

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan beberapa pemaparan dan analisa yang telah peneliti lakukan pada bagian sebelumnya dari keseluruhan pembahasan, maka peneliti dapat menarik benang merah yang menjadi poin utama dalam penelitian ini. Bahwa, Al-Qur'an sendiri juga memuat sebuah kisah di dalamnya, salah satu kisah yang ada di dalam Al-Qur'an adalah kisah Nabi Ya'qūb yang termaktub pada QS. Yūsuf/12: 13 dan 84. Jika dilihat dari berbagai literatur tafsir bahwa kedua ayat tersebut menjelaskan terkait kesedihan, di mana pada Yūsuf/12: 13 mengisahkan mengenai kesedihan dan kekhawatiran yang dialami oleh Nabi Ya'qūb ketika berpisah dengan orang yang dicintai yaitu anaknya yang bernama Yūsuf. Sedangkan pada QS. Yūsuf/12: 84 dapat diketahui bahwa kesedihan yang mendalam dan berkelanjutan akan berdampak terhadap kesehatan fisik.

Jika dikaji lebih mendalam, ternyata Al-Qur'an tidak hanya dapat berorientasi sebagai informasi historis semata, tetapi juga memberi gambaran dan dapat berfungsi sebagai panduan sepanjang waktu dalam melihat penyebab bahkan dampak dari *mental disorder* secara komprehensif yang dikaji dengan menggunakan pendekatan *Ma'nā Cum Maghzā*. Meskipun Al-Qur'an tidak secara spesifik menggunakan istilah modern baik itu *mental disorder* maupun *psikosomatik*. Namun, konsep tersebut dapat diindikasikan dalam penelitian ini melalui beberapa term yang tentunya

memiliki relasi dengan penyebab dari *mental disorder* salah satunya adalah depresi, di antaranya pada kata *akhāfu*, *asafā*, *huzn* dan juga kata *kazīm*.

Selain itu juga dalam QS. Yūsuf/12: 84 terdapat kalimat yang menggambarkan terjadinya gangguan *psikosomatik* pada kalimat *Wabyadḍat 'aināhu min al-huzn*. Sehingga, konsep kesedihan yang terdapat di dalam Al-Qur'an mengindikasikan bahwa perasaan emosional yang kuat memiliki pengaruh terhadap kesehatan fisik seseorang. Al-Qur'an menganggap adanya keterkaitan antara kondisi emosional dan kesehatan fisik, meskipun tidak menggunakan terminologi modern.

Terlepas dari hal tersebut, penelitian ini juga mengajukan pendekatan atau strategi yang dapat mereduksi ketegangan emosi yang memuncak. Hal tersebut dapat ditemukan dalam kisah Nabi Ya'qūb dalam mengatasi persoalannya. Di antaranya yaitu dengan strategi Penyesuaian kognitif yang termuat pada QS. Yūsuf/12: 86 dan strategi *coping* yang dapat ditemukan dalam QS. Yūsuf/12: 83 dan 87, yang mana dapat diimplikasikan dalam menghadapi suatu masalah pada ranah kekinian.

5.2 Saran

Adapun terdapat beberapa saran, setelah peneliti melakukan kajian terkait Reinterpretasi QS. Yūsuf/12: 13 Dan 84 Mengenai *Mental Disorder* Dengan Pendekatan *Ma'nā Cum Maghzā* sebagai berikut:

1. Skripsi ini, dapat berpotensi menjadi landasan atau acuan untuk mengeksplorasi dengan lebih mendalam atau melakukan penelitian lebih lanjut terkait topik pembahasan mengenai penelitian serupa dengan kasus yang berbeda.

2. Dalam penelitian ini, dapat menjadi tambahan dalam literatur penafsiran dengan metode pendekatan *Ma'nā-cum-maghzā*
3. Penelitian ini, menunjukkan bahwa ayat-ayat Al-Qur'an senantiasa memberikan pemahaman serta penafsiran baru yang relevan dengan perkembangan zaman dan tempat situasi yang dihadapi manusia (*Ṣālih li kulli zamān wa makān*).
4. Pada penelitian ini, mengintegrasikan dan menambah pendekatan psikologis agar dapat melihat bahwa Al-Qur'an memiliki keterkaitan antara keilmuan lainnya.

