

**KONSEP *HIFDZU AN-NAFS* DAN RELEVANSINYA DI ERA MILENIAL
PERSPEKTIF M.QURAIISH SHIHAB DALAM TAFSIR AL MISBAH**

SKRIPSI



Oleh :

Muhammad Burhan

210417038

Pembimbing

Muchlis Daroini M. Kom. I

NIP. 198007162023211005

**JURUSAN ILMU AL-QUR'AN DAN TAFSIR
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB, DAN DAKWAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) PONOROGO**

2024

ABSTRAK

Muhammad Burhan, 2024. Konsep *Hifdzu An-Nafs* Dan Relevansinya Di Era Milenial Perspektif M. Quraish Shihab Dalam Tafsir Al Misbah. **Skripsi.** Jurusan Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Ponorogo. Pembimbing: Muchlis Daroini, M.Kom.I

Kata Kunci : *Hifdzu an- nafs, Tafsir Al-Misbah, M. Quraish Shihab, Era Milenial*

Konsep "*hifdzu an-nafs*" atau menjaga jiwa memiliki makna yang mendalam dalam ajaran Islam, khususnya dalam konteks tafsir al-Misbah yang dikembangkan oleh M. Quraish Shihab. Dalam tafsir al-Misbah, M. Quraish Shihab menguraikan pentingnya menjaga jiwa dari berbagai perspektif, mulai dari ketentraman hati hingga pemahaman tentang tiga jenis nafsu. Melalui pengamalan nilai-nilai agama dan larangan membunuh jiwa, konsep ini menawarkan landasan moral bagi generasi milenial untuk menjalani kehidupan yang lebih bermakna dan memberikan kontribusi positif bagi masyarakat

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah 1) Bagaimana tafsir ayat-ayat *Hifdzu an-Nafs* (menjaga jiwa) dalam tafsir al-Misbah?; 2) Bagaimana relevansi tafsir ayat-ayat *Hifdzu an-Nafs* dalam tafsir al-Misbah di era milenial?. Jenis penelitian ini adalah *library research*. Dalam mengumpulkan data menggunakan metode *library research* (studi kepustakaan) dan dokumentasi lalu dianalisis secara deskriptif-analisis.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *pertama*, generasi milenial haruslah memiliki ketentraman hati. *Kedua*, generasi milenial harus mengenali tiga jenis nafsu. *Ketiga*, generasi milenial harus memiliki amal terpuji dan menjauhkan diri dari dosa. *Keempat*, generasi milenial harus mengerti tentang larangan membunuh jiwa. Terakhir, setelah generasi milenial menerapkan konsep-konsep diatas maka generasi milenial akan memiliki jiwa yang damai.



Lembar Persetujuan/ Nota Dinas

Skripsi atas nama Saudara :

Nama : Muhammad Burhan
NIM : 210417038
Jurusan : Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir
Judul : KONSEP *HIFDZUAN-NAFS* DAN RELEVANSINYA DI ERA
MILENIAL (STUDI TAFSIR TEMATIK DALAM TAFSIR
AL-MISBAH)

Telah di periksa dan disetujui untuk diuji dalam ujian munaqosah.

Ponorogo, 17 April 2024

Menyetujui,
Pembimbing

Mengetahui,
Kaji



Irma Ruziqiningsih, M.Si
NIP. 1974090819991003



Muehlis Daroini M. Kom. I
NIP. 198007162023211005



**KEMENTERIAN AGAMA RI
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) PONOROGO
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB, DAN DAKWAH**

PENGESAHAN

Nama : Muhammad Burhan
NIM : 210417038
Jurusan : Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir
Judul : KONSEP *HIFDZU AN-NAFS* DAN RELEVANSINYA DI ERA
MILENIAL PERSPEKTIF M. QURAISH SHIHAB DALAM
TAFSIR AL MISBAH

Skripsi ini telah dipertahankan pada sidang Munaqosah Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Ponorogo pada :

Hari : Jum'at
Tanggal : 31 Mei 2024

Dan telah diterima sebagai bagian dari persyaratan untuk memperoleh gelar sarjana dalam Ilmu al-Qur'an dan Tafsir (S.Ag) pada:

Hari :
Tanggal :

Tim Penguji:

- | | | |
|-----------------|---------------------------------|---------|
| 1. Ketua Sidang | : Moh. Alwy Amru Ghozali, M.S.I | (.....) |
| 2. Penguji I | : Ahmad Faruk, M.Fil.I | (.....) |
| 3. Penguji II | : Muhclis Daroini, M.Kom.I | (.....) |

Ponorogo, 7 Juni 2024

Mengesahkan
Dekan,
D. Ahmad Munir, M.Ag
NIP. 196806161998031002

SURAT PERSETUJUAN PUBLIKASI

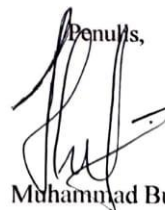
Yang Bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Muhammad Burhan
NIM : 210417038
Fakultas : Ushuludin, Adab dan Dakwah
Program Studi : Ilmu Al-Quran dan Tafsir
Judul Skripsi/Tesis : Konsep Hifdzu An-Nafs Dan Relevansinya Di Era Milenial Perspektif M. Qū raish Shihab Dalam Tafsir Al-Misbah

Menyatakan bahwa naskah skripsi / tesis telah diperiksa dan disahkan oleh dosen pembimbing. Selanjutnya saya bersedia naskah tersebut dipublikasikan oleh perpustakaan IAIN Ponorogo yang dapat diakses di **etheses.iainponorogo.ac.id**. Adapun isi dari keseluruhan tulisan tersebut, sepenuhnya menjadi tanggung jawab dari penulis.

Demikian pernyataan saya untuk dapat dipergunakan semestinya.

Ponorogo, 19 Juni 2024

Penulis,


Muhammad Burhan

NIM. 210417038

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Dengan penuh kejujuran dan tanggungjawab, saya Muhammad Burhan NIM 210417038 menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi ini:

1. Sesungguhnya karya saya sendiri dan belum pernah diterbitkan dalam bentuk dan untuk keperluan apapun.
2. Tidak berisi material yang pernah ditulis orang lain kecuali informasi yang terdapat dalam referensi yang dijadikan rujukan dalam penulisan skripsi ini. Saya bersedia menerima sanksi apabila di kemudian hari ditemukan ketidakbenaran pernyataan saya ini.

Ponorogo, 17 April 2024

Yang menyatakan,



Muhammad Burhan
NIM 210417038

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Al-Qur'an menegaskan prinsip-prinsip penting seperti *hifdzu an-nafs*, yang berarti menjaga dan melindungi diri sendiri. Prinsip ini memiliki implikasi yang sangat penting dalam kehidupan sehari-hari, tidak hanya dari segi fisik, tetapi juga mental dan spiritual. Allah SWT sudah memerintahkan manusia menjaga dirinya sendiri sebagaimana firmanNya dalam Q.S At-Tahrim ayat 6:¹

﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا قُوا أَنْفُسَكُمْ وَأَهْلِيكُمْ نَارًا وَقُودُهَا النَّاسُ وَالْحِجَارَةُ عَلَيْهَا مَلَائِكَةٌ غِلَاظٌ شِدَادٌ لَا يَعْصُونَ اللَّهَ مَا أَمَرَهُمْ وَيَفْعَلُونَ مَا يُؤْمَرُونَ ۖ ﴾

“Wahai orang-orang yang beriman, jagalah dirimu dan keluargamu dari api neraka yang bahan bakarnya adalah manusia dan batu. Penjaganya adalah malaikat-malaikat yang kasar dan keras. Mereka tidak durhaka kepada Allah terhadap apa yang Dia perintahkan kepadanya dan selalu mengerjakan apa yang diperintahkan.”

Ayat enam di atas menggambarkan bahwa dakwah dan pendidikan harus bermula dari rumah. Ayat di atas walau secara redskSIONAL tertuju kepada kaum pria (ayah), tetapi itu bukan berarti hanya tertuju kepada mereka. Ayat ini tertuju kepada perempuan dan lelaki (Ibu dan ayah) sebagaimana ayat-ayat yang serupa (misalnya ayat yang memerintahkan berpuasa) yang juga tertuju kepada lelaki dan perempuan. Ini berarti kedua orang tua bertanggung jawab terhadap anak-anak dan juga pasangan

¹ Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an. 2019. Al-Quran KEMENAG In Microsoft Word. Indonesia: Badan Litbang dan Diklat Kementerian Agama RI

masing-masing sebagaimana masing-masing bertanggung jawab atas kelakuannya.²

Ketika seseorang tidak mampu atau bahkan tidak mau menjaga kehormatan dirinya, mereka rentan terhadap tindakan-tindakan yang melanggar prinsip-prinsip agama. Hal ini dapat menyebabkan mereka terlibat dalam kemaksiatan atau perbuatan yang dilarang oleh Allah SWT.

Penting untuk diingat bahwa kejahatan dan kemaksiatan bukanlah hasil dari kehendak Allah SWT, melainkan akibat dari pilihan dan tindakan manusia sendiri. Oleh karena itu, penting bagi setiap individu untuk selalu meningkatkan kesadaran diri, memperkuat iman dan taqwa, serta menjaga diri dari pengaruh negatif yang dapat membawa mereka pada tindakan-tindakan yang tidak diinginkan.

Dalam Al-Qur'an dan hadis-hadis (sunnah), Allah SWT menegaskan bahwa penciptaan alam beserta segala isinya, termasuk tata aturan syari'at, tidaklah sia-sia. Setiap aspek dalam penciptaan ini memiliki tujuan dan sasaran tertentu yang mendalam. Sebagaimana firman Allah dalam Q.S Al-Mukmin/23: 115.³

﴿ أَفَحَسِبْتُمْ أَنَّمَا خَلَقْنَاكُمْ عَبَثًا وَأَنَّكُمْ إِلَيْنَا لَا تُرْجَعُونَ ۝ ١١٥ ﴾

“ Apakah kamu mengira bahwa Kami menciptakan kamu main-main (tanpa ada maksud) dan kamu tidak akan dikembalikan kepada Kami?”

² M.Quraish Shihab. *Tafsir al-Misbah: Pesan, Kesan dan Keserasian al- Qur'an*. Edisi baru. Jakarta: Lentera Hati, 2009.

³ Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an. 2019. Al-Quran KEMENAG In Microsoft Word. Indonesia: Badan Litbang dan Diklat Kementerian Agama RI

Pernyataan ayat tersebut menunjukkan keniscayaan adanya hari pembalasan. Karena dalam kehidupan dunia ini, terbukti ada manusia yang baik dan berlaku adil dan ada pula yang sebaliknya. Seandainya Allah tidak memberi balasan kepada masing-masing sesuai dengan amal perbuatannya, maka tentu hal tersebut mengakibatkan sia-sianya kebaikan yang berbuat baik.

Menjaga jiwa merupakan aspek penting dalam kehidupan seorang Muslim, dan itu melibatkan upaya menjauhkan diri dari perbuatan-perbuatan yang merugikan. Salah satu cara untuk menjaga jiwa adalah dengan memperhatikan tiga hal utama: menjaga pandangan, menjaga lisan, dan menjaga perbuatan. Seperti yang terkandung dalam Q.S An-Nuur ayat 30-31:⁴

﴿ قُلْ لِلْمُؤْمِنِينَ يَغُضُّوا مِنْ أَبْصَارِهِمْ وَيَحْفَظُوا فُرُوجَهُمْ ذَلِكَ أَزْكَى لَهُمْ إِنْ
 اللَّهُ خَبِيرٌ بِمَا يَصْنَعُونَ ۝ ٣٠ وَقُلْ لِلْمُؤْمِنَاتِ يَغْضُضْنَ مِنْ أَبْصَارِهِنَّ وَيَحْفَظْنَ
 فُرُوجَهُنَّ وَلَا يُبْدِينَ زِينَتَهُنَّ إِلَّا مَا ظَهَرَ مِنْهَا وَلَا يَضْرِبْنَ بِخُمُرِهِنَّ عَلَى
 خُيُوبِهِنَّ وَلَا يُبْدِينَ زِينَتَهُنَّ إِلَّا لِبُعُولَتِهِنَّ أَوْ آبَائِهِنَّ أَوْ أَبْنَائِهِنَّ أَوْ
 أَخْوَانِهِنَّ أَوْ إِخْوَانِهِنَّ أَوْ بَنِي أَخْوَانِهِنَّ أَوْ نِسَائِهِنَّ أَوْ مَا مَلَكَتْ
 أَيْمَانُهُنَّ أَوِ التَّبِيعِينَ غَيْرِ أُولَى الْأَرْبَابَةِ مِنَ الرِّجَالِ أَوِ الطِّفْلِ الَّذِينَ
 لَمْ يَظْهَرُوا عَلَى عَوْرَاتِ النِّسَاءِ وَلَا يَضْرِبْنَ بِأَرْجُلِهِنَّ لِيُعْلَمَ مَا يُخْفِينَ مَنْ
 زَيَّنَّهِنَّ وَتُؤْتُوا إِلَى اللَّهِ جَمِيعًا أَيُّهُ الْمُؤْمِنُونَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ ۝ ٣١ ﴾

“Katakanlah kepada laki-laki yang beriman hendaklah mereka menjaga pandangannya dan memelihara kemaluannya. Demikian itu lebih suci bagi mereka. Sesungguhnya Allah Maha Teliti terhadap apa yang mereka perbuat.” (Q.S An-Nur ayat 30)

“Katakanlah kepada para perempuan yang beriman hendaklah mereka menjaga pandangannya, memelihara kemaluannya, dan janganlah menampakkan perhiasannya (bagian tubuhnya), kecuali yang (biasa) terlihat. Hendaklah mereka menutupkan kain kerudung ke dadanya. Hendaklah pula mereka tidak menampakkan perhiasannya (auratnya), kecuali kepada suami mereka, ayah mereka, ayah suami

⁴ Ibid.

mereka, putra-putra mereka, putra-putra suami mereka, saudara-saudara laki-laki mereka, putra-putra saudara laki-laki mereka, putra-putra saudara perempuan mereka, para perempuan (sesama muslim), hamba sahaya yang mereka miliki, para pelayan laki-laki (tua) yang tidak mempunyai keinginan (terhadap perempuan), atau anak-anak yang belum mengerti tentang aurat perempuan. Hendaklah pula mereka tidak mengentakkan kakinya agar diketahui perhiasan yang mereka sembunyikan. Bertobatlah kamu semua kepada Allah, wahai orang-orang yang beriman, agar kamu beruntung.” (Q.S An-Nur ayat 31)

Dalam ayat ini terdapat perintah yang diberikan pada laki-laki, perintah berikutnya yang ditujukan bagi perempuan pada poin pertama dan kedua sama, yakni menjaga pandangan dan menjaga kemaluan. Satu perintah tambahan bagi perempuan yaitu menutup aurat. Disinilah letak penghargaan tertinggi ajaran Islam pada perempuan. Menutup aurat menjadi perintah yang disebut karena selain Islam memuliakan perempuan, perintah ini menjadi relevan sepanjang zaman sebagai upaya preventif tidak kejahatan seksual yang akhir-akhir ini kian marak terjadi.

Kesehatan jiwa menurut undang – undang nomor 18 tahun 2014 tentang kesehatan jiwa merupakan kondisi dimana seseorang individu dapat berkembang secara fisik, mental, spiritual dan sosial sehingga individu tersebut menyadari kemampuan sendiri, dapat mengatasi tekanan, dapat bekerja secara produktif, dan mampu memberikan kontribusi untuk komunitasnya.

Hal itu juga berarti kesehatan mental mempunyai pengaruh terhadap fisik seseorang dan juga akan mengganggu produktivitas. Kesehatan mental sangat penting untuk menunjang produktivitas dan kualitas kesehatan fisik. Gangguan mental atau kejiwaan bisa dialami oleh siapa saja. Data Riskesdas

(riset kesehatan dasar) 2018 menunjukkan prevalensi gangguan mental emosional yang ditunjukkan dengan gejala-gejala depresi dan kecemasan untuk usia 15 tahun ke atas mencapai sekitar 6,1% dari jumlah penduduk Indonesia atau setara dengan 11 juta orang.⁵

Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, tercatat lebih dari 19 juta penduduk berusia di atas 15 tahun mengalami gangguan mental emosional. Indonesia-National Adolescent Mental Health Survey 2022 juga mengungkapkan bahwa satu dari tiga remaja Indonesia mengalami masalah kesehatan mental. Adapun kasus yang ada di Kulon Progo pada tahun 2023 jumlah Orang dengan Gangguan Jiwa Berat (ODGJ) berat mencapai 1518 orang, pada laki-laki 54,8 %, perempuan 45,2%. Untuk penambahan kasus baru sebanyak 71 kasus atau 4,7 %, upaya percobaan bunuh diri ada 5 orang dan bunuh diri mencapai 6 orang. Oleh karena itu, Hari Kesehatan Mental Sedunia hadir dengan tujuan untuk meningkatkan kesadaran akan masalah kesehatan mental di seluruh dunia serta untuk memobilisasi upaya dalam mendukung kesehatan mental, mengurangi stigma sosial terhadap penderita gangguan jiwa, dan mempromosikan perawatan yang tepat.⁶

Kasus lain menunjukkan ketika individu depresi melakukan *self injury*. Ia merasa menjadi manusia yang tidak berguna karena di samping

⁵ egsaugm, "Darurat Kesehatan Mental Bagi Remaja – Environmental Geography Student Association," 27 November 2020, <https://egsa.geo.ugm.ac.id/2020/11/27/darurat-kesehatan-mental-bagi-remaja/>.

⁶ "DINKES - HARI KESEHATAN JIWA SEDUNIA TAHUN 2023 ‘MENTAL HEALTH IS A UNIVERSAL HUMAN RIGHT’," diakses 14 November 2023, <https://dinkes.kulonprogakab.go.id/detil/1140/hari-kesehatan-jiwa-sedunia-tahun-2023-mental-health-is-a-universal-human-right>.

sakit yang diderita, orangtua menjadi figur yang tidak pernah menganggap semua prestasi yang telah dicapainya. Ia mulanya mengalami kebingungan bagaimana mengatasi emosi negatifnya yang sangat mengganggu, dan akhirnya ia mengalihkannya dengan cara melukai diri sendiri. Menurutnya dengan melukai bagian tubuhnya dan merasakan sakit pada luka tersebut akan dapat mengalihkan emosi negatifnya menjadi rasa sakit atas luka tersebut. Namun tentu saja hal tersebut hanya sementara, ketika luka sudah tidak terasa perih maka emosi negatifnya akan terasa kembali. Akhirnya perilaku melukai diri akan menjadi pengalihan yang dilakukan terus-menerus tiap kali emosi negatif menyerang.⁷

Pada dasarnya, Al-Qur'an memberikan perhatian yang besar terhadap permasalahan nafs atau jiwa. Melalui Al-Qur'an, Allah memerintahkan kepada manusia untuk mengamati dan mengenal dirinya sendiri. Perintah untuk bisa mengamati tanda-tanda kekuasaan Allah yang ada di dalam diri, memiliki tujuan agar manusia sadar akan kebenaran Al-Qur'an dalam menunjukkan eksistensi dirinya, keberadaan langit dan bumi. Selain itu, dengan mengenal diri sendiri, manusia dapat memanfaatkan tanda-tanda kekuasaan Allah dengan baik dan mengagungkan-Nya, karena penciptaan manusia di bumi merupakan untuk suatu manfaat dan juga untuk direnungkan.⁸

⁷ Nadya Ariyani Hasanah Nuriyatiningrum, S.Psi., M.Psi, "Psikologi Milenial", (Semarang : Fakulta Psikologi Universitas Diponegoro, 2020), hal 96.

⁸ Muhammad Izzudin Taufiq, *Panduan Lengkap Dan Praktis Psikologi Islam*, Terj. Sari Narulita dkk. (Jakarta: Gema Insani, 2006), hal 75.

Sehubungan dengan hal ini, peneliti akan menggunakan tafsir al-Misbah karya M. Quraish Shihab dalam membahas ayat-ayat yang berkaitan dengan konsep menjaga diri beserta kandungan didalamnya. Tafsir al-Misbah dikenal karena pendekatan yang komprehensif, sajian yang mudah dipahami, dan relevansinya dengan konteks budaya Indonesia.

Berikut adalah beberapa alasan mengapa Tafsir al-Misbah cocok untuk digunakan dalam penelitian ini, terutama di era milenial di Indonesia:

1. Pendekatan Komprehensif: Tafsir al-Misbah tidak hanya memberikan penjelasan teks ayat, tetapi juga membahas konteks sejarah, budaya, dan relevansi kontemporer. Ini memungkinkan peneliti untuk memahami konsep-konsep agama secara lebih dalam dan menyeluruh.
2. Gaya Bahasa yang Mudah Dipahami: M. Quraish Shihab dikenal karena kemampuannya menggunakan bahasa yang sederhana dan mudah dipahami oleh berbagai kalangan. Ini membuat Tafsir al-Misbah dapat dicerna dengan baik oleh pembaca dari berbagai latar belakang pendidikan dan kebudayaan.
3. Relevansi dengan Budaya Indonesia: Tafsir al-Misbah memiliki dasar budaya yang kuat, dengan penjelasan-penjelasan yang sering kali diilustrasikan dengan contoh-contoh dari budaya Indonesia. Hal ini memudahkan pembaca, terutama di Indonesia, untuk mengaitkan konsep-konsep agama dengan realitas budaya mereka sendiri.
4. Cocok untuk Generasi Milenial: Dalam menghadapi era milenial yang penuh dengan perubahan budaya dan teknologi, Tafsir al-Misbah

memberikan pandangan Islam yang relevan dan terkini. Ini sangat penting dalam memahami dan merespons tantangan-tantangan zaman yang dihadapi oleh generasi milenial.

Dengan demikian, penggunaan Tafsir al-Misbah dalam penelitian ini akan memperkaya konten penelitian ini dan memudahkan pembaca, terutama generasi milenial di Indonesia, untuk memahami dan mengaplikasikan konsep-konsep agama seperti konsep menjaga diri.

Berdasarkan paparan diatas, maka peneliti akan menyajikan tafsir ayat-ayat *hifdzu an-nafs* dalam tafsir al-Misbah dan Relevasinya di era milenial sesuai ajaran al-Qur'an yang kemudian dituangkan dalam penelitian berjudul **“Konsep Hifdzu an-Nafs dan Relevansinya Di Era Milenial Perspektif M.Quraish Shihab Dalam Tafsir Al-Misbah”**.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana Tafsir ayat-ayat *Hifdzu an-Nafs* (Menjaga jiwa) dalam tafsir Al-Misbah?
2. Bagaimana relenvasi tafsir ayat-ayat *Hifdzu an-Nafs* dalam tafsir al Misbah di era milenial?

C. Tujuan dan Kegunaan Penelitian

1. Tujuan dari penelitian ini ialah untuk mengetahui bagaimana relevansi tafsir ayat-ayat *hifdzu an-nafs* di era milenial yang ditawarkan dalam tafsir al-Misbah karya M. Quraish Shihab antara lain:

- a. Memberikan pemahaman mengenai tafsir ayat-ayat *hifdzu an-nafs* yang terdapat dalam tafsir al-misbah
 - b. Pentingnya menjaga jiwa (*hifdzu an-nafs*) di era milenial
 - c. Untuk mengambil pemahaman serta relevansi tafsir ayat-ayat *hifdzu an-nafs* di era milenial
2. Kegunaan Penelitian
- a. Guna menambah wawasan keilmuan mengenai relevansi tafsir ayat-ayat *hifdzu an-nafs* dengan relevansinya di era milenial, khususnya tafsir-tafsir ayat yang terdapat dalam tafsir al-Misbah
 - b. Memberikan sumbangsih karya yang dapat dijadikan rujukan dalam membuat karya tulis ilmiah kedepannya tentang konsep *hifdzu an-nafs* di era milenial dalam kitab tafsir al-Misbah.

D. Manfaat Penelitian

Adapun untuk penelitian ini dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

1. Secara teoritis
 - a. Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan kontribusi pada pengembangan diskursus tafsir dalam masalah *Hifdzu an-Nafs* khususnya yang terdapat dalam dalam tafsir al Misbah.
 - b. Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan kontribusi keilmuan untuk menjadi bahan acuan dan bahan pertimbangan bagi penelitian selanjutnya terutama pada diskursus tafsir dalam mengangkat permasalahan *Hifdzu an-Nafs*
2. Secara praktis

- a. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan dapat menjadi sumbangsih sebagai sumber rujukan dalam melakukan penelitian yang akan dilakukannya.
- b. Bagi peneliti sendiri sangat bermanfaat dalam menambah ilmu pengetahuan dalam bidang tafsir khususnya dalam permasalahan *Hifdzu an-Nafs* yang terdapat dalam tafsir al Misbah, dan tidak kalah pentingnya manfaat penelitian tersebut dapat digunakan sebagai syarat akademik untuk menyelesaikan tugas akhir perkuliahan sehingga mendapat gelar S-1 (Strata Satu).

E. Telaah Hasil Penelitian Terdahulu

Dari sebuah karya tulis, tentunya ada sebuah literatur dan karya ilmiah yang menjadi rujukan bagi peneliti untuk melakukan sebuah penelitian yang mencakup hasil penelitian diatas. Maka sampai saat ini peneliti belum menemukan karya ilmiah yang memiliki kesamaan terhadap yang akan diteliti dari karya ilmiah lainnya. Setidaknya ada beberapa peneliti atau penulis yang telah memberikan pengertian tentang pengertian atau kejelasan terhadap *Hifdzu an-Nafs*.

Pertama, Skripsi karya Tien Pratiwi yang berjudul Konsep Kehormatan Manusia Dalam Al-Qur'an dan Relevansinya Dengan Kehidupan Masyarakat Modern (Studi Tafsir Tematik). Dalam penelitian ini meparkan

P O N O R O G O

makna-makna kehormatan manusia dan relevansinya dalam al-Qur'an di kehidupan masyarakat.⁹

Kedua, Jurnal karya Aay Siti Raohatul Hayat yang berjudul *Impelementasi Pemeliharaan Jiwa (Hifz Al-Nafs) Pada Pengasuhan Anak Berbasis Keluarga*, Jurnal, Aay Siti Raohatul Hayat. Kajian ini memfokuskan pembahasan tentang bagaimana SOS Children's Village memformulasikan hifz al-nafs dengan pola pengasuhan yang diterapkan di SOS. Pendekatan fenomenologi dipakai untuk melihat bagaimana formulasi pemeliharaan jiwa diterapkan oleh SOS, sehingga pemeliharaan jiwa yang merupakan bagian dari maqāṣid al-shariah menjadi lebih unik karena menekankan pada pemeliharaan jiwa secara aplikatif dan empiris. SOS mempunyai tiga (3) program kerja yaitu pengasuhan berbasis keluarga, rogram penguatan keluarga, dan tanggap darurat bencana.¹⁰

Ketiga, Skripsi karya Eva Muzdalifah yang berjudul *Hifdz al-nafs Dalam Al-Qur'an : Studi Dalam Tafsir Ibn 'Asyur*. Penelitian ini membahas relevansi penafsiran ayat-ayat *hifdz al-nafs* dalam kitab tafsir *al-Tahrir wa al-Tanwir* terhadap maqasid al-syari'ah. Di dalam tafsirnya, Ibn Asyur menafsirkan ayat-ayat tersebut melalui analisis teks, sehingga dapat diambil nilai-nilai universalnya sebagai tujuan hukum. Ibn Asyur sebagai penerus al-Syatibi tidak membatasi maqasid al-syari'ah pada tataran ushul al-

⁹ Tien Pratiwi, Skripsi: *Konsep Kehormatan Manusia Dalam Al-Qur'an dan Relevansinya Dengan Kehidupan Masyarakat Modern (Studi Tafsir Tematik)*, (Ponorogo, IAIN Ponorogo, 2014).

¹⁰ Aay Siti Raohatul Hayat, "*Impelementasi Pemeliharaan Jiwa (Hifz Al-Nafs) Pada Pengasuhan Anak Berbasis Keluarga*", Vol. 5, No. 2, FOKUS : Jurnal Kajian Keislaman dan Kemasyarakatan, 2020.

khamsah saja, namun juga prinsip fitrah (al-fitrah), toleransi (al-samahah), maslahat (al-maslahah), kesetaraan (al-musawah), kebebasan (al-hurriyah).¹¹

Keempat, Tesis karya Fahmi yang berjudul *Konsep Hifdz An-Nafs dalam Al-Qur'an dan Relevansinya dalam Menghadapi Pandemi (Studi Analisis Tafsir Ahkam)*. penelitian ini, selain menjelaskan beberapa penafsiran selain Ibnu 'Asyur, menjelaskan juga relevansi nya ayat-ayat yang dijelaskan dengan kondisi terkini, khususnya terkait Pandemi. Tesis ini membuktikan bahwa, Pertama: Al-Qur'an menyatakan Pandemi dengan makhluk kecil yang membahayakan seperti nyamuk, virus, dan semisalnya adalah bukti kekuasaan Allah sebagai peringatan dan memberikan hikmah. Kedua: Ada beberapa contoh pandemi yang diabadikan dalam Al-Qur'an, seperti hujan katak, kutu, dan belalang, pada masa Nabi Musa dan Fir'aun. Ketiga: Wajib hukumnya setiap individu menjaga diri dari pandemi, dengan menjaga perilaku dari hal-hal yang menjerumuskan kepada kebinasaan akibat pandemi.¹²

F. Metode Penelitian

Jenis penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif. Menjelaskan dengan komprehensif data yang didapatkan agar bisa memberikan

¹¹ Eva Muzdalifah, Skripsi: *Hifdz al-nafs Dalam Al-Qur'an : Studi Dalam Tafsir Ibn 'Asyur. Penelitian ini membahas relevansi penafsiran ayat-ayat hifdz al-nafs dalam kitab tafsir al-Tahrir wa al-Tanwir terhadap maqasid al-syari'ah*. (Jakarta: UIN Syarif Hidayatullah, 2019).

¹² Fahmi, Tesis : *Konsep Hifdz An-Nafs dalam Al-Qur'an dan Relevansinya dalam Menghadapi Pandemi (Studi Analisis Tafsir Ahkam)*, (Jakarta: IIQ Jakarta, 2023).

pemahaman lebih terhadap data yang diteliti. Penelitian disini fokuskan pada penelitian kepustakaan (*Library Reseach*), berfungsi menelusuri, menguraikan ayat-ayat tentang *Hifdzu An Nafs* dalam Al-Qur'an.

G. Sumber Data

Adapun sumber data dibagi menjadi dua yaitu primer dan sekunder. Dalam sumber primer peneliti menggunakan rujukan dari kitab *tafsir al-Misbah* karya M. Quraish Shihab. Adapun sumber sekunder, ialah sumber pendukung untuk membahas dan menjelaskan konsep dari *hifdzu an-nafs* dan relevansinya di era milenial sebagai sebuah alat pengetahuan.

H. Metode Pengumpulan Data

Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan dengan membaca dan menelaah langsung data primer. Penulis juga memanfaatkan literatur lainnya sebagai data sekunder yang relevan dengan penelitian ini. Penulisan ayat Al-Qur'an dan penghitungan lafal dilakukan menggunakan alat bantu berupa Qur'an Kemenag *In* Microsoft pada komputer. Proses pengumpulan data melibatkan pengutipan dan pengulas literatur yang relevan dengan topik yang dibahas, baik dari buku-buku klasik, buku-buku kontemporer, artikel, maupun karya ilmiah yang berkaitan dengan penelitian ini

I. Metode Pengolahan dan Analisis Data

Pengolahan data mengandung makna sebagai salah satu proses yang ditempuh dalam penelitian ilmiah setelah proses pengumpulan data dalam bentuk sistematis telah dikumpulkan. Prosesnya ialah sebagai berikut:

1. Menyusun pembahan dari permasalahan yang dikaji.
2. Memeriksa materi dan memasukkan kedalam kelompok masing-masing.
3. Disesuaikan dengan rumusan masalah yang telah dibuat
4. Data kemudian di analisis menggunakan teori yang telah dipaparkan

Dikarenakan peneliti menggunakan metode *library research*, maka pisau analisis yang digunakan untuk mengkaji yaitu melacak literatur kitab tafsir dan berbagai sumber bacaan penunjang lainnya.

J. Sistematika Pembahasan

Hasil penelitian ini akan ditulis dengan sistematika pembahasan sebagai berikut:

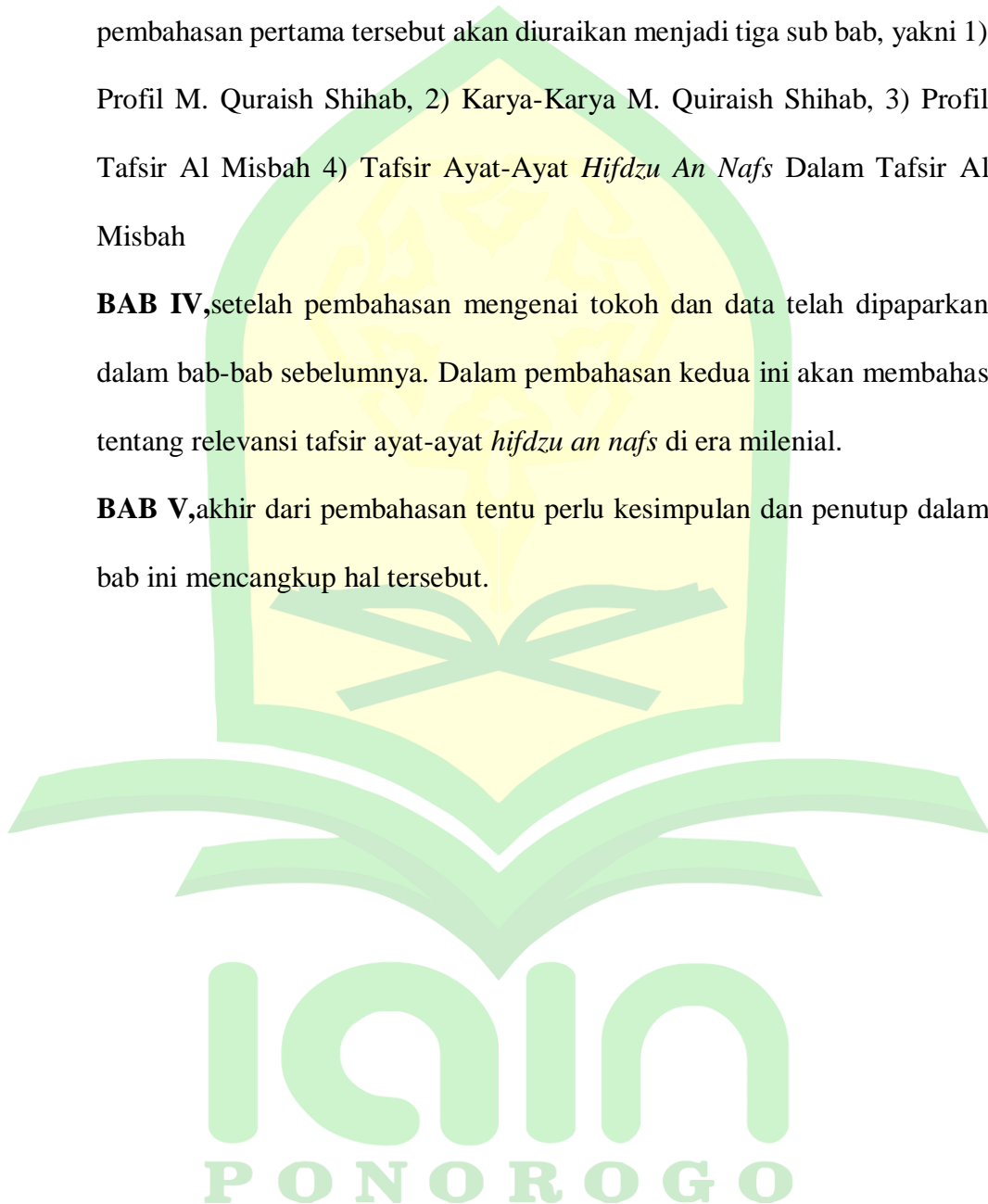
BAB I membahas pendahuluan yang terdiri dari poin-poin, yakni 1) Latar Belakang, 2) Rumusan Masalah, 3) Tujuan dan Kegunaan Penelitian, 4) Manfaat Penelitian, 5) Telaah Hasil Penelitian Terdahulu, 6) Metode Penelitian, 7) Sumber Data, 8) Metode Pengumpulan Data, 9) Metode Pengolahan dan Analisis Data, 10) Sistematika Pembahasan

BAB II akan menguraikan kajian teori dari penelitian, yakni hubungan tafsir Al-Qur'an dengan *hifdzu an-nafs* di era milenial. Kajian teori tersebut akan diuraikan menjadi tiga sub bab, yakni, 1) *Hifdzu An Nafs*, 2) Era Milenial dan Problem Masyarakatnya, 3) Pengertian Relevansi

BAB III akan menguraikan pembahasan dari penelitian. disini akan menguraikan pembahasan pertama dari penelitian. Pembahasan pertama adalah tafsir ayat-ayat *hifdzu an-nafs* dalam tafsir al-misbah. Dalam pembahasan pertama tersebut akan diuraikan menjadi tiga sub bab, yakni 1) Profil M. Quraish Shihab, 2) Karya-Karya M. Quiraish Shihab, 3) Profil Tafsir Al Misbah 4) Tafsir Ayat-Ayat *Hifdzu An Nafs* Dalam Tafsir Al Misbah

BAB IV,setelah pembahasan mengenai tokoh dan data telah dipaparkan dalam bab-bab sebelumnya. Dalam pembahasan kedua ini akan membahas tentang relevansi tafsir ayat-ayat *hifdzu an nafs* di era milenial.

BAB V,akhir dari pembahasan tentu perlu kesimpulan dan penutup dalam bab ini mencangkup hal tersebut.



BAB II

KAJIAN TEORI

Sebuah penelitian tentunya membutuhkan teori yang diperlukan untuk menyelesaikan sebuah permasalahan. Perlu sekiranya untuk menggunakan makna teks yang memiliki kemungkinan makna lain secara eksplisit didalamnya, keberagaman makna suatu teks senantiasa lahir. Hal ini terjadi karena pemahaman akan teks memberikan ruang untuk bernalar.¹³

A. **Hifdzu An-Nafs**

Konsep *Hifdzu al-Nafs* mengandung makna yang mendalam tentang tanggung jawab individu untuk menjaga, melindungi, dan merawat diri mereka sendiri dalam segala aspek kehidupan. Ini merupakan salah satu prinsip penting dalam ajaran agama Islam yang menekankan pentingnya kesejahteraan holistik manusia, baik di dunia maupun di akhirat.¹⁴

Dalam khasanah Islam, konsep "*al-Nafs*" memiliki banyak definisi dan makna yang beragam. Istilah ini dapat merujuk pada jiwa, nyawa, atau bahkan aspek-aspek psikologis dan spiritual individu. *Al-Nafs* dipahami sebagai dimensi yang kompleks dalam diri manusia yang mencakup aspek-aspek seperti keinginan, emosi, pikiran, dan kehendak.

¹³ Machasin, *Dalil Rasional Al-Qur'an* (Yogyakarta: LKiS, 2000), hal 165.

¹⁴ Nuruddin Al-Mukhtar Al-Khadimi, "*Al-Munasabah Al-Syar'iyah Wa Tatbiqaha al-Mu'asiroh*", Beirut: Dar Ibn Hazm, 2006, hal 77.

Setiap individu memiliki potensi-potensi yang terkandung dalam *al-Nafs* mereka. Potensi-potensi ini bisa meliputi kemampuan kognitif, emosional, spiritual, dan lainnya. Penting untuk diingat bahwa potensi-potensi ini bersifat potensial, artinya mereka dapat berkembang dan diterapkan jika manusia mengupayakan untuk mengaktifkan dan mengembangkan potensi tersebut.

Selain itu, potensi-potensi yang terdapat dalam *al-Nafs* memiliki kecenderungan untuk membentuk kepribadian manusia. Kepribadian manusia terbentuk melalui interaksi kompleks antara faktor internal (seperti bakat, keinginan, dan pikiran) dan faktor eksternal (seperti lingkungan, pengalaman hidup, dan pendidikan). Oleh karena itu, peran individu dalam mengelola dan mengarahkan potensi-potensi dalam *al-Nafs* mereka sangatlah penting.

Dalam konteks ini, penting bagi setiap individu untuk mengembangkan kesadaran diri yang baik, mengenal potensi-potensi yang dimiliki, dan mengupayakan untuk mengarahkan potensi tersebut ke arah yang positif dan produktif. Dengan demikian, individu dapat mencapai pertumbuhan dan pembangunan pribadi yang lebih baik sesuai dengan ajaran Islam.¹⁵

Umat Islam memiliki tanggung jawab untuk melindungi diri sendiri dan orang lain. Islam juga sangat mendorong adanya kasih sayang dan berbagi dalam kerangka ajaran agama Islam serta contoh yang ditunjukkan oleh Nabi Muhammad SAW. Jaminan keselamatan jiwa (*al-Muhafadzah ala al-Nafs*) adalah jaminan atas hak hidup yang dihormati dan mulia. Ini mencakup

¹⁵ Abdul Mujib, Yusuf Mudzakir, *Nuansa-nuansa Psikologi Islam*, (PT. Raja Grafindo Persada, Jakarta, 2003), hal 46.

jaminan keselamatan fisik, perlindungan terhadap anggota tubuh, dan penghormatan terhadap martabat manusia. Termasuk dalam pengertian umum dari jaminan ini adalah pembatasan dalam memilih pekerjaan, kebebasan berpikir dan berekspresi, kebebasan berbicara, hak untuk memilih tempat tinggal, dan hal-hal sejenisnya.¹⁶

Penulis tidak menemukan definisi *hifdzu an nafs* secara langsung dari M. Quraish Shihab. Namun, dalam salah satu bukunya, M. Quraish Shihab menyatakan bahwa Al-Qur'an sangat rinci dalam memberikan petunjuk mengenai bagaimana seharusnya manusia memperlakukan sesamanya. Petunjuk-petunjuk ini tidak hanya mencakup larangan terhadap tindakan negatif seperti pembunuhan, menyakiti tubuh orang lain, atau mengambil harta tanpa alasan yang benar, tetapi juga melarang tindakan yang bisa menyakiti perasaan orang lain.

Contoh dari hal ini adalah larangan untuk membicarakan aib seseorang di belakang mereka, tanpa peduli apakah aib tersebut benar atau tidak. Larangan ini tetap berlaku meskipun pembicaraan tersebut dilakukan sambil memberikan bantuan materi kepada orang yang hatinya tersakiti. Dengan kata lain, Al-Qur'an menekankan pentingnya menjaga integritas dan martabat sesama manusia dalam segala aspek, baik fisik maupun emosional. Pandangan ini menunjukkan betapa luasnya cakupan ajaran Al-Qur'an dalam menjaga *hifdzu an nafs*, atau perlindungan terhadap jiwa dan kehormatan manusia.¹⁷

¹⁶ Muhammad Abu Zahrah, *Ushul Fiqh*, (Jakarta: PT. Pustaka Firdaus, 2010), hal 425.

¹⁷ M.Quraish Shihab, *Wawasan Al-Qur'an : Tafsir Maudhu'i Atas Pelbagai Persoalan Umat*, (Bandung: Mizan 1996), hal 266.

Secara umum, nafs dalam konteks manusia mengacu pada aspek batin manusia yang memiliki potensi untuk kebaikan dan keburukan. Menurut Al-Qur'an, nafs diciptakan oleh Allah dalam keadaan sempurna untuk membantu manusia melakukan kebaikan dan menghindari keburukan. Oleh karena itu, Al-Qur'an menganjurkan agar manusia memberikan perhatian besar pada aspek batin ini.

Dalam perspektif Al-Qur'an, Allah menciptakan nafs manusia dalam kondisi sempurna, memiliki kapasitas untuk menyimpan dan mendorong manusia menuju tindakan baik atau buruk. Oleh karena itu, Al-Qur'an menyarankan agar aspek batin manusia ini diberi perhatian yang lebih besar. Ayat "Demi *nafs* serta penyempurnaan ciptaan, Allah mengilhamkan kepadanya kefasikan dan ketakwaan (QS Al-Syams [91]: 7-8)" menunjukkan bahwa Allah memberikan potensi kepada manusia melalui nafs untuk memahami baik dan buruk serta mendorongnya untuk melakukan kebaikan atau keburukan.

Perbedaan pemahaman tentang nafs terlihat antara Al-Qur'an dengan terminologi yang digunakan oleh kaum sufi. Al-Qusyairi, dalam karyanya, mendefinisikan nafs sebagai sesuatu yang menghasilkan sifat buruk dan perilaku tercela. Pendapat kaum sufi ini sejalan dengan definisi nafsu dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, yang menyebutnya sebagai dorongan kuat hati untuk melakukan hal-hal yang tidak baik.

Meskipun Al-Qur'an menyatakan bahwa nafs memiliki potensi positif dan negatif, terdapat isyarat bahwa potensi positif manusia sebenarnya lebih kuat daripada potensi negatifnya. Namun, daya tarik keburukan sering kali lebih kuat dibandingkan dengan daya tarik kebaikan. Karena itu, manusia diharuskan untuk menjaga kesucian nafs dan tidak membiarkannya tercemar.

Al-Qur'an juga mengindikasikan adanya berbagai jenis dan tingkatan nafs. Secara eksplisit, Al-Qur'an menyebutkan tiga jenis nafs: an-nafs al-lawamah (jiwa yang selalu menyesali), an-nafs al-ammarah (jiwa yang mendorong kepada keburukan), dan an-nafs al-muthmainnah (jiwa yang tenang).¹⁸

B. Generasi Milenial dan Problem Masyarakatnya

1. Pengertian Generasi Milenial

Generasi Langgas (Millennials) atau biasanya disebut juga generasi Y, *Netters*, dan *Nexters* merupakan generasi yang berkembang dimana banyak inovasi-inovasi ilmu teknologi informasi. Menurut Haroviz, generasi Y atau yang disebut sebagai ggenerasi millenial adalah sekelompok anak-anak muda yang lahir pada awal tahun 1980 hingga awal tahun 2000 an. Generasi ini juga nyaman dengan keberagaman, teknologi, dan komunikasi online untuk tetap terkoneksi dengan teman-temanya. Menurut Choi et a generasi ini lebih fleksibel terhadap hal-hal yang baru dan segala kemungkinan yang

¹⁸ Idem, hal 283-285

mungkin terjadi, sehingga sering digambarkan sebagai generasi yang sangat nyaman dengan perubahan.

Sumber lain dari *Working With Generations X And Y In Generation Z Period: Management Of Different Generations In Business Life* (Sezin Baysal Berkup, Gediz University, İzmir, Turkey, 2014) menyebutkan bahwa generasi milenial atau generasi Y adalah mereka yang lahir antara tahun 1980 sampai dengan 2001. Pendapat ini mirip dengan pendapat Stafford dan Griffis yang menyatakan bahwa generasi milenial adalah populasi yang lahir antara tahun 1980 sampai dengan 2000. Sedangkan generasi milenial menurut *United States Census Bureau* adalah mereka yang lahir antara tahun 1982 sampai dengan 2000. Lain halnya dengan pendapat *The Millennial Generation Research Review NCF*, generasi milenial adalah yang lahir seperti pada:

Jenis Generasi	Lahir
GI Generation	1901-1924
Silent Generation	1925-1946
Baby Boom Generation	1946-1964
Generation X	1965-1979
Millennial Generation	1980-1999
Generation Z	2000- ¹⁹

Tabel 2.1 Klasifikasi jenis generasi beserta tahun lahir.

¹⁹ Dr. Mohammad Arif, MA., “*Generasi Millennial Dalam Internalisasi Karakter Nusantara*”, (Kediri: IAIN Kediri Press, September 2021).

Di samping peneliti mancanegara, ada beberapa pendapat tentang generasi milenial dari peneliti dalam negeri. Menurut Hasanuddin Ali dan Lilik Purwandi dalam bukunya *Millennial Nusantara* menyebutkan bahwa

Generasi milenial adalah mereka yang lahir antara tahun 1981 sampai dengan tahun 2000. Sementara para peneliti sosial dalam negeri lainnya menggunakan tahun lahir mulai 1980-an sampai dengan tahun 2000-an untuk menentukan generasi milenial.²⁰ Di samping generasi sebelum generasi milenial, ada generasi setelah generasi milenial disebut Generasi Z yang lahir rentang tahun 2001 sampai dengan 2010. Generasi Z ini merupakan peralihan dari Generasi Y atau generasi milenial pada saat teknologi sedang berkembang pesat. Pola pikir Generasi Z cenderung serba instan.

Namun sebagai catatan, generasi tersebut belum akan banyak berperan pada bonus demografi Indonesia pada 2020. Terakhir adalah Generasi Alpha yang lahir pada 2010 hingga sekarang. Generasi ini adalah lanjutan dari generasi Z yang sudah terlahir pada saat teknologi semakin berkembang pesat. Mereka sudah mengenal dan sudah berpengalaman dengan gadget, smartphone dan kecanggihan teknologi lainnya ketika usia mereka yang masih dini. Dalam penyajian profil generasi milenial di bab-bab selanjutnya Generasi Z dan generasi Alpha ini tidak dibandingkan dengan Generasi Milenial, karena berkaitan dengan bonus demografi.

²⁰ Idem.

2. Problem Masyarakat Milenial

Kaum milenial di Indonesia yang lahir mulai pada akhir Orde Baru hingga dekade awal era reformasi memiliki karakteristik yang unik, terutama dalam hal pendidikan dan latar belakang sosio-ekonomi mereka. Mereka seringkali berasal dari keluarga kelas menengah ke atas, baik karena telah berhasil melakukan mobilitas vertikal maupun karena lahir dari orang tua yang berada dalam kelas sosial tersebut. Sebagian besar dari mereka juga tinggal di perkotaan dan memiliki akses yang lebih baik terhadap pendidikan dan teknologi.²¹

Peningkatan penggunaan media sosial, seperti *Instagram*, *Facebook*, dan *Twitter*, telah membawa perubahan besar dalam cara orang mengekspresikan diri dan berinteraksi dengan orang lain, terutama bagi generasi milenial. Fenomena ini memiliki implikasi yang signifikan terhadap bagaimana individu mengekspresikan keghundahan hati dan menangani masalah mental.

Media sosial memberikan ruang bagi individu untuk mengekspresikan diri mereka secara jujur, spontan, dan apa adanya. Melalui foto, tulisan, atau video, mereka dapat berbagi pengalaman, pemikiran, dan perasaan mereka dengan publik mereka. Namun, terdapat potensi bahwa ketergantungan pada media sosial dapat menggantikan interaksi langsung dengan orang lain, seperti orang tua, guru, atau konselor. Sebagai gantinya, individu mungkin lebih memilih untuk mengekspresikan keghundahan mereka secara online

²¹ Richard Tanter dan Kenneth Young, "*Politik Kelas Menengah Indonesia*", (Jakarta: LP3ES,1993)

daripada mencari bantuan langsung dari sumber-sumber dukungan yang lebih tradisional.

Dengan mengandalkan media sosial sebagai sarana utama untuk mengekspresikan masalah mental, individu mungkin kehilangan keintiman dan dukungan emosional yang diperlukan dari interaksi tatap muka dengan orang yang peduli. Ini dapat meningkatkan risiko isolasi sosial dan kesulitan dalam menangani masalah mental. Selain itu, generasi milenial cenderung mencari informasi tentang masalah mereka sendiri melalui mesin pencari seperti Google daripada langsung berkonsultasi dengan ahli atau sumber dukungan lainnya. Meskipun Google dapat menyediakan akses cepat ke informasi, ini juga dapat meningkatkan risiko mendapatkan informasi yang tidak akurat atau tidak relevan.

Dalam menghadapi perubahan ini, penting bagi individu, terutama generasi milenial, untuk tetap memperhatikan kesehatan mental mereka dan memperhatikan keseimbangan antara interaksi online dan offline. Mereka juga perlu menyadari pentingnya mencari dukungan dari sumber-sumber yang dapat diandalkan dan memberikan perhatian khusus terhadap kebutuhan emosional mereka.²²

Data survei dari Populix memberikan gambaran yang cukup jelas mengenai masalah-masalah yang sering menghantui generasi milenial dan Z di Indonesia. Berikut adalah gambaran dari hasil survei tersebut:

²² Shriram Venkatraman, *Social Media in South India* (London: University College of London, 2017), hal 25-55.

- a. **Kondisi Keuangan:** Masalah keuangan menjadi penyebab stres utama bagi generasi milenial dan Z, dengan 59% dari responden mengaku merasa rentan mengalami stres karena masalah keuangan. Ini mencerminkan tantangan ekonomi yang dihadapi oleh banyak individu dalam kelompok usia ini, seperti biaya hidup yang tinggi, kesulitan memperoleh pekerjaan yang stabil, atau beban hutang.
- b. **Minder dengan Pencapaian Teman:** 17% dari responden merasa stres karena mereka merasa minder dengan pencapaian teman-teman mereka. Ini mencerminkan tekanan sosial yang dirasakan oleh generasi ini untuk mencapai kesuksesan dan standar kehidupan yang ditetapkan oleh lingkungan sekitar mereka.
- c. **Kemajuan Karier:** Masalah yang berkaitan dengan kurangnya kemajuan karier juga menjadi penyebab stres bagi 8% dari responden. Ini menunjukkan adanya kebutuhan untuk pengembangan karier yang lebih baik dan kesempatan untuk meningkatkan keterampilan dan pengalaman kerja.
- d. **Kesepian:** 7% dari responden merasa stres karena kesepian. Ini menunjukkan pentingnya hubungan sosial dan dukungan emosional dalam menjaga kesejahteraan mental generasi milenial dan Z.
- e. **Hubungan Personal dengan Keluarga:** Persentase yang lebih rendah, yaitu 5%, merasa stres karena masalah hubungan personal dengan keluarga. Meskipun demikian, hubungan yang kurang harmonis

dengan keluarga juga dapat berkontribusi pada tingkat stres yang tinggi.

- f. Masalah Asmara: Persentase yang lebih kecil, yaitu 4%, mengidentifikasi masalah asmara sebagai penyebab stres. Meskipun demikian, masalah dalam hubungan romantis juga dapat mempengaruhi kesejahteraan mental individu dalam generasi ini.

Data ini menyoroti pentingnya kesadaran akan tantangan dan tekanan yang dihadapi oleh generasi milenial dan Z dalam kehidupan sehari-hari, serta perlunya dukungan dan sumber daya yang tepat untuk membantu mereka mengatasi stres dan meningkatkan kesejahteraan mental mereka.²³

C. Pengertian Relevansi

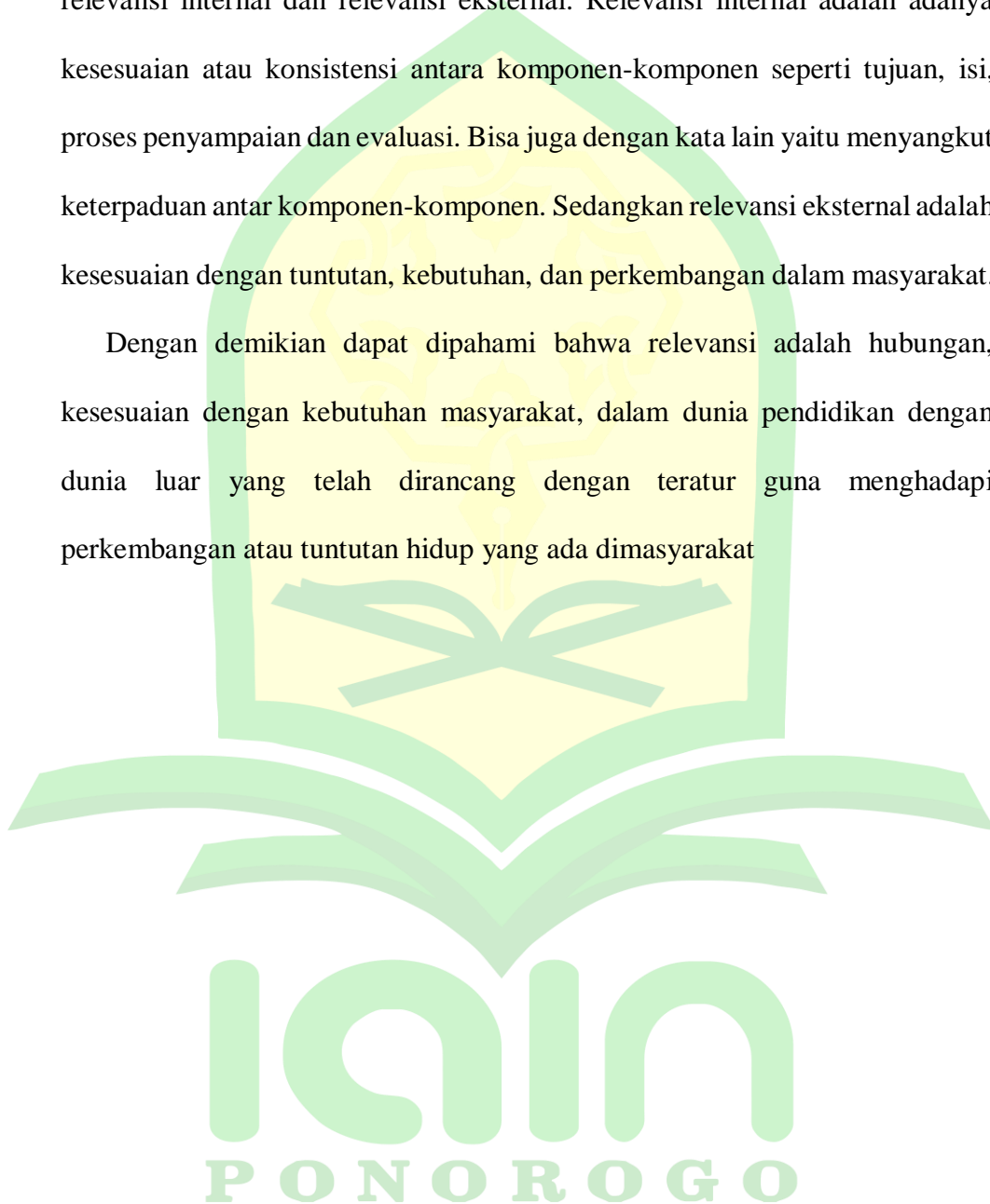
Kata relevansi berasal dari kata relevan, yang mempunyai arti bersangkutan, yang ada hubungan, selaras dengan. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) relevansi berarti hubungan; kaitan.²⁴ Menurut Sukmadinata, relevansi terdiri dari relevansi internal dan relevansi eksternal. Relevansi internal adalah adanya kesesuaian atau konsistensi antara komponen-komponen kurikulum seperti tujuan, isi, proses penyampaian dan evaluasi, atau dengan kata lain relevansi internal menyangkut keterpaduan komponen-komponen dalam kurikulum. Sedangkan relevansi eksternal adalah kesesuaian

²³ Febriana Sulistyia Pratiwi, "Ini Sederet Masalah yang Bikin Gen Z dan Milenial Rentan Stres". <https://dataindonesia.id/varia/detail/ini-sederet-masalah-yang-bikin-gen-z-dan-milenial-rentan-stres>. Diakses pada 30 Maret 2024

²⁴ Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka, 2007), hal. 943.

antara kurikulum dengan tuntutan, kebutuhan, dan perkembangan dalam masyarakat.²⁵ Sedangkan kaitan menurut Sukamidanata, relevansi terdiri dari relevansi internal dan relevansi eksternal. Relevansi internal adalah adanya kesesuaian atau konsistensi antara komponen-komponen seperti tujuan, isi, proses penyampaian dan evaluasi. Bisa juga dengan kata lain yaitu menyangkut keterpaduan antar komponen-komponen. Sedangkan relevansi eksternal adalah kesesuaian dengan tuntutan, kebutuhan, dan perkembangan dalam masyarakat.

Dengan demikian dapat dipahami bahwa relevansi adalah hubungan, kesesuaian dengan kebutuhan masyarakat, dalam dunia pendidikan dengan dunia luar yang telah dirancang dengan teratur guna menghadapi perkembangan atau tuntutan hidup yang ada dimasyarakat



²⁵ Nana Syaodih Sukmadinata, *Pengembangan Kurikulum: Teori dan Praktek*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2007), hal 150-151

BAB III

Hifdzu An-Nafs Dalam Tafsir Al-Misbah Karya M. Quraish Shihab

A. Profil M Quraish Shihab

1. Biografi

Muhammad Quraish Shihab, yang lahir di Kabupaten Sindenreng Rappang (Sindrap), Provinsi Sulawesi Selatan, pada tanggal 16 Februari 1944, adalah seorang ulama terkemuka yang dikenal karena kontribusinya dalam bidang tafsir Al-Qur'an. Beliau berasal dari latar belakang keluarga yang sederhana namun sangat taat beragama. Ayahnya, Habib Abdurrahman Shihab (1905-1986), juga seorang ulama tafsir yang memiliki pengaruh besar dalam perkembangan keilmuan di Indonesia.

Habib Abdurrahman Shihab pernah menjabat sebagai Rektor (*Chancellor*) Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Alaudin Ujung Pandang, Provinsi Sulawesi Selatan, dalam rentang waktu 1972 hingga 1977. Selain itu, beliau juga turut serta dalam pendirian Universitas Muslimin Indonesia (UMI) di Ujung Pandang (sekarang Makassar) dan memegang peran penting sebagai pengurus pada periode 1959 hingga 1965.²⁶

Pengaruh dan keteladanan dari Ayahnya, Habib Abdurrahman Shihab, tentu berdampak besar pada Muhammad Quraish Shihab dalam

²⁶ Muhd Najib Abdul Kadir, Mazlan Ibrahim, 2009, *Studi Kritis Tafsir Al-Misbah*, Penerbit UKM, hal 1.

meniti karier keilmuannya, khususnya dalam bidang tafsir Al-Qur'an. Quraish Shihab dikenal luas sebagai seorang ulama yang mampu menyampaikan pemahaman agama Islam dengan gaya yang jelas dan inklusif, serta memiliki kemampuan untuk merangkum pemikiran-pemikiran kompleks dalam bahasa yang mudah dipahami oleh masyarakat umum.

Pendidikan awal yang diberikan oleh ayahnya, Habib Abdurrahman Shihab, merupakan fondasi penting dalam pembentukan karakter dan kecintaan Muhammad Quraish Shihab terhadap Al-Qur'an. Sejak usia sangat muda, Quraish Shihab sudah terlibat secara aktif dalam kegiatan pembelajaran Al-Qur'an. Ayahnya mewajibkannya untuk mengikuti pengajian Al-Qur'an yang diadakan oleh beliau sendiri sejak Quraish berusia enam tahun. Dalam pengajian tersebut, Quraish Shihab tidak hanya diajarkan membaca Al-Qur'an, tetapi juga diperkenalkan kepada kisah-kisah yang terkandung di dalamnya.²⁷

2. Riwayat Pendidikan M Quraish Shihab

Muhammad Quraish Shihab menempuh pendidikan awalnya di Ujung Pandang (sekarang Makassar), kemudian melanjutkan pendidikan menengahnya di kota Malang. Di samping pendidikan formal, beliau juga mengenyam pendidikan non-formal sebagai santri di Pondok Pesantren Darul Hadits Al-Faqhiyyah, Malang, di bawah bimbingan Habib Abdul Qodir Bil Faqih selama dua tahun. Setelah

²⁷ Islah Gusmian, 2002, *Khazanah Tafsir Indonesia, dari Hermeneutika Hingga Ideologi*, Jakarta, hal 80.

menyelesaikan pendidikan di Malang, pada tahun 1958, Quraish Shihab melanjutkan studinya di Kairo, Mesir. Di sana, beliau diterima di kelas II Tsanawiyah al-Azhar. Di universitas ini, beliau mengambil jurusan yang sesuai dengan minatnya, yaitu jurusan yang bergerak di bidang studi tafsir dan hadis.

Beberapa tahun kemudian, tepatnya pada tahun 1967, Quraish Shihab berhasil meraih gelar Lc (setara dengan gelar Strata 1/S1 di Indonesia) pada jurusan yang diambilnya. Setelah itu, beliau melanjutkan pendidikannya di universitas yang sama dan pada fakultas yang sama untuk memperoleh gelar MA (setara dengan gelar Strata 2/S2). Gelar tersebut diraih oleh beliau dalam waktu yang singkat, sehingga pada tahun 1969, beliau telah berhasil meraih gelar MA sebagai spesialis bidang tafsir Al-Qur'an.²⁸

Pendidikan Quraish Shihab di Mesir mencerminkan peran aktifnya dalam menimba ilmu dari ulama-ulama besar dan sarjana terkemuka. Salah satu dari mereka adalah Syaikh Abdul Halim Mahmud, pengarang beberapa karya penting seperti "*al-Tafsir al-Falsafi fi al-Islam*" (Tafsir Falsafi dalam Islam), "*al-Islam wa al-Aql*" (Islam dan Akal), serta beberapa biografi ulama tasawuf lainnya.

Abdul Halim Mahmud bukan hanya seorang pengarang dan sarjana terkemuka, tetapi juga menjadi dosen (pensyarah) Quraish Shihab selama beliau menempuh pendidikan di Universitas al-Azhar. Pengaruh

²⁸ Hilman Latief, Zezen Zainal Mutaqin, *Islam dan Urusan Kemanusiaan*, (Serambi Ilmu Semesta: 2015), hal 168.

dan kedekatan yang dijalin antara Quraish Shihab dengan Abdul Halim Mahmud sangatlah besar, hingga Quraish Shihab mengakui bahwa sang guru memiliki pengaruh yang signifikan dalam perjalanan pendidikan dan pemikirannya. Kesempatan belajar dan berinteraksi secara langsung dengan Abdul Halim Mahmud memberikan sumbangan berharga bagi perkembangan intelektual dan spiritual Quraish Shihab.

Selain menjadi dosen Quraish Shihab, Abdul Halim Mahmud sendiri merupakan lulusan dari Universitas al-Azhar yang kemudian melanjutkan studinya di Universitas Sorbonne dalam bidang falsafah. Kedua gelar universitas tersebut menegaskan kualitas pendidikan dan pengalaman akademis yang dimiliki oleh Abdul Halim Mahmud.

Kisah Quraish Shihab yang sering naik bus bersama Abdul Halim Mahmud mencerminkan kedekatan personal antara guru dan murid, serta kebersamaan dalam perjalanan pencarian ilmu. Hubungan yang terjalin di luar lingkup kelas atau akademis menunjukkan hubungan yang erat antara keduanya, yang mungkin turut berperan dalam pembentukan pemikiran dan kepribadian Quraish Shihab.²⁹

Pengakuan Quraish Shihab tentang pengaruh besar karya Abbas Mahmud al-Aqqad dalam pembentukan kepribadiannya menunjukkan kedalaman pengaruh intelektual dan spiritual yang dimiliki oleh karya-karya al-Aqqad. Dalam pandangan Quraish Shihab, pemikiran yang terkandung dalam karya-karya al-Aqqad dikarakterisasikan oleh

²⁹ Miftahudin bin Kamil, "*Tafsir al-Misbah M. Quraish Shihab Kajian Aspek Metodologi*", (Malaysia: Universiti Malaya, 2007), hal. 208.

rasionalitas yang kuat namun tetap berada pada jalur yang benar, tidak menyimpang dari ajaran Islam.

Abbas Mahmud al-Aqqad dikenal sebagai seorang intelektual yang mempunyai pandangan kritis dan rasional terhadap berbagai aspek kehidupan, termasuk agama dan masyarakat. Karyanya mencakup berbagai topik, mulai dari sastra, sejarah, filsafat, hingga politik, dan seringkali menampilkan analisis mendalam yang berbasis pada pemikiran logis dan rasional.

Penghargaan Quraish Shihab terhadap karya-karya al-Aqqad menunjukkan bahwa karya tersebut tidak hanya memenuhi standar intelektual, tetapi juga sesuai dengan nilai-nilai Islam yang dia anut. Ini menunjukkan bahwa Quraish Shihab tidak hanya memandang intelektualitas, tetapi juga kesesuaian dengan nilai-nilai agama sebagai kriteria penting dalam menghargai dan menilai karya-karya intelektual.

Keterlibatan dan minat Quraish Shihab terhadap karya-karya al-Aqqad menunjukkan bahwa beliau adalah seorang yang terbuka terhadap pemikiran-pemikiran yang berasal dari luar tradisi keilmuan Islam, asalkan sesuai dengan kerangka nilai dan prinsip Islam. Hal ini mencerminkan sikap terbuka dan inklusif dalam mengeksplorasi pemikiran dan pengetahuan, serta kemauan untuk memperkaya wawasan keilmuan dengan berbagai perspektif dan kontribusi intelektual dari berbagai sumber.³⁰

³⁰ Ibid hal 29.

Setelah kembali ke Indonesia, Muhammad Quraish Shihab mulai menerapkan ilmunya dengan menjadi dosen dan mengajar mata kuliah ilmu tafsir dan ulumul qur'an di Universitas Islam Negeri (UIN) Ujung Pandang, yang pada waktu itu masih berstatus sebagai IAIN (Institut Agama Islam Negeri). Perannya sebagai dosen memberikan kontribusi besar dalam pembentukan pemahaman keagamaan dan intelektual bagi para mahasiswa di bidang tafsir dan ilmu-ilmu Al-Qur'an. Tidak hanya sebagai dosen, Quraish Shihab juga dipercaya untuk menjabat sebagai Wakil Rektor Bidang Akademik dan Kemahasiswaan di universitas yang sama. Selain itu, Quraish Shihab juga diangkat sebagai Koordinator Perguruan Tinggi Agama Islam Swasta (KOPERTAIS) wilayah VII, yang meliputi Indonesia bagian Timur.

Di luar lingkup kampus, Quraish Shihab juga aktif sebagai pembina mental atau pembantu Kepolisian Indonesia Timur. Peran ini menunjukkan keterlibatannya dalam upaya membangun dan memelihara ketertiban sosial serta memberikan dukungan dan pembinaan kepada anggota kepolisian dalam menjalankan tugas mereka. Selama menjadi pembina mental, Quraish Shihab juga terlibat dalam melakukan berbagai riset dengan tema yang relevan dengan kondisi sosial dan keagamaan di wilayah tersebut. Riset-riset ini, seperti "Penerapan Kerukunan Hidup Beragama Di Indonesia Timur" pada tahun 1975 dan "Masalah Wakaf Sulawesi Selatan" pada tahun 1978,

menunjukkan kepedulian dan komitmennya terhadap penyelesaian masalah-masalah sosial dan keagamaan di wilayah tersebut melalui pendekatan akademis dan riset yang ilmiah.³¹

Pada tahun 1980, Quraish Shihab kembali menuntut ilmu ke almamaternya, Universitas Al-Azhar di Kairo, Mesir, dengan tujuan mendalami studi tafsir Al-Qur'an. Beliau mengambil spesialisasi dalam studi tafsir Al-Qur'an dan berhasil meraih gelar doktor dalam bidang ini hanya dalam waktu dua tahun. Dalam disertasinya yang berjudul "Nazhm ad-Durar Al-Biaqa'i Tahqiq wa Dirasah" (suatu kajian dan Analisa terhadap keotentikan Kitab ad-Durar karya Al-Biq'a'i), Quraish Shihab melakukan analisis mendalam terhadap keotentikan kitab tafsir karya Al-Biq'a'i. Disertasi ini berhasil dipertahankan di ujian dengan sangat baik, dan beliau memperoleh predikat penghargaan "Mumtaz Ma'a Martabah AsySyaraf Al-Ula" (summa cum laude), yang merupakan penghargaan tertinggi di universitas tersebut.³²

Pendapat Howard M. Federasi tentang Muhammad Quraish Shihab menyoroti keunikan pendidikan dan karir akademis beliau dalam konteks Indonesia pada zamannya. Quraish Shihab dianggap unik karena pendidikan tingginya sebagian besar ditempuh di Timur Tengah, khususnya di Universitas Al-Azhar di Kairo, Mesir. Federasi menilai bahwa keberhasilan Quraish Shihab dalam menyelesaikan pendidikan

³¹ Hilman Latief, Zezen Zainal Mutaqin, *Islam dan Urusan Kemanusiaan*, (Serambi Ilmu Semesta: 2015), hal 169.

³² Lihat "tentang penulis" dalam M.Quraish Shihab. "*Membumikan Al-Qur'an*", (Mizan, Bandung, 1992), hal 12-13.

tinggi di Al-Azhar, termasuk meraih gelar M.A. dan Ph.D., menjadikannya terdidik dengan baik dibandingkan dengan sebagian besar pengarang lainnya dalam literatur tentang Al-Qur'an di Indonesia. Pendapat Federasi ini menyoroti keistimewaan pendidikan yang diterima Quraish Shihab di Timur Tengah, yang pada zamannya sebagian besar pendidikan tinggi dilakukan di Barat. Keterampilan dan pengetahuan yang diperolehnya dari lingkungan pendidikan Timur Tengah, terutama dari Universitas Al-Azhar yang terkenal, memberikan dimensi dan kedalaman tersendiri dalam pemahamannya tentang Al-Qur'an dan Islam.³³

Pada tahun 1984, Quraish Shihab memulai babak baru dalam karirnya dengan pindah tugas dari IAIN Makassar ke Fakultas Ushuluddin IAIN Jakarta. Kehadirannya di ibu kota Jakarta disambut hangat oleh masyarakat, dan beliau segera aktif dalam berbagai kegiatan di tengah-tengah masyarakat. Selain mengajar di Fakultas Ushuluddin, Quraish Shihab juga dipercaya untuk menduduki sejumlah jabatan penting. Salah satunya adalah sebagai Ketua Majelis Ulama Indonesia (MUI) pusat, dimana beliau mulai menjabat sejak tahun 1984. Peran ini menunjukkan pengakuan atas otoritas keilmuan dan kepemimpinan beliau dalam masyarakat Islam di Indonesia.

Selain itu, beliau juga menjadi anggota Lajnah Pentashhah Al-Qur'an Departemen Agama sejak tahun 1989, yang menunjukkan kontribusinya

³³ Dewan Redaksi, "*Suplemen Ensiklopedia Islam*", (Jakarta: PT. Ikhtiar Baru, 1994), cet. ke-II, hal 110-112

dalam bidang penelitian dan pengembangan teks Al-Qur'an. Di samping itu, Quraish Shihab juga terlibat dalam beberapa organisasi profesional, seperti menjadi Asisten Ketua Umum Ikatan Cendekiawan Muslim se-Indonesia (ICMI) ketika organisasi tersebut didirikan. Selanjutnya, beliau juga tercatat sebagai pengurus Perhimpunan Ilmu-Ilmu Syari'ah dan pengurus konsorsium Ilmu-Ilmu Agama Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. Keterlibatan Quraish Shihab dalam berbagai organisasi ini menunjukkan perannya yang aktif dalam mengembangkan dan memajukan pemikiran keagamaan serta keilmuan Islam di Indonesia.³⁴

Muhammad Quraish Shihab juga dikenal sebagai penulis dan penceramah yang handal. Berbekal latar belakang keilmuan yang kokoh melalui pendidikan formalnya, ditambah dengan kemampuan menyampaikan pendapat dan gagasan dengan bahasa yang sederhana, lugas, rasional, serta pemikiran yang moderat, beliau mampu menjadi penceramah dan penulis yang dapat diterima oleh semua lapisan masyarakat. Kegiatan ceramah yang dilakukan oleh Quraish Shihab meliputi berbagai tempat, termasuk di beberapa masjid bergengsi di Jakarta seperti Masjid At-Tin dan Masjid Fatullah, serta di lingkungan pejabat pemerintah seperti kompleks Masjid Istiqlal. Selain itu, beliau juga tampil di sejumlah stasiun televisi atau media elektronik, terutama selama bulan Ramadan.

³⁴ Haward M.Federspiel, *"Kajiann Al-Qur'an di Indonesia: Dari Mahmud Yunus hingga Quraish Shihab"*, (cet.I, Mizan, Bandung, 1996), hal 295-299.

Beberapa stasiun televisi, seperti RCTI dan Metro TV, bahkan memiliki program khusus selama bulan Ramadan yang dipandu oleh Quraish Shihab. Melalui platform-platform tersebut, beliau berhasil menyampaikan pesan-pesan keagamaan dan pemikiran Islam dengan cara yang menarik dan mudah dipahami oleh audiens, sehingga menjadi sumber inspirasi dan pengetahuan bagi masyarakat luas.³⁵

Quraish Shihab adalah seorang ulama yang memiliki keahlian dalam bidang tafsir Al-Qur'an dan pendidikan. Segala kegiatan dan posisi penting yang beliau emban, mulai dari menjadi pembantu Rektor, Rektor Menteri Agama, ketua MUI, staf ahli Mendikbud, hingga menjadi anggota Badan Pertimbangan Pendidikan, secara langsung terkait dengan dunia pendidikan. Selain itu, karya ilmiah yang ditulisnya dan ceramah-ceramah yang disampaikannya juga memberikan dampak besar dalam pendidikan dan pembelajaran umat.

Quraish Shihab menjadikan keahliannya dalam bidang tafsir sebagai sarana untuk mendidik umat. Pendekatannya yang penuh dengan sikap dan sifat yang patut diteladani, seperti kesederhanaan dalam penampilan, sikap tawadhu' yang menghargai semua orang, kejujuran, amanah, dan ketegasan dalam prinsip, semuanya merupakan bagian dari sikap seorang guru atau pendidik yang baik.

Melalui contoh sikap dan kepribadiannya yang mencerminkan nilai-nilai moral dan etika yang tinggi, Quraish Shihab memberikan teladan

³⁵ Dewan Redaksi, "*Suplemen Ensiklopedia Islam*", (Jakarta: PT. Ikhtiar Baru, 1994), cet. ke-II, hal 114-115.

bagi para pendidik dan umat Islam secara luas. Sikap-sikap tersebut tidak hanya tercermin dalam tindakan dan perilaku beliau sehari-hari, tetapi juga dalam karya-karya ilmiahnya dan ceramah-ceramahnya yang membawa pesan-pesan pendidikan dan kebangsaan.

Dengan demikian, Quraish Shihab tidak hanya diakui sebagai seorang ahli tafsir yang ulung, tetapi juga sebagai seorang pendidik yang memiliki dedikasi tinggi untuk mendidik dan memberikan manfaat bagi umat. Keberhasilannya dalam memadukan keahlian tafsir Al-Qur'an dengan peran pendidikannya menjadi bukti nyata bahwa ilmu agama dapat menjadi sumber inspirasi dan pedoman dalam membentuk kepribadian dan moralitas yang baik bagi umat Islam.³⁶

B. Karya-Karya M Quraish Shihab

Muhammad Quraish Shihab merupakan salah satu tokoh muslim kontemporer Indonesia yang sangat produktif. Meskipun kesibukannya sebagai seorang dosen, pejabat tinggi, dan aktif dalam berbagai kegiatan organisasi, beliau mampu menghasilkan karya-karya yang sangat banyak dan beragam. Keunggulan karya-karya beliau adalah popularitasnya yang tinggi dan dapat diterima oleh berbagai kalangan masyarakat. Dalam rentang waktu yang relatif singkat, Quraish Shihab telah menghasilkan berbagai jenis karya ilmiah, mulai dari artikel ilmiah yang dipresentasikan dalam seminar, rubrik atau kolom di berbagai surat kabar dan majalah,

³⁶ Haward M.Federspiel, *“Kajiann Al-Qur'an di Indonesia: Dari Mahmud Yunus hingga Quraish Shihab”*, (cet.I, Mizan, Bandung, 1996), hal 301.

hingga buku-buku yang diterbitkan. Gaya penulisan beliau cenderung sejuk, sederhana, dan mudah dipahami oleh pembaca. Hal ini menjadikan karyanya sangat diminati, bahkan beberapa di antaranya menjadi best seller dan mengalami cetak ulang berkali-kali.

Rubrik-rubrik yang diasuhnya di harian terkemuka juga selalu menjadi bacaan yang digemari oleh masyarakat. Keberhasilan Quraish Shihab dalam menyampaikan pesan-pesan keagamaan dan pemikiran Islam dengan cara yang sederhana namun mendalam, serta relevan dengan konteks kehidupan modern, telah membuatnya menjadi salah satu tokoh intelektual yang paling berpengaruh di Indonesia.³⁷

Karya yang ditulis M. Quraish shihab, yang berupa artikel, rubrik, maupun buku sangat banyak., dalam tabel ini terdapat beberapa karya berbentuk buku yang diterbitkan, yaitu:

NO	Judul Buku	Tahun Terbit
1	Peranan Kerukunan Hidup Beragama di Indonesia Timur	1975
2	Masalah Wakaf di Sulawesi Selatan	1978
3	Tafsir al-Manar: keistimewaan dan Kelemahannya	1984
4	Filsafat Hukum Islam	1987
5	Anda Bertanya, Quraish Shihab Menjawab Berbagai Masalah Keislaman	1987
	Satu Islam, Sebuah Dilema	1987
5	Mahkota Tuntunan Ilahi (Tafsir Surat al-Fatihah) ³⁸	1988
6	Pandangan Islam Tentang Perkawinan Usia Muda	1990
7	Tafsir al-Amanah	1992
8	Membumikan al-Qur'an, Fungsi dan Peran Wahyu dalam kehidupan Masyarakat ³⁹	1992

³⁷ Kusmana, "M. Quraish shihab, membangun Citra Institusi" (Jakarta: IAIN Jakarta Press, 2002), hal 257

³⁸ Hamdani Anwar, Telaah Kritis Terhadap Tafsir al-Misbah" dalam Jurnal Mimbar Agama dan Budaya, Vol. XIX, No. 2 (2002), hal 173-174

³⁹ M. Quraish Shihab, *Membumikan Al-Qur'an*, hal.13.

9	Lentera Hati; Kisah dan Hikmah Kehidupan ⁴⁰	1994
10	Untaian Permata buat Anaku: Pesan Al-Qur'an untuk mempelai ⁴¹	1995
11	Wawasan al-Qur'an; Tafsir Maudhu'i atas Pelbagai Persoalan Umat ⁴²	1996
12	Tafsir al-Qur'an al-Karim ⁴³	1997
13	Mukjizat al-Qur'an ⁴⁴	1997
14	Sahur Bersama M. Quraish Shihab di RCTI ⁴⁵	1997
15	Menyingkap Tabir Ilahi; Asma al-Husna dalam Perspektif Alquran	1998
16	Pengantin Al-Qur'an	1999
17	Secercah Cahaya Ilahi; Hidup Bersama Al-quran	1999
18	Fatwa-Fatwa M. Quraish Shihab: Seputar Ibadah dan Muamalah ⁴⁶	1999
19	Haji Bersama Quraish Shihab	1999
20	Panduan Puasa bersama Quraish Shihab	2000
21	Jalan Menuju Keabadian	2000
22	Tafsir al-Misbah ⁴⁷	2000
23	Panduan Shalat bersama Quraish Shihab	2003
24	Menjemput Maut; Bekal Perjalanan Menuju Allah SWT	2003
25	Jilbab Pakaian Wanita Muslimah; dalam Pandangan Ulama dan Cendekiawan Kontemporer	2004
26	Dia di Mana-mana, Tangan Tuhan di balik Setiap Fenomena	2004
27	Perempuan ⁴⁸	2005
28	Logika Agama, Kedudukan Wahyu & Batas-Batas Akal Dalam Islam	2005
29	Rasionalitas Alquran Studi Kritis atas Tafsir al-Manar	2006

⁴⁰ M. Quraish Shihab, *Lentera Hati dan Hikmah Kehidupan*, (Bandung: Mizan, 1997), hal 5.

⁴¹ M. Quraish Shihab, "*Untaian Permata Buat Anaku: Pesan Al-Qur'an Untuk Mempelai*", (Bandung: Mizan, 1998) cet. IV, hal. 5.

⁴² M. Quraish Shihab, "*Wawasan Al-Qur'an; Tafsir Maudhu'ii atas Pelbagai Persoalan Umat*" (Bandung: Mizan), hal 3-578

⁴³ M. Quraish Shihab, "*Tafsir al-Qur'an al-Karim*" (Bandung: Pustaka Hidayah, 1997), hal 3- 888.

⁴⁴ M. Quraish Shihab, "*Mukjizat al-Qur'an; Ditinjau dari Aspek Kebahasaan, Isyarat Ilmiah dan Pemberitaan Ghaib*" (Bandung: Mizan, 1997), hal 7-311

⁴⁵ M. Quraish Shihab, "*Sahur Bersama M. Quraish Shihab*", (Bandung: Mizan, 1997), hal.5.

⁴⁶ Quraish Shihab, "*Fatwa-Fatwa Seputar Ibadah Mahdah*" (Bandung: Mizan, 1999), hal. vii

⁴⁷ . Quraish Shihab, "*Tafsir al-Misbah; Pesan, Kesan dan Keserasian al-Qur'an*", Vol. 1-15 (Tangerang: Lentera Hati, 2007).

⁴⁸ M. Quraish Shihab, *Perempuan*, (Jakarta: Lentera Hati, 2005), hal. xiii.

30	Menabur Pesan Ilahi, Alquran dan Dinamika Kehidupan Masyarakat	2006
31	Wawasan Alquran Tentang Dzikir dan Doa	2006
32	Sunnah-Syiah Bergandengan Tangan, Mungkinkah? Kajian atas Konsep Ajaran dan Pemikiran	2007
33	M. Quraish Shihab Menjawab, 1001 Soal Keislaman yang Patut Anda Ketahui	2008
34	M. Quraish Shihab Menjawab 101 Soal Perempuan yang Patut Anda Ketahui	2010
35	Membaca Sirah Nabi Muhammad SAW, dalam sorotan Alquran dan Hadis Shahih	2011

Tabel 3.1 Buku karya M.Quraish Shihab

Demikianlah beberapa buku karya M. Quraish shihab yang penulis paparkan pada bagian ini. Tentunya karya-karya tulis ini juga memiliki nilai yang sangat berharga dalam memperkaya wawasan dan pemahaman kita tentang berbagai aspek kehidupan dan keagamaan. Kiprah Muhammad Quraish Shihab sebagai seorang intelektual dan cendekiawan Muslim yang produktif akan terus memberikan inspirasi dan manfaat bagi generasi-generasi mendatang.

C. Profil Tafsir Al-Misbah

1. Latar Belakang Penulisan Tafsir Al Misbah

Tafsir Al-Mishbah merupakan salah satu karya tafsir Al-Qur'an yang ditulis oleh Prof. Dr. Quraish Shihab, seorang cendekiawan Muslim terkemuka dari Indonesia. Latar belakang penulisan dipengaruhi oleh semangat untuk menghidupkan kembali kajian Al-Qur'an di tengah masyarakat Muslim yang dinilainya mulai melemah. Quraish Shihab menyadari bahwa Al-Qur'an bukan hanya sekadar teks suci yang dibaca,

tetapi juga merupakan pedoman hidup yang harus dipahami dan dijadikan sumber rujukan dalam mengambil keputusan.

Menurut Quraish Shihab, ada suatu fenomena di masyarakat Muslim di mana kegiatan membaca Al-Qur'an seringkali terfokus hanya pada aspek lantunan bacaannya, tanpa memahami makna dan pesan yang terkandung di dalamnya. Hal ini membuat Al-Qur'an kehilangan kedudukan pentingnya sebagai pedoman hidup yang relevan dengan realitas kehidupan manusia.

Motivasi Quraish Shihab untuk menghadirkan sebuah karya tafsir yang mampu menyampaikan pesan-pesan Al-Qur'an dengan baik dipengaruhi oleh tuntutan normatif untuk memikirkan dan memahami Kitab Suci serta kenyataan objektif bahwa kendala bahasa dan sumber rujukan dapat menjadi hambatan dalam proses ini. Hal ini mendorongnya untuk terus melakukan studi mendalam terhadap Al-Qur'an serta berbagai metode penafsiran yang ada.

Quraish Shihab tidak hanya terpaku pada satu metode penafsiran saja, melainkan terus mengkaji dan menerapkan berbagai pendekatan penafsiran Al-Qur'an. Ia memperhatikan berbagai kritik dan respon dari pembaca terhadap karya-karyanya, sehingga dapat terus melakukan evaluasi dan perbaikan.

Dengan demikian, Tafsir Al-Mishbah bukanlah hasil dari pemikiran yang stagnan, tetapi merupakan produk dari proses berkelanjutan yang melibatkan studi mendalam, penerapan metode penafsiran yang

beragam, serta respons terhadap masukan dari pembaca. Melalui pendekatan ini, Quraish Shihab berupaya untuk menghasilkan sebuah karya tafsir yang mampu menghadirkan pesan-pesan Al-Qur'an dengan jelas dan relevan bagi pembaca dalam kehidupan mereka sehari-hari.⁴⁹

Dalam penyusunan Tafsir Al-Mishbah, M. Quraish Shihab menggunakan urutan Mushaf Usmani, yang dimulai dari Surah Al-Fatihah hingga Surah An-Nas, mengikuti urutan standar penataan mushaf Al-Qur'an yang dikenal luas di dunia Muslim.

Pada setiap pembahasan ayat, Quraish Shihab biasanya memberikan pengantar yang mencakup beberapa hal sebagai berikut:

- a. Penyebutan nama-nama surat (jika ada) serta alasan-alasan penamaannya, juga disertai dengan keterangan tentang ayat-ayat diambil untuk dijadikan nama surat.
- b. Jumlah ayat dan tempat turunnya, misalnya, apakah ini dalam kategori sūrah Makkīyah atau dalam kategori sūrah Madaniyyah, dan ada pengecualian ayat-ayat tertentu jika ada.
- c. Penomoran surat berdasarkan penurunan dan penulisan mushaf, kadang juga disertai dengan nama surat sebelum atau sesudahnya surat tersebut.
- d. Menyebutkan tema pokok dan tujuan serta menyertakan pendapat para ulama-ulama tentang tema yang dibahas.

⁴⁹ Anwar Mujahid, "Konsep Kekuasaan dalam Tafsir al-Mishbah Karya M. Quraish Shihab dan Relevansinya dengan Transformasi Masyarakat Indonesia di era Global".(tesis tidak diterbitkan, Yogyakarta: Program Pascasarjana UIN SunanKalijaga), 76.

- e. Menjelaskan hubungan antara ayat sebelum dan sesudahnya.
- f. Menjelaskan tentang sebab-sebab turunya surat atau ayat, jika ada.⁵⁰

Setelah memberikan gambaran menyeluruh tersebut, Quraish Shihab kemudian membagi pembahasan tafsirnya menjadi kelompok-kelompok kecil yang membahas setiap ayat atau beberapa ayat secara lebih mendalam. Dalam kelompok-kelompok ini, Quraish Shihab memberikan penjelasan yang lebih rinci dan mendalam mengenai makna-makna ayat serta relevansinya dengan konteks yang lebih luas. Dengan demikian, pembaca dapat memperoleh pemahaman yang lebih mendalam tentang pesan-pesan Al-Qur'an yang disampaikan dalam setiap ayat.

Pendekatan ini membantu pembaca untuk tidak hanya memahami secara umum tentang surat Al-Qur'an yang dibahas, tetapi juga untuk memahami detail-detail yang lebih spesifik dalam setiap ayatnya. Dengan demikian, pembaca dapat merasakan manfaat dari Tafsir Al-Mishbah dalam memperdalam pemahaman mereka terhadap Al-Qur'an dan menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari.

Tafsir al-Mishbah terdiri dari 15 volume, dengan rincian:

Nomor Kitab	Surah	Jumlah Halaman
Volume 1	Al-Fatihah s/d Al-Baqarah	624 + xxviii halaman
Volume 2	Ali-'Imran s/d An-Nisa	659 + vi halaman
Volume 3	Al-Ma'idah	257 + v Halaman
Volume 4	Al-An'am	367 + v halaman
Volume 5	Al-A'raf s/d At-Taubah	765 + vi halaman
Volume 6	Yunus s/d Ar-Ra'd	613 + vi halaman

⁵⁰ Quraish Shihab selalu mengacu pada kitab *Nazm al-Durar fi Tanāsuh al-Āyah wa al-Suwar karya Ibrahim bin Umar al-Biqā'i*, (w.1480) yang menjadi tema disertasinya.

Volume 7	Ibrahim s/d Al-Isra'	585 + vi halaman
Volume 8	Al-Kahf s/d Al-Anbiya'	524 + vi halaman
Volume 9	Al-Hajj s/d Al-Furqan	554 + vi halaman
Volume 10	Asy-Syu'ara s/d Al-'Ankabut	547 + vi halaman
Volume 11	Ar-Rum s/d Yasin, Halaman	582 + vi halaman
Volume 12	Ash-Shaffat s/d Az-Zukhruf	601 + vi halaman
Volume 13	Ad-Dukhan s/d Al-Waqi'ah	586 + vii halaman
Volume 14	Al-Hadid s/d Al-Mursalat	695 + vii halaman
Volume 15	Juz 'Amma	646 + vii halaman

Tabel 3.2

2. Corak Penafsiran

Tafsir Al-Mishbah lebih cenderung kepada corak sastra budaya dan kemasyarakatan (al-adabi al-ijma'i). Corak ini adalah pendekatan tafsir yang berusaha memahami teks-teks Al-Qur'an dengan mempertimbangkan aspek sastra, budaya, dan kemasyarakatan. Berikut adalah ciri-ciri utama dari corak tafsir ini:

- a. **Pertimbangan Sastra:** Tafsir Al-Mishbah mencoba untuk mengemukakan ungkapan-ungkapan Al-Qur'an secara teliti, menggali struktur bahasa dan gaya sastra yang digunakan dalam teks-teks Al-Qur'an. Hal ini membantu dalam memahami pesan-pesan Al-Qur'an dengan lebih mendalam.
- b. **Penjelasan dengan Bahasa Indah dan Menarik:** Quraish Shihab menggunakan bahasa yang indah dan menarik dalam menjelaskan makna-makna Al-Qur'an. Pendekatan ini tidak hanya mempermudah pemahaman, tetapi juga membuat pembaca terpesona dan terinspirasi oleh keindahan bahasa yang digunakan.

- c. Hubungan dengan Realitas Sosial dan Budaya: Selain memahami makna-makna Al-Qur'an secara sastra, Tafsir Al-Mishbah juga berusaha menghubungkan nash-nash Al-Qur'an dengan kenyataan sosial dan sistem budaya yang ada. Ini berarti mencari relevansi dan aplikasi pesan-pesan Al-Qur'an dalam konteks kehidupan masyarakat dan budaya.

Dengan demikian, melalui corak sastra budaya dan kemasyarakatan ini, Tafsir Al-Mishbah tidak hanya menjadi sebuah karya tafsir yang memberikan pemahaman teologis, tetapi juga menyajikan pemahaman yang mendalam tentang sastra dan budaya Islam, serta aplikasi praktis pesan-pesan Al-Qur'an dalam kehidupan sehari-hari.⁵¹

Corak tafsir yang bercorak sastra budaya dan kemasyarakatan memiliki karakteristik khusus yang membuatnya menarik bagi pembaca dan memotivasi mereka untuk menggali makna-makna serta rahasia-rahasia Al-Qur'an. Berikut adalah tiga karakteristik utama dari corak tafsir ini:

- a. Menjelaskan Petunjuk Ayat Al-Qur'an yang Berkaitan dengan Kehidupan Masyarakat: Tafsir Al-Mishbah fokus pada menjelaskan petunjuk ayat Al-Qur'an yang langsung berkaitan dengan kehidupan masyarakat. Hal ini bertujuan untuk menunjukkan bahwa Al-Qur'an bukan hanya kitab suci yang bersifat abstrak, tetapi juga memiliki

⁵¹ Samsurrohman, "Pengantar Ilmu Tafsir" (Jakarta: Amzah, 2014), hal 193-194.

relevansi yang kuat dengan kondisi sosial dan budaya manusia di berbagai zaman.

- b. **Penjelasan Terkait Penanggulangan Penyakit dan Masalah-Masalah Sosial:** Quraish Shihab menyajikan penjelasan yang lebih tertuju pada penanggulangan penyakit dan masalah-masalah yang sedang mengemuka dalam masyarakat. Ini mencakup berbagai isu sosial seperti kemiskinan, ketidakadilan, perang, kesenjangan, dan sebagainya. Tafsir ini tidak hanya memberikan pemahaman teologis, tetapi juga memberikan pandangan tentang bagaimana Al-Qur'an dapat menjadi solusi bagi berbagai masalah sosial.
- c. **Bahasa yang Mudah Dipahami dan Indah Didengar:** Salah satu karakteristik penting dari tafsir bercorak sastra budaya dan kemasyarakatan adalah penggunaan bahasa yang mudah dipahami dan indah didengar. Quraish Shihab menggunakan bahasa yang sederhana dan elegan dalam menjelaskan makna-makna Al-Qur'an, sehingga mempermudah pembaca untuk memahami dan meresapi pesan-pesan yang disampaikan.

Dengan karakteristik-karakteristik ini, Tafsir Al-Mishbah berhasil menciptakan karya tafsir yang tidak hanya memberikan pemahaman mendalam tentang Al-Qur'an, tetapi juga memotivasi pembaca untuk mengeksplorasi lebih lanjut makna-makna dan aplikasi ajaran-ajaran suci dalam kehidupan mereka sehari-hari.⁵²

⁵² Ibid

3. Kelebihan dan Kekurangan Tafsir al-Mishbah

Tafsir Al-Mishbah memiliki beberapa kelebihan yang membuatnya menjadi salah satu karya tafsir yang penting dan berpengaruh. Di antara kelebihan-kelebihan tersebut adalah:

A. Penafsiran Kontekstual dengan Pendekatan Sosiologis-anthropologis: Quraish Shihab menggunakan pendekatan sosiologis-anthropologis dalam penafsiran Al-Qur'an, yang memungkinkan pembaca untuk memahami makna-makna yang tersirat di dalamnya dengan lebih baik. Ini membantu pembaca untuk mengaitkan pesan-pesan Al-Qur'an dengan konteks sosial dan budaya yang ada, sehingga pesan-pesan tersebut dapat diterapkan dengan relevan dalam kehidupan sehari-hari.⁵³

B. Analisis yang Mendalam terhadap Berbagai Persoalan: Tafsir Al-Mishbah juga dikenal karena analisisnya yang mendalam terhadap berbagai persoalan yang diangkat dalam Al-Qur'an. Quraish Shihab tidak hanya menyajikan penafsiran pribadinya, tetapi juga memperlihatkan pandangan para ulama tentang berbagai masalah yang dibahas dalam Al-Qur'an. Hal ini memberikan sudut pandang yang kaya dan beragam kepada pembaca.

⁵³ Hasan Baharun, "Kajian Tentang Tafsir al-Mishbah", diunduh pada hari Selasa tanggal 21 Maret 2024 pukul 12:00 WIB <http://hasanbaharun.blogspot.com/p/kajian-tafsir-al-mishbah.html>

C. Penjelasan yang Luas dan Rinci tentang Munasabah: Tafsir Al-Mishbah memberikan penjelasan yang luas dan rinci tentang konsep munasabah (hubungan antarayat) dalam Al-Qur'an. Quraish Shihab menguraikan hubungan antara ayat-ayat Al-Qur'an dengan konteksnya secara komprehensif, memungkinkan pembaca untuk memahami struktur dan kesinambungan Al-Qur'an dengan lebih baik.

Meskipun memiliki kelebihan-kelebihan tersebut, ada juga beberapa kekurangan yang dimiliki Tafsir Al-Mishbah, salah satunya yaitu tidak Adanya Penyimpulan Pendapat Unggul: Salah satu kekurangan yang disoroti adalah kurangnya penyimpulan pendapat yang unggul dari berbagai pendapat para ulama yang disajikan. Hal ini dapat membingungkan kalangan awam yang mencari kesimpulan yang jelas dan tegas dalam memahami suatu persoalan. Sebuah penjelasan yang lebih tajam dan ringkas dapat membantu pembaca untuk lebih mudah memahami pesan yang ingin disampaikan.

D. Tafsir Ayat-Ayat Hifdzu An-Nafs Dalam Tafsir Al Misbah Karya

M.Quraish Shihab

1. Tafsir Q.S Ar-Rad 13/28-29

﴿الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ۗ﴾ ٢٨
 ﴿الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ طُوبَىٰ لَهُمْ وَحُسْنُ مَآبٍ ۗ﴾ ٢٩

“(Yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, bahwa hanya dengan mengingat Allah hati akan selalu tenteram. Orang-orang yang beriman dan beramal saleh, bagi mereka kebahagiaan dan tempat kembali yang baik.”⁵⁴

Pandangan M. Quraish Shihab terkait dengan asal mula ketentraman dalam hati manusia, yang disebabkan oleh praktik dzikirullah atau mengingat Allah, serta melalui pemahaman terhadap ayat-ayat Allah. Menurutnya, ketentraman hati dapat dicapai secara eksklusif melalui pengingatan terhadap Allah. Awalnya, istilah "dzikir" atau "zikir" merujuk pada tindakan mengucapkan dengan lidah, namun, seiring waktu, makna tersebut berkembang menjadi pemahaman yang lebih dalam, yaitu "mengingat". Mengingat sesuatu seringkali mencakup pengucapan dengan lidah, dan sebaliknya.

Dalam konteks ayat di atas, dzikirullah dapat dipahami sebagai suatu tindakan menyebut nama Allah, yang juga mencakup pengingatan terhadap kebesaran dan keagungan-Nya. Pendekatan ini menekankan bahwa ketentraman hati dan keharmonisan batin hanya dapat dicapai melalui pengingatan yang konsisten terhadap Allah. Selanjutnya, Thabathabai menyoroti kata "tathmainnu" atau "menjadi tentram" sebagai penjelasan dari kata sebelumnya, yaitu "beriman". Namun, ia

⁵⁴ Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an. 2019. Al-Quran KEMENAG In Microsoft Word. Indonesia: Badan Litbang dan Diklat Kementerian Agama RI

menegaskan bahwa iman bukanlah sekadar memiliki pengetahuan tentang objek iman, karena pengetahuan itu sendiri belum cukup untuk membawa kepada keyakinan dan ketentraman hati. Pengetahuan yang tidak mendalam atau kurang lengkap dapat menghasilkan ketidakpastian, kecemasan, atau bahkan penolakan terhadap keyakinan tersebut.

Oleh karena itu, Thabathabai menegaskan bahwa kehidupan yang tampak mewah atau sejahtera secara material tidak akan berarti apa-apa tanpa adanya ketentraman hati. Ketentraman hati hanya dapat dirasakan ketika hati yakin dan percaya bahwa ada sumber yang kuat dan tak terkalahkan yang senantiasa mendampingi serta memenuhi harapan manusia. Dalam konteks ini, dzikirullah dan pemahaman terhadap ajaran Allah dianggap sebagai fondasi utama untuk mencapai ketentraman hati dan kehidupan yang bermakna secara spiritual.⁵⁵

2. Tafsir Q.S Yusuf 12/53

(﴿ وَمَا أَبْرَأُ نَفْسِيَّ إِنَّ النَّفْسَ لَأَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ إِلَّا مَا رَحِمَ رَبِّي إِنَّ رَبِّي غَفُورٌ رَحِيمٌ ٥٣ ﴾)

“Aku tidak (menyatakan) diriku bebas (dari kesalahan) karena sesungguhnya nafsu itu selalu mendorong kepada kejahatan, kecuali (nafsu) yang diberi rahmat oleh Tuhanku. Sesungguhnya Tuhanku Maha Pengampun lagi Maha Penyayang.”⁵⁶

⁵⁵ M.Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur’an* (Tangerang: Lentera Hati, 2003), Jilid 6, hal 599-602.

⁵⁶ Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur’an. 2019. Al-Quran KEMENAG In Microsoft Word. Indonesia: Badan Litbang dan Diklat Kementerian Agama RI

Dalam tafsirnya M. Quraish Shihab terhadap ayat yang dibahas, dia mengutip pandangan Al Biqa'i yang menafsirkan bahwa ayat sebelumnya merupakan perkataan Yusuf AS. Yusuf mengungkapkan bahwa meskipun dia tidak mengklaim dirinya bebas dari kesalahan, namun dia bersyukur karena dilindungi oleh Allah dan diberi taufik. Yusuf tidak mencari pembebasan dari kesalahannya semata-mata untuk membersihkan namanya, karena dia menyadari bahwa manusia secara alami cenderung menuju ke arah yang tidak baik, kecuali jika Allah menghalangi keinginan tersebut dengan rahmat-Nya. Yusuf juga mengakui bahwa Allah selalu berbuat baik kepadanya, sebagai Maha Pengampun dan Maha Penyayang bagi siapa yang dikehendaki-Nya.

Selanjutnya, M. Quraish Shihab menyampaikan pendapat dari ulama kontemporer, Muhammad Sayyid Thanthawi, yang juga memahami bahwa ayat tersebut, beserta ayat sebelumnya, mencerminkan perkataan dari istri al-Aziz. Thanthawi menafsirkan bahwa istri al-Aziz seakan-akan menyatakan bahwa meskipun dia mengakui kejujuran Yusuf dan tidak mengkhianatinya, dia tetap tidak akan membebaskannya dari kecenderungan dan hawa nafsunya serta berusaha menuduhnya dengan tuduhan yang tidak benar. Hal ini menunjukkan bahwa manusia umumnya cenderung melakukan perbuatan buruk, kecuali jika Allah melindungi mereka dari hal tersebut.

Dalam konteks ini, Alquran mengenalkan tiga jenis nafsu manusia. Pertama, an-nafs al-ammarah, yang selalu mendorong pemiliknya untuk melakukan keburukan. Kedua, an-nafs al lawwamah, yang mengecam pemiliknya setelah melakukan kesalahan, menyebabkan penyesalan, dan berjanji untuk tidak mengulangi kesalahan tersebut. Dan yang ketiga, an-nafs al-muthma'innah, jiwa yang tenang karena selalu mengingat Allah dan menjauh dari segala pelanggaran dan dosa.⁵⁷

3. Tafsir Q.S Al-Furqon 25/68

﴿ وَالَّذِينَ لَا يَدْعُونَ مَعَ اللَّهِ إِلَهًا آخَرَ وَلَا يَقْتُلُونَ النَّفْسَ الَّتِي حَرَّمَ اللَّهُ إِلَّا بِالْحَقِّ وَلَا يَزْنُونَ وَمَنْ يَفْعَلْ ذَلِكَ يَلْقَ أَثَامًا ۖ ٦٨ ﴾

“Dan, orang-orang yang tidak mempersekutukan Allah dengan sembahsan lain, tidak membunuh orang yang diharamkan Allah kecuali dengan (alasan) yang benar, dan tidak berzina. Siapa yang melakukan demikian itu niscaya mendapat dosa.”⁵⁸

M. Quraish Shihab dalam tafsirnya menyebutkan bahwa ayat ini menjelaskan tentang sifat-sifat terpuji yang dimiliki oleh hamba-hamba Allah, terutama dalam hal ketaatan dan sikap moderasi mereka. Kemudian diuraikan keterhindaran mereka dari perilaku-perilaku yang durhaka. Ayat ini menggambarkan dua sifat terpuji dari hamba Allah, yakni memurnikan tauhid dan menghindari perbuatan-perbuatan durhaka seperti pembunuhan dan perbuatan zina. Mereka memperoleh

⁵⁷ M.Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an* (Tangerang: Lentera Hati, 2003), Jilid 6, hal 481-482.

⁵⁸ Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an. 2019. Al-Quran KEMENAG In Microsoft Word. Indonesia: Badan Litbang dan Diklat Kementerian Agama RI

kepuasan kebutuhan biologis mereka melalui pernikahan yang sah semata-mata.

M. Quraish Shihab menyatakan bahwa selain dari sifat-sifat terpuji yang dimiliki oleh hamba-hamba Allah, mereka juga terhindar dari perilaku-perilaku yang tercela. Mereka adalah orang-orang yang memurnikan tauhid, tidak menyembah atau memohon kepada tuhan selain Allah, baik secara terang-terangan maupun secara terselubung. Selain itu, mereka juga tidak melakukan pembunuhan tanpa alasan yang benar, seperti membela diri, hukuman qishash, atau dalam peperangan yang menegakkan kebenaran. Mereka juga tidak melakukan perbuatan zina atau pelecehan seksual, namun membatasi diri mereka hanya melalui pernikahan yang sah.

Penggalan pertama dari ayat ini menyoroti perilaku syirik. Dalam konteks ini, Thabathaba'i membawa satu masalah yang menurutnya agak tidak sejalan dengan kepercayaan kaum musyrikin Mekah yang dibicarakan dalam ayat tersebut. Hal ini disebabkan karena prinsip dasar mereka tidak membenarkan beribadah atau berdoa kepada Allah sendiri, melainkan kepada tuhan-tuhan atau berhala-berhala yang mereka jadikan perantara antara mereka dan Allah. Namun, dalam konteks yang lebih luas, seseorang dapat melakukan syirik dalam beribadah dan berdoa, baik secara jelas maupun secara terselubung.

Selanjutnya, ayat tersebut menegaskan bahwa keterhindaran mereka dari perilaku durhaka, terutama syirik, pembunuhan, dan

perbuatan zina, adalah sebuah amal yang terpuji. Kata "itu" merujuk pada gabungan dari tiga dosa yang disebutkan sebelumnya. Ini menunjukkan betapa seriusnya dosa-dosa tersebut dan hukuman yang akan diterima pada hari kiamat, yang mencakup siksaan yang pedih dan kekekalan dalam siksaan tersebut. Siksaan tersebut tidak hanya fisik, tetapi juga menimbulkan penderitaan jiwa yang luar biasa.⁵⁹

4. Tafsir Q.S Al-Isra 17/33

﴿ وَلَا تَقْتُلُوا النَّفْسَ الَّتِي حَرَّمَ اللَّهُ إِلَّا بِالْحَقِّ وَمَنْ قُتِلَ مَظْلُومًا فَقَدْ جَعَلْنَا لَوْلِيَّهِ سُلْطٰنًا فَلَا يُسْرِفُ فِي الْقَتْلِ إِنَّهُ كَانَ مَنْصُورًا ۝ ٣٣ ﴾

“Dan janganlah kamu membunuh orang yang diharamkan Allah (membunuhnya), kecuali dengan suatu (alasan) yang benar. Dan barang siapa dibunuh secara zalim, maka sungguh, Kami telah memberi kekuasaan kepada walinya, tetapi janganlah walinya itu melampaui batas dalam pembunuhan.”⁶⁰

Dalam Tafsir Al-Misbah ayat ini memberikan tuntunan tentang pembunuhan secara umum dan berbagai motivasinya. Allah menegaskan bahwa membunuh jiwa, baik itu jiwa orang lain maupun jiwa sendiri, hanya dibolehkan dengan alasan yang benar menurut agama. Jika seseorang dibunuh secara zalim, maka ahli warisnya memiliki hak untuk menuntut qishash atau ganti rugi kepada keluarga pembunuh melalui proses hukum yang berwenang. Namun, mereka tidak boleh melampaui batas dalam menuntut balas, seperti membunuh orang yang bukan pembunuh, atau bahkan membunuh lebih dari satu

⁵⁹ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an* (Tangerang: Lentera Hati, 2003), Jilid 9, hal 534-536.

⁶⁰ Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an. 2019. Al-Quran KEMENAG In Microsoft Word. Indonesia: Badan Litbang dan Diklat Kementerian Agama RI

orang jika pembunuhnya hanya satu. Orang yang dibunuh adalah orang yang telah diberikan keadilan oleh hukum yang adil yang ditetapkan oleh Allah, dan mereka layak mendapatkan simpati dan pandangan negatif dari masyarakat terhadap pembunuhnya. Konsekuensinya, di dunia ini dan di akhirat nanti, mereka akan memperoleh keadilan sepenuhnya.

Allah memperjelas bahwa larangan untuk membunuh jiwa, baik itu orang lain atau diri sendiri, hanya dapat dilanggar dalam beberapa keadaan tertentu yang dikecualikan oleh agama. Beberapa pengecualian termasuk dalam kasus qishash, untuk menahan kejahatan seperti pembunuhan yang dilakukan sebagai akibat dari penyebaran zina, dan untuk menahan gangguan terhadap keamanan masyarakat, seperti terhadap orang murtad yang meninggalkan Islam setelah dengan sadar memeluknya dan memiliki pengetahuan tentang rahasia-rahasia komunitas Islam.

Penting untuk dicatat bahwa dalam Islam, membunuh diri sendiri juga dilarang secara keras. Rasulullah Saw. menyatakan bahwa seseorang yang secara sadar menyebabkan kematian dirinya sendiri akan diharamkan masuk surga. Hal ini ditunjukkan dalam hadis yang mencatat kejadian seseorang yang menderita luka namun tidak sabar, sehingga dia mengakhiri hidupnya dengan cara menyebabkan kematian dirinya sendiri. Allah menyatakan bahwa Dia telah didahului oleh

hamba-Nya dalam mencabut nyawanya, dan Dia telah mengharamkan surga baginya.

Ayat ini juga menyebut bahwa "ia adalah orang yang dimenangkan," yang dapat dimengerti sebagai keluarga korban yang memperoleh hak untuk menuntut balas atau ganti rugi akibat pembunuhan tersebut.⁶¹

5. Q.S Al-Fajr 89/27-28

(يَا أَيُّهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ ۚ ۲۷ ارْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةً مَّرْضِيَّةً ۚ ۲۸
فَادْخُلِي فِي عِبَادِي ۚ ۲۹ وَادْخُلِي جَنَّاتِي ۖ ۳۰)

*“Wahai jiwa yang tenang, kembalilah kepada Tuhanmu dengan rida dan diridai. Lalu, masuklah ke dalam golongan hamba-hamba-Ku dan masuklah ke dalam surga-Ku.”*⁶²

M. Quraish Shihab, dalam penafsirannya terhadap beberapa ayat Al-Quran, memperlihatkan dua kondisi manusia yang berbeda.

Ayat sebelumnya menggambarkan penyesalan manusia yang durhaka dan ketakutan akan siksaan Allah. Sementara ayat di atasnya menggambarkan keadaan manusia yang tunduk kepada Tuhan tanpa diikuti hawa nafsunya. Ayat-ayat ini menunjukkan perbedaan antara orang yang durhaka dengan yang taat kepada Allah.

Menurut M. Quraish Shihab, ketika ruh meninggalkan badan atau bangkit dari kubur, Allah menyambut hamba-Nya yang taat dengan kalimat "Hai jiwa yang tenang lagi merasa aman dan tentram

⁶¹ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an* (Tangerang: Lentera Hati, 2003), Jilid 7, hal 457-459.

⁶² Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an. 2019. Al-Quran KEMENAG In Microsoft Word. Indonesia: Badan Litbang dan Diklat Kementerian Agama RI.

karena banyak berdzikir dan mengingat Allah yang tidak membiarkan hawa nafsu menguasainya." Ayat tersebut menegaskan bahwa orang yang merasa tenang dan aman adalah mereka yang aktif dalam berdzikir dan mengingat Allah, dan mereka tidak membiarkan hawa nafsu mendominasi mereka. Mereka dijanjikan oleh Allah untuk kembali kepada-Nya, wafat dan bangkit di hari kemudian, dengan hati yang rela menerima pahala Ilahi.

Selanjutnya, an-nafs al muthmainnah, atau jiwa yang tenang, dipahami oleh ulama sebagai jiwa yang merasa tenang karena yakin akan janji Allah dan beramal dengan ikhlas. Surah dimulai dengan sumpah Allah untuk membuktikan kebangkitan, sementara akhir surah tersebut membicarakan kebangkitan itu sendiri. Manusia durhaka bangkit dengan penyesalan, sementara orang yang taat bangkit dengan ridha dan diterima oleh Allah, serta diizinkan masuk ke dalam surga.

Secara keseluruhan, Hal ini menunjukkan bahwa surah tersebut menyampaikan pesan tentang konsekuensi dari tindakan manusia dalam kehidupan mereka di dunia dan di akhirat.⁶³

⁶³ M.Quraish Shihab, "*Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an*", (Tangerang: Lentera Hati, 2003), Jilid 15 hal 256-257.

BAB IV

Analisis Tafsir Ayat-Ayat Hifdzu An Nafs Dalam Tafsir Al-Misbah Karya

M.Quraish Shihab

Dalam menjalankan penelitian, sebuah aspek yang penting dipertimbangkan adalah relevansi dari topik yang diteliti dengan konteks yang sedang dihadapi. Relevansi dalam penelitian mengacu pada keterkaitan atau hubungan antara topik yang diteliti dengan situasi atau konteks tertentu, sehingga hasil penelitian tersebut dapat memberikan kontribusi yang signifikan terhadap pemahaman dan solusi terhadap masalah yang dihadapi.

Pada era milenial, dimana perubahan budaya dan kemajuan teknologi terjadi dengan cepat, konsep Hifdzu an-nafs atau menjaga jiwa memiliki relevansi yang sangat penting. Hifdzu an-nafs mencakup perlindungan diri dari segala jenis kejahatan, baik secara fisik maupun psikis. Setiap individu, terlepas dari usia atau generasi, memiliki tanggung jawab moral dan spiritual untuk menjaga martabat diri serta menghindari perilaku yang bertentangan dengan ajaran agama.

Generasi milenial dihadapkan pada berbagai tantangan kompleks, termasuk tekanan sosial, gangguan mental, dan perubahan nilai-nilai budaya. Dalam menghadapi dinamika kehidupan yang kompleks ini, pandangan Islam yang terkandung dalam Tafsir al-Misbah memberikan pedoman dan arahan yang relevan dan terkini. Oleh karena itu, penafsiran

mengenai konsep Hifdzu an-nafs memiliki kaitan yang erat dengan kehidupan sehari-hari generasi milenial.

Dalam konteks penafsiran Hifdzu an-nafs, terdapat beberapa aspek yang dapat dijelaskan dengan lebih rinci:

1. Ketentraman Hati

Dalam menghadapi tekanan dan stres yang seringkali dialami oleh generasi milenial dalam kehidupan sehari-hari, memahami dan menerapkan konsep Hifdzu an-nafs dapat membantu menciptakan ketentraman hati. Dengan memiliki perlindungan jiwa yang kokoh, individu dapat mengatasi berbagai rintangan dengan lebih tenang dan mantap.

Sebagaimana yang telah penulis paparkan sebelumnya dalam tafsir Q.S Ar-Rad ayat 28 bahwasannya kehidupan yang terlihat mewah secara material tidak berarti apa apa jika tidak memiliki ketentraman dalam hati.⁶⁴

Maka sejalan dengan itu apabila generasi milenial tidak memiliki hati yang yakin dan percaya bahwa ada sumber yang kuat dan tak terkalahkan yang selalu mendampingi dirinya. Tentu akan menimbulkan perasaan tidak tenang, merasakan kesepian, dan stress yang mudah muncul pada diri generasi milenial.⁶⁵

Dalam konteks ini juga Salah satu interpretasi dari ayat ini adalah bahwa Allah memiliki kekuasaan atas hati manusia. Sehingga, bagi mereka yang merasa cemas atau mengalami kesulitan, mereka dapat berdoa kepada

⁶⁴ M.Quraish Shihab, "*Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an*", (Tangerang: Lentera Hati, 2003), Jilid 6, hal 599-602.

⁶⁵ Idem.

Allah untuk meredakan kecemasan dan menghilangkan penderitaan yang mungkin dirasakan oleh hati mereka.

2. Mengenal Tiga Jenis Nafsu

Dengan semakin berkembangnya teknologi seperti keadaan yang dialami generasi milenial saat ini. Konsep tentang tiga jenis nafsu, yaitu an-nafs al ammarah (jiwa yang sering melakukan kejahatan), an-nafs al lawamah (jiwa yang merasa bersalah), dan an-nafs al mu'mainah (jiwa yang merasa tenang), memberikan pemahaman mendalam tentang dinamika batin individu dan bagaimana mengelolanya secara efektif. Memberikan efek yang baik apabila generasi milenial memahaminya. Sesuai dengan Tafsir Al-Misbah Q.S Yusuf 53 menunjukkan bahwa manusia umumnya cenderung melakukan perbuatan buruk.⁶⁶ Seperti yang dialami generasi milenial saat ini, dengan kemajuan teknologi mereka cenderung mudah menuliskan komentar-komentar yang buruk dan lebih mudah menyebarkan hoax (berita bohong) kepada khalayak umum.⁶⁷ Tentunya dengan memahami konsep tiga jenis nafsu manusia ini, seharusnya mampu mendorong generasi milenial untuk lebih berhati-hati dalam mengambil informasi dan memanfaatkan kemajuan teknologi.

3. Amal Terpuji dan Menjauhkan Diri dari Perbuatan Dosa

Hifdzu an-nafs juga mencakup prinsip-prinsip amal terpuji dan menjauhkan diri dari perbuatan dosa. Dengan mengamalkan nilai-nilai

⁶⁶ M.Quraish Shihab, "*Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an*", (Tangerang: Lentera Hati, 2003), Jilid 6, hal 481-482.

⁶⁷ Fauzi, Marhamah, *Pengaruh Literasi Digital Terhadap Pencegahan Informasi Hoaks pada Remaja di SMANegeri 7 Kota Lhokseumawe*, Vol.6 No.2, Jurnal_Pekommas Oktober 2021.

agama yang terkandung dalam konsep ini, generasi milenial dapat hidup sesuai dengan ajaran agama dan menjauhkan diri dari perilaku yang merugikan diri sendiri dan orang lain. Sesuai dengan permasalahan generasi milenial saat ini, dimana sebanyak 17% generasi milenial merasa stress karena minder dengan pencapaian orang lain.⁶⁸ Tentu prinsip ini sejalan, dengan menjauhkan diri dari perbuatan yang merugikan dirinya. dengan fokusnya diri kepada hasil pencapaian orang lain, tentu dapat merugikan dirinya.

M. Quraish Shihab menjelaskan bahwa Al-Qur'an memberikan pedoman yang sangat detail tentang bagaimana manusia seharusnya berinteraksi dengan sesamanya. Pedoman ini tidak hanya memuat larangan terhadap tindakan negatif seperti pembunuhan, kekerasan fisik, atau pencurian, tetapi juga melarang perilaku yang dapat menyakiti perasaan orang lain.

4. Larangan Membunuh Jiwa

Salah satu prinsip mendasar dalam menjaga jiwa adalah larangan membunuh jiwa. Hal ini mencakup tidak hanya tindakan fisik seperti pembunuhan, tetapi juga segala bentuk kekerasan verbal, emosional, atau psikologis yang dapat merugikan martabat dan kesejahteraan seseorang. Dalam tafsir al Misbah Q.S Al-Isra' ayat 33 telah dijelaskan bahwa Allah melarang setiap manusia membunuh jiwa, baik itu orang lain ataupun diri

⁶⁸ Febriana Sulistya Pratiwi, "Ini Sederet Masalah yang Bikin Gen Z dan Milenial Rentan Stres". <https://dataindonesia.id/varia/detail/ini-sederet-masalah-yang-bikin-gen-z-dan-milenial-rentan-stres>. Diakses pada 30 Maret 2024

sendiri.⁶⁹ Tentunya seiring berkembangnya teknologi, kehidupan yang terlalu aktif di media sosial menciptakan rasa kesepian yang tinggi. Sebagaimana yang menjadi problematika sekitar 7% generasi milenial saat ini.⁷⁰ Dan juga kasus-kasus bullying yang terjadi akibat perkembangan teknologi yang pesat.⁷¹

5. Memiliki Jiwa yang Tenang

Hifdzu an-nafs juga mencakup upaya untuk memiliki jiwa yang tenang dan damai. Dengan memahami dan mengamalkan ajaran-ajaran Islam yang terkait dengan perlindungan jiwa, generasi milenial dapat mencapai ketenangan batin dalam menghadapi tantangan kehidupan modern yang kompleks dan penuh tekanan. Dalam tafsir al-Misbah Q.S al-Fajr 27-28 bahwa orang yang merasa tenang dan aman adalah mereka yang aktif dalam mengingat Allah, dan mereka tidak membiarkan hawa nafsu mendominasi mereka. Dalam hal inipun masih sejalan dengan tafsir Q.S Ar-Rad ayat 28 dan surah Yusuf ayat 53.

Persoalan yang dimiliki generasi milenial ini adalah stress ketika mereka terlalu fokus memikirkan kondisi keuangan, kesepian dan masalah asmara yang menghantui mereka.⁷² Manusia tidak akan menjalani hari

⁶⁹ M.Quraish Shihab, "*Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an*", (Tangerang: Lentera Hati, 2003), Jilid 7, h 457-459.

⁷⁰ Febriana Sulistya Pratiwi, "*Ini Sederet Masalah yang Bikin Gen Z dan Milenial Rentan Stres*". <https://dataindonesia.id/varia/detail/ini-sederet-masalah-yang-bikin-gen-z-dan-milenial-rentan-stres>. Diakses pada 30 Maret 2024

⁷¹ Flourensia Spty Rahayu, *CYBERBULLYING SEBAGAI DAMPAK NEGATIF PENGGUNAAN TEKNOLOGI INFORMASI*, Volume 8, Issue, 24 Journal of Information Systems, 1 April 2012

⁷² Febriana Sulistya Pratiwi, "*Ini Sederet Masalah yang Bikin Gen Z dan Milenial Rentan Stres*". <https://dataindonesia.id/varia/detail/ini-sederet-masalah-yang-bikin-gen-z-dan-milenial-rentan-stres>. Diakses pada 30 Maret 2024

dan mampu memiliki jiwa yang tenang apabila selalu mengingat adanya sumber kuat yang selalu mendampingi mereka setiap saat.⁷³

Dengan demikian, pemahaman dan penerapan konsep Hifdzu an-nafs tidak hanya relevan, tetapi juga sangat penting bagi generasi milenial dalam menghadapi berbagai tantangan dan kompleksitas kehidupan modern. Konsep ini memberikan landasan moral dan spiritual yang kokoh untuk menjaga keseimbangan dan kesejahteraan individu dalam era yang terus berubah dan berkembang.



⁷³ M.Quraish Shihab, *“Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur’an”*, (Tangerang: Lentera Hati, 2003), Jilid 15 hal 256-257.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Kesimpulan dari penelitian ini adalah bahwa konsep Hifdzu an-nafs, atau menjaga jiwa, yang ditemukan dalam tafsir Al-Misbah, memiliki relevansi yang sangat penting dalam konteks generasi milenial di era milenial ini. Dalam menjalani kehidupan yang penuh dengan tekanan dan perubahan yang cepat, pemahaman tentang konsep ini dapat memberikan panduan moral dan spiritual yang sangat diperlukan.

Pertama, konsep Hifdzu an-nafs menekankan pentingnya memiliki ketentraman hati. Dalam era di mana kecemasan dan stres menjadi hal yang umum, pemahaman tentang bagaimana mencapai ketentraman melalui pengingatan terhadap Allah menjadi sangat relevan. Sebagaimana penafsiran M Quraish Shihab dalam Q.S Ar-Rad ayat 28-29.

Kedua, sebagaimana tafsir Q.S Yusuf ayat 53 konsep ini membantu dalam memahami dinamika batin individu, termasuk pemahaman tentang tiga jenis nafsu: an-nafs al-ammarah, an-nafs al-lawwamah, dan an-nafs al-muthma'innah. Dengan memahami ini, generasi milenial dapat lebih bijaksana dalam mengelola emosi dan tindakan mereka.

Ketiga, konsep Hifdzu an-nafs mendorong untuk amal terpuji dan menjauhkan diri dari perbuatan dosa. Seperti tafsir Q.S Al-Furqon ayat 68 Dalam era di mana tekanan sosial dan budaya sangat kuat, pemahaman ini

dapat membantu generasi milenial untuk hidup sesuai dengan nilai-nilai agama dan moral.

Keempat, Seperti dalam Tafsir Q.S Al Isra ayat 33 M.Quraish Shihab Memaparkan tentang larangan terhadap pembunuhan jiwa, baik itu fisik maupun verbal, sangat penting dalam menjaga kesejahteraan mental dan emosional individu. Dalam era di mana kekerasan dan intimidasi online semakin meningkat, pemahaman tentang nilai-nilai ini sangatlah relevan.

Kelima, seperti tafsir Q.S Al Fajr ayat 27-28 konsep ini juga menawarkan janji akan memiliki jiwa yang tenang dan damai. Dalam era di mana kegelisahan dan ketidakpastian merajalela, pemahaman tentang bagaimana mencapai ketenangan batin melalui pengingatn terhadap Allah dapat menjadi sumber kekuatan dan kepercayaan bagi generasi milenial. Dengan demikian, pemahaman dan penerapan konsep Hifdzu an-nafs tidak hanya relevan, tetapi juga sangat penting bagi generasi milenial dalam menghadapi berbagai tantangan dan kompleksitas kehidupan modern. Konsep ini memberikan fondasi moral dan spiritual yang kuat untuk menjaga keseimbangan dan kesejahteraan individu di tengah dinamika yang terus berubah dan berkembang.

B. Saran

Karya tulis ini akan memerlukan masukan dan evaluasi untuk pengembangan lebih lanjut. Terutama, pembahasan karya ini masih memiliki kelemahan yang memerlukan penelitian yang lebih rinci,

menyeluruh, dan lebih dalam dari yang ada saat ini. Terutama, dalam menguraikan penafsiran M. Quraish Shihab tentang konsep *hifdzu an-nafs* dan relevansinya dalam kehidupan modern generasi milenial. Harapannya, di masa depan, karya ini dapat ditingkatkan untuk memberikan wawasan keislaman yang lebih komprehensif dan ilmiah.



DAFTAR PUSTAKA

- “Dinkes- Hari Kesehatan Jiwa Sedunia tahun 2023; *Mental Health Is A Universal Human Right*” diakses pada 14 November 2023, <https://dinkes.kulonprogokab.go.id/detil/1140/hari-kesehatan-jiwa-sedunia-tahun-2023-mental-health-is-a-universal-human-right>.
- Al-Farmawi, Abdul- Hayyi, “*al-Bidayah fi-al-Tafsir al-Maudhu’I*” (Kairo :al-Hadharat al-Gharbiyyah,1977)
- Al-Khadimi, Nuruddun Al-Mukhtar, “*Al-Munasabah Al-Syar’iyyah Wa Tatbiquha al-Mu’asiroh*”, Beirut: Dar Ibn Hazm
- Anwar, Hamdani, “*Telaah Kritis Terhadap Tafsir al-Misbah*” dalam Jurnal Mimbar Agama dan Budaya, Vol. XIX, No. 2 (2002)
- Arif, Mohammad, “*Generasi Millenial Dalam Internalisasi Karakter Nusantara*”, (Kediri: IAIN Kediri Press, September 2021).
- Baharun, Hasan, “*Kajian Tentang Tafsir al-Mishbah*”, diunduh pada hari Selasa tanggal 21 Maret 2024 pukul 12:00 WIB <http://hasanbaharun.blogspot.com/p/kajian-tafsir-al-misbah.html>
- Baidan, Nashiruddin, “*Metodologi Penafsiran Alquran*”, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2012) cet. IV
- egsaugm, “*Darurat Kesehatan Mental Bagi Remaja – Environmental Geography Student Association*,” 27 November 2020, <https://egsa.geo.ugm.ac.id/2020/11/27/darurat-kesehatan-mental-bagi-remaja/>.

- Federspiel, Haward M., *“kajiann Al-Qur’an di Indonesia: Dari Mahmud Yunus hinggaQuraish Shihab”*, cet.I, Mizan,Bandung, 1996
- Gusmian, Islah, *“Khazanah Tafsir Indonesia, dari Hermeneutika Hingga Ideologi”*, Jakarta 2002.
- Kadir, Muhd Najib Abdul, Mazlan Ibrahim, *“Studi Kritis Tafsir Al-Misbah”*, Penerbit UKM, 2009
- Kusmana, *“M. Quraish shihab, membangun Citra Institusi”* (Jakarta: IAIN Jakarta Press, 2002)
- Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur’an. 2019. Al-Quran KEMENAG In Microsoft Word. Indonesia: Badan Litbang dan Diklat Kementerian Agama RI
- Latief, Hilman, Zezen Zainal Mutaqin, *“Islam dan Urusan Kemanusiaan”*, (Serambi Ilmu Semesta: 2015)
- Machasin, *Dalil Rasional Al-Qur’an* (Yogyakarta: LKiS, 2000), hlm.165
- Marhamah, Fauzi, *Pengaruh Literasi Digital Terhadap Pencegahan Informasi Hoaks pada Remaja di SMANegeri 7 Kota Lhokseumawe*, Vol.6 No.2, Jurnal_Pekommas Oktober 2021.
- Mujahid, Anwar, *“Konsep Kekuasaan dalam Tafsir al-Misbah Karya M. Quraish Shihab dan Relevansinya dengan Transformasi Masyarakat Indonesia di era Global”*.(tesis tidak diterbitkan, Yogyakarta: Program Pascasarjana UIN SunanKalijaga)
- Mujib, Abdul, Yusuf Mudzakir, *“Nuansa-nuansa Psikologi Islam”*, (PT. Raja Grafindo Persada, Jakarta, 2003)

- Munawir, Warson, "*Kamus Al-Munawir Arab-Indonesia Terlengkap*", (Surabaya: Pustaka Progesif, 1997)
- Nasional, Departemen Pendidikan, "*Kamus Besar Bahasa Indonesia*", (Jakarta: Balai Pustaka, 2007)
- Nuriyyatiningrum, Nadya Ariyani Hasanah, S.Psi., M.Psi, "*Psikologi Milenial*", (Semarang : Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro, 2020)
- Pratiwi Febriana Sulistya, "*Ini Sederet Masalah yang Bikin Gen Z dan Milenial Rentan Stres*". <https://dataindonesia.id/varia/detail/ini-sederet-masalah-yang-bikin-gen-z-dan-milenial-rentan-stres>.
- Rahayu, Flourensia Spty, "*CYBERBULLYING SEBAGAI DAMPAK NEGATIF PENGGUNAAN TEKNOLOGI INFORMASI*", Volume 8, Issue, 24 Journal of Information Systems, 1 April 2012
- Redaksi, Dewan, "*Suplemen Ensiklopedia Islam*", (Jakarta: PT. Ikhtiar Baru, 1994), cet. ke-II
- Samsurrohman, "*Pengantar Ilmu Tafsir*" (Jakarta: Amzah, 2014)
- Shidiq, Sapiudin, "*Ushul Fiqh*", (Jakarta: Kharisma Putra Utama, 2011)
- Shihab, M. Quraish, "*Fatwa-Fatwa Seputar Ibadah Mahdah*" (Bandung: Mizan, 1999)
- _____, "*Lentera Hati dan Hikmah Kehidupan*", (Bandung: Mizan, 1997)
- _____, "*Perempuan*", (Jakarta: Lentera Hati, 2005)
- _____, "*Sahur Bersama M. Quraish Shihab*", (Bandung: Mizan, 1997)
- _____, "*Tafsir al-Qur'an al-Karim*" (Bandung: Pustaka Hidayah, 1997)

- _____, *"Untaian Permata Buat Anakku: Pesan Al-Qur'an Untuk Mempelai"*,
(Bandung: Mizan, 1998) cet. IV
- _____, *"Mukjizat al-Qur'an; Ditinjau dari Aspek Kebahasaan, Isyarat Ilmiah dan Pemberitaan Ghaib"* (Bandung: Mizan, 1997)
- _____, *"Membumikan Al-Qur'an"*, Mizan, Bandung, 1992
- _____, *"Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an"* (Tangerang: Lentera Hati, 2003), Jilid 6
- _____, *"Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an"* (Tangerang: Lentera Hati, 2003), Jilid 9
- _____, *"Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an"* (Tangerang: Lentera Hati, 2003), Jilid 7
- _____, *"Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an"* (Tangerang: Lentera Hati, 2003), Jilid 15
- _____, *"Tafsir al-Misbah; Pesan, Kesan dan Keserasian al-Qur'an"*, Vol. 1-15
(Tangerang: Lentera Hati, 2007)
- _____. *"Tafsir al-mishbah: pesan, kesan dan keserasian al- Qur'an"*. Edisi baru.
Jakarta: Lentera Hati, 2009
- _____, *"Wawasan Al-Qur'an; Tafsir Maudhu'ii atas Pelbagai Persoalan Umat"*
(Bandung: Mizan 1996)
- Sukmadinata, Nana Syaodih, *"Pengembangan Kurikulum: Teori dan Praktek"*,
(Bandung: Remaja Rosdakarya, 2007)
- Tanter, Richard dan Kenneth Young, *"Politik Kelas Menengah Indonesia"* (Jakarta: LP3ES, 1993)

Taufiq, Muhammad Izzudin, *“Panduan Lengkap Dan Praktis Psikologi Islam, Terj.*

Sari Narulita dkk”. (Jakarta: Gema Insani, 2006)

Usman, *“Ilmu Tafsir”*, (Yogyakarta: Teras, 2009)

Venkatraman, Shriram, *“Social Media in South India”* (London: University College of London, 2017)

Zahrah, Muhammad Abu, *“Ushul Fiqh”*, (Jakarta: PT. Pustaka Firdaus, 2010)

Zulfatmi, *“Al-Nafs Dalam Al-Qur’an (Analisis Terma al-Nafs sebagai Dimensi Psikis Manusia)”*, Jurnal MUDARRISUNA Vol. 10 No. 2 April-Juni 2020.

