

ABSTRAK

Iis Kartika : *“Pemahaman Hadis tentang berpikir positif dengan pendekatan psikologi”*

Berpikir merupakan aktifitas psikis yang intensional, dan terjadi apabila seseorang menjumpai masalah yang harus dipecahkan. Proses berpikir dinilai sangat penting karena berkaitan dengan perilaku dan berbagai hasil kehidupan. Pola berpikir negatif membawa banyak dampak buruk pada psikologis manusia. Salah satu dari aspek kesehatan mental yang cukup besar dipengaruhi oleh berpikir positif ialah aspek kepuasan hidup. Seseorang yang kondisi mentalnya sehat tentunya akan merasakan kepuasan di dalam hidupnya. Di sisi lain, kepuasan hidup ketika menilai kualitas hidup sangat dipengaruhi oleh persepsi individu. Pikiran negatif akan menambah rasa unik pada perasaan depresi, stres, kecemasan, kepuasan hidup yang rendah, dan kurangnya kesejahteraan. Pikiran positif, di sisi lain, dapat membuat perubahan unik pada kebahagiaan dan kepuasan dalam hidup.

Penelitian ini berfokus pada kajian hadis tentang konsep berpikir positif dengan meneliti sanad dan matan hadisnya serta makna hadis dengan dilihat dari sudut pandang psikologi. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif dengan metode kajian pustaka sehingga proses analisisnya dengan mengumpulkan data dari kitab-kitab, buku serta jurnal. Diantaranya yakni kitab Shahih Bukhari, Shahih Muslim, Sunan Ibnu Majah dan Sunan At Tirmidzi.

Dari proses penelitian di peroleh kesimpulan bahwa hadis tentang berpikir positif ini berderajat shahih dan dapat di amalkan. Islam memotivasi manusia agar bersikap optimis dan selalu berpikir positif. Karena dengan berpikir positif kepada Allah SWT akan menimbulkan semangat untuk berperilaku lebih baik lagi dan beramal ibadah yang lebih baik lagi.

Kata Kunci: hadis, berpikir positif, psikologi