

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

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

Kehidupan manusia tidak dapat dilepaskan dari berbagai ujian, tantangan, dan dinamika yang memengaruhi kondisi fisik maupun psikologis. Allah Swt. senantiasa menguji hamba-Nya melalui benturan konflik, rasa sedih, dan kegundahan jiwa sebagai sarana untuk mendewasakan diri. Bentuk ujian ini bisa berupa hal-hal yang menyenangkan ataupun menyulitkan. Sayangnya, tidak sedikit orang yang terjebak dalam pusaran rasa takut mulai dari takut jatuh miskin, takut gagal, takut mendapat cacian, hingga ketakutan akan kematian yang datang terlalu cepat.

Krisis kesehatan mental pada kelompok remaja saat ini memerlukan perhatian yang sangat serius.<sup>1</sup> Data dari *Indonesia National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS)*, yang merupakan survei perdana terkait kondisi psikologis remaja berusia 10-17 tahun. 10 sampai 17 tahun di skala nasional, memaparkan fakta bahwa satu dari tiga remaja di Indonesia menghadapi isu kesehatan mental. Lebih memprihatinkan lagi, 1 dari 20 di antaranya telah mengidap gangguan mental dalam jangka waktu 12 bulan terakhir. Statistik ini sebanding dengan 15,5 juta dan 2,45 juta anak muda. Mereka yang berada dalam statistik tersebut merupakan kelompok yang diagnosis medisnya ditegakkan berlandaskan aturan *Diagnostic and Statistical Manual*.

---

<sup>1</sup> Aleta Apriliana Ruimassa, "Memahami Psikologi Perkembangan Remaja Sebagai Upaya Merencanakan Pelayanan Pastoral Yang Peka Kesehatan Mental Remaja," *DUNAMIS: Jurnal Teologi Dan Pendidikan Kristiani* 7, no. 2 (2023): 774.

of *Mental Disorders* Edisi Kelima (*DSM-5*), sebuah acuan utama untuk mendeteksi gangguan kejiwaan yang diterapkan di Indonesia.<sup>2</sup>

Temuan lain dari I-NAMHS adalah bahwa kebanyakan (38.2%) pengasuh remaja memilih untuk mengakses layanan kesehatan mental dari sekolah untuk remaja mereka. Di sisi lain, dari semua pengasuh utama yang menyatakan bahwa remaja mereka membutuhkan bantuan, lebih dari dua perlima (43.8%) melaporkan bahwa mereka tidak mencari bantuan karena lebih memilih untuk menangani sendiri masalah tersebut atau dengan dukungan dari keluarga dan teman-teman.

Kecemasan menjadi masalah kesehatan mental yang paling tinggi dialami remaja Indonesia, lebih tinggi pada perempuan (28,2%) dibandingkan pada remaja laki-laki (25,4%). Kemudian prevalensi hiperaktivitas atau masalah terkait pemusatan perhatian dialami lebih tinggi pada remaja laki-laki sebesar 12,3% dibanding remaja perempuan sebesar 8,8%. Sementara itu, remaja perempuan memiliki prevalensi tingkat depresi lebih tinggi sekitar 6,7% dibandingkan dengan remaja laki-laki (4,0%). Lebih lanjut lagi, prevalensi masalah perilaku dialami lebih besar pada laki-laki (3,5%) dibanding perempuan (1,2%), lalu tingkat stres pasca-trauma prevalensinya lebih tinggi pada remaja perempuan sebesar 2,0% dibandingkan remaja laki-laki sebesar 1,7%.<sup>3</sup>

Khamelia Malik dari Perhimpunan Dokter Spesialis Kedokteran Jiwa Indonesia PDSKJI memaparkan sebuah ironi dalam aspek kesehatan mental generasi muda. Fase remaja sejatinya merupakan masa keemasan jika ditinjau dari kebugaran fisik, kecepatan motorik, serta

---

<sup>2</sup> Gloriabarus, "Hasil Survei I-Namhs: Satu Dari Tiga Remaja Indonesia Memiliki Masalah Kesehatan Mental," Universitas Gadjah Mada, Accessed June 10, 2026, <https://ugm.ac.id/>.

<sup>3</sup> Nadhifa Aurellia Wirawan, "15,5 Juta Remaja Indonesia Mengalami Masalah Kesehatan Mental," N.D., <https://goodstats.id/article>.

daya pikir. Namun, fakta menunjukkan bahwa angka morbiditas dan kematian di usia ini justru mengalami kenaikan dramatis hingga 200%. Lonjakan ini terjadi karena kegagalan remaja dalam meregulasi perilaku dan luapan emosi mereka. Ketidakselarasan proses pematangan struktur otak membuat remaja cenderung bertindak impulsif dan kerap mengambil keputusan berisiko tinggi tanpa kalkulasi matang. Oleh sebab itu, sinergi antara orang tua dan pendidik memegang peran krusial. Kehadiran mereka dibutuhkan untuk melatih kecerdasan emosional anak, membantu mengidentifikasi risiko, serta menyusun strategi untuk menyalurkan energi remaja ke dalam aktivitas yang lebih produktif dan sehat.<sup>4</sup>

Al-Qur'an bukan hanya sekadar kumpulan hukum, tetapi juga merupakan pedoman hidup yang kaya akan nilai-nilai penting bagi setiap umat Muslim. Dengan menyampaikan kisah-kisah sejarah umat sebelumnya dan peristiwa yang terjadi pada masa Rasulullah Saw. Menariknya, kitab ini juga menyediakan solusi untuk kesehatan mental melalui ayat-ayat yang menenangkan jiwa, berfungsi sebagai sarana penyembuhan diri. Dalam pandangan spiritual Islam, proses penyembuhan diri ini merupakan perjalanan batin seorang hamba untuk menyembuhkan luka emosional dan menemukan ketenangan sejati dengan mendekatkan diri kepada Allah Swt.<sup>5</sup>

Di zaman sekarang, istilah penyembuhan diri telah menjadi fenomena baru yang menghiasi berbagai *feed* media sosial, dari konten di Instagram, Twitter, dan WhatsApp, hingga diskusi mendalam di

---

<sup>4</sup> Siti Nadia Tarmizi, "Menjaga Kesehatan Mental Para Penerus Bangsa," <https://kemkes.go.id/id>.

<sup>5</sup> Edi Hermanto Et Al., "Konsep *Self-healing* Dalam Qs. Al-Insyirah: Analisis Penafsiran Wahbah Az-Zuhaili Dalam Tafsir Al-Munir," *Jurnal Semiotika-Q: Kajian Ilmu Al-Quran Dan Tafsir* 4, No. 2 (2024): hal. 811.

*podcast* dan YouTube. Ini tidak terlepas dari dinamika kehidupan manusia yang sering kali berhadapan dengan konflik sosial serta masalah yang tampak tak berkesudahan. Ketika tekanan hidup tersebut tidak dihadapi dengan cara yang sehat, hal itu dapat langsung berdampak pada kesehatan mental. Untuk menyembuhkan luka batin dan memulihkan keadaan jiwa, praktik penyembuhan diri kini banyak diterapkan sebagai langkah pengobatan.<sup>6</sup>

Oleh karena itu, penelitian ini akan mengkaji QS. Al-Baqarah ayat 284-286 sebagai sumber utama, yang juga merupakan penutup dari surah terpanjang serta menawarkan wadah nilai-nilai Al-Qur'an yang dapat dirumuskan sebagai konsep penyembuhan diri. Ketiga ayat tersebut memiliki ciri khas yang unik di antara ribuan ayat dalam Al-Qur'an karena membentuk suatu siklus yang sistematis yang meliputi dimensi-dimensi utama penyembuhan diri Qur'ani, seperti kesadaran batin, penyerahan kepada Allah, pembebasan emosional, dan penguatan mental.

وَإِنْ تُبَدُّوْا مَا فِيْ أَنْفُسِكُمْ أَوْ تُخْفَوْهُ يُحَاسِبْكُمْ بِهِ اللّٰهُ

“Dan jika kamu nyatakan apa yang ada di dalam hatimu atau kamu sembunyikan, niscaya Allah akan memperhitungkannya bagimu.” (QS. Al-Baqarah: 284)<sup>7</sup>

سَمِعْنَا وَأَطَعْنَا غُفْرَانَكَ رَبَّنَا وَإِلَيْكَ الْمَصِيرُ

“Kami dengar dan kami taat. Ampunilah kami, ya Tuhan kami, dan kepada-Mulah tempat kembali.” (QS. Al-Baqarah: 285).<sup>8</sup>

---

<sup>6</sup> Afni Mulyani Harefa, “*Self-healing* Dalam Al-Qur'an (Analisis Psikologi Dalam Surat Yusuf)” (Skripsi, Jurusan Ilmu Al-Qur'an Tafsir Uin Syarif Hidayatullah Jakarta, 2022). Hal. 3.

<sup>7</sup> Kementerian Agama, *Al-Qur'an Kemenag*, 2019, QS. Al-Baqarah: 284.

<sup>8</sup> Kementerian Agama, *Al-Qur'an Kemenag*, 2019, QS. Al-Baqarah: 285.

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا

“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya”. (QS. Al-Baqarah: 286).<sup>9</sup>

Rangkaian ketiga ayat tersebut membentuk siklus *self-healing* Qur'ani yang sistematis dan progresif. Ayat 284 menghadirkan kesadaran batin (*muhasabah*) bahwa Allah mengetahui segala sesuatu yang tersembunyi di dalam hati sebuah undangan untuk kejujuran diri dan introspeksi mendalam. Ayat 285 menggambarkan respons orang-orang beriman yang menyatakan "*sami'na wa atha'na*" (kami dengar dan kami taat) serta memohon ampunan sebuah model penyerahan diri (*tawakkal*) dan pembebasan dari beban psikologis melalui pengakuan dan doa. Sementara ayat 286 menegaskan prinsip fundamental bahwa Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kemampuannya sebuah deklarasi teologis yang memiliki dampak psikologis luar biasa dalam membangun resiliensi, harapan, dan ketenangan jiwa.

*Asbābun nuzūl* ketiga ayat ini pun sangat relevan dengan konteks *self-healing*. Diriwayatkan bahwa para sahabat mengalami kecemasan psikologis yang berat ketika ayat 284 turun, karena mereka khawatir akan dihisab atas bisikan hati yang tidak dapat mereka kendalikan. Kecemasan tersebut kemudian dijawab oleh Allah melalui penurunan ayat 285 dan 286 sebagai bentuk ketenangan, keringanan, dan jaminan bahwa manusia tidak akan dibebani di luar batas kemampuannya. Proses transformasi dari kecemasan menuju ketenangan yang tergambar dalam *asbābun nuzūl* inilah yang menjadikan ketiga ayat tersebut sebagai model *self-healing* Qur'ani yang autentik, kontekstual, dan relevan sepanjang zaman.

---

<sup>9</sup> Kementerian Agama, *Al-Qur'an Kemenag*, 2019, QS.Al-Baqarah: 286.

Masalah psikologis yang selama ini lebih banyak dianalisis melalui pendekatan psikologi modern sebenarnya juga dapat ditinjau melalui perspektif spiritual Islam. Al-Qur'an tidak hanya berfungsi sebagai petunjuk hidup, tetapi juga memberikan bimbingan mengenai kondisi batin dan hubungan manusia dengan Allah. Salah satu mufasir klasik yang memberikan perhatian terhadap dimensi batin tersebut ialah Al-Qusyairi (376–465 H) melalui karya tafsirnya, *Latā'if al-Isyārāt*.

Dalam menafsirkan QS. Al-Baqarah ayat 284-286, Al-Qusyairi tidak hanya menjelaskan makna lahiriah ayat, tetapi juga mengungkap makna batin yang berkaitan dengan kondisi jiwa, pengawasan Allah terhadap manusia, kesadaran spiritual, serta hubungan seorang hamba dengan Tuhannya. Berbeda dengan mufasir seperti At-Thabari yang lebih menekankan aspek riwayat dan Az-Zamakhshari yang cenderung mengedepankan aspek kebahasaan dan rasionalitas, Al-Qusyairi menampilkan corak tafsir sufistik-isyārī yang menekankan dimensi spiritual, penyucian jiwa, dan perjalanan ruhani manusia menuju Allah.

Berdasarkan penelusuran terhadap enam belas penelitian terdahulu, kajian mengenai *self-healing* dalam Al-Qur'an umumnya masih berfokus pada ayat-ayat tertentu, kisah para nabi, kesehatan mental, maupun pendekatan psikologis dan tematik. Sebagian besar penelitian tersebut menggunakan metode tafsir maudhu'i, pendekatan psikologi Islam, atau kajian Living Qur'an. Penelitian-penelitian tersebut belum banyak menelaah bagaimana seorang mufasir tertentu membangun konstruksi penafsirannya, metode yang digunakan, serta sumber-sumber pengetahuan yang melandasi penafsirannya.

Kekosongan penelitian tersebut tampak pada kajian QS. Al-Baqarah ayat 284-286 dalam tafsir Al-Qusyairi. Meskipun beberapa penelitian telah membahas ayat-ayat yang berkaitan dengan kesehatan

mental dan self-healing, belum ditemukan penelitian yang secara khusus mengkaji pemikiran Al-Qusyairi dalam *Laṭā'if al-Isyārāt* terhadap ketiga ayat tersebut melalui pendekatan dimensi filosofis tafsir isyārī. Kajian mengenai aspek epistemologi, metode penafsiran, sumber pengetahuan, dan konstruksi pemikiran Al-Qusyairi juga masih sangat terbatas.

Keunikan penelitian ini terletak pada upaya menelaah dimensi filosofis tafsir isyārī Al-Qusyairi terhadap QS. Al-Baqarah ayat 284–286 dengan menganalisis konstruksi pemikiran, metode, dan sumber penafsirannya dalam *Laṭā'if al-Isyārāt*. Pendekatan ini belum ditemukan dalam penelitian-penelitian sebelumnya yang umumnya lebih menekankan aspek tematik, psikologis, atau konsep *self-healing* secara umum.

Penelitian ini penting dilakukan untuk memperkaya khazanah studi tafsir sufistik, khususnya kajian mengenai tafsir isyārī dan pemikiran Al-Qusyairi. Selain itu, hasil penelitian diharapkan dapat memberikan landasan konseptual yang lebih kuat mengenai dimensi spiritual dalam Al-Qur'an serta menunjukkan relevansi penafsiran Al-Qusyairi terhadap problem psikologis manusia kontemporer. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya memberikan kontribusi terhadap pengembangan kajian tafsir, tetapi juga membuka ruang dialog antara dimensi spiritual Al-Qur'an dan kebutuhan manusia modern.

## **B. Rumusan Masalah**

Penelitian ini dirumuskan dalam tiga pertanyaan penelitian sebagai berikut:

1. Bagaimana konstruksi penafsiran Al-Qusyairi dalam *Laṭā'if al-Isyārāt* terhadap QS. Al-Baqarah ayat 284-286 terkait konsep *self-healing*?

2. Bagaimana metode penafsiran yang digunakan Al-Qusyairi dalam *Latā'if al-Isyārāt* terhadap QS. Al-Baqarah ayat 284-286?
3. Apa sumber penafsiran yang digunakan Al-Qusyairi dalam *Latā'if al-Isyārāt* terhadap QS. Al-Baqarah ayat 284-286?

### C. Tujuan Penelitian

Sejalan dengan rumusan masalah di atas, penelitian ini bertujuan untuk:

1. Menganalisis konstruksi penafsiran Al-Qusyairi dalam *Latā'if al-Isyārāt* terhadap QS. Al-Baqarah ayat 284-286 terkait konsep *self-healing*.
2. Mengidentifikasi metode penafsiran yang digunakan Al-Qusyairi dalam memaknai QS. Al-Baqarah ayat 284-286.
3. Mengungkap sumber-sumber penafsiran yang digunakan Al-Qusyairi dalam *Latā'if al-Isyārāt* terhadap QS. Al-Baqarah ayat 284-286.

### D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan memberikan manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis
  - a. Memperkaya khazanah kajian tafsir sufistik-isyārī dalam ranah Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir, khususnya pada tema *self-healing* dan kesehatan mental berbasis Qur'ani yang selama ini masih kurang dikaji secara mendalam melalui penelusuran konstruksi, metode, dan sumber penafsiran seorang mufasir sufi klasik.
  - b. Menghasilkan model konseptual *self-healing* Qur'ani yang sistematis berdasarkan penafsiran Al-Qusyairi terhadap QS. Al-Baqarah ayat 284-286, yang dapat dijadikan kerangka rujukan

akademik bagi penelitian selanjutnya dalam bidang psikologi Islam dan kajian tafsir sufistik.

- c. Memberikan kontribusi pada pengembangan dialog produktif antara tafsir sufistik klasik dan wacana *self-healing* kontemporer, dengan menunjukkan bahwa pemikiran mufasir sufi memiliki relevansi epistemologis yang kuat terhadap problem psikologis manusia modern.

## 2. Manfaat Praktis

- a. Memberikan panduan spiritual berbasis Al-Qur'an yang dapat dimanfaatkan oleh remaja Muslim dalam mengelola tekanan psikologis, kecemasan, dan gangguan emosional secara mandiri melalui nilai-nilai yang terkandung dalam QS. Al-Baqarah ayat 284-286.
- b. Menjadi referensi bagi para pendidik dan praktisi kesehatan mental dalam mengembangkan pendekatan penyembuhan jiwa yang berlandaskan nilai Qur'ani dan relevan dengan konteks masyarakat Muslim Indonesia.
- c. Berkontribusi pada pengembangan program pencegahan gangguan mental berbasis nilai keislaman di lingkungan pendidikan Islam, dengan mengintegrasikan konsep *self-healing* Qur'ani ke dalam kurikulum bimbingan dan konseling Islam.

## E. Tinjauan Pustaka

Penulis telah memetakan beberapa literatur sejenis yang memiliki keterkaitan erat dengan topik yang sedang diangkat. Diskusi seputar terminologi *self-healing* sebenarnya bukan hal baru dan telah diulas dalam berbagai sudut pandang ilmiah. Melalui pelacakan terhadap beragam karya akademik seperti tugas akhir, tesis, disertasi, hingga jurnal bereputasi, penulis berkomitmen penuh untuk menjaga

autentisitas penelitian ini dari unsur plagiarisme atau kemiripan mutlak. Berikut merupakan rincian studi terdahulu yang dijadikan acuan komparasi:

Pertama, dalam penelitiannya Afni Mulyani Harefa, membedah bagaimana Al-Qur'an memaknai *self-healing* lewat keteladanan Nabi Yusuf as, guna meluruskan kekeliruan paradigma masyarakat modern mengenai konsep tersebut dari sudut pandang Islam. Riset berbasis kualitatif ini menerapkan metode studi pustaka dengan mengkaji kandungan Surah Yusuf. Hasil penelusuran menunjukkan bahwa kisah Nabi Yusuf as. kaya akan metode penyembuhan jiwa, seperti tindakan memaafkan (*forgiveness*), membangun pikiran positif (*positive self-talk*), berdamai dengan keadaan (*self-compassion*), penerapan psikologi sabar, pengendalian diri, hingga kesadaran penuh. Segala bentuk pemulihan mandiri ini bermuara pada konsep spiritual Islam, yakni mengingat Allah Swt. (*zikir*) dan merasakan kehadiran-Nya dalam jiwa (*mindfulness*). Perbedaannya, penelitian tersebut mengkaji konsep *self-healing* melalui kisah Nabi Yusuf dengan pendekatan psikologis dan spiritual, sedangkan penelitian ini berfokus pada dimensi filosofis tafsir isyārī Al-Qusyairi dalam Laṭā'if al-Isyārāt terhadap QS. Al-Baqarah ayat 284–286 dengan menelaah konstruksi pemikiran, metode, dan sumber penafsirannya. Konsep *self-healing* dalam penelitian ini hanya digunakan sebagai bentuk relevansi atas hasil penafsiran yang diperoleh.<sup>10</sup>

Kedua, M. Hafidz M dan Bashori dalam penelitiannya meneliti bagaimana Al-Qur'an mengonseptualisasikan *self-healing* melalui pemaknaan Q.S. Al-Baqarah ayat 45 dan 153. Fokus utama dari studi ini adalah mengeksplorasi peran strategis sabar dan salat sebagai media

---

<sup>10</sup> Harefa, “*Self-healing* Dalam Al-Qur'an (Analisis Psikologi Dalam Surat Yusuf).” hal.1-18

penyembuhan luka batin serta penguat aspek spiritual. Jenis penelitian yang diterapkan adalah riset kepustakaan (library research) dengan model kualitatif-deskriptif. Hasil analisis data memaparkan sebuah konklusi bahwa ajaran *self-healing* yang termaktub dalam Surah Al-Baqarah ayat 45 dan 153 terbukti sangat kontekstual dan adaptif jika diorientasikan pada penanganan krisis kesehatan mental yang saat ini marak dihadapi oleh Generasi Z. Perbedaannya, penelitian tersebut menelaah konsep *self-healing* melalui sabar dan salat pada QS. Al-Baqarah ayat 45 dan 153, sedangkan penelitian ini mengkaji dimensi filosofis tafsir isyārī Al-Qusyairi terhadap QS. Al-Baqarah ayat 284–286 dengan fokus pada aspek epistemologi, metode, dan sumber penafsiran.<sup>11</sup>

Ketiga, Penelitian berbasis studi pustaka oleh Indah Kirana dan Sulidar, mengkaji pemaknaan *self-healing* dalam Q.S. Al-Baqarah ayat 153 dengan mengaplikasikan pendekatan Tafsir Fi Zhilalil Qur'an. Penelitian ini bertujuan merumuskan ayat tersebut sebagai panduan pemulihan psikologis dan spiritual. Hasil kajian membuktikan bahwa Surah Al-Baqarah ayat 153 menawarkan metode penyembuhan diri yang komprehensif, yang mana implementasinya bertumpu pada kekuatan sabar serta ibadah salat. Perbedaannya, penelitian tersebut mengkaji konsep *self-healing* melalui QS. Al-Baqarah ayat 153 berdasarkan Tafsir Fi Zilāl al-Qur'ān, sedangkan penelitian ini memusatkan perhatian pada pemikiran Al-Qusyairi dalam Laṭā'if al-Isyārāt dan dimensi filosofis tafsir isyārī terhadap QS. Al-Baqarah ayat 284-286.<sup>12</sup>

---

<sup>11</sup> M. Hafiz Mauluddin Hazmi & Bashori, "Konsef *Self-healing* Dalam Al-Qur'an: Studi Kitab Tafsir Al Azhar Q.S Al-Baqarah Ayat 45 Dan 153," *Jurnal Ilmiah Al-Furqan Al-Qur'an Bahasa Dan Seni* 12, No. 1 (2025): hal. 21–22.

<sup>12</sup> Indah Kirana & Sulidar, "*Self-healing* Dalam Al-Qur'an (Analisis Surat Al-Baqarah Ayat 153 Perspektif Sayyid Quthb)," *Jurnal Ilmiah Keagamaan Dan Kemasyarakatan* 18, No. 6 (2024): hal. 4109.

Keempat, Iskandar dan M. Romli Tamim, Perspektif Tafsir Al-Jailani mengenai paradigma dan ukuran kesehatan mental dieksplorasi secara komprehensif menggunakan pendekatan tematik dan corak penafsiran sufistik terhadap Surah Ar-Ra'd ayat 28, Al-Baqarah ayat 153 dan 155, serta Yunus ayat 57, penelitian ini memberikan sudut pandang baru. Hasil analisis data memaparkan bahwa kesejahteraan mental dalam Islam melampaui absennya penyakit kejiwaan, ia mencakup kedamaian jiwa yang mendalam (*ithmi'nān*), kestabilan hidup, dan jalinan spiritual yang mapan dengan Sang Pencipta. Perbedaannya, penelitian tersebut membahas kesehatan mental dalam perspektif Tafsir Al-Jailani, sedangkan penelitian ini secara khusus mengkaji pemikiran Al-Qusyairi dan dimensi filosofis tafsir *isyārī* dalam *Laṭā'if al-Isyārāt* terhadap QS. Al-Baqarah ayat 284-286.<sup>13</sup>

Kelima, Fitri Agustina Sari dan Agusman Damanik dalam kajiannya membedah pandangan Quraish Shihab perihal ayat zikir dan syukur sebagai media penyembuhan diri atas gejolak batin manusia. Tujuan utama riset ini adalah mengukur relevansi pemikiran tokoh tersebut bila dihubungkan dengan tren *self-healing* yang marak di Indonesia saat ini. Melalui metode kualitatif berbasis riset pustaka (*library research*), para peneliti mengkaji teks Tafsir Al-Mishbah pada serangkaian ayat, seperti Surah Al-Baqarah ayat 152, Al-A'raf ayat 201, Ar-Ra'd ayat 28, Az-Zumar ayat 23, Ali 'Imran ayat 145, Luqman ayat 12, serta Az-Zumar ayat 7. Hasil analisis menunjukkan sebuah konklusi bahwa metode *self-healing* berbasis zikir dan syukur dalam pandangan Quraish Shihab tidak sebatas ucapan, melainkan sebuah sinergi utuh

---

<sup>13</sup> Iskandar And M. Romli Tamim, "Penjagaan Kesehatan Mental Dalam Tafsir Al-Jailani Karya Syekh Abdul Qadir Al-Jailani," *Jurnal Penelitian Pendidikan, Agama Dan Kebudayaan* 11, No. 2 (2025): hal. 341.

yang melibatkan dimensi lisan, hati, pikiran, dan perbuatan manusia. Perbedaannya, penelitian tersebut membahas konsep *self-healing* melalui zikir dan syukur dalam Tafsir Al-Mishbah, sedangkan penelitian ini mengkaji landasan filosofis dan konstruksi penafsiran Al-Qusyairi dalam tafsir isyārī terhadap QS. Al-Baqarah ayat 284-286.<sup>14</sup>

Keenam, Penelitian oleh Fathur Rohmanur Farisy dan Jumari, mengkaji konsep kesehatan mental menurut para ahli dalam pendidikan Islam serta menelaah nilai-nilai kesehatan mental yang terkandung dalam Surah Al-Baqarah ayat 286. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis library research. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa Surah Al-Baqarah ayat 286 mengandung pesan bahwa Allah tidak membebani manusia di luar kemampuannya, memberikan penguatan spiritual untuk menghadapi ujian hidup, serta menanamkan nilai empati, harapan, dan tanggung jawab. Perbedaannya, penelitian tersebut membahas nilai kesehatan mental dalam QS. Al-Baqarah ayat 286 secara umum, sedangkan penelitian ini mengkaji QS. Al-Baqarah ayat 284-286 secara menyeluruh melalui perspektif dimensi filosofis tafsir isyārī Al-Qusyairi.<sup>15</sup>

Ketujuh, Azka Mufarrida, melakukan sebuah penelitian lapangan (field research) berbasis online untuk mengamati mentor dan peserta dalam kegiatan webinar Qur'an Journaling for *Self-healing*. Menggunakan kerangka kualitatif-deskriptif, data riset dihimpun melalui instrumen wawancara, observasi, beserta dokumentasi naskah. Hasil analisis data memaparkan bahwa bentuk apresiasi atau resepsi anggota

---

<sup>14</sup> Fitri Agustina Sari And Agusman Damanik, "Konsep *Self-healing* Dengan Zikir Dan Syukur Dalam Al-Qur'an," *Jrti (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)* 8, No. 4 (2023): hal. 353.

<sup>15</sup> Fathur Rohmanur Farisy And Jumari, "Konsep Kesehatan Mental Dalam Perspektif Al-Qur'an (Kajian Surah Al-Baqarah Ayat 286)," *Jurnal Ilmiah Nusantara (Jinu)* 2, No. 5 (2024): hal. 408.

terhadap Al-Qur'an dilakukan melalui pembacaan ayat-ayat bertema penyembuhan batin dan ayat ruqyah, pemaknaan terjemah dan tafsir, serta penuangan refleksi personal ke dalam buku jurnal. Menariknya, penambahan aspek dekoratif atau hiasan di sekeliling teks ayat pada jurnal terbukti memberikan impresi visual yang menyenangkan dan estetis. Lebih jauh, Mufarrida merumuskan tiga klaster model resepsi Al-Qur'an dalam fenomena ini, yaitu resepsi eksegesis, fungsional, dan estetis. Perbedaanannya, penelitian tersebut merupakan kajian Living Qur'an yang menelaah resepsi masyarakat terhadap Al-Qur'an, sedangkan penelitian ini merupakan kajian tafsir yang berfokus pada pemikiran Al-Qusyairi dan dimensi filosofis tafsir *isyārī* dalam *Latā'if al-Isyārāt*.<sup>16</sup>

Kedelapan, Saila Rahmatika, Abd Rozaq, dan Ulil Fauziyah dalam penelitiannya membedah makna *self-healing* atau penyembuhan personal yang terdapat dalam Surah Al-Muzzammil ayat 1-10 melalui pendekatan komparatif antara Al-Qur'an dan psikologi. Ruang lingkup penelitian ini mencakup dua rumusan masalah, yakni pemaknaan *self-healing* dalam teks Surah Al-Muzzammil ayat 1-10 serta hubungannya dengan konsep pemulihan dalam ranah psikologi. Riset ini didesain menggunakan metode tahlili yang bekerja dengan cara mengurai secara detail setiap aspek dan kandungan makna dari ayat-ayat yang ditafsirkan. Melalui analisis tersebut, para peneliti berhasil merumuskan penafsiran kontekstual Surah Al-Muzzammil dan menghubungkan model pemulihan jiwa berbasis Al-Qur'an tersebut dengan teori psikologi. Perbedaanannya, penelitian tersebut menghubungkan konsep *self-healing*

---

<sup>16</sup> Azka Mufarrida, "Membangun Kesehatan Mental Melalui Aktivitas Menjurnal Qur'an (Studi Living Qur'an Pada Anggota Webinar Qur'an Journaling For Self Healing)" (*Tesis*, Jurusan Ilmu Al-Qur'an Tafsir Insitut Ptiq Jakarta, 2023) hal. 3.

dengan psikologi melalui Surah Al-Muzzammil ayat 1–10, sedangkan penelitian ini mengkaji aspek filosofis penafsiran Al-Qusyairi terhadap QS. Al-Baqarah ayat 284-286.<sup>17</sup>

Kesembilan, La Ode Muhammad Agus Halik dkk. dalam penelitiannya menguji efektivitas teknik *self-healing* berbasis tuntunan Al-Qur'an dan Sunnah untuk mengatasi problem mental health disorder yang melanda kelompok mahasiswa. Mengandalkan metode studi literatur (library research), para peneliti mengompilasi dan menganalisis sumber-sumber teoretis dari buku serta jurnal ilmiah sejenis. Hasil penelusuran menunjukkan sebuah konklusi bahwa pemulihan jiwa atau *self-healing* islami dapat dicapai dengan cara memperkokoh fondasi ibadah kepada Allah Swt. Praktik spiritual tersebut mencakup pengembangan mental positif berupa husnudzan dan tawakkal, serta diperkuat dengan amalan rutin seperti zikir, doa, salat, hingga berpuasa. Perbedaannya, penelitian tersebut membahas *self-healing* dalam Al-Qur'an secara umum tanpa fokus pada mufasir tertentu, sedangkan penelitian ini secara khusus menelaah dimensi filosofis tafsir isyārī Al-Qusyairi.<sup>18</sup>

Kesepuluh, Penelitian oleh Zuyina Fadhilatul Mahmudah, mengkaji teori tersebut dengan menemukan solusi tepat berdasarkan perspektif Al-Qur'an dengan menganalisa kisah Maryam. Sebab menurut Sayyid Quthb menjelaskan bahwa Maryam merupakan sosok wanita yang terkenal kuat mentalnya ketika menghadapi cobaan hidup.

---

<sup>17</sup> Saila Rahmatika, Abd Rozaq, And Ulil Fauziyah, "Konsep *Self-healing* Perspektif Al-Qur'an Dan Psikologi (Studi Atas Surah Al-Muzammil 1-10)," *Asy-Syari'ah: Jurnal Hukum Islam* 9, No. 2 (2023): 116.

<sup>18</sup> La Ode Muhammad Agus Halik, Muhammad Ilyas Y, Nurul Hikmah Suhafid And Muhammad Ilyas Y. Sapdiman, Dini Putri Sari, "Teknik *Self-healing* Perspektif Al-Qur'an Dan Sunnah Mengatasi Mental Health Disorder Pada Mahasiswa," *Riset Ilmiah* 2, No. 11 (2023): 4685.

Jenis penelitian ini menggunakan jenis penelitian library research dengan pendekatan penafsiran Al-Qur'an melalui metode tafsir maudhu'i. Hasil penelitian ini menyimpulkan bahwa, 1) Secara kontekstualitas ayat yang berbicara tentang kisah Maryam menghadapi cobaan hidup terdapat dalam surah Maryam ayat 16-29. 2) Adapun nilai-nilai penerapan *Self-healing* menurut kisah kepahitan Maryam dalam Al-Qur'an ialah ikhlas dan yakin terhadap qada dan qadhar Allah, sabar menghadapi cobaan, menyendiri untuk menghindari fitnah kaumnya, dan berdiam diri tidak membalas hinaan kaumnya. Perbedaanannya, penelitian tersebut mengkaji kisah Maryam melalui metode tafsir maudhu'i, sedangkan penelitian ini menelaah QS. Al-Baqarah ayat 284-286 melalui pendekatan dimensi filosofis tafsir isyārī Al-Qusyairi.<sup>19</sup>

Kesebelas, Penelitian oleh Siti Kholilah. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan kepustakaan (library research) yang bersifat deskriptif-analitis, dengan tujuan untuk memperoleh pemahaman yang mendalam dan akurat terhadap data yang dikaji, serta menyajikannya secara sistematis dan terstruktur. Penelitian ini sampai pada kesimpulan bahwa: 1) QS. Al-Baqarah ayat 45 menegaskan bahwa sabar dan shalat merupakan dua kekuatan utama dalam menghadapi ujian hidup, di mana sabar tidak hanya dimaknai sebagai menahan diri, tetapi juga mencakup pengelolaan emosi dan penerimaan terhadap takdir Allah, sementara shalat menjadi sarana penghambaan yang menghadirkan ketenangan jiwa. 2) Nilai-nilai yang terkandung dalam QS. Al-Baqarah ayat 45 sejalan dengan konsep self healing, terutama jika dikaitkan dengan teori Diana Rahmasari yang

---

<sup>19</sup> Zuyina Fadhillatul Mahmudah, "Konsep Self Healing Perspektif Al-Qur'an (Studi Analisis Tafsir Kisah Maryam Binti 'Imran)" (*Skripsi*, Jurusan Ilmu Al-Qur'an Tafsir Institut Agama Islam Negeri Ponogoro, 2024), hal. 2.

mencakup forgiveness, gratitude, self compassion, mindfulness, positive self talk, dan self management. Perbedaannya, penelitian tersebut menghubungkan QS. Al-Baqarah ayat 45 dengan teori *self-healing*, sedangkan penelitian ini mengkaji dimensi filosofis dan epistemologi penafsiran Al-Qusyairi dalam Laṭā'if al-Isyārāt.<sup>20</sup>

Kedua belas, Penelitian oleh Ulviyatun Ni'mah, mengkaji penggunaan ayat-ayat Al-Qur'an dalam *Self-healing* yang dibingkai dalam kajian Living Qur'an. Dalam penelitian ini penulis menggunakan metode kualitatif (qualitative approach) yang dilakukan dengan mengumpulkan data sebanyak mungkin. Metode yang digunakan dalam menyusun tulisan ini adalah dengan menggunakan kajian kepustakaan (library research). Hasil tulisan ini, sejumlah ayat-ayat Al-Qur'an yang mengungkapkan bahwa Al-Qur'an menjadi obat (shifa') atau penawar penyakit. Dalam perkembangannya, banyak juga ayat-ayat Al-Qur'an yang digunakan sebagai obat untuk menyembuhkan atau meredakan penyakit. Perbedaannya, penelitian tersebut membahas penggunaan ayat-ayat Al-Qur'an dalam praktik *self-healing* melalui kajian Living Qur'an, sedangkan penelitian ini mengkaji pemikiran Al-Qusyairi secara tekstual melalui pendekatan tafsir filosofis.<sup>21</sup>

Ketiga belas, Jannatul Aulia dan Bashori dalam penelitiannya meneliti bagaimana Al-Qur'an menawarkan kerangka kerja *self-healing* sebagai sarana pemulihan jiwa yang efektif. Konsep *self-healing* atau penyembuhan mandiri ini dipahami sebagai upaya personal dalam mengontrol luapan emosi serta menaikkan kualitas kesehatan mental dan

---

<sup>20</sup> Siti Kholilah, "Eksplorasi Konsep Self Healing Dalam Qs. Al-Baqarah Ayat 45" (Skripsi, Jurusan Ilmu Al-Qur'an Tafsir Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember, 2025), hal. 809.

<sup>21</sup> Ulviyatun Ni'mah, "The Living Qur'an: Self Healing Dengan Ayat-Ayat Al-Qur'an," *Kajian Al-Quran Dan Hadits* 8, No. 2 (2022): hal. 65.

rohani tanpa ketergantungan pada faktor eksternal. Melalui pendekatan kualitatif dengan metode tafsir tematik (*maudu'i*), para peneliti mengkaji ayat-ayat Al-Qur'an yang relevan dengan aspek kesembuhan. Konklusi dari riset ini memaparkan bahwa Al-Qur'an bertindak sebagai pedoman utuh yang menuntun manusia mencapai kedamaian batin lewat keteguhan iman, rutinitas doa dan ibadah, ketabahan menghadapi dinamika hidup, serta penerapan budaya syukur. Perbedaannya, penelitian tersebut menggunakan metode tafsir *maudhu'i* untuk membahas *self-healing* secara umum, sedangkan penelitian ini berfokus pada dimensi filosofis tafsir *isyārī* Al-Qusyairi terhadap QS. Al-Baqarah ayat 284–286.<sup>22</sup>

Keempat belas, Devi Alifvia Pangestuti Melalui karya ilmiahnya, mengkaji kegunaan Tafsir Surah Al-Baqarah ayat 153 sebagai basis pengembangan konsep *self-healing*. Penelitian ini menerapkan jenis riset pustaka (*library research*) yang memfokuskan sumber datanya pada teks-teks Al-Qur'an serta dokumen akademis eksternal seperti buku dan jurnal sejenis. Untuk membedah perluasan makna dari ayat tersebut, Pangestuti mengombinasikan pendekatan tafsir tahlili dan teori *coping strategy*. Konklusi dari analisis data memaparkan bahwa kandungan Surah Al-Baqarah ayat 153 menuntun seseorang untuk memohon pertolongan kepada Sang Pencipta dengan cara mengoptimalkan keteguhan sabar dan ibadah salat, sebab Allah Swt. senantiasa hadir memberikan pertolongan bagi orang-orang yang bersabar. Perbedaannya, penelitian tersebut mengkaji QS. Al-Baqarah ayat 153 dengan pendekatan *coping strategy*,

---

<sup>22</sup> Jannatul Aulia Dan Bashori, “Menggali Konsep Self Healing Dalam Al-Qur'an,” *Jurnal Ilmu Al Quran Dan Hadis* 7, No. 2 (2025): hal. 59.

sedangkan penelitian ini mengkaji pemikiran Al-Qusyairi dan dimensi filosofis tafsir isyārī pada QS. Al-Baqarah ayat 284-286.<sup>23</sup>

Kelima belas, Edi H. Dkk. dalam risetnya menguji pandangan Wahbah az-Zuhaili mengenai konsep *self-healing* islami yang terkandung di dalam Surah Al-Inshirah. Pendekatan kualitatif berbentuk library research (studi pustaka) diterapkan sebagai metodologi utama untuk menghimpun dan menelaah data-data ilmiah. Hasil analisis data menyimpulkan sebuah benang merah bahwa Surah Al-Inshirah memuat panduan pemulihan diri yang komprehensif bagi kaum Muslim. Panduan tersebut mengarahkan manusia untuk menanggapi problematika hidup lewat keyakinan optimistis bahwa kemudahan selalu menyertai setiap kesulitan, sekaligus menekankan pentingnya berserah diri secara total kepada Allah Swt. sebagai jalan penyembuhan luka batin. Perbedaannya, penelitian tersebut mengkaji konsep *self-healing* dalam Surah Al-Insyirah menurut Wahbah az-Zuhaili, sedangkan penelitian ini mengkaji dimensi filosofis tafsir isyārī Al-Qusyairi dalam Laṭā'if al-Isyārāt terhadap QS. Al-Baqarah ayat 284-286.<sup>24</sup>

Keenam belas, Putri Hudani N. dan M. Alif dalam risetnya menguji efektivitas metode *self-healing* berbasis Al-Qur'an untuk memulihkan dan merawat stabilitas psikologis manusia. Melalui kerangka kualitatif dengan teknik library research, para peneliti mengolaborasikan Al-Qur'an sebagai basis data utama dengan kitab tafsir serta literatur psikologi keislaman selaku pilar pendukung. Hasil analisis menunjukkan sebuah konklusi bahwa instabilitas mental bermuara pada kegagalan

---

<sup>23</sup> Devi Alifvia Pangestuti, "Tafsir Surat Al-Baqarah Ayat 153 Sebagai Basis Dalam Pengembangan Self Healing" (*Skripsi*, Jurusan Ilmu Al-Qur'an Tafsir Universitas Islam Negeri Propesor Kiai Haji Saifuddin Zuhri Purwokerto, 2023), hal. 4019.

<sup>24</sup> Edi Hermanto Et Al., "Konsep *Self-healing* Dalam Qs. Al-Insyirah: Analisis Penafsiran Wahbah Az-Zuhaili Dalam Tafsir Al-Munir.", hal. 809.

merespons ujian hidup serta bersemayamnya perangai buruk seperti rasa sombong, dengki, putus asa, amarah, prasangka negatif, dan kecemasan. Perbedaannya, penelitian tersebut membahas konsep *self-healing* Al-Qur'an secara umum tanpa fokus pada mufasir tertentu, sedangkan penelitian ini secara khusus mengkaji pemikiran Al-Qusyairi dan dimensi filosofis tafsir isyārī terhadap QS. Al-Baqarah ayat 284-286.<sup>25</sup>

Penelitian-penelitian terdahulu umumnya berfokus pada kajian parsial konsep *self-healing* dalam Al-Qur'an, seperti pemaknaan ayat-ayat tertentu, kisah nabi tertentu, atau teknik penyembuhan diri yang spesifik seperti sabar, shalat, zikir, dan journaling Al-Qur'an, tanpa menelaah secara mendalam konstruksi, metode, dan sumber penafsiran seorang mufasir tertentu dalam memaknai ayat-ayat tersebut.

Berdasarkan pemetaan enam belas penelitian terdahulu di atas, dapat ditegaskan bahwa belum ada penelitian yang secara khusus mengkaji QS. Al-Baqarah ayat 284-286 melalui penelusuran mendalam terhadap konstruksi, metode, dan sumber penafsiran Al-Qusyairi dalam *Laṭā'if al-Isyārāt* yang bercorak sufistik-isyārī, sekaligus membaca penafsiran tersebut melalui kerangka teori filsafat dalam kaitannya dengan konsep *self-healing*. Penelitian ini hadir untuk mengisi kekosongan tersebut sekaligus menawarkan model *self-healing* Qur'ani yang sistematis dan dapat dipertanggungjawabkan secara akademik, khususnya bagi masyarakat Muslim modern yang menghadapi tekanan psikologis di era kontemporer.

---

<sup>25</sup> Putri Hudani Nabila And Muhammad Alif, "Self Healing Dalam Perspektif Al-Qur'an : Studi Qur'an Tematik," *Al-Tarbiyah : Jurnal Ilmu Pendidikan Islam* 3, No. 3 (2025): hal. 219.

## F. Landasan Teori

Penelitian ini menggunakan kerangka filsafat ilmu sebagai landasan teori untuk menganalisis konstruksi penafsiran Al-Qusyairi dalam Latā'if al-Isyārāt terhadap surah Al-Baqarah ayat 284-286. Dalam kerangka yang digunakan, ada tiga dimensi utama yang saling terkait: aksiologi, metodologi, dan ontologi. Ketiga dimensi ini berfungsi sebagai prosedur untuk meninjau kajian tentang ilmu yang berkaitan dengan berbagai jenis objek yang ingin diteliti. Ontologi berkaitan dengan hakikat objek yang diteliti, metodologi berkaitan dengan sumber dan metode untuk mendapatkan pengetahuan, dan aksiologi berkaitan dengan nilai-nilai kegunaan ilmu dalam kehidupan.

### 1. Ontologi

Secara etimologis, ontologi berasal dari bahasa Yunani dari kata *ontos* yang berarti “berada (yang ada)” dan *logos* yang berarti “ilmu pengetahuan, ajaran dan teori”.<sup>26</sup> Dalam pengertian terminologis, ontologi adalah cabang dari ilmu filsafat yang berhubungan dengan hakikat hidup tentang suatu keberadaan yang meliputi keberadaan segala sesuatu yang ada dan yang mungkin ada.<sup>27</sup> Secara lebih ringkas, ontologi dapat dipahami sebagai ilmu hakikat yang menyelidiki alam nyata ini dan bagaimana keadaan yang sebenarnya.<sup>28</sup>

Kajian ontologi mengacu pada hakikat apa yang dikaji, yaitu apa dan bagaimana yang ada atau being. Objek telaah ontologi tidak terikat pada satu perwujudan tertentu, melainkan membahas tentang yang ada secara universal, yaitu berusaha mencari inti yang dimuat setiap

---

<sup>26</sup> Enden Haetami, *Filsafat Ilmu*, Ed. Jim And Zam (Jalan Peundeuy No. 32 Bandung: Yayasan Bhakti Ilham, 2017), hal 34.

<sup>27</sup> Pebriani Yusnia Herman, Yeni Karneli, And Puji Gusri Handayani, “Kajian Deskriptif Tentang Ontologi, Epistemologi, Dan Aksiologi Dalam Filsafat Ilmu,” *Jurnal Penelitian Ilmu-Ilmu Sosial* 02, No. 11 (2025): hal. 193-194.

<sup>28</sup> Haetami, *Filsafat Ilmu*, hal. 35.

kenyataan yang meliputi segala realitas dalam semua bentuknya. Adapun berdasarkan objek yang ditelaah, ilmu pengetahuan memiliki dua macam objek, yaitu objek material (*obiectum materiale*) yang mencakup seluruh lapangan atau bahan yang dijadikan objek penyelidikan suatu ilmu, dan objek formal (*obiectum formale*) yaitu penentuan titik pandang terhadap objek material tersebut. Dalam konteks penelitian ini, kajian ontologis digunakan untuk menjawab rumusan masalah pertama, yaitu memahami hakikat objek yang dikaji dalam penafsiran Al-Qusyairi. Secara ontologis, objek kajian tafsir irfani bukan hanya teks dalam pengertian zahirnya, melainkan juga mencakup dimensi batin dari ayat-ayat Al-Qur'an yang hanya dapat tersingkap melalui pengalaman spiritual yang mendalam.

## 2. Metodologis

Metodologi dalam filsafat ilmu berkaitan erat dengan epistemologi, yaitu cabang filsafat yang membahas secara mendalam segenap proses penyusunan pengetahuan yang benar.<sup>29</sup> Aspek terpenting yang dibahas dalam kajian metodologis adalah sumber pengetahuan dan metode pengetahuan. Setiap jenis ilmu pengetahuan memiliki sumber dan metode yang berbeda-beda, meskipun ada kemungkinan beberapa memiliki kesamaan, namun pasti terdapat karakteristik atau nuansa yang membedakan masing-masing ilmu tersebut.<sup>30</sup>

Dalam epistemologi Islam, ilmu pengetahuan dapat dicapai melalui tiga elemen, yaitu indra, akal, dan hati. Ketiga elemen ini dalam praktiknya diterapkan dengan metode yang berbeda; indra untuk metode observasi (*bayānī*), akal untuk metode logis atau demonstratif (*burhānī*),

---

<sup>29</sup> Haetami, hal. 36.

<sup>30</sup> Yusnia Herman, Karneli, And Gusri Handayani, "Kajian Deskriptif Tentang Ontologi, Epistemologi, Dan Aksiologi Dalam Filsafat Ilmu.", hal. 193.

dan hati untuk metode intuitif ('irfānī). Dalam tataran metodologis, pencarian pengetahuan tidak cukup hanya mengandalkan satu pendekatan secara tunggal, sebab masing-masing memiliki keterbatasan dalam menjelaskan realitas secara menyeluruh. Oleh karena itu, dalam penelitian ini pendekatan metodologis digunakan untuk menjawab rumusan masalah kedua dan ketiga, yakni mengkaji bagaimana proses dan metode yang digunakan Al-Qusyairi dalam membangun penafsirannya terhadap QS. Al-Baqarah ayat 284-286, khususnya melalui metode 'irfānī yang mengandalkan penyingkapan spiritual (kasyf) sebagai sumber pengetahuan batin.

### 3. Aksiologi

Secara etimologis, aksiologi berasal dari perkataan axios (Yunani) yang berarti “nilai” dan logos yang berarti “teori”. Dengan demikian, aksiologi secara harfiah berarti teori tentang nilai. Pengertian aksiologi menurut Jujun S. Suriasumantri adalah teori nilai yang berkaitan dengan kegunaan dari pengetahuan yang diperoleh.<sup>31</sup>

Aksiologi merupakan salah satu cabang filsafat ilmu yang mempertanyakan bagaimana manusia menggunakan ilmunya, dengan mencoba mencapai hakikat dan manfaat yang ada dalam suatu pengetahuan. Aksiologi adalah cabang filsafat yang memperhatikan tentang baik dan buruk (good and bad), benar dan salah (right and wrong), serta tentang cara dan tujuan (means and destination) penggunaan atau pengembangan suatu pengetahuan atau ilmu. Bramel membagi aksiologi dalam tiga bagian, yaitu moral conduct yang melahirkan etika, esthetic expression yang melahirkan estetika, dan sosio-political life yang melahirkan filsafat sosiopolitik.

---

<sup>31</sup> Haetami, *Filsafat Ilmu*, hal. 111.

Pada tingkat aksiologi, ilmu terikat dengan nilai-nilai. Dalam memanfaatkan atau menggunakan ilmu, seseorang harus berlandaskan pada nilai etika dan estetika demi kemaslahatan bersama. Salah satu manfaat dari ilmu pengetahuan adalah untuk memberikan kemaslahatan dan kemudahan bagi kehidupan manusia.<sup>32</sup> Dalam konteks penelitian ini, kajian aksiologis diarahkan untuk mengungkap nilai dan relevansi penafsiran Al-Qusyairi terhadap QS. Al-Baqarah ayat 284-286 bagi kehidupan umat, khususnya bagi masyarakat Muslim modern yang menghadapi tekanan psikologis di era kontemporer.

## G. Metode Penelitian

Metode penelitian ini disusun berdasarkan pendekatan kualitatif yang berfokus pada analisis penafsiran Al-Qusyairi dalam *Laṭā'if al-Isyārāt* terhadap QS. Al-Baqarah ayat 284-286 secara mendalam, dengan menelaah konstruksi penafsiran, metode, dan sumber yang digunakannya dalam kaitannya dengan konsep *self-healing*.

### 1. Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kepustakaan (*library research*) dengan pendekatan *kualitatif-deskriptif-analitis*. Data yang dikaji bersumber dari teks-teks tertulis berupa kitab tafsir, literatur ilmu tafsir, dan karya ilmiah yang relevan, tanpa melibatkan penelitian lapangan atau data empiris.

Metode yang digunakan adalah metode kualitatif dengan pendekatan analisis penafsiran (*tahlil al-tafsir*) terhadap satu mufasir, yakni Al-Qusyairi dalam *Laṭā'if al-Isyārāt*. Pendekatan ini bertujuan untuk menelaah secara mendalam bagaimana Al-Qusyairi membangun konstruksi penafsirannya,

---

<sup>32</sup> Hadi Peristiwo and Abdul Hadi, "Konsep Al-Maslahah Al-Mursalah Dalam Perspektif Ekonomi Pada Era Revolusi Industri 4.0," *Al-Ahkam: Jurnal Ilmu Syariah Dan Hukum* 15, no. 2 (2019): hal. 59–60.

metode yang digunakannya, serta sumber-sumber yang menjadi landasan penafsirannya terhadap QS. Al-Baqarah ayat 284-286 dalam kaitannya dengan konsep *self-healing*. Analisis dilakukan melalui kerangka teori filsafat epistemologi irfani, yang mencakup tiga aspek utama: bentuk pemikiran (konstruksi), metode (*takwil/kasyf*), dan sumber penafsiran.

Pemilihan Al-Qusyairi sebagai fokus tunggal penelitian ini didasarkan pada keunikan pendekatannya yang mewakili tradisi tafsir *sufistik-isyāri*, yang menekankan dimensi batin, penyucian jiwa, dan isyarat-isyarat ruhani dalam memaknai ayat-ayat Al-Qur'an, sehingga relevan secara substantif dengan konsep *self-healing* yang berkaitan dengan dimensi spiritual kejiwaan manusia.

## 2. Sumber Data

Dalam penelitian ini digunakan dua jenis sumber data, yaitu:

### a. Sumber Data Primer

Sumber data primer adalah literatur utama yang menjadi objek analisis dalam penelitian ini:

- 1) Al-Qur'an Terjemah Kementerian Agama Republik Indonesia (2019).
- 2) Al-Qusyairi, Laṭā'if al-Isyārāt, sebagai sumber utama penafsiran yang dikaji.

### b. Sumber Data Sekunder

Sumber data sekunder meliputi: (1) literatur ilmu tafsir dan metodologi tafsir ('ulum al-tafsir), khususnya yang berkaitan dengan tafsir *sufistik-isyāri* dan epistemologi irfani. (2) literatur filsafat Islam yang berkaitan dengan epistemologi irfani sebagai kerangka teori. (3) literatur tentang konsep *self-healing* dalam perspektif Islam maupun psikologi, serta

(4) artikel ilmiah, skripsi, tesis, disertasi, dan jurnal yang secara langsung berkaitan dengan tema penelitian.

### 3. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui studi kepustakaan (library research) dengan langkah-langkah berikut: (1) penetapan unit analisis, yakni menetapkan QS. Al-Baqarah ayat 284-286 sebagai ayat-ayat inti berdasarkan pertimbangan tematik, asbābun nuzūl, dan munasabah antar-ayat. (2) penghimpunan penafsiran, yakni mengumpulkan seluruh penafsiran Al-Qusyairi terhadap ketiga ayat tersebut secara lengkap dan utuh dari Laṭā'if al-Isyārāt. (3) penelusuran literatur pendukung dari sumber sekunder yang relevan, khususnya yang berkaitan dengan epistemologi irfani, metodologi tafsir sufistik, dan konsep *self-healing*, serta (4) klasifikasi dan kategorisasi data berdasarkan tiga aspek utama kajian, yaitu konstruksi penafsiran, metode penafsiran, dan sumber penafsiran Al-Qusyairi.

### 4. Analisis Data

Analisis data dilakukan secara kualitatif melalui tiga tahapan sistematis:

- a. Tahap deskriptif, yakni memaparkan secara objektif penafsiran Al-Qusyairi terhadap QS. Al-Baqarah ayat 284-286 dalam Laṭā'if al-Isyārāt, meliputi bagaimana beliau membangun konstruksi penafsiran, metode yang digunakannya, dan sumber-sumber yang dirujuknya.
- b. Tahap analitis filosofis, yakni menganalisis penafsiran Al-Qusyairi melalui kerangka epistemologi irfani untuk mengungkap bagaimana bentuk pemikiran, metode takwil, dan sumber irfani bekerja dalam penafsirannya terhadap ketiga ayat tersebut, serta mengidentifikasi dimensi-dimensi *self-healing* yang terkandung di dalamnya.

- c. Tahap inferensial, yakni menarik kesimpulan konseptual berdasarkan hasil analisis dan menghubungkannya dengan relevansi pendekatan spiritual berbasis penafsiran Al-Qusyairi bagi problem psikologis masyarakat Muslim modern, khususnya remaja di era kontemporer.

Hasil penelitian ini bersifat konseptual-teoretis berupa pemahaman mendalam tentang konstruksi, metode, dan sumber penafsiran Al-Qusyairi terhadap QS. Al-Baqarah ayat 284-286 dalam kaitannya dengan konsep *self-healing*. Hasil ini tidak dimaksudkan sebagai uji klinis, melainkan sebagai kerangka nilai normatif dan panduan spiritual yang dapat menjadi rujukan akademik sekaligus landasan bagi penelitian lanjutan.

## **J. Sistematika Pembahasan**

Penelitian ini dibagi menjadi lima bab yang saling terkait dan saling melengkapi. Setiap bab dirancang untuk memberikan jawaban atas rumusan masalah penelitian secara terstruktur, dimulai dari kerangka dasar hingga analisis mendalam mengenai analisis dimensi filosofis tafsir isyārī Al-Qusyairi terhadap QS. Al-Baqarah ayat 284-286.

Bab Pertama: Pendahuluan, berisi kerangka dasar penelitian yang meliputi latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, tinjauan pustaka, landasan teori, metode penelitian, serta sistematika pembahasan. Pada bagian latar belakang dijelaskan urgensi kajian dimensi spiritual Al-Qur'an dalam merespons problem psikologis kontemporer, khususnya di kalangan remaja, serta pentingnya mengkaji penafsiran Al-Qusyairi terhadap QS. Al-Baqarah ayat 284-286.

Bab Kedua: Konsep Self-Healing dalam Perspektif Psikologi dan Islam, memuat kajian teoritis mengenai konsep *self-healing* sebagai landasan konseptual penelitian. Pembahasan meliputi pengertian *self-*

*healing* secara bahasa dan istilah, tujuan, manfaat, dan jenis-jenis self-healing, konsep *self-healing* dalam psikologi modern melalui pemikiran Viktor Frankl dan Abraham Maslow, serta konsep penyembuhan jiwa dalam perspektif Islam melalui pemikiran Al-Ghazali dan Ibnu Qayyim al-Jauziyyah. Bab ini berfungsi sebagai kerangka relevansi untuk melihat hubungan antara penafsiran Al-Qusyairi dengan problem psikologis manusia kontemporer.

Bab Ketiga: Tinjauan Umum Al-Qusyairi dan Kitab *Laṭā'if al-Isyārāt*, berisi gambaran umum mengenai tokoh dan karya yang menjadi objek penelitian. Pembahasan meliputi biografi Al-Qusyairi, latar belakang pendidikan, guru dan murid, karya-karya, serta kedudukannya dalam tradisi tasawuf dan tafsir. Selain itu, bab ini juga membahas kitab *Laṭā'if al-Isyārāt* yang mencakup latar belakang penulisan, sistematika, karakteristik, corak sufistik-isyārī, serta metode penafsirannya.

Bab Keempat: Dimensi Filosofis Tafsir Isyārī Al-Qusyairi terhadap QS. Al-Baqarah Ayat 284-286, merupakan inti penelitian. Bab ini menyajikan analisis mendalam mengenai penafsiran Al-Qusyairi terhadap QS. Al-Baqarah ayat 284–286 melalui tiga aspek utama. Pertama, konstruksi penafsiran Al-Qusyairi terhadap ketiga ayat tersebut. Kedua, metode penafsiran yang digunakan Al-Qusyairi dalam menafsirkan ayat dari makna zahir menuju makna isyārī. Ketiga, sumber-sumber penafsiran yang digunakan Al-Qusyairi, baik berupa Al-Qur'an, hadis, riwayat, maupun ungkapan para sufi. Pada bagian akhir dibahas relevansi penafsiran Al-Qusyairi terhadap konsep *self-healing* dan problem psikologis manusia modern.

Bab Kelima: Penutup, memuat kesimpulan dan saran. Pertama, kesimpulan berisi hasil penelitian mengenai konstruksi penafsiran, metode, dan sumber penafsiran Al-Qusyairi dalam *Laṭā'if al-Isyārāt* terhadap QS.

Al-Baqarah ayat 284-286. Adapun saran diarahkan kepada pengembangan penelitian tafsir sufistik, kajian dimensi filosofis tafsir isyārī, serta penelitian lanjutan mengenai relevansi pemikiran Al-Qusyairi terhadap persoalan psikologis dan spiritual masyarakat kontemporer. Kedua, saran yang menyatakan bahwa penelitian ini membangun perspektif sebagai landasan konsep *self-healing* yang menekankan pendekatan spiritual, namun terfokus pada aspek filosofis konstruksi, metode, dan sumber penafsiran Al-Qusyairi. Perspektif lain belum tercakup, sehingga dapat menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya untuk memperkaya wacana psikologi dan studi Al-Qur'an.

