

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Al Qur'an sebagai kitab suci dan petunjuk, mempunyai berbagai dimensi untuk dijadikan pedoman atau pegangan hidup dan penuntun arah bagi setiap muslim dalam menjalani kehidupannya. Al Qur'an mengajak akal manusia untuk ber-*tafakur* (memikirkan) dan ber-*tadzakur* (mengingat) akan ciptaan Allah SWT. Dengan adanya akal dan ilmu yang dimilikinya, manusia dapat dibedakan atas golongan yang berilmu dan golongan yang tidak berilmu (bodoh). Dalam Al Qur'an, Allah SWT menjadikan ilmu sebagai ukuran (barometer) bagi manusia untuk mencapai derajat yang lebih tinggi. Derajat yang dalam beberapa ayat Al Qur'an disebut dengan *ulu al-albab*.

Pada tahap selanjutnya, umat Islam yang banyak berdzikir dan berpikir (melakukan pembacaan) akan menjadikan ia sebagai seorang ulama yang cendekiawan (intelektual), dan cendekiawan (intelektual) yang sekaligus ulama. Dimana posisi mereka itu adalah sebagai *waratsah al-anbiya'* (para pewaris /penerus Nabi).

Dalam banyak ayat, Al Qur'an mengajak manusia untuk melakukan pembacaan, memikirkan merenungkan tanda-tanda kekuasaan Allah SWT, baik yang di langit maupun yang ada di bumi dengan berbagai macam

isinya.¹ Allah menurunkan Al-Qur'an kepada nabi Muhammad SAW untuk mengeluarkan umat manusia dari kegelapan dan kebodohan menuju cahaya Islam, sehingga menjadi benar-benar umat yang baik dan terbaik yang pernah ada di muka bumi ini.

Di antara ciri khas atau keistimewaan yang dimiliki Al-Qur'an adalah ia bisa memberi syafa'at pada hari kiamat pada orang yang membacanya, mengkajinya.² Dan Al Qur'an juga akan memberikan kedamaian (ketenangan) , sebagaimana yang telah disebutkan dalam Hadits Riwayat Muslim:

Al Barra' r.a, berkata, "Ada seorang laki-laki membaca surah Al-Kahfi yang ketika itu ada seekor kuda di sisinya yang diikat dengan dua tali. Lalu, ada awan yang menutupinya, kemudian awan itu terus berputar dan mendekat, sehingga kuda itu berusaha lari menjauhinya. Keesokan harinya, laki-laki tersebut datang kepada Nabi SAW, kemudian ia tuturkan hal itu kepada beliau. Lalu, beliau bersabda, 'Itu adalah malaikat pembawa kedamaian yang turun karena ada bacaan Al Qur'an.'"³

Membaca merupakan upaya untuk membantu perkembangan otak. Dengan membaca, otak akan menyimpan banyak informasi yang akan terus disimpan sampai mereka membutuhkan informasi itu. Membaca juga dapat membantu kita untuk terus mencari sesuatu yang baru dan menarik karena setiap yang kita baca akan memberikan informasi-informasi penting yang akan berguna dalam kehidupan. Membaca tidak saja dengan buku, dengan melihat kejadian alam sekitar pun kita telah membaca. Mata adalah kunci

¹Kutbuddin Aibak, *Teologi Pembacaan: Dari Tradisi Paganis Menuju Rabbani*, (Yogyakarta: TERAS, 2009), h.238-241.

²<http://ridwan202.wordpress.com/2009/03/06/fungsi-al-qur'an-dan-pentingnya-membaca-al-qur'an/>, diakses pada 11-1-2014, pkl:11.28 WIB

³M. Nashiruddin Al-Albani, *Ringkasan Shahih Muslim, terje Elly Latifah*, (Jakarta: Gema Insani, 2005), 1088-1089

untuk kita bisa melihat dan membaca apa saja yang terjadi di sekitarnya. Tapi, bagaimana dengan membaca Al-Qur'an? Apa manfaat yang kita dapatkan dengan membaca Al-Qur'an?

Dr. Al Qadhi, melalui penelitiannya yang panjang dan serius di Klinik Besar Florida Amerika Serikat, berhasil membuktikan hanya dengan mendengarkan bacaan ayat-ayat Alquran, seorang Muslim, baik mereka yang berbahasa Arab maupun bukan, dapat merasakan perubahan fisiologis yang sangat besar. Penurunan depresi, kesedihan, memperoleh ketenangan jiwa, menangkal berbagai macam penyakit merupakan pengaruh umum yang dirasakan orang-orang yang menjadi objek penelitiannya. Penemuan sang dokter ahli jiwa ini tidak serampangan.

Penelitiannya ditunjang dengan bantuan peralatan elektronik terbaru untuk mendeteksi tekanan darah, detak jantung, ketahanan otot, dan ketahanan kulit terhadap aliran listrik. Dari hasil uji cobanya ia berkesimpulan, bacaan Alquran berpengaruh besar hingga 97% dalam melahirkan ketenangan jiwa dan penyembuhan penyakit.

Penelitian Dr. Al Qadhi ini diperkuat pula oleh penelitian lainnya yang dilakukan oleh dokter yang berbeda. Dalam laporan sebuah penelitian yang disampaikan dalam Konferensi Kedokteran Islam Amerika Utara pada tahun 1984, disebutkan, Al-Quran terbukti mampu mendatangkan ketenangan sampai 97% bagi mereka yang mendengarkannya.

Kesimpulan hasil uji coba tersebut diperkuat lagi oleh penelitian Muhammad Salim yang dipublikasikan Universitas Boston. Objek

penelitiannya terhadap 5 orang sukarelawan yang terdiri dari 3 pria dan 2 wanita. Kelima orang tersebut sama sekali tidak mengerti bahasa Arab dan mereka pun tidak diberi tahu bahwa yang akan diperdengarkannya adalah Al-Qur'an.

Penelitian yang dilakukan sebanyak 210 kali ini terbagi dua sesi, yakni membacakan Al-Qur'an dengan tartil dan membacakan bahasa Arab yang bukan dari Al-Qur'an. Kesimpulannya, responden mendapatkan ketenangan sampai 65% ketika mendengarkan bacaan Al-Qur'an dan mendapatkan ketenangan hanya 35% ketika mendengarkan bahasa Arab yang bukan dari Al-Qur'an.

Al-Qur'an memberikan pengaruh besar jika diperdengarkan kepada bayi. Hal tersebut diungkapkan Dr. Nurhayati dari Malaysia dalam Seminar Konseling dan Psikoterapi Islam di Malaysia pada tahun 1997. Menurut penelitiannya, bayi yang berusia 48 jam yang kepadanya diperdengarkan ayat-ayat Al-Qur'an dari tape recorder menunjukkan respons tersenyum dan menjadi lebih tenang.

Sungguh suatu kebahagiaan dan merupakan kenikmatan yang besar, kita memiliki Al-Qur'an. Selain menjadi ibadah dalam membacanya, bacaannya memberikan pengaruh besar bagi kehidupan jasmani dan rohani kita. Jika mendengarkan musik klasik dapat memengaruhi kecerdasan intelektual (IQ) dan kecerdasan emosi (EQ) seseorang, bacaan Al-Qur'an

lebih dari itu. Selain memengaruhi IQ dan EQ, bacaan Al-Qur'an memengaruhi kecerdasan spiritual (SQ).⁴

Maha benar Allah yang telah berfirman,

وَإِذَا قُرِئَ الْقُرْآنُ فَاسْتَمِعُوا لَهُ وَأَنْصِتُوا لَعَلَّكُمْ تُرْحَمُونَ

“Dan apabila dibacakan Al-Qur'an, simaklah dengan baik dan perhatikanlah dengan tenang agar kamu mendapat rahmat” (QS. Al A'Raaf: 204).⁵

Diturunkannya Al Qur'an dengan bahasa yang dipergunakan manusia, tidak membuat Al Qur'an secara otomatis bukan kalam Allah SWT, dan tidak pula mencabut sifat Ilahiah dan kesucian Al Qur'an. Karena jika demikian, niscaya tidak ada perbedaan antara wahyu Ilahi dan hasil pemikiran manusia. Kearaban Al Qur'an bukanlah hasil karsa manusia. Dan hukum-hukum serta pemahaman-pemahamannya bukan pula hasil dari pengaruh dan nias peradaban manusia, seperti bangsa Arab Hijaz. Namun, ia diturunkan kepada manusia dari kekuasaan yang paling tinggi, yaitu kekuasaan Rabb Sang Pencipta yang mengajarkan manusia. Hal ini telah disebut dalam surat yang pertama diturunkan,

⁴<http://moeflich.wordpress.com/2013/01/30/penelitian-ilmiah-pengaruh-bacaan-al-quran-pada-syaraf-otak-dan-organ-tubuh-lainnya-subhanallah-menakjubkan/> , diakses pada 11-01-2014, pkl: 11.09 WIB

⁵Depag RI, *Al Qur'an dan Terjemahnya*, (Surabaya: Surya Cipta Aksara, 1989), h. 256

أَقْرَأْ بِاسْمِ رَبِّكَ الَّذِي خَلَقَ ﴿١﴾ خَلَقَ الْإِنْسَانَ مِنْ عَلَقٍ ﴿٢﴾ أَلَمْ يَعْلَمْ بِاسْمِ رَبِّكَ

الْأَكْرَمِ ﴿٣﴾ الَّذِي عَلَّمَ بِالْقَلَمِ ﴿٤﴾ عَلَّمَ الْإِنْسَانَ مَا لَمْ يَعْلَمْ ﴿٥﴾

“Bacalah dengan (menyebut) nama Tuhanmu yang menciptakan. Dan telah menciptakan manusia dari segumpal darah. Bacalah dan Tuhanmulah yang paling pemurah, mengajarkan manusia dengan perantaraan kalam. Dia mengajarkan manusia apa yang tidak diketahuinya . (QS. Al Alaq : 1-5).⁶

Siapa yang membaca Al Qur’an dan mentadaburinya, serta mempunyai sedikit pengetahuan tentang kondisi masyarakat Arab, juga masyarakat-masyarakat lain, maka pada saat Al Qur’an itu diturunkan, seorang akan menemukan dengan penuh keyakinan bahwa Al Qur’an adalah aktif bukan proaktif, dan yang memberikan pengaruh bukan dipengaruhi.⁷

Banyak ayat-ayat Al Qur’an dan hadits Rasulullah SAW.yang mendorong kita untuk membaca Al Qur’an dengan menjanjikan pahala dan balasan yang besar dengan membacanya itu. Allah SWT berfirman:

إِنَّ الَّذِينَ يَتْلُونَ كِتَابَ اللَّهِ وَأَقَامُوا الصَّلَاةَ وَأَنْفَقُوا مِمَّا رَزَقْنَاهُمْ سِرًّا

وَعَلَانِيَةً يَرْجُونَ تِجَارَةً لَّن تَبُورَ ﴿٢٦﴾ لِيُؤْفِقَهُمْ أُجُورَهُمْ وَيَزِيدَهُم مِّن

فَضْلِهِ ۗ إِنَّهُ عَفُورٌ شَكُورٌ ﴿٢٧﴾

⁶Depag RI, *Al Qur’an dan Terjemahnya...*,h.1079

⁷Yusuf Qardhawi, *Berinteraksi dengan Al Qur’an*, (Jakarta: Gema Insani, 1999), h. 30-

“Sesungguhnya oran-orang yang selalu membaca kitab Allah dan mendirikan shalat dan menafkahkan sebagian rezeki yang Kami anugerahkan kepada mereka dengan diam-diam dan terang-terangan, mereka itu mengharapkan perniagaan yang tidak akan merugi, agar Allah menyempurnakan kepada mereka pahala mereka dan menambah kepada mereka dari karunia-Nya. Sesungguhnya Allah Maha Pengampun lagi Maha Mensyukuri.”(QS.Faathir:29-30)⁸

Al Qur'an mempunyai pengaruh yang mengagumkan bagi hati manusia, diakui oleh semua orang yang mendengarkannya, baik ia muslim maupun kafir.⁹

Al-Quran diturunkan Allah kepada Nabi Muhammad SAW untuk umat manusia sampai akhir zaman. Fungsi Al-Qur'an antara lain sebagai petunjuk (*hudan*), sumber informasi/penjelasan (*bayan*), pembeda antara yang benar dan yang salah (*al-furqan*), penyembuh (*syifa'*), rahmat, dan nasehat/petuah (*mau'idzah*). Al-Qur'an tidak hanya membahas mengenai hubungan antara manusia dengan Sang Khalik atau manusia dengan sesamanya. Lebih dari itu, Al-Qur'an memberikan pegangan hingga pada masalah yang detil, di antaranya mengenai kesehatan mental. Kesehatan mental dalam kehidupan manusia merupakan masalah yang amat penting karena menyangkut kualitas dan kebahagiaan manusia. Tanpa kesehatan yang baik orang tidak akan mungkin mendapatkan kebahagiaan dan kualitas sumber daya manusia yang tinggi.¹⁰

⁸ Depag RI, *Al Qur'an dan Terjemahnya*....,h. 700

⁹ Ibid, h.225-226

¹⁰ <http://dakupoenya.wordpress.com/2010/03/27/ilmu-kesehatan-dan-kesehatan-mental-dalam-perspektif-islam-al-quran-hadist-dan-khazanah-pemikiran-islam/> diakses pada 6

Dengan demikian, membaca Al-Qur'an merupakan salah satu metode dalam mengatasi masalah hati. Membaca Al-Qur'an senantiasa menjadikan hati lebih tenang dan damai, karena dengan membaca Al-Qur'an secara tidak langsung sedang menghadap Allah Swt. Oleh karena itu, perbanyaklah membaca Al-Qur'an dan mengkaji ayat-ayat-Nya agar hati menjadi lebih tenang dan tentram. Maka dari itu, manusia sebagai hamba Allah Swt yang beriman agar selalu mempelajari Al-Qur'an dan mengamalkan apa-apa yang diperoleh dari mempelajari Al-Qur'an dalam kehidupan sehari-hari.

Sekarang zaman jahiliyyah modern dengan arti kelihatannya pandai-pandai dan canggih-canggih sekali kemerlapan luar biasa. Kehidupan orang sekarang segala sesuatu tergiyur dengan gemerlapannya tayangan-tayangan duniawi yang melalaikan dan menjauhkan diri dari Tuhannya. Seperti halnya pada anak-anak atau para remaja. Masa tersebut adalah masa yang sangat rentan masuknya pengaruh dari luar yang dapat mempengaruhi perilakunya dalam kehidupan sehari-hari, bahkan emosi atau mental mereka kadang juga kurang terkontrol. Oleh karena itu, di usia tersebut harus dibekali oleh hal-hal yang baik, salah satunya yaitu Al Qur'an. Anak-anak atau remaja harus diberi pengetahuan tentang Al Qur'an, agar mereka mau membacanya dan mampu mengamalkan dalam kehidupannya.

Al Qur'an memiliki banyak fungsi, salah satu fungsinya yaitu sebagai pembangun kesehatan mental. Jika anak atau siswa mau rajin membaca Al Qur'an, maka mental mereka akan sehat yang akan berpengaruh pada perilakunya sehari-hari.

Mengetahui hal tersebut, maka peneliti ingin mengetahui apakah benar bahwa Al Qur'an yang kita baca itu dapat membangun kesehatan mental manusia dengan melakukan sebuah penelitian yang berjudul: "Pembinaan Membaca Al Qur'an untuk Membangun Kesehatan Mental Siswa di SMP Islam Al-Ma'rifah Darunnajah Kelutan Trenggalek Tahun Ajaran 2013/2014".

Adapun alasan peneliti melakukan penelitian di tempat tersebut adalah SMP Islam Al-Ma'rifah Darunnajah Kelutan Trenggalek merupakan sekolah sekaligus pondok yang didalamnya mengajarkan pendidikan agama Islam, salah satunya tentang Al Qur'an. Para santri atau siswa benar-benar dididik mengenai ilmu Al Qur'an. Dengan menerapkan suatu metode yang dapat mencetak santri atau siswa yang dapat membaca Al Qur'an dengan fasih, sesuai ilmu tajwid dan juga mampu berjiwa Quraniy. Bahkan ada fakta bahwa ada santri yang memiliki penyakit magh akut sembuh setelah ia diperintahkan oleh pengasuh pondok untuk menghafal Al Qur'an. Hal ini bisa menjadi bukti bahwa dengan membaca Al Qur'an orang akan memiliki kesehatan yang baik, baik kesehatan fisik maupun kesehatan mental.

B. Fokus Penelitian

Adapun fokus penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana cara pembinaan membaca Al Qur'an untuk membangun kesehatan mental siswa di SMP Islam Al-Ma'rifah Darunnajah Kelutan Trenggalek?

2. Apa faktor pendukung dalam pembinaan membaca Al Qur'an untuk membangun kesehatan mental siswa di SMP Islam Al-Ma'rifah Darunnajah Kelutan Trenggalek?
3. Apa faktor penghambat dalam pembinaan membaca Al Qur'an untuk membangun kesehatan mental siswa di SMP Islam Al-Ma'rifah Darunnajah Kelutan Trenggalek?

C. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui cara pembinaan membaca Al Qur'an untuk membangun kesehatan mental siswa di SMP Islam Al-Ma'rifah Darunnajah Kelutan Trenggalek.
2. Untuk mengetahui faktor pendukung dalam pembinaan membaca Al Qur'an untuk membangun kesehatan mental siswa di SMP Islam Al-Ma'rifah Darunnajah Kelutan Trenggalek.
3. Untuk mengetahui faktor penghambat dalam pembinaan membaca Al Qur'an untuk membangun kesehatan mental siswa di SMP Islam Al-Ma'rifah Darunnajah Kelutan Trenggalek.

D. Kegunaan Penelitian

Adapun kegunaan/manfaat penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Manfaat dari segi teoritis
Hasil penelitian diharapkan dapat memberi manfaat bagi dunia pendidikan khususnya pada pelajaran Pendidikan Agama Islam.

2. Manfaat dari segi praktis
 - a. Manfaat bagi guru sebagai bahan alternatif dan masukan dalam pembelajaran. Dan juga sebagai bahan untuk memotivasi siswa agar rajin-rajin dalam membaca Al Qur'an.
 - b. Manfaat bagi siswa agar siswa menjadi rajin membaca Al Qur'an untuk meningkatkan kesehatan mentalnya demi menunjang keberhasilan prestasi belajarnya.
 - c. Manfaat bagi sekolah untuk menentukan kebijakan yang tepat dalam memperbaiki sistem pembelajaran.
 - d. Manfaat peneliti untuk menambah wawasan pengetahuan dan keilmuan sehingga dapat menjadi manusia yang memiliki wawasan yang lebih luas. Dan juga ikut andil dalam memperbanyak khazanah karya-karya tentang pendidikan Islam, juga dengan mencoba meneliti dan mengkaji fungsi membaca Al-Qur'an sebagai pembangun kesehatan mental.

E. Penegasan Istilah

1. Penegasan Konseptual
 - a. Pembinaan merupakan binaan atau penyambungan infrastruktur dalam bidang seni bina dan kejuruteraan awam.¹¹

¹¹<http://ms.wikipedia.org/wiki/Pembinaan> , diakses pada 10 April 2014, pada pkl 15.08 WIB

b. Membaca

Membaca adalah melihat serta memahami isis dari apa yang tertulis (dengan melisankan atau di dalam hati).¹²

c. Al Qur'an

Al Quran adalah kalamullah yang disampaikan dalam Bahasa Arab diturunkan secara berangsur-angsur melalui malaikat Jibril kepada Nabi Muhammad SAW sebagai mukjizat yang disampaikan kepada kita penganutnya secara mutawatir, yang telah tertulis dalam mushaf utsmani dan telah dihafalkan secara baik oleh umat Islam sejak masa Nabi Muhammad sampai sekarang yang dimulai dari surat Al Fatihah dan diakhiri dengan surat An Nas.

d. Kesehatan Mental

Kesehatan mental ialah terwujudnya keserasian yang sungguh-sungguh antar fungsi-fungsi kejiwaan dan terciptanya penyesuaian diri antar manusia dengan dirinya dan lingkungannya, berlandaskan keimanan dan ketakwaan serta bertujuan untuk mencapai hidup yang bermakna dan bahagia di dunia dan akhirat.

2. Penegasan Operasional

Peneliti ingin melakukan penelitian terkait dengan ***“Pembinaan Membaca Al Qur'an untuk Membangun Kesehatan Mental Siswa di SMP Islam Al Ma'rifah Darunnajah Kelutan Trenggalek Tahun***

¹²Depdiknas, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka, 2002), h. 83

Ajaran 2013/2014” sehingga dapat mengetahui dan mengkaji fungsi membaca Al Qur’an sebagai pembangun kesehatan mental siswa.

F. Sistematika Pembahasan

Untuk lebih jelas dan mudah dalam memahami skripsi, maka diadakan sistematika. Adapun sistematikanya adalah sebagai berikut:

1. Bagian Awal

Terdiri dari halaman sampul depan, halaman judul, halaman persetujuan, halaman pengesahan, motto, persembahan, kata pengantar, daftar isi, daftar tabel, daftar lampiran, dan abstrak.

2. Bagaian Utama

Bab I pendahuluan, terdiri dari a) latar belakang masalah, b) Fokus penelitian, c) Tujuan penelitian, d) Kegunaan hasil penelitian, e) penegasan istilah, f) Sistematika pembahasan

Bab II Kajian pustaka, terdiri dari a) Kajian fokus pertama, b) Penelitian terdahulu, c) Kerangka berpikir teoritis (paradigma).

Bab III metode penelitian terdiri dari a) pola penelitian, b) Lokasi penelitian, c) Kehadiran peneliti, d) Sumber data, e) prosedur pengumpulan data, f) teknik analisa data, g) keabsahab data, h) tahap-tahap penelitian.

Bab IV paparan hasil penelitian, terdiri dari a) paparan data, b) temuan penelitian dan pembahasan.

Bab V penutup terdiri dari a) kesimpulan, b) saran.

3. Bagian Akhir terdiri dari a) daftar rujukan, b) lampiran-lampiran, c) surat pernyataan keaslian, d) daftar riwayat hidup.