

ABSTRAK

LUTHFI KHOIRUNNISA FADHILA, NIM. 1221030101, 2026, DIMENSI PSIKOLOGIS DALAM TAFSIR SYA'RAWI: STUDI PENAFSIRAN AYAT *KHUSYŪ'* DAN *ẒIKIR* UNTUK MEMBANGUN *MINDFULNESS*, Skripsi Jurusan Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir, Fakultas Ushuluddin, UIN Sunan Gunung Djati Bandung.

Perkembangan kehidupan modern menghadirkan tekanan psikologis yang memicu kecemasan, distraksi, dan ketidakstabilan batin. Dalam konteks ini, ajaran Al-Qur'an tentang *khusyū'* dan *ẓikir* memiliki relevansi dalam membangun kesadaran batin yang selaras dengan *mindfulness*. Namun, pemaknaannya sering terbatas pada aspek ritual, sehingga diperlukan kajian tafsir yang lebih mendalam. Oleh karena itu, penelitian ini mengkaji dimensi psikologis dalam Tafsir Sya'rawi terkait penafsiran ayat *khusyū'* dan *ẓikir* serta kontribusinya dalam membangun *mindfulness*.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penafsiran Syekh Mutawalli Asy-Sya'rawi terhadap ayat-ayat yang berkaitan dengan *khusyū'* dan *ẓikir* dalam Tafsir Sya'rawi serta mengidentifikasi unsur-unsur *mindfulness* pada penafsiran *khusyū'* dan *ẓikir* dalam Tafsir Sya'rawi.

Metode penelitian yang di gunakan yakni pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif analitis. Data diperoleh melalui studi kepustakaan dengan Tafsir Sya'rawi sebagai sumber utama dan didukung literatur relevan. Data dianalisis secara sistematis untuk menemukan pola penafsiran serta keterkaitan antara *khusyū'*, *ẓikir*, dan *mindfulness*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penafsiran ayat ayat *khusyū'* dan *ẓikir*, di antaranya Q.S. Al-Mu'minun ayat 2, Q.S. Al-Baqarah ayat 45 sampai 46, Q.S. Al-Baqarah ayat 152, dan Q.S. Ar-Ra'd ayat 28, menegaskan bahwa *khusyū'* merupakan keadaan hati yang tunduk, tenang, dan sadar akan kehadiran Allah, sedangkan *ẓikir* merupakan proses menghadirkan Allah dalam hati, pikiran, dan perilaku. Keduanya berkaitan erat dalam membangun *mindfulness*, di mana *ẓikir* berfungsi sebagai *Riyāḍah* spiritual yang melatih kesadaran berkelanjutan, sementara *khusyū'* merupakan kondisi batin yang dihasilkan. Penelitian ini juga menunjukkan bahwa *khusyū'* dan *ẓikir* memiliki keterkaitan erat dalam membangun *mindfulness*. *Khusyū'* dapat mengarahkan *purposeful attention*, *present moment*, namun tidak relevan dengan *non-judgmental*, karena *khusyū'* dan *dzikri* selalu terkoneksi dengan nilai-nilai ilahiyah. *Ẓikir* berperan melatih kesadaran berkelanjutan, menstabilkan emosi, dan membentuk orientasi hidup. Dengan demikian, *ẓikir* merupakan proses, sedangkan *khusyū'* adalah kondisi batin yang dihasilkan. Keduanya menunjukkan bahwa kesadaran dalam Al-Qur'an bersifat teosentris (berpusat pada Allah), bernilai, dan berkontribusi pada ketenangan batin serta kematangan emosi.

Kata Kunci: *Khusyū'*, *Ẓikir*, *Mindfulness*, Spiritual, Penafsiran Al-Qur'an, Tafsir Sya'rawi, Syekh Muhammad Mutawalli Asy-Sya'rawi