



BAB I PENDAHULUAN

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Dukungan dari orang-orang terdekat memiliki sebuah pengaruh besar bagi seorang independen terlebih pada rasa semangat dan kebangkitan jiwa dalam mencapai titik keberhasilan. Akhir-akhir ini banyak ditemukan seperti depresi, stres, dan hal-hal yang berhubungan dengan emosional sehingga kerap mengganggu kesehatan jiwa seseorang. Kondisi yang penuh tekanan misalnya seperti lingkungan sosial buruk sejak usia dini, stres berat dalam jangka panjang tanpa penanganan pihak khusus, dan kekerasan dalam rumah tangga dapat mengakibatkan seseorang mengalami gangguan kejiwaan. Jenis gangguan mental yang umum terjadi adalah depresi, gangguan bipolar, psikosis, kecemasan, gangguan stres pasca trauma, bahkan sindrom bimbang bayi (*baby blues*) dan depresi postpartum yang dialami ibu baru (*new mom*) pasca melahirkan.¹

WHO (*World Health Organization*) mencatat pada tahun 2019 terdapat sekitar 300 juta orang di dunia mengalami depresi dan 15,6 juta nya adalah orang Indonesia.² Depresi bermula dengan adanya perasaan sedih, murung, putus asa, bahkan seseorang juga akan mengalami distorsi kognitif seperti mengkritik diri sendiri, timbul perasaan menyalahkan diri sendiri, perasaan tidak berharga, kurang

¹ Rizal Fadli, "Kesehatan Mental" dalam <https://www.halodoc.com/kesehatan/kesehatan-mental> , (diakses pada 5 Agustus 2024).

² Nabilah Hisanah Yusri, "Depresi, Kesehatan Mental yang tidak boleh disepelekan" dalam <https://www.its.ac.id/news/2023/05/22/trashed-5/> , (diakses pada 20 Oktober 2023).

percaya diri, pesimis dan putus asa.³ Hal itulah yang memicu awal sebuah psikologis yang tidak sehat. Kurangnya penunjang untuk menjaga kesehatan mental dapat menimbulkan dampak bahaya dan hal yang tidak diinginkan terjadi.⁴ Hasil riset menyebutkan bahwa data di Indonesia sebanyak 6,1% dari penduduk Indonesia yang berusia 15 tahun ke atas mengalami depresi atau gangguan kesehatan mental. Seperti halnya yang dikatakan oleh Dr Khamelia Malik, bahwa salah satu penyebab angka depresi yang dialami oleh kalangan usia 15 tahun ke atas karena ketidak mampuan mereka mengendalikan perilaku dan emosi.⁵

Proses persalinan merupakan proses yang menyenangkan atau membahagiakan bagi sebagian calon ibu, yang akan berdampak positif maupun negatif dikehidupannya. Tetapi Sebagian lain menganggap bahwa masa kehamilan dan proses persalinan merupakan salah satu transisi kehidupan yang lumayan menegangkan. Bila seorang calon ibu merasa tidak nyaman maka akan memungkinkan adanya respon yang muncul, berupa perasaan-perasaan tidak nyaman hingga berada di posisi krisis yang mengakibatkan stres pada seorang ibu. Mochtar mengatakan ada empat faktor utama yang berpengaruh pada proses persalinan calon ibu, yaitu faktor jalan lahir (*passage*), faktor janin

³Agung Frijanto, “Depresi dan Bunuh Diri”, dalam https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/1450/depresi-dan-bunuh-diri , (diakses pada 5 Agustus 2024).

⁴ Zakiah Drajat, *Kesehatan Mental* (Jakarta: Gunung Agung, 1995), 12.

⁵Siti Nadia Tarmizi, “Menjaga Kesehatan Mental Para Penerus Bangsa”, dalam <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/rilis-media/20231012/3644025/menjaga-kesehatan-mental-para-penerus-bangsa/>, (diakses pada 5 Agustus 2024).

(*passanger*), faktor tenaga atau kekuatan (*power*), dan yang terakhir faktor psikologis.⁶

Secara medis wanita yang hamil dan akan melahirkan perlu memiliki kesehatan psikologis yang baik dan stabil. Karena hal ini sangat membantunya mempermudah untuk menghadapi persalinan. Perasaan cemas, takut, tegang, dan khawatir yang berlebihan akan menyebabkan adanya stres bagi ibu melahirkan, sehingga mengakibatkan proses tersebut tidak berjalan lancar. Kondisi seperti itulah yang bisa terus berkelanjutan mengganggu kesehatan mental seorang ibu pasca melahirkan. Kondisi ini merupakan bentuk pengembangan dari reaksi ketakutan yang sudah dirasakan sejak hamil.

Riset menyimpulkan bahwa sebagian besar ibu baru (*new mom*) mengalami stres pasca melahirkan. Perubahan emosional ini terkadang memberikan rasa bahagia dan sedih di waktu yang hampir bersamaan, terkadang juga menimbulkan rasa sedih tanpa sebab. Hal ini bisa ditandai dengan adanya kekhawatiran berkurangnya perhatian suami, keluarga, dan orang terdekat akan teralihkan dengan kehadiran bayi, ketakutan karena fisik tidak lagi ideal, kekhawatiran tidak bisa memberikan ASI secara eksklusif, gelisah, dan hilangnya minat melakukan kegiatan sehari-hari, bahkan merasa lelah dan kekuarangan energi.⁷

Kabar yang memprihatinkan kerap disampaikan dalam berbagai informasi media sosial, salah satunya adalah dampak sosial kehidupan

⁶ Prawirohardjo, S., *Ilmu Kebidanan* (Jakarta: Yayasan Bina Pustaka, 2007), 24.

⁷ Teledid.IHC.id, "Baby blues, apa itu", dalam <https://teledid.ihc.id/artikel-detail-1012-Baby-blues.-Apa-Itu.html>, (diakses pada 4 april 2024).

yang dilatar belakangi karena gangguan kesehatan mental. Dalam pandangan para ahli bahwa dampak dari gangguan kesehatan mental dapat menyerang fisik dengan mengidap penyakit seperti gangguan jantung, darah tinggi, stroke, insomnia, gangguan pernapasan, dan sakit kepala. Tidak hanya berdampak pada fisik tapi juga berdampak pada aspek kehidupan seperti kesulitan membangun hubungan sosial, resiko menyakiti diri sendiri atau orang lain, merasa asing di lingkungan sendiri, dan kesepian.⁸ Oleh karenanya banyak terjadi kekerasan seperti KDRT, pembunuhan, rencana bunuh diri seorang ibu bersama anak-anak nya, masalah rumah tangga yang datang ketika ibu hamil tua atau muda, hingga fenomena sindrom bimbang bayi (*baby blues*)⁹.

Fenomena sindrom bimbang bayi (*baby blues*) adalah sebuah kondisi gangguan psikologis yang bisa dialami oleh seorang ibu pasca melahirkan, tidak berpotensi menjadi depresi. Bila tidak segera ditangani akan menimbulkan gangguan kesehatan mental (*mental health issue*) hingga menyebabkan perubahan suasana hati dan depresi ringan pada ibu (*baby blues syndrome*) yang berkepanjangan¹⁰. Bukan hanya sindrom bimbang bayi (*baby blues*), gangguan kesehatan mental juga menyebabkan gangguan pada suasana hati yang terjadi selama hamil dan pasca melahirkan hingga berlangsung lama (*Perinatal mental*

⁸ Siti Nadia Tarmizi, “Menjaga Kesehatan Mental Para Penerus Bangsa”, dalam <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/rilis-media/20231012/3644025/menjaga-kesehatan-mental-para-penerus-bangsa/>, (diakses pada 8 Agustus 2024).

⁹Media Indonesia, “Kesehatan Mental Ibu masih Terpinggirkan”, dalam <https://epaper.mediaindonesia.com/detail/kesehatan-mental-ibu-masih-terpinggirkan>, (diakses pada 30 september 2023).

¹⁰ Airindya Bella, “Memahami Perbedaan Syndrome baby blues dan Depresi pasca melahirkan”, dalam <https://www.alodokter.com/memahami-perbedaan-baby-blues-syndrome-dan-depresi-pasca-melahirkan>, (diakses pada 30 september 2023)

health syndrome). Yakni adanya sebuah periode pembuahan selama setahun pasca melahirkan yang mengakibatkan terjadinya perubahan hormon secara drastis hingga menimbulkan perasaan lebih sensitif.¹¹ Fenomena sindrom bimbang bayi (*baby blues*) kerap menjadi berita di media *online* bahkan tidak sedikit kasus gagalnya pola asuh orang tua (*parenting*) karena dampak dari sindrom bimbang bayi (*baby blues*).

Berdasarkan realita yang ada penelitian ini akan menyajikan sebuah teks al-Qur`an sebagai jawaban dan solusi bagi semua umat baik secara tekstual maupun kontekstual. Hal ini sangat perlu dilakukan dengan tujuan menjadikan al-Qur`an sebagai solusi baru dari masalah-masalah yang terus bermunculan. Melalui penyajian yang moderat, kontekstualis, dan komprehensif pada teks al-Qur`an sebagai bukti bahwa al-Qur`an bisa menjadi solusi relevan dalam berbagai konteks.

Menyinggung tentang kesehatan mental, di dalam al-Qur`an terdapat sebuah kisah tokoh perempuan bernama Maryam binti Imran. Secara global pada segi lingkungannya, Maryam mengalami sebuah tekanan mental sehingga terdapat gejala emosional yang terjadi pada diri Maryam selama menghadapi cobaan yang diberikan Allah. Hebatnya Maryam tetap bisa menjalani cobaan tersebut dengan baik, emosi yang stabil, dan menjaga kesehatan mentalnya. Cobaan yang dihadapi oleh Maryam tergolong berat karena Maryam benar-benar diuji dalam segi keimanan, fisik, psikis dan kesabarannya. Maryam ditakdirkan untuk mengandung seorang nabi mulia Isa a.s, tanpa

¹¹ BBC News Indonesia, “Kesehatan Mental: Depresi Perinatal, Pembunuh senyap yang mengintai Keselamatan Jiwa ibu dan anak”, dalam <https://www.bbc.com/indonesia/indonesia-56714093> , (diakses pada 9 oktober 2023)

adanya pembuahan sel dari seorang laki-laki. Di dalam al-Qur`an juga telah ditetapkan bahwa Maryam adalah Wanita paling suci¹², dengan begitu tidak ada persoalan tentang Maryam yang hamil tanpa adanya suami. Bagaimana bisa seorang Maryam dengan status sebagai ibu baru (*new mom*) dan ibu yang melakukan pengasuhan sendiri (*single mom*) bisa memiliki sebuah kekuatan mental yang super tanpa sedikitpun gangguan psikis?.

Pembahasan tentang keadaan Maryam yang baik-baik saja tanpa adanya gangguan psikis menyerang ketika berada dalam keadaan yang penuh tekanan adalah hal yang unik. Jika disamakan dengan wanita pada umumnya, Maryam juga mengalami kehamilan dengan jangka waktu yang umum, mengalami gejala emosi kekhawtiran, tertekan dan cemas. Hal ini bisa dikatakan bahwa maryam juga merupakan manusia biasa yang memungkinkan terserang gangguan mental. Karena Hal tersebut bisa dilihat dalam percakapan antara Maryam dengan Jibril dalam Q.S: Ali Imrān [3]: 45-47 dan Q.S: Maryam [19]: 18-26.

قَالَتْ رَبِّ أَنَّى يَكُونُ لِي وَلَدٌ وَمَمْ يَمْسَسُنِي بِشَرِّ قَالَ كَذَلِكَ اللَّهُ يَخْلُقُ مَا يَشَاءُ إِذَا قَضَىٰ أَمْرًا
فَإِذَا يَشَاءُ لَهُ كُنْ فَيَكُونُ

Maryam berkata: "Ya Tuhanku, betapa mungkin aku mempunyai anak, padahal aku belum pernah disentuh oleh seorang laki-laki pun." Allah berfirman (dengan perantaraan Jibril): "Demikianlah Allah menciptakan apa yang dikehendaki-Nya. Apabila Allah berkehendak menetapkan sesuatu, maka Allah hanya cukup berkata kepadanya: "Jadilah", lalu jadilah dia.¹³

ucapan Maryam sangat normal, dan objektif ketika dihadapkan pada sebuah hal yang tidak bisa dijangkau oleh akal manusia umumnya, yakni hamil dan memiliki anak tanpa sosok suami. Dari

¹² Q.S Ali Imrān [3]: 42.

¹³ Q.S Ali Imrān [3] : 47.

percakapan yang ada dapat disimpulkan bahwa gejolak emosi dalam diri Maryam berupa cemas, khawatir, dan takut berkecamuk menjadi satu, seperti yang telah dijelaskan oleh Ririn dalam penelitiannya yang menggunakan teori psikologis dari M. Darwis Hude menghasilkan sebuah pernyataan tentang solusi dalam pengendalian emosi.¹⁴ Sehingga dapat diambil hikmah bagi setiap individu tentang pengendalian emosi ketika menghadapi sebuah problem. Bukan berarti Maryam mengalami gangguan kesehatan mental (*mental health issue*), jika dilihat dalam percakapan tersebut Maryam hanya mengalami sebuah problem *Anxiety* (guncangan kekhawatiran). Tetapi berangkat dari problem *anxiety* ini, banyak ditemukan pada sekarang yang berlanjut hingga menjadi gangguan mental serius.

Dari pemaparan singkat Q.S:Ali Imrān [3]: 45-47, mengenai bagaimana *Mental health* yang dimiliki Maryam sangat tampak pada Q.S:Maryam [19] mulai dari ayat 18-26 yang mencakup komunikasi dan tindakan pada ayat setelahnya yakni ayat 18- 26. Semua tindakan Maryam baik dari segi komunikasi serta dorongan positif yang muncul dari lingkungan Maryam yang kemudian memberikan energi tersendiri baginya. Dari sebuah ucapan Maryam tersebut dapat mengetahui bagaimana mental yang dimilikinya ketika menghadapi cobaan berat. pada saat Maryam menghadapi cobaan berat. Banyak ditemukan sebuah diskusi penelitian yang membahas tentang kisah Maryam ini, bukan hanya dalam segi psikis seperti yang dilakukan oleh Ririn, tapi

¹⁴ Ririn Febriyanti Salka, "Pengendalian Emosi dalam al-Qur`ān (Analisis Kisah Maryam)" (Skripsi di UIN Syarif Hidayatullah, Jakarta, 2022).

juga dalam segi spiritual Maryam ketika menghadapi cobaan. Hal tersebut dijelaskan oleh Shodiq Masrur dan Azka Salsabila dalam jurnal yang berjudul *Peran Agama dalam Kesehatan Mental Perspektif al-Qur`an pada Kisah Maryam bint Imrān*.¹⁵

Dari banyaknya Kajian tentang kisah Maryam, masih belum ditemukan sebuah penelitian yang bercorak *maudū'ī* dengan menggunakan teori tokoh ahli tafsir kontemporer bernama Muhammad Baqr al-Ṣadr. Teori tersebut terkenal dengan hasil yang relevan dan solutif dalam memecahkan masalah. Teori tafsir *maudū'ī* yang diprakarsai oleh Baqr al-Ṣadr adalah *Tafsīr Maudū'ī Tauḥidī* yang cenderung tekstual dan baku, dan memiliki *starting point* berupa *min al-Wāqi' ila al-Naṣ*. Hal inilah yang menjadi asumsi dasar tafsir tematik yaitu harus bermula dari kondisi faktual kemudian dikembalikan pada teks al-Qur`an. Melalui teori *Tauḥidī* Baqr al-Ṣadr diharapkan bisa memunculkan sebuah refleksi sebagai hasil dari penelitian ini.

Kiranya refleksi tersebut patut dicontoh dan dijadikan sebagai bentuk informasi baru tentang cara menjaga *mental health* bagi para remaja ke atas khususnya calon ibu, *new mom*, dan *singel mom*. Penelitian ini sebagai bentuk cara menanggulangi dan mencegah bertambahnya angka gangguan mental yang disebabkan karena kurangnya dukungan dari orang-orang terdekat. Adanya teori *Tauḥidī* bukan berarti Baqr al-Ṣadr ingin menundukkan al-Qur`an pada problem

¹⁵ Muhammad Shodiq Masrur dan Azka Salsabila, "Peran Agama dalam Kesehatan Mental Perspektif al-Qur`an dalam Kisah Maryam bint Imrān", *Islamika: Jurnal Keislaman dan Pendidikan*, Vol. 3, No. 1 (2021).

aktual tetapi agar para mufasir bisa berdialog dengan al-Qur`an. Kajian ini diharapkan agar fungsi al-Qur`an sebagai pedoman utama tetap berjalan, yakni dengan cara menyajikan kembali teks al-Qur`an menggunakan kemasan teori baru untuk mengupas *khazanah* ilmu yang disampaikan secara implisit oleh Allah.

B. Rumusan Masalah

Latar belakang masalah yang telah dipaparkan, memberikan sebuah gambaran masalah yang akan menjadi titik tolak pada penelitian ini, yakni “bagaimana peneliti memahami ayat tentang kisah Maryam dengan menggunakan teori *Tafsir Maudū’i Tauhidī* Baqr al-Ṣadr dan refleksi nya dalam problem *anxiety* sebagai upaya mencegah gangguan mental”?.

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan pemaparan dalam rumusan masalah penelitian ini bertujuan untuk menemukan sebuah solusi dari al-Qur`an tentang problem *anxiety* (guncangan kekhawatiran) dalam kisah Maryam. Sehingga dapat menjadi sebuah refleksi dari al-Qur`an dan dapat dicontoh sebagai bentuk penunjang dalam menjaga kestabilan mental terlebih untuk kalangan remaja ke atas, hususnya calon ibu, ibu baru dan ibu yang melakukan pola asuh sendiri. Selain itu, kajian ini akan disajikan sebagai bentuk solusi dalam upaya mengurangi nilai setres dan depresi yang disebabkan oleh gangguan sosial.

D. Manfaat penelitian

Manfaat penelitian yang diharapkan ini mencakup dua yaitu:

1. Manfaat Akademis
 - a. Mampu mengupas khazanah yang ada di dalam al-Qur'an terkhusus dalam bentuk refleksi dari kisah Maryam di Q.S: Ali Ilmrān [3]: 45-47 dan Q.S: Maryam [19]: 18-26.
 - b. Menjadi bentuk kontribusi dari *naṣ al- Qur`ān* melalui cerita Maryam dalam menanggapi sebuah kasus aktual yang berhubungan dengan kesehatan mental.
 - c. Menjadi rujukan untuk penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan cerita dalam al-Quran, kisah Maryam, kesehatan mental dan guncangan kekhawatiran.
2. Manfaat Pragmatik
 - a. Menjadi Wawasan bagi pembaca dalam memahami teks al-Qur'an yang dijadikan sebagai respon terhadap problematika aktual dengan menggunakan kajian teori *Tafsīr Mauḍū'ī Tauḥidī* oleh tokoh Baqir al- Ṣadr.
 - b. Menjadi informasi dan solusi baru bagi pembaca, masyarakat serta generasi setelahnya, khususnya ibu-ibu yang sedang berjuang melawan problem kesehatan mental berupa guncangan kekhawatiran (*problem anxiety*).

E. Tinjauan Pustaka

Sebelum masuk lebih dalam mengenai penelitian tentang rekontekstualisasi guncangan kekhawatiran (*guncangan kekhawatiran*) dalam al-Qur'an melalui kisah Maryam, telah banyak ditemukan penelitian terdahulu pada objek yang sama yaitu kisah Maryam. Tokoh

Maryam bint Imrān bukan lagi asing didengar, telah banyak para peneliti yang mengkaji bagaimana kisah Maryam dalam al-Qur`an hanya saja lebih terfokuskan pada bidang keagamaan. Namun melalui berbagai data yang didapatkan, penelitian ini masih belum ada yang mengkaji, menjelaskan dan menguraikan bagaimana bila kisah Maryam menjadi bentuk respon al-Qur`an dengan memahami dengan analisis pada ayat-ayat kisah Maryam. Kemudian dibedah menggunakan teori *Tafsir Mauḍū'ī Tauhidī* dari tokoh Baqr al-Ṣadr yang membidik dari problem aktual agar para mufassir bisa mendialekkan realita dengan *naṣ al-Qur`ān*. Terdapat beberapa literatur penelitian yang menjadi sumber pengetahuan dalam penelitian ini, diantaranya:

Pertama, Peran Agama dalam Kesehatan Mental Perspektif al-Qur`an pada Kisah Maryam bint Imrān. Jurnal ini ditulis oleh Muhammad Shodiq Masrur dan Azka Salsabila pada tahun 2021. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif berbasis *library research*. Sebagaimana judulnya penelitian dari Jurnal tersebut memiliki sumber primer ayat al-Qur`an yang menceritakan kisah Maryam bint Imrān dengan batasan dalam Q.S Maryam [19] : 25 sampai 30. Penelitian tersebut juga menyebutkan sumber sekunder dalam surah lain sebagai jawaban dan Solusi dari masalah, seperti dalam Q.S al- Ṭalaq [65] : 3 dan al- Ra`du [13]: 28. Hasil dari penelitian yang dilakukan oleh Masrur dan Azka adalah peran agama dalam memberikan solusi ketenangan jiwa dan menjaga kesehatan mental yakni dengan memperkuat keimanan, ketauhidan, dan menjalankan syariat sesuai

tuntunan Allah dan Rasul-Nya. Sehingga dapat mengantarkan manusia menuju sebuah kebahagiaan dan ketenangan hidup.¹⁶

Kedua, Pengendalian Emosi dalam al-Qur`an (analisis Kisah Maryam bint Imrān). Penelitian ini adalah bentuk skripsi yang ditulis oleh Ririn Febriyanti Salka pada tahun 2022. Penelitian ini menggunakan metode pengumpulan data, sedangkan pendekatan keilmuannya menggunakan Ilmu Tafsir dan ilmu psikologis. Pembahasan yang dilakukan oleh Ririn dalam skripsinya menjelaskan tentang gejolak emosional yang terjadi pada tokoh Maryam bint Imrān. Selain itu juga data primer yang digunakan hanya terbatas pada Q.S Maryam [19]: 16-33. Ririn menyampaikan penelitiannya secara deskriptif analisis. Penerapan teori psikologis yang digunakan yakni teori yang diprakarsai oleh M. Darwis Hude tentang pengendalian emosi berupa takut, cemas, marah, terkejut dan lainnya. Sehingga dapat menghasilkan sebuah solusi dalam mengontrol gejolak emosi ketika menghadapi suatu serangan masalah baik berupa kecemasan, malu, marah, dan lain-lain dengan cara regresi(meninggalkan konflik), *reinforcement* (menguatkan diri) dan *coping*(menerima).¹⁷

Ketiga, Kisah Maryam dalam Tafsir al- Azhar Karya Hamka. Penelitian ini merupakan karya tulis skripsi yang disusun oleh Chamidah Mardiyanti tahun 2018. Penelitian ini menggunakan metode kepustakaan atau *library research* dengan sumber primer kitab *Tafsir*

¹⁶ Muhammad Shodiq Masrur dan Azka Salsabila, "Peran Agama dalam Kesehatan Mental Perspektif al-Qur`an dalam Kisah Maryam bint Imrān", *Islamika: Jurnal Keislaman dan Pendidikan*, Vol. 3, No. 1 (2021).

¹⁷ Ririn Febriyanti Salka, "Pengendalian Emosi dalam al-Qur`ān (Analisis Kisah Maryam)" (Skripsi di UIN Syarif Hidayatullah, Jakarta, 2022).

al- Azhar karya dari Hamka. Chamida menguraikan materinya menggunakan metode deskriptif analitis dengan teori sosial historis serta mengadopsi teori gender. Hasil dari penelitian Chamida dalam Skripsinya adalah penafsiran yang dilakukan hamka dalam Tafsir al- Azhar lebih condong mengatakan bahwa Maryam adalah sosok perempuan teladan dan mulia. Sehingga banyak hal yang dapat dicontoh bagi para penerus umat atas keteladanan Maryam seperti keimanan yang menjadi pokok keyakinan dalam suksesti menghadapi cobaan.¹⁸

Keempat, Maryam dalam al-Qur`an dan Maria dalam al-Kitab (Studi Komparatif). penelitian ini merupakan karya berbentuk skripsi yang ditulis oleh Asshifa Milasari pada tahun 2022. Penelitian ini menggunakan metode kaulitatif atau *library research*. Pendekatan yang digunakan adalah studi komparatif dengan mengadopsi teori teologis dan pendekatan filosofis. dalam penyampaian penelitian menggunakan metode analisis spekulatif. Sumber primer yang digunakan disini adalah tentang kisah Maryam dalam al-Qur`an dan Maria di dalam al-Kitab. Sehingga penelitian ini menghasilkan sebuah gambaran pada karakteristik Maryam sebagai refrensi bagi para Wanita untuk menjadi seorang Wanita yang sederhana dengan penuh ketakwaan dan kesabaran.¹⁹

¹⁸ Chamida Mardiyanti, “Maryam dalam Tafsir al-Azhar karya Hamka (Studi Analisis Gender)” (Skripsi di UIN Sunankalijaga Yogyakarta, 2018).

¹⁹ Asshifa Milasari, “Maryam dalam Al-Qur`an dan Maria dalam al-Kitab (studi Komparatif)” (Skripsi di UIN Alauddin, Makassar, 2022).

Kelima, Kisah Maryam dalam Surah Maryam (Kajian Hermeneutika Schleiermacher) yang ditulis oleh Rosikhotul Ilmi merupakan penelitian yang berjenis Kualitatif. Sumber primer yang digunakan hanya mencakup pada Q.S Maryam [19] dengan batasan ayat mulai 16- 26. Penelitian ini menggunakan pandangan teori Hermeneutika Schleiermacher yang mencakup pada dua aspek yakni gramatikal dan psikis. penjelasan sosok Maryam dalam kisah Q.S Maryam [19]: 16-26 dan aspek psikologi secara global, menghasilkan dari sebuah gambaran sosok Maryam secara pandangan tokoh Schleiermacher. sehingga dapat memberikan solusi dalam pembentukan karakter menjadi sosok yang mulia disisi tuhan dengan berlandaskan kesabaran dan kepasrahan.²⁰

Keenam, Analisis Pemikiran Tafsir Maudū'ī Tauḥidī Baqr al-Ṣadr merupakan sebuah artikel dalam Jurnal al- Tadbir yang ditulis oleh Aramdhan Kodrat Permana pada tahun 2021. Pada tulisannya Aramdhan menggunakan metode pendekatan kualitatif yang berdasarkan kepustakaan. Isi tulisan Aramdhan ini adalah analisis pemikiran cendekiawan tafsir yakni Baqr Shadr yang yakni teori *Tafsir Maudū'ī al-Tauḥidī*. Teori *Tafsir Maudū'ī Tauḥidī* yang dianalisis dalam penelitian Aramdhan ini memiliki sumber sekunder dari pemikiran al-Farmāwī dan beberapa bahan lainnya yang relevan. Konsep penafsiran Baqr al-Ṣadr ini cukup unik karena ia memulai semuanya dengan dasar *min al- Wāqi' ila al- Naṣ*. Teori tersebut secara implisit mengatakan

²⁰ Rosikhotul Ilmi, “Kisah Maryam dalam Surah Maryam (Kajian Hermeneutik Schleiermacher)” (Skripsi di STAI al-Anwar, Rembang, 2022).

bahwa *tafsir maudū'ī* ini harus mampu berdialektika dengan fakta teoritis yang berkembang di era ini tanpa melepas Langkah-langkah metodologis dalam *tafsir maudū'ī* yang telah dirumuskan sebelumnya.²¹

Ketujuh, Kesehatan Mental dalam Perspektif Tafsir Al-Qur`an Tematik LPMQ Kemenag RI dan Teori Psikologi al-Balkhi. Penelitian yang berbentuk Jurnal ini ditulis oleh Lathifah, Sumanta, dan Didi Junaedi dalam Jurnal Diya al-Afkar. Penelitian ini membahas tentang *tafsir maudū'ī* membahas tentang ayat-ayat yang menyinggung kesehatan mental. Penelitian tersebut menggunakan aspek kepustakaan dalam meliteraturkan secara spesifik. Objek penelitian tersebut adalah tafsir tematik LPMQ Kemenag RI dan menggunakan teori psikologi milik al-Balkhi. Hasil penelitian tersebut menunjukkan tentang kesehatan mental seseorang yang baik ditunjukkan melalui iman yang kuat, sikap dan tingkah laku yang baik, beradaptasi baik dengan kenyataan, jauh dari penyakit hati seperti iri, dengki, buruk sangka, sombong, pemaarah, lalai, pelupa, was-was dan lainnya. Objek kajian ayat yang diambil dari tafsir tematik LPMQ Kemenag RI dalam penelitian tersebut hanya sebatas pada Q.S. Al-Tīn [95]: 4-6, Q.S al-Hujurat [49]: 12-13, Q.S al-Baqarah [2]: 155-157 dan 286, Q.S al-Nisa`

²¹ Aramdhan Kodrat Permana, "Analisis Pemikiran al- Tafsir al- Maudlu'I al- Tauhidi Baqr Shadr, *At- Tadbir: Jurnal Media Hukum dan Pendidikan*, Vol. 31, No. 01 (2021).

[4]: 32, Q.S al-Mudaththir [74]: 6, Q.S al-Fussilat [41]: 7, al-Insan [76]: 8-9.²²

Dari berbagai penelitian sebelumnya, baik tentang penguraian kisah Maryam, sebagaimana yang telah disampaikan di atas, hemat penulis belum menemukan sebuah penelitian yang menjadikan objek ayat kisah Maryam dalam Q.S Alī Imrān [3]: 45-47 dan Q.S Maryam [19]: 18-26. Ayat tersebut hanya fokus pada ayat percakapan antara Maryam, Jibril dan Tuhan dengan menggunakan teori *Tafsīr Mauḍū'ī Tauḥidī* yang diprakarsai oleh Baqr al-Ṣadr. Bukan hanya itu, hasil dari penelitian terhadap kisah Maryam tersebut akan menunjukkan secara implisit maksud al-Qur`an mengabadikan sebuah cerita wanita hebat dengan pemahaman kritis teori *Tafsīr Mauḍū'ī Tauḥidī* Baqr al-Ṣadr. Hal ini akan menjadi sebuah informasi baru bagi mereka yang memiliki kesehatan mental lemah, stres, depresi dan mengalami gangguan kesehatan mental.

F. Kerangka Teori

Penelitian ini menggunakan metode deksriptif-analisis dengan pendekatan metode kualitatif. Penelitian ini akan menggunakan teori *Tafsīr Mauḍū'ī Tauḥidī* yang di bawa oleh tokoh terkemuka Baqr al-Ṣadr dalam menganalisis secara deskriptif dan mencari jawaban dari rumusan masalah. Teori yang dikembangkan oleh Muhammad Baqr al-Ṣadr ini tidak jauh berbeda dengan teori *Tafsīr mauḍū'ī* oleh al-

²² Lathifah, Suumanta, dan Didi Junaedi, "Kesehatan Mental dalam Perspektif Tafsir Tematik LPMQ Kemenag RI dan Teori Psikologi al-Balkhi" *Diya al-Afkar: Jurnal Studi al-Qur`an dan Hadis*, Vol.09, No. 02 (2021).

Farmawi. Menurut Baqr dalam menafsiri secara *maudū'ī* perlu adanya memilih dan menentukan pokok masalah sosial atau ideologis mengenai kehidupan, kemudian mencurahkan segala perhatian pada masalah yang telah dipilih, mufassir juga perlu mencari beberapa data yang diperlukan dan berbagai gagasan yang masih memiliki keterkaitan dengan masalah yang telah dibidik, serta yang terpenting adalah pengalaman-pengalaman yang telah terjadi pada masyarakat.²³

Tafsīr maudū'ī dikatakan sebagai solusi yang tepat dalam menciptakan sebuah perkembangan sesuai dengan pemikiran manusia dan pengalaman-pengalaman manusia yang makin berkembang. Jika al-Qur`an dikaji dengan lingkup pengalaman manusia dan permasalahan manusia yang semakin berkembang maka akan muncul pula berbagai penemuan baru.²⁴ Peletakan kata *al-tauhidī* dalam akhir teori *maudū'ī* yang dikembangkan oleh Baqr ini karena menurutnya terdapat dua upaya pokok dalam melakukan penafsiran secara *maudū'ī* yaitu mengumpulkan atau menyatukan ayat-ayat yang memiliki kesamaan tema, dan tema-tema tersebut harus berkorelasi dengan keadaan masyarakat atau problem yang terjadi di lapangan.²⁵ Pandangan Baqr al-Ṣadr di sini cukup menarik dalam teori *Tafsīr maudū'ī* nya. Menurut pandangan Baqr metode *maudū'ī* dalam dunia tafsir al-Qur`an memiliki peran penting demi terwujudnya perkembangan pemikiran Islam. Semakin bertambah dan majunya zaman semakin luas pula pemikiran

²³ Muhammad Irfan Apri Syahril, *Tafsir Tematik Al-Qur`an* (Jakarta: PTIQ Press 2019), 28.

²⁴ Muhammad Baqr al- Shadr, *Paradigma dan Kecenderungan Sejarah dalam Islam*, terj. M.S. Nasrullah (Jakarta: Shadra Press, 2010), 74-75.

²⁵ Mustafa Muslim, *Mabahits fi al-Tafsir al-Maudlu'I* (Damaskus: Dar al-Qalam, 1989), 16.

dan permasalahan yang bermunculan. Dengan berangkat dari kenyataan tersebut yang kemudian dijawab melalui *tafsīr maudū'ī* maka pemikiran islam juga akan berkembang sesuai zaman.²⁶

Bukan hanya kata *Tauhidī* yang bertengger di akhir teori *Tafsīr maudū'ī* oleh Baqr al-Ṣadr, tetapi isi tentang teorinya yang memiliki dasar *min al-wāqi' ila al-naṣ*. Di titik inilah letak perbedaan teori antara Baqr al-Ṣadr dengan al-Farmāwī dan tokoh-tokoh *tafsīr maudū'ī* lainnya. Menurutnya *tafsīr maudū'ī* mampu berdialektika dengan fakta yang ada serta teori-teori yang berkembang saat ini tanpa sedikitpun melepas metodologis *tafsīr maudū'ī* itu sendiri, yakni tanpa meninggalkan pemaknaan ayat, munasabah ayat, *asbāb al-nuzūl*, analisis makna, dan makkiyah madaniyyah.²⁷ Baqr al-Ṣadr juga mengatakan bahwa *tafsīr maudū'ī* lebih maju dari pada *tafsīr tahlīlī*. Karena bila dilihat pada pembatasan dan pengungkapan arti ayat dalam *tafsīr tahlīlī* yang tidak meluas menjadikan teori tersebut tertinggal. Sedangkan *tafsīr maudū'ī* atau tafsir tematik lebih dari itu serta memiliki lingkup pencarian yang lebih luas.²⁸

Tafsir tematik juga berupaya untuk mencari hubungan antara ayat-ayat yang memiliki keterkaitan, melakukan analisis dalam perincian ayat demi mencapai pada sebuah susunan pandangan al-Qur'an yang utuh. Dari sanalah *Tafsīr maudū'ī* lebih maju dari pada *tafsīr tahlīlī*, karena memiliki tujuan untuk sampai pada suatu susunan pandangan

²⁶ Syahrīal, *Tafsīr Tematik Al-Qur'an*, 30.

²⁷ Baqr al-Shadr, *al-Madrasat al-Qur'aniyyah* (Qum: Markaz al-Abhats wa al-Dirasat al-Takhoshshusiyah, 2005), p. 21.

²⁸ Al-Shadr, *al-Madrasat al-Qur'aniyyah*, p. 21.

yang mewakili sikap al-Qur`an tentang sebuah tema tertentu dari berbagai ayat ideologi, sosial, dan kosmologi. Keutuhan antara teks al-Qur`an dan pengalaman yang saling berdialektika ini tidak lain hanya bertujuan untuk membela kepentingan kemanusiaan.²⁹ Jika dibandingkan hasil dari teori yang ditawarkan oleh Baqr al- Şadr lebih realistis, sedangkan hasil dari al-Farmāwī lebih ideal karena teorinya hanya berpegang pada ayat-ayat al-Qur`an sebagaimana langkah-langkah metodologinya.

G. Metode Penelitian

Sebuah penelitian ilmiah pasti memiliki ruang lingkup tentang pengistilahan kata “metodologi” dengan “metode”, dua hal tersebut berbeda dalam segi pengertiannya. Metodologi merupakan kata lain dari sebuah pendekatan atau prespektif. Sedangkan metode adalah cara atau tahapan yang dilakukan oleh peneliti untuk memperoleh data dan menganalisis data.³⁰ Metode penelitian merupakan cara yang dilakukan secara sistematis dengan tujuan yang diperoleh dari sebuah tema penelitian yang diambil, dengan begitu metode penelitian yang akan dipakai disini sebagai berikut:

1. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang dilakukan dalam penelitian ini adalah kualitatif, yang berbetuk penelitian kepustakaan atau *library research*.

Penelitian kepustakaan merupakan sebuah penelitian yang bersumber

²⁹ Permana, “Analisis Pemikiran al-Tafsir al-Maudlu’I al-Tauhidi Baqr al-Shadr”, *At- Tadbir: Jurnal Media Hukum dan Pendidikan*, 88.

³⁰ Muhammad Asif dan Abdul Wadud Kasful Humam, *Buku Panduan Skripsi Program Studi Ilmu Al-Qur`an dan Tafsir* (Rembang: t.np, 2020), 20.

dari berbagai data dan literatur yang berkaitan dengan tema penelitian.³¹

2. Sumber Data

Dalam mengeksplor tema yang dipilih, penelitian ini memiliki literatur rujukan berupa beberapa data. Dalam penggunaan sumber data ini, terdapat dua yakni sumber primer dan skunder.

a. Sumber Data Primer

Sumber data primer adalah sumber data utama yang digunakan dalam sebuah penelitian. Dalam penelitian ini memiliki data primer berupa teks al-Qur`an yang terbatas pada Q.S Ali Imrān [3]: 45-47 dan Q.S Maryam[19]: 18-26.

b. Sumber Data Sekunder

Sumber data sekunder adalah sumber data yang digunakan untuk membantu mengakses tema sebagai pelengkap, penunjang, dan penguat dari sumber data primer. Dalam penelitian ini, sumber data sekunder yang akan digunakan berupa literatur- literatur artikel, karya tulis buku-buku, Jurnal, dan kitab tafsir yang masih berhubungan dengan tema penelitian yaitu tentang kisah Maryam dan tentang kesehatan mental para ibu, khususnya tentang guncangan kekhawatiran (*problem Anxiety*).

3. Teknik Pengumpulan Data

Penelitian ini adalah penelitian yang berjenis kepustakaan atau *library research*. Dalam mengambil data yang berkaitan dengan tema

³¹ Lexy J. Meleong, *Metode Penelitian Kualitatif* (Bandung: Remaja Rosda Karya, 2014), 66.

untuk memecahkan masalah, penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data sebagai berikut:

- a. Mencari sumber permasalahan sesuai tema yang telah dipilih yakni guncangan suasana hati pada ibu hamil dan pasca melahirkan atau fenomena *baby blues*, setres dan depresi
 - b. Mencari ayat yang bersangkutan dengan kisah Maryam
 - c. Mengumpulkan ayat- ayat al-Qur`an yang mengandung tentang kisah Maryam
 - d. Membaca ayat-ayat al-Qur`an yang telah dikumpulkan, dan meninjau dalam pandangan tafsir pada bagian yang perlu
 - e. Mencari sebanyak-banyaknya sumber yang relevan sesuai dengan tema penelitian
4. Analisis Data

Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif-analisis. Dengan mendeskripsikan refleksi ayat al-Qur`an yang menyatakan tentang kesehatan mental (*mental health*) Maryam secara implisit melalui ayat-ayat kisah Maryam. Kajian ini akan dideskripsikan dengan menggunakan teori *tafsir al- maudlū`ī* yang ditawarkan oleh Baqr al-Ṣadr dalam karyanya yang bernama *Tafsir al-Maudlū`ī fī al- Qur`ān al- Karīm* dan *al-Madrasāt al- Qur`āniyyah*. Perbedaan teori yang dibawa oleh Baqr al-Ṣadr dengan teori *tafsir al-maudlū`ī* yang di tawarkan oleh al-Farmāwī hanya terletak pada titik awal pengerjaannya, Langkah-langkah pengerjaan yang mana Baqr al-Ṣadr tidak secara eksplisit menjelaskannya sebagaimana al-Farmawī,

dan pada implikasi penafsiran. Adapun teknik dalam menganalisis data yang akan dilakukan adalah

- a. Menentukan tema dari realita permasalahan yang akan dibahas sebagaimana yang menjadi titik fokus teori Baqir al-Ṣadr *min al- wāqi' ila al- naṣ*
- b. Mencantumkan ayat-ayat yang sesuai dengan tema permasalahan
- c. Membatasi pada surah dan ayat tertentu serta memahaminya secara mendalam
- d. Menganalisis dan mengoprasionalakan teori *tafsīr al- maudlū'ī al- tauhidī* oleh Baqir al- Ṣadr dalam teks al-Qur`an yang telah dibatasi
- e. Mendialektikakan antara realita dengan teks al-Qur`an serta mencantumkan beberapa metodologi penafsiran secara *maudū'ī* sebagaimana yang telah dicantumkan secara konkrit berupa *asbāb al- nuzūl*, *munāsabah* ayat, *makkiyah madaniyyah*, Riwayat hadis, dan mengkorelasikan ayat-ayat setema
- f. Mencari sebanyak-banyaknya khazanah yang sesuai dengan tema penelitian
- g. Mendeskripsikan ayat- ayat kisah Maryam sehingga memperoleh pemaham yang utuh dari makna ayat, maka hasil tersebut akan relevan dengan problem *anxiety* dalam kisah Maryam dan gangguan mental.

H. Sistematika Pembahasan

Agar penyusunan dalam penelitian ini teratur, maka perlu adanya struktur dan sistematika di dalamnya. Sistematika pembahasan yang

akan dicantumkan dalam penelitian ini ada lima bab dengan pembagian sebagai berikut:

Bab satu, memuat latar belakang masalah yang dikaji dalam penelitian ini, yakni terdiri dari: rumusan masalah; tujuan penelitian; manfaat penelitian; tinjauan Pustaka; kerangka teori; metode penelitian dan sistematika penelitian.

Bab kedua, secara umum menjelaskan tentang teori yang digunakan dalam penelitian, yakni teori *Tafsīr al- Mauḍū'ī Tauḥidī* oleh Baqr al-Ṣadr.

Bab Ketiga, membahas tentang ayat- ayat kisah Maryam yang terbatas pada Q.S Ali Imrān [3]: 45-47 dan Q.S Maryam[19]: 18-26, dengan menyertakan beberapa riwayat penafsiran dan beberapa penafsiran para tokoh mufasir, terlebih dalam tafsir yang bercorak tafsir tematik. Juga membahas inti dari penelitian ini adalah *pertama* pembahasan mengenai ayat-ayat yang telah dibatasi dengan menyertakan beberapa data baik berupa tafsir, kitab, dan data lainnya sebagai penjelas ayat. *Kedua*, menjelaskan pengertian kesehatan mental (*mental health*) dan guncangan kekhawatiran (*problem Anxiety*). *Ketiga*, mengupas secara dalam tentang kisah Maryam sesuai dengan pemikiran Baqr al- Ṣadr hingga mendapatkan sebuah pemahaman yang relevan dengan problem yang telah dibidik.

Bab Keempat, merupakan penutup yang meliputi saran dan kesimpulan dari penelitian ini.