

## ABSTRAK

Zahra Yasmin, Depresi dan *Self-Harm* Perspektif Al-Qur'an, Skripsi, Jurusan Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir Fakultas Ushuluddin Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung, 2023.

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji dan menjelaskan bagaimana depresi dan *self-harm* dalam perspektif Al-Qur'an dan keterkaitannya dengan teori psikologi. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif, dengan pendekatan studi kasus. Dalam pelaksanaannya, penelitian dilakukan dengan menggunakan teknik analisis tafsir maudu'i. Adapun hasil dari penelitian ini didapatkan hasil bahwa terdapat 3 ayat dalam 3 surat yang sudah peneliti himpun terkait solusi mengatasi depresi dan *self-harm*, kemudian terdapat 8 ayat yang membahas terkait depresi dan 8 ayat lagi membahas tentang *self-harm*. Tinjauan *self-harm* dalam Al-Qur'an tentang awal mula penyebabnya ada keterkaitannya dengan depresi. Seperti yang disampaikan pada QS. Al-Ma'arij ayat 19-20. *Self-harm* terjadi karena pada setiap manusia sudah ada cikal bakal perasaan berkeluh kesah dan gelisah yang jika tidak dikontrol maka fatalnya akan berakibat melukai diri sendiri. Dan cara mengatasinya di antaranya dengan mendekatkan diri kepada Allah, berpuasa, memperbanyak amal shalih dan bertaubat menyesali perbuatan jika pernah melakukannya dengan sungguh-sungguh dan tidak melakukannya lagi di kemudian hari. Ayat-ayat yang sudah dihimpun penulis terkait depresi di antaranya terdapat pada QS. Al-Ma'arij [70]: 19-20, QS. An-Nahl [16]: 127, QS. Al-Anbiya [21]: 87, QS. Al-Baqarah [2]: 38, QS. Al-Baqarah: 155, QS. 'Ali Imran [3]: 139, QS. At-Taubah [9]: 40, QS. Fatir [35]: 34. Ayat-ayat dan penafsiran tentang *self-harm* terdapat pada QS. Al-Baqarah [2]: 54, QS. Al-Baqarah [2]: 183, QS. Ali 'Imran [3]: 57, QS. An-Nisa' [4]: 29-30, QS. An-Nisa [4]: 110, QS. Yunus [10]: 44, QS. Huud [11]: 101, QS. Al-Ankabut [29]: 45. Penelitian ini menyimpulkan bahwa setidaknya ada sembilan faktor penyebab terjadinya depresi yaitu ditimpa kesusahan dan berkeluh kesah, ketakutan, kelaparan dan kekurangan harta, kekurangan jiwa, kekurangan buah-buahan, tidak mendapatkan apa yang diinginkan dan dimusuhi oleh masyarakat. Dan Allah sudah menyiapkan solusinya dalam Al-Qur'an.

**Kata Kunci:** *Gangguan Mental, Psikologi, Tafsir Al-Qur'an.*