

## ABSTRAK

### **Muhammad Fiqri Raihan Padhilah (1191060061); Pemulihan Mental Block Studi Maudhu'i dan Syarah Hadis Perspektif Ilmu Kesehatan**

Fenomena yang terjadi dalam beberapa dekade terakhir menunjukkan kesehatan mental telah menjadi isu utama di seluruh dunia. Kompleksitas dan tekanan dalam masyarakat modern menyebabkan tantangan besar terhadap kesejahteraan mental. Faktor-faktor seperti perubahan sosial, perkembangan teknologi, dan persaingan ekonomi menciptakan kondisi di mana individu sering mengalami stres, kecemasan, depresi, serta kesulitan mengelola emosi dan hubungan interpersonal. Di Indonesia, yang kaya akan budaya, agama, dan tradisi, masalah ini juga menjadi perhatian penting.

Menyadari dampak besar kesehatan mental pada masyarakat, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pandangan hadis tentang cara mengatasi mental block sebagai solusi bagi tantangan kesejahteraan mental saat ini. Hadis, sebagai sumber ajaran Islam.

Penelitian ini memiliki tujuan untuk menganalisis pandangan hadis tentang mengatasi mental block untuk meningkatkan kesehatan mental sebagai solusi bagi tantangan kesejahteraan mental yang dihadapi oleh masyarakat di masa kini.

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif (*library research*) untuk mendeskripsikan data dan hasil analisis secara mendalam. Fokus utama adalah pandangan hadis terkait kesehatan mental dalam konteks tantangan kesejahteraan mental masa kini. Peneliti akan menganalisis hadis-hadis yang berkaitan dengan kesehatan mental, mengidentifikasi pola, prinsip, serta memahami konteks dan implikasinya. Metode syarah hadis tematik (*maudu'i*) dan metode TKS (Tentukan, Telusuri, Kumpulkan, Kritisi, Susun, dan Simpulkan) digunakan untuk mendukung penelitian ini.

Hasil penelitian menunjukkan sejumlah hadis Nabi saw sebagai solusi dalam menangani mental block, termasuk memperbanyak ilmu agama, sikap optimisme, bertawakal kepada Allah, berbaik sangka (*husnuzan*), memperkuat keyakinan (*tauhid*), introspeksi diri (*muhasabah*), anjuran untuk produktif, bergaul dengan orang-orang salih, shalat dan dzikir.

.Kata Kunci: *Hadis, Mental Block, Kesehatan, Pemulihan, Syarah Hadis*