

BAB I PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Kesehatan mental merupakan salah satu aspek penting dalam perkembangan generasi muda. World Health Organization (WHO) mendefinisikan kesehatan mental sebagai keadaan sejahtera ketika individu menyadari kemampuan dirinya, mampu menghadapi tekanan kehidupan, dapat bekerja secara produktif, serta berkontribusi dalam lingkungan sosialnya. Dalam konteks Indonesia, persoalan kesehatan mental pada generasi muda menunjukkan kondisi yang perlu mendapat perhatian. Hasil Indonesia-National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS) tahun 2022 menunjukkan bahwa 15,5 juta atau 34,9% remaja Indonesia usia 10–17 tahun mengalami masalah kesehatan mental, sedangkan 2,45 juta atau 5,5% mengalami gangguan mental yang tergolong serius. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa persoalan psikologis pada generasi muda tidak dapat dipandang hanya sebagai persoalan individual, tetapi juga sebagai bagian dari tantangan perkembangan generasi muda.(Wahdi et al., 2023)

Di kalangan mahasiswa, prevalensi masalah kesehatan mental bahkan lebih tinggi, dengan 6,9% mahasiswa memiliki ide bunuh diri dan 3% pernah melakukan percobaan bunuh diri.(Nugroho et al., 2022) Riset Kesehatan Dasar (Riskesmas) 2018 juga mencatat bahwa prevalensi gangguan mental emosional dengan gejala depresi dan kecemasan untuk usia 15 tahun ke atas mencapai 6,1% atau setara 11 juta orang, dengan 80-90% kasus bunuh diri merupakan akibat dari depresi dan kecemasan yang tidak tertangani.(Idris et al., 2023) Fenomena ini diperparah oleh rendahnya akses layanan kesehatan mental, di mana hanya 2,6% remaja yang bermasalah mendapatkan konseling emosi dan perilaku. Berdasarkan data-data tersebut, dapat disimpulkan bahwa Indonesia sedang menghadapi krisis kesehatan mental generasi muda yang memerlukan solusi komprehensif dan segera.

Tantangan tersebut semakin kompleks seiring dengan perubahan kehidupan sosial dan perkembangan teknologi digital. Generasi muda menghadapi berbagai tuntutan, seperti tekanan akademik, ekspektasi sosial, perubahan relasi interpersonal, serta paparan media sosial yang dapat memengaruhi cara individu memandang dirinya dan lingkungannya. Dalam menghadapi berbagai tuntutan tersebut, kondisi psikologis individu tidak hanya berkaitan dengan ada atau tidaknya gangguan mental, tetapi juga dengan kapasitas individu dalam memahami dirinya, mengelola emosi, mempertimbangkan tindakan, menyesuaikan diri, dan menjalankan tanggung jawab secara tepat. Kapasitas tersebut berkaitan dengan kematangan psikologis, yang menjadi penting untuk dikaji sebagai bagian dari kemampuan individu dalam menghadapi berbagai tuntutan kehidupan secara adaptif. (Subandi, n.d.)

Berdasarkan penelusuran tersebut, penelitian ini diarahkan untuk mengidentifikasi konsep *hilm* dalam Al-Qur'an, dimensi dan indikator yang membentuknya, serta keterkaitannya dengan kematangan psikologis. Kajian ini diharapkan dapat memperkaya penelitian mengenai konsep-konsep Qur'ani yang berkaitan dengan pembentukan karakter dan pengembangan diri manusia. Di sisi lain, dialog dengan konsep kematangan psikologis memberikan ruang untuk melihat relevansi nilai-nilai *hilm* dalam konteks kehidupan manusia modern, tanpa menghilangkan karakteristik dan landasan makna *hilm* sebagai konsep yang bersumber dari Al-Qur'an. Studi menunjukkan bahwa mahasiswa menghabiskan lebih dari tiga jam per hari menggunakan media sosial, dan pola penggunaan tersebut berkorelasi dengan meningkatnya kecemasan serta perasaan rendah diri akibat perbandingan sosial. Ketidakmampuan mengelola emosi (*emotional immaturity*), kurangnya tujuan hidup yang jelas (*spiritual emptiness*), rendahnya empati sosial, dan keterbatasan berpikir reflektif membuat mereka rentan terhadap gangguan mental. (Osman, 2025) Konsep kematangan psikologi (*psychological maturity*) menjadi sangat signifikan karena menawarkan pendekatan preventif dan holistik dalam mengatasi akar masalah, bukan sekadar menyembuhkan gejala. Oleh karena itu, mengkaji

konsep kematangan psikologi strategis sebagai upaya preventif mengatasi krisis kesehatan mental di Indonesia.

Kematangan psikologis pada dasarnya berkaitan dengan kemampuan individu untuk mengelola diri dan merespons kehidupan secara matang. Individu yang matang tidak hanya mampu mengendalikan dorongan emosional, tetapi juga mampu mempertimbangkan tindakan, mengambil keputusan secara sadar, menyesuaikan diri terhadap perubahan, membangun hubungan yang sehat, serta menjalankan tanggung jawab. (Schultz, 1991) Konsep tersebut telah banyak dibahas dalam kajian psikologi melalui berbagai perspektif. Namun, pemahaman mengenai kematangan psikologis tidak hanya dapat dikaji melalui kerangka psikologi modern, tetapi juga dapat ditelusuri melalui sumber-sumber keislaman. Al-Qur'an, sebagai sumber utama ajaran Islam, memberikan perhatian terhadap pembentukan kualitas manusia melalui berbagai konsep yang berkaitan dengan jiwa, akal, perilaku, pengendalian diri, dan hubungan sosial.

Kajian mengenai persoalan psikologis dalam perspektif Islam telah berkembang dalam penelitian keislaman. Salah satunya tampak dalam penelitian yang mengkaji indeks kesehatan mental berdasarkan hadis Rasulullah Saw. melalui pendekatan psikologis. Penelitian tersebut menunjukkan adanya upaya untuk mengidentifikasi aspek-aspek kesehatan mental melalui sumber ajaran Islam. (Yasmin et al., 2022) Al-Qur'an sebagai kitab suci umat Islam tidak hanya mengatur aspek ritual ibadah, tetapi juga menawarkan konsep komprehensif tentang kematangan psikologi yang mengintegrasikan dimensi jasmani, psikologis, dan spiritual. Al-Qur'an membahas berbagai aspek psikologi manusia seperti *nafs* (jiwa), *qalb* (hati), *aql* (akal), dan *ruh* (roh) dengan panduan praktis untuk mencapai kematangan di setiap dimensi tersebut. (Muthalib, 2024)

Al-Qur'an memang tidak menggunakan istilah *psychological maturity* sebagaimana terminologi psikologi modern. Akan tetapi, Al-Qur'an menggambarkan berbagai karakter dan kemampuan manusia yang berkaitan dengan proses pembentukan diri. Salah satu konsep yang menarik untuk ditelusuri adalah *ḥilm*. Secara kebahasaan, akar kata ḥ-l-m memiliki sejumlah makna yang berkaitan dengan ketenangan, pengendalian diri, tidak tergesa-gesa dalam menghadapi suatu persoalan, serta kemampuan menggunakan pertimbangan akal. Makna tersebut dapat ditemukan dalam berbagai bentuk derivasi ḥ-l-m dalam Al-Qur'an, seperti *al-ḥulm*, *al-ḥalīm*, dan *aḥlām*. Namun, keberagaman bentuk dan konteks penggunaannya menunjukkan bahwa makna *ḥilm* dalam Al-Qur'an tidak dapat disederhanakan hanya pada satu pengertian atau langsung disamakan dengan konsep tertentu dalam psikologi.

Keragaman penggunaan derivasi ḥ-l-m tersebut menjadi penting untuk dikaji secara lebih mendalam. *Al-ḥulm*, *al-ḥalīm*, dan *aḥlām* muncul dalam konteks ayat yang berbeda sehingga perlu dilihat berdasarkan konteks masing-masing ayat dan hubungan antarayatnya. Dengan demikian, pemahaman mengenai *ḥilm* tidak cukup hanya didasarkan pada definisi leksikal, tetapi perlu dikonstruksi melalui penelusuran keseluruhan ayat yang berkaitan serta penafsiran para mufasir. Dari proses tersebut dapat diketahui bagaimana Al-Qur'an menggambarkan karakter *ḥilm*, bentuk-bentuknya, serta nilai yang terkandung di dalamnya.

Dalam konteks tersebut, penelitian ini tidak berangkat dari anggapan bahwa *ḥilm* identik dengan kematangan psikologis. Kedekatan beberapa karakteristik *ḥilm* dengan aspek-aspek kematangan psikologis justru menjadi alasan untuk mengkajinya lebih lanjut. Oleh karena itu, penelitian terlebih dahulu diarahkan untuk menemukan konstruksi konsep *ḥilm* dalam Al-Qur'an. Setelah konsep tersebut diperoleh, dimensi dan indikatornya kemudian dianalisis untuk melihat titik temu antara karakter *ḥilm* dengan aspek kematangan psikologis. Dengan posisi demikian, kematangan psikologis digunakan sebagai perspektif dialog

untuk memahami relevansi karakter *ḥilm*, bukan sebagai dasar untuk menentukan makna *ḥilm* dalam Al-Qur'an.

Untuk memperoleh pemahaman yang utuh, penelitian ini menggunakan metode tafsir *maudhu'i* menurut Mustafa Muslim. Metode tersebut memungkinkan ayat-ayat yang berkaitan dengan suatu tema dihimpun dan dianalisis secara menyeluruh sehingga konsep yang dikaji tidak hanya dipahami berdasarkan satu ayat. Dalam penelitian ini, ayat-ayat yang memuat derivasi akar kata *ḥ-l-m* dihimpun dan diklasifikasikan, kemudian dianalisis dengan memperhatikan konteks ayat, *munāṣabah*, serta penafsiran para mufasir. Penelitian juga menggunakan beberapa kitab tafsir, yaitu tafsir Ibn 'Āsyūr, al-Marāghī, al-Munīr karya Wahbah al-Zuhailī, al-Miṣbāḥ karya M. Quraish Shihab, dan al-Azhar karya Hamka. Melalui proses tersebut, konsep *ḥilm* tidak ditentukan berdasarkan asumsi awal, tetapi dirumuskan dari keseluruhan data ayat dan penafsirannya.

Berdasarkan penelusuran tersebut, penelitian ini diarahkan untuk mengidentifikasi **konsep *ḥilm* dalam Al-Qur'an, dimensi dan indikator yang membentuknya, serta keterkaitannya dengan kematangan psikologis.** Kajian ini diharapkan dapat memperkaya penelitian mengenai konsep-konsep Qur'ani yang berkaitan dengan pembentukan karakter dan pengembangan diri manusia. Di sisi lain, dialog dengan konsep kematangan psikologis memberikan ruang untuk melihat relevansi nilai-nilai *ḥilm* dalam konteks kehidupan manusia modern, tanpa menghilangkan karakteristik dan landasan makna *ḥilm* sebagai konsep yang bersumber dari Al-Qur'an. Oleh karena itu, penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "**Konsep *Ḥilm* sebagai Dimensi Kematangan Psikologis dalam Al-Qur'an: Analisis Tafsir Maudhu'i Menurut Mustafa Muslim.**"

B. RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang di atas, penelitian ini merumuskan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana konsep *Hilm* dalam Al-Qur'an berdasarkan analisis tafsir maudhu'i menurut Mustafa Muslim?
2. Apa saja dimensi dan indikator konsep *Hilm* dalam Al-Qur'an?
3. Bagaimana *Hilm* mendukung kematangan psikologis?

C. TUJUAN PENELITIAN

Penelitian ini bertujuan untuk:

1. Untuk mengetahui konsep *Hilm* dalam Al-Qur'an berdasarkan metode tafsir maudhu'i menurut Mustafa Muslim.
2. Untuk mengetahui dimensi dan indikator konsep *Hilm* dalam Al-Qur'an.
3. Untuk mengetahui bagaimana *Hilm* mendukung kematangan psikologis.

D. MANFAAT PENELITIAN

Penelitian ini memiliki manfaat teoretis dan praktis yang signifikan bagi pengembangan ilmu pengetahuan dan penanganan masalah kesehatan mental di Indonesia.

1. Manfaat Teoretis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoretis yang signifikan dalam pengembangan ilmu tafsir dan psikologi Islam. Secara metodologis, penelitian ini mengaplikasikan metode tafsir maudhu'i menurut Mustafa Muslim secara operasional, sehingga memperkaya khazanah metodologi tafsir tematik dengan contoh konkret penerapan langkah-langkah sistematisnya pada tema psikologi kontemporer. Dari perspektif keilmuan psikologi Islam, penelitian ini memberikan kontribusi spesifik melalui pendalaman konsep *Hilm* sebagai indikator kematangan psikologis, yang memperkaya konstruk-konstruk psikologis berbasis Al-Qur'an. Selain itu, penelitian ini berperan sebagai jembatan interdisipliner antara ilmu tafsir, psikologi, dan kesehatan mental sehingga menghasilkan sintesis konseptual yang kaya dan multidimensi.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan memberikan dampak aplikatif yang luas dalam berbagai bidang kehidupan. Bagi generasi muda, pemahaman mendalam tentang konsep *Hilm* dapat menjadi panduan praktis dalam mengembangkan keterampilan regulasi emosi, ketahanan psikologis, dan kebijaksanaan bertindak untuk menghadapi tantangan kehidupan modern. Dalam ranah layanan psikologis, temuan penelitian dapat menjadi landasan bagi pengembangan modul konseling Islami berbasis *Hilm*, teknik terapi pengendalian emosi, dan program intervensi psikologis yang mengintegrasikan nilai-nilai spiritual dengan pendekatan psikologis kontemporer. Bagi lembaga pendidikan, konsep *Hilm* dapat diintegrasikan dalam kurikulum pendidikan karakter, program mentoring mahasiswa, dan pelatihan soft skills untuk membangun ketahanan mental dan kedewasaan psikologis peserta didik.

E. TINJAUAN PUSTAKA

Penulis menemukan beberapa penelitian yang memiliki keterkaitan dengan yang akan dibahas oleh penulis:

- 1) Skripsi oleh Guruh Nugraha (2019) yang berjudul “Kajian Semantik Kata *Hilmun* dan Derivasinya dalam Al-Qur’an.” Penelitian ini berfokus pada analisis semantik terhadap kata *Hilm* beserta derivasinya dengan menelusuri makna kata berdasarkan penggunaan dan konteks ayat-ayat Al-Qur’an. Persamaan penelitian Nugraha dengan penelitian ini terletak pada objek kajiannya, yaitu *Hilm* dan derivasinya dalam Al-Qur’an. Adapun perbedaannya terletak pada pendekatan dan fokus analisis. Penelitian Nugraha menitikberatkan kajian pada aspek kebahasaan dan makna semantik, sedangkan penelitian ini menggunakan metode tafsir *maudhu’i* untuk mengonstruksi konsep *Hilm* berdasarkan ayat-ayat yang relevan. Selanjutnya, penelitian ini tidak hanya mengkaji makna *Hilm*, tetapi juga mengidentifikasi dimensi dan indikatornya serta menganalisis keterkaitannya dengan kematangan psikologis. (Nugraha, 2019)

- 2) Kajian lain mengenai *Hilm* dilakukan oleh Nur Anisa Septiani (2023) melalui penelitian berjudul “Penafsiran Ḥalīm dalam Al-Qur’an: Kajian Tafsir Tematik.” Penelitian tersebut berfokus pada penafsiran ayat-ayat yang berkaitan dengan kata ḥalīm untuk memperoleh pemahaman mengenai konsep *Hilm* berdasarkan kajian tafsir tematik. Persamaan penelitian Septiani dengan penelitian ini terletak pada objek kajian, yaitu derivasi ḥalīm dalam Al-Qur’an, serta penggunaan pendekatan tematik dalam menganalisis ayat-ayat yang berkaitan dengan tema tersebut. Perbedaannya terletak pada arah dan tujuan penelitian. Penelitian Septiani berfokus pada penafsiran konsep ḥalīm berdasarkan ayat-ayat Al-Qur’an, sedangkan penelitian ini berupaya mengonstruksi konsep *Hilm* secara lebih sistematis dengan mengidentifikasi dimensi dan indikatornya, kemudian menghubungkannya dengan kematangan psikologis. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya melanjutkan kajian tafsir tematik mengenai *Hilm*, tetapi juga memperluasnya ke dalam analisis psikologis. (Septiani, 2023)
- 3) Artikel jurnal yang ditulis oleh Leu pada tahun 2021, berjudul “Dampak Penyapihan Menurut Al-Qur’an dalam Meningkatkan Kematangan Psikologi Anak Masa Kini: Studi Terhadap QS. al-Baqarah ayat 233”, menganalisis konsep kematangan psikologi anak melalui kajian ayat tentang penyapihan dan menjelaskan bahwa penyapihan yang tepat waktu berkontribusi pada pembentukan kemandirian, kesiapan emosional, dan penguatan karakter anak. Persamaannya dengan penelitian ini adalah sama-sama menggunakan pendekatan psikologi Qur’ani dan menyinggung istilah kematangan psikologi. Perbedaannya, penelitian tersebut hanya fokus pada konteks anak dan berlandaskan satu ayat saja. Namun, penelitian tersebut belum mengkaji secara spesifik konsep *Hilm* sebagai indikator kematangan psikologis, serta belum menggunakan metode tafsir maudhu’i Mustafa Muslim. Gap yang tersisa adalah belum adanya konstruksi konseptual kematangan

psikologi yang berfokus pada *Hilm* dengan pendekatan metodologis Mustafa Muslim.(Leu, 2021)

- 4) Skripsi yang ditulis oleh Dinda Aulia pada tahun 2021, berjudul “Pengendalian Emosi Sedih Menurut Al-Qur'an (Kajian Tafsir Surah Yusuf Ayat 86 Dengan Pendekatan Psikologi)” meneliti cara Nabi Ya'qub mengelola kesedihan mendalam berdasarkan QS. Yusuf: 86. meneliti strategi pengelolaan kesedihan Nabi Yakub melalui pendekatan psikologi Qur'ani. Persamaannya dengan penelitian ini adalah sama-sama mengkaji aspek psikologis dari Al-Qur'an. Perbedaannya, penelitian tersebut sangat terbatas pada satu jenis emosi dan satu ayat. Gap riset yang muncul adalah perlunya kajian komprehensif mencakup berbagai dimensi psikologi dalam perspektif Qur'ani untuk membangun konsep kematangan psikologi secara menyeluruh. Penelitian ini juga belum menyentuh konsep *Hilm* sebagai inti kajian dan belum menerapkan metode tafsir maudhu'i Mustafa Muslim.(D. A. Putri, 2021)
- 5) Artikel yang ditulis oleh Uswatun Khasanah dkk. Pada tahun 2021, berjudul “Dinamika Kepribadian Dalam Perspektif Psikologi Islam Dengan Fokus Pada Telaah Konsep *Nafs* Amarah, *Lawwamah*, Dan *Muthmainnah* Serta Korelasinya Dengan Tingkatan Keimanan Yaitu Iman, Islam, Dan Ihsan” membahas hubungan tingkatan *nafs* dengan perkembangan spiritual (Islam-Iman-Ihsan) melalui metode *library research*. Temuannya menegaskan bahwa perkembangan spiritual bersifat bertahap sesuai perkembangan *nafs*. Keterkaitannya dengan penelitian ini terletak pada pemahaman *nafs* sebagai unsur psikologis penting. Namun studi ini tidak mengembangkan konsep kematangan psikologi secara komprehensif dan belum memanfaatkan metode tafsir maudhu'i untuk menghimpun ayat secara tematik. Lebih spesifik, penelitian ini belum mengeksplorasi konsep *Hilm* sebagai indikator kematangan psikologis, dan belum mengaplikasikan kerangka metodologis Mustafa Muslim.(Khasanah et al., 2021)

- 6) Artikel yang ditulis oleh Syafiq Mughni dan Muhammad Marzuki pada tahun 2022, berjudul “Tafsir Ayat Psikologi, Memaknai Ayat Al-Qur’an Tentang Resiliensi Jiwa Dan Urgensinya Dalam Kehidupan Sosial” membahas konsep resiliensi jiwa dalam Al-Qur’an yang dipahami sebagai kemampuan seseorang untuk tetap tegar dan bangkit kembali setelah menghadapi tekanan hidup, melalui nilai-nilai sabar, tawakal, dan husnudzon sebagai dasar ketahanan mental. Penelitian ini menekankan bahwa ketiga nilai tersebut berperan penting dalam membentuk kekuatan psikologis dan spiritual seseorang. Adapun persamaan dengan penelitian ini terletak pada kajian aspek psikologi manusia dalam perspektif Al-Qur’an. Sedangkan perbedaannya, artikel ini hanya memfokuskan pembahasan pada satu aspek psikologi yaitu resiliensi, sementara penelitian penulis mengkaji konsep kematangan psikologi secara lebih menyeluruh. Lebih khusus, penelitian ini belum menyentuh konsep *Hilm* sebagai inti kajian dan belum menerapkan metode Mustafa Muslim secara sistematis. Dengan demikian, gap penelitian yang muncul adalah belum adanya konstruksi konsep kematangan psikologi secara komprehensif mencakup dimensi emosional, spiritual, sosial, dan kognitif melalui pendekatan tafsir maudhu’i yang menghimpun ayat-ayat al-Qur’an secara luas. (Mughni & Marzuk, 2022)
- 7) Skripsi yang ditulis oleh Maria Qibtiyah pada tahun 2023, berjudul "Emosi dalam Perspektif Al-Qur'an" meneliti term-term dalam Al-Qur’an yang berkaitan dengan konsep emosi melalui pendekatan tafsir maudhu’i. Penelitian ini menemukan bahwa Al-Qur’an memberikan panduan dalam mengelola emosi melalui praktik dzikir dan penguatan kesadaran diri (*self-awareness*) sebagai bentuk pengendalian internal. Persamaan penelitian ini dengan penelitian penulis terletak pada penggunaan metode tafsir maudhu’i serta fokus pada aspek psikologis dalam ayat-ayat Al-Qur’an. Perbedaannya, penelitian tersebut hanya menelaah satu aspek kejiwaan, yaitu emosi, sehingga belum

menghubungkannya dengan konsep kematangan psikologi secara komprehensif dan multidimensional. Lebih lanjut, penelitian ini belum secara khusus membahas *Hilm* sebagai konstruk sentral, dan meskipun menggunakan pendekatan *maudhu'i*, tidak secara eksplisit mengacu pada kerangka metodologis Mustafa Muslim. Kesenjangan penelitian yang dapat diidentifikasi adalah belum adanya integrasi pembahasan mengenai indikator-indikator kematangan psikologi dalam perspektif Al-Qur'an secara utuh, yang menjadi arah pengembangan penelitian penulis. (Qibtiyah, 2023)

- 8) Artikel yang ditulis oleh Ismiati pada tahun 2024 yang berjudul “Penafsiran Ayat-Ayat tentang Psikologi dalam Al-Qur'an: Perspektif Spiritual dan Mental Kesehatan” berfokus pada penafsiran ayat-ayat psikologi dalam kaitannya dengan kesehatan mental melalui pendekatan tafsir tematik. Penelitian tersebut menegaskan bahwa spiritualitas memiliki peran penting dalam menjaga stabilitas mental dan menjadi fondasi dalam penyembuhan serta penguatan psikologis manusia. Persamaan penelitian ini dengan penelitian penulis terletak pada penggunaan pendekatan tafsir *maudhu'i* dalam mengkaji tema-tema psikologi dalam Al-Qur'an. Sedangkan Perbedaannya, artikel ini tidak mengulas konsep kematangan psikologis maupun indikator kematangannya secara sistematis, sementara penelitian penulis secara khusus menyoroti kematangan psikologi sebagai konsep tematik tersendiri dalam Al-Qur'an. Selain itu, penelitian ini belum mengkhususkan analisis pada konsep *Hilm* dan belum mengacu pada kerangka metodologis Mustafa Muslim yang spesifik. Kesenjangan penelitian yang tampak adalah belum adanya kajian komprehensif yang memadukan ayat-ayat Al-Qur'an dengan teori-teori psikologi modern untuk merumuskan indikator kematangan psikologis secara integratif, sehingga ruang tersebut menjadi urgensi yang akan diisi dalam penelitian ini. (Ismiati, 2024)

- 9) Skripsi yang ditulis oleh De Isvahan Nur Muharam pada tahun 2024 berjudul “Konsep Jiwa dalam Al-Qur’an Perspektif Teori Psikoanalisa Sigmund Freud” mengkaji pemaknaan konsep *nafs* dalam Al-Qur’an serta mengaitkannya dengan struktur kepribadian menurut Sigmund Freud (id, ego, dan superego). Penelitian ini menemukan adanya titik temu antara tingkatan *nafs* dan dinamika kepribadian dalam teori psikoanalisa modern, khususnya dalam proses pengendalian diri dan perkembangan kepribadian manusia. Persamaan penelitian ini dengan penelitian penulis terletak pada penggunaan pendekatan tafsir maudhu’i dalam mengkaji tema-tema psikologi dalam Al-Qur’an. Perbedaannya, artikel ini tidak mengulas konsep kematangan psikologis secara sistematis, belum mengkhususkan analisis pada konsep *Hilm*, dan tidak menggunakan kerangka metodologis Mustafa Muslim. Kesenjangan penelitian yang tampak adalah belum adanya kajian komprehensif yang memadukan ayat-ayat Al-Qur’an dengan teori psikologi modern untuk merumuskan indikator kematangan psikologis berbasis *Hilm* melalui metode Mustafa Muslim. (Muharam, 2024)

F. KERANGKA BERPIKIR

Kondisi kesehatan mental generasi muda Indonesia menunjukkan persoalan yang perlu mendapat perhatian. Data Indonesia-National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS) tahun 2022 menunjukkan bahwa 34,9% remaja Indonesia usia 10–17 tahun mengalami masalah kesehatan mental dan 5,5% mengalami gangguan mental yang tergolong serius. Temuan tersebut menunjukkan pentingnya perhatian terhadap kemampuan individu dalam menghadapi berbagai tuntutan dan tekanan kehidupan secara adaptif. (Wahdi et al., 2023)

Dalam konteks tersebut, kematangan psikologis menjadi salah satu aspek yang relevan untuk dikaji. Kematangan psikologis berkaitan dengan kemampuan individu dalam mengelola diri, mengendalikan respons emosional,

memahami kondisi diri, mempertimbangkan tindakan, menyesuaikan diri terhadap situasi, membangun hubungan yang sehat, serta menjalankan tanggung jawab. Dengan demikian, kematangan psikologis tidak ditempatkan sebagai penyebab langsung dari persoalan kesehatan mental, tetapi sebagai kapasitas internal yang membantu individu menghadapi tuntutan kehidupan secara lebih matang dan adaptif.

Konsep kematangan psikologis selama ini banyak dikembangkan dalam disiplin psikologi. Namun, konsep tersebut dapat pula didialogkan dengan perspektif Al-Qur'an. Al-Qur'an tidak menggunakan istilah *psychological maturity* sebagai terminologi psikologi modern, tetapi memuat berbagai konsep yang menggambarkan kualitas manusia dalam mengelola diri, menggunakan pertimbangan, menghadapi persoalan, dan membangun hubungan dengan orang lain. Oleh karena itu, diperlukan penelusuran terhadap konsep-konsep Qur'ani yang memiliki relevansi dengan pembentukan kematangan diri.

Salah satu konsep yang menarik untuk dikaji adalah *ḥilm*. Secara kebahasaan, akar kata ḥ-l-m memiliki keterkaitan dengan ketenangan, pengendalian diri, tidak tergesa-gesa dalam menghadapi persoalan, serta pertimbangan akal. Dalam Al-Qur'an, akar kata tersebut hadir dalam beberapa bentuk derivasi, antara lain *al-ḥulm*, *al-ḥalīm*, dan *aḥlām*. Keragaman bentuk dan konteks tersebut menunjukkan bahwa *ḥilm* memiliki cakupan makna yang perlu ditelusuri secara menyeluruh, sehingga pemahamannya tidak cukup hanya berdasarkan satu definisi leksikal.

Oleh karena itu, penelitian ini tidak langsung menyamakan *ḥilm* dengan kematangan psikologis. Konsep *ḥilm* terlebih dahulu dikaji berdasarkan ayat-ayat Al-Qur'an yang memuat derivasi akar kata ḥ-l-m. Setiap ayat dianalisis dengan memperhatikan konteks, *munāsabah*, serta penafsiran para mufasir untuk memperoleh pemahaman yang utuh mengenai konsep *ḥilm* dalam Al-Qur'an. Hasil penafsiran tersebut kemudian disintesis untuk menemukan dimensi dan indikator *ḥilm*.

Untuk melakukan proses tersebut, penelitian menggunakan metode tafsir *maudhu'ī* menurut Mustafa Muslim. Metode ini digunakan untuk menghimpun ayat-ayat yang berkaitan dengan tema, mengkaji konteks dan hubungan antarayat, serta mensintesis penafsiran sehingga diperoleh konstruksi konsep yang menyeluruh. Penafsiran ayat dalam penelitian ini didukung oleh tafsir Ibn 'Āsyūr, al-Marāghī, Wahbah al-Zuhailī, M. Quraish Shihab, dan Hamka.

Setelah konsep, dimensi, dan indikator *ḥilm* diperoleh dari analisis Al-Qur'an dan tafsir, hasil tersebut kemudian didialogkan dengan konsep kematangan psikologis. Dialog ini digunakan untuk melihat titik temu antara karakteristik *ḥilm* dengan aspek-aspek kematangan psikologis, bukan untuk menentukan makna *ḥilm* berdasarkan teori psikologi. Dengan demikian, penelitian diarahkan untuk menjawab tiga persoalan, yaitu bagaimana konsep *ḥilm* dalam Al-Qur'an, apa dimensi dan indikator *ḥilm*, serta bagaimana *ḥilm* dan dimensinya mendukung kematangan psikologis.

G. SISTEMATIKA PENULISAN

Sistematika penulisan penelitian ini sebagai rangkaian pembahasan dalam penelitian yang berguna untuk memudahkan pembaca dan penulis memahami alur yang akan dikaji pada penelitian ini. Adapun sistematika penulisan ini sebagai berikut:

BAB I Pendahuluan, Bab ini memaparkan dasar dan arah penelitian yang meliputi latar belakang penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, penelitian terdahulu, kerangka berpikir, metode penelitian, dan sistematika penulisan..

BAB II Landasan Teori, Bab ini membahas landasan konseptual yang digunakan dalam penelitian, meliputi konsep *ḥilm* dalam Al-Qur'an dan literatur Islam, kematangan psikologis beserta karakteristik atau indikatornya, pendekatan interdisipliner dalam dialog antara konsep Qur'ani dan psikologi,

serta tafsir maudhu'i dan metode tafsir maudhu'i menurut Mustafa Muslim sebagai landasan metodologis dalam memahami konsep ḥilm.

BAB III Metodologi Penelitian, Bab ini menjelaskan metodologi penelitian yang digunakan, meliputi jenis dan pendekatan penelitian, metode tafsir maudhu'i menurut Mustafa Muslim, sumber data, teknik pengumpulan data, serta teknik analisis data yang digunakan dalam mengkaji ayat-ayat yang memuat derivasi akar kata ḥ-l-m.

BAB IV Hasil Penelitian, Bab ini menyajikan hasil penelitian mengenai konsep ḥilm dalam Al-Qur'an. Pembahasan meliputi inventarisasi dan klasifikasi ayat-ayat yang memuat derivasi akar kata ḥ-l-m, analisis kebahasaan dan konteks ayat, asbāb al-nuzūl apabila relevan, munāsabah, serta penafsiran ayat berdasarkan pandangan para mufasir. Selanjutnya, hasil penafsiran disintesis untuk merumuskan konsep, dimensi, dan indikator ḥilm dalam Al-Qur'an. Bagian akhir membahas titik temu antara dimensi dan indikator ḥilm dengan aspek-aspek kematangan psikologis melalui dialog interdisipliner.

BAB V Penutup, Bab ini merupakan bagian akhir penelitian yang memuat kesimpulan berdasarkan hasil pembahasan untuk menjawab rumusan masalah, serta saran yang ditujukan bagi penelitian selanjutnya agar konsep ḥilm dapat dikembangkan melalui perspektif, pendekatan, atau objek kajian yang berbeda.