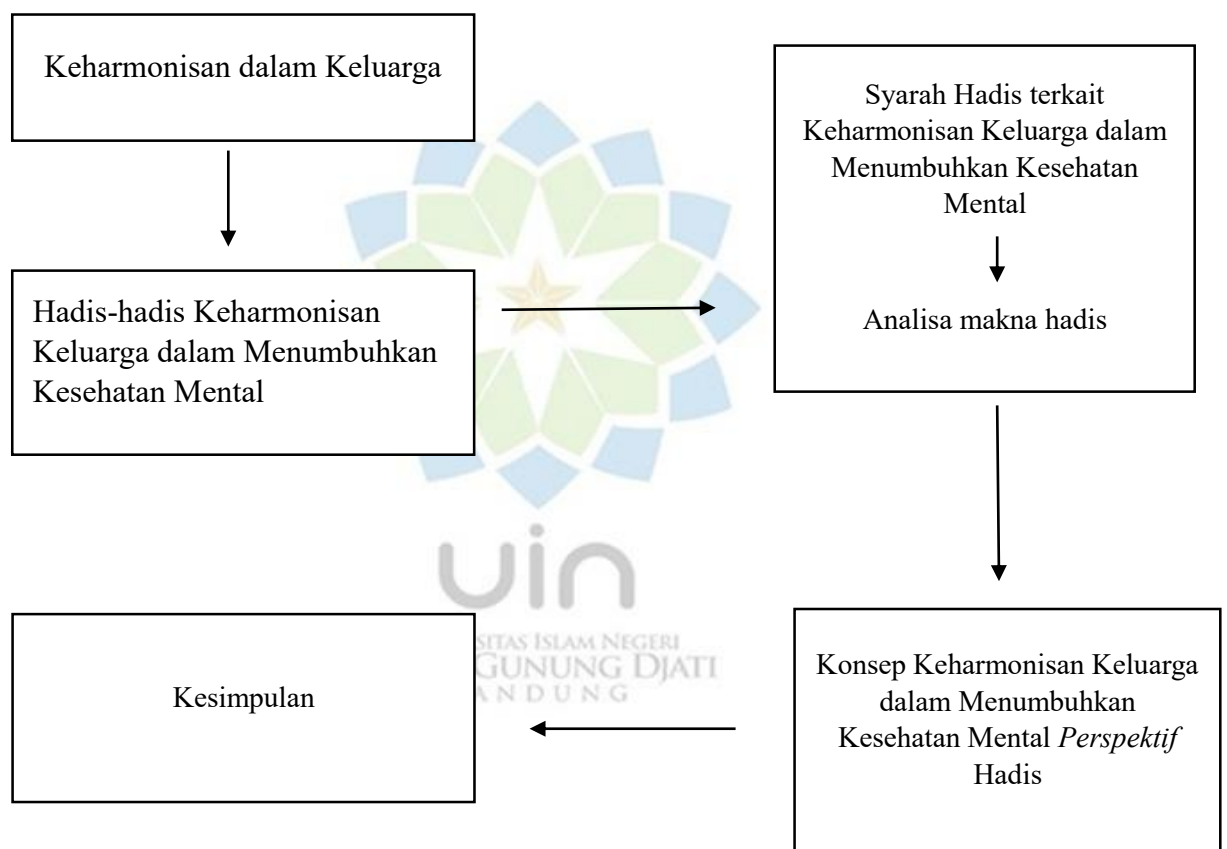
E. Ruang Lingkup dan Batasan Penelitian

Pembatasan penelitian dimaksudkan untuk menghindari terjadinya penyimpangan-penyimpangan atau pelebaran pokok bahasan sehingga tujuan

penelitian akan mudah tercapai. Ruang lingkup penelitian ini yaitu terfokus pada peran keharmonisan keluarga dalam menumbuhkan kesehatan mental individu perspektif hadis. Adapun dalam pencarian hadisnya dibatasi hanya dalam lingkup kitab Kutub *al-Tis'ah* saja. Baik salah satunya maupun semuanya.

F. Kerangka Berpikir

Untuk menjawab rumusan masalah penelitian maka perlu disusun kerangka berpikir. Adapun bagan kerangka berpikir yaitu sebagai berikut:



G. Penelitian Terdahulu

Melalui penelusuran peneliti mengenai Syarah Hadis Terkait Keharmonisan Keluarga Dalam Menumbuhkan Kesehatan Mental. Adapun penelitian terdahulu yang telah diteliti sejumlah peneliti yakni:

Ra'ainun Nahar (2022), Kesehatan Mental Perspektif Hamka dalam Tafsir Al-Azhar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penafsiran Prof. Dr. Hamka mengenai ayat-ayat Al-Qur'an yang berkaitan dengan indikator kesehatan mental dalam kitab tafsir Al-Azhar. Metode yang digunakan penelitian ini adalah kualitatif dengan sumber data kepustakaan bersumber rujukan utamanya tafsir Al-Azhar karya Prof. Dr. Hamka. Penelitian ini membahas pandangan Hamka terhadap kesehatan mental melalui Tafsir Al-Azhar. Skripsi ini menganalisis ayat-ayat Al-Qur'an yang dijelaskan oleh Hamka, menekankan nilai-nilai spiritual seperti kesabaran dan ketundukan kepada Tuhan dalam konteks kesehatan mental. Penelitian juga membahas konsep-konsep kesehatan mental Hamka, termasuk introspeksi diri, kontrol emosi, dan pemahaman makna hidup. Secara ringkas, skripsi ini menyoroti kontribusi Hamka dalam mengintegrasikan ajaran agama dengan pemahaman modern tentang kesehatan mental, memberikan perspektif berharga untuk mencapai kesehatan mental secara holistik. Skripsi ini menjadi sumbangan penting dalam memahami perspektif keagamaan terhadap kesehatan mental melalui Tafsir Al-Azhar (Nahar, 2022).

Rahmi Meldayati (2010), Mental Disorder dalam Al-Qur'an: Tafsir Maudhui' tentang Mental Disorder Ragam dan Penanggulangnya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana sebenarnya gangguan jiwa dipandang dari Psikologi dan al-Qur'an dan bagaimana menanggulangi gangguan jiwa/ mental dalam al-Qur'an. Metode yang digunakan yaitu penelitian kualitatif dengan sumber kepustakaan dan pendekatan metode tafsir yaitu metode tematik (maudhui'). Penelitian ini membahas perspektif Al-Qur'an terhadap gangguan mental dengan menggunakan tafsir Maudui'. Penelitian ini mengeksplorasi berbagai jenis gangguan mental yang disajikan dalam Al-Qur'an dan analisis tafsir Maudui' terkait penanganan atau penanggulangnya. Dengan pendekatan ini, penulis menguraikan pemahaman Islam terhadap kesehatan mental dan memberikan wawasan tentang pandangan agama terhadap gangguan mental serta upaya penanggulangnya. Skripsi ini mungkin memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang bagaimana AlQur'an dan tafsir *Maudui'* dapat menjadi sumber pedoman dalam menghadapi tantangan kesehatan mental (Meldayati, 2010).

Samain dan Budiharjo. (2020), Konsep Kesehatan Mental dalam Al-Qur'an dan Implikasinya Terhadap *Adversity Quotient*: Perspektif Tafsir Al-Misbah. Tujuan penelitian ini ialah untuk mengetahui konsep Al-Qur'an tentang kesehatan mental perspektif tafsir Al-Misbah, mengetahui pandangan Al-Qur'an tentang *Psychotherapy* terhadap gangguan kesehatan mental, dan mengetahui implikasi konsep al-Qur'an tentang kesehatan mental terhadap sikap *Adversity Quotient* perspektif tafsir Al-Misbah. Metode penelitian ini library research identik dengan penelitian dalam filsafat dengan metode *theoretical hermeneutic*. Hasil pembahasannya ialah membahas kesehatan mental dalam Al-Qur'an dan pengaruhnya terhadap *Adversity Quotient*, dengan fokus pada tafsir Al-Misbah. Penelitian ini menggali ayat-ayat Al-Qur'an yang membahas ketangguhan mental dalam menghadapi kesulitan. Dengan menggunakan Tafsir Al-Misbah, jurnal ini memberikan wawasan praktis tentang pengembangan ketangguhan individu di tengah-tengah cobaan hidup (Budiharjo, 2020).

Ajrina Rusjuniandra. (2016), Pengaruh Keberfungsian Keluarga terhadap Kesejahteraan Psikologis Remaja yang diasuh oleh *Single Mother* Akibat Perceraian. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh keberfungsian keluarga terhadap kesejahteraan psikologis pada remaja yang diasuh oleh *single mother* akibat perceraian, dan untuk mengetahui berapa besar pengaruhnya. Metode penelitian ini kuantitatif, teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *multiphase cluster random sampling*. Pengumpulan data menggunakan *skala Family Assessment Device (FAD)* dan *Psychological Well-being Scale*. Analisis statistik yang digunakan untuk menguji hipotesis adalah analisis regresi linier dengan menggunakan program SPSS versi 16.0. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan keberfungsian keluarga terhadap kesejahteraan psikologi remaja yang diasuh oleh *single mother* akibat perceraian, pengaruh yang dihasilkan bersifat positif hal ini menunjukkan bahwa semakin efektif keberfungsian keluarga terhadap kesejahteraan psikologis remaja adalah 0,172 (17,2%) dan sisanya 82,8% dipengaruhi oleh faktor lain (Rusjuniandra, 2016).

Qonitatul Laily. (2023), Penyakit Hati dalam Perspektif Al-Qur'an. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pandangan Al-Qur'an tentang penyakit hati dan cara mencegahnya, dan untuk mengetahui tafsiran ayat tentang cara mencegah penyakit hati di dalam Al-Qur'an. Metode penelitian ini kualitatif dengan sumber data kepustakaan dengan pendekatan tafsir tematik (maudhu'i) dan analisis deskriptif. Skripsi ini menyoroti bagaimana penyakit-penyakit hati tersebut merusak kesejahteraan mental dan spiritual individu, serta menjelaskan ajaran Al-Qur'an dalam membersihkan hati dari sifat-sifat buruk ini untuk mencapai ketenangan jiwa. Kesimpulan dari skripsi ini adalah bahwa membersihkan hati dari penyakit-penyakit hati sangat penting untuk mencapai kesehatan mental dan spiritual yang optimal, sesuai dengan ajaran Al-Qur'an (Laily, 2023).

Nailin Ni'mah. (2018), Pengaruh Keharmonisan dalam Keluarga Terhadap Kesehatan Mental Anak di Desa Braja Sakti Kecamatan Way Jepara Kabupaten Lampung Timur. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada pengaruh keharmonisan dalam keluarga terhadap kesehatan mental anak di Desa Braja Sakti Kecamatan Way Jepara. Metode yang digunakan yaitu pendekatan kuantitatif yang bersifat korelasi, karena penelitian ini membahas ada tidaknya pengaruh antar dua variabel. Hasil dan pembahasannya meliputi temuan umum berupa deskripsi lokasi penelitian, deskripsi data hasil penelitian. Penelitian ini menyimpulkan bahwa terdapat pengaruh antara keharmonisan dengan kesehatan mental anak Desa Braja Sakti berdasarkan dari pengujian hipotesis menggunakan Chi kuadrat (Ni'mah, 2018).

Ayu Cahyanti. (2020), Peran Keluarga dalam Membentuk Kesehatan mental Remaja di Kelurahan Yosorejo 21 A Metro Timur. Penelitian ini bertujuan membahas Bagaimana peran keluarga dapat membentuk kesehatan mental remaja di kelurahan Yosorejo 21 A Metro Timur. Metode yang digunakan yaitu *survei* (wawancara). Hasil dan pembahasannya meliputi definisi keluarga, fungsi keluarga, definisi kesehatan mental, ciri-ciri kesehatan mental, upaya mencapai kesehatan mental, kesehatan mental dalam islam, peran keluarga dalam membentuk kesehatan mental remaja. Penelitian ini menyimpulkan bahwa keluarga belum

berperan baik sebagai semestinya dalam membentuk kesehatan mental anak di 21 A Yosorejo Metro Timur, karena mereka berpendapat bahwa kesehatan mental remaja akan terbentuk dengan sendirinya. Penelitian ini merekomendasikan kepada semua keluarga untuk selalu memperhatikan mental remaja baik saat ia berada di dalam rumah maupun di luar (Cahyanti, 2020).

Asriyanti Rosmalina. (2022), Pengaruh Kesehatan Mental terhadap Kesejahteraan Keluarga. Penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan dan mengidentifikasi hubungan kesehatan mental terhadap kesejahteraan keluarga. Metode yang digunakan yaitu tinjauan pustaka. Hasil dan pembahasannya meliputi konsep kesehatan mental, kesejahteraan keluarga, upaya untuk menciptakan kesejahteraan keluarga dan diiringi mental yang sehat. Penelitian ini menyimpulkan bahwa mental yang sehat sangat memberikan pengaruh yang signifikan terhadap sejahteranya keluarga (Rosmalina, 2022).

Anggelica. dan Chontina Siahaan. (2021), Pengaruh Komunikasi bagi Kesehatan Mental Anak. Penelitian ini bertujuan meneliti dan mengamati apa saja pengaruh komunikasi keluarga bagi kesehatan mental anak. Metode yang digunakan yaitu *survei* menggunakan *google form* dan pengambilan suara dengan partisipan. Hasil dan pembahasannya yaitu sebagian besar penyebab terganggunya kesehatan mental dari komunikasi, karena terlihat dari tabel akumulasi pertanyaan terdapat 67 dari 72 orang yang setuju bahwa komunikasi keluarga hal yang penting, dan terlihat juga dari data yang menunjukkan 38 dari 72 orang yang merasakan bahwa komunikasi dengan keluarganya belum baik. Penelitian ini menyimpulkan komunikasi keluarga memiliki pengaruh yang sangat signifikan. Komunikasi yang baik akan memberikan pengaruh yang positif dan menjadikan anggota dalam keluarga tersebut menjadi aman dan nyaman begitupun sebaliknya (Siahaan, 2021).

Rehabni Hidayah. (2018), Korelasi antara Keharmonisan Keluarga dengan Kesehatan Mental (Analisis pada Keluarga Tingkat Ekonomi Lemah di Kecamatan Semarang Barat). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan menganalisis sejauh mana korelasi antara keharmonisan keluarga terhadap kesehatan mental pada keluarga ekonomi lemah di Kecamatan Semarang Barat.

Metode yang digunakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan angket atau *instruman* yang disusun berdasarkan variabel yang akan diteliti. Hasil dan pembahasannya berupa deskripsi data penelitian, pengujian hipotesis serta hasil korelasi antara keharmonisan keluarga dan kesehatan mental. Penelitian ini menyimpulkan nilai rata-rata variabel keharmonisan keluarga ekonomi lemah di Kecamatan Semarang Barat dalam kategori harmonis. Sementara hasil perhitungan rata-rata kesehatan mental keluarga ekonomi lemah di Kecamatan Semarang Barat menunjukkan dalam kategori tinggi (Hidayah, 2018).

Terdapat kesamaan antara penelitian sekarang dan hasil penelitian terdahulu, yaitu membahas mengenai peran keluarga terhadap kesehatan mental. Namun, ada pula perbedaan penelitian sekarang lebih difokuskan pada perspektif hadis.

