

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

Dalam suatu penelitian, hadirnya pendahuluan menjadi langkah yang pertama ketika melakukan sebuah penelitian. Pada bab ini, peneliti paparkan pendahuluan yang meliputi latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, kegunaan penelitian, tinjauan pustaka, kerangka berpikir, metodologi penelitian, dan sistematika penulisan dalam penelitian. Dalam pendahuluan ada latar belakang masalah, hal ini bertujuan untuk memudahkan peneliti dalam menjalankan penelitian secara berkelanjutan (Heryana, 2020, hal. 1–4). Pada latar belakang masalah, peneliti paparkan temuan penelitian yang dijadikan pedoman atau acuan pada proses penelitiannya, berupa penyebab, masalah, dan cara menanggulangnya ketiganya digambarkan secara rinci pada latar belakang. Guna mempertegas penelitian, peneliti paparkan rumusan masalah dan tujuan penelitian. Sedangkan untuk memperjelas penelitian, peneliti paparkan kerangka berpikir yang berisi pokok-pokok teori yang akan dipaparkan dan digunakan pada analisis hasil. Selain itu, untuk penelitian ini, peneliti paparkan metodologi penelitian guna mengarahkan langkah yang harus ditempuh dalam penyelesaian penelitian.

### **A. Latar Belakang Masalah**

Kasih sayang yang Allah Swt. berikan kepada seluruh makhluk hidup ialah dengan bukti hadirnya Al-Qur'an di tengah kehidupan. Al-Qur'an dianggap panduan yang memiliki solusi untuk berbagai permasalahan hidup manusia, termasuk mengatasi kecemasan dan moral manusia. Al-Qur'an dianggap sebagai obat untuk mengatasi masalah-masalah ini. Al-Qur'an juga dianggap sebagai sumber rahmat yang dapat meningkatkan iman dan ketakwaan serta mendorong manusia untuk mencari kebaikan. Namun, manfaat tersebut hanya akan dirasakan oleh mereka yang sungguh-sungguh mengimani, memercayai, dan mengikuti ajaran Al-Qur'an. Hanya bagi merekalah, Al-Qur'an memiliki fungsi sebagai rahmat sekaligus penyembuh dalam kehidupan (ad-Dimasyqi, 2000c).

Menjadi manusia yang ideal sudah dijelaskan dalam panduan umat muslim yaitu Al-Qur'an. Terminologi "Manusia Ideal" yang terdapat pada Al-Qur'an lebih cenderung menggunakan istilah "*al-Insān*" daripada istilah "*al-Basyār*", "*al-Nās*", atau "*Banī Ādam*". Manusia merupakan satu-satunya wujud makhluk yang diciptakan dengan sebaik-baiknya penciptaan, di antara tanda perbedaan penciptaan dengan makhluk hidup lainnya ialah dengan memiliki akal untuk berpikir. Sebagaimana tertuang dalam QS. At-Tin ayat 4: "*Sungguh, Kami telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya*". Melalui kitab Tafsir Al-Munir, Prof. Dr. Wahbah az-Zuhaili menafsirkan ayat ini bahwa sesungguhnya penciptaan manusia yang Allah buat ialah dengan rupa dan bentuk yang sebaik-baiknya dengan 3 hal. Pertama, keseimbangan bentuk tubuh; kedua, anggota tubuh yang sesuai; ketiga, dianugerahkan ilmu, perenungan, bicara, dan hikmah. Oleh karena itu manusia merupakan makhluk yang pantas menjadi *khalifah al-ard* atau pemimpin di muka bumi (az-Zuhaili, 2013b, hal. 299–300).

Menurut pandangan Quraish Shihab, kata *insān* digunakan untuk merujuk kepada manusia dalam segala dimensinya, baik jiwa maupun fisiknya. Lebih lanjut, Binti asy-Syathi memberikan kontribusi berupa penegasan makna kata *al-Insān* adalah kunci yang mengangkat manusia ke posisi sebagai khalifah di bumi, bertanggung jawab atas beban taklif (amanat) dan kekuasaan. Jalaludin Rahmat juga mengaitkan konsep *al-Insān* dengan peran khususnya sebagai khalifah atau pemegang amanah. Konsep tersebut terkait dengan *akhlak al-karīmah* dan berbudi pekerti luhur. Konsep *al-Insān al-Kamīl* menurut Ibnu 'Arabi pada buku "Menjadi Manusia Holistik Pribadi Humanis-Sufistik" (Dewi, 2007, hal. 148) terletak pada keruhaniannya. Sementara menurut pandangan Muthahhari, beliau menganggap bahwa untuk menjadi seorang manusia yang sempurna sangat diperlukan nilai luhur ilahiah yang tertanam pada kepribadiannya (Dewi, 2007, hal. 149).

*Al-Insān* juga terhubung dengan sisi negatif dalam diri manusia dan dipahami sebagai bagian dari proses penciptaan manusia. Manusia adalah makhluk yang menghuni planet ini dengan segala keunikan. Mereka lahir tanpa pengetahuan, namun kemudian berkembang menjadi makhluk yang memiliki kecerdasan yang melebihi makhluk lainnya. Tingkat kecerdasan ini memungkinkan manusia untuk

berkembang menjadi makhluk berbudaya dan beradab. Selain itu, manusia memiliki kemampuan untuk menyatakan pemikiran dan perasaannya melalui berbagai ekspresi dalam konteks kehidupan individu maupun sosial (Darwis Hude, 2006, hal. 117).

Sedangkan Daud Ali dalam bukunya menyatakan bahwa manusia akan sama dengan binatang atau makhluk hidup lainnya ketika tidak memanfaatkan potensi yang dianugerahkan pencipta secara totalitas terutama pada akal, jiwa, hati, serta komponen pancaindra (Daud Ali, 1998, hal. 298). Sebagaimana firman Allah pada QS. Al-A'rāf ayat 179.

وَلَقَدْ ذَرَأْنَا لِجَهَنَّمَ كَثِيرًا مِّنَ الْجِنِّ وَالإِنسِ لَهُمْ قُلُوبٌ لَّا يَفْقَهُونَ بِهَا وَلَهُمْ أَعْيُنٌ لَّا يُبْصِرُونَ بِهَا وَلَهُمْ  
ءَاذَانٌ لَّا يَسْمَعُونَ بِهَا أُولَئِكَ كَالْأَنْعَامِ بَلْ هُمْ أَضَلُّ أُولَئِكَ هُمُ الْعَاغِلُونَ

*“Dan sesungguhnya Kami jadikan untuk (isi neraka Jahannam) kebanyakan dari jin dan manusia, mereka mempunyai hati, tetapi tidak dipergunakannya untuk memahami (ayat-ayat Allah) dan mereka mempunyai mata (tetapi) tidak dipergunakannya untuk melihat (tanda-tanda kekuasaan Allah), dan mereka mempunyai telinga (tetapi) tidak dipergunakannya untuk mendengar (ayat-ayat Allah). Mereka itu sebagai binatang ternak, bahkan mereka lebih sesat lagi. Mereka itulah orang-orang yang lalai.”*

Daud Ali mengungkapkan bahwa manusia memiliki potensi luar biasa yang membedakannya dari makhluk hidup lain. Namun, ketika manusia tidak mengembangkan potensi tersebut, ia dapat menjadi rendah dari makhluk hidup lainnya, contohnya seperti hewan (Khasinah, 2013, hal. 298).

Di era dewasa ini, sering ditemukan manusia yang bertindak tidak didasarkan atas moral, norma dan etika. Hal tersebut disebabkan karena mereka kurang menyadari akibat perbuatan yang mereka lakukan tersebut. Kasus ini umumnya terjadi pada kalangan remaja yang beranjak menuju fase dewasa, namun tidak sedikit kasus yang terjadi pada fase dewasa. Penurunan moralitas di masyarakat Indonesia saat ini juga disebabkan oleh berkurangnya jiwa spiritual dan akhlak yang seharusnya menjadi panduan sebelum bertindak. Krisis spiritual dan akhlak ini muncul sebagai dampak dari era globalisasi yang telah mengubah konsep dan pola

hidup masyarakat, mulai dari gaya berpakaian, bahasa komunikasi, pola makan, hingga perilaku yang kurang sesuai dengan norma-norma yang berlaku dalam kehidupan bersosial, berbangsa, dan bernegara.

Problematika masyarakat tersebut dapat ditangani oleh Islam sebagai agama yang *rahmatan lil'ālamīn*, karena ajaran Islam bukan hanya menyangkut peribadatan kepada sang pencipta, melainkan mengandung sumber acuan dalam mengatasi kecemasan moral yang ada pada individu manusia yang disebabkan oleh degradasi moral. Mirisnya masih banyak orang yang kurang menyadari akan dampak dari tindakannya yang kurang bermoral. Dengan latar belakang yang berbeda-beda, salah satunya berangkat dari kasus penggunaan narkoba. Menurut data survei Badan Narkotika Nasional Republik Indonesia tahun 2019 menunjukkan data sekitar 56% dari pengguna narkoba mengalami depresi dan perasaan bersalah yang amat mendalam. Sekitar 56% dari mereka juga membenci dirinya sendiri akibat perbuatannya dan bahkan sebanyak 22% ingin bunuh diri (Badan Narkotika Nasional Kota Bandung, 2020). Hal ini menunjukkan bahwa dampak fisik dan mental akibat penyalahgunaan narkoba merupakan masalah yang sangat serius. Perasaan bersalah yang meliputi mereka merupakan bentuk kesadaran diri akan perbuatannya yang telah melanggar aspek moralitas dalam dirinya. Kesadaran akan perbuatan yang buruk merupakan kebaikan, namun jika diliputi perasaan bersalah hingga merasa putus asa dan ingin bunuh diri, perlu diberikan terapi mental. Salah satunya ialah dengan menanamkan sikap optimis dalam diri bahwa dirinya bisa berubah menjadi lebih baik. Dalam Al-Qur'an, Allah Swt. juga memberikan kesempatan dan membuka jalan bagi orang-orang yang sudah melakukan kesalahan agar tidak berlarut dalam perasaan bersalah dan merasa putus asa.

Melalui ayat-Nya, Allah SWT. berfirman.

قُلْ يٰعِبَادِيَ الّٰذِيْنَ اَسْرَفُوْا عَلٰٓى اَنْفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوْا مِنْ رَّحْمَةِ اللّٰهِ اِنَّ اللّٰهَ يَغْفِرُ الذُّنُوْبَ جَمِيْعًا اِنَّهٗ هُوَ  
الْغَفُوْرُ الرَّحِيْمُ وَاَنْبِيَاۗءِ اِلٰى رَّبِّكُمْ وَاَسْلِمُوْا لَهٗ مِنْ قَبْلِ اَنْ يَّاْتِيَكُمْ الْعَذَابُ ثُمَّ لَا تُنصَرُوْنَ

*“Katakanlah: "Hai hamba-hamba-Ku yang melampaui batas terhadap diri mereka sendiri, janganlah kamu berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya Allah mengampuni dosa-dosa semuanya. Sesungguhnya Dialah Yang Maha Pengampun lagi Maha Penyayang. Dan kembalilah kamu kepada Tuhanmu, dan berserah dirilah kepada-Nya sebelum datang azab kepadamu kemudian kamu tidak dapat ditolong (lagi).” (QS. Al-Zumar [39]: 53-54)*

Selanjutnya, kasus orang yang bunuh diri di daerah Bantul karena dihantui perasaan bersalah. Dilansir dari [republika.co.id](http://republika.co.id), seorang warga mengakhiri hidupnya dengan cara melompat dari ketinggian menara telekomunikasi di daerah Bantul. Melalui penelusuran lebih lanjut, korban melakukan aksi bunuh diri akibat dari perasaan tertekan karena pernah menabrak seseorang dan dalam perasaannya korban merasa bersalah yang luar biasa (Ramadhan & Masyrafina, 2023). Sedangkan kita sebagai seorang muslim sudah tahu bahwa Allah sudah menghimbau dan melarang manusia untuk melakukan tindakan bunuh diri. Hal ini sebagaimana QS. Al-Nisā’ ayat 29:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا لَا تَأْكُلُوا أَمْوَالَكُمْ بَيْنَكُمْ بِالْبَاطِلِ إِلَّا أَنْ تَكُونَ تِجَارَةً عَنْ تَرَاضٍ مِّنكُمْ وَلَا تَقْتُلُوا أَنْفُسَكُمْ  
إِنَّ اللَّهَ كَانَ بِكُمْ رَحِيمًا

*“Hai orang-orang yang beriman, janganlah kamu saling memakan harta sesamamu dengan jalan yang batil, kecuali dengan jalan perniagaan yang berlaku dengan suka sama-suka di antara kamu. Dan janganlah kamu membunuh dirimu; sesungguhnya Allah adalah Maha Penyayang kepadamu.”*

Secara jelas, makna dari firman Allah وَلَا تَقْتُلُوا adalah larangan seorang mukmin melakukan bunuh diri, yang biasanya terjadi ketika seseorang sedang marah dan tidak mampu mengendalikan emosinya. Namun, mayoritas ahli tafsir menyatakan bahwa inti dari ayat tersebut adalah larangan membunuh sesama Muslim. Penggunaan kata ( أَنْفُسَكُمْ ) dalam ayat ini digunakan untuk memperkuat larangan tersebut, sebagaimana penggunaan kata ( أَمْوَالَكُمْ ). Meskipun demikian, tidak ada hambatan jika ayat tersebut diartikan sebagai larangan terhadap tindakan bunuh diri dan membunuh orang lain. dalam konteks ini, tindakan membunuh

merujuk pada segala perbuatan yang dapat menyebabkan kematian, termasuk mengonsumsi obat terlarang, racun dan tindakan lain yang mengancam jiwa (az-Zuhaili, 2013c, hal. 58).

Ayat tersebut merupakan seruan bagi orang yang terjerumus dalam kemaksiatan untuk bertobat dan kembali kepada Allah. Meski dosa yang dimiliki oleh manusia amat banyak seperti buih dalam lautan yang tidak mungkin terhitung jumlahnya, Allah SWT. akan selalu memaafkan orang-orang yang kembali kepadanya.

Dilihat dari sisi ilmu psikologi, bahwa kecemasan moral memang normal dirasakan ketika melakukan kesalahan dan menyadari dirinya melanggar hak-hak moral yang sudah dibangun. Menurut Freud, kecemasan moral berasal dari konflik antara *id* dan *superego* dan dihasilkan sebagai bentuk perasaan bersalah (Almokhtar A., J.M., & Azab Elsayed, 2019, hal. 80).

Jika menelisik melalui pengertian Sigmund Freud, kecemasan moral hadir sebagai perasaan bersalah dan merasa gagal dalam menegakkan moral yang sudah dibangun, dalam artian mereka melakukan kesalahan yang membuat dirinya sendiri cemas. Sedangkan dalam Islam, khususnya jika ditinjau dari ilmu tasawuf (kejiwaan), orang-orang yang melakukan kesalahan terdapat penyakit di dalam hatinya atau disebut dengan *qalbun marīd*. Seorang tokoh psikologi muslim, Abu Zayd Al-Balkhi menyatakan dalam bukunya “*Maṣāliḥ al-Dīn wa al-Anfūs*” bahwa perasaan cemas masuk ke dalam gangguan psikologis yang dapat menyakitinya fisik seseorang (Salsabila, 2008, hal. 9).

Tokoh psikologi abnormal, Nevid, Rathus & Greene menyatakan dalam karya mereka “Psikologi Abnormal” bahwa perasaan cemas sangat erat hubungannya dengan masa depan. Kerap kali perasaan cemas akan menghadapi masa depan berakibat pada turunnya harapan positif terhadap hasil tindakannya (Marettih, Elfida, & Widiningsih, 2017, hal. 50).

Semua masalah ada pemecahannya. Salah satu mukjizat yang turun melalui Nabi akhir zaman yang ketika kita memahaminya, mempelajarinya, merenungkannya pasti tidak hanya mendapatkan ajaran atau nilai sebagai tuntunan saja, melainkan menjadi pemecahan masalah dalam kehidupan. Al-Qur’an

menjawab tantangan modern melalui ayat-ayat sucinya, hal ini terdapat dalam QS. Yūnus ayat 57 yang berbunyi:

يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَتْكُمْ مَوْعِظَةٌ مِّن رَّبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِّمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ

*“Wahai manusia! Sungguh, telah datang kepadamu pelajaran (Al-Qur’an) dari Tuhanmu, penyembuh bagi penyakit yang ada dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang yang beriman.”*

Dalam ayat tersebut, penafsir kitab *Al-Munir* menafsirkan “bahwa sesungguhnya telah datang kepadamu sebuah Kitab yang di dalamnya meliputi penjelasan yang bermanfaat yang bisa memperbaiki akhlak dan amal perbuatan serta dapat mencegah dari perbuatan buruk dan keji, menjadi penawar bagi hati dan petunjuk kepada kebenaran juga rahmat orang yang beriman. Dengannya, orang-orang akan diselamatkan dari kegelapan dan dibebaskan dari dasar neraka” (az-Zuhaili, 2013e, hal. 199). Buya Hamka melalui karyanya yaitu *Tafsir Al-Azhar*, menafsirkan, “bahwasanya seruan di awal ayat menunjukkan agar manusia tidak gelisah memikirkan hari yang akan dilalui ke depan. Sebab telah datang penuntun umat manusia yakni Al-Qur’an yang mana di dalamnya terdapat obat sebagai penyembuh apa yang ada di dalam hati” (Hamka, 2003b, hal. 3315–3317).

Al-Qur’an sebagai landasan ajaran agama Islam memegang peranan penting dalam memberi inspirasi kepada pemeluknya (Hanafi, 1989, hal. 77). Selain dijadikan inspirasi, Al-Qur’an juga memiliki peran sebagai penyembuh bagi orang yang beriman ditandai oleh kemampuannya dalam menghapuskan segala bentuk keraguan, kebencian, kesesatan, gejolak batin, dan pertentangan pada *qalb* tiap manusia. Sebagaimana Al-Qur’an membuktikan bahwa ia sebagai penyembuh melalui isi kandungannya yang luar biasa *magic* mampu menenangkan jiwa, menumbuhkan keimanan dalam hati, juga menjadikan seorang mukmin untuk selalu melakukan kebaikan.

Al-Qur’an menjawab permasalahan yang ada dalam diri manusia itu salah satunya dengan bertobat. Makna tobat ialah kembali, dengan bertobat manusia akan mendapatkan ketenangan batin. Dalam konteks ilmu psikologi, tobat dimaknai

sebagai dorongan individu untuk terus mengisi dirinya dengan hal-hal positif dan perilaku yang mengarah pada pembinaan ketenteraman hati. Psikologi mendorong individu untuk selalu berada dalam keadaan tenang, tanpa memikirkan perbuatan yang salah di masa lalu. Menurut Brammer (dalam Husniati, Setiawan, & Siti Nurjanah, 2023, hal. 103), dalam psikologi, tobat memiliki fungsi sebagai *re-educational of individual* yang melibatkan pencarian persepsi dan perubahan yang jelas. Selanjutnya, hasil tersebut diintegrasikan dalam kehidupan sehari-hari, sambil melindungi diri dari perasaan sedih yang berasal dari pengalaman buruk di masa lalu.

Selain itu, tobat dalam psikologi diartikan sebagai upaya penyembuhan, pencegahan, dan pengembangan potensi yang bukan hanya untuk individu yang mengalami gangguan psikologis, tetapi juga untuk mengoptimalkan potensi yang dimiliki individu. Secara psikologis, tobat dianggap sebagai usaha individu untuk membebaskan diri dari kegelisahan, kecemasan dan pengalaman negatif yang pernah terjadi dalam hidupnya. Oleh karena itu, tobat menjadi langkah mandiri untuk melepaskan diri dari rasa cemas, kekhawatiran, dan perasaan bersalah (Husniati et al., 2023, hal. 103).

Selain itu, memperbaiki sikap juga kepribadian dalam diri seseorang menjadi solusi atas permasalahan ini. karena Allah Swt. akan mengangkat derajat manusia jika seseorang itu mau memperbaiki atas kesalahan dari dirinya sendiri. Hal tersebut terdapat dalam firman-Nya QS. Al-Syamsy [91] ayat 9-10: *“Sesungguhnya beruntunglah orang yang menyucikan jiwa itu, dan sesungguhnya merugilah orang yang mengotorinya.”* Ayat ini menjelaskan pentingnya menjalani proses penyucian jiwa untuk menjaga kelangsungan hidup manusia. Perilaku dan budi pekerti yang luhur menjadi hasil dari kesucian jiwa seseorang. Seseorang yang kurang pandai dalam menjaga sikap dan bijaksana terhadap diri sendiri dan orang lain akan mudah terkena kecemasan moral.

Jangankan manusia biasa, seorang Nabi pun pernah mengalami perasaan bersalah karena ketidaksabarannya dalam menyampaikan risalah kebenaran, yang ditunjukkan melalui firman-Nya.



وَمَا التُّونِ إِذْ ذَهَبَ مُغَضِبًا فَظَنَّ أَنْ لَنْ نَقْدِرَ عَلَيْهِ فَنَادَى فِي الظُّلُمَاتِ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ سُبْحَانَكَ  
إِنِّي كُنْتُ مِنَ الظَّالِمِينَ

“Dan (ingatlah kisah) Dzun Nun (Yunus), ketika ia pergi dalam keadaan marah, lalu ia menyangka bahwa Kami tidak akan mempersempitnya (menyulitkannya), maka ia menyeru dalam keadaan yang sangat gelap: "Bahwa tidak ada Tuhan selain Engkau. Maha Suci Engkau, sesungguhnya aku adalah termasuk orang-orang yang zalim".” (QS. Al-Anbiyā’ [21]: 87)

Menurut Wahbah al-Zuhaili dalam kitab *Tafsir Al-Munir*, ayat tersebut menegaskan adanya perasaan bersalah Nabi Yunus karena sadar atas tindakannya yang tidak bersabar menghadapi kaumnya ketika berdakwah. Kesadarannya atas kesalahan yang telah dia lakukan terungkap ketika beliau sedang berada di perut ikan paus. Hal seperti ini bukanlah hukuman dari Allah SWT., karena para nabi tidak mungkin mendapatkan hukuman. Akan tetapi, hal tersebut lebih sebagai penempatan dan pendidikan (az-Zuhaili, 2013h, hal. 128)

Berangkat dari latar belakang yang sudah dipaparkan, peneliti merasa tertarik untuk menganalisis bentuk pengakuan dari orang-orang yang menyadari kesalahannya dan bagaimana mereka mengatasi hal tersebut, untuk itu peneliti mengangkat masalah penelitian dengan judul “KECEMASAN MORAL DAN PENANGGULANGANNYA PERSPEKTIF AL-QUR’AN”. Sebagaimana Al-Qur’an memiliki pembahasan bagaimana menjadi *khalīfah al-ard* yang bermoral, Al-Qur’an juga berisi ayat-ayat *kauniyyah* atau ayat yang berupa penjelasan berbagai macam persoalan hidup yang di antaranya ialah kejiwaan manusia.

## B. Rumusan Masalah

Guna pembahasan skripsi ini terarah dan memiliki fokus pada pembahasannya, maka peneliti merasa perlu memberikan batasan masalah yang menjadi penentu dari masalah yang akan diteliti. Mengingat bagaimana pembahasan kecemasan moral luas, maka rumusan masalah yang akan hadir dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Seperti apa konsep kecemasan moral dalam Al-Qur’an?

2. Bagaimana cara menanggulangi kecemasan moral dalam Al-Qur'an?

### C. Tujuan Penelitian

Sebagaimana rumusan masalah yang telah dipaparkan di atas, maka ada beberapa tujuan penelitian, di antaranya:

1. Guna mengetahui konsep kecemasan moral dalam Al-Qur'an.
2. Guna mengetahui petunjuk yang ditawarkan Al-Qur'an dalam menanggulangi kecemasan moral.

### D. Kegunaan Penelitian

Berdasarkan perumusan masalah dan tujuan penelitian yang sudah dipaparkan sebelumnya, peneliti berharap agar studi ini dapat memberikan kontribusi yang berharga. Dalam konteks ini, pentingnya penelitian terletak pada berbagai aspek kegunaannya yang mencakup:

#### a Kegunaan Teoritis

Peneliti mengharapkan penelitian ini memiliki nilai teoritis dalam kontribusi intelektual dalam kajian Tafsir Al-Qur'an khususnya tafsir melalui metode *maudū'i* serta kontribusi khazanah keilmuan bagi pemerhati atau penggemar ayat-ayat Al-Qur'an terkait isu-isu terkini khususnya kecemasan moral dan bagaimana konsep Al-Qur'an dapat digunakan untuk mencegah dan mengatasi kecemasan moral tersebut.

#### b Kegunaan Praktis

Memberi pemahaman tentang kecemasan moral pandangan Al-Qur'an kepada peneliti juga pembaca guna memahami kecemasan moral dalam Al-Qur'an serta konsep Al-Qur'an dalam mencegah dan mengatasi gangguan tersebut secara praktis.

### E. Tinjauan Pustaka

Penelitian kecemasan moral ada beberapa kajian tinjauan pustaka yang menjadi dasar penelitian ini dengan pembahasan yang sama ataupun mendekati.

*Pertama*, artikel yang ditulis oleh Aditya Dedy Nugraha pada *Indonesian Journal of Islamic Psychology* tahun 2020 dengan judul "Memahami Kecemasan:

Perspektif Psikologi Islam”. Dalam artikelnya, peneliti menyatakan bahwa psikoterapi Islam juga mampu menurunkan tingkat kecemasan terhadap individu. Dalam proses penyembuhannya, pengobatan mencakup semua dimensi individu, termasuk intervensi biomedis seperti konsumsi obat-obatan atau terapi medis lainnya, interaksi sosial melalui dukungan keluarga, dan dimensi spiritual melalui pelaksanaan ibadah dan berdoa (Nugraha, 2020, hal. 18).

*Kedua*, artikel yang ditulis oleh Mayadah Hanawi dengan judul “Patologi Perilaku Manusia dalam Al-Qur’an” yang diterbitkan pada jurnal Nida’ Al-Qur’an di tahun 2021. Pada pembahasannya, peneliti memaparkan bentuk penyimpangan perilaku manusia yang disebutkan dalam Al-Qur’an berupa term *Zālīm*, *al-Sū’*, *al-Syār*, *al-Munkar*. Peneliti juga memaparkan faktor pemicu sikap penyimpangan yang ada dalam diri manusia yaitu berupa aspek internal seperti hawa nafsu, dan aspek eksternal seperti ketidakharmonisan keluarga dan interaksi sesama di lingkup sosial (Hanawi, 2021, hal. 39–53).

*Ketiga*, Rahmi Meldayati “Mental Disorder dalam Al-Qur’an (Tafsir *Mauḍū’ī* tentang Mental Disorder Ragam dan Penanggulangannya)” Jurusan Tafsir-Hadis Fakultas Ushuluddin UIN Syarif Hidayatullah, Jakarta pada tahun 2010. Dalam skripsinya, peneliti memaparkan penjelasan terkait manusia dan mental disorder, macam-macam mental disorder serta metode pengobatannya dalam Al-Qur’an (Meldayati, 2010, hal. 98).

*Keempat*, artikel yang ditulis oleh Nazwa Aurelia, dkk. dengan judul “Hubungan Tingkat Religiusitas dengan Kecemasan Moral”, yang diterbitkan pada jurnal Moderasi: Jurnal Kajian Islam Kontemporer, 2023. Peneliti memaparkan hasil penelitian yang diuji melalui mahasiswa, ditunjukkan bahwa tingkat religiusitas seseorang yang tinggi sangat mempengaruhi tingkat kecemasan moral. Juga menunjukkan hasil bahwa seorang yang dibesarkan dengan norma moral yang baik dan benar akan merasa sangat bersalah ketika melakukan sesuatu yang bertentangan dengan moral mereka yang sudah diyakini dari kecil (Aurelia, Immanuel Tooy, Stanley Ivander, Gerwinsa Dungus, & Qubeley Pellondo’u P, 2023, hal. 1).

*Kelima*, artikel jurnal yang berjudul “Pengelolaan dan Pengendalian Emosi Negatif Perspektif Al-Qur’an” yang ditulis oleh Miftahul Ulya, Nurliana dan Sukiyat, diterbitkan pada jurnal *el-Umdah: Jurnal Ilmu Al-Qur’an dan Tafsir*, 2021. Dalam artikel jurnalnya, peneliti memaparkan bahwa setiap individu manusia memiliki sifat-sifat negatif yang selalu mengiringinya, seperti marah dan takut. Dalam Al-Qur’an, marah disebut dengan *ghildzah* dan diungkapkan melalui berbagai cara seperti kata-kata, tindakan, atau bahkan diam. Begitu pula dengan emosi takut, disebut dengan *khauf* dan muncul dalam berbagai konteks dalam Al-Qur’an. Al-Qur’an mendorong manusia untuk mengendalikan amarah dan memberi maaf kepada sesama, dengan janji pahala bagi yang berhasil. Emosi takut memiliki peran penting dalam menjaga diri dari bahaya dan sebagai indikator kepribadian yang sensitif. Namun, jika tidak terkendali, dapat mengganggu pikiran dan perilaku seseorang, seperti yang dijelaskan dalam QS. Al-Aḥzāb ayat 10-11 (Ulya, Nurliana, & Sukiyat, 2021, hal. 159–160).

*Keenam*, skripsi berjudul “Konsep Jiwa Menurut Teori Psikoanalisis ditinjau dari Perspektif Islam” yang disusun oleh Nur Siti Maimunah, mahasiswa Program Studi Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Ramiry Darussalam-Banda Aceh tahun 2018. Peneliti membahas perbandingan antara teori psikoanalisis yang dikemukakan oleh Sigmund Freud dengan perspektif Islam terkait jiwa manusia. Dalam kajiannya, ditemukan bahwa dalam pandangan Islam, jiwa manusia terdiri dari tiga aspek: *nafs al-ammarah*, *nafs al-lawwamah*, dan *nafs al-muthmainnah*. Konsep ini sejalan dengan teori psikoanalisis Freud yang mengemukakan tiga struktur jiwa manusia juga: *id* (yang mewakili dorongan biologis yang mendesak untuk memenuhi keinginan), *ego* (yang berfungsi sebagai prinsip realitas yang mempertemukan keinginan *id* dan kenyataan, serta menghubungkan dorongan naluriah dengan pertimbangan rasional), dan *superego* (yang mewakili aspek sosial dan budaya masyarakat, bertugas mengontrol *id* agar tidak melakukan tindakan yang tidak sesuai dengan norma dan nilai). Namun dalam penelitiannya, beliau mendapatkan perbedaan antara teori psikoanalisis dengan pandangan Islam. Karena Sigmund Freud membuat teori psikoanalisisnya dengan sumber dari pemikirannya sendiri dan pengalamannya. Selain itu, dalam teori

Islam, substansi dan karakteristik jiwa telah ditetapkan oleh Allah dan diwahyukan kepada Nabi Muhammad SAW. melalui Al-Qur'an (Maimunah, 2018, hal. 75–76).

Dari hasil kajian pustaka di atas memiliki karakteristik yang berbeda dan memberikan kontribusi dalam konteks pembaruan. Jika penelitian sebelumnya menggali topik kecemasan perspektif psikologi Islam, mental disorder secara keseluruhan, patologi perilaku manusia yang terdapat pada Al-Qur'an, hubungan religiusitas dengan kecemasan moral, pengelolaan emosi negatif pandangan Al-Qur'an, dan konsep jiwa melalui teori Psikoanalisis, maka penelitian ini pembahasannya mengacu pada kisah orang-orang yang menyadari kesalahannya dan bagaimana mereka mengatasi hal tersebut, yang mana hal ini merupakan bentuk dari kecemasan moral yang terdapat dalam Al-Qur'an.

#### **F. Kerangka Teori**

Dalam ringkasnya, manusia adalah makhluk yang paling berharga dan tidak dapat eksis dalam isolasi. Selain itu, manusia juga merupakan makhluk yang sangat unik, sehingga sulit untuk dipahami jika dibandingkan dengan makhluk lainnya. Istilah lain yang digunakan untuk menggambarkan manusia adalah “makhluk misterius” (Meldayati, 2010, hal. 10).

Dewasa ini, terjadi transformasi sosial yang signifikan yang berdampak pada tingkat stres mental yang tinggi, sehingga menyebabkan kecemasan dan kegelisahan yang dialami oleh sekitar 94% penduduk Indonesia, baik dalam bentuk ringan maupun berat. Kemajuan sains modern dalam bidang psikologi manusia dapat meningkatkan angka penderita masalah kesehatan mental seperti depresi, kegelisahan, fobia, serta tekanan stres, dan lain sebagainya. Situasi ini dapat menyebabkan seseorang mengalami ketidakstabilan emosi, baik secara spiritual maupun psikologis, yang pada gilirannya dapat meningkatkan risiko penyakit mental, bahkan mencapai titik di mana tindakan bunuh diri menjadi pilihan. Semua ini adalah dampak langsung dari pergeseran hubungan antara manusia dan agama (Gulsyani, 1995, hal. 120).

Masuk dalam kelompok kepribadian, teori kecemasan diusung oleh beberapa ahli psikologi, salah satunya adalah Sigmund Freud. Dalam bukunya yang

berjudul *An Outline of Psychoanalysis* bahwa kecemasan adalah kondisi emosional yang tidak menyenangkan, disertai dengan sensasi fisik yang berfungsi sebagai peringatan terhadap potensi bahaya yang akan datang (Freud, 1949, hal. 3). Freud juga membagi kecemasan dengan tiga jenis. Salah satunya ialah Kecemasan Moral.

Kecemasan Moral (*moral anxiety*), yaitu rasa takut kepada hati nuraninya sendiri akibat tidak konsisten pada moral yang individu junjung. Jenis kecemasan ini timbul seperti perasaan bersalah atau penyesalan karena telah melakukan sesuatu yang melanggar moral. Kecemasan jenis ini berdasar pada dunia realita. Ditinjau dari pemaknaan tersebut, kecemasan moral yang hadir pada jiwa individu sangatlah penting. Karena dengan hadirnya kecemasan moral, mereka akan menyadari kesalahannya, mengakui kesalahannya dan ingin berubah menjadi lebih baik.

Islam memandang kecemasan dengan perasaan tidak tenang. Dalam Islam, kecemasan terbentuk karena hadirnya perubahan berupa guncangan yang bersebrangan dengan ketenangan yang Allah gambarkan dalam firman-Nya Surat Al-Fajr ayat 27-30, yang artinya “*Hai jiwa yang tenang, kembalilah kepada Tuhanmu dengan hati yang puas lagi di ridhai-Nya. Maka masuklah ke dalam jamaah hamba-hamba-Ku, dan masuklah ke dalam surga-Ku*” (Athena, 2014, hal. 20). Akan tetapi, melalui definisi dari kecemasan moral yang diusung oleh Sigmund Freud, Islam juga memiliki cara pandang tersendiri kepada orang-orang yang merasa bersalah. Perasaan bersalah yang dipandang oleh agama Islam ialah perasaan yang baik, sebab orang-orang yang menyadari kesalahannya mereka akan bebas dari keputusasaan karena tahu bahwa Allah senantiasa memaafkan hamba-Nya.

Al-Qur’an, melalui salah satu ayatnya, mengidentifikasi dirinya sebagai *hūdan* (petunjuk) dan *al-Furqān*, menegaskan pentingnya pemahaman yang akurat dan mendalam terhadap teks suci tersebut. Oleh karenanya, upaya pemahaman makna dari isi Al-Qur’an terkenal dengan sebutan tafsir (al-Zahabi, 1961, hal. 59). Melakukan penafsiran bukanlah suatu kegiatan yang mudah, dengan kompleksitasnya, penafsiran Al-Qur’an menjadi suatu tantangan yang memerlukan kajian mendalam, mengingat kerumitan bahasa dan pesan yang terkandung di

dalamnya. Melalui hal ini, dapat disimpulkan jika redaksi yang terkandung pada tiap redaksi ayatnya hanya mampu dijangkau secara pasti maknanya oleh pemiliknya yaitu Allah Swt. (Shihab, 1993, hal. 75). Namun, meski begitu, upaya untuk menafsirkan Al-Qur'an tetap dilakukan. Hal ini tidak hanya dianggap penting setiap saat, tetapi juga didasarkan pada bukti sejarah Nabi Muhammad saw. sebagai orang yang diberikan amanat ilahi.

Dalam catatan sejarah, penafsiran Al-Qur'an telah mengalami evolusi seiring dengan perkembangan awal Islam. Ketika sahabat Nabi menghadapi kesulitan dalam memahami ayat-ayat Al-Qur'an, mereka meminta penjelasan langsung kepada Nabi dengan mengajukan pertanyaan. Dalam konteks ini, Nabi memegang peran penting sebagai penerang atas berbagai masalah yang dihadapi umatnya. Metode penafsiran yang digunakan oleh Nabi pun memiliki karakteristik khusus, antara lain menjelaskan makna secara jelas (*bayān al-tasrīf*), merinci makna (*bayān al-tafṣīl*), memperluas dan menyempitkan makna, serta memberikan kualifikasi pada setiap contoh yang diberikan. Selain itu, penafsiran yang dilakukan oleh Nabi didasarkan pada berbagai motif, seperti memberikan petunjuk (*bayān al-irsyād*), memberikan contoh (*ta bīq*), melakukan koreksi atau mengoreksi pemahaman yang salah (*bayān al-taṣḥīḥ*) (Salim, 1990, hal. 56–62).

Setelah meninggalnya Nabi Muhammad saw., kegiatan penafsiran Al-Qur'an tidaklah berhenti, justru sebaliknya, terus berkembang seiring dinamika kemajuan masyarakat. Dengan munculnya tantangan baru yang memicu perhatian serius dari generasi awal umat Islam, fokus utama mereka adalah pada Al-Qur'an sebagai sumber primer ajaran Islam. Oleh karena itu, mereka terus berusaha untuk menafsirkan teks suci tersebut. Pada periode awal penafsiran, pedoman utama mereka dalam menafsirkan Al-Qur'an adalah hadis-hadis yang diriwayatkan dari Nabi atau dikenal sebagai *tafsir bi al-ma'tsur*. Metode penafsiran ini berasal dari sumber-sumber yang diwariskan dari masa lalu dan pada akhirnya dikenal sebagai metode penafsiran Al-Qur'an yang menggunakan metode *al-riwāyah*. Sebagai alternatif dari metode ini, muncul pula metode penafsiran lainnya yakni *tafsir bi al-ra'yi* yang menggunakan penalaran dan ijtihad sang penafsir sebagai landasan sumbernya.

Dari dua metode pendekatan tersebut, muncul metode lain yang memperkaya metodologi penafsiran Al-Qur'an. Metode ini merupakan metode *tahlīlī* yang juga dikenal sebagai metode analisis. Dalam metode ini, penafsiran dilakukan dengan meneliti semua aspek yang terkandung dalam sebuah ayat secara menyeluruh dan terperinci, mengikuti urutan ayat dari awal Surat Al-Fātīhah hingga akhir Surat Al-Nās. Selanjutnya, ada metode *ijmālī*, yang memberikan penjelasan yang lebih umum dan singkat, tidak sekomprehensif metode *tahlīlī*. Di samping itu, terdapat metode *muqaran* yang melibatkan perbandingan antara ayat dengan ayat lain atau dengan *qaul* (pendapat) hadis Nabi serta mempertimbangkan pandangan ulama terkait penafsiran ayat Al-Qur'an. Terakhir,

Dari kedua metode di atas, lahirlah metode lain yang membuat metodologi penafsiran Al-Qur'an berkembang. Metode tersebut merupakan metode *tahlīlī* atau dikenal sebagai metode analisis. Dalam metode ini, upaya penafsiran dilakukan dengan mencermati semua aspek yang terkandung dalam suatu ayat secara menyeluruh dan terperinci, mengikuti urutan ayat dari awal Surat Al-Fatihah hingga akhir Surat al-Nās. Lalu metode *ijmālī*, metode ini penjelasannya bersifat umum dan ringkas, bukan dalam bentuk uraian panjang dan terperinci seperti metode *tahlīlī*. Selain itu, ada metode *muqaran* yang melibatkan perbandingan suatu ayat dengan ayat lain atau dengan *qaul* (pendapat) hadis Nabi, serta membandingkan pandangan ulama terkait penafsiran ayat Al-Qur'an. Terakhir, ada metode *maudū'ī* atau biasa dikenal dengan metode tematik yang penafsirannya hanya fokus pada beberapa ayat yang berhubungan dengan tema-tema tertentu (al-Farmawi, 1977, hal. 23).

Sebagaimana disampaikan oleh al-Farmawi, metode *maudū'ī* dianggap relevan dengan kebutuhan umat pada masa kini dan dapat menghadapi tantangan zaman termasuk permasalahan-permasalahan yang timbul dalam konteks modern. Quraish Shihab juga menegaskan bahwa salah satu alasan munculnya metode *maudū'ī* adalah karena perkembangan ilmu pengetahuan yang semakin luas dan kompleks, serta kompleksitas permasalahan yang dihadapi oleh umat, hingga mereka membutuhkan sebuah panduan dan arahan dari Al-Qur'an sebagai bentuk pedoman bagi kehidupan (Shihab, 2007, hal. 20). Di zaman modern yang penuh



gejolak dengan mobilitas yang tinggi, umat Islam sering kali terbatas oleh waktu dan sulit untuk mengkaji banyaknya kitab tafsir yang tebal demi mencari jawaban atas pertanyaan-pertanyaan mereka. Karena itulah, metode tafsir tematik atau *maudū'* muncul sebagai alternatif yang menyediakan panduan dari Al-Qur'an secara sistematis, praktis serta efisien.

Penting bagi umat Islam untuk memahami kecemasan moral menurut pandangan Al-Qur'an dan bagaimana Al-Qur'an memberikan solusi atas permasalahan tersebut. Oleh karena itu, salah satu cara untuk mendapatkan pemahaman yang mendalam terhadap Al-Qur'an adalah melalui penafsiran yang menggunakan berbagai metode yang tersedia, di antaranya adalah metode tafsir tematik atau *maudū'ī*. Untuk memahami pandangan Al-Qur'an terkait dengan kecemasan moral, peneliti menggunakan metode tafsir *maudū'ī* dengan mengidentifikasi ayat-ayat yang memiliki tujuan serupa dan membahas topik yang sama untuk mendapatkan pemahaman yang komprehensif.

Sesuai pemaparan di atas, peneliti akan menggunakan teori Sigmund Freud pada kecemasan moral. Dengan teori tersebut, peneliti akan membedah bagaimana definisi kecemasan moral, penyebab dan cara mengatasi melalui penelusuran ayat-ayat yang diidentifikasi sebagai pengakuan atas orang-orang yang merasa bersalah.

#### **G. Sistematika Penelitian**

Guna memberikan gambaran yang komprehensif mengenai struktur pembahasan dalam penelitian ini, Peneliti akan menyajikan sistematika pembahasan penelitian yang terbagi menjadi empat bab dengan rincian sebagai berikut:

**Bab pertama**, pendahuluan akan mencakup sub-bab yang membahas latar belakang masalah, perumusan masalah, tujuan penelitian, kegunaan penelitian, tinjauan pustaka, kerangka berpikir, metodologi penelitian, dan sistematika penelitian.

**Bab kedua**, landasan teoritis. Bab ini akan membahas landasan teori yang menguraikan *anxiety* dari perspektif psikologi, di antaranya mencakup pengertian kecemasan moral, tanda-tanda kecemasan moral, faktor-faktor penyebab

kecemasan moral, serta pencegahan dan penanganan kecemasan moral. Pembahasan Al-Qur'an sebagai dasar akidah dan hukum, sebagai media penyembuh (*syifā'*), dan pembahasan *Tafsir maudū'i*.

**Bab ketiga** dari kajian ini meliputi metodologi penelitian yang mencakup pendekatan dan metode penelitian yang digunakan, jenis dan sumber data yang dianalisis, teknik pengumpulan data serta teknik analisis data yang diterapkan oleh peneliti dalam rangka melakukan penelitian ini.

**Bab keempat** dari penelitian ini memuat hasil penelitian serta pembahasannya yang mencakup analisis ayat-ayat Al-Qur'an yang berkaitan dengan kecemasan moral menggunakan metode tafsir tematik (*maudū'i*), selanjutnya, bab ini juga membahas konsep Al-Qur'an dalam menangani kecemasan moral.

**Bab kelima**, penutup, mencakup kesimpulan dan ringkasan dari pembahasan bab-bab sebelumnya, serta menyajikan rekomendasi untuk kemajuan khazanah ilmu pengetahuan.

