

**IDENTIFIKASI PRINSIP-PRINSIP KESEHATAN
MENTAL DALAM KISAH MARYAM BINTI IMRAN
PADA AYAT 18-23 SURAH MARYAM**

(Studi Tematik Tafsir Al-Misbah)

SKRIPSI

Diajukan Oleh:

DESVIA ARMIZA

NIM. 200402056

Prodi Bimbingan Konseling Islam



**FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY
BANDA ACEH
1446 H/2025 M**

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry

Darussalam Banda Aceh

Sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh

Gelar Sarjana S-1 dalam Ilmu Dakwah

Prodi Bimbingan dan Konseling Islam

Oleh

DESVIA ARMIZA

NIM. 200402056

Disetujui Oleh:

Pembimbing I

Pembimbing II



Dr. Zalikha, M. Ag

NIP. 197302202008012012



Juli Andriyani, M. Si

NIP. 197407222007102001

SKRIPSI

Telah Dinilai oleh Panitia Sidang Munaqasyah Skripsi Fakultas
Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry
dan Dinyatakan Lulus serta Disahkan sebagai Tugas Akhir untuk
Memperoleh Gelar
Sarjana S-1 Ilmu Dakwah

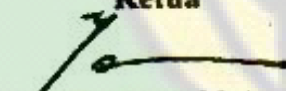
Prodi Bimbingan dan Konseling Islam

Diajukan Oleh:
DESVIA ARMIZA
NIM. 200402056
Pada Hari/ Tanggal

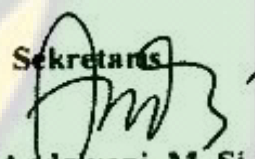
Senin, 8 Januari 2025 M
8 Rajab 1446 H

di
Darussalam - Banda Aceh
Panitia Sidang Munaqasyah

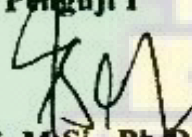
Ketua


Dr. Zalikha, M.Ag
NIP. 197302202008012012


Sekretaris


Juli Andriyani, M. Si
NIP. 197407222007102001

Penguji I


Ismiati, M.Si., PhD
NIP. 197201012007102001

Penguji II


Syaiful Indra, M. Pd
NIP. 199012152018011001



PERNYATAAN KEASLIAN

Dengan ini saya:

Nama : Desvia Armiza
NIM : 200402025
Jenjang : Strata Satu (S-1)
Jurusan/Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam

Menyatakan bahwa dalam Skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu Perguruan Tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis dirujuk dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Jika kemudian hari ada tuntutan dari pihak lain atas karya saya, dan memang ternyata memang ditemukan bukti bahwa saya telah melanggar pernyataan ini, maka saya siap menerima sanksi berdasarkan aturan yang berlaku di Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry.

Banda Aceh, 12 Desember 2024

Yang menyatakan,



Desvia Armiza

ABSTRAK

Penelitian ini membahas tentang prinsip-prinsip kesehatan mental dalam kisah Maryam binti Imran pada ayat 18-23 surah Maryam (studi tematik tafsir al-Misbah) Dengan karya tafsir *Al Misbah : pesan, kesan dan keserasian Al-Qur'an*. Hal ini berdasarkan data yang diperoleh dari WHO, prevelensi gangguan jiwa di Indonesia mencapai 9.8% pada tahun 2021 dengan angka depresi mencapai 6.6% . maka oleh karena itu, terlihat di masyarakat pengetahuan tentang aspek kesehatan mental dan kejiwaan masih terlihat kurang dan mengabaikan tentang hal itu. Sedangkan pengetahuan tentang hal ini sangat perlu untuk saat ini di era modern saat ini. Maka dalam hal ini sosok Maryam binti Imran menjadi contoh yang bisa di aplikasikan dalam kehidupan bermasyarakat. Ada dua aspek yang ingin di kaji dalam skripsi ini. Yaitu ingin melihat apa saja prinsip kesehatan mental yang terdapat dalam kisah Maryam binti Imran ayat 18-23 surah Maryam berdasarkan tafsir Al-Misbah. Maka penelitian ini merupakan penelitian pustaka (*library research*) dengan menggunakan *content analysis* yaitu dengan melihat tafsir al quran yaitu tafsir al-Misbah surah maryam ayat 18-23 serta melalui literature seperti buku, jurnal dan kitab tafsir yang disajikan adapun hasil penelitian ini adalah dalam surah Maryam ayat 18-23 prinsip kesehatan mental yang terkandung di dalamnya ialah prinsip agama, prinsip mawas diri, prinsip keterpaduan atau ingerasi diri, prinsip bekemampuan menerima orang lain, prinsip rasa benar dan tanggung jawab serta prinsip gambaran dan sikap yang baik terhadap diri sendiri.

Kata Kunci: Prinsip Kesehatan Mental, Kisah Maryam Binti Imran dan Surah Maryam

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah penulis tuturkan segala puji bagi Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan nikmat-Nya kepada kita semua, tidak lupa shalawat dan salam penulis tuturkan kepada Nabi Besar Muhammad SAW yang telah membawa cahaya islam dan ilmu pengetahuan kepada ummatnya. Sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul **“Identifikasi Prinsip-Prinsip Kesehatan Mental dalam Kisah Maryam binti Imran Pada Ayat 18-23 Surah Maryam (Studi Tematik Tafsir Al-Misbah)**. Karya tulis ini disusun dalam rangka melengkapi tugas-tugas dan memenuhi syarat dalam menyelesaikan pendidikan program sarjana (S-1) pada Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh.

Teristimewa penulis tuturkan terima kasih kepada kedua orang tua tercinta yaitu bapak Ayah dan Ibu tercinta, M. Yusuf dan Rismawati dua orang yang sangat berjasa dalam hidup penulis. Terima kasih atas doa, cinta kepercayaan dan segala bentuk yang telah diberikan sehingga penulis merasa terdukung di segala pilihan dan keputusan yang diambil oleh penulis, serta tanpa lelah memberi semangat kepada penulis. Semoga Allah Swt memberikan keberkahan di dunia serta tempat terbaik di akhirat kelak, karena telah menjadi figur orang tua terbaik bagi penulis.

Kemudian kepada adik Cindi Audia Fazilla, Azzahra Syila Rahma dan Aisha Ulfia Humaira, saudari terbaik yang menjadi alasan penulis menyelesaikan skripsi ini dan terimakasih selalu memberikan do'a, dukungan dan selalu mengalah

untuk kebutuhan finansial penulis di perantauan. Penulis juga menyampaikan rasa hormat dan terima kasih kepada:

1. Rasa hormat dan terima kasih kepada ibu Dr. Zalikha, M. Ag sebagai pembimbing I dan ibu Juli Andriyani, M. Si, sebagai pembimbing II sekaligus sebagai pembimbing akademik yang telah banyak sekali memberikan waktu, bantuan, arahan, serta bimbingan dan masukan kepada penulis dengan kesabaran sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Semoga ibu selalu Allah berikan kemudahan dan kesehatan yang terbaik.
2. Ibu Prof. Dr. Kusmawati Hatta, M. Pd., selaku Dekan Fakultas Dawah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Ar-Raniry.
3. Bapak Jarnawi, M. Pd., selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam serta kepada seluruh staff dan dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam yang telah memberikan banyak arahan, ilmu, dan motivasi selama duduk dibangku perkuliahan sampai selesai proses penyusunan skripsi.
4. Prof. Dr. AG. K.H. Al-Habib M. Quraish Shihab, Lc., M.A., Terima kasih telah mengembangkan ilmu keislaman dan menghadirkan Tafsir Al-Misbah memudahkan penulis mencari referensi karya dengan konteks yang aktual serta bahasa yang mudah dipahami.
5. Terimakasih kepada keluarga besar yang telah mendoakan dan memberi semangat dalam pengerjaan skripsi ini. Terutama Kepada kakak Sepupu Ellya

Yuliyana yang telah mendukung, membantu dan memberi arahan kepada penulis selama perkuliahan.

6. Teruntuk sahabat Epricah, Dila Anggrieany dan M. Alfani Juli yang selalu memberikan semangat dan selalu mendampingi penulis dalam proses penyelesaian skripsi. Dan kepada Ayu Zarina yang sudah senantiasa kebersamaan dan membantu penulis dalam penyelesaian perkuliahan.
7. Terakhir terima kasih untuk diri sendiri. Desvia Armiza terima kasih sudah sanggup dan bertahan dengan segala kesulitan yang dihadapi, serta tetap menghargai hal sekecil apapun yang sudah dirimu capai sampai hari ini dalam menyelesaikan skripsi ini.

Kesempurnaan milik Allah SWT, begitu pula penulis menyadari bahwa terdapat banyak kekurangan dalam skripsi ini dan perlu di tingkatkan lagi. Oleh karena itu penulis berharap saran dan kritik yang membangun untuk menyempurnakan di masa yang akan datang.

Banda Aceh, 12 Desember 2024

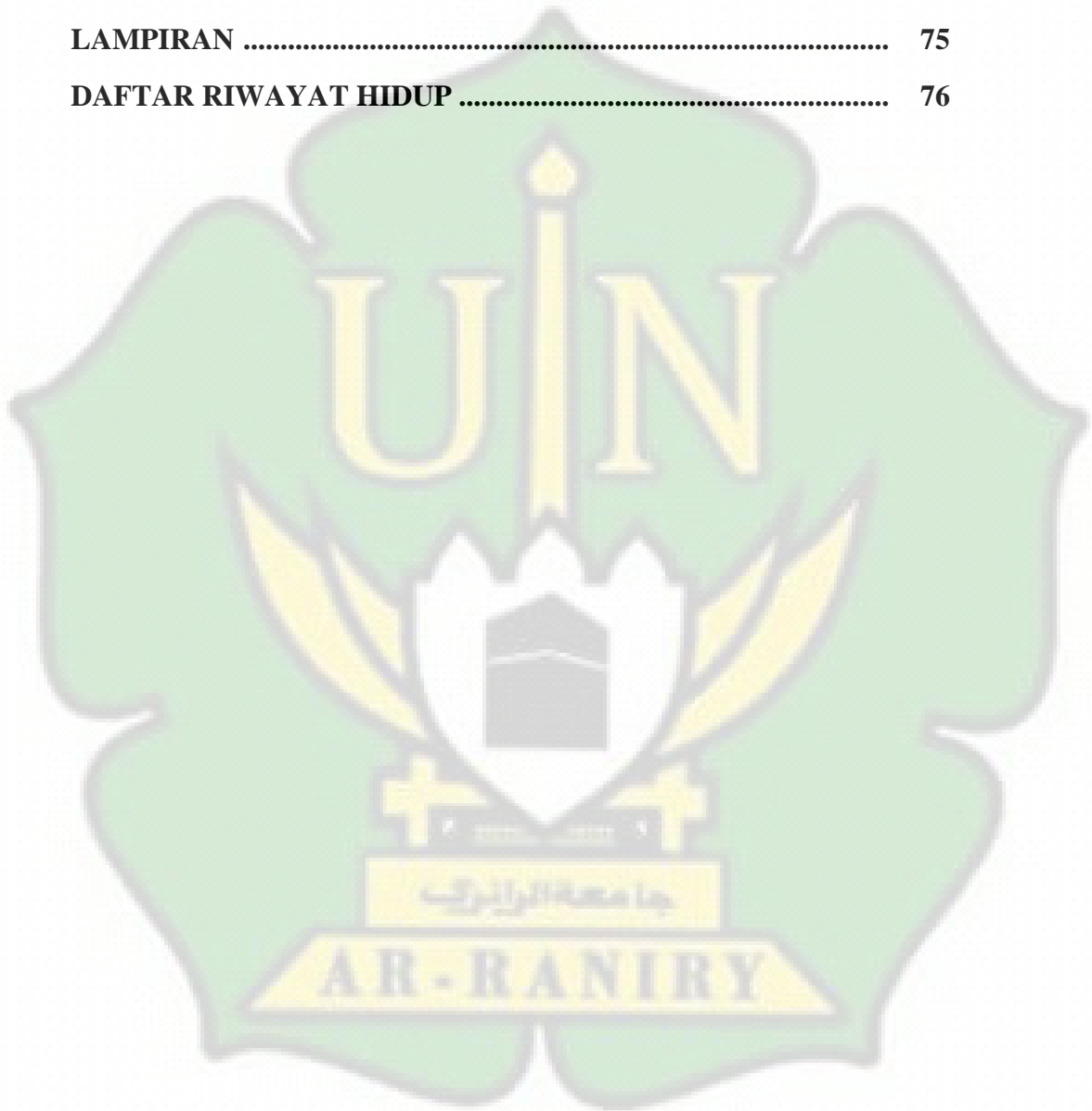
Penulis,

Desvia Armiza

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PENGESAHAN PEMBIMBING	ii
LEMBAR PENGESAHAN SIDANG	iii
PERNYATAAN KEASLIAN	iv
ABSTRAK	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI.....	ix
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	6
E. Definisi Operasional	7
BAB II KAJIAN TEORI	10
A. Penelitian Terdahulu Yang Relevan	10
B. Konsep Teoritis Kesehatan Mental	12
1. Definisi Kesehatan Mental	12
2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kesehatan Mental	15
3. Aspek-aspek Kesehatan Mental	18
4. Prinsip-prinsip Kesehatan Mental	21
5. Karakteristik Kesehatan Mental	25
C. Kesehatan Mental dalam Perspektif Islam	29
D. Tinjauan Kisah Maryam dalam Al-Qur'an	36
E. Profil Tafsir al-Misbah	48
BAB III METODE PENELITIAN	35
A. Jenis Data Penelitian	35
B. Sumber Data	35
C. Teknik Pengumpulan Data	37
D. Teknik Analisa Data	37
BAB IV HASIL PENELITIAN.....	54
A. Hasil Penelitian	54
1. Prinsip Kesehatan mental yang terdapat dalam kisah Maryam binti Imran pada ayat 18-23 Surah Maryam berdasarkan Tafsir al-Misbah	54

BAB V PENUTUP	69
A. KESIMPULAN	69
B. SARAN	70
DAFTAR PUSTAKA	71
LAMPIRAN	75
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	76



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kesehatan mental merupakan aspek penting dalam kehidupan manusia. Islam sangat memperhatikan kesehatan mental dan memberikan panduan untuk mencapai kesejahteraan jiwa. Al-Quran, sebagai kitab suci umat Islam, memuat banyak kisah inspiratif yang dapat dijadikan sumber pembelajaran untuk mencapai kesehatan mental.

Pengetahuan terkait dengan aspek kesehatan mental dan kejiwaan menjadi semakin penting di era modern ini. Namun, kesiapan dan pemahaman masyarakat mengenai prinsip-prinsip kesehatan mental masih terlihat kurang. Ini terlihat berdasarkan hasil kajian menunjukkan terdapat banyak gangguan mental di masyarakat di Indonesia, walaupun angka prevalensi terlihat cenderung menurun dari periode 2007–2013. Hingga saat ini, orang dengan gangguan jiwa berat di Indonesia masih mengalami penanganan serta perlakuan salah.¹

World Health Organization (WHO) tahun 2021, mengatakan bahwa kesehatan mental merupakan kondisi dari kesejahteraan yang disadari individu, yang didalamnya terdapat kemampuan untuk mengelola stress kehidupan yang wajar, untuk bekerja secara produktif dan menghasilkan, serta berperan di komunitasnya.²

¹ Haryanti, Asa Nur, et al. "Analisis Kondisi Kesehatan Mental di Indonesia Dan Strategi Penanganannya." *Student Research Journal* (2024). Vol. 2, no. 3.

² Dewy Katrina Sari, *Baku Ajar Kesehatan Mental*. (UPT UNDIP Press Semarang. 2021), hal. 10.

Sedangkan kesehatan mental dalam Islam berhubungan dengan konsep kebahagiaan. Sumber kebahagiaan manusia datang dari dua arah, yaitu dari manusia dan dari Tuhan.³ Jadi, kesehatan mental adalah kondisi dimana seseorang memiliki kesejahteraan emosional, psikologis, dan emosi.

Kehidupan seseorang di masa lalu, sekarang atau masa depan diamsumsikan mampu dipandu oleh Al-Qur'an, yang dimaksudkan ialah karena Al-Qur'an di masa lalu, sekarang dan masa depan akan tetap ada dalam kehidupan sehari-hari. Dengan kata lain, Al-Qur'an ada dalam diri kita, di sekitar kita dan di manapun kita berada. Al-Qur'an menjadi sahabat hidup, sumber inspirasi dan tempat konsultasi, mediasi dan solusi mendalam menghadapi berbagai permasalahan dalam kehidupan masyarakat.⁴

Salah satu kisah yang menarik untuk dikaji adalah kisah Maryam binti Imran dalam surah Maryam ayat 18-23. Kisah ini menggambarkan bagaimana Maryam menghadapi tantangan dan tekanan hidup dengan tekun dan beriman. Sebagaimana diceritakan dalam Al-Qur'an pada surah Maryam ayat 18-23 yang berbunyi sebagai berikut :

قَالَتْ إِنِّي أَعُوذُ بِالرَّحْمَنِ مِنْكَ إِنْ كُنْتَ تَقِيًّا ﴿١٨﴾ قَالَ إِنَّمَا أَنَا رَسُولُ رَبِّكِ لِأَهَبَ لَكِ غُلَامًا زَكِيًّا ﴿١٩﴾ قَالَتْ أَنَّى يَكُونُ لِي غُلْمٌ وَلَمْ يَمَسِّنِي بَشَرٌ وَلَمْ أَكُ بَغِيًّا ﴿٢٠﴾ قَالَ كَذَلِكَ قَالَ رَبُّكَ هُوَ عَلَيَّ هَيِّنٌ ﴿٢١﴾ وَلِنَجْعَلَهُ آيَةً لِلنَّاسِ وَرَحْمَةً مِنَّا وَكَانَ أَمْرًا مَّقْضِيًّا ﴿٢٢﴾ فَحَمَلَتْهُ فَانْتَبَدَّتْ بِهِ مَكَانًا قَاصِيًّا ﴿٢٣﴾ فَجَاءَهَا الْمَخَاضُ إِلَى جِذْعِ النَّخْلَةِ قَالَتْ يَلَيْتَنِي مِتُّ قَبْلَ هَذَا وَكُنْتُ نَسِيًّا مَنْسِيًّا ﴿٢٤﴾

³ Fitranah, Rossi Delta, "Keseimbangan Emosi Dan Kesehatan Mental Manusia Dalam Perspektif Psikologi Agama", *Junal Ilmiah Syi'ar*. (2018). Vol, 8, no. 1.

⁴ Zainol Hasan, "Nilai-Niai Pendidikan Islam Pada Kisah Nabi Inrahim", *Jurnal Nuasa* (2017). Vol. 14, no. 2.

Artinya: *“Dia (Maryam) berkata (kepadanya), “Sesungguhnya aku berlindung kepada Tuhan Yang Maha Pengasih darimu (untuk berbuat jahat kepadaku) jika kamu seorang yang bertakwa. Dia (Jibril) berkata, “Sesungguhnya aku hanyalah utusan Tuhanmu untuk memberikan anugerah seorang anak laki-laki yang suci kepadamu. Dia (Maryam) berkata, “Bagaimana (mungkin) aku mempunyai anak laki-laki, padahal tidak pernah ada seorang (laki-laki) pun yang menyentuhku dan aku bukan seorang pelacur? Dia (Jibril) berkata, “Demikianlah.” Tuhanmu berfirman, “Hal itu sangat mudah bagi-Ku dan agar Kami menjadikannya sebagai tanda (kebesaran-Ku) bagi manusia dan rahmat dari Kami. Hal itu adalah suatu urusan yang (sudah) diputuskan. Maka, dia (Maryam) mengandungnya, lalu mengasingkan diri bersamanya ke tempat yang jauh. Kemudian rasa sakit akan melahirkan memaksanya (bersandar) pada pangkal pohon kurma, dia (Maryam) berkata, “Wahai, betapa(baiknya) akau mati sebelum ini, dan kau menjadi seorang yang tidak diperhatikan dan dilupakan”” (QS.Maryam: 18-23).*

Dalam tafsir Ibnu Katsir menjelaskan pada ayat 18-23 surah Maryam menjelaskan Berkata Maryam keheran-heranan. *“Bagaimana aku akan memperoleh seorang anak laki-laki padahal aku tidak bersuami, tidak pernah disentuh seorang laki-laki dan bukanlah aku seorang pezina?”* Jibril menjawab, *“Demikianlah kehendak Tuhanmu Yang Maha Kuasa yang akan memberimu seorang anak laki-laki walaupun tanpa suami, hal yang mudah bagi-Nya, untuk menjadikannya suatu tanda bagi manusia akan kekuasaan-Nya yang Maha Besar yang telah dengan mudah menciptakan Adam dari tanah, menciptakan semua anak cucunya dari*

hubungan suami-istri terkecuali Isa as. juga merupakan rahmat dari sisi Allah yang akan mengutusnyanya sebagai seorang Nabi.⁵

M. Quraish Shihab pakar tafsir menjelaskan di surat Maryam ayat 18-23 bahwa kesehatan mental pada psikis Maryam binti Imran mengalami keheranan, kegelishan dan ketakutan ketika Malaikat Jibril memberitahukan-nya berita tentang akan ditiupkan ruh kedalam rahimnya.⁶

Kondisi psikis tersebut terjadi karena Maryam binti Imran adalah seorang manusia biasa yang memiliki dua potensi yaitu fisik dan psikis. Manusia dikatakan sakit mental, apabila keharmonisan jiwa dengan kesanggupan untuk menghadapi cobaan atau problema hidup tidak mampu tercipta, pasti akan mengalami sakit mental. Sebaliknya, manusia dikatakan memiliki kesehatan mental kondisi batin yang senantiasa berada dalam posisi tenang, aman, dan tentram.

Dalam skripsi ini, peneliti akan mengidentifikasi prinsip-prinsip kesehatan mental yang terkandung dalam kisah Maryam binti Imran pada ayat 18-23 surah Maryam dengan menggunakan metode studi tematik tafsir Al-Misbah.

Menurut Hasan Hanafi tafsir tematik menafsirkan Al-Qur'an bukan sekedar menggali makna itu kedalam realitas. Lebih detail ia menjelaskan bahwa aktivitas *hermenutika*, penafsiran tematik bukan hanya mempersentasikan upaya-upaya untuk menerangkan makna teks, tetapi juga merupakan upaya untuk memahaminya. Dengan demikian tafsir tematik tidak hanya menjadi perhatian untuk bisa

⁵ H. Said Bahreisy, H. Salim Bahreisy, "Terjemah Singkat Tafsir Ibnu Katsir Jilid 5" (Surabaya :Bina Ilmu, 2004) , hal. 204.

⁶ M. Quraishy Shihab, *Tafsir Al-Misbah. Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an, Volume 7* (Jakarta; Lentera Hati, 2022), hal. 426-428.

mengetahui, tetapi juga menyadari dan mengalaminya.⁷ Studi tematik atau tafsir bisa juga diartikan tafsir atau penafsiran modern yang cenderung melakukan penafsiran dengan focus pada tema-tema khusus seperti akhlak, sejarah atau social.

Tafsir Al-Misbah adalah salah satu tafsir karya salah satu ulama Indonesia yaitu Prof. Dr. Quraish Shihab. Dalam tafsir tersebut menjelaskan pokok-pokok alasan kisah para nabi yang memuat dalam Al-Qur'an. *Tafsir Al-Misbah* adalah salah tafsir yang mudah untuk dicerna oleh masyarakat khususnya masyarakat Indonesia karena menggunakan bahasa yang praktis dan *to the point*.⁸

Oleh karena itu, penulis tertarik menggunakan *Tafsir Al-Misbah* pada penelitian ini. Namun, pada penulisan ini peneliti hanya menggunakan surah Maryam ayat 18-23 sebagai bahan untuk meneliti, dan di tafsirkan ayat tersebut melalui tafsir *Tafsir Al-Misbah*. Pilihan tafsir Al-Misbah sebagai metode analisis didasarkan pada beberapa alasan. Pertama, tafsir Al-Misbah merupakan tafsir kontemporer yang mudah dipahami dan relevan dengan konteks zaman sekarang. Kedua, tafsir Al-Misbah ditulis oleh Quraish Shihab, seorang pakar tafsir yang memiliki kredibilitas tinggi.

Berangkat dari hal tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian secara lebih rinci dan mendalam mengenai kisah Maryam binti Imran dan prinsip-prinsip kesehatan mental apa saja yang dalam diri Maryam melalui studi tematik pemikiran para ahli tafsir. Dan akhirnya penulis menitik beratkan skripsi ini pada judul:

⁷ Hasan Hanafi, *Islam In The World: Ideology And Development*, (Kairo: Daar Keeba 2000), hal. 487.

⁸ M. Quraishy Shihab, *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan Dan Keserasian Al-Qur'an*. Cet. 1, Vol. 2, (Ciputat: Lentera Hati), hal. 71.

“Identifikasi Prinsip-Prinsip Kesehatan Mental Dalam Kisah Maryam Binti Imran Pada Ayat 18-23 Surah Maryam (Studi Tematik Tafsir Al-Misbah).”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah penulis kemukakan di atas maka yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Apa saja prinsip kesehatan mental yang terdapat dalam kisah Maryam binti Imran ayat 18-23 surah Maryam berdasarkan tafsir Al-Misbah?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian dalam sebuah karya ilmiah adalah target yang hendak dicapai melalui serangkaian dalam aktivitas penelitian. Adapun tujuan dalam penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui prinsip kesehatan mental yang terdapat dalam kisah Maryam binti Imran ayat 18-23 surah Maryam berdasarkan tafsir Al-Misbah.

D. Mamfaat Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah dan tujuan penelitian yang ada, maka manfaat dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Secara Teoritis
 - a. Dapat memperkaya khazanah ilmu pengetahuan secara umum, khususnya dalam masalah kesehatan mental.
 - b. Dapat memperkaya ilmu pengetahuan dalam bidang konseling tentunya, yang kemudian dapat dijadikan sebagai referensi bagi peneliti selanjutnya.

2. Secara Praktis

- a. Secara praktis penelitian ini bermanfaat untuk memberikan gambaran yang jelas tentang prinsip-prinsip kesehatan mental yang ada dalam kisah Maryam binti Imran.
- b. Hasil penelitian ini diharapkan sebagai bahan evaluasi sekaligus bahan masukan terhadap bidang ilmu kesehatan mental.

E. Definisi Operasional

1. Identifikasi

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia “Identifikasi adalah penetapan identitas orang atau benda, penentu dan sebagainya”. Pengertian identifikasi secara umum adalah pemberian tanda-tanda pada golongan barang-barang atau sesuatu, dengan tujuan membedakan komponen yang satu dengan yang lainnya, sehingga suatu komponen itu dikenal dan diketahui masuk golongan mana.⁹

Sedangkan pengertian identifikasi dalam penelitian ini adalah suatu proses mengidentifikasi prinsip-prinsip sebuah faktor kesehatan mental dalam sebuah kisah melalui studi tematik.

2. Kesehatan mental

Menurut Prof. Dr. Zakiyah Daradjat kesehatan mental adalah kondisi dimana seseorang terhindar dari gejala-gejala atau gangguan penyakit mental, dapat menyesuaikan diri, dapat memanfaatkan segala potensi dan bakat yang

⁹ KBBI, 2018. *Kamus besar Bahasa Indonesia (KBBI)*. [Oline, diakses tanggal 12 September 2023].

ada semaksimal mungkin dan membawa kepada kebahagiaan bersama serta tercapainya keharmonisan jiwa dalam hidup.¹⁰

Seseorang dikatakan memiliki kesehatan mental yang baik adalah yang terindungi dari gangguan atau penyakit jiwa, yaitu adanya perasaan cemas tanpa diketahui sebabnya, kemalasan, kehilangan semangat bekerja dan lainnya yang tidak dikahui penyebabnya, dan peningkatan gejala-gejala tersebut meningkat akan menyebabkan penyakit.

3. Maryam binti Imran

Maryam merupakan putri Imran dan Ibu Nabi Isa as. Nasap Maryam menurut Muhammad bin Ishaq adalah Maryam binti Imran bin Basyim bin Amun bin Misyah bin Hizqiyah bin Ahriq bin Mautim bin Azaiyah bin Amshiyah bin Yawusy bin Ahrihu bin Yazim bin Yahfazyath bin Isyah bin Aban bin Rahbah bin Daud as.¹¹

Maryam merupakan wanita pilihan dan disucikan serta dilebihkan dari semua perempuan yang ada di dunia ini. Dengan demikian dapat dipahami bahwa Maryam merupakan seorang wanita pigur yang pantas untuk dijadikan suri teladan dalam kehidupan ini.

4. Studi Tematik

Pendekatan tematik (mawduh) tidak menafsirkan al-Qur'an ayat demi ayat pendekatan ini berusaha mengkaji al-Qur'an dengan cara mengambil tema tertentu dari berbagai tema ajaran, sains dan kosmologi yang ada dalam al-

¹⁰ Daradjat, Z, *Kesehatan Mental*. Jakarta: PT. Gunung Agung. 1985.

¹¹ Ibnu Katsir, *Al-Bidayah Wa An-Nihayah, Jilid 1 Hal 52*. Ada beberapa perbedaan dari para Mufasir seperti al-Baidhawi bin Muhammad bin Umar al-Syairozi (691 H), (Anwar al-tanzil wa asror al-takwil, 1988).

Qur'an. Pendekatan ini mengkaji dan membahas, misalnya ajaran tauhid dalam Qur'an, konsep kenabian dalam Qur'an, pendekatan al-Qur'an dalam masalah perekonomian, kosmologi al-Qur'an dan sebagainya.¹²

Dalam kajian semacam ini, pendekatan tematik berusaha menentukan pandangan al-Qur'an dan memahami keseluruhan pesan al-Qur'an dalam satu masalah tertentu di antara berbagai persoalan yang berkaitan dengan kehidupan dan alam semesta.

5. *Tafsir Al-Misbah*

Tafsir adalah ilmu membahas isi al-Quran sedemikian rupa sehingga memudahkan untuk memahami apa yang tertulis dalam al-Quran. Tafsir al-Misbah merupakan karya M.Quraish Shihab. Merupakan sebuah tafsir, menggunakan metode yang berkaitan dengan kehidupan manusia, bahasanya tidak panjang dan mudah dipahami oleh pembaca.¹³

¹² Afif, Wahid Nur, *Bintang Dalam Perspektif Al-Quran (Studi Tafsir Tematik)*. (Doctoral dissertation, IAIN Ponorogo, 2019), hal. 17.

¹³ Nashiruddin Baidan, *Metode Penafsiran al-Qur'an, Kajian Kritis Terhadap Ayat-ayat yang Beredaksi Mirip*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2002), hal.70