

BAB I

PENDAHULUAN

A. Konteks Penelitian

Saat ini, kita hidup di era globalisasi, di mana batas-batas wilayah hampir tidak ada lagi, dan manusia dapat berinteraksi serta bertukar informasi kapan saja dan di mana saja. Proses globalisasi ini, yang ditandai dengan pesatnya perkembangan teknologi informasi, mempengaruhi berbagai aspek kehidupan, terutama budaya dan nilai-nilai sosial. Persaingan dalam dunia industri barang dan jasa juga berdampak pada aspek psikologis masyarakat, seperti meningkatnya agresivitas, emosi yang tidak terkendali, ketidakdewasaan kepribadian, depresi akibat tekanan hidup, peningkatan kecurigaan, serta persaingan tidak sehat yang akhirnya berkontribusi pada tingginya angka bunuh diri.²

Banyaknya berita yang tersiar dalam artikel dan media-media sosial, yang berkaitan dengan kasus-kasus kesehatan mental. Ahmad Arif dalam Kompas.com,³ bahwa generasi Z yang merupakan tumpuan masa depan dan di gadang-gadang bakal memimpin Indonesia Emas 2045. Namun, banyak sekali anak kelahiran tahun 2000-2010 ini mengalami masalah kesehatan mental, yang bisa berdampak pada sosial dan ekonomi yang berkepanjangan serta merugikan pada kehidupan mereka di masa depan jika tidak di tangani dengan baik sejak dini. Mengacu pada data Kementerian Dalam Negeri (Kemendagri), jumlah penduduk Indonesia per 31 Desember 2022 mencapai 277,75 juta jiwa dan didominasi remaja. Paling

² Ikhwan Fuad, 'Menjaga Kesehatan Mental Perspektif Al-Qur'an Dan Hadits', *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi*, 1.1 (2016), 31–50 <<https://doi.org/10.33367/psi.v1i1.245>>. Hlm 32.

³ Ahmad Arif, 'Krisis Kesehatan Mental Menghantui Generasi Z Indonesia', *Dalam Wwww.Kompas.Com, Di Akses Tanggal 05 November 2024*.

banyak adalah penduduk berusia 10-14 tahun, yakni 24,5 juta jiwa, sedangkan penduduk di rentang usia 15-19 tahun sebanyak 21,7 juta jiwa.

Dalam Artikel Siloam Hospitals,⁴ mengatakan bahwa ada 6 gangguan kesehatan mental pada remaja yang perlu di waspadai. Secara umum, gangguan mental terdiri dari berbagai jenis gejala yang berbeda-beda, namun menurut World Health Organization (WHO), sejumlah gangguan mental yang sering terjadi pada anak remaja adalah:

1. Gangguan Makan, umumnya disebabkan oleh rasa takut pada remaja akan bertambahnya berat badan. Dan juga makan terus menerus karena stres.
2. Gangguan perilaku, Beberapa jenis gangguan perilaku yang sering terjadi pada anak berusia remaja di antaranya ADHD, conduct disorder, learning disorder (gangguan belajar), ODD (oppositional defiant disorder), dan ASD (autism spectrum disorder).
3. Psikosis, yaitu kondisi ketika remaja tidak mampu membedakan antara realita dan imajinasi. Gangguan psikosis ditandai dengan adanya halusinasi dan waham (delusi).
4. Gangguan emosi, adalah gangguan kesehatan mental pada remaja yang paling sering ditemukan. Kondisi ini dapat berupa gangguan cemas, depresi, dan fobia spesifik (rasa takut berlebihan terhadap hal-hal atau objek tertentu).
5. Perilaku beresiko tinggi, Apabila anak remaja berani melakukan hal-hal yang berbahaya dan berisiko tinggi tanpa memikirkan tentang konsekuensi dari tindakannya tersebut, kondisi ini perlu diwaspadai sebagai gangguan kesehatan

⁴ Tim Medis Siloam Hospital, '6 Gangguan Kesehatan Mental Pada Remaja Yang Perlu Di Waspadai', Dalam *Www.Siloamhospitals.Com*, Di Akses Tanggal 05 November 2024.

mental. Beberapa tindakan yang dianggap berbahaya dan berisiko tinggi adalah menyalahgunakan narkoba, seks bebas, mengonsumsi alkohol, dan lain-lain.

6. Menyakiti diri sendiri dan bunuh diri, ekanan yang dialami oleh anak remaja dalam waktu lama dapat mendorong munculnya keinginan untuk menyakiti diri sendiri (self harm) hingga bunuh diri (suicidal thoughts). Tekanan tersebut bisa dipicu oleh banyak hal, seperti kekerasan seksual, perundungan (bullying), pengaruh media sosial, dan sebagainya.

Dalam bidang psikologi, setiap individu memiliki sifat potensial dan keinginan untuk mengeksplorasi. Sebagai makhluk yang eksploratif, manusia memiliki kemampuan dasar untuk mengembangkan potensi diri, baik secara mental maupun fisik. Sebagai makhluk dengan potensi, setiap orang memiliki kemampuan bawaan yang dapat dikembangkan sepanjang hidupnya. Integrasi antara sifat potensial dan eksploratif dalam menjalani kehidupan beragama menghasilkan emosi atau perasaan yang menjadi pendorong utama dalam perilaku manusia. Oleh karena itu, keberadaan agama bagi manusia merupakan hal yang tidak terpisahkan dan sangat penting untuk mengembangkan kedua aspek yang ada dalam diri setiap individu.⁵

Kesehatan adalah kondisi yang menyeluruh, mencakup kesehatan fisik, mental, dan sosial, bukan sekadar bebas dari penyakit atau kecacatan, sehingga individu mampu bekerja secara produktif. Hidup sehat adalah impian setiap orang. Untuk mencapai gaya hidup sehat, pola hidup sehat perlu dijalani sejak dini, tanpa batasan usia untuk memulainya. Hidup sehat merupakan sebuah keharusan dan tanggung jawab bagi semua orang. Disarankan untuk

⁵ Ali Mursyid Azisi, 'Peran Agama Dalam Memelihara Kesehatan Jiwa Dan Kontrol Sosial Masyarakat', *Al-Qalb : Jurnal Psikologi Islam*, 2020, 55–75. Hlm 55.

menetapkan pola hidup sehat, karena hal ini berdampak pada penerapan kehidupan yang sehat, terlepas dari penilaian apakah pola tersebut dianggap sehat atau tidak.⁶ Menurut Undang-Undang Nomor 36 Tahun 2009, kesehatan adalah kondisi sehat secara fisik, mental, spiritual, dan sosial yang memungkinkan seseorang untuk hidup produktif dalam aspek sosial dan ekonomi.

Kesehatan tidak bisa dipahami sebagai sesuatu yang tetap atau berada pada satu kondisi saja, melainkan harus dilihat sebagai fenomena yang terus berubah. Kesehatan adalah spektrum yang mencakup keseimbangan antara tubuh dan pikiran, bergerak dalam rentang yang selalu berubah-ubah, mendekati atau menjauhi puncak kebahagiaan hidup dalam keadaan sehat sempurna. Banyak sekali definisi tentang sehat dan sakit. Kesehatan bukan hanya terbatas pada fisik, tetapi juga mencakup kesejahteraan mental, jiwa, dan sosial. Kesehatan dipandang sebagai kondisi yang fleksibel, mencakup keseimbangan antara kesehatan fisik dan mental, dengan fluktuasi yang terus-menerus mendekati atau menjauhi keadaan sehat sempurna.⁷

Pentingnya kesehatan mental adalah untuk menciptakan manusia yang lebih baik melalui jiwa yang sehat dan bersih. Kesehatan mental berperan sebagai faktor pendukung dalam pengembangan potensi manusia. Dengan menjaga kesehatan mental, potensi individu dapat berkembang lebih optimal, memberikan manfaat baik bagi diri sendiri maupun orang lain. Mental yang sehat juga berkaitan dengan keimanan dan perbuatan baik. Kesehatan mental tidak akan dirasakan oleh mereka yang sering melakukan maksiat dan mengikuti

⁶ Andry Septianto and others, 'Sosialisasi Pentingnya Pola Hidup Sehat Guna Meningkatkan Kesehatan Tubuh Pada Masyarakat Desa Kalitorong Kecamatan Randudongkal Kabupaten Pemalang Provinsi Jawa Tengah', *Dedikasi Pkm*, 1.2 (2020), 55 <<https://doi.org/10.32493/dedikasipkm.v1i2.6390>>. Hlm 55-62.

⁷ Irwan, *Etika Dan Perilaku Kesehatan*, 2017. Hlm 25.

hawa nafsu. Hal ini sejalan dengan hadis Nabi riwayat Imam Tirmidzi No. 2346 yang terdapat pada kitab *Riyāḍus Ṣālihīn* Karya Imam *an-Nawawi* pada bab keutamaan lapar, kesederhanaan dalam hidup, dan membatasi diri pada sedikit makanan, minuman, pakaian, dan segala sesuatu yang menjadi keinginan nafsu, serta meninggalkan hawa nafsu. Hadis ke 510:

حَدَّثَنَا عَمْرُو بْنُ مَالِكٍ، وَمُحَمَّدُ بْنُ خِدَاشٍ الْبَغْدَادِيُّ، قَالَا: حَدَّثَنَا مَرْوَانُ بْنُ مُعَاوِيَةَ، قَالَ: حَدَّثَنَا عَبْدُ الرَّحْمَنِ

بْنُ أَبِي شُمَيْلَةَ الْأَنْصَارِيُّ، عَنْ سَلَمَةَ بْنِ عُبَيْدِ اللَّهِ بْنِ مُحَمَّدِ بْنِ الْحَطْمِيِّ، عَنْ أَبِيهِ، وَكَانَتْ لَهُ صُحْبَةٌ، قَالَ: قَالَ:

رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: مَنْ أَصْبَحَ مِنْكُمْ آمِنًا فِي سِرْبِهِ مُعَافَى فِي جَسَدِهِ عِنْدَهُ قُوَّةٌ يَوْمَهُ فَكَأَنَّمَا حِيزَتْ

لَهُ الدُّنْيَا

Telah menceritakan kepada kami 'Amru bin Malik dan Mahmud bin Khidasy Al Baghdadi keduanya berkata: telah menceritakan kepada kami Marwan bin Mu'awiyah telah menceritakan kepada kami Abdurrahman bin Abu Syumailah Al Anshari dari Salamah bin 'Ubaidillah bin Mihshan Al Khatmi dari bapaknya yang pernah bertemu dengan Nabi Shallallahu 'alaihi wa Salam dia berkata: Rasulullah Shallallahu 'alaihi wa sallam bersabda: "Barangsiapa di antara kalian di pagi hari aman ditengah-tengah keluarganya, sehat jasmaninya, memiliki kebutuhan pokok untuk sehari-harinya, maka seakan akan dunia telah dikumpulkan untuknya." (HR. *Tirmidzi*)

Hadis ini mengajarkan kita untuk mensyukuri nikmat yang sering dianggap remeh, yaitu keamanan, kesehatan, dan kecukupan rezeki. Ketiga hal ini adalah fondasi dasar kehidupan yang bahagia dan stabil. Seseorang yang memiliki ketiga nikmat ini, meskipun tidak kaya raya atau tidak memiliki harta melimpah, sebenarnya telah diberi dunia secara lengkap oleh Allah SWT. Ini menunjukkan bahwa kebahagiaan sejati tidak terletak pada kekayaan materi, tetapi pada kondisi hidup yang aman, sehat, dan cukup.

Nabi Muhammad (saw) berperan sebagai sosok teladan bagi umat Islam, memberikan bimbingan dan pengajaran kepada umat manusia. Dalam berdirinya komunitas Islam awal, Nabi memberikan nasihat dan ajaran kepada para sahabatnya, yang rajin mendokumentasikan perkataan dan tindakannya. Rekaman-rekaman ini, yang dikenal sebagai Hadits, adalah sumber bimbingan yang sangat berharga bagi umat Islam dan disusun baik secara sukarela maupun di bawah instruksi langsung dari Nabi Muhammad (saw).⁸

Seringkali kita menganggap kesehatan sebagai tidak adanya penyakit fisik pada seseorang, mengabaikan hakikat kesehatan yang sebenarnya; dimana seluruh aspek kepribadian, meliputi dimensi fisik, psikologis, spiritual, dan sosial (kesejahteraan biopsikososial), berada dalam keadaan alamiah dan berfungsi secara optimal. Pencapaian kesehatan menyeluruh tersebut, terutama dari sudut pandang psikologis, bergantung pada keimanan sepenuh hati terhadap sifat-sifat dan perbuatan Allah SWT, Yang Maha Adil, Maha Penyayang, Maha pembalas, dan sifat-sifat lainnya yang dikenal dengan Asmaul Husna. Orang-orang beriman kini yakin bahwa keyakinan mereka pada aspek ini akan menumbuhkan optimisme, pandangan hidup yang konstruktif, ketahanan dalam menghadapi tantangan, cobaan, dan kesulitan apa pun. Apapun sifatnya, dianggap dapat dikelola karena semangat mereka terpancar dengan pencerahan dan semangat. Rasa ketenangan mendalam yang memiliki makna tak tertandingi.⁹

Transmisi dan penjelasan hadis Nabi telah mencapai standar yang mengesankan, berkat upaya tekun para ulama dan ahli di bidang ini. Gudang pengetahuan yang sangat

⁸ Muhammad Nuh Siregar, 'Nilai-Nilai Kesehatan Dalam Hadis', *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 7.2 (2020), 809–20.

⁹ Abdul Hadi, 'Konsep Dan Praktek Kesehatan Berbasis Ajaran Islam', 53–70. Hlm 53.

berharga ini kini dapat diakses oleh kita. Namun pada masa kini, ada kecenderungan untuk merujuk identitas perawi dan penyusun aslinya baik dalam teks tertulis maupun wacana lisan, misalnya dalam ceramah agama. Kadang-kadang, kita menemukan kutipan-kutipan hadis yang tidak menyebutkan perawi dan penyusun aslinya, sementara di lain waktu, hanya perawi dan penyusun asli yang disebutkan. Praktik ini memiliki risiko, terutama ketika mengutip hadits-hadits yang berkaitan dengan shalat dan akidah, karena dapat menimbulkan kesalahpahaman di kalangan masyarakat umum. Oleh karena itu, sangat penting untuk secara cermat mengidentifikasi sumber-sumber hadis yang dikutip dalam teks aslinya untuk memastikan bahwa rantai narasi (sanad) dan teks (matn) hadis terpelihara secara akurat dan komprehensif.¹⁰

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan sebelumnya, penelitian ini memiliki objek kajian sama, maka diambil celah perbedaan daripada peneliti-peneliti sebelumnya yakni penelitian ini akan memahami secara mendalam hadis tentang konsep kesehatan mental dengan menggunakan kajian Takhrij, Naqd dan Ma'anil Hadis. Langkah-langkah konkrit yang digunakan melihat dari aspek bahasa, konkrit historis, kajian dan ide dasar. Penelitian ini penting dikaji sebab diharapkan pemahaman hadis tentang kesehatan mental di masa Nabi mampu menjembatani hingga masa kini dengan mencarikan ide dasar terhadap hadis dan relevansinya.

Oleh karena itu, dalam Jurnal yang merupakan ringkasan dari beragam referensi ini, akan dijelaskan perspektif hadis tentang kesehatan mental. Kompilasi ini akan mendalami kesehatan menurut ahli kesehatan secara umum dan di komparasikan dengan beberapa hadis

¹⁰ Muhammad Hafil Birbik, 'Takhrij Hadits (Metode Penelitian Sumber-Sumber Hadits Untuk Meminimalisir Pengutipan Hadits Secara Sepihak)', *Ar-Risalah: Media Keislaman, Pendidikan Dan Hukum Islam*, 18.1 (2020), 174 <<https://doi.org/10.29062/arrisalah.v18i1.281>>. Hlm 175

untuk menguraikan konsep kesehatan mental. Melalui jurnal ini bertujuan untuk menambah wawasan pemahaman Islam tentang kesehatan melalui kajian Hadis. Islam pada hakikatnya mengutamakan kelestarian agama, jiwa, akal, jasmani, harta, dan keturunan. Khususnya, kesehatan bersinggungan dengan setidaknya tiga aspek tersebut. Oleh karena itu, tidak mengherankan jika banyak ditemukan petunjuk tentang kesehatan dalam Islam.

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan permasalahan pada latar belakang di atas maka rumusan masalah yang akan diselesaikan pada penelitian ini adalah:

1. Bagaimana Kredibilitas sanad pada hadis riwayat Imam Tirmizī No. 2346
2. Bagaimana pemaknaan dan pemahaman hadis tentang kesehatan mental melalui ma'anil hadis?
3. Bagaimana kontekstualisasi hadis tentang kesehatan mental dalam realita sekarang?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui kredibilitas sanad pada hadis riwayat Imam *Tirmizī* No. 2346
2. Untuk mengetahui makna kesehatan mental dalam pandangan hadis.
3. Untuk mengetahui kontekstualisasi hadis tentang kesehatan mental dalam realitas kekinian.

D. Manfaat Penelitian

Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat, baik secara teoritis maupun secara praktis, diantaranya adalah sebagai berikut:

1. Secara Teoritis

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan gambaran yang mendalam mengenai kesehatan mental menurut perspektif hadis Nabi. Selain itu, penelitian

ini juga diharapkan dapat memperluas wawasan dan pengetahuan dalam bidang kajian hadis, serta memberikan manfaat bagi seluruh civitas akademika Ilmu Hadis.

2. Secara Praktis

- a. Selain manfaat secara teoritis, hasil penelitian ini diharapkan juga memberikan manfaat praktis, yakni memberikan pemahaman mengenai kesehatan mental dalam perspektif hadis, atau setidaknya dapat dijadikan bahan pertimbangan dalam mengkaji hadis Nabi SAW dan juga untuk menyelesaikan studi di program studi Ilmu Hadis Universitas Islam Negeri Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung.

E. Tinjauan Pustaka

Penelitian tentang kesehatan mental telah dilakukan oleh banyak penelitian sebelumnya, pada kajian kali ini peneliti mencari beberapa literatur terdahulu yang kemudian didapatkan titik pembeda antara penelitian ini dengan penelitian sebelumnya. Berdasarkan pada literatur yang didapatkan peneliti, kajian mengenai kesehatan mental didapatkan dalam *lima* bidang.

Pertama, Hasil kajian tentang konsep kesehatan mental dampak sosial media menurut Alifa Aprillia Nabila (dkk), Media sosial telah menjadi bagian penting dari kehidupan remaja di zaman digital ini. Novia Ramadhani (dkk.), Media sosial, tanpa disadari, dapat menjadi faktor risiko bagi kesehatan mental penggunanya, terutama remaja. Rhaina Al Yasin (dkk) Handphone sudah menjadi alat yang wajib dimiliki semua orang karena semua aktivitas sudah dapat dialihkan dengan online. Haqila Khairunnisa (dkk), Karena kemampuannya untuk mentransfer semua tindakan secara online, ponsel telah menjadi alat penting bagi semua orang. Lebih dari 2.000 remaja mengakses media sosial

melalui ponsel mereka, 92% dari keseluruhan waktu, menurut survei tahun 2015. Menurut Agnesty Nurul Fergita dan Septia Suherlis, Selama transisi menopause, wanita berisiko lebih tinggi mengalami depresi, stres, kecemasan, dan tekanan emosional.¹¹

Kedua, hasil tentang kajian kesehatan mental pengaruh covid menurut Athaya Taufiqy, Desember 2019, COVID-19 pertama kali dilaporkan di Wuhan, Provinsi Hubei, China. 11 Maret 2020, Organisasi Kesehatan Dunia mendeklarasikan COVID-19 sebagai pandemi di seluruh dunia. Nopianto (dkk), Pandemi COVID-19 (Coronavirus Disease 2019) merupakan epidemi yang terjadi di seluruh dunia dan menyebabkan sejumlah reaksi psikologis dan kesehatan mental. Vini Yuliani (dkk), Pandemi COVID-19 masih menimbulkan kekhawatiran bagi masyarakat dunia, terutama ibu hamil yang merupakan kelompok yang sangat rentan terhadap penyakit COVID-19. Pada masa kehamilan terjadi peningkatan masalah psikologis dan kondisi tersebut dapat diperburuk dengan adanya pandemi COVID-19 yang mengharuskan penerapan jaga jarak. Nur Wulan dan Budi Anna Keliat, Penyintas COVID-19 rentan untuk mengalami masalah kesehatan mental. Pemahaman tentang masalah dan tantangan yang dihadapi para penyintas COVID-19 perlu dilakukan untuk menetapkan kebijakan yang dapat meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan mereka secara efektif. Ni Putu Padmadita Nanda Pratiwi dan Nurul Hartini,

¹¹ Alifa Aprillia Nabila (dkk.), 'Pengaruh Media Sosial Terhadap Kesehatan Mental Pada Remaja', *Educate : Journal Of Education and Learning*, 1.1 (2023), 32–38 <<https://doi.org/10.61994/educate.v1i1.114>>; Novia Ramadhani (dkk.), 'Systematic Literature Review: Hubungan Media Sosial Terhadap Kesehatan Mental Remaja', 1.3 (2024), 178–90; Rhaina Al Yasin (dkk.), 'Pengaruh Sosial Media Terhadap Kesehatan Mental Dan Fisik Remaja: A Systematic Review', *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 3.2 (2022), 83–90 <<https://doi.org/10.31004/jkt.v3i2.4402>>; Haqila Khairunnisa (dkk), 'Literature Review: Dampak Penggunaan Media Sosial Terhadap Kesehatan Mental Remaja', *Nusantara Hasana Journal*, 4.1 (2024), Page; Septia Suherlis Agnesty Nurul Fergita, 'Kemitraan Dengan Perempuan Melalui Dukungan Sosial Dalam Penanganan Kesehatan Mental Pada Masa Menopause: Literature Review', *Peran Kepuasan Nasabah Dalam Memediasi Pengaruh Customer Relationship Marketing Terhadap Loyalitas Nasabah*, 2.3 (2023), 310–24 <<https://bnr.bg/post/101787017/bsp-za-bulgaria-e-pod-nomer-1-v-buletinata-za-vota-gerb-s-nomer-2-pp-db-s-nomer-12>>.

Hal ini diakibatkan oleh perubahan rutinitas dan struktur aktivitas sehari-hari serta meningkatnya beban perawatan pasien karena berkurangnya akses pelayanan kesehatan formal. Walaupun demikian peran pengasuh informal kurang mendapatkan apresiasi.¹²

Ketiga, hasil tentang kajian kesehatan mental dalam olah raga fisik menurut Raihan Fajar Ramdani (dkk), Kesehatan mental menjadi perhatian utama di tengah kehidupan modern yang serba cepat dan stres. Gaya hidup sehat dan olahraga telah terbukti berperan penting dalam membangun kesejahteraan pikiran dan kesehatan mental yang optimal. Naufal Nur Fadhillah Karim dan Burhan Hambali, Kesehatan mental sangatlah penting dalam kehidupan manusia untuk menjalankan aktivitas sehari-hari. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui manfaat olahraga dalam meningkatkan kesehatan mental berdasarkan sistematik literatur review. Menurut Febry Istyanto dan Safirina Aulia Rahmi, Aktifitas fisik telah menjadi topik penelitian yang menarik dalam konteks kesehatan, terutama dalam hubungannya terhadap kesehatan mental yang baik. Dalam masa tiga dekade (1990-2017), terjadi perubahan pola penyakit mental, dimana gangguan depresi tetap menduduki urutan pertama. Gangguan depresi dapat dialami oleh semua kelompok usia. Hasil Riskesdas 2018 menunjukkan gangguan depresi sudah mulai terjadi sejak rentang usia remaja (15-24 tahun), dengan prevalensi 6,2%. Sulawesi Tengah (12,3%), Gorontalo (10,3%) dan Nusa Tenggara Timur 9,7%) merupakan Provinsi dengan angka

¹² Athaya Taufiqy, 'Kesehatan Mental Mahasiswa Fakultas Kedokteran Di Masa Pandemi COVID-19', *ARTERI: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2.4 (2021), 113–20 <<https://doi.org/10.37148/arteri.v2i4.184>>; Nopianto (dkk.), 'Gambaran Kesehatan Mental Bagi Mahasiswa Selama Masa Pandemi Covid-19 : Suatu Kajian Kepustakaan', 1.1 (2022), 1–23; Vini Yuliani (dkk.), 'Dampak Pandemi COVID-19 Pada Kesehatan Mental Wanita Hamil: Tinjauan Literatur', *INSOLOGI: Jurnal Sains Dan Teknologi*, 1.4 (2022), 353–67 <<https://doi.org/10.55123/insologi.v1i4.605>>; Budi Anna Keliat Nur Wulan, 'Kesehatan Mental Pada Penyintas Covid-19: A Literature Review', *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada: Health Sciences Journal*, 12.2 (2021), 215–25 <<https://doi.org/10.34305/jikbh.v12i2.327>>; Nurul Hartini Ni Putu Padmadita Nanda Pratiwi, 'Kesehatan Mental Pengasuh Informal Pada Masa Pandemi Covid-19 (Sebuah Tinjauan Sistematis)', *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 27.2 (2022), 265–90 <<https://doi.org/10.20885/psikologika.vol27.iss2.art5>>.

kejadian tertinggi di Indonesia serta adanya peningkatan prevalensi rumah tangga yang memiliki ODGJ (Orang dengan Gangguan Jiwa), yaitu Bali (11,1%), DI Yogyakarta (10,4%) dan Nusa Tenggara Barat (9,6%) (Risikesdas, 2018). Penelitian ini bertujuan untuk Menyusun ringkasan melalui literatur review tentang manfaat aktifitas fisik terhadap kesehatan mental.¹³

Keempat, hasil tentang kajian kesehatan mental pengaruh pemikiran islam menurut Daryanto (dkk), Pemikiran islam atau agama sangat terkait dengan kesehatan mental karena keduanya terkait dengan ketenangan jiwa dan hati. Menurut Hisan Mursalin, Al-quran sebagai al-kitab memberikan keajaiban-keajaiban bagi pembacanya, pendengarnya dan yang mempelajarinya dan mengajarkannya, serta di dalamnya memberikan arahan hidup yang baik, menjanjikan kebahagiaan, dan kesuksesan dan kemenangan bagi seorang muslim yang taat. Diantara sebab seseorang mengalami gangguan mental dan jiwa adalah terlalu terikat dan mengejar dunia sehingga ketika kehilangan usaha atau dipecat dari perusahaan tertentu maka depresi dan frustasi akan menghampirinya dan tidak tahu jalan keluar maka perasaan ini akan mengguncang mentalnya dan jiwanya. Wilia Novi Aryani dan Sabar, Teknologi Machine Learning atau Pembelajaran mesin adalah suatu metode yang sedang berkembang dalam beberapa tahun terakhir telah banyak di implementasikan dan dipelajari sebagai alternatif dari system deteksi gangguan kesehatan mental. Penerapan Teknologi

¹³ Raihan Fajar Ramdani (dkk.), 'Membangun Kesejahteraan Pikiran Untuk Kesehatan Mental Melalui Gaya Hidup Sehat Dan Olahraga', *Indo-MathEdu Intellectuals Journal*, 5.3 (2024), 2928–36 <<https://doi.org/10.54373/imeij.v5i3.1186>>; Naufal Nur Fadhillah Karim Karim and Burhan Hambali Hambali, 'Meningkatkan Kesehatan Mental Melalui Olahraga: Sebuah Penelitian Systematic Literature Review', *SPRINTER: Jurnal Ilmu Olahraga*, 5.2 (2024), 247–57 <<https://doi.org/10.46838/spr.v5i2.519>>; Safirina Aulia Rahmi Febry Istyanto, 'Manfaat Aktifitas Fisik Terhadap Kesehatan Mental Berbasis Narrative Literature Review', *Jurnal Kesehatan Madani Medika*, 14.02 (2023), 182–92.

Machine learning merupakan suatu bentuk upaya peranan teknologi dalam berkontribusi di bidang kesehatan khususnya bidang psikoterapi.¹⁴

Kelima, hasil tentang kajian kesehatan mental pada anak menurut Anwar Priadi (dkk), Kesehatan mental merupakan komponen mendasar dari definisi kesehatan. Kesehatan mental yang baik adalah kondisi ketika batin kita beradad alam keadaan tenang dan tenang. World Health Organization melaporkan bahwa diseluruh dunia 10-15% anak-anak mengalami gangguan kesehatan mental seperti cacat perkembangan, depresi, kecemasan dan gangguan perilaku. Sedangkan 5% dari 10-15% disebabkan karena penggunaan gadget berlebihan. Menurut Faradilla Kurnia Ersami dan Muhammad Aditya Wisnu Wardana, Toxic parenting memiliki dampak yang negatif pada proses pertumbuhan anak. Erika Nauli Sibarani (dkk), masalah komentar-komentar negatif yang memiliki dampak signifikan pada kesehatan mental orang tua penyandang disabilitas, sehingga penelitian ini bertujuan untuk mengatasi stigmatisasi dan diskriminasi terhadap penyandang disabilitas dan keluarga mereka di media sosial dan mendorong orang untuk memperlakukan mereka dengan penghargaan dan pengertian yang sama seperti orang lain.¹⁵

¹⁴ Daryanto (dkk.), 'Pengaruh Pemikiran Islam Terhadap Kesehatan Mental Pada Masyarakat: A Systematic Review', 6 (2024), 1347–54; Hisan Mursalin, 'Integrasi Tasawuf Dan Psikoterapi Islam: Tinjauan Literatur Tentang Pengaruh Spiritualitas Dan Kesehatan Mental', *Ghaidan Jurnal Bimbingan Konseling Islam & Kemasyarakatan*, 2024; Sabar Wilia Novi Aryani, 'Tren Terbaru Penerapan Machine Learning Mendeteksi Masalah Dalam Kesehatan Mental Perspektif Hukum Islam', *QIYAS: JURNAL HUKUM ISLAM DAN PERADILAN*, 2024, 289–95.

¹⁵ Anwar Priadi (dkk.), 'Literature Review : Pengaruh Penggunaan Gadget Berlebih Terhadap Kesehatan Mental Anak', *Suparyanto Dan Rosad* (2015, 5.3 (2020), 248–53; Faradilla Kurnia Ersami and Muhammad Aditya Wisnu Wardana, 'Pengaruh Toxic Parenting Bagi Kesehatan Mental Anak: Literature Review Effects of Toxic Parenting on Children's Mental Health: Literature Review', *Jurnal Promotif Preventif*, 6.2 (2023), 324–34 <<http://journal.unpacti.ac.id/index.php/JPP>>; Erika Nauli Sibarani (dkk.), 'Pengaruh Komentar Netizen Terhadap Kesehatan Mental Orang Tua Anak Berkebutuhan Khusus', *Jurnal Bintang Pendidikan Indonesia*, 1.2 (2023), 140–52 <<https://doi.org/10.55606/jubpi.v1i2.1393>>.

Dari beberapa literatur review tersebut menjelaskan bahwa penelitian ini mempunyai perbedaan dari beberapa sisi yang tidak dibahas pada penelitian sebelumnya. Penelitian ini membahas tentang kontekstualisasi hadis tentang kesehatan mental dengan melalui teori yang digunakan yaitu kajian *Ma'anil Hadis*. Dimana dalam *Ma'anil Hadis* tentang kesehatan mental dapat diketahui keorisinalitas hadisnya dengan cara melakukan *takhrij* hadis dan *naqd* hadis. Kemudian melakukan kajian kontekstualisasi hadis, Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui kandungan makna hadis kesehatan mental dibawa dalam generasi saat ini serta sebagai upaya untuk mengurangi ataupun mengobati terjadinya penyakit jiwa pada umat manusia, khususnya umat islam.

F. Metode Penelitian

1. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan adalah dengan menggunakan jenis penelitian kualitatif, dengan menggunakan studi kepustakaan sehingga menghasilkan data deskriptif. Penelitian kualitatif merupakan jenis penelitian yang menghasilkan penemuan-penemuan atau gagasan yang cara mendapatkannya tidak bisa dengan menggunakan prosedur statistik atau kuantifikasi lainnya. Cenderung bersifat deskriptif yang cenderung menggunakan analisis dengan pendekatan induktif, sehingga penelitian jenis ini lebih menonjolkan proses dan makna.¹⁶ Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif dengan cara menelaah kualitas sanad, matan dan makna hadis, serta menganalisis data yang dikumpulkan dengan menggunakan metode *Ma'anil Hadis*.

¹⁶ Eko Murdiyanto, *Metode Penelitian Kualitatif (Sistematika Penelitian Kualitatif)*, Yogyakarta Press, 2020. Hlm 18.

2. Sumber Data

Dalam melakukan sebuah penelitian, tentunya menggunakan data-data dari berbagai sumber literatur. Sumber data yang digunakan dalam penelitian ini dapat dibagi menjadi dua bagian, yaitu:

a. Sumber Data Primer

Sumber data primer diambil dari kitab hadis induk tentang kesehatan mental/jiwa berupa kitab *Ṣaḥīḥ Bukhārī*, *Ṣaḥīḥ Muslim*, *Sunan Abī Dāwūd*, *Sunan Tirmizī*, *Sunan al-Nasāī*, *Sunan Ibn Mājah*, *Sunan al-Dārimī*, *al-Muwattaʿaʿ Imam Malik* dan *Musnad al-Imam Ahmad ibn Hanbal*. Dan juga menggunakan aplikasi *software Maktabah Syamilah*, *Hadis Soft* dan *Ensiklopedia* serta dibuktikan langsung dengan melihat kitab cetak berupa kitab *Tahzīb al-Kamāl* dan *Tahzīb al-Tahzīb*.

b. Sumber Data Sekunder

Sumber data sekunder diambil dari sumber lain sebagai pendukung data primer baik berupa buku, tesis, artikel jurnal, makalah dan platform lain yang mendukung penelitian.

3. Pengumpulan Data

Pengumpulan data yang diperoleh dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan *takhrij* hadis, sedangkan metode yang digunakan dalam *takhrij* hadis melalui penggalan lafal¹⁷ yang terdapat dalam matan hadis dan dibatasi dalam *kutubut tis'ah*. Dalam melakukan *takhrij* hadis, penulis menggunakan aplikasi

¹⁷ Salamah Noorhidayati, *Takhrij Al-Hadis*, ed. by Ahmad Saddad (Tulungagung: IAIN Tulungagung Press, 2017, 2017). Hlm 56.

maktabah syamilah guna mempermudah dalam memperoleh hasil *takhrij* hadis, selain itu juga memanfaatkan kecanggihan teknologi khususnya pada kajian hadis.

4. Analisis Data

Dalam penelitian ini menggunakan dua kategori yaitu, analisis sanad dan analisis matan. Menganalisis sanad yaitu meneliti jalur rawi sampai kepada matan hadis, apakah rawi tersebut tergolong *sahīh* atau tidak. Penelitian rawi dapat diteliti dengan menggunakan ilmu *jarḥ wa ta'dil* yaitu ilmu yang membahas tentang perawi hadis dari segi yang dapat menunjukkan keadaan mereka, baik yang dapat mencatikan atau membersihkan mereka, dengan ungkapan atau *lafaz* tertentu. Sedangkan, penelitian matan menggunakan ilmu *ma'ani hadiṣ*.

G. Sistematika Pembahasan

Untuk mempermudah melihat dan mengetahui pembahasan yang ada di skripsi ini secara menyeluruh, maka perlu dikemukakan sistematika yang merupakan kerangka penulisan skripsi. Adapun penulisan sistematikanya adalah sebagai berikut:

Pada bagian awal skripsi terdiri dari halaman sampul, halaman judul, lembar persetujuan, lembar pengesahan, pernyataan keaslian tulisan, pernyataan kesediaan publikasi, motto, persembahan, kata pengantar, daftar isi, daftar tabel, daftar gambar, daftar lampiran dan abstrak. Kemudian dilanjutkan dengan bagian Inti Skripsi terdiri dari beberapa bab, meliputi:

Bab pertama, pendahuluan berisi tentang seluk beluk yang diangkat dari penelitian ini, meliputi latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat atau kegunaan penelitian, tinjauan pustaka atau kajian literatur review, metode penelitian, sistematika pembahasan dan kerangka teori.

Bab kedua pembahasan berisi kajian teori kesehatan mental secara umum. Yang di kumpulkan dari beberapa buku dan pendapat tokoh terkait dengan kesehatan mental itu sendiri.

Bab ketiga berisi pengaplikasian kajian Sanad hadis. Yaitu melakukan kajian sanad berupa takhrij hadis, ketersambungan sanad, komentar ulama' terkait kualitas hadis tersebut.

Bab keempat berisi tentang kajian Ma'anil Hadis, yaitu memahami makna dan isi kandungan hadis. Kemudian bagaimana korelasi dari hadis tersebut dengan era sekarang, bagaimana pengamalan dan penerapannya.

Bab kelima berisikan tentang kesimpulan yang didapat dari keseluruhan penelitian ini, saran dan terakhir adalah daftar pustaka, dimana keseluruhan sumber literasi yang digunakan dalam menyelesaikan penelitian.