

**PEMAHAMAN AYAT-AYAT *INSECURE* PADA
MAHASISWA ILMU AL-QUR'AN DAN TAFSIR
PASCASARJANA UIN AR-RANIRY**



**Khusnul Mahda
NIM. 241006001**

**Tesis Ditulis untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
untuk Mendapatkan Gelar Magister dalam Program Studi
Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir**

**PASCASARJANA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY
BANDA ACEH
2025**

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

PEMAHAMAN AYAT-AYAT *INSECURE* PADA MAHASISWA ILMU AL-QUR'AN DAN TAFSIR PASCASARJANA UIN AR-RANIRY

KHUSNUL MAHDA

NIM. 241006001

Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir

Tesis ini sudah dapat diajukan kepada Pascasarjana UIN Ar-Raniry
Banda Aceh untuk diuji dalam ujian Tesis



Penguji,

Penguji,

Prof. Dr. Salman Abdul Muthalib, Lc., M. Ag

Misnawati, M.Ag, Ph. D

LEMBAR PENGESAHAN
PEMAHAMAN AYAT-AYAT *INSECURE* PADA
MAHASISWA ILMU AL-QUR'AN DAN TAFSIR
PASCASARJANA UIN AR-RANIRY

KHUSNUL MAHDA
NIM. 241006001
Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir

Telah dipertahankan di Depan Tim Penguji Tesis
Pascasarjana Universitas Islam Negeri (UIN) Ar-Rairy Banda Aceh

Tanggal: 04 Mei 2026 M
17 Zulqaidah 1447 H

TIM PENGUJI

Ketua,

Dr. Nufiar, M. Ag
Penguji,

Sekretaris,

Muhajir, M. Ag
Penguji,

Prof. Dr. Safrilsyah, S.Ag., M.Si
Penguji,

Dr. Khairizzaman, MA
Penguji,

Misnawati, M.Ag., Ph. D

Prof. Dr. Salman Abdul Muthalib, Lc., M. Ag

Banda Aceh, 11 Mei 2026

Pascasarjana
Universitas Islam Negeri (UIN) Ar-Rairy Banda Aceh

Prof. Eka Setiawan, S.Ag., MA., Ph.D.
NIP. 197702191998032001

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Khusnul Mahda

Tempat Tanggal Lahir: Lamteungoh, 23 Maret 2000

NIM : 2410060015

Program Studi : Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir

Menyatakan bahwa tesis ini merupakan hasil karya saya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan dalam tesis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Banda Aceh, 09 Februari 2026

Yang Menyatakan,



Khusnul Mahda
Khusnul Mahda

PEDOMAN TRANSLITERASI

Model ini sering dipakai dalam penelitian transliterasi dalam jurnal ilmiah dan juga transliterasi penelitian disertasi. Adapun bentuknya adalah sebagai berikut:

Arab	Transliterasi	Arab	Transliterasi
ا	Tidak disimbolkan	ط	Ṭ (titik dibawah)
ب	B	ظ	Z (titik dibawah)
ت	T	ع	‘
ث	Th	غ	Gh
ج	J	ف	F
ح	H	ق	Q
خ	Kh	ك	K
د	D	ل	L
ذ	Dh	م	M
ر	R	ن	N
ز	Z	و	W
س	S	ه	H
ش	Sy	ء	’
ص	Ṣ (titik dibawah)	ي	Y
ض	Ḍ (titik dibawah)		

Catatan:

1. Vokal Tunggal

----- (fathah) = a misalnya, حدث ditulis *hadatha*

----- (kasrah) = i misalnya, قيل ditulis *qila*

----- (dhammah) = u misalnya, روي ditulis *ruwiya*

2. Vokal Rangkap

(ي) (fathah dan ya) = ay, misalnya هريرة ditulis *Hurayrah*

(و) (fathah dan waw) = aw, misalnya توحيد ditulis *tawhid*

3. Vokal Panjang (maddah)

(ا) (fathah dan alif) = ā, (a dengan garis di atas)

(ي) (kasrah dan ya) = ī, (i dengan garis di atas)

(و) (dammah dan waw) = ū, (u dengan garis di atas)

Misalnya : (برهان, معقول, توفيق) ditulis *burhān, tawfīq, ma'qūl*.

4. Ta' Marbutah (ة)

Ta' Marbutah hidup atau mendapatkan harakat *fathah, kasrah,* dan *dammah*, transliterasinya adalah (t), misalnya = الفلسفه

الأولى *al-falsafat al-ūlā*. Sementara *ta' marbūtah* mati atau mendapatkan harakat sukun, transliterasinya adalah (h), misalnya: (مناهج الأدلة, دليل الإنابة, تهافت الفلاسفة) ditulis *Tahāfut al-Falāsifah, Dalīl al-'ināyah, Manāhij al-Adillah*

5. Syaddah (tasydid)

Syaddah yang dalam tulisan Arab dilambangkan dengan lambang (ّ), dalam transliterasi ini dilambangkan dengan huruf, yakni yang sama dengan huruf yang mendapat *syaddah*, misalnya (إسلامية) ditulis *islamiyyah*.

6. Kata sandang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan huruf

ال transliterasinya adalah *al*, misalnya: النفس الكشف, ditulis *al-kasyf, al-nafs*.

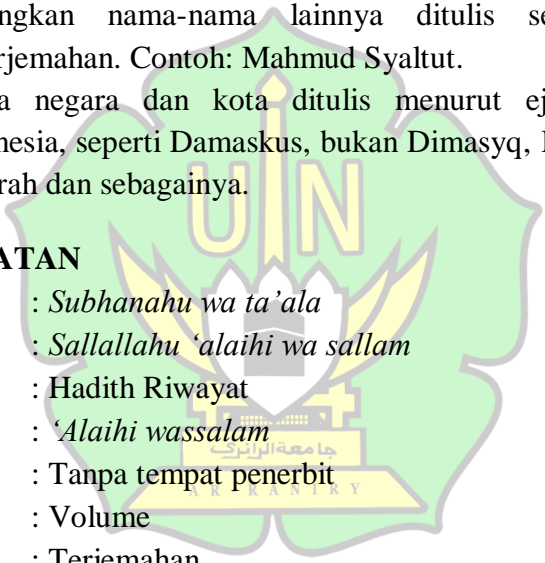
7. Hamzah (ء)

Untuk hamzah yang terletak di tengah dan di akhir kata ditransliterasi dengan (‘), misalnya: ملائكة ditulis *mala’ikah*, جزئ ditulis *juz’ī*. Adapun hamzah yang terletak di awal kata, tidak dilambangkan karena dalam bahasa Arab, ia menjadi alif, misalnya اختراع ditulis *ikhtirā*.

Modifikasi

1. Nama orang berkebangsaan Indonesia ditulis seperti biasa tanpa transliterasi, seperti Hasbi Ash Shiddieqy. Sedangkan nama-nama lainnya ditulis sesuai kaidah penerjemahan. Contoh: Mahmud Syaltut.
2. Nama negara dan kota ditulis menurut ejaan Bahasa Indonesia, seperti Damaskus, bukan Dimasyq, Kairo, bukan Qahirah dan sebagainya.

SINGKATAN



Swt.	: <i>Subhanahu wa ta’ala</i>
Saw.	: <i>Sallallahu ‘alaihi wa sallam</i>
HR.	: Hadith Riwayat
as.	: <i>‘Alaihi wassalam</i>
t.tp	: Tanpa tempat penerbit
Vol.	: Volume
Terj.	: Terjemahan
M.	: Masehi
t.p	: Tanpa-penerbit

KATA PENGANTAR

Segala puja dan puji selalu tertambat hanya kepada Allah Swt., Tuhan semesta alam. Sebab dengan taufik dan hidayah-Nya penyusunan tesis ini dapat terselesaikan dengan judul *“Pemahaman Ayat-Ayat Insecure pada Mahasiswa Ilmu Al-Quran dan Tafsir Pascasarjana UIN Ar-Raniry”*. Shalawat dan salam senantiasa tercurah kepada junjungan alam kekasih Allah, Nabi Muhammad saw. beserta para sahabatnya.

Dengan kerendahan hati peneliti mengucapkan terima kasih yang tak terhingga kepada keluarga yang tanpa henti dan bosan terus menasehati, memberi dukungan dan motivasi yang sangat berharga, serta senantiasa mendoakan peneliti dalam setiap langkah. Dengan peran keduanya peneliti bisa sampai kepada jenjang pendidikan ini

Terima kasih peneliti haturkan kepada para dosen yang telah mencurahkan ilmu yang dimiliki selama proses belajar di Pascasarjana UIN Ar-Raniry. Terima kasih turut peneliti sampaikan kepada pembimbing I tesis bapak Prof. Dr. Salman Abdul Muthalib, Lc., M.Ag dan ibu Misnawati, M.Ag., Ph.D sebagai pembimbing II sekaligus dosen penasehat akademik yang telah meluangkan waktu dan memberi bimbingan, pengarahan dan motivasi kepada peneliti dalam penyelesaian tesis.

Tidak lupa peneliti mengucapkan terima kasih kepada ketua prodi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir Pascasarjana UIN Ar-Raniry Banda Aceh bapak Dr. Khairizzaman, MA dan seluruh jajaran atas segala arahan serta bantuannya kepada peneliti selama proses pendidikan di Pascasarjana.

Peneliti juga mengucapkan terima kasih kepada seluruh teman-teman Prodi Ilmu Alquran dan Tafsir, senior-senior dan teman-teman seperjuangan lainnya yang telah membantu dengan memberi pendapat maupun dorongan serta semangat dalam menyelesaikan tesis ini. Semoga Allah memberi balasan yang setimpal kepada semuanya.

Peneliti sepenuhnya menyadari bahwa tesis ini masih jauh dari kata sempurna, namun peneliti berharap tesis ini dapat menambah khazanah keilmuan dan pengetahuan yang bermanfaat bagi siapa pun yang membaca. Akhirnya, kepada Allah peneliti berserah diri dan memohon petunjuk serta ridhanya.

Banda Aceh, 9 Februari 2026

Penulis

Khusnul Mahda



ABSTRAK

- Judul Penelitian : Pemahaman Ayat-Ayat *Insecure* pada Mahasiswa Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir Pascasarjana UIN Ar-Raniry
- Nama/NIM : Khusnul Mahda/241006001
- Pembimbing I : Prof. Dr. Salman Abdul Muthalib, Lc., M.Ag
- Pembimbing II : Misnawati, M.Ag., Ph.D
- Kata Kunci : Pemahaman Ayat-Ayat Al-Qur'an, *Insecure*, Mahasiswa Pascasarjana Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir

Al-Qur'an menyediakan landasan spiritual untuk mengatasi berbagai persoalan psikologis seperti *insecure*, namun dalam realitas kehidupan sehari-hari masih banyak individu yang mengalami perasaan tersebut meskipun kerap berinteraksi dengan Al-Qur'an. Kondisi ini menunjukkan adanya kesenjangan antara pemahaman terhadap ayat-ayat Al-Qur'an dan pengaruhnya terhadap pengalaman psikologis individu. Berangkat dari fenomena tersebut, penelitian ini memfokuskan kajian pada pemahaman mahasiswa Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir Pascasarjana UIN Ar-Raniry terhadap ayat-ayat Al-Qur'an yang berkaitan dengan perasaan *insecure*, faktor-faktor yang memengaruhinya, serta solusi yang ditawarkan Al-Qur'an dalam mengelola dan mengatasi *insecure*. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian lapangan (*field research*), dengan teknik pengumpulan data berupa observasi dan wawancara terhadap mahasiswa Pascasarjana Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemahaman mahasiswa terhadap ayat-ayat tentang *insecure* bersifat beragam, mulai dari pemahaman tekstual hingga pemaknaan kontekstual yang aplikatif. Faktor penyebab *insecure* meliputi faktor internal, seperti harga diri, perbandingan sosial, dan kepribadian, serta faktor eksternal, seperti lingkungan sosial, media sosial, dan ekspektasi keluarga. Solusi Qur'ani yang dipahami mahasiswa mencakup pengakuan pada kondisi batin,

penguatan iman, bersabar, bersikap aktif dan tidak berlarut-larut, serta kesadaran akan kehadiran Allah, yang berperan dalam membangun keteguhan mental dan spiritual.



المخلص

عنوان البحث : فهم الآيات المتعلقة بعدم الأمان النفسي لدى
طلبة علوم القرآن والتفسير ببرنامج الدراسات العليا بجامعة
الرائدي الإسلامية الحكومية
الاسم الكامل : حسن المهدي
المشرف الأول : الأستاذ الدكتور سلمان عبد المطلب، ليسانس،
الماجستير
المشرف الثاني : الدكتورة مسناتوي، الماجستير
الكلمات المفتاحية : فهم آيات القرآن، عدم الأمان، طلاب الدراسات
العليا في القرآن والتفسير

يقدم القرآن الكريم أساساً روحياً لمعالجة مختلف المشكلات النفسية
كالشعور بعدم الأمان، غير أن الواقع اليومي يكشف أن كثيراً من
الأفراد لا يزالون يعانون من هذا الشعور على الرغم من تفاعلهم
المستمر مع القرآن الكريم. ويدل هذا الواقع على وجود فجوة بين
فهم الآيات القرآنية وأثرها في الخبرة النفسية للفرد. انطلاقاً من هذه
الظاهرة، يركز هذا البحث على دراسة فهم طلاب الدراسات العليا
في تخصص علوم القرآن والتفسير بجامعة الرانيري الإسلامية
الحكومية للآيات القرآنية المتعلقة بالشعور بعدم الأمان، والعوامل
المؤثرة في ظهوره، فضلاً عن الحلول التي يقدمها القرآن الكريم في
إدارة هذا الشعور والتغلب عليه. تستخدم هذه الدراسة المنهج النوعي
من خلال البحث الميداني، وتمثل أدوات جمع البيانات في الملاحظة
والمقابلة مع طلاب الدراسات العليا في علوم القرآن والتفسير. وقد
أظهرت نتائج البحث أن فهم الطلاب للآيات المتعلقة بالشعور بعدم
الأمان يتفاوت بين الفهم النصي والتأويل السياقي التطبيقي. وتشمل
العوامل المسببة لهذا الشعور عوامل داخلية كتقدير الذات والمقارنة
الاجتماعية والسمات الشخصية، وعوامل خارجية كالبيئة
الاجتماعية ووسائل التواصل الاجتماعي وتوقعات الأسرة. أما
الحلول القرآنية التي استوعبها الطلاب فتشمل: الإقرار بالحالة

الداخلية، وتعزيز الإيمان، والصبر، والإيجابية وعدم الاسترسال في
الهم، والوعي بحضور الله سبحانه وتعالى؛ وهي حلول تُسهم في
بناء الثبات النفسي والروحي.



ABSTRACT

Thesis title	: Understanding Quranic Verses on Insecurity Among Postgraduate Students of Quran and Tafsir Studies Program at UIN Ar-Raniry
Name/ID	: Khusnul Mahda/241006001
Supervisor I	: Prof. Dr. Salman Abdul Muthalib, Lc., M.Ag
Supervisor II	: Misnawati, S.Ag., M.Ag., Ph.D
Keywords	: Insecure, Qur'anic Understanding, Postgraduate

The Qur'an provides a spiritual foundation for overcoming various psychological problems such as insecurity, but in everyday life, many individuals still experience these feelings even though they frequently interact with the Qur'an. This condition shows a gap between understanding the verses of the Qur'an and their influence on individuals' psychological experiences. Based on this phenomenon, this study focuses on the understanding of postgraduate students of Qur'anic Studies and Interpretation at UIN Ar-Raniry regarding Qur'anic verses related to feelings of insecurity, the factors that influence its emergence, and the solutions offered by the Qur'an in managing and overcoming insecurity. This study uses a qualitative approach with field research, with data collection techniques in the form of observation and interviews with postgraduate students of Al-Qur'an and Tafsir. The results of the study show that students' understanding of verses about insecurity varies, ranging from textual understanding to contextual meaning that is applicable. The factors causing insecurity include internal factors, such as self-esteem, social comparison, and personality, as well as external factors, such as social environment, social media, and family expectations. The Qur'anic solutions as understood by students include acknowledging one's inner state, strengthening faith, patience (*sabr*), taking proactive action rather than dwelling on problems, and maintaining an awareness of Allah's presence all of which play a role in building mental and spiritual resilience.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
PERNYATAAN KEASLIAN.....	iv
PEDOMAN TRANSLITERASI	v
KATA PENGANTAR	viii
ABSTRAK	x
DAFTAR ISI.....	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	6
1.3 Tujuan Penelitian.....	6
1.4 Manfaat Penelitian.....	7
1.4.1. Manfaat Teoritis.....	7
1.4.2. Manfaat Praktis.....	7
1.5 Kajian Pustaka.....	8
1.6 Kerangka Teori.....	14
1.7 Sistematika Penelitian.....	21
BAB II LANDASAN TEORI.....	23
2.1 <i>Insecure</i> dalam Perspektif Lintas Keilmuan.....	23
2.2 Kategorisasi dan Penafsiran Ayat-Ayat <i>Insecure</i> dalam Al-Qur'an	28
2.3 Aspek-Aspek Perasaan <i>Insecure</i>	43

2.4 Faktor Penyebab Munculnya <i>Insecure</i>	48
2.5 Konsep Pemahaman dalam Taksonomi Bloom	53
BAB III METODE PENELITIAN	60
3.1 Jenis Penelitian.....	60
3.2 Lokasi Penelitian.....	61
3.3 Sumber Data	61
3.4 Teknik Pengumpulan Data	62
3.5 Informan Penelitian dan Teknik Pengambilan Informan	65
3.6 Teknik Analisis Data.....	66
BAB IV ANALISIS PEMAHAMAN MAHASISWA TERHADAP AYAT-AYAT TENTANG <i>INSECURE</i>	68
4.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian	68
4.2 Pemahaman Mahasiswa Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir Pascasarjana UIN Ar-Raniry terhadap Ayat-Ayat tentang <i>Insecure</i>	72
4.2.1 Mengingat (<i>remembering</i>)	73
4.2.2 Memahami (<i>understanding</i>).....	76
4.2.3 Menerapkan (<i>Applying</i>) dan Menganalisis (<i>Analyzing</i>).....	79
4.2.4 Mengevaluasi (<i>Evaluating</i>)	82
4.2.5 Membuat (<i>Creating</i>).....	86
4.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Munculnya Perasaan <i>Insecure</i>	88
4.3.1 Faktor Internal	88
4.3.2 Faktor Eksternal.....	94
4.4 Solusi yang Ditawarkan Al-Qur'an dalam Mengatasi Perasaan <i>Insecure</i>	98

4.4.1 Pengakuan Kondisi Batin Manusia.....	98
4.4.2 Penguatan Keimanan	101
4.4.3 Bersabar	103
4.4.4 Bersikap Aktif dan Tidak Berlarut-larut	106
4.4.5 Kesadaran akan Kehadiran Allah	109
4.5 Analisis Pemahaman Mahasiswa terhadap Ayat-Ayat Al- Qur'an tentang <i>Insecure</i>	111
 BAB V PENUTUP.....	 113
5.1 Kesimpulan.....	113
5.2 Saran.....	115
 DAFTAR PUSTAKA.....	 117
LAMPIRAN.....	127
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	132



BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Insecure merupakan salah satu gejala psikologis yang semakin banyak ditemui di berbagai kalangan, terutama di kalangan generasi muda. *Insecure* dapat dikatakan sebagai rasa cemas yang berkaitan dengan seberapa baik seseorang dalam menilai dirinya dan orang lain. Perasaan ini sering tampak melalui keraguan diri dalam melakukan suatu hal hingga berujung pada ketidakmampuan dalam mengemukakan pendapat atau pikirannya. Apalagi ketika orang lain lebih dulu menyampaikan hal serupa, orang yang kondisi ini akan cenderung merasa kehilangan kesempatan untuk mengekspresikan dirinya.¹

Dalam ilmu psikologi *insecure* dimaknai dengan suatu perasaan atau emosi yang muncul ketika seseorang minder (tidak percaya diri) dengan orang lain.² Menurut Abraham Maslow, *insecure* adalah keadaan seseorang yang merasa dirinya tidak aman, menganggap dunia dan seisinya sebagai hutan yang mengancamnya dan manusia sebagai makhluk yang berbahaya dan egois. Umumnya, orang mengalami *insecure* merasa dirinya ditolak dan terisolasi, cemas, pesimis, tidak bahagia, merasa bersalah, tidak percaya diri.

¹ Alfina Rizqi Khoirunnisa dan Ulfah Rahmawati, "Insecure in Qur'anic Perspective," *UInScof*, Vol. 1, No. 1, 2023: 25–35, <https://proceedings.radenfatah.ac.id/index.php/UInScof2022/article/view/534>.

² Ami Kurnia Melinsi et al., "Mengubah *Insecure* Menjadi Bersyukur," *Istisyfa: Journal of Islamic Guidance and Counseling*, Vol. 2, No. 3, 2024: 379–90, <https://doi.org/10.29300/ISTISYFA.V2I3.2446>.

Mereka akan berusaha dan melakukan berbagai cara untuk dapat kembali memperoleh rasa aman (*secure*) yang telah hilang.³

Berdasarkan data WHO, terdapat sekitar 280 juta orang di dunia yang mengalami gangguan kecemasan, di mana yang menjadi penyebab utamanya adalah perasaan *insecure* yang kronis. Bahkan survei dari American Psychological Association (APA) juga menunjukkan bahwa sekitar 65% remaja dan dewasa mudah merasa *insecure* terkait penampilan, kemampuan, atau status sosialnya.⁴

Beberapa hal yang dapat menjadi penyebab munculnya perasaan *insecure* dalam diri seseorang di antaranya adalah *insecure* terhadap diri sendiri yang muncul karena sering membandingkan fisik dirinya dengan orang lain.⁵ Selain itu, pencapaian karir baik dalam dunia akademik maupun dunia pekerjaan yang tidak sesuai dengan harapan juga menjadi salah satu penyebab. Kemudian hubungan dengan keluarga atau orang terdekat, harta dan kekayaan, pengalaman masa kecil seperti kritik berlebihan, *bullying*, atau pola asuh orang tua yang otoriter, trauma emosional seperti penolakan, kegagalan atau pengkhianatan, dan masih banyak penyebab lainnya juga dapat menjadi penyebab munculnya perasaan *insecure* ini.⁶

³ Rahmania Sabil dan Rosa Karnita, "Perancangan Buku Jurnal Interaktif Untuk Membantu Mengelola Rasa *Insecure* pada Remaja," *Komunikasi Visual Itenas*, Vol. 10, No. 1, 2022: 1–15, <https://eproceeding.itenas.ac.id/index.php/fad/article/view/1137>.

⁴ "Dampak *Insecure* Pada Kesehatan Mental: Lebih Dari Sekadar Kurang Percaya Diri | Rumah Sakit Pusat Pertamina," diakses 20 September, 2025, <https://rspp.co.id/artikel-detail-836-Dampak-Insecure-pada-Kesehatan-Mental-Lebih-dari-Sekadar-Kurang-Percaya-Diri.html>.

⁵ Cahya Galuh Rahmadyani, Abdal Rohim, dan Nur Wulan, "Hubungan antara Rasa Syukur dengan Tingkat *Insecure* pada Remaja Di SMA Negeri 1 Kuningan Tahun 2023," *National Nursing Conference*, Vol. 1, No. 2, 2023: 243–252, <https://doi.org/10.34305/nnc.v1i2.893>.

⁶ Muhammad Rafi Rizaldi, Vemas Satria, dan Edy Pratama, "Menyikapi Perasaan *Insecure* dan *Overthinking* dalam Perspektif Al-Qur'an," *Al-*

Kemudian perkembangan sosial media yang sangat pesat juga menjadi salah satu penyebab munculnya perasaan *insecure*. Dalam sosial media segala standar hidup muncul dan berkembang, seperti standar kecantikan, kesuksesan, gaya hidup, serta pencapaian yang sering ditampilkan secara berlebihan oleh penggunanya. Sehingga menyebabkan pengguna lain yang melihatnya menginginkan hal itu terjadi padanya. Ketika yang diinginkan dan diekspektasikan tersebut tidak sesuai dengan kenyataan dalam hidupnya, maka rasa *insecure* muncul dengan kecenderungan merasa hidupnya tidak sesempurna pengguna sosial media lain.⁷

Mengenai fenomena *insecure* disebutkan di dalam Al-Qur'an dengan beberapa istilah, yaitu takut (*khauf*), sedih (*huzn*), tidak percaya diri (*wahn*). Salah satu ayat yang berkaitan dengan perasaan *insecure* yaitu pada QS. Āli `Imrān ayat 139:

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِن

كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ

Janganlah kamu (merasa) lemah dan jangan (pula) bersedih hati, padahal kamu paling tinggi (derajatnya) jika kamu orang-orang mukmin.

Ayat di atas turun berkenaan dengan peristiwa perang Uhud yang menimpa umat Muslim pada saat itu. Akan tetapi dalam menjelaskan maknanya, Wahbah al-Zuhaili menyampaikan

Wasathiyah: Journal of Islamic Studies, Vol. 3, No. 1, 2024: 14–28, <https://doi.org/10.56672/V4E5MT76>.

⁷ Isna Maulida Abidah dan Effy Wardati Maryam, “Intensitas Penggunaan Media Sosial, *Loneliness*, dan *Insecure* pada Remaja,” *Jurnal Psikologi: Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan*, Vol. 11, No. 1, 2024: 193–210, <https://jurnal.yudharta.ac.id/v2/index.php/ILMU-PSIKOLOGI/article/view/4911/2773>.

bahwasanya yang dimaksud dengan larangan bersikap lemah dan bersedih hati adalah larangan bersikap pasif atau menyerah, sekaligus perintah untuk senantiasa kembali mempersiapkan diri dengan penuh kesungguhan, tekad yang kuat, optimisme kepada Allah, tawakal, serta keyakinan yang kokoh dalam meraih kemenangan.⁸ Sejalan dengan pandangan tersebut, M. Quraish Shihab dalam tafsirnya juga menegaskan pentingnya untuk tidak menunjukkan kelemahan, perkuat tekad dan fisik serta menjaga keteguhan mental agar tidak terpuruk oleh segala ujian dan rintangan yang akan dihadapi.⁹

Sebagaimana ditafsirkan oleh Wahbah al-Zuhaili dan M. Quraish Shihab, ayat tersebut menekankan pentingnya membangun kembali kekuatan mental, tekad, dan kepercayaan diri setelah menghadapi kegagalan atau ujian hidup. Dengan demikian, Al-Qur'an sejatinya telah meletakkan fondasi spiritual dan moral yang dapat menjadi rujukan dalam mengatasi berbagai masalah psikologis seperti rasa *insecure*. Hanya saja dalam realitas kehidupan sehari-hari, masih banyak individu yang merasa terjebak dalam perasaan rendah diri, pesimisme, dan kecemasan berlebihan kendati sering berinteraksi dengan Al-Qur'an. Kondisi inilah yang menunjukkan adanya jarak antara idealitas ajaran Al-Qur'an dan realitas empiris masyarakat Muslim di masa sekarang.

Dalam konteks akademik, mahasiswa Pascasarjana UIN Ar-Raniry Prodi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir berada dalam posisi yang secara ideal memiliki kedekatan intelektual dan spiritual dengan Al-Qur'an. Interaksi mereka dengan Al-Qur'an tidak hanya dalam hal

⁸ Wahbah Al-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir Jilid 2* (Jakarta: Gema Insani, 2014), hlm. 435.

⁹ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an Jilid 2* (Jakarta: Lentera Hati, 2002), hlm. 227.

beribadah, tetapi juga dalam ruang kajian ilmiah, penafsiran, dan pembahasan ilmiah yang berlangsung secara mendalam. Namun demikian, kedekatan tersebut belum tentu menghasilkan pemahaman yang mendalam dan bermakna terhadap ayat-ayat Al-Qur'an ketika dihadapkan dengan persoalan psikologis, termasuk perasaan *insecure*.

Berdasarkan observasi awal menunjukkan bahwa masih terdapat sebagian mahasiswa yang terkesan memiliki pemahaman yang kurang baik dan komprehensif terkait ayat-ayat tentang *insecure*, meskipun memiliki latar belakang keilmuan yang kuat dan interaksi yang intens dengan Al-Qur'an. Hal ini terlihat dari kecenderungan sebagian mahasiswa yang menunjukkan sikap kurang percaya diri dalam forum diskusi akademik. Partisipasi sebagian mahasiswa dalam forum diskusi terlihat kurang optimal, meskipun mereka hadir dan mengikuti jalannya pembahasan. Hal ini yang mengindikasikan bahwa adanya kecenderungan perasaan *insecure* pada sebagian mahasiswa.

Dari sini terlihat kesenjangan antara ajaran Al-Qur'an yang menekankan keteguhan jiwa dengan kenyataan bahwa masyarakat masih rentan mengalami *insecure*. Karena itu penulis memahami bahwa persoalan ini tidak bisa dipahami hanya dalam konteks normatif-teologis, diperlukan kajian yang menyentuh aspek nyata dalam kehidupan sehari-hari agar terlihat bagaimana *insecure* benar-benar dialami oleh seseorang, di samping tetap melihat bagaimana kacamata Al-Qur'an dalam menangkap fenomena ini.

Oleh karena itu, berdasarkan pemaparan di atas penulis memandang bahwa pendekatan lapangan menjadi penting dilakukan untuk membahas fenomena ini. Melalui data yang diperoleh langsung dari lapangan, penelitian ini dapat memperlihatkan bentuk nyata *insecure* sekaligus bagaimana diskursus Al-Qur'an terhadap

problematika ini. Dengan demikian, penelitian ini hadir tidak hanya untuk menggambarkan masalah yang ada, tetapi juga menghadirkan solusi yang relevan bagi kehidupan sehari-hari. Dengan demikian penulis dalam hal ini akan mengkaji tulisan ini dengan judul “Pemahaman Ayat-Ayat *Insecure* Perspektif Mahasiswa Ilmu Al-Qur’an dan Tafsir Pascasarjana UIN Ar-Raniry”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah disebutkan, maka disusunlah rumusan masalah penelitian sebagai berikut:

1. Bagaimana mahasiswa Ilmu Al-Qur’an dan Tafsir Pascasarjana UIN Ar-Raniry memahami ayat-ayat Al-Qur’an yang berkaitan dengan perasaan *insecure*?
2. Bagaimana faktor-faktor yang mempengaruhi munculnya perasaan *insecure*?
3. Bagaimana solusi yang ditawarkan Al-Qur’an terhadap perasaan *insecure*?

1.3 Tujuan Penelitian

Secara umum, tujuan penelitian adalah suatu hal yang hendak dicapai dalam sebuah penelitian.¹⁰ Adapun tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk meninjau dan menganalisis serta mencari solusi terhadap fenomena *insecure*. Secara khusus, penelitian ini memiliki tujuan sebagai berikut:

1. Menelaah pemahaman mahasiswa Ilmu Al-Qur’an dan Tafsir Pascasarjana UIN Ar-Raniry terhadap ayat-ayat Al-Qur’an yang berkaitan dengan *insecure*.

¹⁰ Ahmad Khairul Nuzuli, *Dasar-Dasar Penulisan Karya Ilmiah* (Yogyakarta: Jejak Pustaka, 2023), hlm. 22.

2. Mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi munculnya perasaan *insecure*.
3. Menganalisis solusi yang ditawarkan Al-Qur'an dalam mengatasi *insecure*.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis yang dapat diperoleh dari penelitian ini yaitu:

1. Penelitian ini diharapkan dapat menambah dan memperkaya khazanah keilmuan dalam bidang ilmu Al-Qur'an dan tafsir, khususnya terkait isu-isu psikologis kontemporer seperti *insecure*.
2. Memberikan kontribusi akademik dalam mengintegrasikan perspektif Al-Qur'an dengan wacana psikologis, sehingga menghadirkan pemahaman yang menyeluruh tentang relevansi ayat-ayat Al-Qur'an dengan masalah psikologis.
3. Menjadi referensi tambahan untuk memperluas literatur interdisipliner yang menghubungkan wahyu ilahi dengan fenomena empiris, khususnya dalam ranah Pendidikan Islam.

1.4.2. Manfaat Praktis

Manfaat secara praktis yang dapat diperoleh dari penelitian ini yaitu:

1. Bagi mahasiswa penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan tentang bagaimana Al-Qur'an menawarkan landasan spiritual dan konseptual untuk menghadapi rasa

insecure, sehingga mereka dapat memaknai pengalaman psikologisnya dengan lebih positif.

2. Bagi akademisi, penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan rujukan dalam mengembangkan pendekatan tafsir yang relevan dengan masalah masyarakat.
3. Bagi masyarakat luas, diharapkan penelitian ini memberikan pandangan Qur'ani yang dapat memperkuat keteguhan jiwa, optimisme, dan resiliensi dalam kehidupan sehari-hari.

1.5 Kajian Pustaka

Sebagaimana yang telah dikemukakan pada penjelasan di atas, penelitian ini akan mengkaji mengenai pemahaman ayat-ayat *insecure* perpektif mahasiswa Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir Pascasarjana UIN Ar-Raniry. Oleh karena itu, sebelum melakukan penelitian lebih lanjut, penulis terlebih dahulu melakukan kajian pustaka yang relevan dengan judul, tema, serta permasalahan yang diajukan dalam penelitian ini. Kajian pustaka ini dimaksudkan untuk menemukan fakta dan pengetahuan yang cukup sebagai data tambahan dalam penelitian. Selain itu untuk menjelaskan adanya hubungan, perbedaan dan kesamaan antara penelitian lain dengan penelitian yang akan dilakukan. Sehingga penelitian ini memiliki nilai dan manfaatnya tersendiri.

Setelah menelaah beberapa literatur dan kajian ilmiah, penulis menemukan karya-karya ilmiah yang berkaitan serta berdekatan dengan penelitian ini. Oleh karena itu, penulis melakukan klasifikasi karya-karya ilmiah tersebut ke dalam beberapa kelompok sesuai dengan keterkaitan pada topik pembahasannya. Kemudian akan dijelaskan pula perbedaan dari karya ilmiah tersebut dengan penelitian yang penulis lakukan. Secara umum, penulis

mengelompokkannya menjadi tiga topik pembahasan sebagai berikut:

Topik pertama, kajian ilmiah yang berfokus pada aspek psikologis dan sosial. Topik pertama ini memuat beberapa artikel yang menyoroti hubungan antara *insecure* dengan intensitas penggunaan media sosial serta perasaan *loneliness* (kesepian) pada remaja. Artikel pertama ditulis oleh Isna Maulida Abidah dan Effy Wardati Maryam, dengan judul “Intensitas Penggunaan Media Sosial, *Loneliness*, dan *Insecure* pada Remaja”¹¹ Artikel ini membahas bahwa penggunaan media sosial yang tinggi dan perasaan kesepian secara signifikan berhubungan dengan tingkat *insecure* pada remaja. Kajian ini menekankan bagaimana interaksi sosial di dunia maya dapat memengaruhi rasa tidak aman dan kecemasan diri, terutama ketika remaja membandingkan diri dengan orang lain secara berlebihan.

Kemudian artikel kedua ditulis oleh Niniek Kusuma Wardhani, dkk, “*Negative Parenting* dan *Insecure Attachment* dengan Perilaku *Disruptive* pada Remaja”.¹² Artikel tersebut juga membahas hubungan antara *negative parenting*¹³ dan *insecure*

¹¹ Abidah dan Maryam, “Intensitas Penggunaan Media Sosial, *Loneliness*, dan *Insecure* pada Remaja,” 193–210.

¹² Niniek Kusuma Wardhani, Endang Widyorini, dan Maria Yang Roswita, “*Negative Parenting* dan *Insecure Attachment* dengan Perilaku *Disruptive* pada Remaja,” *Jurnal Psikologi*, Vol. 18, No. 1, 2022: 25–32, <https://doi.org/10.24014/jp.v18i1.14585>.

¹³ *Negative parenting* atau *toxic parenting* adalah pola pengasuhan yang keliru, yang ditandai dengan adanya permusuhan dalam hubungan antara orangtua dan anak hingga hukuman fisik yang dapat memberikan efek negatif pada perilaku anak. (Galit Harel and Ricky Finzi-Dottan, “Childhood Maltreatment and Its Effect on Parenting among High-Risk Parents,” *Journal of Child and Family Studies*, Vol. 27, No. 5, 2018: 1513–24, <https://doi.org/10.1007/S10826-017-0994-Z>.)

*attachment*¹⁴ dengan perilaku disruptif pada remaja. Pada hasil penelitiannya memperlihatkan bahwa *insecure attachment* yang berasal dari pola asuh negatif berkorelasi dengan meningkatnya perilaku bermasalah. Artinya, semakin tinggi pengasuhan negatif dan maka semakin tinggi pula perilaku disruptif atau penyimpangan yang terjadi pada remaja.

Artikel ketiga, yang ditulis oleh Binar Nuraini Baiduri dan Endang Widyorini berjudul “Regulasi Emosi Sebagai Mediator Antara Insecure Attachment dan Perilaku Agresif pada Remaja”.¹⁵ Dalam artikel tersebut dijelaskan mengenai dimensi pengaturan emosi, di mana regulasi emosi menjadi mediator antara *insecure attachment* dan perilaku agresif remaja. Hal ini menunjukkan bahwa ketidakmampuan mengelola emosi memperparah dampak *insecure attachment* terhadap agresivitas remaja.

Artikel-artikel tersebut menyoroti *insecure* dari perspektif psikologi perkembangan, khususnya bagaimana *insecure attachment*, pola asuh keluarga, dan media sosial berkontribusi pada gangguan perilaku dan emosi di kalangan remaja. Artikel-artikel tersebut berfokus pada faktor-faktor risiko psikososial dan efek perilaku yang timbul dari *insecurity*. Hal ini berbeda dengan penelitian yang penulis lakukan. Pada penelitian ini penulis

¹⁴ *Insecure attachment* atau kelekatan/keterikatan tidak aman adalah cara seseorang memandang atau menilai dirinya sendiri dan orang lain dapat mengandung pandangan yang negatif, baik terhadap dirinya sendiri (*model of self*) maupun terhadap orang lain (*model of others*). Jika seseorang memiliki pandangan negatif pada salah satu atau keduanya, maka dapat mempengaruhi caranya dalam membangun hubungan dan merasa aman dalam berinteraksi dengan orang lain. (Wardhani, Widyorini, and Roswita, “*Negative Parenting dan Insecure Attachment dengan Perilaku Disruptive pada Remaja*”, 25–32.)

¹⁵ Binar Nurani Baiduri dan Endang Widyorini, “Regulasi Emosi sebagai Mediator antara *Insecure Attachment* dan Perilaku Agresif pada Remaja,” *Jurnal Psikologi*, Vol. 19, No. 1, 2023: 57–66, <https://doi.org/10.24014/jp.v19i1.20065>.

mengkaji tentang solusi-solusi yang ditawarkan oleh Al-Qur'an dalam menghadapi perasaan *insecure*. Sehingga dapat membantu masyarakat modern dalam menghadapi perasaan *insecure* yang muncul dalam dirinya.

Topik kedua, memfokuskan pembahasan pada intervensi dan penanganan *insecure*. Artikel pertama berjudul “Gambaran Perasaan *Insecure* di Kalangan Mahasiswa yang Mengalami Kecanduan Media Sosial Tiktok” ditulis oleh Agresta Armando Harnata dan Berta Esti Ari Prasety.¹⁶ Artikel ini menggambarkan perasaan *insecure* yang di alami oleh mahasiswa yang kecanduan media sosial Tik-Tok. Kecemasan dan kurangnya rasa percaya diri yang timbul dalam diri mereka diakibatkan oleh kebiasaannya membandingkan diri secara berlebihan, baik membandingkan hasil karya maupun membandingkan penampilan fisik mereka dengan orang lain yang lebih terkenal di media sosial.

Selanjutnya artikel kedua yang ditulis oleh Vinni Nelwan, dkk, dengan judul “Pengaruh *Insecure* terhadap Kesadaran akan Kualitas Diri dalam Memimpin: Perspektif Pendidikan”.¹⁷ Artikel ini berfokus pada pengaruh *insecure* yang dapat mengganggu bahkan menurunkan kesadaran terhadap kualitas diri sendiri. Lebih lanjut pengaruh *insecure* ini yang juga dapat menghambat diri

¹⁶ Agresta Armando Harnata dan Berta Esti Ari Prasetya, “Gambaran Perasaan *Insecure* di Kalangan Mahasiswa yang Mengalami Kecanduan Media Sosial Tiktok,” *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, Vol. 4, No. 3, 2023: 823–830, <https://doi.org/10.51214/bocp.v4i3.437>.

¹⁷ Vinni Nelwan, Juwinner Dedy Kasingku, dan Winda Novita Warouw, “Pengaruh *Insecure* terhadap Kesadaran akan Kualitas Diri dalam Memimpin: Perspektif Pendidikan,” *Jurnal Pendidikan Tambusai*, Vol. 7, No. 2, 2023: 4442–4449, https://www.researchgate.net/publication/378073514_Pengaruh_Insecure_terhadap_Kesadaran_Akan_Kualitas_Diri_dalam_Memimpin_Persepektif_Pendidikan.

sendiri dalam memimpin di semua segi kepemimpinan, baik memimpin dalam skala kecil maupun memimpin dalam skala besar.

Kesamaan dalam pembahasan dari artikel-artikel tersebut yaitu memfokuskan penjelasan mengenai bagaimana perasaan *insecure* dapat diatasi melalui bantuan psikologis dan menyadarkan individu akan pentingnya harga diri. Adapun perbedaan antara artikel-artikel di atas dengan penelitian ini terletak pada fokus dan ruang lingkupnya. Penelitian ini berfokus pada pemahaman mahasiswa Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir Pascasarjana UIN Ar-Raniry terhadap ayat-ayat *insecure*, serta bagaimana solusi yang ditawarkan dalam Al-Qur'an mengatasi perasaan *insecure*.

Topik ketiga, yang merupakan artikel-artikel ilmiah yang memiliki keterkaitan dengan penelitian yang penulis lakukan. Artikel-artikel tersebut menempatkan *insecure* dalam prespektif keislaman, khususnya melalui metode tematik terhadap ayat-ayat Al-Qur'an dan pandangan tokoh Islam. Artikel pertama, ditulis oleh Ana Firdatul Maslachah dan Fadjrul Hakam Chozin dengan judul "Integrasi Nilai Tawakal dalam Al-Qur'an sebagai Metode Penguatan Diri bagi Penderita *Insecure*: Studi Maudhu'i".¹⁸ Artikel ini menggunakan metode maudhu'i untuk menelaah integrasi nilai tawakal dalam Al-Qur'an sebagai metode penguatan diri bagi penderita *insecure*. Hasil yang diperoleh ialah terdapat berbagai ayat Al-Qur'an yang mengandung nilai tawakal, kemudian memberikan tafsiran atas ayat-ayat tersebut dalam konteks penanganan *insecure* secara mandiri.

¹⁸ Ana Firdatul Maslachah dan Fadjrul Hakam Chozin, "Integrasi Nilai Tawakal dalam Al-Qur'an sebagai Metode Penguatan Diri bagi Penderita *Insecure*: Studi Maudhu'i," *AT-TAISIR: Journal of Indonesian Tafsir Studies*, Vol. 5, No. 01, 2024: 40–56, <https://doi.org/10.51875/ATTAISIR.V5I01.312>.

Artikel kedua ditulis oleh Lathifatul Qobliah, dkk dengan judul “Larangan *Insecure* dalam Kehidupan (Studi Tafsir Tematik)”.¹⁹ Artikel ini membahas bahwa perasaan khawatir, sedih, dan putus asa yang menyertai *insecure* memang bersifat manusiawi, namun dapat menjadi larangan jika dihayati secara berlebihan hingga menghambat perkembangan diri. Kajian ini memfokuskan diri pada larangan terhadap emosi-emosi negatif tersebut dalam Al-Qur’an dengan pendekatan tafsir tematik. Dalam penjelasannya, ditemukan penekanan bahwa *insecure* bisa menjadi bentuk keputusan yang secara spiritual tidak sesuai dengan semangat hidup Islami, khususnya bagi individu dengan kecenderungan introvert yang lebih rentan mengalami perasaan ini.

Artikel ketiga yang ditulis oleh Lukman Hakim, dkk, dengan judul Syukur Sebagai Pencegah *Insecure* Perspektif Abu Hamid al-Ghazali”.²⁰ Artikel ini berfokus pada konsep syukur yang ditawarkan oleh Abu Hamid al-Ghazali sebagai tindakan pencegahan yang dilakukan terhadap munculnya perasaan *insecure*. Hasil yang dikemukakan bahwa syukur bukan hanya ekspresi emosional atau ritual, melainkan suatu mekanisme spiritual yang melibatkan pengetahuan (ilmu), kondisi batin (hal), dan manifestasi perilaku (amal). Ketiga hal tersebut jika diinternalisasi secara utuh, akan membentuk ketahanan spiritual yang menghalau perasaan

¹⁹ Lathifatul Qobliah, “Larangan *Insecure* dalam Kehidupan (Studi Tafsir Tematik),” *Al-Ikhtiar: Jurnal Studi Islam**Al-Ikhtiar: Jurnal Studi Islam*, Vol. 1, No. 3, 2024: 256–69, <https://journal.salahuddinalayyubi.com/index.php/ALJSI/article/view/159>.

²⁰ Lukman Hakim, Ali Sajjad Baaly, dan Abu Bakar Yamani, “Syukur sebagai Pencegah *Insecure* Perspektif Abu Hamid Al-Ghazali,” *Substantia: Jurnal Ilmu-Ilmu Ushuluddin*, Vol. 26, No. 1, 2024: 26–43, <https://doi.org/10.22373/SUBSTANTIA.V26I1.22711>.

rendah diri, cemas, atau tidak aman. Menurut al-Ghazali mampu menstimulasi pemikiran positif dan cinta terhadap Allah serta diri sendiri, yang pada akhirnya mereduksi akar-akar munculnya *insecure*.

Meskipun artikel-artikel di atas telah menyentuh fenomena *insecure* dari sudut pandang keagamaan dan spiritual, fokus penelitian yang penulis lakukan tetap memiliki perbedaan yang signifikan. Penelitian ini akan mengeksplor pemahaman ayat-ayat *insecure* dari mahasiswa kemudian melihat solusi-solusi Qur'ani dalam menghadapi *insecure* serta mengaitkannya dengan teori psikologi dan psikologi Islam.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa meskipun banyak yang membahas tentang fenomena *insecure* dari berbagai aspek psikologis, sosial, dan bahkan spiritual dalam lingkup terapi dan komunikasi, penulis belum menemukan artikel-artikel ilmiah yang secara utuh dan sistematis menjadikan Al-Qur'an sebagai sumber utama dalam memahami dan merespons fenomena *insecure*.

1.6 Kerangka Teori

Kerangka teori merupakan struktur atau kerangka yang digunakan oleh penulis untuk menjelaskan teori, konsep, dan gagasan yang berkaitan dengan topik penelitiannya.²¹ Sebagaimana yang telah penulis jelaskan sebelumnya bahwa fokus dalam penelitian adalah menganalisis fenomena *insecure* dalam perspektif Al-Qur'an dan mufasir, maka untuk ini teori yang akan digunakan adalah sebagai berikut:

1.6.1 Pemahaman

²¹ Iman Jalaluddin Rifa'i et al., *Metodologi Penelitian Hukum* (Banten: Sada Kurnia Pustaka, 2023), hlm. 43.

Pemahaman berasal dari kata paham yang berarti mengerti benar atau memahami benar. Pemahaman adalah proses, cara, atau perbuatan memahami atau memahamkan.²² Menurut pandangan Benyamin S. Bloom, pemahaman dapat dimaknai sebagai kapasitas individu dalam menguasai serta menafsirkan suatu pengetahuan setelah ia memperoleh dan menyimpannya dalam ingatan. Individu dianggap memiliki pemahaman apabila mampu menguraikan atau menjelaskan suatu konsep secara lebih terperinci dengan menggunakan bahasa dan penjelasannya sendiri.²³

Ngalim Purwanto menjelaskan bahwa pemahaman adalah tingkat kemampuan yang menuntut individu untuk dapat menguasai makna dari konsep, fakta, maupun situasi yang telah diketahuinya. Dalam konteks ini, pemahaman tidak hanya sekedar hafalan verbal, melainkan keterampilan dalam menafsirkan substansi dari permasalahan atau fakta yang diajukan. Seorang individu dianggap memiliki pemahaman apabila mampu membangun makna dari berbagai pesan pembelajaran, baik yang disampaikan secara tulisan, lisan, maupun melalui media visual seperti grafik, buku, atau layar komputer.²⁴

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa pemahaman adalah kesanggupan individu yang tidak hanya berhenti pada mengingat informasi yang telah diterima, tetapi mampu menguasai, memahami, menafsirkan, serta menguraikan kembali informasi tersebut.

²² “Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) Online,” diakses 23 September 2025, <https://kbbi.web.id/paham>.

²³ Anas Sudijono, *Pengantar Evaluasi Pendidikan* (Jakarta: Rajawali Pers, 2017), hlm. 50.

²⁴ Ngalim Purwanto, *Prinsip-Prinsip dan Teknik Evaluasi Pengajaran* (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2010), hlm. 45.

Pemahaman seseorang dapat diklasifikasikan dalam tingkatan yang berbeda-beda. Nuna Sudjana menyatakan bahwa tingkatan pemahaman dapat dibedakan menjadi tiga kategori, di antaranya adalah:²⁵

- a. Tingkat terendah adalah pemahaman terjemahan, yaitu mencakup kemampuan menerjemahkan atau kesanggupan memahami makna yang terkandung di dalamnya.
- b. Tingkat kedua adalah pemahaman penafsiran, yaitu kemampuan untuk mengaitkan bagian-bagian dasar dengan pengetahuan yang diketahui berikutnya.
- c. Tingkat tertinggi adalah pemaknaan ekstrapolasi, yaitu menuntut kemampuan intelektual individu yang lebih tinggi. Di mana seseorang dapat melihat makna tersirat atau tersurat dalam suatu tulisan.

Seseorang dapat dikatakan paham akan sesuatu jika ia telah memenuhi indikator pemahaman. Berikut indikator pemahaman menurut Benyamin S. Bloom:²⁶

- a. Mengingat (*remembering*), seseorang dapat mengingat kembali informasi yang pernah dipelajarnya. Ia tidak dituntut untuk memahami makna dengan mendalam, melainkan hanya sebatas mampu mengingatnya.

²⁵ Mimin Muminah, "Analisis Korelasional antara Pemahaman Orang Tua tentang Pendidikan, Keterlibatannya dalam Aktivitas Pendidikan, dan Hubungannya dengan Hasil Belajar Siswa," *Tsamratul Fikri*, Vol. 10, No. 1, 2016: 121–134, <https://www.riset-iaid.net/index.php/TF/article/view/9>.

²⁶ "Bloom's Taxonomy: Levels of Understanding – PSIA-AASI NORTHWEST," diakses 11 Januari 2026, <https://www.psia-nw.org/newsletter-articles/blooms-taxonomy-levels-of-understanding/>.

- b. Memahami (*understanding*), seseorang dikatakan dapat memahami jika ia dapat mengerti dan menjelaskan kembali gagasan atau informasi yang dipelajari dengan bahasanya sendiri.
- c. Menerapkan (*applying*), kemampuan seseorang dalam menggunakan materi yang telah diterimanya dalam situasi baru atau masalah baru dalam kehidupannya.
- d. Menganalisis (*analyzing*), seseorang mulai berpikir kritis dan telah mampu membedakan fakta, pendapat atau sebab akibat yang diterimanya.
- e. Mengevaluasi (*evaluating*), seseorang mampu menilai atau menentukan tingkat suatu hal berdasarkan norma, kriteria, standar tertentu.
- f. Membuat (*creating*), seseorang mampu menggabungkan berbagai unsur menjadi bentuk baru yang utuh atau menghasilkan suatu gagasan dan karya yang bersifat orisinal.

Tingkat pemahaman seseorang terhadap suatu konsep atau informasi berbeda-beda dan tidak terbentuk secara sederhana melainkan dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling berkaitan, baik yang bersifat internal maupun eksternal. Adapun faktor-faktor yang dapat mempengaruhi pemahaman adalah sebagai berikut:²⁷

- a. Faktor internal, yaitu faktor yang berasal dari dalam diri individu, di antaranya adalah:
 - 1) Usia, sering kali daya ingat seseorang dipengaruhi oleh umur. Dengan bertambahnya umur seseorang

²⁷ Abdul Rahman Shaleh dan Abdul Muhib Wahab, *Psikologi: Suatu Pengantar Dalam Perspektif Islam*, (Jakarta: Kencana, 2004), hlm. 28.

dapat mempengaruhi pemahaman yang diperolehnya. Hal ini dimungkinkan memberi dampak positif maupun negatif. Dalam artian, pada usia-usia tertentu kemampuan pemahamannya akan berkurang.

- 2) Pengalaman, berfungsi sebagai salah satu landasan terbentuknya pemahaman. Bahkan dapat menjadi sarana penting dalam mencapai kebenaran suatu pemahaman. Dengan demikian, pengalaman yang dimiliki seseorang termasuk pengalaman pribadinya dapat dijadikan sebagai media dalam memperdalam serta memperluas pemahaman.
 - 3) Kecerdasan menjadi salah satu faktor yang berperan dalam menentukan hasil proses belajar. Bagi seseorang kecerdasan berfungsi sebagai modal utama dalam berpikir serta mengolah informasi yang diperoleh secara sistematis, sehingga memungkinkan dirinya untuk menyesuaikan dan menguasai lingkungan sekitarnya.
- b. Faktor eksternal, yaitu faktor yang berasal dari luar diri individu, di antaranya adalah:
- 1) Keluarga sangat memberikan pengaruh terhadap hasil belajar dan pemahaman seseorang. Peran orang tua menjadi pewarna utama dalam sikap seseorang dalam segala kegiatannya. Sehingga dapat meningkatkan kualitas belajar dan pemahaman menjadi lebih baik.
 - 2) Pendidikan, latar belakang pendidikan seseorang berpengaruh terhadap kemampuan dalam memahami pengetahuan yang diperoleh. Secara umum, semakin

- tinggi tingkat pendidikan yang ditempuh maka semakin baik pula kualitas pemahaman seseorang.
- 3) Informasi menjadi salah satu faktor yang penting dalam proses memperoleh dan pembentukan pemahaman. Meskipun tingkat pendidikan seseorang rendah, penyampaian informasi yang tepat melalui media masa, seperti radio, televisi, *smartphone*, serta sosial media, tetap berpotensi meningkatkan kemampuan pemahamannya.
 - 4) Lingkungan juga menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi pemahaman seseorang. Dalam lingkungannya seseorang akan memperoleh informasi, pengalaman serta pengetahuan yang akan berpengaruh pada cara berfikir seseorang.

1.6.2 *Insecure*

Secara bahasa, *insecure* berasal dari akar kata *secure* yaitu aman, terjamin, melindungi atau percaya diri. Selanjutnya, kata *secure* mengalami penambahan kata *in* yang memiliki makna tidak atau memberikan konotasi negatif. ketika kata *in* dan *secure* digabungkan, maka menghasilkan satu makna bahwa *insecure* adalah perasaan tidak aman, tidak tenang, sedih, dan tidak percaya diri atas semua hal yang dilakukan. Dengan demikian, istilah *insecure* merujuk pada kondisi psikologis yang ditandai dengan rasa tidak percaya diri, kecemasan, ketidaktenangan, tidak aman, kegelisahan, ketakutan, serta kecenderungan meragukan setiap tindakan yang dilakukan.²⁸

²⁸ Khoirunnisa and Rahmawati, "Insecure in Qur'anic Perspective." 25-35.

Kata *insecure* muncul pertama kali pada pertengahan abad sekitar tahun 1640-an, yang berasal dari bahasa latin *insecurus*. Kata tersebut umumnya digunakan untuk menggambarkan keadaan yang tidak aman. Kemudian pada tahun 1912-an kata *insecurus* digunakan dalam bidang psikologi untuk menggambarkan keadaan jiwa yang tidak aman, gelisah, tidak percaya diri. Seiring perkembangan zaman, istilah tersebut semakin populer. Dalam bidang psikologi *insecure* diartikan sebagai suatu emosi yang muncul dalam diri seseorang ketika kepercayaan dirinya melemah.²⁹

Menurut kamus psikologi American Psychological Association (APA) *insecure* diartikan sebagai perasaan tidak mampu dan kurang percaya diri dalam menghadapi masalah, yang disertai keraguan serta kecemasan mengenai tujuan hidup, kemampuan diri, dan hubungan dengan orang lain.³⁰ Menurut Abraham Maslow *insecure* adalah suatu keadaan seseorang merasa tidak aman dan melihat dunia sebagai hutan yang menakutkan baginya serta mempercayai bahwa pada umumnya manusia jahat dan egois.³¹

Secara psikologis, *insecure* dapat dipahami sebagai respons emosional yang muncul ketika seseorang melakukan penilaian terhadap dirinya sebagai pihak yang lebih rendah dibandingkan orang lain. Perasaan ini berkaitan dengan aspek-aspek tertentu dalam

²⁹ Khoirunnisa and Rahmawati, "Insecure in Qur'anic Perspective."25–35.

³⁰ "Kamus Psikologi APA," diakses 25 Maret 2026, <https://dictionary.apa.org/insecurity>.

³¹ Lathifah Khairiyah and Nofha Rina, "Komunikasi Keluarga Dalam Pemaknaan *Insecure* Pada Dir Remaja Akhir," *LINIMASA: Jurnal Ilmu Komunikasi* 7, no. 1 (2024): 55–56, <https://journal.unpas.ac.id/index.php/linimasa/article/view/9914/5274>.

kehidupan yang dianggap relevan bagi dirinya, sehingga penilain tersebut memicu timbulnya emosi negatif dalam diri seseorang.³²

Dengan demikian, *insecure* dapat dipahami sebagai kondisi psikologis ketika seseorang merasa tidak yakin dan tidak aman terhadap dirinya sendiri, yang tampak melalui rendahnya kepercayaan diri, munculnya kecemasan, serta keraguan dalam memandang kemampuan dan arah hidupnya. Kondisi ini muncul ketika individu gagal membangun penilaian diri yang sehat, sehingga mudah merasa tertekan dan memandang lingkungan sebagai sesuatu yang mengganggu atau mengancam.

1.7 Sistematika Penelitian

Untuk memudahkan pembaca dalam memahami penelitian ini, peneliti menentukan sistematika pembahasan dalam beberapa bab yang saling terkait satu sama lainnya. Berikut peneliti uraikan sistematika pembahasan ini dalam tesis ini:

Bab I Pendahuluan, pada bab ini dipaparkan mengenai rencana penelitian. Bab ini mencakup latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, kajian pustaka, serta kerangka teori.

Bab II Landasan Teori, pada bab ini dibahas mengenai pengertian *insecure*, kategorisasi dan penafsiran ayat-ayat tentang *insecure* dalam Al-Qur'an, aspek-aspek perasaan *insecure*, faktor

³² Rizaldi, Satria, and Pratama, "Menyikapi Perasaan *Insecure* dan *Overthinking* dalam Perspektif Al-Qur'an," 14–28.

penyebab munculnya *insecure*, serta konsep pemahaman dalam taksonomi Blooms dalam analisis perasaan *insecure*.

Bab III Metode Penelitian, pada bab ini diuraikan mengenai metode penelitian yang mencakup jenis penelitian, lokasi penelitian, sumber data penelitian, teknik pengumpulan data, informan dan teknik pengambilan informan, serta teknik analisis data.

Bab IV Hasil Penelitian, pada bab ini diuraikan hasil penelitian atau temuan mengenai pemahaman mahasiswa Pascasarjana UIN ar-Raniry Prodi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir terhadap ayat-ayat Al-Qur'an yang berkaitan dengan *insecure*. Bab ini membahas juga mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi munculnya perasaan *insecure*. Serta dipaparkan pula mengenai solusi dari Al-Qur'an dalam mengatasi perasaan *insecure*.

Bab V Penutup, pada bab terakhir ini dipaparkan mengenai kesimpulan serta saran. Selanjutnya bab ini juga dilengkapi dengan daftar pustaka dan lampiran-lampiran yang mendukung penelitian.

BAB II LANDASAN TEORI

2.1 *Insecure* dalam Perspektif Lintas Keilmuan

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), istilah *insecure* merujuk pada perasaan tidak tenang dan tidak aman, yang mencerminkan adanya ketidakpercayaan individu terhadap dirinya sendiri (*inferiority*). Individu yang mengalami kondisi ini cenderung memandang dirinya secara negatif dan merasa rendah diri (*minder*), dapat juga diartikan sebagai rasa takut dan cemas (*anxiety*) terutama dalam potensi, pencapaian, maupun kondisi personal yang dimilikinya.¹

Insecure memiliki makna tidak kokoh, tidak aman, dan kegelisahan. Dapat diartikan sebuah perasaan ketidakamanan, kecemasan, kebingungan.² Dimana *insecure* merupakan suatu kondisi psikologis yang berakar pada penilaian negatif terhadap diri sendiri yang dapat mempengaruhi rasa aman, kepercayaan diri, serta kestabilan emosional dalam menjalani kehidupannya.

Sejalan dengan pemikiran dari seorang psikolog asal Amerika, Abraham Maslow dalam bukunya yang bertajuk *The Dynamics of Psychological Security* menyatakan bahwa *insecure* adalah suatu keadaan seseorang merasa tidak aman dan melihat dunia sebagai hutan yang menakutkan baginya serta mempercayai bahwa pada umumnya manusia jahat dan egois. Menurutnya pula, setiap manusia memiliki kebutuhan dasar terhadap rasa aman.

¹ Jihan Insyirah Qatrunnisa et al., "Fenomena *Insecurity* di Kalangan Remaja dan Hubungannya dengan Pemahaman Aqidah Islam," *Ilmu Al-Qur'an (IQ) Jurnal Pendidikan Islam* Vol. 5, No. 02, 2022: 139–52, <https://doi.org/10.37542/iq.v5i02.655>.

² Tim Gramedia Pustaka Utama, *Kamus Pelajar: Inggris-Indonesia, Indonesia Inggris*, (Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2018).

Ketika kebutuhan rasa aman dan penghargaan diri tidak terpenuhi, maka seseorang cenderung merasa dirinya ditolak dan terisolasi, cemas, pesimis, tidak bahagia, merasa bersalah, tidak percaya diri. Mereka akan berusaha dan melakukan berbagai cara untuk dapat memperoleh kembali rasa aman (*secure*) yang telah hilang tersebut.³

Jadi *insecure* menurut psikologi dipahami dengan kondisi emosional seseorang yang merasa tidak aman, tidak cukup, rendahnya kepercayaan diri, serta kecemasan terhadap diri dan lingkungannya yang muncul akibat dari penilaian diri yang negatif dan persepsi ancaman terhadap kehidupan.

Adanya perasaan *insecure* adalah kondisi yang wajar dan manusiawi, karena perasaan tersebut dapat dialami oleh banyak orang dengan gejala yang berbeda-beda. Namun apabila perasaan tersebut berlangsung terus-menerus dan menimbulkan dampak negatif dalam kehidupannya, maka diperlukan upaya untuk membangun kembali kepercayaan diri yang lebih kuat. Untuk membangun kepercayaan diri melibatkan banyak hal, seperti pengembangan pemahaman mengenai konsep diri dan penghargaan terhadap diri sendiri, mengatasi ketakutan dan kekhawatiran, serta mengambil langkah-langkah kecil yang dapat membantu upaya tersebut berjalan.

Upaya membangun kembali kepercayaan diri tersebut tidak hanya dapat dilakukan dengan pendekatan psikologis, tetapi juga dapat ditinjau dari sisi spiritual. Hal ini karena kondisi psikologis seseorang sering berkaitan dengan nilai-nilai keagamaan. Dalam islam, aspek spiritual memiliki peran penting dalam membentuk cara

³ Lathifah Khairiyah and Nofha Rina, "Komunikasi Keluarga dalam Pemaknaan *Insecure* pada Diri Remaja Akhir," *LINIMASA: Jurnal Ilmu Komunikasi*, Vol. 7, No. 1, 2024: 55-64, <https://journal.unpas.ac.id/index.php/linimasa/article/view/9914/5274>.

individu memandang dirinya dan menerima keadaan hidupnya. Oleh sebab itu, Islam juga memberikan pandangannya terkait perasaan *insecure* yang di alami manusia.

Dalam psikoterapi Islam, perasaan *insecure* dipahami melalui kerangka dasar tentang hakikat penciptaan manusia. Islam memandang manusia sebagai makhluk Allah yang telah diciptakan dengan sebaik-baik bentuk (*aḥsan taqwīm*) dan dianugerahi akal sebagai kelebihan utama yang menjadi pembeda dari makhluk lain. Kesadaran akan kelebihan tersebut seharusnya membentuk pola pikir positif yang menjadikan seseorang melihat dirinya dengan baik dan optimis dengan kemampuannya, serta mendorongnya pada rasa syukur dan percaya diri karena potensi yang dimilikinya merupakan karunia Allah. Sebaliknya, pola pikir negatif dapat menumbuhkan rasa takut, pesimis, dan keraguan pada diri sendiri, yang pada akhirnya menghambat pengembangan potensi diri. Inilah yang menyebabkan seseorang merasakan ketidaknyamanan psikologis atau dikenal dengan *insecure*.⁴

Pada sisi lain, Islam mendorong umatnya untuk memiliki rasa percaya diri, namun kepercayaan diri itu tidak dibangun atas dasar *body image* atau *social image* semata. Islam menekankan bahwa kepercayaan diri sejatinya bersumber dari keimanan kepada Allah, kesadaran akan nilai diri sebagai seorang hamba, serta keyakinan terhadap potensi yang Allah anugerahkan kepadanya. Karena itu, perasaan *insecure* dalam perspektif Islam muncul ketika pondasi spiritual ini melemah sehingga seseorang menilai dirinya hanya melalui standar manusia, bukan standar sang Ilahi.

⁴ Aya Mamlu'ah, "Konsep Percaya Diri dalam Al-Qur'an Surat Ali Imran Ayat 139," *Al-Aufa: Jurnal Pendidikan dan Kajian Keislaman*, Vol. 1, No. 1, 2019: 30-39, <https://journal.unugiri.ac.id/index.php/AL-AUFA/article/view/1176>.

Dari sudut pandang psikoterapi Islam, *insecure* dipahami bukan sebagai gangguan psikologis, melainkan sebagai perasaan tidak nyaman yang muncul karena kurangnya rasa syukur, lemahnya keyakinan serta lemahnya kepercayaan diri terhadap apa yang telah Allah anugerahkan. Perasaan tersebut lahir dari ketidakseimbangan batin, dimana ketika seseorang tidak menyadari, bahkan meragukan kemampuan dan potensi diri yang telah diberikan Allah.⁵ Dengan demikian, *insecure* tidak hanya bersumber dari faktor eksternal seperti pengalaman sosial atau pengalaman hidup, melainkan juga disebabkan oleh faktor internal berupa sikap batin, cara pandang terhadap diri sendiri, serta kedalaman spiritual seseorang.

Al-Qur'an kerap menggambarkan orang-orang yang tidak *insecure* sebagai orang yang beriman dan istiqamah. Mereka sering digambarkan sebagai orang yang tidak takut, tidak sedih, tidak lemah dan tidak berlarut dalam kegelisahan.⁶ Gambaran tersebut menunjukkan bahwa ketenangan batin, rasa aman, dan kepercayaan diri yang sehat mencerminkan kualitas keimanan yang kokoh dalam Islam. Sebaliknya, rasa takut yang berlebihan, kesedihan yang berlarut-larut, keraguan diri, dan pandangan negatif terhadap diri sendiri mencerminkan kondisi spiritual seseorang yang belum stabil.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa *insecure* dalam Al-Qur'an dapat dipahami sebagai kondisi kegelisahan dan

⁵ Assifa Retno Devanti dan Quellativa Clevaranu Salsabila Liberto, "Insecure sebagai Krisis Pemahaman Hakikat Manusia: Mencari Jati Diri diantara Jasad dan Ruh Melalui Muraqabah," *JIS: Jurnal Pemikiran Islam dan Tasawuf*, Vol. 11, No. 2, 2025: 261-73, <https://ejournal.iaipdnganjuk.ac.id/index.php/spiritualis/article/view/1675/927>.

⁶ Nur Huda, "Konsep Percaya Diri dalam Al-Qur'an Sebagai Upaya Pembentukan Karakter Bangsa," *INOVATIF: Jurnal Penelitian Pendidikan, Agama, dan Kebudayaan*, Vol. 2, No. 2, 2016: 65-90, <https://jurnal.iaih.ac.id/index.php/inovatif/article/view/57>.

ketidaknyamanan batin yang muncul ketika hubungan spiritual seseorang dengan Allah melemah, yang ditandai dengan kurangnya iman, rasa syukur, dan kesadaran terhadap nikmat serta potensi yang telah Allah anugerahkan kepadanya. *Insecure* bukan hanya sekedar rasa takut atau rendah diri, tetapi kondisi ketidakseimbangan jiwa yang membuat seseorang mudah merasa cemas, meragukan kemampuan dirinya, dan merasa tidak aman dalam menjalani kehidupannya.

Tabel 2.1
Definisi *Insecure* dalam Psikologi dan Al-Qur'an

<i>Insecure</i> dalam Psikologi	<i>Insecure</i> dalam Al-Qur'an
<p><i>Insecure</i> menurut psikologi dipahami dengan kondisi emosional seseorang yang merasa tidak aman, tidak cukup, rendahnya kepercayaan diri, serta kecemasan terhadap diri dan lingkungannya yang muncul akibat dari penilaian diri yang negatif dan persepsi ancaman terhadap kehidupan.</p>	<p><i>Insecure</i> dalam Al-Qur'an dapat dipahami sebagai kondisi kegelisahan dan ketidaknyamanan batin yang muncul ketika hubungan spiritual seseorang dengan Allah melemah, yang ditandai dengan kurangnya iman, rasa syukur, dan kesadaran terhadap nikmat serta potensi yang telah Allah anugerahkan kepadanya. <i>Insecure</i> bukan hanya sekedar rasa takut atau rendah diri, tetapi kondisi ketidakseimbangan jiwa yang membuat seseorang mudah merasa cemas, meragukan kemampuan dirinya, dan</p>

	merasa tidak aman dalam menjalani kehidupannya.
--	---

2.2 Kategorisasi dan Penafsiran Ayat-Ayat *Insecure* dalam Al-Qur'an

Setelah sebelumnya membahas mengenai definisi dari *insecure*, selanjutnya peneliti akan menelusuri ayat-ayat yang berkaitan dengan *insecure* dalam Al-Qur'an. Sejatinya di dalam Al-Qur'an tidak terdapat penyebutan dan pembahasan secara langsung tentang *insecure*, akan tetapi dalam bahasa Arab yang menjadi bahasa Al-Qur'an sendiri terdapat beberapa istilah yang menggambarkan perasaan *insecure*, yaitu *khauf* (takut), *huzn* (sedih), *wahn* (tidak percaya diri).

Kata kunci yang digunakan dalam penelitian ini adalah: pertama, kata *khauf* yang berarti ketakutan, kecemasan, kekhawatiran. Kedua, kata *huzn* yang berarti kesedihan. Serta ketiga, *wahn* yang berarti tidak percaya diri. Ketiga kata tersebut diambil dari pengertian *insecure* yang telah dijelaskan sebelumnya, yang mana ketiga kata tersebut dapat mewakili perasaan *insecure* yang muncul dalam diri seseorang.

2.2.1. Takut (*Khauf*) dalam Al-Qur'an

Khauf berasal dari kata *kha*, *waw* dan *fa* yang bermakna ketakutan dan keterkejutan. *Khauf* merupakan masdar dari kata *khāfa*, *yakhāfu*, *khaufan*, *khīfatan*, *makhāfatan*.⁷ *Khauf* berarti takut,

⁷ Ikrar, "Konsep *Khauf* dalam Al-Qur'an: Telaah atas Pokok-Pokok Pikiran Tasawuf M. Quraish Shihab Dalam Tafsir Al-Misbah," *Tesis Program Studi Ilmu Agama Islam Pascasarjana Institut PTIQ Jakarta*, 2016: 49–50, <https://repository.ptiq.ac.id/id/eprint/100/1/2016-IKRAR-2012.pdf>.

kecemasan, kebingungan atau kekhawatiran. *Khauf* dapat dipahami sebagai keadaan batin yang diliputi ketidaktenangan dan kegelisahan, yang berhubungan dengan antisipasi terhadap peristiwa di masa mendatang atau kemungkinan terjadinya sesuatu yang dipersepsikan negatif. Kondisi ini muncul sebagai dampak dari lemahnya ketahanan mental individu, sehingga rasa takut dapat timbul meskipun objek yang dikhawatirkan bersifat sederhana atau tidak signifikan.⁸

Dalam Al-Qur'an kata *khauf* dan derivasinya disebutkan sebanyak 124 kali yang tersebar dalam 43 surah dalam al-Qur'an. Seperti bentuk *خَافَتْ* disebutkan sebanyak lima kali pada QS. 2:182, 11:103, 14:14, 55:46 dan 79:40. Bentuk kata *خَافَتْ* pada QS. 4:128. Bentuk kata *خَافُوا* disebutkan pada QS. 4:9. Bentuk kata *خَفْتُ* disebutkan pada QS. 19:5 dan 28:7. Bentuk kata *خَفْتُمْ* pada QS. 26:21. Bentuk kata *خَفْتُمْ* pada QS. 2:229, 239, 4:3, 35, 101, dan 9:28. Bentuk kata *أَخَافُ* pada QS. 5:28, 6:15, 80, 81, 7:59, 8:48, 10:15, 11:3, 26, 84, 12:13, 19:45, 26:2, 14, 135, 27:33 dan 34, 39:13, 40:26, 30, 32, 46:21, dan 59:16. Bentuk kata *تَخَافُ* pada QS.20:46. Bentuk kata *تَخَافَا* pada QS. 20:46. Bentuk kata *تَخَافُونَ* pada QS. 8:58. Bentuk kata *تَخَافُوا* pada QS. 41:30. Bentuk kata *تَخَافُونَ* pada QS. 4:34, 6:26 dan 48:27. Bentuk kata *تَخَافُونَهُمْ* pada QS. 30:28. Bentuk kata *تَخَافُهُمْ* pada QS. 3:175. Bentuk kata *تَخَافِي* pada QS. 28:7. Bentuk kata *تَخَفُ* pada QS. 11:70, 10:21,68, 27:10, 28:25, 31, 29:33, 38:22 dan 51:28. Bentuk kata *نَخَافُ* pada QS. 20:45 dan 76:10. Bentuk kata *يَخَافُ* pada QS. 20:112, 27:10, 50:45, 72:13, dan 91:15. Bentuk kata *يَخَافَا* pada QS. 2:229. Bentuk kata *يَخَافُهُ* pada QS.5:94. Bentuk kata *يَخَافُوا* pada QS. 5:108. Bentuk kata *يَخَافُونَ* pada QS. 5:23,54, 6:51, 13:21, 16:50, 17:57, 24:37,50, 51:37, 74:53 dan 76:7. Bentuk kata *خَافُونَ* pada QS.

⁸ Ibnu Mazur, *Lisan Al-'Arab*, (Kairo: Dar al-Ma'arif, 1119), hlm. 1290.

3:175. Bentuk kata نُخَوِّفُهُمْ pada QS. 17:60. Bentuk kata يُخَوِّفُ pada QS. 3:175 dan 39:16. Bentuk kata وَيُخَوِّفُونَكَ pada QS. 39:36. Bentuk kata خَوْفٌ pada QS. 2:38, 62, 112, 155, 262, 274, 277, 3:170, 4:83, 5:69, 6:48, 7:35, 49, 10:62, 83, 16:112, 33:19, 43:68, 46:13 dan 106:4. Bentuk kata خَوْفًا pada QS. 7:56, 13:12, 30:24 dan 32:116. Bentuk kata خَوْفِهِمْ pada QS. 24:55. Bentuk kata خَائِفِينَ pada QS. 2:114. Bentuk kata خَيْفَةً pada QS. 13:13. Bentuk kata تَخَوِّفًا pada QS. 17:59. Dan bentuk kata yang terakhir adalah تَخَوِّفٍ pada QS. 16:47.⁹

Dalam penelitian ini, dari sekian banyak derivasi kata *khauf*, penulis mengambil bentuk kata خَوْفٌ yang terdapat dalam QS. Al-Baqarah ayat 155. Hal ini dikarenakan ayat tersebut menegaskan ketakutan yang muncul bukanlah penyimpangan spiritual, tetapi selaras dengan *insecure* yang diangkat yaitu perasaan tidak aman, cemas, dan khawatir terhadap diri sendiri maupun masa depan. Adapun bunyinya sebagai berikut:

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالتَّمْرِاتِ
وَبَشِيرِ الصَّابِرِينَ ١٥٥

Kami pasti akan mengujimu dengan sedikit ketakutan dan kelaparan, kekurangan harta, jiwa, dan buah-buahan. Sampaikanlah (wahai Nabi Muhammad) kabar gembira kepada orang-orang sabar,

Berdasarkan penelusuran yang telah dilakukan terkait dengan *asbāb al-nuzūl* dari ayat tersebut, tidak ditemukan keterangan yang menjelaskan adanya penyebab khusus yang melatarbelakangi turunnya QS. Al-Baqarah ayat 155. Dalam tafsir al-Mishbah, M. Quraish Shihab mengungkapkan *khauf* atau rasa takut sebagai

⁹ Muhammad Fu'ad Abdul Baqi', *Al-Mu'jam al-Mufahras Li al-Fāz al-Qur'an al-Karīm*, (Kairo: Dar al-Kutub al-Mishriyyah, 1364), hlm. 246–248.

keresahan atau kegelisahan batin yang muncul akibat guncangan hidup dan ketidakpastian kondisi manusia. Guncangan tersebut dapat menyangkut sesuatu yang buruk atau hal-hal yang tidak menyenangkan yang diduga akan terjadi. Rasa takut dalam ayat ini digambarkan dengan ujian. Menurutnya, ujian yang disebutkan tidak hanya bersifat fisik dan material saja, tetapi juga menyentuh jiwa atau psikologis manusia. Dimana rasa takut merupakan bagian dari ujian mental yang membentuk kedewasaan dan ketahanan jiwa.¹⁰

Menurut Hamka ayat diatas menjelaskan tentang menghadapi cobaan atau ujian kehidupan ketika dihadapkan dengan ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan dengan kesabaran. Rasa takut atau *khauf* dipandang sebagai ujian yang menguji kekuatan mental dan kepribadian manusia. Ujian tersebut berupa ancaman-ancaman dari luar maupun dalam, sehingga selalu timbul rasa cemas dan selalu merasa terdapat ancaman. Hamka menekankan bahwa tekanan hidup yang diakibatkan oleh rasa takut, cemas, khawatir, dapat melemahkan jiwa seseorang, apabila tidak disertai dengan kesabaran dan keimanan yang kokoh.¹¹

Wahbah al-Zuhaili di samping itu menafsirkan kata *khauf* dalam ayat ini berakar pada ancaman nyata dan objektif yang dihadapi manusia, seperti ketidakamanan, tekanan sosial, dan resiko kehilangan. Sebagaimana Allah menguji orang-orang beriman dengan rasa ketakutan kepada musuh, kelaparan karena kekeringan dan paceklik, kekurangan harta, kekurangan jiwa karena kematian, dan sebagainya. Ujian-ujian tersebut merupakan kondisi objektif di

¹⁰ Shihab, *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an Jilid 01*, hlm. 365.

¹¹ Hamka, *Tafsir Al-Azhar, Jilid 1*, (Singapura: Pustaka Nasional PTE LTD, 1990), hlm. 351.

luar diri manusia yang tidak dapat dipisahkan dalam kehidupan.¹² Jadi *khauf* adalah rasa takut dan cemas yang muncul sebagai respons terhadap ujian dan ketidakpastian hidup, baik dari dalam diri maupun dari kondisi luar, yang berfungsi sebagai sarana menguji dan membentuk ketahanan jiwa serta keimanan seseorang.

Berdasarkan penafsiran di atas dapat disimpulkan bahwa Al-Qur'an mengakui bahwa ujian berupa rasa takut, kelaparan dan kehilangan tersebut sebagai realitas penderitaan manusia. Di mana Allah tidak menuntut manusia untuk menafikan perasaan takut atau *insecure*, tetapi menuntunnya dalam menghadapi serta mengatasi dengan benar perasaan tersebut, yaitu melalui kesabaran serta keyakinan kepada Allah. Kesabaran tidak dimaknai sebagai sikap yang pasif, melainkan sebagai kekuatan batin seseorang untuk tetap teguh dalam menghadapi tekanan hidup. dalam konteks *insecure*, kesabaran dapat membantu seseorang untuk menahan dorongan membandingkan dirinya dengan orang lain, serta membantu pula dalam mengelola kecemasan tanpa kehilangan harapan hidupnya. Sehingga kesabaran dapat dijadikan sebagai solusi dalam mengatasi perasaan *insecure* pada diri seseorang.

2.2.2. Sedih (*Huzn*) dalam Al-Qur'an R Y

Huzn merupakan bentuk masdar dari akar kata *ḥazina-yahẓanu-ḥazanan* yang berarti sedih, bersedih hati.¹³ Dalam kamus al-Munawwir kata *ḥuzn* bermakna kesedihan. Sedangkan dalam kamus Arab Indonesia kata *ḥuzn* bermakna berduka cita atau

¹² Wahbah Al-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir Jilid 1*, (Jakarta: Gema Insani, 2014), hlm. 300.

¹³ Ahmad Warson Munawir, *Kamus al-Munawwir Arab-Indonesia Terlengkap*, (Surabaya: Pustaka Progresif, 1997), hlm. 260–61.

bersusah hati.¹⁴ *Huzn* dapat dijelaskan sebagai kondisi hati yang tidak tenang yang dapat disebabkan oleh kehilangan, kegagalan, kejadian pada masa lalunya.¹⁵ Kesedihan yang muncul dalam diri seseorang tidak semata-mata dipicu oleh peristiwa eksternal saja, akan tetapi juga dapat dipicu oleh cara seseorang dalam memaknai dan mengolah pengalaman hidupnya. Pengalaman hidup yang berat dan penuh dengan tekanan jika tidak diatasi dengan baik, dapat memperkuat kondisi tersebut.

Kata *huzn* dalam Al-Qur'an disebutkan sebanyak 42 kali dengan berbagai bentuk derivasinya, seperti bentuk kata تَحْزَنُ disebutkan pada QS.9:40, QS.15:88, QS.16:127, QS.20:40, QS.27:70, QS.28:13 dan QS.29:33. Bentuk kata تَحْزَنُوا pada QS.3:139,153 dan QS.41:30. Bentuk kata تَحْزَنُونَ pada QS.7:49 dan QS.43:68. Bentuk kata نَحْزَنِي pada QS.19:24 dan QS.28:7. Bentuk kata لِيَحْزَنَ pada QS.58:10. Bentuk kata يَحْزُنُكَ pada QS.3:176, QS.5:41, QS.6:33, QS.10:65, QS.31:23 dan QS.36:76. Bentuk kata يَحْزَنُ pada QS.33:51. Bentuk kata لِيَحْزُنَ pada QS.12:13. Bentuk kata يَحْزَنُهُمْ pada QS.21:103. Bentuk kata يَحْزَنُونَ pada QS.2:38, 62, 112, 262, 274, 277, QS.3:170, QS.5:69, QS.6:48, QS.8:35, QS.10:62, QS.39:61 dan QS. 46:13. Bentuk kata الْحُزْنَ pada QS.12:84. Bentuk kata حُزْنٍ pada QS.12:86. Bentuk kata الْحَزْنَ pada QS.35:34. Bentuk kata حَزَنًا pada QS.9:92 dan QS.28:8.¹⁶

¹⁴ Mahmud Yunus, *Kamus Arab Indonesia*, (Jakarta: Mahmud Yunus Wa Dzurriyah, 2010), hlm. 102.

¹⁵ Abi al-Qasim al-Husain bin Muhammad, *Mu'jam Mufradat Li al-Fāzh al-Qur'ān*, (Damaskus: Dar al-Qalam, 2009), hlm. 231.

¹⁶ Baqi', *Al-Mu'jam al-Mufahras Li al-Fāz al-Qur'ān al-Karīm*, hlm. 199–200.

Dari berbagai bentuk derivasi kata *huzn* di dalam Al-Qur'an, dalam penelitian ini penulis mengambil bentuk kata *تَحَزَنَ* yang terdapat dalam QS. al-Taubah ayat 40.

إِلَّا تَنْصُرُوهُ فَقَدْ نَصَرَهُ اللَّهُ إِذْ أَخْرَجَهُ الَّذِينَ كَفَرُوا ثَانِيًا إِثْنَيْنِ إِذْ هُمَا فِي الْغَارِ إِذْ يَقُولُ لِصَاحِبِهِ لَا تَحْزَنْ إِنَّ اللَّهَ مَعَنَا فَأَنْزَلَ اللَّهُ سَكِينَتَهُ عَلَيْهِ وَأَيَّدَهُ بِجُنُودٍ لَمْ تَرَوْهَا وَجَعَلَ كَلِمَةَ الَّذِينَ كَفَرُوا السُّفْلَىٰ وَكَلِمَةُ اللَّهِ هِيَ الْعُلْيَا وَاللَّهُ عَزِيزٌ حَكِيمٌ ٤٠

Jika kamu tidak menolongnya (Nabi Muhammad), sungguh Allah telah menolongnya, (yaitu) ketika orang-orang kafir mengusirnya (dari Makkah), sedangkan dia salah satu dari dua orang, ketika keduanya berada dalam gua, ketika dia berkata kepada sahabatnya, “Janganlah engkau bersedih, sesungguhnya Allah bersama kita.” Maka, Allah menurunkan ketenangan kepadanya (Nabi Muhammad), memperkuatnya dengan bala tentara (malaikat) yang tidak kamu lihat, dan Dia menjadikan seruan orang-orang kafir itu seruan yang paling rendah. (Sebaliknya) firman Allah itulah yang paling tinggi. Allah Maha Perkasa lagi Maha Bijaksana.

Ayat ini turun sebagai pengingat dan pelajaran dari Allah kepada orang-orang yang pada saat itu enggan dan bermalas-malasan untuk pergi bersama Nabi dalam berperang melawan musuh Allah. Hal ini telah dijelaskan oleh M. Quraish Shihab, Hamka, dan Wahbah al-Zuhaili dalam kitab tafsir karya mereka. Ketiganya memberikan penjelasan yang serupa terkait asbabun nuzul ayat ini. Orang-orang yang enggan dan bermalas-malasan, mereka adalah kaum Muslimin yang tidak mau pergi bersama Nabi dalam perang Tabuk. Allah memperingati mereka bahwa Allah dan rasul-Nya

tidak membutuhkan orang-orang seperti itu dan Allah sendiri yang akan menolongnya, sebagaimana telah dilakukan selama ini.

Kemudian Allah menjelaskan bagaimana pertolongan yang diberikan kepada Nabi Muhammad. Salah satunya yaitu ketika Nabi dan sahabatnya, Abu Bakar melakukan perjalanan hijrah dari Makkah ke Madinah. Khususnya ketika Nabi bersembunyi bersama Abu Bakar di Gua Tsur. Pada saat itu, kaum Quraisy melakukan pengejaran untuk membunuh Nabi. Dalam persembunyian tersebut, Nabi Muhammad menenangkan sahabatnya yang ketakutan dengan penuh tawakkal, “*janganlah engkau berduka cita, sesungguhnya Allah beserta kita. Dia akan melindungi dan membantu kita*”.¹⁷

Asbabun nuzul ayat ini dijelaskan dalam HR. Bukhari, sebagai berikut:

حَدَّثَنَا عَبْدُ اللَّهِ بْنُ رَجَاءٍ، حَدَّثَنَا إِسْرَائِيلُ، عَنْ أَبِي إِسْحَاقَ، عَنِ الْبَرَاءِ، قَالَ: اشْتَرَى أَبُو بَكْرٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ مِنْ عَازِبِ رَحْلًا بِثَلَاثَةِ عَشَرَ دِرْهَمًا، فَقَالَ أَبُو بَكْرٍ لِعَازِبِ: مُرِ الْبَرَاءَ فَلْيَحْمِلْ إِلَيَّ رَحْلِي، فَقَالَ عَازِبٌ: لَا، حَتَّى تُحَدِّثَنَا كَيْفَ صَنَعْتَ أَنْتَ وَرَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ حِينَ خَرَجْنَا مِنْ مَكَّةَ وَالْمُشْرِكُونَ يَطْلُبُونَكُمْ؟ قَالَ: ارْتَحَلْنَا مِنْ مَكَّةَ، فَأَحْيَيْنَا- أَوْ سَرَيْنَا- لَيْلَتَنَا وَيَوْمَنَا، حَتَّى أَظْهَرْنَا وَقَامَ قَائِمُ الظَّهِيرَةِ، فَرَمَيْتُ بِبَصْرِي؛ هَلْ أَرَى مِنْ ظِلِّ قَاوِي إِلَيْهِ، فَإِذَا صَخْرَةٌ أُتَيْتُهَا فَنَظَرْتُ بِقَيْةِ ظِلِّ لَهَا، فَسَوَيْتُهُ، ثُمَّ فَرَسْتُ لِلنَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فِيهِ، ثُمَّ قُلْتُ لَهُ: اضْطَجِعْ يَا نَبِيَّ اللَّهِ. فَاضْطَجَعَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ

¹⁷ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an Jilid 5*, (Jakarta: Lentera Hati, 2002), hlm. 595. Lihat juga pada; Hamka, *Tafsir Al-Azhar Jilid 4*, (Singapura: Pustaka Nasional PTE LTD, 1990), hlm. 2967; dan Wahbah al-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir Jilid 5*, (Jakarta: Gema Insani, 2014), hlm. 437.

وَسَلَّمَ، ثُمَّ انْطَلَقْتُ أَنْظُرُ مَا حَوْلِي؛ هَلْ أَرَى مِنَ الطَّلَبِ أَحَدًا، فَإِذَا أَنَا بِرَاعِي غَنَمٍ يَسُوقُ غَنَمَهُ إِلَى الصَّخْرَةِ يُرِيدُ مِنْهَا الَّذِي أَرَدْنَا، فَسَأَلْتُهُ، فَقُلْتُ لَهُ: لِمَنْ أَنْتَ يَا غَلَامٌ؟ قَالَ: لِرَجُلٍ مِنْ فُرَيْشٍ، سَمَاهُ فَعَرَفْتُهُ، فَقُلْتُ: هَلْ فِي غَنَمِكَ مِنْ لَبَنٍ؟ قَالَ: نَعَمْ. قُلْتُ: فَهَلْ أَنْتَ حَالِبٌ لَبَنًا؟ قَالَ: نَعَمْ. فَأَمَرْتُهُ، فَأَعْتَقَلَ شَاةً مِنْ غَنَمِهِ، ثُمَّ أَمَرْتُهُ أَنْ يَنْفُضَ ضَرْعَهَا مِنَ الْعُبَارِ، ثُمَّ أَمَرْتُهُ أَنْ يَنْفُضَ كَفَّيْهِ، فَقَالَ: هَكَذَا. ضَرَبَ إِحْدَى كَفَّيْهِ بِالْأُخْرَى، فَحَلَبَ لِي كُتْبَةً مِنْ لَبَنٍ، وَقَدْ جَعَلْتُ لِرَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ إِدَاوَةً عَلَى فَمِهَا خِرْقَةٌ، فَصَبَبْتُ عَلَى اللَّبَنِ حَتَّى بَرَدَ أَسْفَلُهُ، فَاَنْطَلَقْتُ بِهِ إِلَى النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، فَوَافَقْتُهُ قَدِ اسْتَيْقَظَ، فَقُلْتُ: اشْرَبْ يَا رَسُولَ اللَّهِ، فَشَرِبَ حَتَّى رَضِيْتُ، ثُمَّ قُلْتُ: قَدْ أَنْ الرَّحِيلُ يَا رَسُولَ اللَّهِ؟ قَالَ: "بَلَى". فَارْتَحَلْنَا وَالْقَوْمُ يَطْلُبُونَا، فَلَمْ يُدْرِكْنَا أَحَدٌ مِنْهُمْ، غَيْرُ سُرَاقَةَ بْنِ مَالِكِ بْنِ جُعْشَمٍ عَلَى فَرَسٍ لَهُ، فَقُلْتُ: هَذَا الطَّلَبُ قَدْ لَحِقَنَا يَا رَسُولَ اللَّهِ، فَقَالَ: "لَا تَحْزَنْ؛ إِنَّ اللَّهَ مَعَنَا." (رواه البخاري)¹⁸

Telah menceritakan kepada kami ‘Abdullāh bin Rajā’, telah menceritakan kepada kami Isrā’īl, dari Abū Ishāq, dari al-Barā’, ia berkata: Abū Bakr ra. membeli sebuah pelana dari ‘Āzib dengan harga tiga belas dirham. Lalu Abū Bakr berkata kepada ‘Āzib, “Suruhlah al-Barā’ untuk membawakan pelanaku kepadaku.” ‘Āzib menjawab, “Tidak, sebelum engkau menceritakan kepada kami bagaimana yang engkau dan Rasulullah Saw. lakukan ketika kalian keluar dari

¹⁸ Al-Imām Abī ‘Abd Allāh Muḥammad bin Ismā’īl Al-Bukhārī, *Ṣaḥīḥ Al-Bukhārī*, Bab "Faḍā’il Aṣḥāb Al-Nabī Saw.", Hadis No. 3652 (Beirut: Dār Ibn Kathīr, 2002 M/1423 H.), hlm. 898.

Mekah, sementara kaum musyrik mengejar kalian.” Ia (Abū Bakr) berkata: Kami berangkat dari Mekah, lalu berjalan atau melakukan perjalanan pada malam dan siang hari hingga matahari condong ke barat dan waktu zuhur tiba. Aku memandang sekeliling, apakah ada tempat teduh untuk berlindung. Ternyata aku melihat sebuah batu besar. Aku mendatangnya dan melihat sisa bayangan di sisinya. Aku meratakannya, lalu menghamparkan alas untuk Nabi Saw. di tempat itu. Kemudian aku berkata kepadanya, “Berbaringlah wahai Nabi Allah.” Maka Nabi Saw. pun berbaring. Setelah itu aku pergi mengamati keadaan di sekitar kami, apakah ada orang yang mengejar. Tiba-tiba aku melihat seorang penggembala kambing menggiring kambingnya menuju batu tersebut, dengan tujuan yang sama seperti kami. Aku bertanya kepadanya, “Milik siapakah engkau, wahai anak muda?” Ia menjawab, “Milik seorang lelaki dari Quraisy,” lalu ia menyebutkan namanya, dan aku pun mengenalnya. Aku berkata, “Apakah pada kambingmu ada susu?” Ia menjawab, “Ada.” Aku bertanya lagi, “Apakah engkau bisa pemerah susu?” Ia menjawab, “Bisa.” Maka aku memerintahkannya. Ia pun mengikat seekor kambing, lalu aku menyuruhnya membersihkan ambingnya dari debu. Setelah itu aku menyuruhnya membersihkan kedua telapak tangannya, dan ia melakukannya dengan menepukkan salah satu tangannya ke tangan yang lain. Lalu ia pemerah susu untukku hingga terkumpul secukupnya. Aku telah menyiapkan sebuah bejana untuk Rasulullah Saw. yang mulutnya ditutup dengan kain. Aku menuangkan air ke atas susu itu hingga bagian bawahnya menjadi dingin. Kemudian aku membawa susu tersebut kepada Nabi Saw. dan mendapati beliau telah terjaga. Aku berkata, “Minumlah wahai Rasulullah.” Maka beliau pun meminumnya hingga aku merasa puas. Setelah itu aku berkata, “Sudah tiba waktu berangkat, wahai Rasulullah?” Beliau menjawab, “Ya.” Kami pun berangkat kembali, sementara kaum itu terus

mengejar kami. Tidak seorang pun dari mereka berhasil menyusul kami, kecuali Surāqah bin Mālik bin Ju‘shum yang menunggang kudanya. Aku berkata, “Wahai Rasulullah, orang yang mengejar kita telah menyusul.” Maka beliau bersabda, “Jangan bersedih, sesungguhnya Allah bersama kita.” (HR. Bukhari)

Dalam tafsir al-Azhar, Hamka memaknai *huzn* pada kalimat لَا تَحْزَنُ dengan berduka cita. Duka cita yang dimaksud adalah merasa rusuh hati dan takut atau cemas. Kemudian dilanjutkan dengan kalimat yang menenangkan dari Nabi bahwa Allah bersama kita. Kalimat tersebut memberikan dampak yang besar bagi jiwa sahabat Nabi yaitu Abu Bakar, tatkala hatinya dilimpahi rasa ketentraman, hilanglah kecemasannya.¹⁹

Dengan demikian, *huzn* atau bersedih dapat dirasakan oleh siapapun, bahkan dialami oleh sahabat Nabi yang mulia dalam situasi genting. Kalimat لَا تَحْزَنُ tersebut dapat dijadikan sebagai upaya untuk menenangkan jiwa yang bersedih dan takut, sehingga tidak terjebak dan berlarut dalam kesedihan akan kejadian-kejadian yang pernah terjadi di kehidupannya. Kemudian ditegaskan pula oleh kalimat berikutnya yang memberikan pengarahan bagi orang-orang yang bersedih untuk kembali mengingat Allah yang senantiasa membantu hamba-hambanya.

Ayat di atas juga menegaskan mengenai *sakīnah* yang dapat dijadikan sebagai solusi dalam mengatasi rasa *insecure*. *Sakīnah* yang dimaksud dalam ayat tersebut yakni berupa ketenangan serta keamanan yang dianugerahkan Allah pada hati Rasulullah dan Abu Bakar. Kalimat *sakīnah* yang dikaitkan dengan “bala tentara Allah

¹⁹ Hamka, *Tafsir Al-Azhar Jilid 4*, 2968.

yang tidak terlihat.” Ini dipahami sebagai ketenangan yang berkaitan dengan keberadaan pertolongan Allah yang tidak terlihat. Kesadaran akan kehadiran pertolongan Allah menumbuhkan keberanian dalam diri seseorang, bahkan ketika ia berada dalam kondisi sendirian atau dalam hal ini ketika merasa *insecure*.²⁰

Dengan demikian, *sakīnah* tidak hanya menghadirkan ketenangan, tetapi juga menggeser fokus individu dari keurangan menuju kesadaran atas nikmat, yang pada akhirnya melahirkan rasa syukur dan mereduksi kecenderungan *insecure*. Ketika seseorang merasakan *sakīnah*, ia tidak terfokus lagi pada keterbatasan diri atau ketidakpercayaan dirinya, melainkan pada nikmat yang diperolehnya berupa perlindungan dan kedekatan dengan Allah. Hal ini melahirkan rasa syukur dalam diri seseorang serta membantunya untuk tidak larut dalam perasaan *insecure*. Oleh karena itu, *sakīnah* berkaitan dengan rasa syukur, di mana *sakīnah* memberikan ruang bagi lahirnya rasa syukur, sedangkan rasa syukur berperan menjaga dan memperkuat *sakīnah*.

2.2.3 Tidak Percaya Diri (*Wahn*) dalam Al-Qur'an

Wahn bermakna kelemahan atau dapat diartikan lemah, rapuh, tidak berdaya atau menurun kekuatannya baik secara fisik, mental atau moral.²¹ *Wahn* dapat dipahami sebagai menurunnya keyakinan seseorang terhadap kemampuan dirinya. Ketika seseorang mengalami suatu kegagalan, tekanan sosial atau pengalaman negatif lainnya, maka terbentuklah penilaian terhadap diri yang rendah.

²⁰ Shihab, *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an Jilid 5*, hlm. 566.

²¹ Joko Priyanto, “Makna Gramatikal Kata ‘*Wahn*’ dalam Al-Qur'an dan Hadits,” *Al-Qalam*, Vol. 34, No. 2, 2017: 1–17, <https://doi.org/10.32678/alqalam.v34i2.398>.

Kondisi tersebut menjadikan seseorang memandang dirinya tidak kompeten, sehingga munculnya rasa tidak percaya diri sebagai manifestasi dari kelemahan mentalnya. Dalam hal ini, *wahn* tidak diartikan sebagai kelemahan fisik, melainkan kelemahan mental atau psikologi yang menghambat potensi dalam diri.

Dalam Al-Qur'an kata *wahn* dan derivasinya disebutkan sebanyak sembilan kali yang tersebar dalam beberapa surah, di antaranya bentuk kata وَهَنَ pada QS.19:4. Bentuk kata وَهْنًا pada QS.3:146. Bentuk kata تَهْنُوتًا pada QS.3:139, QS.4:104, QS.47:53. Bentuk kata وَهِنٍ pada QS.31:14. Bentuk kata وَهْنًا pada QS.31:14. Bentuk kata أَوْهَنَ pada QS.29:41. Dan yang terakhir dengan bentuk kata مُؤَهِنٌ pada QS.8:18.²²

Dari sejumlah bentuk kata yang telah disebutkan, penulis berfokus pada bentuk kata تَهْنُوتًا yang terdapat dalam QS. Āli 'Imrān ayat 139. Allah berfirman sebagai berikut:

وَلَا تَهْنُوتُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ ۝ ١٣٩

Janganlah kamu (merasa) lemah dan jangan (pula) bersedih hati, padahal kamu paling tinggi (derajatnya) jika kamu orang-orang mukmin. (QS. Āli 'Imrān ayat 139)

Menurut M.Quraish Shihab ayat ini turun berkenaan dengan peristiwa perang Uhud. Berbeda dengan yang diperoleh dari perang sebelumnya, yaitu perang Badar. Dalam perang Uhud kaum Muslimin tidak meraih kemenangan, tetapi mereka menderita luka dan kekalahan, maka itu adalah bagian dari *sunnatullāh*.²³ Menurut Wahbah al-Zuhaili, asbabun nuzul dari ayat tersebut yaitu pada saat

²² Baqi', *Al-Mu'jam al-Mufahras Li al-Fāz al-Qur'ān al-Karīm*, hlm. 768.

²³ Shihab, *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an Jilid 2*, hlm. 226.

perang Uhud kaum Muslimin terdesak oleh pasukan Quraisy yang dipimpin oleh Khalid bin Walid Khalid bersama pasukan berkedanya ingin menaiki bukit tempat kaum Muslimin dan menyerang mereka. Melihat hal tersebut Rasulullah berdoa kepada Allah, hingga turunlah ayat ini.²⁴

M. Quraish Shihab memberikan penafsiran *janganlah kamu melemah*, ialah lemah dalam menghadapi musuhmu dan musuh Allah tersebut kuatkan jasmaninya. Lemah yang dimaksudkan adalah lemah secara fisik akibat mendapatkan tekanan dari pasukan Quraisy yang mencoba menyerang dan juga lemah mental karena khawatir akan mengalami kekalahan dan tidak dapat melindungi Rasulullah. *Dan janganlah kamu bersedih hati* akibat apa yang kamu alami dalam perang Uhud atau peristiwa serupa.²⁵

Selaras dengan M. Quraish Shihab, Wahbah al-Zuhaili menafsirkan kalimat tersebut yaitu sikap untuk tidak bersikap lemah dalam memerangi orang-orang kafir. Beliau menambahkan bahwa kata *al-wahnu* di sini berarti lemah di dalam usaha, lemah di dalam hal akal pikiran dan lemah di dalam suatu perkara. Ini juga sebagai larangan bersedih hati atas apa yang menimpa kaum muslimin pada perang Uhud atau peperangan lainnya. Beliau juga menjelaskan kata *al-huznu* dalam ayat ini berarti rasa sakit dalam jiwa akibat kehilangan suatu yang diinginkan.²⁶ Adapun Hamka dalam tafsirnya menyatakan bahwa kalimat tersebut maknanya untuk tidak lemah semangat dan berduka cita secara berlebihan.²⁷

²⁴ Wahbah al-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir Jilid 5*, hlm. 432.

²⁵ Shihab, *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an Jilid 2*, hlm. 227.

²⁶ Al-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir Jilid 2*, hlm. 432.

²⁷ Hamka, *Tafsir Al-Azhar, Jilid 2* (Singapura: Pustaka Nasional PTE LTD, 1990), hlm. 933.

Dari beberapa penafsiran di atas dapat disimpulkan bahwa *tahinū* dalam ayat tersebut mencakup kelemahan dalam usaha, akal dan keteguhan sikap. Apabila dilihat dari konteks psikologis hal ini dapat memunculkan keraguan, kecemasan dan rasa tidak percaya diri dalam menghadapi tantangan.

Ayat di atas telah menjelaskan upaya dari Al-Qur'an dalam mencegah munculnya rasa tidak percaya diri pada seseorang. Sebagaimana penjelasan Hamka yang memberikan penegasan bahwa iman berfungsi sebagai modal untuk menjaga kepercayaan diri. Karena iman merupakan modal tunggal yang tidak dapat dirampas oleh siapapun. Jika iman masih berada dalam dada seseorang, maka ia termasuk yang tinggi dan akan tetap tinggi. Sehingga dengan imanlah seseorang dapat mencegah rasa tidak percaya diri tersebut terus berkembang dalam dirinya.²⁸

Selanjutnya M. Quraish Shihab menegaskan bahwa Allah akan memberikan ganjaran berupa ditinggikan derajatnya di dunia karena seseorang telah berhasil memperjuangkan kebenaran dan di akhirat ia mendapatkan surga bagi orang-orang dengan keimanan yang mantap dalam hatinya.²⁹ Artinya ketidakpercayaan diri yang dirasakan oleh seseorang dapat dihilangkan jika ia beriman dan dengan menjadikan ganjaran tersebut sebagai motivasinya.

Insecure memang tidak disebutkan secara langsung dalam Al-Qur'an, tetapi dapat ditemukan dengan menganalisis beberapa bentuk kata dari bahasa Arab yang relevan dengan rasa *insecure*. Berikut ayat-ayat yang memiliki keterkaitan dengan perasaan *insecure*:

²⁸ Hamka, *Tafsir Al-Azhar, Jilid 2*, hlm. 933.

²⁹ Shihab, *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an Jilid 2*, hlm. 227. Lihat juga dalam Tafsir Al-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir Jilid 2*, hlm. 432.

Tabel 2.2
Identifikasi Ayat-Ayat *Insecure*

Bentuk Kata (dalam ayat)	Maknanya	Ayat
خَوْفٌ	Rasa takut dan cemas	Al-Baqarah: 155
تَّخَزَنَ	kesedihan	Al-Taubah: 40
تَّهْنُوا	Kelemahan kepercayaan diri dan iman	Āli `Imrān: 139

2.3 Aspek-Aspek Perasaan *Insecure*

Perasaan *insecure* atau perasaan tidak aman, takut, cemas merupakan kondisi psikologis yang dialami banyak orang tanpa mengenal usia, baik dialami oleh anak-anak, remaja, hingga dewasa. Perasaan yang dirasakan setiap individu pun berbeda-beda. Kondisi psikologis tersebut dapat termanifestasi dalam berbagai bentuk. Untuk memahaminya secara sistematis, pada bagian ini akan diuraikan beberapa bentuk *insecure* yang umum dialami oleh individu. Adapun aspek-aspeknya sebagai berikut:

2.3.1. Rendah Diri (*Inferiority Feeling*)

Inferiority feeling merupakan masalah psikologis yang berhubungan dengan mental dan kepribadian, akan adanya seseorang memiliki rasa percaya diri yang rendah. Perasaan rendah diri (*inferiority feeling*) ini merupakan perasaan yang muncul dalam diri seseorang berupa merasa tidak aman (*insecure*), tidak stabil, tidak tegas, merasa dirinya sama sekali tidak berarti dan tidak

berdaya dalam memenuhi berbagai tuntutan hidup. Menurut Alfred Alder *inferiority feeling* merupakan perasaan rendah diri yang timbul akibat penilaian negatif terhadap diri sendiri, baik karena merasa tidak bernilai maupun tidak memiliki kemampuan yang memadai dalam berbagai aspek kehidupan.³⁰

Perasaan inferioritas juga dapat mempengaruhi persepsi seseorang terhadap prestasinya, tatkala seseorang cenderung menilai prestasinya secara negatif, meskipun secara objektif pencapaiannya sudah cukup baik. Selain itu, seseorang sering merasakan hasil yang diperolehnya tidak sebanding dengan orang lain, sehingga muncul rasa tidak puas terhadap dirinya. Hal ini sering menjadi pemicu terbentuknya persaingan yang tujuannya bukan untuk pengembangan diri, melainkan persaingan yang kurang sehat yang didorong oleh rasa keinginan untuk diakui serta kekhawatiran akan penilaian sosial, yang berakhir pada memperburuk perasaan *insecure* dalam dirinya.

Lauster Ronys mengemukakan karakteristik yang dapat digunakan untuk mengidentifikasi seseorang yang memiliki perasaan rendah diri (*inferiority feeling*), yaitu sebagai berikut:³¹

- a. Seseorang menilai bahwa tindakan yang dilakukannya belum memadai, sehingga muncul perasaan tidak aman dan keterbatasan dalam bertindak. Kondisi ini membuatnya

³⁰ Amalia Normaningtyas and Diyah Fitri Wulandari, “Alfred Adler’s *Individual Psychology: The Inferiority of Anna as Main Character Depicted in Miracles from Heaven (2016)*”, in Prosiding Konstelasi Ilmiah Mahasiswa Unissula (KIMU) Klaster Humaniora (Semarang: Universitas Islam Sultan Agung, 2020), 287.

³¹ Syakila Errina Fitri and Dodi Pasilaputra, “Upaya Meningkatkan *Feeling of Inferiority* Melalui Konseling Individual di Panti Asuhan Mandeh Kandung,” *JURPERU: Jurnal Pendidikan dan Keguruan*, Vol. 2, No. 2, 2025: 70–78, <https://jutepe-joln.net/index.php/JURPERU/article/view/572>.

cenderung ragu-ragu dalam mengambil keputusan, sering menunda-nunda, memiliki perasaan rendah diri dan pengecut kurang bertanggung jawab, cenderung mengalihkan kesalahan pada orang lain atas permasalahan yang dihadapi, serta pesimis dalam menghadapi berbagai rintangan.

- b. Seseorang merasa tidak diterima oleh kelompoknya atau lingkungan sosial tertentu. Kondisi ini mendorongnya menghindari interaksi sosial karena merasa takut disalahkan atau direndahkan. Akibatnya senantiasa merasa malu untuk tampil di hadapan orang lain.
- c. Seseorang tidak memiliki rasa percaya diri dan mudah merasa gugup yang ditandai dengan munculnya kecemasan saat menyampaikan suatu pendapat atau ide, serta memiliki kecenderungan untuk terus membandingkan dirinya dengan orang lain.

2.3.2. Takut

Kondisi emosi seseorang dapat mempengaruhi caranya dalam menerima dan mengelola informasi. Perasaan takut merupakan salah satu emosi yang dimiliki manusia dan muncul disebabkan oleh suatu bahaya yang akan terjadi. Perasaan takut dapat mendorong seseorang untuk menghindari situasi yang bersifat kompetitif, sehingga berdampak pada hubungan sosialnya dengan orang lain.³²

³² Uyu Mu'awwanah, "Perilaku *Insecure* pada Anak Usia Dini," *As-Sibyān: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, Vol. 2, No. 1, 2017: 47–58, <https://ftk.uinbanten.ac.id/journals/index.php/assibyan/index>.

Takut merupakan perasaan cemas dan gelisah, kegoncangan hati menyangkut akan sesuatu hal negatif di masa akan datang.³³ Kecemasan tersebut dapat muncul akibat adanya kekhawatiran terhadap kesulitan dalam beradaptasi, perasaan terabaikan, kemungkinan mendapatkan ejekan, takut tidak memperoleh respon positif, merasa diredahkan, serta kekhawatiran dianggap tidak kompeten.

Pada hakikatnya, rasa takut memiliki dua sumber utama, yaitu: pertama, penglihatan adanya ancaman yang nyata, kedua, hilangnya tanda-tanda keselamatan. Karena kebutuhan seseorang terhadap rasa aman dari kondisi eksternal. Menurut Dister, ketakutan perlu diklasifikasikan dengan membedakan antara ketakutan yang memiliki objek yang jelas dengan ketakutan yang tidak memiliki objek. Ketakutan yang memiliki objek yang jelas, seperti: rasa takut terhadap musuh, hewan buas, atau orang dewasa. Adapun ketakutan yang tidak memiliki objek ialah rasa takut atau cemas yang muncul tanpa diketahui secara pasti alasan atau penyebabnya merasa ketakutan. Ketakutan semacam ini dapat bersifat patologis, seperti dalam kondisi neurosis atau psikosis, namun tidak selalu dianggap demikian. Dalam konteks tertentu, ketakutan ini tidak langsung dipahami sebagai gejala gangguan mental, melainkan dapat juga dipandang sebagai bagian dari pengalaman kemanusiaan.³⁴

Mahasiswa yang menunjukkan sikap pasif dalam suatu forum diskusi, seperti enggan menyampaikan argumen atau pendapat pribadi, cenderung memilih diam dan umumnya akan berpartisipasi hanya jika ditunjuk langsung oleh moderator diskusi.

³³ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an Jilid 06*, (Jakarta: Lentera Hati, 2002), hlm. 113.

³⁴ Qatrunnada et al., "Fenomena *Insecurity* di Kalangan Remaja dan Hubungannya dengan Pemahaman Aqidah Islam," 139–152.

Kondisi ini umumnya dipengaruhi oleh rasa takut dan keengganan internal seseorang untuk mengekspresikan pemikirannya secara terbuka. Hal ini dapat menghambat keterlibatannya untuk aktif dalam forum diskusi. Sikap pasif tersebut tidak selalu disebabkan oleh ketidakmampuan intelektual seseorang, melainkan dapat dikaitkan dengan kondisi psikologis, seperti kekhawatiran akan penilaian orang lain terhadap dirinya, tidak percaya diri, atau takut akan melakukan kesalahan dalam menyampaikan pendapatnya.

Ketakutan semacam ini merupakan ketakutan yang tidak dapat diidentifikasi dengan tepat, karena penyebab ketakutannya tidak dapat dijelaskan secara pasti. Oleh karena itu, kondisi tersebut sesuai dengan konsep yang disebutkan oleh Dister, ketakutan yang tidak memiliki objek. Ketakutan ini bersifat psikologis dan subjektif, serta tidak selalu menunjukkan adanya gangguan mental. Dengan kata lain, ketakutan ini dapat dipahami sebagai respon manusiawi dalam menghadapi situasi sosial dan akademik yang menuntut keberanian dalam mengekspresikan diri dan mempertanggungjawabkan pendapatnya dihadapan orang lain.

2.3.3. Cemas (*Anxiety*)

Dalam psikologi, kecemasan (*anxiety*) dipahami sebagai kondisi emosional yang memadukan perasaan takut dan kesedihan terhadap masa depan tanpa adanya penyebab yang spesifik dan bersifat subjektif pada setiap individu. Menurut Sarason dan Davison kecemasan merupakan bagian dari tiap pribadi manusia, terutama ketika dihadapkan pada situasi yang ambigu, tidak pasti atau sulit diprediksi.

Dalam kajian psikologi Islam, kecemasan dipahami dengan rasa takut yang dapat dialami setiap orang dan merupakan respons alami terhadap berbagai peristiwa kehidupan. Munculnya rasa takut

tersebut menimbulkan perasaan tidak aman (*insecure*) yang mempengaruhi perilaku dan sikap seseorang.

Freud menjelaskan perbedaan antara cemas dan kecemasan. Menurutnya cemas adalah kondisi emosional yang ditandai dengan seseorang merasa lemah, sehingga menghambat keberanian serta kemampuannya untuk bertindak dan bersikap secara rasional sebagaimana mestinya. Sedangkan kecemasan adalah perasaan seseorang yang merasakan ketakutan atau kehilangan kepercayaan diri, tanpa diketahui penyebabnya dengan jelas.³⁵

2.4 Faktor Penyebab Munculnya *Insecure*

Perasaan *insecure* tidak muncul secara tiba-tiba, melainkan dipengaruhi oleh berbagai faktor psikologis, sosial, dan pengalaman hidup. Faktor-faktor tersebut dapat berasal dari pengalaman masa lalu, pola hubungan sosial, kondisi lingkungan, hingga cara seseorang dalam memandang dan menilai dirinya sendiri. Setiap orang memiliki kerentanan yang berbeda-beda dalam merespons situasi tertentu, sehingga penyebab munculnya rasa *insecure* pun berbeda-beda.

2.4.1 Faktor Internal

Seorang Psikolog bernama Karl Gustav Jung mengemukakan bahwa pada dasarnya manusia memiliki dua kepribadian, yaitu ekstrovert dan introvert. Kepribadian ekstrovert ditandai dengan sikap yang terbuka, kemampuan bersosialisasi yang baik, kemudahan dalam menjalin hubungan sosial, serta kecenderungan untuk mengekspresikan perasaan dan pikiran secara

³⁵ Qatrunnada et al., "Fenomena *Insecurity* di Kalangan Remaja dan Hubungannya dengan Pemahaman Aqidah Islam," 139–152.

langsung. Seseorang dengan kepribadian ekstrovert relatif lebih mudah dalam berinteraksi dan mengungkapkan perasaan kepada lingkungan sosialnya, termasuk ketika berada dalam kondisi terendahnya, mereka cenderung mencari dukungan emosional melalui komunikasi dan pertukaran pikiran dengan orang lain

Sedangkan kepribadian introvert cenderung bersifat tertutup, lebih senang diam, kurang menyukai keramaian, dan memiliki kecenderungan untuk menyendiri. Seseorang dengan kepribadian introvert umumnya mengelola perasaan sedih, takut, cemas, serta tekanan emosional lainnya dengan cara menarik diri, menenangkan diri melalui refleksi dan perenungan, serta enggan menceritakan pengalamannya kepada orang lain.³⁶

Dengan demikian kepribadian tersebut memiliki keterkaitan dengan munculnya perasaan *insecure*. Karena mempengaruhi cara seseorang dalam mengelola emosi dan merespons lingkungan sosialnya. Seseorang dengan kepribadian introvert cenderung memendam perasaan dan menarik diri, sehingga rasa cemas, takut, atau kurang percaya diri akan mudah berkembang tanpa tersalurkan. Sementara itu, seseorang dengan kepribadian ekstrovert lebih bergantung pada penerimaan dan respons sosial. Sehingga ketika mengalami penolakan atau kritikan, kepercayaan dirinya akan menurun. Oleh karena itu, perbedaan kepribadian tidak secara langsung menimbulkan rasa *insecure*, melainkan ikut berperan dalam membentuk cara individu mengalami dan menghadapi perasaan tidak aman (*insecure*).

Menurut Hamza Yusuf rasa *insecure* sering kali muncul ketika seseorang terlalu memusatkan perhatiannya pada penilaian

³⁶ Qobliah, "Larangan *Insecure* dalam Kehidupan (Studi Tafsir Tematik)," 256–269.

orang lain atau membandingkan dirinya dengan pihak lain. Sehingga memunculnya pandangan diri sebagai pribadi yang kurang bernilai.³⁷

Melanie Greenberg selaku Psikolog klinis dalam *Psychology Today* mengatakan bahwa terdapat tiga faktor yang memicu timbulnya rasa *insecure* pada seseorang. Pertama, adanya penolakan atau kegagalan atau sering mengalami sesuatu yang berkaitan dengan trauma akan kegagalan. Kedua, kurangnya kepercayaan diri yang disebabkan oleh kecemasan sosial. Ketiga, adanya dorongan rasa perfeksionisme atau selalu merasa kurang sempurna.³⁸

Faktor internal lainnya yang menjadi penyebab munculnya *insecure* meliputi konsep diri dan harga diri. Konsep diri merujuk pada cara seseorang memandang dan menilai dirinya. Seseorang yang memiliki konsep diri rendah cenderung memandang dirinya secara negatif, merasa kurang berharga, juga meragukan kemampuan dan potensi yang ada dalam dirinya. Selain itu, seseorang dengan konsep diri rendah juga sering membandingkan dirinya dengan orang lain, baik perbandingan dari segi fisik atau akademik, mudah terpengaruh oleh kritik, dan cenderung menafsirkan kegagalannya sebagai bukti ketidakmampuan dirinya. Tanpa disadari, perasaan kesepian, sikap pesimis, kecenderungan perfeksionisme, serta adanya kecemasan dan ketakutan dalam berinteraksi sosial juga menjadi penyebab munculnya *insecure* pada seseorang dalam menjalani kehidupannya sehari-hari.

³⁷ Hamza Yusuf, *Purification of the Heart: Tanda, Gejala dan Obat Penyakit Hati*, (Bandung: Mizan Pustaka, 2017), hlm. 50.

³⁸ "The 3 Most Common Causes of Insecurity and How to Beat Them | Psychology Today," diakses pada 3 Januari 2026, <https://www.psychologytoday.com/us/blog/the-mindful-self-express/201512/the-3-most-common-causes-of-insecurity-and-how-to-beat-them>.

Kemudian harga diri merupakan bentuk evaluasi seseorang terhadap nilai dirinya. Seseorang yang memiliki harga diri rendah cenderung membentuk penilaian diri yang negatif, sementara yang memiliki harga diri tinggi umumnya memandang dirinya sebagai pribadi yang mampu dan berhasil, serta meyakini usaha yang dilakukannya akan diterima secara positif oleh orang lain. Selanjutnya pada aspek penampilan fisik juga sering menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi tingkat kepercayaan diri seseorang. Rendahnya harga diri seseorang juga dapat dipengaruhi oleh pengalaman hidupnya, khususnya pengalaman negatif yang terus berulang.³⁹

Dari uraian di atas, yang menjadi faktor internal terhadap penyebab munculnya perasaan *insecure* adalah kepribadian introvert, konsep diri dan harga diri rendah, adanya dorongan perfeksionisme atau merasa diri kurang sempurna, adanya perbandingan diri dengan orang lain, adanya penolakan atau trauma akan kegagalan, dan kurangnya kepercayaan diri yang disebabkan oleh kecemasan sosial.

2.4.2. Faktor Eksternal

Faktor eksternal yang menyebabkan munculnya perasaan *insecure* dalam diri seseorang adalah pendidikan, pengalaman dan lingkungan hidup. Seseorang dengan tingkat pendidikan rendah membuatnya merasa memiliki keterbatasan dalam bertindak dan mengambil keputusan, sedangkan jika ia berada pada tingkat pendidikan yang lebih tinggi cenderung bersikap mandiri dan tidak bergantung pada orang lain. Kemudian pengalaman dan lingkungan juga memberikan pengaruh pada munculnya perasaan *insecure*.

³⁹ Melinsi et al., “Mengubah *Insecure* Menjadi Bersyukur,” 379–390.

Pengalaman tersebut mencakup trauma yang tidak menyenangkan di masa lalu, seperti ketika seseorang membuat kesalahan dalam mengerjakan sesuatu, kemudian direspon dengan tidak baik atau dipermalukan di depan umum sehingga membuatnya kehilangan rasa percaya diri untuk mengerjakan hal-hal yang lainnya.⁴⁰

Selain itu, perundungan (*bullying*), mendapatkan kritik yang berlebihan, dan pola asuh orang tua yang otoriter juga termasuk dalam faktor eksternal yang berkontribusi signifikan⁴¹ Hal ini didapati sering terjadi baik dalam lingkungan keluarga maupun masyarakat sosial. Seperti yang diketahui bahwa dukungan positif dari keluarga dapat menciptakan serta meningkatkan rasa kepercayaan diri seseorang. Demikian pula, lingkungan masyarakat yang kondusif memudahkan seseorang dalam memenuhi norma yang berlaku dan memperoleh penerimaan sosial, sehingga dapat meningkatkan penilaian diri secara pasti.

Faktor lainnya ialah perkembangan sosial media era kontemporer yang begitu pesat. Sosial media menghadirkan berbagai standar-standar baru yang dianggap ideal oleh sebagian masyarakat. Seperti standar kecantikan, kesuksesan, gaya hidup serta pencapaian yang sering kali ditampilkan secara berlebihan. Paparan terhadap standar tersebut mendorong seseorang untuk membandingkan kehidupannya dengan representasi orang lain yang tampak sempurna. Sehingga terbentuk ekspektasi dalam dirinya yang tidak sejalan dengan realitas hidupnya. Akibatnya rasa muncul

⁴⁰ “*Insecure* - Gejala, Penyebab, dan Pengobatan - Alodokter,” diakses pada 4 Januari 2026, <https://www.alodokter.com/insecure>.

⁴¹ Rizaldi, Satria, dan Pratama, “Menyikapi Perasaan *Insecure* dan *Overthinking* dalam Perspektif Al-Qur’an,” 14–28.

insecure dan disertai dengan pemikiran bahwa hidupnya kurang berhasil atau tidak seberuntung orang lain.⁴²

Dari uraian di atas, yang menjadi faktor eksternal terhadap penyebab munculnya perasaan *insecure* adalah lingkungan sosial, pengaruh media sosial, serta ekspektasi sosial dan keluarga.

2.5 Konsep Pemahaman dalam Taksonomi Bloom

Pemahaman dalam penelitian ini tidak hanya diposisikan sebagai kemampuan menghafal materi atau sekadar mengulang informasi. Pemahaman dipandang sebagai proses berpikir yang melibatkan kemampuan menangkap makna, menafsirkan pesan, serta menghubungkannya dengan situasi dan pengalaman personal seseorang. Dalam kajian pendidikan dan psikologi kognitif, pemahaman dianggap lebih kompleks dibandingkan kemampuan mengingat, karena menuntut proses penafsiran, pemberian penjelasan, dan pembentukan makna secara aktif.⁴³

Pada konteks studi al-Qur'an, pemahaman terhadap ayat tidak hanya berkaitan dengan aspek kebahasaan dan penafsiran tekstual, tetapi juga dengan bagaimana ayat tersebut dimaknai dan dihayati oleh pembaca. Al-Qur'an tidak hanya hadir sebagai teks normatif, tetapi juga sebagai sumber nilai yang berinteraksi dengan kondisi psikologis, sosial, dan spiritual manusia. Karena itu, pemahaman terhadap ayat-ayat Al-Qur'an bersifat dinamis dan

⁴² Abidah and Maryam, "Intensitas Penggunaan Media Sosial, *Loneliness*, dan *Insecure* Pada Remaja," 193–210.

⁴³ Devi Afriyuni Yonanda, "Peningkatan Pemahaman Siswa Mata Pelajaran Pkn tentang Sistem Pemerintahan Melalui Metode M2M (Mind Mapping) Kelas IV MI Mambaul Ulum Tegalondo Karangploso Malang," *Jurnal Cakrawala Pendas*, Vol. 3, No. 1, 2017: 56. <https://www.neliti.com/publications/280140/peningkatan-pemahaman-siswa-mata-pelajaran-pkn-tentang-sistem-pemerintahan-melal>.

kontekstual dan dipengaruhi oleh pengetahuan, pengalaman hidup, serta kondisi batin pembacanya.

Berdasarkan kerangka tersebut, pemahaman dalam penelitian ini dapat didefinisikan sebagai cara mahasiswa Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir Pascasarjana UIN Ar-Raniry memaknai ayat-ayat Al-Qur'an yang berkaitan dengan *insecure*, khususnya ayat-ayat yang memuat konsep *huzn* (kesedihan), *khauf* (ketakutan), dan *wahn* (melemah atau tidak percaya diri). Dengan demikian, penelitian ini bukan bermaksud untuk menilai benar atau salahnya penafsiran terhadap ayat, tetapi untuk mengkaji bagaimana pemaknaan mahasiswa terhadap pesan Al-Qur'an dalam menghadapi kondisi psikologis tertentu.

Salah satu kerangka konseptual yang dapat digunakan untuk mengklasifikasikan kemampuan berpikir manusia berdasarkan tingkat kompleksitasnya adalah pada taksonomi Bloom. Seperti diuraikan pada Bab I, pemahaman menurut Bloom adalah kemampuan individu untuk menangkap dan menafsirkan pengetahuan setelah informasi tersebut diperoleh dan disimpan dalam ingatan. Seseorang dapat dikatakan memahami apabila mampu untuk menjelaskan suatu konsep secara runtut dengan menggunakan bahasa dan pemahamannya sendiri.⁴⁴

Dalam penelitian ini, peneliti tidak menggunakan taksonomi Bloom sebagai alat evaluasi pembelajaran atau alat ukur capaian akademik mahasiswa. Taksonomi Bloom peneliti gunakan sebagai kerangka analisis kualitatif yang digunakan untuk memetakan tingkat pemahaman mahasiswa pascasarjana terhadap ayat-ayat al-Qur'an. Dengan kata lain, taksonomi Bloom berfungsi sebagai lensa analitis yang akan membantu peneliti dalam membaca dan

⁴⁴ Sudijono, *Pengantar Evaluasi Pendidikan*, hlm 50.

menginterpretasikan jawaban responden dalam wawancara yang dilakukan secara sistematis dan bertahap. Dengan demikian, penggunaan taksonomi Bloom memungkinkan peneliti untuk mengungkapkan bagaimana pemahaman mahasiswa Pascasarjana Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir terhadap ayat-ayat Al-Qur'an yang berkaitan dengan *insecure*.

2.5.1 Tahapan Pemahaman dalam Taksonomi Bloom

Setelah menguraikan konsep pemahaman serta kedudukan taksonomi Bloom sebagai kerangka analisis dalam penelitian ini, pembahasan selanjutnya diarahkan pada penjelasan tahapan-tahapan pemahaman yang terdapat dalam taksonomi tersebut. Dengan memaparkan setiap tahapan pemahaman secara konseptual, peneliti memiliki landasan yang jelas untuk membaca dan menginterpretasikan variasi pemahaman mahasiswa terhadap ayat-ayat Al-Qur'an secara sistematis.

Penjelasan mengenai tahapan pemahaman di samping itu juga berfungsi sebagai penghubung antara landasan teori dan analisis data lapangan. Setiap tahapan dalam taksonomi Bloom digunakan sebagai acuan untuk mengelompokkan dan menganalisis jawaban responden hasil wawancara. Dengan demikian, analisis yang dilakukan tidak hanya bersifat deskriptif, tetapi juga menunjukkan tingkat kedalaman proses berpikir mahasiswa dalam memahami ayat-ayat Al-Qur'an. Oleh karenanya dalam pembahasan berikut akan diuraikan setiap tahapan pemahaman dalam taksonomi Bloom secara sistematis, sekaligus penjelasan mengenai penggunaan masing-masing tahapan tersebut sebagai dasar analisis dalam penelitian ini, untuk membaca tingkat pemahaman mahasiswa terhadap ayat-ayat Al-Qur'an tentang *insecure*.

Dalam taksonomi Bloom terdapat enam kategori proses dimensi kognitif, yaitu *remembering* (mengingat), *understanding* (memahami), *applying* (menerapkan), *analyzing* (menganalisis), *evaluating* (mengevaluasi), dan *creating* (membuat) ⁴⁵ . Penjelasannya sebagai berikut:

- a. Mengingat (*remembering*). Adalah kemampuan untuk menyebutkan kembali mengenai informasi atau pengetahuan yang tersimpan dalam ingatan.⁴⁶ Tahap ini merupakan kemampuan kognitif paling dasar, yaitu mengenali kembali informasi yang sudah diperoleh sebelumnya. Dalam penelitian ini, tahap mengingat ditunjukkan melalui kemampuan mahasiswa dalam mengenali ayat-ayat yang berkaitan dengan *huzn*, *khauf*, dan *wahn*, serta mengetahui tema umum atau kata kunci yang terkandung di dalamnya. Pemahaman pada tahap ini masih bersifat permukaan dan belum menunjukkan pendalaman makna. Meskipun demikian, kemampuan mengingat tetap memiliki peran penting karena menjadi fondasi awal bagi proses pemahaman yang lebih kompleks.
- b. Memahami (*understanding*). Kemampuan ini merujuk pada kecakapan memahami instruksi serta menegaskan kembali makna atau pengertian dari ide dan konsep yang

⁴⁵ Lorin W. Anderson dan David R. Krathwohl, *A Taxonomy for Learning, Teaching, and Assessing: A Revision of Bloom's Taxonomy of Educational Objectives* (New York: Longman, 2001), hlm. 31–35.

⁴⁶ Irmawati dan Khozin, "Analisis Taksonomi Bloom Revisi Kognitif dalam Dokumen RPP PAI di Sekolah Dasar Sinarmekar Kabupaten Sukabumi," *AL-AFKAR: Journal for Islamic Studies*, Vol. 7, No. 4, 2024: 669–710. https://www.al-afkar.com/index.php/Afkar_Journal/article/view/1127

telah dipelajari.⁴⁷ Tahap memahami menunjukkan kemampuan mahasiswa dalam menjelaskan makna ayat dengan bahasa sendiri. Pada tahap ini, mahasiswa tidak hanya mengenali ayat, tetapi juga mampu menangkap pesan umum yang terkandung di dalamnya. Tahap memahami menjadi indikator penting untuk melihat sejauh mana mahasiswa mampu membaca ayat-ayat Al-Qur'an sebagai pesan moral dan spiritual, bukan sekadar sebagai teks yang dihafal atau dikutip secara normatif.

- c. Menerapkan (*applying*). Kemampuan untuk melaksanakan suatu tindakan serta menggunakan konsep yang telah dipahami dalam situasi tertentu.⁴⁸ Tahapan ini ditandai dengan kemampuan mengaitkan makna ayat dengan situasi konkret yang pernah dialami. Pada level ini, ayat-ayat Al-Qur'an mulai dipahami sebagai sumber refleksi yang relevan dengan kehidupan sehari-hari, termasuk dalam menghadapi perasaan *insecure*. Kemampuan menerapkan menunjukkan bahwa pemahaman terhadap ayat tidak lagi berhenti pada aspek kognitif, tetapi telah berkembang ke ranah praktis dan reflektif, sehingga pesan Al-Qur'an mulai memengaruhi cara seseorang dalam memahami dan menyikapi pengalaman hidupnya.

⁴⁷ Irmawati dan Khozin, "Analisis Taksonomi Bloom Revisi Kognitif dalam Dokumen RPP PAI Di Sekolah Dasar Sinarmekar Kabupaten Sukabumi," 705.

⁴⁸ Irmawati dan Khozin, "Analisis Taksonomi Bloom Revisi Kognitif dalam Dokumen RPP PAI Di Sekolah Dasar Sinarmekar Kabupaten Sukabumi," 705.

- d. Menganalisis (*analyzing*). Adalah kemampuan menguraikan suatu konsep ke dalam bagian-bagian yang lebih kecil dan mengaitkannya satu sama lain untuk memperoleh pemahaman yang menyeluruh.⁴⁹ Tahap menganalisis ditandai oleh kemampuan mahasiswa untuk menguraikan keterkaitan antara pesan ayat Al-Qur'an dan kondisi psikologis manusia. Kemampuan menganalisis menunjukkan kedalaman berpikir dan sikap kritis mahasiswa dalam memahami teks Al-Qur'an sekaligus menghubungkannya dengan realitas psikologis manusia.
- e. Mengevaluasi (*evaluating*). Ini adalah kemampuan menilai atau menentukan tingkat suatu hal berdasarkan norma, kriteria, atau standar tertentu.⁵⁰ Tahap mengevaluasi ditunjukkan oleh kemampuan mahasiswa menilai peran ayat Al-Qur'an sebagai solusi spiritual dan psikologis. Pada tahap ini, mahasiswa tidak hanya menerima pesan ayat secara normatif, tetapi juga merefleksikan sejauh mana ayat tersebut memberi ketenangan dan penguatan dalam menghadapi rasa *insecure*. Kemampuan ini mencerminkan kesadaran kritis serta kedewasaan berpikir dalam memahami dan menghayati pesan Al-Qur'an .

⁴⁹ Irmawati dan Khozin, "Analisis Taksonomi Bloom Revisi Kognitif dalam Dokumen RPP PAI Di Sekolah Dasar Sinarmekar Kabupaten Sukabumi," 705.

⁵⁰ Irmawati dan Khozin, "Analisis Taksonomi Bloom Revisi Kognitif dalam Dokumen RPP PAI Di Sekolah Dasar Sinarmekar Kabupaten Sukabumi," 705.

f. Membuat (*creating*). Maksudnya adalah kemampuan untuk menggabungkan berbagai unsur menjadi bentuk baru yang utuh dan koheren, atau menghasilkan gagasan dan karya yang bersifat orisinal.⁵¹ Tahap ini merupakan tingkatan pemahaman tertinggi dalam taksonomi Bloom. Pada tahap ini, mahasiswa mampu mengintegrasikan pesan ayat Al-Qur'an dengan pengalaman pribadinya sehingga melahirkan nilai, prinsip hidup, atau sikap batin tertentu. Dalam penelitian kualitatif, tahap ini tidak selalu ditemukan pada seluruh responden. Namun apabila muncul, hal tersebut menunjukkan bahwa ayat-ayat Al-Qur'an telah dihayati secara mendalam dan berkontribusi dalam membentuk konsep diri serta cara pandang mahasiswa terhadap fenomena *insecure*.

Dari penjelasan di atas, dapat dipahami bahwa taksonomi Bloom dalam penelitian ini akan berperan sebagai kerangka analitis yang membantu peneliti untuk menelaah proses pemaknaan mahasiswa terhadap ayat-ayat Al-Qur'an mengenai *insecure*. Selain itu juga berfungsi sebagai penghubung antara kajian teks Al-Qur'an dengan realitas psikologis manusia.

⁵¹ Irmawati dan Khozin, "Analisis Taksonomi Bloom Revisi Kognitif dalam Dokumen RPP PAI Di Sekolah Dasar Sinarmekar Kabupaten Sukabumi," 705.

BAB III

METODE PENELITIAN

Pada bab berikut akan diuraikan mengenai metode penelitian yang akan digunakan pada penelitian ini untuk memperoleh hasil penelitian yang tepat.

3.1 Jenis Penelitian

Penelitian ini membahas mengenai pemahaman mahasiswa mahasiswa Pascasarjana UIN Ar-Raniry Prodi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir terhadap ayat-ayat tentang *insecure*. Penelitian ini menggunakan metode penelitian lapangan (*field research*), yang mengharuskan peneliti terlibat langsung dengan masyarakat dalam pengumpulan data, penyelidikan terhadap fenomena nyata yang terjadi di lokasi tertentu, untuk dianalisis serta disimpulkan guna menyusun laporan ilmiah.¹

Penelitian ini termasuk dalam jenis penelitian kualitatif yang bertujuan untuk mendapatkan pencerahan dan pemahaman tentang fenomena yang dialami oleh subjek penelitian. Penelitian kualitatif mengharuskan peneliti untuk mendeskripsikan mengenai suatu objek, fenomena, atau status sosial yang dijelaskan dalam bentuk naratif. Dalam penelitian kualitatif tidak menggunakan statistik, namun mengandalkan pengumpulan data, analisis, dan kemudian diinterpretasikan.²

¹ J. R. Raco, *Metode Penelitian Kualitatif: Jenis, Karakteristik, dan Keunggulannya*, (Jakarta: Grasindo, 2010), hlm. 9.

² Albi Anggito dan Johan Setiawan, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Sukabumi: Jejak Publisher, 2018), hlm. 9.

3.2 Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian ini dipilih di Pascasarjana UIN Ar-Raniry Banda Aceh. Alasan pemilihan Pascasarjana UIN Ar-Raniry adalah karena mahasiswa pada program Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir memiliki kemampuan intelektual tinggi dan telah terlatih dalam memahami teks-teks Al-Qur'an dan tafsirnya, serta sering berinteraksi dengan berbagai metode-metode penafsiran. Kemudian sebagai mahasiswa pascasarjana mereka menghadapi tuntutan akademik dan kehidupan, di mana tuntutan tersebut mengharapkan keteguhan mental, resiliensi dan pengelolaan stress, sehingga pengalaman psikologis ini relevan untuk dianalisis terkait fenomena *insecure*. Dengan demikian, lokasi ini sangat memungkinkan untuk proses pengumpulan data empiris secara menyeluruh.

3.3 Sumber Data

Dalam penelitian ini data yang diperoleh adalah data-data yang bersumber dari hasil riset lapangan dan data-data yang bersumber dari kepustakaan sebagai referensi pendukung. Dalam suatu penelitian, sumber data dari 2, yaitu data primer dan data sekunder.

Data primer merupakan data asli yang diperoleh secara langsung dari sumber aslinya. Data primer ini dapat ditemukan dalam hasil penelitian lapangan dengan menggunakan teknik pengambilan data melalui tahap wawancara dan observasi terhadap para mahasiswa Pascasarjana UIN Ar-Raniry Prodi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir. Kemudian data sekunder merupakan sumber data penunjang yang dibutuhkan untuk memperbanyak data serta menganalisis permasalahan. Data sekunder diperoleh dari kepustakaan dan berbagai literatur ilmiah yang berkaitan dengan fenomena *insecure*.

Untuk memberikan penjelasan mengenai ayat-ayat Al-Qur'an yang berkaitan dengan tema penelitian, peneliti melakukan penelusuran terhadap beberapa kitab tafsir. Dengan pendekatan tafsir *mauḍū'i*, Kitab tafsir yang digunakan mencakup tafsir yang ada pada masa kontemporer dengan corak *adāb al-ijtimā'i*. Kitab yang digunakan sebagai referensi adalah tafsir *al-Misbāḥ* karya M. Quraish Shihab, tafsir *al-Azhar* karya Hamka, dan tafsir *al-Munir* karya Wahbah al-Zuhaili. Penggunaan kitab tafsir tersebut sebagai rujukan dikarenakan ketiganya memiliki pendekatan kontekstual dan sosial dalam penafsiran, sehingga dinilai relevan untuk mengkaji ayat-ayat Al-Qur'an yang berkaitan dengan *insecure*.

Ayat-ayat yang digunakan dalam penelitian ini diperoleh melalui metode *mauḍū'i* (tematik). Metode *mauḍū'i* merupakan cara yang digunakan untuk menelusuri ayat-ayat Al-Qur'an yang berkaitan dengan topik yang dikaji, dengan cara mengumpulkan ayat-ayat dalam Al-Qur'an yang relevan dengan topik. Selanjutnya, ayat-ayat tersebut dianalisis dengan menggunakan keilmuan yang sesuai sehingga menghasilkan konsep yang komprehensif terkait masalah tersebut berdasarkan Al-Qur'an.³

3.4 Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian kualitatif melibatkan observasi aktif dan wawancara mendalam. Teknik pengumpulan data sangat berkaitan dengan instrument penelitian. Instrument penelitian adalah alat ukur yang digunakan untuk mendapatkan informasi.⁴ Dalam penelitian kualitatif, penggunaan instrument penelitian baik peran peneliti ataupun melibatkan pihak

³ Abd al-Hayy Al-Farmawi, *Metode Tafsir Mauḍū'i*, (Jakarta: grafindo Persada, 1994), hlm. 37.

⁴ Mamik, *Metodologi Kualitatif*, (Sidoarjo: Zifatama, 2015), hlm. 8.

lain sangat penting dalam memperoleh informasi. Peneliti sebagai pengumpul data utama ikut terlibat langsung dalam proses menghimpun data, melalui interaksi bertanya, mendengarkan, dan mengambil data.⁵ Beberapa teknik pengumpulan data yang peneliti gunakan adalah sebagai berikut:

3.4.1. Wawancara

Wawancara merupakan proses komunikasi dalam bentuk tanya jawab yang melibatkan dua orang dengan tujuan untuk memperoleh informasi secara langsung yang dilakukan oleh peneliti dan informan.⁶ Dalam penelitian ini informasi diperoleh secara langsung melalui wawancara dengan mahasiswa Pascasarjana UIN Ar-Raniry Prodi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir.

Metode wawancara yang diterapkan adalah wawancara semi-terstruktur, yaitu wawancara yang menggunakan daftar pertanyaan sebagai panduannya tetapi tetap memberikan ruang bagi peneliti untuk menggali lebih lanjut sesuai dengan respon informan.⁷ Dalam penelitian ini, peneliti akan melakukan wawancara dengan beberapa informan yang dianggap memiliki kemampuan dalam memberikan informasi yang relevan dan menyeluruh. Hal ini dilakukan guna memperoleh data dan informasi mengenai pemahaman mahasiswa Pascasarjana UIN Ar-Raniry Prodi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir terhadap ayat-ayat tentang *insecure*, penjelasan mengenai faktor-faktor penyebab munculnya perasaan *insecure*, serta solusi yang ditawarkan Al-Qur'an dalam mengatasi perasaan

⁵ Muh. Fitrah dan Luthfiah, *Metodologi Penelitian; Penelitian Kualitatif, Tindakan Kelas dan Studi Kasus* (Sukabumi: Jejak, 2017), hlm. 61.

⁶ Mudjia Rahardjo, *Metode Pengumpulan Data Penelitian Kualitatif*, 2011, hlm. 2.

⁷ Nasaruddin et al., *Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Method)* (Yogyakarta: Gita Lentera, 2024), hlm. 47.

insecure. Adapun instrumen yang digunakan dalam proses melakukan wawancara yaitu melalui teks daftar pertanyaan dan perekam suara untuk merekam data yang diperoleh dari informan.

3.4.2. Observasi (Pengamatan)

Teknik pengumpulan data lain yang digunakan dalam penelitian ini yaitu observasi. Observasi melibatkan peneliti untuk turun langsung ke lapangan guna melakukan pengamatan secara langsung terhadap subjek dan objek penelitian agar mendapatkan data penelitian yang akurat.⁸ Dalam penelitian ini, observasi yang dilakukan termasuk dalam kategori observasi partisipan, dengan posisi peneliti sebagai partisipan sekaligus pengamat (*participant as observer*). Hal ini disebabkan karena peneliti berada dalam *setting* sosial yang sama dengan subjek penelitian, yaitu sebagai mahasiswa pascasarjana yang mengikuti proses pembelajaran di kelas yang sama dengan para narasumber.⁹

Ditinjau dari sifat dan pelaksanaannya, observasi ini bersifat naturalistik dan tidak terstruktur. Observasi dilakukan dalam situasi pembelajaran yang berlangsung secara alamiah, tanpa manipulasi atau pengendalian variabel oleh peneliti. Hal ini dilakukan guna memperoleh data mengenai fenomena *insecure* yang diasumsikan dapat terlihat dari sisi keaktifan para mahasiswa dalam diskusi di dalam kelas. Peneliti dalam hal ini tidak menggunakan instrumen observasi baku atau kategori pengukuran tertentu, melainkan mencatat gejala, interaksi, dan dinamika kelas yang relevan dengan

⁸ Rifkhan, *Pedoman Metodologi Penelitian Data Panel dan Kuesioner* (Indramayu: Penerbit Adab, 2023), hlm. 33.

⁹ Hasyim Hasanah, "Teknik-Teknik Observasi (Sebuah Alternatif Metode Pengumpulan Data Kualitatif Ilmu-Ilmu Sosial)," *At-Taqaddum*, Vol. 8, No. 1, 2016: 30–31, <https://doi.org/10.21580/AT.V8I1.1163>.

fokus penelitian.¹⁰ Oleh karena itu, observasi yang peneliti lakukan berguna untuk memperoleh data awal terkait pemahaman mahasiswa Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir Pascasarjana UIN Ar-Raniry terhadap ayat-ayat yang berkaitan dengan fenomena *insecure*.

3.5 Informan Penelitian dan Teknik Pengambilan Informan

Informan penelitian adalah individu yang dipandang memiliki kemampuan untuk memberikan informasi dan menjelaskan kondisi yang terjadi di lapangan. Dalam penelitian ini, jumlah informan yang dilibatkan sebanyak enam orang. Pemilihan informan dilakukan dengan menggunakan teknik *purposive sampling*, dengan mempertimbangkan perbedaan tingkat keaktifan mahasiswa dalam forum diskusi keilmuan.

Informan terdiri atas mahasiswa yang aktif menyampaikan pandangan dalam diskusi serta mahasiswa yang cenderung lebih sedikit menyampaikan pendapat. Seluruh informan tetap memenuhi kriteria akademik sebagai mahasiswa aktif Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir Pascasarjana UIN Ar-Raniry. Perbedaan tingkat partisipasi tersebut tidak dimaknai sebagai perbedaan kualitas intelektual, melainkan sebagai perbedaan gaya berpartisipasi dalam proses diskusi. Pemilihan informan dengan latar partisipasi yang beragam ini dimaksudkan untuk memperoleh gambaran pemahaman yang lebih utuh mengenai ayat-ayat Al-Qur'an yang berkaitan dengan fenomena *insecure*, baik yang terbentuk melalui interaksi diskusi keilmuan maupun melalui refleksi personal masing-masing informan.

¹⁰ Hasanah, "Teknik-Teknik Observasi (Sebuah Alternatif Metode Pengumpulan Data Kualitatif Ilmu-Ilmu Sosial)", 35–36.

Selain itu, informan dalam penelitian ini dipilih dari mahasiswa angkatan 2024. Pertimbangan pemilihan angkatan ini didasarkan pada kenyataan bahwa angkatan 2024 merupakan kelompok mahasiswa aktif dengan jumlah terbanyak serta telah menempuh mata kuliah inti yang relevan dengan kajian Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir. Dengan latar akademik tersebut, informan dinilai memiliki pengalaman yang memadai untuk memberikan penjelasan yang lebih mendalam sesuai dengan fokus penelitian. Oleh karena itu, jumlah informan dalam penelitian ini adalah enam mahasiswa Pascasarjana Prodi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir yang termasuk ke dalam angkatan 2024.

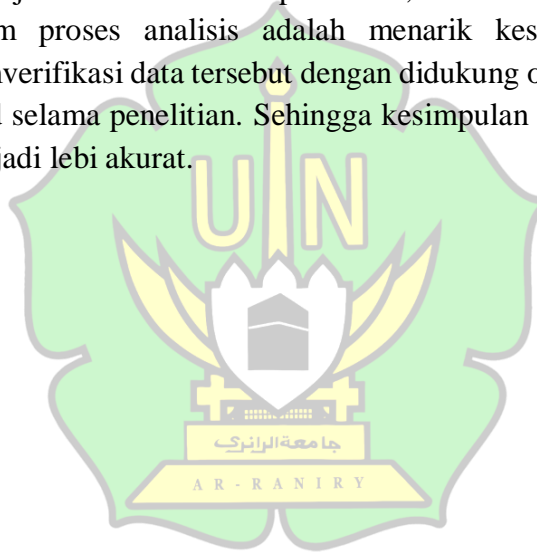
3.6 Teknik Analisis Data

Teknik analisis data adalah suatu proses sistematis yang dilakukan setelah proses pengumpulan data selesai dengan tujuan untuk mengolah, menyusun, dan menafsirkan data yang diperoleh. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan model analisis data yang dikembangkan oleh Miles dan Huberman. Menurutnya proses analisis data melibatkan tiga alur kegiatan yang terjadi secara simultan, di antaranya sebagai berikut:¹¹

1. Reduksi data, yaitu analisis yang melibatkan proses merinci, memilih, memfokuskan, menghilangkan, mengatur, serta merangkum data hingga mendapatkan kesimpulan yang valid. Oleh karena itu, informasi yang diperoleh akan diringkas, difokuskan, dan dipilih inti yang terkait dengan penelitian ini.

¹¹ Matthew B. Miles dan Michael A. Huberman, *Analisis Data Kualitatif* (Jakarta: UI Press, 1992), hlm. 16.

2. Penyajian data, yaitu menyajikan data dalam bentuk uraian narasi, untuk membantu penarikan kesimpulan pada akhir penelitian. Dalam penelitian ini, penyajian data terkait dengan rumusan masalah, yaitu pemahaman ayat-ayat *insecure* dari perspektif mahasiswa Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir Pascasarjana UIN Ar-Raniry, yang pada akhirnya membantu peneliti menarik kesimpulan dengan benar.
3. Penarikan kesimpulan/verifikasi, setelah melalui proses penyajian data dari lokasi penelitian, maka langkah terakhir dalam proses analisis adalah menarik kesimpulan dan memverifikasi data tersebut dengan didukung oleh data yang valid selama penelitian. Sehingga kesimpulan yang didapati menjadi lebih akurat.



BAB IV

ANALISIS PEMAHAMAN MAHASISWA TERHADAP AYAT-AYAT TENTANG *INSECURE*

4.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian

UIN Ar-Raniry atau sebelumnya bernama IAIN Ar-Raniry secara resmi didirikan pada tanggal 5 Oktober 1963. Pada tanggal 5 Oktober 2013, IAIN Ar-Raniry genap berusia 50 tahun. Momentum tahun emas tersebut beriringan dengan perubahan status kelembagaan IAIN Ar-Raniry dari institut menjadi universitas berdasarkan Peraturan Presiden Nomor 64 Tahun 2013 yang ditetapkan dan mulai berlaku pada 1 Oktober 2013. Sejak saat itu, institusi ini resmi bernama Universitas Islam Negeri Ar-Raniry (UIN Ar-Raniry). Perubahan status kelembagaan tersebut berdampak langsung pada struktur akademik, termasuk perubahan nomenklatur Program Pascasarjana IAIN Ar-Raniry menjadi Pascasarjana UIN Ar-Raniry.

Dalam tahap perkembangan berikutnya, Program Magister pada Pascasarjana UIN Ar-Raniry yang sebelumnya hanya menaungi satu program studi, yakni Program Studi Ilmu Agama Islam dengan sejumlah konsentrasi, mengalami penataan akademik. Pada tahun 2015, konsentrasi-konsentrasi tersebut ditransformasikan menjadi program studi mandiri. Kebijakan ini secara resmi ditetapkan melalui Keputusan Direktur Jenderal Pendidikan Tinggi Islam Nomor 6066 Tahun 2015 tanggal 23 Oktober 2015 tentang Transformasi Konsentrasi menjadi Program Studi pada Program Magister Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh. Dengan berlakunya keputusan tersebut, Pascasarjana UIN Ar-Raniry mengelola tujuh program studi magister, yaitu Hukum Keluarga (*Aḥwal al-Syakhṣiyyah*), Ekonomi Syariah,

Pendidikan Agama Islam, Pendidikan Bahasa Arab, Ilmu Aqidah, Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir, serta Komunikasi dan Penyiaran Islam.

Sebagai tindak lanjut atas kebijakan tersebut, pada tahun 2016 Pascasarjana UIN Ar-Raniry mulai menerima mahasiswa pada seluruh program studi magister yang baru dibuka, kecuali Program Studi Ilmu Aqidah dengan pertimbangan tertentu. Dengan demikian, hingga saat ini Pascasarjana UIN Ar-Raniry Banda Aceh menyelenggarakan dua program studi pada jenjang doktor (S3), yaitu Fiqh Modern dan Pendidikan Agama Islam, serta tujuh program studi pada jenjang magister (S2), yakni Ilmu Agama Islam, Hukum Keluarga (*Alḥwal al-Syakhṣiyyah*), Ekonomi Syariah, Pendidikan Agama Islam, Pendidikan Bahasa Arab, Komunikasi dan Penyiaran Islam, serta Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir.¹

Pada awal tahun 2025, Pascasarjana UIN Ar-Raniry Banda Aceh kembali menunjukkan perkembangan kelembagaan yang signifikan melalui pembukaan dua program studi baru pada jenjang doktor (S3), yaitu Program Studi Studi Islam dan Program Studi Ekonomi Syariah. Pembukaan Program Studi Doktor (S3) Studi Islam didasarkan pada Keputusan Menteri Agama Republik Indonesia Nomor 1314 Tahun 2024 tentang izin penyelenggaraan program studi tersebut di UIN Ar-Raniry Banda Aceh. Kehadiran program doktor ini menjadi bagian dari upaya penguatan kajian keislaman secara komprehensif dan berkelanjutan, sekaligus sebagai tonggak penting dalam pengembangan keilmuan Islam di Aceh. Program ini diharapkan mampu melahirkan sumber daya manusia

¹ “Sejarah Pascasarjana UIN Ar-Raniry Banda Aceh,” diakses pada 14 Januari 2026, <https://pps.ar-raniry.ac.id/profil/akreditasi/>

akademik yang memiliki pemahaman mendalam terhadap syariat Islam serta berorientasi pada nilai-nilai moderasi beragama.²

Seiring dengan itu, pembukaan Program Studi Doktor Ekonomi Syariah juga memiliki signifikansi strategis, khususnya dalam mendukung pengembangan ekonomi syariah di Aceh. Dalam konteks pemberlakuan Qanun Lembaga Keuangan Syariah (LKS), keberadaan program doktor ini menjadi sangat relevan sebagai pusat pengembangan keilmuan dan penguatan sumber daya manusia di bidang ekonomi syariah.³

Kemudian yang menjadi fokus pada penelitian ini yaitu pada Studi S2 Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir, yang secara konsisten terus menyelenggarakan proses akademik di lingkungan Pascasarjana UIN Ar-Raniry. Hal ini terbukti berdasarkan data mahasiswa aktif, yang mana jumlah mahasiswa yang tercatat hingga periode pengambilan data adalah 58 orang, dan berasal dari berbagai angkatan.⁴ Berikut data jumlah mahasiswa Pascasarjana IAT lintas angkatan tersebut:

Tabel 4.1
Jumlah Mahasiswa Pascasarjana IAT Lintas Angkatan

No	Angkatan	Jumlah Mahasiswa
1	2022	11 orang
2	2023	11 orang
3	2024	25 orang

² “Program Studi Doktor (S3) Studi Islam,” diakses pada 14 Januari 2026, <http://bit.ly/4rAwbq3>.

³ “Program Studi Doktor (S3) Ekonomi Syariah,” diakses pada 14 Januari 2026, <https://bit.ly/4qklQxe>.

⁴ “Daftar Mahasiswa IAT,” diakses 15 Januari 2026, https://uinarraniry.siakadcloud.com/siakad/list_mahasiswa.

4	2025	11 orang
Total		58 orang

Berdasarkan Tabel 1, mahasiswa aktif Program Studi S2 Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir berasal dari empat angkatan, yaitu angkatan 2022 hingga 2025. Angkatan 2024 memiliki jumlah mahasiswa terbanyak, sedangkan angkatan 2022, 2023, dan 2025 masing-masing menunjukkan jumlah yang relatif seimbang. Sebaran mahasiswa lintas angkatan ini menunjukkan keberlangsungan penerimaan mahasiswa serta dinamika akademik yang relatif stabil dalam pelaksanaan pendidikan pada program studi tersebut.

Dari 58 mahasiswa aktif yang terdata di atas, berikut adalah tabel yang menunjukkan jumlah mahasiswa Pascasarjana Program Studi S2 Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir berdasarkan jenis kelamin:

Tabel 4.2
Jumlah Mahasiswa Pascasarjana IAT Berdasarkan jenis
Kelamin

No	Jenis Kelamin	Jumlah Mahasiswa	Persentase
1	Laki-laki	32 orang	55.17%
2	Perempuan	26 orang	44.3%
Total		58 orang	100%

Berdasarkan tabel 4.2, terlihat bahwa partisipasi mahasiswa pada program studi ini melibatkan kedua kelompok jenis kelamin secara cukup proporsional, sehingga memberikan gambaran demografis yang relevan bagi konteks penelitian yang dilakukan.

4.2 Pemahaman Mahasiswa Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir Pascasarjana UIN Ar-Raniry terhadap Ayat-Ayat tentang *Insecure*

Analisis hasil penelitian ini diarahkan untuk menjawab rumusan masalah pertama, yaitu bagaimana mahasiswa Pascasarjana Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir memahami ayat-ayat Al-Qur'an yang berkaitan dengan perasaan *insecure*. Pemahaman mahasiswa dianalisis berdasarkan jawaban hasil wawancara dengan menggunakan taksonomi Bloom sebagai kerangka analitis. Taksonomi ini digunakan untuk memetakan tingkat kedalaman pemahaman mahasiswa, mulai dari pengenalan ayat hingga kemampuan menghayati dan mengintegrasikan pesan ayat dalam pengalaman psikologis personal.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan terhadap mahasiswa Pascasarjana Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir, ditemukan bahwa pemahaman mereka terhadap ayat-ayat yang berkaitan dengan perasaan *insecure* menunjukkan keberagaman, mulai dari pemahaman yang bersifat umum hingga mencapai pemaknaan yang reflektif dan kontekstual. Variasi pemahaman mahasiswa terhadap ayat-ayat ini menunjukkan bahwa interaksi mereka dengan Al-Qur'an tidak selalu sama. Perbedaan pemahaman ini bisa saja dipengaruhi oleh latar belakang akademik, pengalaman personal, intensitas keterlibatan spiritual, serta pengalaman emosional masing-masing. Dari sini terlihat bahwa ada mahasiswa yang bisa memosisikan ayat "hanya" sebagai teks yang dibaca dan dihafal saja, sementara sebagian yang lain dapat menjadikannya sebagai sumber refleksi dan penguatan diri.

4.2.1 Mengingat (*remembering*)

Mengingat (*remembering*) merupakan kemampuan untuk menyebutkan kembali mengenai informasi atau pengetahuan yang tersimpan dalam ingatan.⁵ Tahap ini merupakan tahapan yang paling dasar, dimana mahasiswa menunjukkan kemampuan mereka dalam mengenali ayat-ayat yang berkaitan dengan *khauf*, *huzn* dan *wahn*, serta mengetahui tema umum atau kata kunci yang terkandung di dalamnya. Temuan wawancara menunjukkan bahwa terdapat sebagian mahasiswa berada pada tahap pengenalan terhadap ayat-ayat tentang *khauf*, *huzn* dan *wahn* didasari oleh kebiasaan membaca dan hafalan, serta paparan ayat dalam praktik keagamaan. Hal ini didukung oleh pernyataan yang disampaikan oleh IP, yang menyebutkan bahwa:

“Ayat-ayat itu sudah dihafal dan sering ditemui di bacaan-bacaan.”⁶

Hal serupa juga disampaikan oleh FA, akan tetapi ia mampu mengenali ayat-ayat tertentu, meskipun pemahamannya masih terbatas pada tema umum yang sering dikaitkan dengan ayat tersebut.

“Ayat-ayat ini sudah pernah dihafal, tetapi untuk konteks ayatnya saya tidak tahu secara pasti. Hanya orang-orang sering menggunakan QS. al-Baqarah itu untuk menjelaskan ketakutan dan QS. al-Taubah untuk menghibur atau

⁵ Irmawati and Khozin, “Analisis Taksonomi Bloom Revisi Kognitif dalam Dokumen RPP PAI di Sekolah Dasar Sinarmekar Kabupaten Sukabumi,” 669–710.

⁶ Hasil wawancara dengan IP pada 20 Januari 2026.

menguatkan orang yang sedih. Untuk QS. Ali Imran belum ditemui secara konteksnya.”⁷

Berbeda dengan JA yang menunjukkan karakteristik tahap mengingat yang relatif lebih berkembang. Tahap mengingat tidak hanya mencakup kemampuan menyebutkan kembali informasi secara tekstual, tetapi melibatkan pengenalan fakta, konsep dasar, serta kerangka konteks yang pernah dipelajarinya.⁸ Hal ini tampak pada kemampuan JA dalam mengaitkan ayat-ayat tentang *khauf*, *huzn*, dan *wahn* dengan latar peristiwa historis yang melingkupinya. Berikut pernyataannya:

“Ayat-ayat ini dijelaskan kalau ketakutan yang muncul itu berupa ujian dari Allah. Kemudian tentang kesedihan, ini tentang perjalanan Rasulullah yang saat itu Abu Bakar dilanda rasa sedih sekaligus takut akan keselamatan Rasulullah. Terus ditenangkan oleh Rasulullah dengan kalimat *lā taḥzan* itu. Ini sering ditemui kalau orang sedih pasti dinasehatin dengan kalimat ini. Kemudian rasa lemah itu, ayat ini tentang kondisi umat Islam setelah Perang Uhud. Berarti ketika kita kalah jangan sedih karena kita tetap dihitung sebagai pejuang.”⁹

Penjelasan JA mengindikasikan bahwa informasi mengenai ayat-ayat tersebut telah tersimpan dalam ingatannya. Namun,

⁷ Hasil wawancara dengan FA pada 19 Januari 2026.

⁸ Hikmatu Ruwaida, “Proses Kognitif dalam Taksonomi Bloom Revisi: Analisis Kemampuan Mencipta (C6) pada Pembelajaran Fikih di MI Miftahul Anwar Desa Banua Lawas,” *Al-Madrasah: Jurnal Ilmiah Pendidikan Madrasah Ibtidaiyah*, Vol. 4, No. 1, 2019: 51–76, <https://share.google/NSqaNwXnwqCeoPIqZ>.

⁹ Hasil wawancara dengan JA pada 19 Januari 2026.

pengetahuan tersebut tidak muncul secara serta-merta, melainkan setelah adanya stimulus berupa penjelasan singkat dan pertanyaan pancingan dalam wawancara. Hal ini menunjukkan bahwa proses kognitif yang masih berada pada ranah *recall with cues*, yaitu mengingat kembali informasi lama dengan bantuan dari eksternal bukan diingat secara bebas.¹⁰

Kemudian terdapat sebagian mahasiswa telah menunjukkan kemampuan mengingat terhadap ayat-ayat Al-Qur'an yang berkaitan dengan perasaan *insecure*. Umumnya mereka menyebutkan bahwa ayat-ayat tersebut sering ditemui dalam ceramah, khutbah atau materi-materi yang berkaitan dengan keagamaan. Mereka juga mampu memahami mengenai konteks ayat yang diangkat. Sebagaimana yang disampaikan oleh AZ dan NA bawah ayat-ayat yang berkaitan dengan perasaan takut, sedih, tidak percaya diri ini sudah dihafal dan kerap didengar diberbagai forum keagamaan. Secara eksplisit mereka menyebutkan konteks umum penggunaan ayat tersebut sebagai penguat spiritual bagi orang yang sedang diuji. Bahkan pernyataan AZ “ayat ini merupakan ayat yang masyhur”, menunjukkan ayat tersebut telah tersimpan dalam ingatannya.

Sejalan dengan hal tersebut, NA juga mampu mengenali kata kunci utama dari ayat-ayat tentang *insecure*, seperti larangan untuk takut, bersedih, dan merasa lemah atau tidak percaya diri. Ini menunjukkan bahwa pengetahuan yang dimilikinya masih berada pada tahapan pengenalan tema besar ayat, tanpa menjelaskan mengenai konteks yang dipahaminya.

¹⁰ Muhammad Eka Setiawansyah, Aprizal Lukman, and Kamid, “Proses *Recall* Pengetahuan Oleh Siswa Autis pada Pemecahan Masalah Biologi,” *Edu-Sains: Jurnal Pendidikan Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam*, Vol. 4, No. 1, 2015: 1–9, <https://online-journal.unja.ac.id/edusains/article/view/2361/7800>.

Berdasarkan hasil wawancara di atas menunjukkan bahwa pada tahap mengingat (*remembering*), mayoritas mahasiswa telah memiliki modal awal berupa pengenalan dan hafalan ayat-ayat yang berkaitan dengan perasaan *insecure*. Sebagian mahasiswa telah sampai pada tahap kognitif dasar, yaitu mengenali kembali informasi yang sudah diperoleh sebelumnya. Di mana mereka telah mampu mengenali serta mengetahui ayat-ayat yang diangkat secara umum.¹¹

Meskipun demikian tidak dapat dipungkiri terdapat juga mahasiswa yang hanya mengetahui ayat-ayat tersebut secara tekstual. Jika pun mereka mencoba mengutarakan pengetahuannya, kemampuan tersebut masih bersifat mendasar. Hal ini menunjukkan perlu penguatan agar pemahaman mahasiswa tidak hanya berhenti pada mengingat teks semata, tetapi dapat berkembang ke tahap memahami yang lebih utuh.

4.2.2 Memahami (*understanding*)

Berdasarkan hasil wawancara, tampak bahwa kemampuan mahasiswa dalam tahap memahami (*understanding*) terhadap ayat-ayat Al-Qur'an yang berkaitan dengan perasaan *insecure* menunjukkan tingkat yang beragam. Pada tahap ini, memahami tidak hanya sekadar dimaknai sebagai kemampuan mengingat atau menyebutkan makna asar ayat, melainkan kemampuan menjelaskan kembali isi dan pesan ayat dengan bahasa sendiri serta menangkap makna umumnya sebagai pesan moral dan spiritual.¹²

¹¹ Irmawati and Khozin, "Analisis Taksonomi Bloom Revisi Kognitif dalam Dokumen RPP PAI di Sekolah Dasar Sinarmekar Kabupaten Sukabumi," 669–710.

¹² Irmawati and Khozin, "Analisis Taksonomi Bloom Revisi Kognitif dalam Dokumen RPP PAI di Sekolah Dasar Sinarmekar Kabupaten Sukabumi", 705.

Sebagian mahasiswa mampu menjelaskan makna ayat secara umum. Sebagaimana yang disampaikan oleh IP, DM, AZ dan FA dengan redaksi yang berbeda-beda tetapi substansinya relatif serupa. *Khauf* dipahami sebagai rasa takut, yang dikaitkan dengan takut akan masa depan. *Huzn* sebagai kesedihan yang dihadapi seseorang, baik sedih yang disebabkan oleh masa lalu atau disebabkan oleh suatu kejadian yang tidak sesuai harapannya. Sedangkan *tahinū* dipahami sebagai perasaan lemah atau tidak percaya diri, yang diungkapkan untuk tidak merasa kurang atau minder dengan keadaan diri. Ini menunjukkan bahwa sebagian mahasiswa telah mencapai tahapan memahami secara mendasar, yakni mampu menangkap makna umum ayat dan menjelaskan kembali dengan bahasa sendiri. Namun pemahaman tersebut masih berada pada tahapan deskriptif dan belum sepenuhnya diuraikan sebagai refleksi moral yang mendalam.

Temuan ini sejalan dengan hasil observasi yang menunjukkan bahwa mahasiswa umumnya mampu menjelaskan makna ayat dengan bahasa yang sederhana sesuai pemahamannya. Namun, ketika diarahkan pada pertanyaan yang lebih mendalam, tidak semua mahasiswa mampu mengelaborasi konteks atau pesan ayat secara lebih komprehensif. Dalam beberapa kesempatan, pemahaman mereka mulai berkembang ketika diberikan stimulus berupa pertanyaan lanjutan, yang mendorong mereka mengaitkan ayat dengan pengalaman hidup atau fenomena yang mereka hadapi.

Meskipun demikian, dalam penjelasannya AZ juga mengaitkan makna ayat tersebut dengan ayat lain yang terdapat dalam Al-Qur'an. Ia menyebutkan firman Allah dalam QS. Yunus ayat 62 dan menjelaskan bahwa wali Allah tidak takut dengan masa depan dan tidak sedih dengan yang terjadi di masa lalu. Sebagaimana pernyataannya:

“*Khauf* itu adalah ketakutan dari hal yang akan terjadi masa depan. Sedangkan *huzn* adalah kesedihan dari apa yang terjadi di masa lampau. Sebab itu di surah lainnya Allah berfirman Allah *alā inna awliyā Allāhi lā khaufun ‘alaihim walā hum yaḥzanūn. Lā khaufun* maksudnya wali-wali Allah itu tidak takut terhadap apa yang masa depan. Sedangkan *walā hum yaḥzanūn*, Tidak sedih terhadap apa yang sudah berlaku pada mereka.”¹³

Selanjutnya, IP, DM, dan FA juga menyampaikan pesan utama yang terkandung dalam ayat-ayat tersebut. Dengan redaksi yang berbeda, mereka menjelaskan bahwa pesan utama dari ayat tersebut adalah larangan untuk tidak merasa takut, sedih, cemas, kurang percaya diri karena kebersamaan Allah dengan orang-orang mukmin dan Allah tidak akan meninggalkan hambanya seorang diri.

Selain itu, terdapat mahasiswa yang menyampaikan pesan utama yang terkandung dalam ayat dengan mengaitkannya pada iman atau percaya akan ketetapan yang telah ditentukan Allah dalam hidupnya, ikhtiar, serta rasa syukur atas pemberian Allah. Ini disampaikan oleh NA, bahwa:

“Ayat ini mengajarkan serta memerintahkan umat manusia terutama umat muslim untuk senantiasa beriman kepada Allah, percaya bahwa Allah telah menetapkan hal ini untuk kita, tetapi juga tetap berusaha untuk mencapai hasil yang bagus dan bersyukur atas pemberianNya.”¹⁴

¹³ Hasil wawancara dengan AZ pada 21 Januari 2026.

¹⁴ Hasil wawancara dengan NA pada 21 Januari 2026.

Berdasarkan pada temuan tersebut, menunjukkan bahwa pada tahap memahami (*understanding*) terhadap makna ayat dan pesan utama yang terkandung dalam ayat, sebagian mahasiswa yang hanya memahami pada tingkatan awalnya yang dibuktikan dengan penjelasannya yang masih umum dan normatif. Hal ini menunjukkan bahwa pada tahap ini, pemahaman mahasiswa masih bervariasi dan bersifat umum, tidak semuanya mampu memahami pesan Al-Qur'an sebagai pesan moral dan spiritual.

Di samping itu, terdapat pula mahasiswa yang telah memahami makna ayat dan pesan utama yang terkandung dengan mengaitkannya pada topik lain, bahkan sampai pada menyampaikan hadis sebagai pendukung dari argumennya. Beberapa hal di atas menunjukkan bahwa mereka telah mampu membaca ayat-ayat Al-Qur'an sebagai pesan moral dan spiritual yang relevan dengan persoalan psikologis manusia, termasuk perasaan *insecure*, tidak hanya sebagai teks yang dihafal.

4.2.3 Menerapkan (*Applying*) dan Menganalisis (*Analyzing*)

Selanjutnya, pada tahap menerapkan (*applying*) dan menganalisis (*analyzing*), menuntut mahasiswa mulai menunjukkan pemahamannya dengan menjelaskan penerapan makna ayat-ayat yang berkaitan dengan *insecure* dalam kehidupannya serta menguraikan keterkaitan antara pesan ayat tersebut dengan kondisi dirinya, khususnya ketika menghadapi perasaan *insecure* berupa rasa takut, sedih, dan tidak percaya diri. Sebagian mahasiswa menerapkan ayat tersebut sebagai pengingat bahwa perasaan *insecure* merupakan bagian dari ujian hidup yang tidak boleh dibiarkan berlarut-larut dan menjadikannya sebagai titik tolak untuk perubahan yang lebih baik. Hal ini didukung oleh pernyataan yang disampaikan oleh DM sebagai berikut:

“Ayat ini saya pahami menyadarkan kita bahwa semua yang terjadi atas izin Allah dan untuk menguji manusia melalui rasa takut, sedih dan gundah. Dengan begitu perasaan *insecure* yang ada tidak boleh berlarut-larut dibiarkan, tetapi dijadikan sebagai batu loncatan untuk lebih baik di masa depan.”¹⁵

Berdasarkan penjelasan di atas, terlihat DM memaknai ayat sebagai pengingat bahwa kondisi emosional negatif merupakan bagian dari ujian dan ketetapan dari Allah. Kemudian ia juga menjadikan ayat tersebut sebagai landasannya dalam bersikap untuk tidak membiarkan perasaan *insecure* berlarut-larut. Pemahaman ini menunjukkan bahwa ayat telah diresapi dan digunakan sebagai pedoman praktis dalam menghadapi realitas kehidupan.

Sebagaimana telah dijelaskan dalam teori menerapkan (*applying*), pernyataan di atas mencerminkan kemampuan sebagian mahasiswa dalam menggunakan konsep dan makna ayat dalam situasi konkret yang pernah dialami. Ayat-ayat Al-Qur’an tidak lagi dipandang dan diposisikan sebagai ajaran yang dipahami secara normatif-teoritis dan terpisah dari kehidupan sehari-hari. Pada tahapan ini, pemahaman kognitif tampak mulai berkekmbang ke arah praktis dan reflektif, di mana pesan Al-Qur’an mulai memengaruhi cara seseorang dalam memahami dan menyikapi pengalaman hidupnya.¹⁶

¹⁵ Hasil wawancara dengan DM pada 19 Januari 2026.

¹⁶ Irmawati and Khozin, “Analisis Taksonomi Bloom Revisi Kognitif dalam Dokumen RPP PAI di Sekolah Dasar Sinarmekar Kabupaten Sukabumi,” 705.

Hal yang sama juga teramati dalam observasi lapangan, di mana sebagian mahasiswa mulai menjadikan ayat sebagai rujukan dalam merespons persoalan yang mereka hadapi, baik dalam konteks akademik maupun personal. Dalam kehidupan sehari-hari, mereka kerap mengaitkan pengalaman tekanan atau kegelisahan yang dirasakan dengan konsep ujian dalam Al-Qur'an, bahkan secara spontan mengingat ayat yang relevan sebagai bentuk refleksi diri. Kondisi ini menunjukkan bahwa ayat tidak lagi dipahami sebatas konsep, tetapi telah mulai dihayati sebagai kerangka dalam membaca realitas kehidupan.

Kemudian pada tahapan menganalisis (*analyzing*), menunjukkan kemampuan sebagian mahasiswa dalam menguraikan hubungan antara pesan ayat tentang ujian hidup dengan kondisi psikologis manusia yang mengalami rasa takut, sedih, dan tidak percaya diri. Dalam hal ini, perasaan *insecure* tidak lagi dipahami sebagai kelemahan personal semata, melainkan bagian dari ujian yang memiliki tujuan tertentu, yaitu mendorong perubahan dan perbaikan diri. Oleh karena itu, ayat Al-Qur'an tidak hanya dipahami sebagai larangan atau anjuran, tetapi sebagai kerangka yang memberikan penjelasan terhadap kondisi emosional sekaligus cara menyikapinya.¹⁷

Analisis pada tahap menerapkan (*applying*) dan menganalisis (*analyzing*) menunjukkan bahwa sebagian mahasiswa tidak lagi memahami ayat tentang rasa takut dan ujian hidup hanya sebatas teori, tetapi sudah mulai menghubungkannya dengan pengalaman emosional yang mereka alami sendiri. Perasaan *insecure*, cemas, sedih, dan tidak percaya diri dipahami sebagai

¹⁷ Irmawati and Khozin, "Analisis Taksonomi Bloom Revisi Kognitif dalam Dokumen RPP PAI di Sekolah Dasar Sinarmekar Kabupaten Sukabumi", 705.

bagian dari ujian kehidupan yang memang diakui keberadaannya dalam Al-Qur'an. Pemahaman ini sejalan dengan penafsiran M. Quraish Shihab yang menjelaskan bahwa *khauf* merupakan kegelisahan batin akibat ketidakpastian hidup. Karena itu, mahasiswa mulai melihat bahwa ayat tidak melarang manusia merasa takut atau sedih, melainkan membimbing manusia agar mampu menyikapi perasaan tersebut dengan benar.

Selain itu, kemampuan mahasiswa dalam menganalisis ayat juga terlihat dari cara mereka memandang insecure bukan sekadar kelemahan diri, tetapi sebagai pengalaman yang dapat membentuk ketahanan mental dan spiritual. Hal ini sesuai dengan penafsiran Hamka yang menegaskan bahwa tekanan hidup dapat melemahkan jiwa apabila tidak dihadapi dengan kesabaran dan keimanan yang kuat. Dalam praktiknya, sebagian mahasiswa mulai menjadikan ayat-ayat Al-Qur'an sebagai pengingat dan pegangan ketika menghadapi tekanan akademik maupun persoalan pribadi. Dengan demikian, ayat tidak hanya dipahami secara akademik, tetapi juga mulai dihayati sebagai pedoman dalam memahami dan menghadapi realitas kehidupan.

4.2.4 Mengevaluasi (*Evaluating*)

Pada tahap mengevaluasi (*evaluating*), mahasiswa diharapkan telah mampu menilai sejauh mana ayat tersebut memberikan penguatan atau ketenangan dalam menghadapi rasa *insecure*. Penilaian ini tidak hanya bersifat normatif, melainkan berkembang menjadi refleksi yang lebih personal dan kritis terkait peran ayat dalam menghadirkan ketenangan dan dukungan psikologis dalam pengalaman hidup. Sebagaimana yang dipahami oleh sebagian mahasiswa bahwa ayat-ayat tersebut dapat dijadikan sebagai penguat yang mampu menumbuhkan kepercayaan kepada

Allah dan mendorong sikap syukur terhadap kondisi diri. Hal ini didukung oleh pernyataan yang disampaikan oleh IP, sebagai berikut:

“Ayat ini bisa dijadikan sebagai penguat, karena dengan ayat ini dapat menjadikan kita lebih percaya kepada Allah dan lebih bersyukur dengan yang Allah ciptakan pada diri kita.”¹⁸

Pernyataan di atas menunjukkan bahwa mahasiswa telah mampu menilai manfaat ayat berdasarkan dampak internal yang dirasakannya, khususnya dalam membangun penerimaan diri dan ketenangan batin. Evaluasi yang dilakukan IP memperlihatkan bahwa ayat Al-Qur’an tidak hanya diposisikan sebagai teks religius semata, tetapi sebagai pedoman yang memiliki fungsi penguat psikologis dalam mengelola emosi negatif seperti perasaan *insecure*.

Namun sebagian mahasiswa lainnya memandang bahwa ayat dapat menguatkan mereka, akan tetapi dibutuhkan beberapa dukungan dari faktor eksternal. Seperti dukungan dari ayat Al-Qur’an yang lainnya. Sebagaimana yang disampaikan oleh NA, sebagai berikut:

“Ayat ini mungkin dirasa cukup untuk sebagian orang, tetapi saya pribadi selain ayat itu, juga terdapat ayat lain yaitu QS. al-Ra’d ayat 28. Ayat ini yang juga membuat saya semakin mengingat Allah ketika *insecure*.”¹⁹

Hal serupa disampaikan oleh JA, bahwa:

¹⁸ Hasil wawancara dengan IP pada 20 Januari 2026.

¹⁹ Hasil wawancara dengan NA pada 21 Januari 2026.

“Secara pribadi bagi saya butuh dukungan ayat lain untuk menguatkan ketika *insecure*, yaitu QS. al-Insyirah ayat 5-8. Dengan ayat ini bisa membantu untuk lebih tenang.”²⁰

Keduanya memandang bahwa ayat yang dibahas memang memiliki kekuatan dan ketenangan dalam menghadapi perasaan *insecure*, tetapi efektivitasnya akan lenih optimal jika disertai dengan ayat-ayat lain yang relevan. Hal ini menunjukkan bahwa kemampuan mahasiswa dalam mengidentifikasi keterbatasan suatu ayat tertentu ketika menghadapi suatu kondisi emosional yang kompleks. Serta mencerminkan kesadaran kritis dan kedewasaan berpikir dalam memahami dan menghayati ayat Al-Qur’an.²¹

Kemudian selain ayat Al-Qur’an dibutuhkan pula penguat dari keluarga atau orang terdekat dalam menvalidasi rasa *insecure*. Hal ini sebagaimana disampaikan oleh DM, sebagai berikut:

“Ayat ini dapat dijadikan sebagai penguat, tetapi perlu dukungan dari sisi lain, misalnya ketika terpuruk atau *insecure* karena suatu hal, butuh dukungan keluarga dalam menvalidasi rasa itu sehingga menambah semangat dalam dirinya.”²²

Pernyataan ini memperlihatkan bahwa mahasiswa mampu menilai bahwa penguatan spiritual melalui ayat Al-Qur’an, meskipun penting, tetap membutuhkan validasi emosional dari lingkungan sosial. Evaluasi semacam ini menandakan kedewasaan

²⁰ Hasil wawancara dengan JA pada 19 Januari 2026.

²¹ Irmawati and Khozin, “Analisis Taksonomi Bloom Revisi Kognitif dalam Dokumen RPP PAI di Sekolah Dasar Sinarmekar Kabupaten Sukabumi,” 705.

²² Hasil wawancara dengan DM pada 19 Januari 2026.

berpikir, karena mahasiswa menyadari bahwa proses pemulihan dari rasa *insecure* tidak bersifat tunggal, melainkan melibatkan interaksi antara kekuatan spiritual dan dukungan relasional. Dari sini terlihat bahwa mahasiswa telah mampu menimbang manfaat, kecukupan, dan keterbatasan ayat. Ini mencerminkan kemampuan mereka dalam menerima dan merefleksikan pesan dari ayat-ayat yang berkaitan dengan rasa *insecure*.

Pada tahap ini menunjukkan bahwa mahasiswa mulai memiliki cara pandang yang lebih realistis dalam memaknai fungsi ayat Al-Qur'an ketika menghadapi *insecure*. Sebagian mahasiswa merasakan bahwa ayat mampu memberi ketenangan, menumbuhkan rasa syukur, dan mengembalikan keyakinan kepada Allah. Namun di sisi lain, mereka juga menyadari bahwa kondisi emosional manusia tidak selalu dapat diselesaikan hanya dengan satu bentuk pendekatan. Karena itu, muncul kebutuhan untuk mencari ayat lain yang lebih sesuai dengan keadaan batin yang sedang dirasakan. Dengan kata lain, mahasiswa mencoba memahami pesan Al-Qur'an secara lebih mendalam sesuai dengan kebutuhan psikologis yang dialami.

Selain itu, munculnya kebutuhan terhadap dukungan keluarga dan orang terdekat menunjukkan bahwa mahasiswa memahami proses menghadapi *insecure* sebagai sesuatu yang tidak hanya bersifat spiritual, tetapi juga emosional dan sosial. Mereka menyadari bahwa rasa tenang tidak selalu hadir hanya melalui pemahaman ayat, melainkan juga melalui penerimaan, validasi, dan dukungan dari lingkungan sekitar. Pemahaman seperti ini memperlihatkan bahwa mahasiswa mulai melihat persoalan *insecure* secara lebih utuh, yaitu sebagai pengalaman manusia yang membutuhkan keseimbangan antara hubungan dengan Allah dan hubungan dengan sesama manusia.

4.2.5 Membuat (*Creating*)

Pada tahap membuat (*creating*), diharapkan mahasiswa mampu menggabungkan pesan ayat dengan pengalaman pribadi hingga melahirkan suatu nilai atau prinsip hidup dalam menghadapi perasaan *insecure*. pada tahap ini ayat tidak lagi diposisikan sebagai penguat sesaat, tetapi menjadi landasan sikap hidup. Dalam hal ini, hampir seluruh mahasiswa merumuskan prinsip hidup yang berakar pada iman kepada Allah, penerimaan terhadap takdir, serta upaya untuk tetap bersyukur dan bangkit dari perasaan *insecure*. Hal ini sebagaimana yang disampaikan oleh NA sebagai berikut:

“Cobalah untuk terus menguatkan iman, sehingga rasa syukur dalam diri akan tumbuh semakin kuat dan akan melemahkan rasa *insecure* yang muncul sebelumnya.”²³

Prinsip tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa tidak hanya memahami dan menilai ayat, tetapi telah menciptakan nilai yang berfungsi sebagai pedomannya dalam menghadapi dinamika emosional kehidupan. Hal ini juga terlihat dari hasil observasi lapangan, di mana dalam keseharian mahasiswa mulai menjadikan ayat Al-Qur'an sebagai bagian dari cara mereka memandang hidup. Mereka tidak hanya menyebutkan ayat sebagai pengetahuan, tetapi menggunakannya untuk menyikapi persoalan seperti kegagalan atau tekanan akademik.

Kondisi ini menunjukkan bahwa ayat tidak lagi dipahami sebatas teks, tetapi telah menjadi nilai yang dihayati dalam diri. Dengan demikian, mahasiswa mampu menggabungkan pesan ayat dengan pengalaman pribadi, sehingga ayat-ayat Al-Qur'an

²³ Hasil wawancara dengan NA pada 21 Januari 2026.

berkontribusi dalam membentuk cara pandang serta sikap mereka terhadap fenomena *insecure*.²⁴

Berdasarkan hasil analisis, pemahaman mahasiswa Pascasarjana Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir terhadap ayat-ayat tentang perasaan *insecure* menunjukkan variasi pada setiap tingkat kognitif dalam taksonomi Bloom. Pada tahap mengingat (*remembering*), mayoritas mahasiswa telah mampu mengenali dan menyebutkan kembali ayat-ayat yang berkaitan dengan *khauf*, *huzn*, dan *wahn*, meskipun sebagian masih bersifat hafalan tekstual. Pada tahap memahami (*understanding*), mahasiswa mulai mampu menjelaskan makna umum dan pesan ayat, walaupun sebagian masih berada pada tingkat deskriptif dan normatif.

Selanjutnya, pada tahap menerapkan (*applying*) dan menganalisis (*analyzing*), terlihat adanya perkembangan pemahaman ke arah yang lebih kontekstual, di mana mahasiswa mulai mengaitkan ayat dengan pengalaman emosional yang mereka hadapi serta menjadikannya sebagai pedoman dalam menyikapi perasaan *insecure*. Pada tahap mengevaluasi (*evaluating*), mahasiswa telah mampu menilai fungsi ayat sebagai penguat psikologis, meskipun sebagian menyadari perlunya dukungan eksternal sebagai pelengkap. Adapun pada tahap membuat (*creating*), sebagian mahasiswa telah sampai pada kemampuan merumuskan prinsip hidup berbasis nilai-nilai Al-Qur'an yang terintegrasi dengan pengalaman pribadi.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pemahaman mahasiswa tidak berhenti pada aspek kognitif semata, tetapi telah bergerak menuju penghayatan yang lebih reflektif dan aplikatif,

²⁴ Irmawati and Khozin, "Analisis Taksonomi Bloom Revisi Kognitif dalam Dokumen RPP PAI di Sekolah Dasar Sinarmekar Kabupaten Sukabumi," 705.

meskipun tingkat kedalamannya masih beragam. Hal ini menunjukkan bahwa interaksi mahasiswa dengan Al-Qur'an bersifat dinamis, mulai dari sekadar penguasaan teks hingga upaya menjadikannya sebagai pedoman dalam menghadapi realitas kehidupan, khususnya dalam mengelola perasaan *insecure*

Pola pemahaman mahasiswa yang bersifat multidimensi ini menjadi pijakan krusial untuk menelaah lebih lanjut dinamika internal dan eksternal para mahasiswa. Melalui dasar pemahaman ayat yang telah dipetakan, pembahasan selanjutnya akan mendalami apa saja faktor-faktor dominan yang memicu perasaan *insecure* dalam kehidupan akademik maupun personal mereka, serta bagaimana faktor-faktor tersebut berkelindan dengan diri mereka sebagai penuntut ilmu agama.

4.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Munculnya Perasaan *Insecure*

Berdasarkan hasil wawancara dengan mahasiswa Pascasarjana Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir, perasaan *insecure* yang dialami informan tidak berdiri sebagai pengalaman psikologis yang sederhana, melainkan terbentuk melalui interaksi kompleks antara faktor internal dan eksternal. *Insecure* muncul sebagai hasil dari cara individu memandang dirinya sendiri, sekaligus cara ia memaknai lingkungan akademik dan sosial tempat ia berada.

4.3.1 Faktor Internal

Faktor internal merujuk kepada kondisi psikologis yang berasal dari dalam diri seseorang. Hal ini mencakup konsep diri, harga diri, kepribadian, kecenderungan perfeksionisme, serta kecemasan sosial.

4.3.1.1 Konsep Diri dan Harga Diri Rendah

Berdasarkan hasil wawancara menunjukkan bahwa *insecure* banyak berakar dari cara mahasiswa memandang dan menilai dirinya sendiri. Sehingga menunjukkan rapuhnya kepercayaan diri saat berhadapan dengan standar orang lain. Hal ini sebagaimana yang digambarkan oleh NA sebagai berikut:

“Rasa ketidakpercayaan diri terhadap sesuatu yang dimiliki, ketika dibandingkan dengan apa yang dimiliki orang lain, sehingga tidak memunculkan rasa aman pada diri sendiri.”²⁵

Pandangan ini diperkuat oleh DM, yang menekankan pada aspek kelayakan diri. Ia menggambarkan *insecure* sebagai kondisi batin yang ditandai dengan perasaan tidak aman, merasa kurang, tidak cukup dan tidak layak berada pada posisi tertentu. Sebagaimana pernyataannya sebagai berikut:

“Perasaan tidak aman, merasa diri kurang, merasa diri tidak cukup, dan merasa diri tidak layak.”²⁶

Berdasarkan data tersebut, menunjukkan bahwa perasaan *insecure* yang dialami sebagian mahasiswa bersumber dari konsep diri dan harga diri yang rendah. Dimana kecenderungan mereka ketika menilai kemampuan dirinya dengan membandingkan dirinya dengan orang lain. Hal ini menunjukkan bahwa konsep diri seseorang terbentuk secara negatif, ia cenderung memusatkan perhatiannya pada kekurangan dirinya dan menjadikan pandangan orang lain sebagai standar bagi nilai personalnya. Kemudian kondisi yang memandang dirinya “tidak layak” menunjukkan dirinya sebagai pribadi tidak memenuhi standar tertentu dan cenderung

²⁵ Hasil wawancara dengan NA pada 21 Januari 2026.

²⁶ Hasil wawancara dengan DM pada 19 Januari 2026.

menganggap dirinya tidak berharga.²⁷ Dengan demikian, data tersebut menegaskan bahwa *insecure* disebabkan oleh kondisi internal berupa konsep diri dan harga diri yang belum terbentuk dengan stabil.

4.3.1.2 Perbandingan Sosial dan Penilaian Orang Lain

Sebagian besar informan mengaitkan *insecure* dengan kebiasaan membandingkan dirinya dengan orang lain yang dianggap lebih unggul dalam berbagai hal, baik secara intelektual maupun pengalaman. Informan mengekspresikan perasaan tertinggal yang dialaminya ketika melihat rekan-rekannya yang aktif dalam berdiskusi, memiliki wawasan luas, pengalaman keilmuan yang lebih beragam.

FA dan IP menceritakan kegelisahannya saat melihat rekan yang tampak jauh lebih unggul dalam diskusi, memiliki hafalan yang lancar. Adapun pernyataannya sebagai berikut:

“Sering *insecure* karena melihat orang-orang berilmu, wawasannya luas, dan aktif berdiskusi, padahal kita juga sudah berusaha membaca, tapi tetap terasa berbeda.”²⁸

“Teman-teman di kelas itu pintar-pintar, hafalannya lancar, aktif diskusi, sedangkan saya ingin juga begitu tapi tidak bisa.”²⁹

Hal yang serupa disampaikan oleh AZ mengungkapkan bahwa perasaan *insecure* dalam dirinya muncul ketika ia melihat beberapa mahasiswa lain yang memiliki wawasan dan pengalaman

²⁷ Melinsi et al., “Mengubah *Insecure* Menjadi Bersyukur,” 379–90.

²⁸ Hasil wawancara dengan FA pada 19 Januari 2026.

²⁹ Hasil wawancara dengan IP pada 20 Januari 2026.

yang lebih dari dirinya. Sehingga memicu keraguan terhadap kapasitas dirinya sendiri. Berikut pernyataannya:

“Saya merasa ilmu mereka lebih banyak dan pengalaman mereka lebih luas.”³⁰

Pernyataan di atas menunjukkan bahwa perasaan *insecure* tidak selalu disebabkan oleh kegagalan nyata, melainkan oleh perasaan tertinggal secara relatif. Lingkungan akademik pascasarjana yang dipenuhi oleh mahasiswa dengan kemampuan intelektual yang beragam, secara tidak langsung mendorong seseorang untuk membandingkan dirinya dengan standar yang dianggap lebih tinggi. Fenomena ini sejalan dengan pandangan Hamza Yusuf bahwa *insecure* sering muncul ketika seseorang terlalu memusatkan perhatiannya pada penilaian orang lain dan membandingkan dirinya dengan pihak lain, sehingga melahirkan pandangan diri sebagai pribadi yang kurang bernilai. Dengan demikian mahasiswa tidak merasa *insecure* karena kegagalan yang dialaminya, melainkan karena rasa kalah yang muncul dari proses perbandingan sosial.³¹

4.3.1.3 Tidak Percaya Diri dan Kecenderungan Perfeksionisme

Berdasarkan hasil wawancara, NA mengungkapkan bahwa perasaan *insecure* dalam dirinya sering muncul ketika ia dihadapkan pada tuntutan untuk tampil di hadapan publik. Ia merasa belum pantas dan kurang percaya diri, sehingga memilih untuk menahan diri. Hal ini sebagaimana dinyatakan:

³⁰ Hasil wawancara dengan AZ pada 21 Januari 2026.

³¹ Yusuf, *Purification of the Heart...*, hlm. 50.

“Karena merasa belum pantas untuk tampil di depan publik, sehingga muncul rasa minder dan tidak percaya diri.”³²

Sementara itu, informan lainnya yaitu AZ menyampaikan adanya keraguan terhadap kualitas hasil kerjanya meskipun ia telah berusaha maksimal. Akan tetapi ia tetap mempertanyakan apakah yang dikerjakannya sudah cukup baik dan memenuhi standar yang telah ditentukan. Sebagaimana pernyataannya berikut ini:

“Sering ragu apakah ini sudah baik atau belum, apakah sudah *perfect* atau tidak.”³³

Berdasarkan data wawancara tersebut menunjukkan bahwa perasaan *insecure* yang muncul dalam diri mahasiswa berakar pada kurangnya kepercayaan diri dan kecenderungan perfeksionisme, yang merupakan faktor psikologis internal. Rasa *insecure* yang dialami oleh sebagian mahasiswa mencerminkan adanya kecemasan sosial dan kecenderungan perfeksionisme. Seseorang yang mengalami kecemasan sosial cenderung merasa ketakutan akan penilaian orang lain. Kondisi ini membuat seseorang meragkan kelayakan dirinya. Sementara itu, seseorang dengan kecenderungan perfeksionisme sering menetapkan standar yang tinggi terhadap dirinya sendiri, namun pada saat yang sama tidak memiliki keyakinan penuh terhadap kemampuan yang dimilikinya. Akibatnya, ia akan terus-menerus mengevaluasi diri dan berujung pada ketidakpuasan akan hasil kerjanya.

Fenomena tersebut sejalan dengan pendapat Melanie Greenberg terkait pemicu utama munculnya rasa *insecure*, yaitu

³² Hasil wawancara dengan NA pada 21 Januari 2026.

³³ Hasil wawancara dengan AZ pada 21 Januari 2026.

kurangnya kepercayaan diri yang disebabkan oleh kecemasan sosial serta dorongan perfeksionisme. Greenberg menegaskan bahwa seseorang yang perfeksionus dan cemas secara sosial cenderung menilai dirinya dengan keras, sulit menerima ketidaksempurnaan dan terus-menerus meragukan kemampuan dirinya. Kondisi ini dapat menghambat keberanian untuk tampil dan berekspresi, serta memperkuat pula perasaan tidak aman terhadap kapasitas dirinya.³⁴

4.3.1.4 Kepribadian Introvert

Selanjutnya, faktor kepribadian turut memperkuat dinamika munculnya *insecure*. Umumnya seseorang dengan kepribadian introvert sering mengalami perasaan *insecure*, terutama ketika dirinya berada dalam situasi yang menuntut untuk melakukan interaksi sosial. Hal ini sejalan yang dialami oleh sebagian mahasiswa. Di mana dirinya yang memiliki kepribadian introvert mengalami kesulitan dan sering merasa gugup ketika berada di hadapan banyak orang. Sebagaimana pernyataan yang disampaikan oleh JA berikut ini:

“Saya memang orang yang introvert dan tidak terbiasa berhadapan dengan orang banyak dan seringnya merasa gugup.”³⁵

Ditinjau dari perspektif teori Karl Gustav Jung, seseorang dengan kepribadian introvert umumnya memproses emosinya dengan cara internal, seperti memendam dan merefleksikannya secara personal. Apabila rasa malu, tidak percaya diri, takut, dan

³⁴ “*The 3 Most Common Causes of Insecurity and How to Beat Them | Psychology Today.*”

³⁵ Hasil wawancara dengan JA pada 19 Januari 2026.

cemas tidak diekspresikan secara adaptif, maka kondisi tersebut berpotensi memunculkan perasaan *insecure* dalam dirinya.³⁶

4.3.2 Faktor Eksternal

Faktor eksternal merujuk pada kondisi di luar diri seseorang yang membentuk cara pandang dan pengalaman psikologisnya, meliputi lingkungan sosial, perbandingan sosial, media sosial, serta ekspektasi sosial dan keluarga.

4.3.2.1 Lingkungan Sosial

Jika ditinjau lebih dalam lagi, faktor lainnya yang menjadi penyebab munculnya *insecure* adalah faktor lingkungan. Karena lingkungan menjadi wadah bagi seseorang melakukan berbagai interaksi sosial, baik interaksi di lingkungan terdekat maupun lingkungan akademik. Hal ini ditegaskan oleh sejumlah mahasiswa yang menilai bahwa faktor lingkungan memiliki peran yang cukup dominan. Sebagaimana yang dinyatakan oleh NA bahwa:

“*Insecure* sangat dipengaruhi oleh orang sekitar, terutama ketika adanya perbandingan, sehingga muncul rasa minder dan sedih.”³⁷

Pernyataan di atas memperlihatkan bahwa lingkungan terdekatnya tidak hanya menjadi ruang interaksi sosial, tetapi juga dijadikan sebagai sumber pembentukan standar nilai diri oleh sebagian mahasiswa. Ketika seseorang berada di tengah lingkungan

³⁶ Qobliah, “Larangan *Insecure* dalam Kehidupan (Studi Tafsir Tematik),” 256–69.

³⁷ Hasil wawancara dengan NA pada 21 Januari 2026.

yang dipenuhi oleh orang-orang yang lebih unggul darinya maka perbedaan tersebut sering dimaknai sebagai kekurangan personal.

Hal serupa juga dialami oleh IP yang menekankan bahwa lingkungan akademik, terutama forum kelas. Ruang diskusi akademik yang idelanya menjadi wadah pertukaran ide dan gagasan justru dimaknai sebagai tempat perbandingan kemampuan diri, ketika mahasiswa merasa dikelilingi oleh orang-orang yang dianggap lebih pintar serta lebih aktif darinya. Ini menunjukkan bahwa lingkungan sangat berpengaruh dalam diri seseorang terutama dijadikan sebagai tolak ukur dalam menilai kapasitas diri. Ketika seseorang membangun nilai dirinya atas dasar persepsi lingkungan, maka ia akan cenderung memaknai dirinya kurang, sehingga menguatkan perasaan *insecure* dalam dirinya.³⁸

4.3.2.2 Media Sosial dan Standar Sukses Semu

Di era informasi yang serba cepat ini, faktor media sosial juga tidak dapat diabaikan sebagai salah satu pemicu utama *insecure*.³⁹ Meskipun para informan tidak secara eksplisit selalu menyebut platform tertentu, narasi mengenai membandingkan diri dengan pencapaian orang lain sering kali diperparah oleh apa yang mereka lihat di layar *smartphone*. Bagi mahasiswa Pascasarjana, melihat rekan yang sudah mempublikasikan jurnal internasional, mendapatkan beasiswa ke luar negeri, atau sekadar menampilkan sisi hidup yang terlihat lebih mapan secara ekonomi, dapat menciptakan standar sukses yang semu. Hal ini memicu pemahaman di mana mahasiswa merasa bahwa hidup mereka berjalan di tempat

³⁸ Rizaldi, Satria, and Pratama, "Menyikapi Perasaan *Insecure* dan *Overthinking* dalam Perspektif Al-Qur'an," 14–28.

³⁹ Harnata and Prasetya, "Gambaran Perasaan *Insecure* di Kalangan Mahasiswa yang Mengalami Kecanduan Media Sosial Tiktok," 824.

sementara orang lain berlari kencang. Akibatnya, rasa syukur sering kali tergerus oleh rasa cemas akan ketertinggalan yang sebenarnya bersifat subjektif dan terlempar dari realitas yang ada.

4.3.2.3 Ekspektasi Sosial dan Keluarga

Ekspektasi sosial dan keluarga juga menjadi faktor eksternal yang membebani psikologis sebagian mahasiswa. Gelar S2 di belakang nama bagi sebagian besar mahasiswa bukan sekadar pencapaian akademik, melainkan sebuah beban sosial.⁴⁰ Ada harapan tersirat dari keluarga maupun lingkungan tempat tinggalnya bahwa mahasiswa Pascasarjana harus menjadi sosok yang serba tahu dan sudah selesai dengan urusan keamanan hidup. Tekanan untuk menjadi “sosok ideal” ini sering kali tidak sejalan dengan realitas proses belajar yang masih penuh dengan jatuh bangun dan ketidakpastian. Ketika realitas diri tidak mampu memenuhi ekspektasi tersebut, munculah perasaan tidak layak (*unworthiness*) yang dapat tumbuh dan menjadi akar dari perasaan *insecure*. Mereka merasa gagal bukan karena tidak mampu, melainkan karena merasa tidak bisa menjadi apa yang orang lain harapkan.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi munculnya perasaan *insecure* pada mahasiswa Pascasarjana Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir meliputi faktor internal berupa konsep diri, harga diri, kepribadian, kecenderungan perfeksionisme, serta kecemasan sosial. Adapun faktor eksternal berupa lingkungan sosial, perbandingan sosial, media sosial, serta ekspektasi sosial dan keluarga. Hal ini menunjukkan bahwa *insecure*

⁴⁰ Minxuan Ren dkk., “Effects of Family Environment on Depressive Symptoms in Postgraduate Students: Longitudinal Moderating Effect of Family Support and Mediating Effect of Psychological Resilience,” *Depression and Anxiety*, Vol. 2024, No. 1, 2024: 12, <https://doi.org/10.1155/da/3867823>.

merupakan pengalaman subjektif seseorang yang terbentuk melalui proses panjang dan tidak dapat dilepaskan dari caranya memaknai diri dan lingkungannya.

Berdasarkan pemetaan faktor-faktor di atas, terlihat bahwa perasaan *insecure* yang dialami mahasiswa Pascasarjana Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir tidak hanya berkaitan dengan persoalan akademik atau sosial semata, tetapi juga berakar pada cara individu memaknai dirinya, masa depannya, serta relasinya dengan lingkungan dan Sang Pencipta. Rasa takut akan penilaian orang lain, kecemasan menghadapi masa depan, perasaan kurang layak, serta kecenderungan membandingkan dirinya dengan orang lain menunjukkan adanya kondisi psikologis yang dekat dengan konsep *khauf* (takut), *huzn* (sedih), dan *wahn* (tidak percaya diri). Hal ini tampak, misalnya, dari pernyataan salah satu DM yang mengaku sering *overthinking* dengan masa depan dan merasa tidak pantas berada di lingkungan tertentu, maupun dari IP yang merasa “bodoh” ketika berada di tengah teman-teman yang dianggap lebih pintar.

Dalam perspektif psikologi, kondisi tersebut berkaitan dengan konsep diri dan harga diri yang belum terbentuk secara stabil. Namun, dalam perspektif Al-Qur'an, kegelisahan batin semacam ini tidak hanya dipahami sebagai persoalan kejiwaan, melainkan juga sebagai kondisi spiritual yang memerlukan penguatan iman, ketenangan hati, dan penataan cara pandang terhadap diri dan kehidupan. Al-Qur'an secara konsisten merespons kondisi *khauf*, *huzn*, dan *wahn* manusia dengan pesan penguatan, penenangan, serta peneguhan makna diri di hadapan Allah, seperti dalam ungkapan *lā khaufun 'alaihim wa lā hum yaḥzanūn* atau *lā taḥzan innallāha ma'anā*.

Dengan demikian, temuan mengenai faktor-faktor penyebab *insecure* pada mahasiswa pascasarjana ini menjadi landasan penting

untuk memahami mengapa Al-Qur'an memberikan perhatian besar terhadap kondisi takut, cemas, sedih, kurang percaya diri dalam diri manusia. Faktor internal seperti rendahnya kepercayaan diri dan kecemasan sosial, serta faktor eksternal berupa tekanan lingkungan akademik dan perbandingan sosial, menunjukkan bahwa solusi atas perasaan *insecure* tidak cukup hanya bersifat psikologis atau sosial, tetapi juga membutuhkan pendekatan spiritual dan teologis.

4.4 Solusi yang Ditawarkan Al-Qur'an dalam Mengatasi Perasaan *Insecure*

Berdasarkan hasil wawancara dengan mahasiswa Pascasarjana Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir UIN Ar-Raniry, diperoleh gambaran bahwa Al-Qur'an dipahami tidak hanya sebagai teks normatif yang memerintahkan atau melarang, tetapi juga sebagai sumber penguatan batin dalam menghadapi kondisi psikologis, termasuk perasaan *insecure*. Pemahaman ini menunjukkan bahwa solusi Al-Qur'an terhadap *insecure* tidak dipahami hanya dari satu dimensi saja, melainkan mencakup dimensi spiritual, psikologis, dan praksis kehidupan sehari-hari.

Secara umum, solusi yang ditawarkan Al-Qur'an dalam menghadapi perasaan *insecure*, sebagaimana dipahami oleh para informan, dapat dilihat melalui beberapa pola utama, yaitu: pengakuan kondisi batin manusia, penguatan iman, bersyukur, bersikap aktif, kesadaran akan kehadiran Allah. Pola-pola ini saling berkaitan dan membentuk suatu kerangka pemahaman yang berimplikasi langsung terhadap diri mahasiswa.

4.4.1 Pengakuan Kondisi Batin Manusia

Salah satu temuan dalam penelitian ini menunjukkan adanya pemahaman bahwa Al-Qur'an hadir dengan terlebih dahulu mengakui dan merespons kondisi emosional manusia. Sejumlah

informan menilai bahwa ayat-ayat yang menyinggung rasa takut, kesedihan, serta berbagai ujian kehidupan mencerminkan pengakuan Allah terhadap keterbatasan dan kerentanan manusia. Dalam perspektif ini, perasaan *insecure* tidak diposisikan sebagai tanda lemahnya iman, melainkan dipahami sebagai bagian alami dari dinamika batin manusia yang tidak dapat dihindari.

Cara pandang tersebut tercermin dalam pemahaman informan terhadap ayat-ayat yang berbicara tentang ujian hidup serta narasi tokoh-tokoh Al-Qur'an yang berada dalam situasi penuh tekanan. Kisah Maryam, misalnya, dijadikan contoh untuk menunjukkan bagaimana Al-Qur'an menggambarkan kondisi psikologis yang berat, baik secara sosial maupun emosional. Tekanan berupa tuduhan masyarakat, rasa takut, dan kekhawatiran yang dialami Maryam tidak menghapus kemuliaannya sebagai hamba Allah. Bagi informan, kisah ini mengandung pesan bahwa pengalaman emosional yang menekan tidak serta-merta merendahkan nilai diri seseorang di hadapan Allah. Sebagaimana yang disampaikan oleh JA:

“Dapat dilihat dari cerita Maryam. Dia dituduh berzina dan harus melahirkan seorang diri di bawah pohon kurma dan jauh dari keluarganya. Logikanya ia seharusnya bersedih, takut, khawatir menghadapi hal itu. Tapi yang terjadi sebaliknya. Artinya Al-Qur'an menceritakan ini mengakui perasaan itu dan untuk menguatkan kita juga.”⁴¹

Pemahaman semacam ini membawa implikasi yang signifikan terhadap pembentukan konsep diri mahasiswa. Kesadaran

⁴¹ Hasil wawancara dengan JA pada 19 Januari 2026.

bahwa Al-Qur'an mengakui kondisi batin manusia mendorong munculnya sikap penerimaan diri (*self-acceptance*). Seseorang tidak lagi memaknai pengalaman *insecure* sebagai bukti kelemahan atau kegagalan personal dirinya, melainkan sebagai bagian dari proses kemanusiaan yang dapat dialami oleh siapa pun.

Lebih lanjut, bentuk validasi emosional ini dapat dipahami sebagai landasan awal dalam membangun pemahaman diri yang lebih sehat.⁴² Ketika kondisi batin diakui dan diterima, individu tidak terdorong untuk menekan atau menyangkal emosinya, yang justru berpotensi memperkuat rasa *insecure*. Dengan demikian, pemahaman bahwa Al-Qur'an mengakui keterbatasan dan kerentanan manusia dapat dilihat sebagai titik awal bagi proses pemulihan psikologis sekaligus pembentukan konsep diri yang lebih realistis dan konstruktif.

Melalui pemahaman terhadap ayat-ayat yang sudah dikaji, terlihat bahwa Al-Qur'an diposisikan tidak hanya sebagai teks normatif semata, melainkan juga sebagai teks yang melekat dengan pengalaman batin seseorang. Penjelasan mengenai ayat-ayat yang menggambarkan rasa takut, sedih, dan tekanan hidup dipandang sebagai suatu bentuk pengakuan bahwa perasaan emosional seperti itu memang tidak bisa lepas dari diri manusia. Pemahaman ini membuat mahasiswa tidak lagi melihat perasaan *insecure* sebagai sesuatu yang sepenuhnya salah atau harus disembunyikan, melainkan sebagai bagian dari pengalaman kemanusiaan yang wajar.

Sebagaimana yang telah disebutkan dalam QS. Al-Baqarah ayat 155 bahwa Al-Qur'an mengakui perasaan atau kondisi

⁴² Hani Nur Afifah, Deasy Yunika Khairun, dan Meilla Dwi Nurmala, "Hubungan Konsep Diri dengan Penerimaan Diri Siswa," *Edu Sociata (Jurnal Pendidikan Sosiologi)*, Vol. 7, No. 2, 2024: 448, <https://doi.org/10.33627/es.v7i2.2831>.

emosional yang dialami oleh manusia. Dalam ayat tersebut kondisi emosional tersebut diakui dalam bentuk ujian yang dialami oleh manusia tidak hanya dalam bentuk fisik dan material, tetapi menyentuh jiwa atau psikologis manusia. Yaitu rasa takut yang merupakan bagian dari ujian mental untuk membentuk kedewasaan dan ketahanan jiwa manusia.⁴³

Dengan kata lain, implikasi dari pemahaman ini akan berpengaruh pada cara mahasiswa dalam menilai dirinya sendiri. Ketika kondisi batin seperti ini diakui dan diakomodir oleh Al-Qur'an, mahasiswa akan cenderung lebih menerima dirinya, tanpa harus merasa gagal dari segi spiritual. Perasaan *insecure* tidak lagi dimaknai sebagai tanda akan lemahnya iman, tetapi sebagai kondisi yang dapat dialami oleh siapa pun, bahkan termasuk hamba-hamba Allah yang mulia. Dengan demikian, dalam konteks ini Al-Qur'an berperan membantu mahasiswa untuk membangun sikap menerima diri, sekaligus membuka ruang refleksi untuk memperbaiki diri tanpa adanya tekanan yang berlebihan.

4.4.2 Penguatan Keimanan

Al-Qur'an juga dipahami menawarkan solusi melalui penguatan iman sebagai fondasi utama. Ayat-ayat seperti *lā taḥzan innallāha ma'anā, wa lā tahinū wa lā taḥzanū*, serta ayat-ayat yang menegaskan bahwa para wali Allah tidak diliputi rasa takut dan sedih, kerap disebut sebagai sumber ketenangan batin sekaligus penguat mental oleh para informan. Ayat-ayat ini dipahami sebagai pengingat bahwa manusia tidak menghadapi persoalan hidup sendirian.

⁴³ Shihab, *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an Jilid 1*, hlm. 365.

Pemahaman terhadap ayat-ayat tersebut tidak hanya bersifat informatif, tetapi juga afektif. Beberapa informan menyatakan bahwa mendengar atau mengingat ayat-ayat tersebut secara langsung memberikan rasa tenang dan mengurangi kecemasan. Hal ini menunjukkan bahwa Al-Qur'an berfungsi sebagai sumber regulasi emosi, di mana teks suci berperan dalam menenangkan batin dan menguatkan jiwa, sehingga keimanannya pun meningkat. Hal ini disampaikan oleh AZ dan IP bahwa:

“Jika kita beriman maka rasa *insecure* tersebut juga dapat teratasi dengan baik.”⁴⁴

“Iman sebagai pondasi awal dalam diri. Dengan itu maka kita akan bersikap tegas menghadapi *insecure*.”⁴⁵

Sebagaimana yang telah dijelaskan dalam QS. Āli `Imrān ayat 139 *وَإِنَّكُمْ الْأَعْلُونَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ* “padahal kamu orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman”. Ayat tersebut telah menegaskan bahwa keberadaan iman berfungsi sebagai modal dalam menjaga mental dan emosional seseorang. Jika iman masih berada dalam dadanya, maka ia termasuk orang ditinggikan derajatnya oleh Allah. Sesuai dengan janji-Nya tersebut.⁴⁶ Hal ini membuktikan bahwa ketika iman seseorang kokoh, maka kondisi mental atau emosional dalam dirinya turut menjadi tenang dan tentram. Iman menuntun manusia menuju hidup dan pribadi yang positif karena iman bermakna menyerahkan

⁴⁴ Hasil wawancara dengan AZ pada 21 Januari 2026.

⁴⁵ Hasil wawancara dengan IP pada 20 Januari 2026.

⁴⁶ Hamka, *Tafsir Al-Azhar*, Jilid 2, hlm. 933.

semuanya kepada Allah.⁴⁷ Sehingga ketika iman kokoh, ia akan menyadari kehadiran Allah dalam kehidupannya serta menjadikan perasaan *insecure* dalam dirinya perlahan memudar dan menghilang.

Sejalan dengan pemahaman para informan yang memandang iman yang kuat sebagai sumber kekuatan batin yang mampu menumbuhkan rasa syukur, memberikan ketenangan, serta menghindarkan individu dari perasaan rendah diri yang berlarut-larut. Sebaliknya, iman yang rapuh dipersepsikan membuat seseorang lebih mudah terjebak dalam kecemasan, ketakutan, dan keraguan terhadap dirinya sendiri. Hamka telah menegaskan bahwa iman merupakan modal utama dalam menjaga diri dari perasaan *insecure*, karena iman tidak dapat dirampas oleh keadaan apapun. Sehingga seseorang memiliki landasan yang kuat dalam menghadapi tekanan hidup.⁴⁸

4.4.3 Bersabar

Solusi selanjutnya yang ditawarkan oleh Al-Qur'an dalam mengatasi *insecure* adalah dengan bersabar. Berdasarkan temuan di lapangan, kesabaran menjadi salah satu sikap penting dalam menghadapi perasaan *insecure*. Para informan memandang bahwa rasa takut, cemas, sedih, dan kegelisahan tidak menandakan lemahnya iman, akan tetapi bagian dari ujian kehidupan yang harus dihadapi dengan sabar serta keyakinan kepada Allah. Pemahaman tersebut sejalan dengan QS. Al-Baqarah ayat 155 yang menjelaskan bahwa manusia akan diuji dengan rasa takut, kehilangan, dan

⁴⁷ Utami Salsabila and dkk, "Edukasi Hubungan Kesehatan Mental dengan Iman Webinar 'Low Mental State = Low Faith?'," *Jurnal PKM: Pengabdian Kepada Masyarakat*, Vol. 6, No. 1, 2023: 38-47, <https://share.google/BPpkSakOEUYDtSJtZ>.

⁴⁸ Hamka, *Tafsir Al-Azhar*, Jilid 2, hlm. 933.

berbagai tekanan hidup, kemudian Allah memberikan kabar gembira kepada orang-orang yang sabar.

Sebagaimana yang disampaikan oleh informan bahwa ayat-ayat tentang ketakutan dan kesedihan memberikan fondasi penting bagi kehidupan seorang muslim. Menurutnya, seorang mukmin perlu meyakini bahwa segala bentuk kegelisahan, ketakutan, maupun musibah merupakan bagian dari takdir Allah yang berjalan dalam kehidupan manusia. Ia juga mengaitkan pemahamannya dengan hadis Nabi saw. yang menjelaskan bahwa seluruh keadaan seorang mukmin mengandung kebaikan, baik ketika memperoleh kesenangan maupun ketika menghadapi kesulitan. Pandangan tersebut menunjukkan bahwa kesabaran dipahami sebagai kemampuan menerima ujian hidup dengan keyakinan bahwa di balik setiap keadaan terdapat hikmah dari Allah.⁴⁹

Sementara itu, DM juga menyampaikan pendapatnya bahwa kehidupan pasti mengandung ujian sehingga manusia tidak perlu menuntut dirinya untuk selalu sempurna. Menurutnya, hidup cukup dijalani dengan sabar meski terkadang tetap diiringi dengan tangisan, kesedihan, kecemasan, dan ketakutan. Ia juga menjelaskan bahwa membaca kembali ayat-ayat Al-Qur'an dapat membantu menguatkan hati ketika menghadapi tekanan batin. Kemudian ia juga menambahkan bahwa perasaan *insecure* tidak dapat langsung dianggap sebagai tanda lemahnya iman. Seseorang yang mengalami *insecure* bisa saja memiliki iman yang kuat karena pada dasarnya ia tetap berusaha bersabar, bersyukur, dan mendekatkan diri kepada Allah.⁵⁰ Pernyataan ini menunjukkan bahwa rasa *insecure* dipahami

⁴⁹ Hasil wawancara dengan AZ pada 21 Januari 2026.

⁵⁰ Hasil wawancara dengan DM pada 19 Januari 2026.

sebagai bagian dari kondisi psikologis manusia yang tetap dapat dialami oleh orang beriman.

Pernyataan informan di atas selaras dengan penafsiran para mufasir terhadap QS. al-Baqarah ayat 155. M. Quraish Shihab menjelaskan bahwa *khauf* merupakan keresahan batin yang muncul akibat guncangan hidup dan ketidakpastian manusia. Rasa takut tersebut bukan hanya menyangkut aspek fisik dan material, tetapi juga menyentuh kondisi psikologis manusia.⁵¹ Dalam konteks ini, *insecure* dipahami sebagai bagian dari ujian mental yang membentuk ketahanan jiwa seseorang. Kemudian rasa takut, cemas, dan tekanan hidup dapat melemahkan jiwa apabila tidak dihadapi dengan kesabaran dan keimanan yang kokoh.⁵² Adapun Wahbah al-Zuhaili memandang bahwa *khauf* muncul sebagai respons terhadap ancaman nyata dalam kehidupan, seperti tekanan sosial, ketidakamanan, dan kekhawatiran akan kehilangan.⁵³

Berdasarkan penjelasan tersebut, dapat dipahami bahwa Al-Qur'an tidak menolak adanya rasa takut, cemas, atau rasa *insecure* dalam diri manusia. Perasaan tersebut justru diakui sebagai bagian dari ujian kehidupan. Oleh karena itu Al-Qur'an tidak menghilangkan rasa takut atau rasa *insecure* secara cepat, akan tetapi Al-Qur'an berusaha memberikan arahan dan bimbingan bagi manusia agar mampu menghadapinya dengan sabar dan tetap berharap kepada Allah. Dalam hal ini, esabaran tidak dimaknai sebagai sikap pasif atau menyerah terhadap keadaan, melainkan kekuatan batin untuk tetap bertahan dan mengendalikan diri di tengah tekanan hidup. Kesabaran membantu seseorang untuk tidak

⁵¹ Shihab, *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an Jilid 1*, hlm. 365.

⁵² Hamka, *Tafsir Al-Azhar, Jilid 1*, hlm. 351.

⁵³ Al-Zuhaili, *Tafsir Al-Mumir Jilid 1*, hlm. 300.

larut dalam kecemasan, tidak terus-menerus membandingkan dirinya dengan orang lain, serta tetap melanjutkan kehidupan dengan penuh keyakinan kepada Allah.

4.4.4 Bersikap Aktif dan Tidak Berlarut-larut

Al-Qur'an juga memberikan solusi lainnya berupa untuk terus bersikap aktif dan tidak berlarut-larut dalam perasaan *insecure*. Sejalan dengan temuan di lapangan, yang menjadi temuan paling menonjol bahwa pemahaman bahwa Al-Qur'an tidak hanya mengajarkan ketenangan batin, tetapi juga mendorong sikap aktif dalam menghadapi kesulitan. Ayat-ayat QS. al-Insyirah ayat 5-8 dimaknai sebagai pesan bahwa setelah kesulitan pasti ada kemudahan, serta ajakan untuk terus bergerak dan berusaha. Ayat ini dipahami sebagai larangan untuk turut berlarut-larut dalam rasa takut, sedih, dan minder secara berkepanjangan. Seperti pernyataan salah satu informan yang menyatakan bahwa:

“menurut saya QS. al-Insyirah ayat 5-8 lebih memotivasi saya dan lebih dapat nilai yang diajarkan dari ayat tersebut untuk terus berusaha dalam hal apapun termasuk mengatasi rasa *insecure*”⁵⁴

Pemahaman ini tercermin dalam strategi konkret yang dilakukan oleh mahasiswa, seperti berusaha tampil di depan umum, aktif dalam diskusi, meningkatkan kapasitas akademik, serta mengubah pola pikir negatif. Dengan demikian, solusi Al-Qur'an dipahami tidak hanya dalam bentuk kesabaran pasif, tetapi sebagai dorongan untuk melakukan transformasi diri secara bertahap.

⁵⁴ Hasil wawancara dengan JA pada 19 Januari 2026.

Sebagian juga menyampaikan berusaha berbenah diri dengan terus meng-*upgrade* kemampuan diri, seperti yang disampaikan oleh IP:

“terus *upgrade* diri, walaupun hasilnya belum sempurna.”⁵⁵

Dalam QS. al-Insyirah ayat 5-8, Allah berfirman:

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ۝ إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ۖ فَإِذَا فَرَغْتَ فَانصَبْ ۚ
وَإِلَىٰ رَبِّكَ فَارْغَبْ ۝ ٨

Maka, sesungguhnya beserta kesulitan ada kemudahan. Sesungguhnya beserta kesulitan ada kemudahan. Apabila engkau telah selesai (dengan suatu kebajikan), teruslah bekerja keras (untuk kebajikan yang lain). Dan hanya kepada Tuhanmu berharaplah.

Menurut M. Quraish Shihab, Hamka, dan Wahbah al-Zuhaili, ayat di atas dipahami sebagai prinsip dasar dalam kehidupan umat manusia, di mana setiap kesulitan yang dihadapi tidak pernah berdiri sendiri dan tidak bersifat tetap. Ia selalu dibarengi dengan kemudahan-kemudahan. Penegasan kalimat *inna ma'a al-'usri yusrā* menunjukkan kepastian *sunnah-Nya* bahwa setiap kesulitan pasti disertai atau disusul oleh kemudahan selama yang bersangkutan bertekad untuk menanggulangnya. Betapapun beratnya kesulitan yang dihadapi, pasti dalam celah-celah kesulitan tersebut terdapat kemudahan-kemudahan yang Allah berikan.⁵⁶

⁵⁵ Hasil wawancara dengan IP pada 20 Januari 2026.

⁵⁶ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an Jilid 15*, (Jakarta: Lentera Hati, 2002), hlm. 361–363. Lihat juga dalam Wahbah Al-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir Jilid 15*, (Jakarta: Gema Insani, 2014), hlm.

Kesulitan ini tidak hanya dipahami sebagai kesulitan bersifat fisik, atau sosial, tetapi juga dapat dipahami sebagai kesulitan batin atau mental. Sehingga dapat dimaknai sebagai munculnya rasa *insecure* berupa rasa takut, sedih, tidak percaya diri yang muncul dalam diri seseorang. Oleh karena itu, ayat ini dapat dimaknai sebagai pengingat bahwa ketika rasa *insecure* tersebut muncul, maka ia tidak seharusnya dibiarkan berlarut-larut didalamnya, pasti terdapat kemudahan-kemudahan dalam mengatasinya.

Kemudian dalam ayat selanjutnya *fa idhā faraghta fanṣab, wa ilā rabbika farghab*, dapat dipahami sebagai perintah untuk bersikap aktif dan berorientasi pada Allah dalam menjalankan kehidupan. Ayat tersebut oleh Quraish Shihab ditafsirkan sebagai arahan agar seseorang tidak berhenti atau berlarut-larut dalam satu kesulitan, melainkan segera bergerak menuju kepada urusan lain yang lebih bermanfaat.⁵⁷ Hamka dan Wahbah Zuhaili menekankan bahwa ayat tersebut memerintahkan untuk terus bekerja keras dengan bersungguh-sungguh dalam berbagai aspek kehidupan, dan disertai dengan pengharapan kepada Allah sebagai Tuhan yang memberikan pertolongan bagi hamba-Nya.⁵⁸ Penafsiran tersebut sejalan dengan pemahaman mahasiswa untuk tidak bersikap pasif, berlarut-larut dan stagnan dalam perasaan *insecure* yang dialami, tetapi terus berusaha untuk mengatasi perasaan tersebut, agar ia tidak mandarah daging dalam diri seseorang.

582. Lihat juga dalam Hamka, *Tafsir Al-Azhar Jilid 10*, (Singapura: Pustaka Nasional PTE LTD, 1990), hlm. 8042.

⁵⁷ Shihab, *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an Jilid 15*, hlm. 364.

⁵⁸ Al-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir Jilid 15*, hlm. 583. Lihat juga dalam Hamka, *Tafsir Al-Azhar Jilid 10*, hlm. 8043.

Pemahaman mahasiswa terhadap ayat-ayat sebagai motivasi, khususnya QS. al- Insyirah ayat 5-8, menunjukkan bahwa Al-Qur'an dipahami tidak hanya sebagai sumber ketenangan, tetapi juga sebagai dorongan untuk terus berusaha.⁵⁹ Ayat tersebut dimaknai sebagai pengingat bahwa kesulitan bukanlah kondisi yang bersifat tetap, sehingga perasaan takut dan minder tidak seharusnya dibiarkan berlarut-larut. Pemahaman ini mendorong mahasiswa untuk tidak berhenti pada perasaan, tetapi mencoba mengambil langkah nyata dan konkrit dalam menghadapinya.

Hal ini tampak dari upaya yang dilakukan mahasiswa, seperti mempersiapkan diri lebih baik sebelum diskusi, mencoba tampil meskipun masih merasa ragu, serta berusaha memperbaiki pola pikir yang cenderung mengarah kepada hal yang negatif. Sikap ini menunjukkan bahwa mahasiswa mulai memandang dirinya sebagai pihak yang memiliki peran aktif dalam mengelola perasaan *insecure* di dirinya sendiri. Dengan demikian *insecure* tidak lagi dipahami sebagai keadaan yang melekat secara permanen, tetapi sebagai kondisi yang dapat dihadapi dan dikurangi melalui usaha yang dibarengi dengan kesadaran spiritual.

4.4.5 Kesadaran akan Kehadiran Allah

Kesadaran bahwa Allah senantiasa hadir dan menyertai hamba-Nya menjadi salah satu sumber utama ketenangan batin dalam mengatasi perasaan *insecure*. Pemahaman ini sejalan dengan konsep *sakīnah* dalam QS. al-Taubah ayat 40 melalui ungkapan

⁵⁹ Tri Wulandari dkk., "Mengatasi Kesulitan Hidup dengan Nilai-Nilai Surah Al-Insyirah: Perspektif Bimbingan Konseling," *Jurnal Ilmiah Bimbingan dan Konseling Islam*, Vol. 4, No. 2, 2024: 61-70. <https://www.e-journal.uin-al-azhaar.ac.id/index.php/muhafadhah/article/view/675/482>

innallāha ma‘anā yang menggambarkan ketenangan batin sebagai hasil dari kesadaran akan kehadiran pertolongan Allah.⁶⁰

Mahasiswa memahami bahwa perasaan tidak aman akan berkurang ketika seseorang menyadari bahwa dirinya tidak sendirian dalam menghadapi masalah. Hal ini tercermin dalam pernyataan informan:

“Allah bersama kita, Allah tidak pernah meninggalkan kita. Jadi tidak perlu merasa *insecure*.”⁶¹

Pemahaman terhadap ayat-ayat yang menegaskan kehadiran dan keyakinan kepada Allah memberikan dampak yang cukup nyata pada kondisi batin mahasiswa. Ayat-ayat tersebut tidak hanya dipahami secara konseptual, tetapi dirasakan mampu menghadirkan ketenangan ketika perasaan takut, cemas, atau tidak percaya diri muncul. Seperti pernyataan informan yang menyebutkan bahwa mengingat ayat-ayat tersebut membantu mereka merasa lebih tenang dan tidak larut dalam kekhawatiran.

“Ketika dengar ayat itu bisa membantu memberikan ketenangan dan tidak merasa khawatir dengan apapun.”⁶²

Ini menandakan bahwa kesadaran akan kehadiran Allah juga mengubah cara mahasiswa memandang tekanan yang dihadapinya. Penilaian terhadap diri tidak lagi sepenuhnya bergantung pada capaian akademik atau respons dari orang lain, tetapi mulai

⁶⁰ Shihab, *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur’an Jilid 5*, hlm. 566.

⁶¹ Hasil wawancara dengan NA pada 21 Januari 2026.

⁶² Hasil wawancara dengan IP pada 20 Januari 2026.

diarahkan pada keyakinan bahwa nilai diri tidak lepas dari relasi mereka dengan Allah. Dengan cara pandang ini, mahasiswa merasa lebih kuat secara batin dan tidak mudah goyah ketika menghadapi kekurangan atau keterbatasan diri. Hal ini menunjukkan bahwa *ma'iyyatullah* juga dapat dijadikan sebagai penopang psikologis dalam menghadapi perasaan *insecure*.

4.5 Analisis Pemahaman Mahasiswa terhadap Ayat-Ayat Al-Qur'an tentang *Insecure*

Berdasarkan keseluruhan hasil analisis, dapat disimpulkan bahwa pemahaman mahasiswa Pascasarjana Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir terhadap ayat-ayat yang berkaitan dengan perasaan *insecure* berada pada variasi pemahaman yang beragam, mulai dari pemahaman tekstual hingga pemaknaan yang reflektif dan aplikatif. Sebagian mahasiswa masih memposisikan ayat-ayat tersebut pada level pengenalan dan hafalan, sementara sebagian lainnya telah mampu menangkap pesan moral, spiritual, dan psikologis yang relevan dengan pengalaman batin mereka. Variasi ini menunjukkan bahwa kedalaman pemahaman terhadap ayat tidak semata-mata ditentukan oleh latar belakang akademik, tetapi juga oleh pengalaman emosional, proses pemaknaan diri, dan penghayatan spiritual seseorang.

Pemahaman yang lebih mendalam terhadap ayat-ayat Al-Qur'an berpengaruh signifikan terhadap cara mahasiswa menyikapi perasaan *insecure*. Mahasiswa yang memahami ayat sebagai wujud pengakuan Al-Qur'an atas keterbatasan manusia, umumnya tidak menafsirkan perasaan *insecure* sebagai tanda kelemahan iman, melainkan sebagai bagian dari proses kemanusiaan yang alami. Cara pandang ini mendorong munculnya penerimaan diri, mengurangi kecenderungan menyalahkan diri secara berlebihan, serta membuka

ruang *muhasabah* diri yang lebih sehat dalam menghadapi rasa takut, sedih, dan kurang percaya diri.

Lebih lanjut, pemahaman yang memadukan iman, kesadaran akan kehadiran Allah, serta dorongan untuk selalu berusaha, membentuk cara menyikapi perasaan *insecure* yang lebih proposional. Ayat-ayat Al-Qur'an tidak hanya dipahami sebagai sumber ketenangan batin, tetapi juga sebagai motivasi untuk bersikap aktif, memperbaiki diri, dan tidak berlarut-larut dalam kondisi emosional yang negatif. Dalam konteks ini, iman hadir sebagai fondasi ketahanan batin yang menguatkan kesadaran diri, sementara melalui rasa syukur dan kesadaran akan kehadiran Allah, mahasiswa terbantu untuk melepaskan kecemasan berlebih terhadap segala hasil yang berada di luar kendalinya.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pemahaman mahasiswa terhadap ayat-ayat Al-Qur'an yang mendalam dan aplikatif memiliki peran yang signifikan dalam membantu mereka menghadapi dan mengelola perasaan *insecure*. Pemahaman tersebut tidak hanya berperan pada ranah kognitif semata, melainkan juga membentuk sikap batin, cara pandang terhadap diri, serta ketahanan psikologis mereka dalam menghadapi tekanan akademik dan sosial. Bagi mahasiswa, Al-Qur'an hadir sebagai sumber nilai yang aktif, yang berperan mengarahkan pembentukan pemahaman diri agar lebih stabil, realistis, dan bermakna.

BAB V PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan analisis terhadap pemahaman tentang ayat-ayat yang berkaitan dengan *insecure* perspektif mahasiswa Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir Pascasarjana UIN Ar-Raniry, berikut adalah kesimpulan yang merangkum seluruh jawaban dari rumusan masalah penelitian ini:

1. Pemahaman mahasiswa terhadap ayat-ayat yang tentang *insecure* menunjukkan adanya variasi yang beragam pada setiap tingkat kognitif dalam taksonomi Bloom. Pada tahap mengingat, mahasiswa umumnya telah mampu mengenali dan menyebutkan kembali ayat-ayat yang relevan, meskipun sebagian masih terbatas pada hafalan tekstual. Pada tahap memahami, mahasiswa telah mampu menjelaskan makna umum ayat, walaupun masih didominasi oleh pemahaman yang bersifat deskriptif dan normatif. Selanjutnya, pada tahap menerapkan dan menganalisis, pemahaman mahasiswa mulai berkembang ke arah kontekstual dengan mengaitkan pesan ayat dengan pengalaman personal, khususnya dalam menghadapi perasaan *insecure*. Pada tahap mengevaluasi, mahasiswa telah mampu menilai fungsi ayat sebagai penguat psikologis, meskipun sebagian masih memerlukan dukungan eksternal. Adapun pada tahap mencipta, sebagian mahasiswa telah mampu merumuskan prinsip hidup berbasis nilai-nilai Al-Qur'an yang terintegrasi dalam kehidupan sehari-hari. Dengan demikian, pemahaman mahasiswa tidak hanya berada pada ranah kognitif, tetapi telah berkembang menuju penghayatan reflektif dan aplikatif.

2. *Insecure* tidak muncul secara tiba-tiba, melainkan dipengaruhi oleh kombinasi faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi rendahnya kepercayaan diri, konsep diri yang belum stabil, kecenderungan perfeksionisme, serta kecemasan sosial, khususnya dalam konteks akademik dan interaksi publik. Sementara itu, faktor eksternal mencakup lingkungan akademik yang kompetitif, perbandingan sosial dengan teman yang dianggap lebih unggul, latar belakang pendidikan, serta pengalaman sosial sebelumnya. Dengan demikian menunjukkan bahwa *insecure* tidak selalu bersumber dari realitas sosial yang faktual, melainkan dari proses internal seseorang dalam menafsirkan pengalaman yang dialaminya. Dengan kata lain, *insecure* lebih banyak dibentuk oleh cara seseorang memaknai dirinya dibandingkan oleh tekanan eksternal secara langsung.
3. Al-Qur'an menawarkan solusi yang cukup komprehensif dalam mengatasi perasaan *insecure*, yang mencakup dimensi spiritual, psikologis, dan praksis kehidupan. Solusi tersebut meliputi pengakuan terhadap kondisi batin manusia sebagai bagian dari pengalaman kemanusiaan, penguatan iman sebagai fondasi ketenangan batin, penanaman sikap sabar sebagai bentuk penerimaan diri, dorongan untuk bersikap aktif dan tidak berlarut-larut dalam kondisi negatif, serta peneguhan kesadaran akan kehadiran Allah. Dengan demikian, Al-Qur'an tidak hanya mampu menjadi pedoman normatif, tetapi juga sebagai sumber penguatan psikologis dan spiritual yang berperan dalam membentuk cara pandang, sikap, dan respons individu dalam menghadapi perasaan *insecure*.

5.2 Saran

Penelitian ini merupakan salah satu upaya maksimal yang dilakukan oleh peneliti sebagai syarat memenuhi studi. Akan tetapi peneliti menyadari bahwa tentu terdapat kekurangan dalam penelitian ini. Oleh karena itu peneliti membuka diri untuk dikritisi dan diberikan saran guna meningkatkan kualitas sebuah karya ilmiah. Seputar kajian ini, masih memiliki ruang penelitian untuk peneliti berikutnya, di antaranya sebagai berikut:

1. Penelitian ini lebih menitikberatkan pada pemahaman mahasiswa terhadap ayat-ayat Al-Qur'an, namun belum menggali secara mendalam bagaimana pemahaman tersebut diimplementasikan dalam kehidupan sehari-hari. Penelitian selanjutnya dapat mengkaji aspek praktiknya, yakni sejauh mana pemahaman terhadap ayat-ayat tentang *khauf*, *huzn*, dan ketenangan jiwa benar-benar memengaruhi sikap, perilaku, mahasiswa dalam menghadapi tekanan akademik maupun sosial.
2. Penelitian ini lebih menitikberatkan faktor-faktor penyebab munculnya *insecure* secara umum dan hasil wawancara. Penelitian selanjutnya dapat mengembangkan kajian ini dengan mengintegrasikan faktor-faktor tersebut dalam perspektif Al-Qur'an dan psikologi Islam. Pengembangan tersebut dapat pula diperkuat dengan menggunakan metode studi pustaka secara menyeluruh dan komprehensif.
3. Ayat-ayat Al-Qur'an yang dijadikan sebagai solusi dalam penelitian ini masih berfokus pada beberapa ayat yang secara eksplisit mengandung pesan larangan takut dan bersedih. Penelitian selanjutnya dapat memperluas kajian dengan melibatkan lebih banyak ayat serta

pendekatan tafsir yang lebih beragam dan mendalam, seperti tafsir sufistik, atau tafsir psikologis, sehingga solusi-solusi lainnya yang ditawarkan Al-Qur'an dapat diketahui secara mendalam dan menyeluruh.



DAFTAR PUSTAKA

Buku:

- Ahmad Warson Munawir. *Kamus Al-Munawwir Arab-Indonesia Terlengkap*. Surabaya: Pustaka Progresif, 1997.
- Al-Bukhārī, Al-Imām Abī ‘Abd Allāh Muḥammad bin Ismā‘īl. *Ṣaḥīḥ Al-Bukhārī, Bāb Faḍā’il Aṣḥāb Al-Nabī Ṣallā Allāh ‘alayhi Wa Sallam, Ḥadīṣ No. 3652*. Beirut: Dār Ibn Kathīr, n.d.
- Al-Farmawi, Abd al-Hayy. *Metode Tafsir Mauḍū’i*. Jakarta: grafindo Persada, 1994.
- Al-Zuhaili, Wahbah. *Tafsir Al-Munir Jilid 15*. Jakarta: Gema Insani, 2014.
- . *Tafsir Al-Munir Jilid 2*. Jakarta: Gema Insani, 2014.
- . *Tafsir Al-Munir Jilid 5*. Jakarta: Gema Insani, 2014.
- . *Tafsir Al-Munir Jilid 6*. Jakarta: Gema Insani, 2014.
- Anderson, Lorin W., and David R. Krathwohl. *A Taxonomy for Learning, Teaching, and Assessing: A Revision of Bloom’s Taxonomy of Educational Objectives*. New York: Longman, 2001.
- Anggito, Albi, and Johan Setiawan. *Metode Penelitian Kualitatif*. Sukabumi: Jejak Publisher, 2018.
- Baqi’, Muhammad Fu’ad Abdul. *Al-Mu’jam Al-Mufahras Li Alfaz Al-Qur’an Al-Karim*. Kairo: Dar al-Kutub al-Mishriyyah, n.d.
- Fitrah, Muh., and Luthfiyah. *Metodologi Penelitian; Penelitian Kualitatif, Tindakan Kelas dan Studi Kasus*. Sukabumi: Jejak,

2017.

Hamka. *Tafsir Al-Azhar, Jilid 11*. Singapura: Pustaka Nasional PTE LTD, 1990.

———. *Tafsir Al-Azhar, Jilid 2*. Singapura: Pustaka Nasional PTE LTD, 1990.

———. *Tafsir Al-Azhar Jilid 10*. Singapura: Pustaka Nasional PTE LTD, 1990.

———. *Tafsir Al-Azhar Jilid 4*. Singapura: Pustaka Nasional PTE LTD, 1990.

Mamik. *Metodologi Kualitatif*. Sidoarjo: Zifatama, 2015.

Mazur, Ibnu. *Lisan Al-Arab*. Kairo: Dar al-Ma'arif, 1119.

Miles, Matthew B., and Michael A. Huberman. *Analisis Data Kualitatif*. Jakarta: UI Press, 1992.

Muhammad, Abi al-Qasim al-Husain bin. *Mu'jam Mufradat Li Al-Fazh Al-Qur'an*. Damaskus: Dar al-Qalam, 2009.

Nasaruddin, Mitra Rahayu, Dian Paramitha Asyari, Abdul Sofyan, and Muhamad Fadli. *Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Method)*. Yogyakarta: Gita Lentera, 2024.

Nuzuli, Ahmad Khairul. *Dasar-Dasar Penulisan Karya Ilmiah*. Yogyakarta: Jejak Pustaka, 2023.

Purwanto, Ngalm. *Prinsip-Prinsip dan Teknik Evaluasi Pengajaran*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2010.

Utama, Tim Gramedia Pustaka. *Kamus Pelajar: Inggris-Indonesia, Indonesia Inggris*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2018.

- Raco, J. R. *Metode Penelitian Kualitatif: Jenis, Karakteristik, dan Keunggulannya*. Jakarta: Grasindo, 2010.
- Rahardjo, Mudjia. *Metode Pengumpulan Data Penelitian Kualitatif*. 2011.
- Rifkhan. *Pedoman Metodologi Penelitian Data Panel dan Kuesioner*. Indramayu: Penerbit Adab, 2023.
- Rifa'i, Iman Jalaluddin, Ady Purwoto, Marina Ramadhani, Muksalmina, and Muhammad Taufik Rusydi. *Metodologi Penelitian Hukum*. Banten: Sada Kurnia Pustaka, 2023.
- Shaleh, Abdul Rahman, and Abdul Muhib Wahab. *Psikologi: Suatu Pengantar dalam Perspektif Islam*. Jakarta: Kencana, 2004.
- Shihab, M. Quraish. *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an Jilid 06*. Jakarta: Lentera Hati, 2002.
- . *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an Jilid 15*. Jakarta: Lentera Hati, 2002.
- . *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an Jilid 2*. Jakarta: Lentera Hati, 2002.
- . *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an Jilid 5*. Jakarta: Lentera Hati, 2002.
- Sudijono, Anas. *Pengantar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: Rajawali Pers, 2017.
- Yunus, Mahmud. *Kamus Arab Indonesia*. Jakarta: Mahmud Yunus Wa Dzurriyah, 2010.
- Yusuf, Hamza. *Purification of the Heart: Tanda, Gejala dan Obat*

Penyakit Hati. Bandung: Mizan Pustaka, 2017.

Jurnal:

Abidah, Isna Maulida, and Effy Wardati Maryam. “Intensitas Penggunaan Media Sosial, *Loneliness*, dan *Insecure* pada Remaja.” *Jurnal Psikologi: Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan* Vol. 11, No. 1 (2024): 193–210. <https://jurnal.yudharta.ac.id/v2/index.php/ILMU-PSIKOLOGI/article/view/4911/2773>.

Afifah, Hani Nur, Deasy Yunika Khairun, and Meilla Dwi Nurmala. “Hubungan Konsep Diri dengan Penerimaan Diri Siswa.” *Edu Sociata (Jurnal Pendidikan Sosiologi)* Vol. 7, No. 2 (2024). <https://doi.org/10.33627/es.v7i2.2831>.

Baiduri, Binar Nurani, and Endang Widyorini. “Regulasi Emosi sebagai Mediator antara *Insecure Attachment* dan Perilaku Agresif Pada Remaja.” *Jurnal Psikologi* Vol. 19, No. 1 (2023). <https://doi.org/10.24014/jp.v19i1.20065>.

Devanti, Assifa Retno, and Quellativa Clevaranu Salsabila Liberto. “*Insecure* sebagai Krisis Pemahaman Hakikat Manusia: Mencari Jati Diri diantara Jasad dan Ruh Melalui Muraqabah.” *JIS: Jurnal Pemikiran Islam dan Tasawuf* Vol. 11, No. 2 (2025): 261–73. <https://ejurnal.iaipdnganjuk.ac.id/index.php/spiritualis/article/view/1675/927>.

Fitri, Syakila Errina, and Dodi Pasilaputra. “Upaya Meningkatkan *Feeling of Inferiority* melalui Konseling Individual di Panti Asuhan Mandeh Kandung.” *JURPERU: Jurnal Pendidikan Dan Keguruan* Vol. 2, No. 2 (2025): 70–78. <https://jutepe-joln.net/index.php/JURPERU/article/view/572>.

Hakim, Lukman, Ali Sajjad Baaly, and Abu Bakar Yamani. “Syukur

- sebagai Pencegah *Insecure* Perspektif Abu Hamid Al-Ghazali.” *Substantia: Jurnal Ilmu-Ilmu Ushuluddin* Vol. 26, No. 1 (2024): 26–43.
<https://doi.org/10.22373/SUBSTANTIA.V26I1.22711>.
- Harel, Galit, and Ricky Finzi-Dottan. “Childhood Maltreatment and Its Effect on Parenting among High-Risk Parents.” *Journal of Child and Family Studies* Vol. 27, No. 5 (2018): 1513–24.
<https://doi.org/10.1007/S10826-017-0994-Z>.
- Harnata, Agresta Armando, and Berta Esti Ari Prasetya. “Gambaran Perasaan *Insecure* di Kalangan Mahasiswa yang Mengalami Kecanduan Media Sosial Tiktok.” *Bulletin of Counseling and Psychotherapy* Vol. 4, No. 3 (2023).
<https://doi.org/10.51214/bocp.v4i3.437>.
- Hasanah, Hasyim. “Teknik-Teknik Observasi (Sebuah Alternatif Metode Pengumpulan Data Kualitatif Ilmu-Ilmu Sosial).” *At-Taqaddum* Vol. 8, No. 1 (2016): 21–46.
<https://doi.org/10.21580/AT.V8I1.1163>.
- Huda, Nur. “Konsep Percaya Diri dalam Al-Qur’an sebagai Upaya Pembentukan Karakter Bangsa.” *INOVATIF: Jurnal Penelitian Pendidikan, Agama, dan Kebudayaan* Vol. 2, No. 2 (2016): 65–90. <https://jurnal.iaih.ac.id/index.php/inovatif/article/view/57>.
- Ikrar. “Konsep *Khauf* dalam Al-Qur’an: Telaah atas Pokok-Pokok Pikiran Tasawuf M. Quraish Shihab dalam Tafsir Al-Misbah.” *Tesis Program Studi Ilmu Agama Islam Pascasarjana Institut PTIQ Jakarta*, 2016, 49–50.
<https://repository.ptiq.ac.id/id/eprint/100/1/2016-IKRAR-2012.pdf>.
- Irmawati, and Khozin. “Analisis Taksonomi Bloom Revisi Kognitif dalam Dokumen RPP PAI di Sekolah Dasar Sinarmekar

- Kabupaten Sukabumi.” *AL-AFKAR: Journal for Islamic Studies* Vol. 7, No. 4 (2024). https://www.alafkar.com/index.php/Afkar_Journal/article/view/1127.
- Khairiyah, Lathifah, and Nofha Rina. “Komunikasi Keluarga dalam Pemaknaan *Insecure* pada Diri Remaja Akhir.” *LINIMASA: Jurnal Ilmu Komunikasi* Vol. 7, No. 1 (2024): 55–64.
<https://journal.unpas.ac.id/index.php/linimasa/article/view/9914/5274>.
- Khoirunnisa, Alfina Rizqi, and Ulfah Rahmawati. “Insecure in Qur’anic Perspective.” *UInScof* Vol. 1, No. 1 (2023): 25–35.
<https://proceedings.radenfatah.ac.id/index.php/UInScof2022/article/view/534>.
- Mamlu’ah, Aya. “Konsep Percaya Diri dalam Al-Qur’an Surat Ali Imran Ayat 139.” *Al-Aufa: Jurnal Pendidikan dan Kajian Keislaman* Vol. 1, No. 1 (2019): 30–39.
<https://journal.unugiri.ac.id/index.php/AL-AUFA/article/view/1176>.
- Maslachah, Ana Firdatul, and Fadjrul Hakam Chozin. “Integrasi Nilai Tawakal dalam Al-Qur’an sebagai Metode Penguatan Diri Bagi Penderita *Insecure*: Studi Maudhu’i.” *AT-TAISIR: Journal of Indonesian Tafsir Studies* Vol. 5, No. 1 (2024): 41–56. <https://doi.org/10.51875/ATTAISIR.V5I01.312>.
- Melinsi, Ami Kurnia, Lidia Lestari, Olyvia Chairunnisa Dzikra, Revandi Hadikusuma, and Fatmawati. “Mengubah *Insecure* menjadi Bersyukur.” *Istisyfa: Journal of Islamic Guidance and Counseling* Vol. 2, No. 3 (2024): 379–90.
<https://doi.org/10.29300/ISTISYFA.V2I3.2446>.
- Mu’awwanah, Uyu. “Perilaku *Insecure* pada Anak Usia Dini.” *As-*

Sibyan: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini Vol. 2, No. 1 (2017): 47–58.
<https://ftk.uinbanten.ac.id/journals/index.php/assibyan/index>.

Muminah, Mimin. “Analisis Korelasional antara Pemahaman Orang Tua tentang Pendidikan, Keterlibatannya dalam Aktivitas Pendidikan, dan Hubungannya dengan Hasil Belajar Siswa.” *Tsamratul Fikri* Vol. 10, No. 1 (2016). <https://www.riset-iaid.net/index.php/TF/article/view/9>.

Nelwan, Vinni, Juwinner Dedy Kasingku, and Winda Novita Warouw. “Pengaruh *Insecure* Terhadap Kesadaran akan Kualitas Diri dalam Memimpin: Perspektif Pendidikan.” *Jurnal Pendidikan Tambusai* Vol. 7, No. 2 (2023). https://www.researchgate.net/publication/378073514_Pengaruh_Insecure_terhadap_Kesadaran_Akan_Kualitas_Diri_dalam_Memimpin_Persepektif_Pendidikan.

Normaningtyas, Amalia, and Diyah Fitri Wulandari. “*Alfred Adler’s Individual Psychology: The Inferiority of Anna as Main Character Depicted in Miracles from Heaven (2016)*”, in *Prosiding Konstelasi Ilmiah Mahasiswa Unissula (KIMU) Klaster Humaniora*. Semarang: Universitas Islam Sultan Agung, 2020.

Priyanto, Joko. “Makna Gramatikal Kata ‘*Wahn*’ dalam Al-Qur’an dan Hadits.” *Al-Qalam* Vol. 34, No. 2 (2017): 1–17. <https://doi.org/10.32678/alqalam.v34i2.398>.

Qatrunnada, Jihan Insyirah, Salma Firdaus, Sofika Dwi Karnila, and Usup Romli. “Fenomena *Insecurity* di Kalangan Remaja dan Hubungannya dengan Pemahaman Aqidah Islam.” *Ilmu Al-Qur’an (IQ) Jurnal Pendidikan Islam* Vol. 5, No. 02 (2022): 139–52. <https://doi.org/10.37542/iq.v5i02.655>.

- Qobliah, Lathifatul. “Larangan *Insecure* dalam Kehidupan (Studi Tafsir Tematik).” *Al-Ikhtiar: Jurnal Studi Islam Al-Ikhtiar: Jurnal Studi Islam* Vol. 1, No. 3 (2024). <https://journal.salahuddinalayyubi.com/index.php/ALJSI/article/view/159>.
- Rahmadyani, Cahya Galuh, Abdal Rohim, and Nur Wulan. “Hubungan antara Rasa Syukur Dengan Tingkat *Insecure* pada Remaja di SMA Negeri 1 Kuningan Tahun 2023.” *National Nursing Conference* Vol. 1, No. 2 (2023). <https://doi.org/10.34305/nnc.v1i2.893>.
- Ren, Minxuan, Jingjing Song, Chunyan Zhou, Jinbo Hou, Hai Huang, and Lin Li. “Effects of Family Environment on Depressive Symptoms in Postgraduate Students: Longitudinal Moderating Effect of Family Support and Mediating Effect of Psychological Resilience.” *Depression and Anxiety* 2024, No. 1 (2024). <https://doi.org/10.1155/da/3867823>.
- Rizaldi, Muhammad Rafi, Vemas Satria, and Edy Pratama. “Menyikapi Perasaan *Insecure* dan *Overthinking* Dalam Perspektif Al-Quran.” *Al-Wasathiyah: Journal of Islamic Studies* Vol. 3, No. 1 (2024): 14–28. <https://doi.org/10.56672/V4E5MT76>.
- Ruwaida, Hikmatu. “Proses Kognitif dalam Taksonomi Bloom Revisi: Analisis Kemampuan Mencipta (C6) pada Pembelajaran Fikih di MI Miftahul Anwar Desa Banua Lawas.” *Al-Madrasah: Jurnal Ilmiah Pendidikan Madrasah Ibtidaiyah* Vol. 4, no. 1 (2019): 51–76. <https://share.google/NSqaNwXnwqCe0PIqZ>.
- Sabil, Rahmania, and Rosa Karnita. “Perancangan Buku Jurnal Interaktif untuk Membantu Mengelola Rasa *Insecure* pada Remaja.” *Komunikasi Visual Itenas* Vol. 10, No. 1 (2022).

<https://eproceeding.itenas.ac.id/index.php/fad/article/view/1137>.

Salsabila, Utami, and Dkk. “Edukasi Hubungan Kesehatan Mental dengan Iman Webinar ‘*Low Mental State = Low Faith?*’” *Jurnal PKM: Pengabdian Kepada Masyarakat* Vol. 6, No. 1 (2023): 38–47. <https://share.google/BPpkSakOEUYDtSJtZ>.

Setiawansyah, Muhammad Eka, Aprizal Lukman, and Kamid. “Proses *Recall* Pengetahuan Oleh Siswa Autis pada Pemecahan Masalah Biologi.” *Edu-Sains: Jurnal Pendidikan Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam* Vol. 4, No. 1 (2015): 1–9. <https://online-journal.unja.ac.id/edusains/article/view/2361/7800>.

Wardhani, Niniek Kusuma, Endang Widyorini, and Maria Yang Roswita. “*Negative Parenting* dan *Insecure Attachment* dengan Perilaku *Disruptive* pada Remaja.” *Jurnal Psikologi* Vol. 18, No. 1 (2022). <https://doi.org/10.24014/jp.v18i1.14585>.

Wulandari, Tri, Hasep Saputra, Emmi Kholilah Harahap, SMP Muhammadiyah Lubuklinggau, Pascasarjana IAIN Curup, and Iain Curup. “Mengatasi Kesulitan Hidup dengan Nilai-Nilai Surah Al-Insyirah: Perspektif Bimbingan Konseling.” *Jurnal Ilmiah Bimbingan dan Konseling Islam*, No. 2 (2024). <https://www.e-journal.uin-al-azhaar.ac.id/index.php/muhafadhah/article/view/675/482>.

Yonanda, Devi Afriyuni. “Peningkatan Pemahaman Siswa Mata Pelajaran Pkn tentang Sistem Pemerintahan Melalui Metode M2M (*Mind Mapping*) Kelas IV MI Mambaul Ulum Tegalgondo Karangploso Malang,” *Jurnal Cakrawala Pendas*, Vol. 3, No. 1 (2017). 56. <https://www.neliti.com/publications/280140/peningkatan-pemahaman-siswa-mata-pelajaran-pkn-tentang-sistem->

pemerintahan-melal.

Link:

“Daftar Mahasiswa IAT,” diakses pada 15 Januari 2026, https://uinarraniry.siakadcloud.com/siakad/list_mahasiswa.

“*Insecure* - Gejala, Penyebab, Dan Pengobatan - Alodokter.” diakses pada 4 Januari 2026. <https://www.alodokter.com/insecure>.

“Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) Online.” diakses pada 8 November 2025. <https://kbbi.web.id/paham>.

“Kamus Psikologi APA.” diakses pada 10 April 2026. <https://dictionary.apa.org/insecurity>.

“Program Studi Doktor (S3) Ekonomi Syariah,” diakses pada 14 Januari 2026, <https://bit.ly/4qk1Qxe>.

“Program Studi Doktor (S3) Studi Islam,” diakses pada 14 Januari 2026, <http://bit.ly/4rAwbq3>.

“Sejarah Pascasarjana UIN Ar-Raniry Banda Aceh,” diakses pada 14 Januari 2026, <https://pps.ar-raniry.ac.id/profil/akreditasi/>.

“The 3 Most Common Causes of Insecurity and How to Beat Them | Psychology Today.” diakses pada 3 Januari 2026, <https://www.psychologytoday.com/us/blog/the-mindful-self-express/201512/the-3-most-common-causes-of-insecurity-and-how-to-beat-them>.

LAMPIRAN

Lampiran I

KEPUTUSAN DIREKTUR PASCASARJANA UIN AR-RANIRY BANDA ACEH
Nomor: 803/Un.08/Ps/10/2025
Tentang:
PENUNJUKAN PEMBIMBING TESIS MAHASISWA

DIREKTUR PASCASARJANA UIN AR-RANIRY BANDA ACEH

- Memimbang : 1. bahwa untuk menjamin kelancaran penyelesaian studi pada Pascasarjana UIN Ar-Raniry dipandang perlu menunjuk Pembimbing Tesis bagi mahasiswa;
2. bahwa mereka yang namanya tercantum dalam Keputusan ini, dipandang cakap dan memenuhi syarat untuk diangkat sebagai Pembimbing Tesis.
- Mengingat : 1. Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional;
2. Peraturan Pemerintah Nomor 4 Tahun 2014 tentang Penyelenggaraan Pendidikan Tinggi dan Pengelolaan Perguruan Tinggi;
3. Keputusan Menteri Agama Nomor 156 Tahun 2004 tentang Pedoman/Pengawasan, Pengendalian dan Pembinaan Diploma, Sarjana, Pascasarjana Pada Perguruan Tinggi Agama;
4. Keputusan Menteri Agama Nomor 21 Tahun 2015 tentang STATUTA UIN Ar-Raniry;
5. Keputusan Dirjen Binbaga Islam Departemen Agama R.I. Nomor 40/E/1988 tentang Penyelenggaraan Program Pascasarjana IAIN Ar-Raniry di Banda Aceh;
6. Surat Keputusan Rektor UIN Ar-Raniry Nomor 01 Tahun 2015 tanggal 2 Januari 2015 tentang Pemberian Kuasa dan Pendelegasian Wewenang kepada Dekan dan Direktur Pascasarjana dalam lingkungan UIN Ar-Raniry Banda Aceh;
- Memperhatikan : 1. Hasil Seminar Proposal Tesis semester Ganjil Tahun Akademik 2024/2025, pada hari Selasa tanggal 16 September 2025.
2. Keputusan Rapat Pimpinan Pascasarjana UIN Ar-Raniry Banda Aceh pada hari Rabu tanggal 01 Oktober 2025.
- Menetapkan :
Kesatu :
- MEMUTUSKAN:**
- Menunjuk:
1. Prof. Dr. Salman Abdul Muthalib, Lc., M. Ag
2. Misnawati, M. Ag., Ph.D
- Sebagai Pembimbing Tesis yang diajukan oleh:
- N a m a** : Khusnul Mahda
NIM : 241006001
Prodi : Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir
Judul : Pemahaman Ayat-Ayat *Insecure* Perspektif Mahasiswa Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir Pascasarjana UIN Ar-Raniry
- Kedua : Pembimbing Tesis bertugas untuk mengarahkan, memberikan kritik konstruktif dan bimbingan Tesis sehingga dianggap memenuhi standar untuk memperoleh gelar Magister.
- Ketiga : Kepada Pembimbing Tesis yang namanya tersebut di atas diberikan honorarium sesuai dengan peraturan yang berlaku.
- Keempat : Keputusan ini disampaikan kepada yang bersangkutan untuk dilaksanakan.
- Kelima : Keputusan ini mulai berlaku sejak tanggal ditetapkan dan berakhir pada tanggal 31 Agustus 2028 dengan ketentuan bahwa segala sesuatu akan diperbaiki kembali sebagaimana mestinya, apabila kemudian ternyata terdapat kekeliruan dalam penetapan ini.

Ditetapkan di Banda Aceh
pada tanggal 03 Oktober 2025

Direktur,


Eka Stimulyani
DIREKTUR PASCASARJANA UIN AR-RANIRY BANDA ACEH

Lampiran II



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY BANDA ACEH
PROGRAM STUDI MAGISTER ILMU AL QUR'AN DAN TAFSIR
PASCASARJANA**

Jl. Ar-Raniry No. 1 Kopelma Darussalam Banda Aceh
Telepon (0651) 7552397, Hp. 085297931017, Fax (0651) 7552922
E-mail: s2iat@ar-raniry.ac.id Website: bit.ly/S2IAT

SURAT KETERANGAN

Nomor: 128/Un.08/S2-IAT/02/2026


Ketua Program Studi Magister (S2) Ilmu Al Qur'an dan Tafsir Pascasarjana UIN Ar-Raniry Banda Aceh dengan ini menerangkan bahwa mahasiswa yang namanya tersebut di bawah ini:

Nama	: Khusnul Mahda
T. Tgl. Lahir	: Aceh Besar, 23 Maret 2000
NIM	: 241006001
Konsentrasi	: Magister (S2) Ilmu Al Qur'an dan Tafsir
Penasehat Akademik	: Prof. Dr. Salman Abdul Muthalib, Lc., M. Ag
Semester	: III (Tiga)
Alamat	: Banda Aceh-Medan, Km. 10,5, Desa Lamteungoh, Kec. Ingin Jaya, Aceh Besar
Judul Tesis	: Pemahaman Ayat-Ayat Insecure Perspektif Mahasiswa Ilmu Al Qur'an dan Tafsir Pascasarjana UIN Ar Raniry
Telp./HP	: 082360300133

Telah melakukan penelitian ilmiah untuk memenuhi tugas tesis, terhitung tanggal 24 November 2025 sampai dengan 04 Februari 2026

Demikian Surat Keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Banda Aceh, 09 February 2026

Wassalam,
Ketua Prodi S2 IAT

Dr. Khairizzaman, M. Ag
NIP. 197308022002121004



Kampus
Merdeka
MADRASATUNNABAWAH

Lampiran III

1. Apa yang anda ketahui mengenai perasaan *insecure*? Jelaskan!
2. Apakah anda pernah merasakan *insecure*? Perasaan *insecure* yang bagaimana yang anda alami?
3. Menurut anda, apa faktor yang dapat memicu perasaan *insecure* tersebut?
4. Apakah faktor tersebut lebih banyak berasal dari dalam diri atau dari lingkungan?
5. Dalam konteks mahasiswa pascasarjana, faktor apa yang paling sering memicu perasaan *insecure*?
6. Bagaimana anda mengenal ayat ini? Dalam konteks apa biasanya ayat ini anda temui?
7. Bagaimana anda memahami makna ayat tentang *khauf*, *huzn*, dan *wahn* secara umum?
8. Bagaimana menurut anda pesan utama yang ingin disampaikan dalam ayat ini?
9. Bagaimana anda memandang ayat ini untuk diaplikasikan ke dalam kehidupan sehari-hari?
10. Bagaimana hubungan antara pesan ayat ini dengan perasaan takut, sedih, tidak percaya diri?
11. Menurut anda, apakah ayat ini cukup untuk menguatkan seseorang, atau perlu didukung dengan hal lain? Mengapa?
12. Menurut Anda, prinsip hidup apa yang bisa dibangun dari ayat ini untuk menghadapi *insecure*?
13. Menurut Anda, bagaimana Al-Qur'an memandang kondisi batin manusia yang merasa *insecure*?
14. Apakah anda memiliki solusi untuk diri sendiri dalam menghadapi perasaan *insecure*?
15. Solusi apa yang menurut Anda ditawarkan Al-Qur'an untuk menghadapi perasaan tersebut?

16. Bagaimana peran iman, sabar, dan kesadaran akan nilai diri sebagai makhluk Allah dalam mengatasi *insecure*?



Lampiran IV

