ABSTRAK

KETENANGAN JIWA DALAM PERSPEKTIF TAFSIR MUHAMMAD ALI ASH-SHOBUNI DAN RELEVANSINYA TERHADAP KESEHATAN MENTAL KONTEMPORER

(Studi atas Kitab Safwatu at-Tafasir)

SALSABILA RAMADANI
NPM 71220213003

Penelitian ini membahas tentang pemahaman akan ketenangan batin menurut tafsir Muhammad Ali Ash-Shobuni dan bagaimana hal tersebut terkait dengan masalah kesehatan mental masyarakat saat ini. Di tengah peningkatan kasus kecemasan dan depresi saat ini, diperlukan pendekatan batin yang bisa memberi rasa tenang dan damai dalam diri seseorang. Penelitian ini menggunakan pendekatan tafsir tematik dengan cara mempelajari buku-buku referensi untuk menggali pemikiran Ash-Shobuni dalam bukunya yang berjudul Safwatu at-Tafasir. Penelitian menunjukkan bahwa menurut Ash-Shobuni, ketenangan jiwa adalah kondisi dalam diri yang stabil, yang muncul dari kesatuan antara iman yang benar dan kebiasaan beramal baik secara konsisten. Ketenangan ini dicapai dengan dua cara utama, yaitu dengan terus-menerus mengingat Allah dan memiliki ketahanan diri yang baik ketika menghadapi kesulitan. Konsep ini cocok sebagai jawaban spiritual bagi masyarakat saat ini dalam mengatasi masalah seperti rasa takut tertinggal informasi (FOMO) dan perasaan kosong dalam hidup. Dengan demikian, pemikiran Ash-Shobuni memberikan model tentang kesehatan mental yang didasarkan pada hubungan yang dekat secara spiritual dengan Allah SWT.

Kata Kunci: Ketenangan Jiwa, Tafsir, Muhammad Ali Ash-Shobuni, Kesehatan Mental.