

# PEMAHAMAN HADIS TENTANG KECEMASAN

(Kajian Ma'anil Hadis)



## SKRIPSI

Diajukan Kepada:

Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam

Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta

Untuk memenuhi sebagai syarat guna memperoleh gelar

sarjana Agama (S. Ag)

OLEH:

**NINDA SYAHIDA**

**NIM: 19105050062**

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

**PROGRAM STUDI ILMU HADIS**

**FAKULTAS USHULUDDIN DAN PEMIKIRAN ISLAM**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA**

**YOGYAKARTA**

**2023**

## SURAT PERNYATAAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ninda Syahida  
NIM : 19105050062  
Fakultas : Ushuluddin dan Pemikiran Islam  
Prodi : Ilmu Hadis  
Alamat Asal : Kec. Gunung Raya, Kab. Kerinci, Kota Sungai Penuh, Prov. Jambi.  
Alamat Domisli : Karangbendo, Banguntapan, Bantul, Yogyakarta.  
Judul Skripsi : PEMAHAMAN HADIS TENTANG KECEMASAN  
(Kajian Ma'anil Hadis)

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa:

1. Skripsi yang saya ajukan adalah benar asli karya ilmiah yang saya tulis sendiri.
2. Bilamana skripsi telah dimunaqasyahkan dan diwajibkan revisi, maka saya bersedia merevisi dalam waktu 2 (dua) bulan terhitung dari tanggal munaqasyah. Jika lebih dari 2 (dua) bulan revisi skripsi belum terselesaikan maka saya bersedia gugur dan bersedia munaqasyah kembali dengan biaya sendiri.
3. Apabila kemudian hari ternyata diketahui bahwa karya tersebut bukan karya ilmiah saya (plagiasi), maka saya bersedia menanggung sanksi untuk dibatalkan gelar keserjanaan saya.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Yogyakarta, 2 Agustus 2023

Yang menyatakan,



Ninda Syahida

NIM. 19105050062

## NOTA DINAS PEMBIMBING

Hal : Skripsi Sdri. Ninda Syahida  
Lamp : -  
Kepada Yth:  
Yth. Dekan Ushuluddin dan Pemikiran Islam  
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta  
Di Yogyakarta

*Assalamualaikum wr.wb.*

Setelah membaca, meneliti, memberikan petunjuk dan mengoreksi serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka saya selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi Saudari

Nama : Ninda Syahida  
NIM : 19105050062  
Prodi : Ilmu Hadis  
Judul Skripsi :PEMAHAMAN HADIS TENTANG KECEMASAN  
(Kajian Ma'anil Hadis)

Sudah dapat diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu dalam bidang Agama (S.Ag) dalam Jurusan/Program Studi Ilmu Hadis Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Dengan ini saya mengharap agar skripsi tersebut di atas dapat segeradimunaqosyahkan. Atas perhatiannya saya ucapkan terimakasih.

*Wassalamu`alaikum wr.wb*

Yogyakarta, 2 Agustus 2023  
Pembimbing



**Prof. Dr. Nurun Najwah, M.Ag**

NIP. 19691212 199303 2 004



**PENGESAHAN TUGAS AKHIR**

Nomor : B-1315/Un.02/DU/PP.00.9/08/2023

Tugas Akhir dengan judul : **PEMAHAMAN HADIS TENTANG KECEMASAN**  
(Kajia Ma'anil Hadis)

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : NINDA SYAHIDA

Nomor Induk Mahasiswa : 19105050062

Telah diujikan pada : Rabu, 16 Agustus 2023

Nilai ujian Tugas Akhir : A-

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

**TIM UJIAN TUGAS AKHIR**



Ketua Sidang/Penguji I

Prof. Dr. Nurun Najwah, M.Ag  
SIGNED

Valid ID: 64e725ea5d



Penguji II

Dadi Nurhaedi,  
S.Ag.M.Si.SIGNED

Valid ID: 64e84e3dc7b95



Penguji III

Achmad dahlan, Lc., M.A  
SIGNED

alid ID: 64e5662fe7abf



Yogyakarta, 16 Agustus 2023  
UIN Sunan Kalijaga  
Dekan Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam

Prof. Dr. Inayah Rohmaniyah, S.Ag., M.Hum., M.A.  
SIGNED

Valid ID: 64e885220668a

## SURAT PERNYATAAN BERJILBAB

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Ninda Syahida  
Nim : 19105050062  
Pogram Studi : Ilmu Hadis  
Fakultas : Ushuluddin dan Pemikiran Islam

Dengan ini menyatakan bahwa saya benar-benar berjilbab dengan kesadaran dan tanpa paksaan dari pihak manapun. Apabila di kemudian hari terjadi sesuatu yang tidak diinginkan, maka saya tidak akan menuntut kepada pihak Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam dan Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga.

Demikian surat pernyataan ini dibuat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 2 Agustus 2023

Yang membuat pernyataan,



Ninda Syahida

NIM. 19105050062

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## MOTTO

*"Keutamaan ialah suatu kesenian, didalam mencapai kebahagiaan diri sendiri, dengan jalan membahagiakan orang lain."*

*~Buya Hamka~*

*"Jangan biarkan dirimu dijajah oleh pikiranmu sendiri. Hiduplah lebih baik lagi untuk alasan-alasan sederhana seperti melihat matahari terbit dan terbenam, memakan makanan enak, menonton anime, bermain game dan hal lain yang disukai. Jangan egois seolah-olah kamu benar-benar sendiri. Ingat, diluar sana mungkin ada seseorang yang tidak dapat membayangkan bagaimana dia melanjutkan dan menjalani hidupnya jika kamu tidak ada. Temukan alasan, karena hidup membutuhkan tujuan (Allah)".*

*~Penulis~*

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## **PERSEMBAHAN**

Skripsi ini penulis persembahkan untuk ayah Harmen, ibu Fitriani dan adik Holil tercinta yang selalu menjadi support system, memberikan fasilitas dan mendo'akan disetiap langkah penulis. Semoga Allah SWT memberikan kesempatan dan dimudahkan jalan untuk memberikan yang terbaik serta menghadiahkan kebahagiaan yang terbaik untuk mereka.



## PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN

Pedoman Transliterasi Arab Latin yang merupakan hasil keputusan bersama (SKB) Menteri Agama dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan R.I. Nomor: 158 Tahun 1987 dan Nomor: 0543b/U/1987.

### I. Konsonan Tunggal

Daftar huruf bahasa Arab dan transliterasinya ke dalam huruf Latin dapat dilihat pada halaman berikut:

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Keterangan
أ	Alif	.....	Tidak dilambangkan
ب	Ba'	B	Be
ت	Ta	T	Te
ث	Śa	Ś	es titik atas
ج	Jim	J	Je
ح	Ha'	Ha	ha titik di bawah
خ	Kha'	Kh	ka dan ha
د	Dal	D	De
ذ	Żal	Ż	zet titik di atas
ر	Ra'	R	Er
ز	Zai	Z	Zet
س	Sin	S	Es
ش	Syin	Sy	es dan ye
ص	Şad	Ş	es titik di bawah
ض	Dad	D	de titik di bawah
ط	Ta'	Ṭ	te titik di bawah
ظ	Za'	Z	zet titik di bawah



ع	'Ayn	... ' ...	koma terbalik (di atas)
غ	Gayn	G	Ge
ف	Fa	F	Ef
ق	Qaf	Q	Qi
ك	Kaf	K	Ka
ل	Lam	L	El
م	Mim	M	Em
ن	Nun	N	En
و	Waw	W	We
ه	Ha'	H	Ha
ء	Hamzah	... ' ...	Apostrof
ي	Ya	Y	Ye

Hamzah (ء) yang terletak di awal kata mengikuti vokalnya tanpa diberi tanda apa pun. Jika ia terletak di tengah atau di akhir, maka ditulis dengan tanda (').

## II. Konsonan rangkap karena tasydīd ditulis rangkap:

متعاقدين                      ditulis                      *muta' aqqidīn*  
 عدة                                ditulis                      *'iddah*

## III. Tā' marbūtah di akhir kata

I. Bila dimatikan, ditulis *h*:

هبة                                ditulis                      *hibah*

جزية                                ditulis                      *jizyah*

(ketentuan ini tidak diperlukan terhadap kata-kata Arab yang sudah terserap ke dalam bahasa Indonesia seperti zakat, sholat, dan sebagainya, kecuali dekehendaki lafal aslinya).

II. Bila dihidupkan karena berangkaian dengan kata lain, ditulis t:

نعمة الله                      ditulis                      *ni'matullāh*

زكاة الفطر                      ditulis                      *zakātul-fitri*

#### IV. Vokal Pendek

— َ — (fathah) ditulis a                      contoh ditulis                      ضَرَبَ *daraba*

— ِ — (kasrah) ditulis i                      contoh                      فَهِمَ *fahima*

— ُ — (dammah) ditulis u                      contoh                      كُتِبَ *kutiba*

#### V. Vokal Panjang

1. fathah + alif, ā (garis di atas)

جاهلية                      ditulis                      *jāhiliyyah*

2. fathah + alif, maqṣūr, ditulis ā (garis di atas)

يسعي                      ditulis                      *yas ā*

3. kasrah + ya mati, ditulis ī (garis di atas)

مجدد                      ditulis                      *majīd*

4. dammah + wau mati, ditulis ū (dengan garis di atas)

فروض                      ditulis                      *furūd*

#### VI. Vokal Rangkap

1. Fathah + yā mati, ditulis ai

بينكم                      ditulis                      *bainakum*

2. Fathah + waw mati, ditulis au

قول                      ditulis                      *qaul*

#### VII. Vokal-Vokal Pendek yang Berurutan dalam Satu Kata, dipisahkan dengan Apostrof

أنتم                      ditulis                      *'antum*

اعدت                      ditulis                      *'iddat*

لئن شكرت                      ditulis                      *'in syakartum*

### VIII. Kata Sandang Alif Lām

1. Bila diikuti huruf qamariyah ditulis al-

القران                      ditulis              *al-Qur'ar*

القياس                      ditulis              *al-Qiyās*

2. Bila diikuti huruf syamsiyyah, ditulis dengan menggandengkan huruf syamsiyyah yang mengikutinya serta menghilangkan huruf l-nya

الشمس                      ditulis              *al-syams*

السماء                      ditulis              *al-samā'*

### IX. Huruf Besar (Kapital)

Huruf besar dalam tulisan Latin digunakan sesuai dengan Ejaan yang Disempurnakan (EYD).

### X. Penulisan Kata-Kata dalam Rangkaian Kalimat dapat ditulis Menurut Penulisanya

ذوى الفروض              ditulis              *ḡawil al-furūd*

اهل السنة                      ditulis              *ahl al-sunna*

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Puji syukur atas kehadiran Allah subhānahu wata’ala yang telah memberikan limpahan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyusun dan menyelesaikan skripsi berjudul “Pemahaman Hadis Tentang Kecemasan (Kajian Ma’anil Hadis)”. S{halawat beserta salam semoga senantiasa tercurahkan kepada baginda Nabi Muhammad saw. yang telah membawa umat manusia ke zaman yang diterangkan oleh ilmu pengetahuan. Semoga kita termasuk golongan yang mendapatkan Syafa’at beliau di hari kiamat kelak.

Penulis menyadari setelah selesainya skripsi yang berjudul “Pemahaman Hadis Tentang Kecemasan (Kajian Ma’anil Hadis)” terdapat proses yang tidak selalu mulus sesuai yang diharapkan. Dalam perjalanannya, penulis menemukan berbagai rintangan yang datang, baik dari dalam maupun dari luar diri penulis. Di balik selesainya penulisan skripsi ini tentunya tidak terlepas dari partisipasi dan motivasi dari berbagai pihak baik secara langsung maupun tidak langsung, baik berupa do’a dan beragam pengalaman selama proses penyelesaian skripsi ini. Oleh karena itu dengan rasa tulus penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Phil. Al-Makin, S.Ag., M.A. selaku Rektor UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Prof. Dr. Inayah Rohmaniyah, S.Ag., M.Hum., M.A. selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.

3. Drs. Indal Abror, M.Ag selaku Ketua Program Studi Ilmu Hadis yang senantiasa memberi semangat dan motivasi kepada setiap mahasiswanya.
4. Bpk. Dadi Nurhaedi, S.Ag.M.Si. selaku Dosen Penasihat Akademik yang telah memimbing penulis selama menempuh Pendidikan di UIN Sunan Kalijaga.
5. Ibu Prof. Dr. Nurun Najwah, M.Ag selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah memberikan dukungan, arahan, bimbingan dan juga selalu memberikan motivasi terbaik yang membantu penulis selama proses penyusunan dan penulisan.
6. Seluruh dosen program studi Ilmu Hadits yang telah mencurahkan ilmu dan membantu kelancaran dalam administrasi kampus.
7. Guru-guru Penulis sejak SD, SMP dan MA yang telah mendidik dan mengajar penulis dengan penuh kesabaran.
8. Terkhusus kepada Bak dan Mak tercinta yang selalu ada di kala suka maupun duka, menjadi support system dan motivasi terbaik untuk penulis dalam menjalani kehidupan. Terima kasih atas setiap cinta dan kasih sayang yang terpancar serta do'a dan restu yang selalu mengiringi penulis sehingga bisa sampai di titik ini.
9. Holil Haiban selaku adik penulis yang sedang berjuang di bangku pendidikan MTS. Terima kasih telah hadir sebagai seorang adik dan juga teman.
10. Bibi Rosma dan keluarga besar di Kerinci yang selalu mendukung impian-impian penulis.
11. Mas Sehun dan 8 orang temannya, Mas Jooyeon dan teman-teman Xdinary Heroes, Kyotaka Ayanokoji, Gojo Satoru, Mas Jiro Hirokoshi dan teman-temannya di Ghibli Studio dan Makoto

- Shinkai, teman-teman di NCT, Mas Jae dan Day6, Upin & Ipin, Chibi Maruko Chan dan Mobile Legend. Terima kasih karena selalu menghibur dan menemani penulis dikala suka maupun duka.
12. Sahabat KKN 108 BENDO khususnya Saudari Faiqoh Nadia, S.sos, Rahma Mafidatis Solikhah, Indah Azizah, Nia Nur Afizah dan Ibu Siska Indriana, S. Keb serta teman-teman Bendo Family yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu. Terima kasih sudah selalu ada menemani dan memberikan dukungan kepada penulis.
  13. Saudari Aria, Abel, Aidah Nuranindita, S.Ag Lathifatul Maghfiroh, S.Ag Merlin Safitri, S.Ag A Nurul Fauziah, S.Psi Afifah Adillah Putri, S.S dan Dinda duha chairunnisa' selaku teman penulis yang telah memberi semangat kepada penulis dalam mengerjakan skripsi.
  14. Saudari Nurul Septiana Effendy Putri, S.Ag., dan Fatma yang merupakan teman kos sekaligus saudara Penulis di perantauan, teman bertukar cerita. Terimakasih atas kehangatan yang diberikan layaknya keluarga di tanah perantauan.
  15. Teman-teman ILHA 2019 Serta semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu-persatu, penulis menyebutkan terima kasih sedalam-dalamnya.

Semoga kebaikan Bapak/Ibu/ Sdr/i menjadi amal kebaikan dan mendapat balasan yang setimpal dari Allah SWT. Pada akhirnya penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, penulis mengharapkan saran dan kritik yang membangun dari semua pihak demi kesempurnaan skripsi ini. Semoga skripsi ini bermanfaat dalam memperkaya khasanah ilmu hadits, *Āmīn*.

## ABSTRAK

Penelitian ini berangkat dari banyaknya kasus-kasus kecemasan yang sudah banyak berdampak pada kesehatan mental. Kecemasan banyak dialami oleh remaja padahal masa remaja adalah masa dimana seseorang sedang berkembang dan membutuhkan dukungan dari lingkungan dan juga orang-orang terdekat, akan tetapi tidak sedikit remaja yang lebih memilih mengisolasi dirinya dari hubungan sosial. Masalah kecemasan juga sering dikaitkan dengan rendahnya keimanan, dan apakah benar begitu adanya?. Kecemasan biasanya dikaji oleh bidang keilmuan psikologi, padahal dalam hadis juga yang berkaitan dengan masalah ini.

Ada dua rumusan masalah yang diteliti pada penelitian ini yakni: bagaimana pemaknaan hadis tentang kecemasan dengan masalah keimanan melalui Ma'anil Hadis yang ditawarkan oleh Nurun Najwah? dan juga bagaimana relevansi hadis *shahīh* Bukhārī nomor 5.241 terhadap kecemasan dalam hubungan sosial pada remaja sekarang ini? Jenis penelitian kualitatif dengan pendekatan kepustakaan (*library research*). Penelitian ini menggunakan metode Hermeneutika Nurun Najwah untuk mengkaji hadis Nabi dan dianalisis menggunakan teori dari psikologis yakni teori Jeffery Nevid's.

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa: 1. Masalah keimanan tidak sepenuhnya menjadi tolok ukur orang tersebut menjadi cemas, cemas merupakan sesuatu yang lumrah dialami oleh manusia dimana para Nabi dan sahabat juga mengalaminya. Akan tetapi ketika rendahnya spiritualitas yang mencapai pada titik spiritual disorder, maka beresiko akan mengakibatkan kecemasan yang lebih kronis atau lebih parah. Hadis ini relevan menjawab persoalan kecemasan yang dialami oleh remaja pada masa sekarang terhadap kecemasan hubungan sosial. 2. Dengan teori kecemasan Jeffery Nevid's, kecemasan dapat ditangani dengan beberapa pendekatan: *Pendekatan psikodinamika* yang nantinya akan mengingatkan seseorang akan sumber dari masalah yang dihadapi, *pendekatan Humanistik* yang percaya bahwa sebagian besar kecemasan ini berasal dari penindasan sosial terhadap hidup yang sebenarnya, *pendekatan Biologis* akan membantu dalam memberikan resep obat berupa "Antidepresan yang dapat membantu melawan kecemasan dengan menormalkan aktivitas neurotransmitter di otak. Kemudian yang terakhir *pendekatan Belajar* yang dapat membantu belajar secara bertahap dalam menghadapi rangsangan yang semakin mengganggu akan tetapi sambil tetap rileks.

**Kata Kunci: Kecemasan, Hadis, Jeffery Nevid's**

## DAFTAR ISI

<b>SURAT PERNYATAAN SKRIPSI</b> .....	<b>i</b>
<b>NOTA DINAS PEMBIMBING</b> .....	<b>ii</b>
<b>PENGESAHAN TUGAS AKHIR</b> .....	<b>iii</b>
<b>SURAT PERNYATAAN BERJILBAB</b> .....	<b>iv</b>
<b>MOTTO</b> .....	<b>v</b>
<b>PERSEMBAHAN</b> .....	<b>vi</b>
<b>PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN</b> .....	<b>vii</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>xv</b>
<b>BAB 1 : PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah .....	7
C. Tujuan dan Manfaat Penelitian.....	7
D. Tinjauan Pustaka .....	8
E. Kajian Teoritis .....	12
F. Metodologi Penelitian .....	14
G. Sistematika Pembahasan .....	18
<b>BAB II : TINJAUAN REDAKSIONAL HADIS TENTANG KECEMASAN</b> .....	<b>19</b>
A. Redaksi Hadis.....	20
B. Tabel Hadis riwayat Shahīh Bukhārī nomor 5.241 .....	24
C. Bagan Sanad Hadis.....	24
D. Otentisitas Hadis.....	26
1. Kritik sanad.....	26
2. Kritik Matan.....	37



<b>BAB III : PEMAKNAAN HADIS TENTANG KECEMASAN .....</b>	<b>42</b>
A. Aspek bahasa.....	44
B. Konteks historis.....	50
C. Korelasi Tematik, Komprehensif, Integral .....	59
D. Ide dasar .....	71
<b>BAB IV : RELEVANSI HADIS BUKHARI NO. 5.241 TERHADAP FENOMENA KECEMASAN PADA MASA SEKARANG .....</b>	<b>72</b>
A. Kecemasan Terhadap Hubungan Sosial Pada Remaja .....	72
B. Analisis teori kecemasan Jeffery Nevid. S .....	75
C. Relevansi hadis Bukhārī nomor 5.241 terhadap kecemasan hubungan sosial pada remaja Melalui Teori Kecemasan Jeffery Nevids.....	87
<b>BAB V : PENUTUP .....</b>	<b>96</b>
A. Kesimpulan.....	96
B. Saran.....	98
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>99</b>
<b>CURRICULUM VITAE .....</b>	<b>102</b>

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
**SUNAN KALIJAGA**  
 YOGYAKARTA

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Kecemasan atau yang lebih familiar dikenal dengan istilah *Anxiety* adalah keadaan ketakutan atau kekhawatiran yang berupa keluhan bahwa sesuatu yang buruk akan segera terjadi. Ada banyak bentuk dari kecemasan seperti kecemasan terhadap kehidupan di dunia dengan mencemaskan masalah kesehatan, hubungan sosial, ujian, karir, kondisi lingkungan, ekonomi dll, kemudian cemas akan kehidupan setelah meninggalkan dunia seperti takut akan siksa kubur dan neraka. Hal ini adalah sesuatu yang normal, bahkan adaptif untuk sedikit merasa cemas tentang aspek-aspek kehidupan. Kecemasan berguna ketika memerlukan upgrade, introspeksi diri atau untuk memotivasi agar belajar sebelum menghadapi ujian. Kecemasan merupakan suatu respon yang tepat terhadap ancaman, tetapi kecemasan bisa menjadi tidak normal jika tingkatnya tidak proporsional dengan ancaman atau jika muncul tanpa alasan, dan tidak dapat mengendalikannya sehingga mengganggu fungsional kehidupan sehari-hari.<sup>1</sup>

Apabila hanya sekedar rasa takut, maka akan diketahui sumber penyebabnya, akan tetapi cemas berdasarkan definisinya dan tidak jelas akan penyebabnya. Karenanya, ada diagnosa “gangguan cemas menyeluruh”, yaitu orang yang suka merasa khawatir secara berlebihan terhadap segala sesuatu didalam hidupnya sehingga membuat depresi dan tidak dapat berfikir dengan jernih dalam menghadapi, dan mencari solusi. Depresi dan juga cemas adalah dua hal yang tidak jauh berbeda, secara

---

<sup>1</sup> Jeffrey S. Nevid, *Psikologi Abnormal*, (Jakarta: Erlangga 2003), hlm 163-164.

organ otak juga sama, karena obatnya juga sama. Depresi mendapatkan obat Antidepressant dan cemas panik juga diberikan Antidepressant.<sup>2</sup>

Kecemasan datang dari dua faktor yakni faktor eksternal dan faktor internal. Faktor eksternal adalah faktor dari luar diri individu seperti dari lingkungan hidup dan juga orang lain. Kemudian faktor internal adalah faktor dari dalam diri individu seperti perasaan dan juga pemikiran. Pikiran menjadi faktor internal yang seringkali menjadi sebab dan pemicu kecemasan, karena berfikir disini akan masuk didalamnya beberapa kategori yaitu merasa khawatir secara berlebihan yang juga membutuhkan energi. Dapat juga dikatakan bahwa setiap kalori energi dalam tubuh yang terpakai untuk khawatir dan cemas adalah kalori yang sudah tidak bisa digunakan untuk hal-hal lain yang lebih produktif.

Setiap orang pernah mengalami kecemasan, yang membedakan adalah dari bagaimana cara menanggapi hadirnya perasaan cemas tersebut. Ada yang bisa mengendalikannya dengan baik, dan tak jarang juga perasaan tersebut menenggelamkannya. Banyak orang yang selamat dalam hidup karena dapat menangani masalah kecemasan, dan tak jarang juga banyak yang tidak tahan dengan rasa cemas itu yang akhirnya berakibat fatal.<sup>3</sup>

Kecemasan dalam Islam dapat diartikan sebagai perasaan takut yang dapat memberikan ransangan ke jantung, dan dalam perspektif Islam kecemasan disebut dengan *khauf*. *Khauf* dapat berupa penyakit mental yang dapat mengganggu dan merusak kepribadian seseorang serta menghambat kemajuan dan membuat seseorang terhambat dalam melakukan aktifitas hariannya. Kecemasan merupakan hal yang umum dialami dan Allah telah menggambarkan bahwa segala penyakit kejiwaan dan syaraf, kebanyakan

---

<sup>2</sup> Jeffrey S. Nevid. *Psikologi Abnormal*. (Jakarta: Erlangga 2003), hlm 8.

<sup>3</sup> Mukholil, *Kecemasan Dalam Proses Belajar*, (Lampung Utara: Jurnal Eksponen 2018), Volume 8. Nomor 1.

penyakit akal dan ingatan, berbagai keguncangan diri, serta 70 persen penyakit fisik sering disertai oleh ketakutan dan kecemasan, baik lahir maupun batin.<sup>4</sup>

Melalui “Survei Khawatir Nasional” yang dilakukan pada tanggal 11 hingga 18 November 2017. Terdapat jumlah sebanyak 3, 634 responden, dengan komposisi responden 70% diantaranya adalah perempuan. Survei ini menanyakan tingkat kekhawatiran responden terhadap kehidupan secara umum dan beberapa aspek hidup yang umum bagi generasi milenial, yaitu mereka yang lahir antara tahun 1980-2000. Pada survei ini juga ditanyakan tingkat kekhawatiran diberbagai aspek hidup yang dirasa relevan, yaitu sekolah/studi, *relationship*, pekerjaan/bisnis, sampai ke topik yang lebih besar, seperti kondisi sosial politik di Indonesia. Dari survei ini maka didapatkan hasil bahwa 63% yang ketika ditanya tingkat kekhawatiran mengenai hidup secara keseluruhan saat ini, hasilnya adalah 63% dan hampir dua dari tiga responden juga mengaku lumayan khawatir/sangat khawatir tentang hidup secara umum.<sup>5</sup>

Berdasarkan hasil survei tersebut, meskipun survei ini dilakukan secara daring yang disebar di media sosial dan hasilnya tidak bisa dianggap mewakili keseluruhan populasi, akan tetapi dari membaca hasil survei ini yang jumlahnya sangat banyak terhadap kekhawatiran maka kondisi ini tidak bisa dianggap remeh. Selain situasi ini membuat seseorang merasa sulit untuk menjalani hidup dengan damai, ada juga resiko lain yang berhubungan dengan kesehatan fisik. Seperti yang dikatakan oleh dr. Andri, Sp. KJ., FAPM. Bahwa masalah khawatir bukan masalah yang ada di dalam

---

<sup>4</sup> Aditya Dedy Nugraha, *Memahami Kecemasan: Perspektif Psikologi Islam*, (Yogyakarta: Indonesian Journal of Islamic Psychology 2020).

<sup>5</sup> Henry Manampiring, *Filosofi Teras*, (Jakarta: Kompas Media Nusantara 2018),  
hlm 1.

pikiran saja. Dalam ilmu *psikosomatik* dijelaskan bahwa yang terjadi di otak kita bisa mempengaruhi badan secara keseluruhan. Maka, tidak mengherankan lagi ada orang stres yang mengalami tegang leher. Kalau sakit kepala, bisa kemudian mengalami sakit lambung juga, karena adanya *interconnection* (keterkaitan).<sup>6</sup>

Berdasarkan survei kesehatan dasar yang dilakukan oleh Riskesdas Kementerian Kesehatan (2018), menurut datanya terdapat sebanyak 80-90% kasus bunuh diri disebabkan oleh depresi dan kecemasan. Di Indonesia, angka bunuh diri bisa mencapai 10.000, atau setara dengan setiap jam terdapat kasus bunuh diri. Menurut ahli *suciodologist* jika dipersenkan maka sekitar 4,2% siswa di Indonesia pernah berpikir bunuh diri. 6,9% pada kalangan mahasiswa mempunyai niatan untuk bunuh diri, sedangkan 3% lainnya pernah melakukan percobaan bunuh diri.<sup>7</sup>

Sekali lagi ditegaskan bahwa kasus kesehatan mental tidak bisa dianggap sepele. Hal ini mengingatkan lagi pada sebuah kasus yang dilansir dari media harian jogja pada oktober lalu yang mana media tersebut mengabarkan kasus bunuh diri mahasiswa aktif yang diduga mengalami masalah kesehatan mental, hal ini dinyatakan berdasarkan pada surat keterangan dari psikologi yang ditemukan di tas korban.<sup>8</sup> Meskipun tidak diketahui secara pasti apa yang menyebabkan korban mengakhiri hidupnya, namun dengan ditemukannya surat dari psikologi ini menunjukkan bahwa korban memiliki masalah pada kesehatan mentalnya.

---

<sup>6</sup> Henry Manampiring, *Filosofi Teras*, (Jakarta: Kompas Media Nusantara 2018), hlm 6.

<sup>7</sup> Alfina Ayu Rachmawati, *Darurat Kesehatan Mental Bagi Remaja*, (Yogyakarta: egsaugm 2022).

<sup>8</sup> Anisatul Ummah, *Mahasiswa UGM Bunuh Diri Karena Depresi, Begini Kata Rektor*, (Yogyakarta: Media Harian Jogja 2022).

Masa remaja merupakan fase dimana remaja sedang mencari identitas diri yang membutuhkan peran dari keluarga, teman dan juga lingkungan sekitar, berada di masa ini jugalah remaja dilanda dengan kebingungan karena ketidakmampuan dalam menentukan apa yang harus dilakukan dalam upaya mencari aktifitas yang bermanfaat untuk dirinya, serta keingintahuan terhadap hal yang belum diketahuinya.<sup>9</sup> Akan tetapi hal ini tidak selalu berjalan mulus seperti yang dibayangkan karena dalam hubungan sosial ini ada sifat manusia yang namanya Homo Homini, manusia yang menyebarkan untuk manusia lainnya. Mungkin pernah merasa malas untuk pergi ke acara keramaian karna malas bertemu dengan banyak orang. Tidak hanya terbatas pada malas bertemu dengan orang tetapi juga berfikir bahwa orang itu akan menyebarkan untuk ditemui. Kemudian juga ketika keluar rumah menuju ke sana akan berhadapan dengan pengendara yang tidak tertib, orang-orang egois di antrian lift atau toilet dan bertemu keluarga yang perkataannya setajam silet. Akan terpikir untuk sebaiknya dirumah saja, menyendiri dan tidak bertemu dengan orang lain. “Daripada membuat dosa, marah kemudian jengkel karena sikap orang lain, ada lebih baiknya jika tidak bertemu dengan mereka”.<sup>10</sup> Hal ini mungkin sering terlintas dalam pikiran remaja akhir yang sudah memiliki banyak tekanan sosial yang kemudian mempengaruhi psikologisnya.

Tidak hanya dari ranah keilmuan psikologis, dalam hadis juga ada yang menyinggung masalah kecemasan ini sebagaimana dalam sebuah hadis yang diriwayatkan oleh imam Bukhārī dalam *Shahīhnya* nomor 5.241 bahwa Rasulullah Shalallahu'alaihi Wasallam bersabda:

---

<sup>9</sup> Bram Kristian Santoso dkk, “Kecemasan sosial pada remaja akhir: Bagaimana peranan adiksi media sosial?” (INNER: Journal of Psychological Research 2022).

<sup>10</sup> Henry Manampiring, *Filosofi Teras*, (Jakarta: Kompas Media Nusantara 2018), hlm 135- 137

حَدَّثَنِي عَبْدُ اللَّهِ بْنُ مُحَمَّدٍ، حَدَّثَنَا عَبْدُ الْمَلِكِ بْنُ عَمْرٍو، حَدَّثَنَا زُهَيْرُ بْنُ مُحَمَّدٍ، عَنْ مُحَمَّدِ بْنِ عَمْرٍو بْنِ حَلْحَلَةَ، عَنْ عَطَاءِ بْنِ يَسَارٍ، عَنْ أَبِي سَعِيدٍ الْخُدْرِيِّ، وَعَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ، عَنِ النَّبِيِّ قَالَ: مَا يُصِيبُ الْمُسْلِمَ مِنْ نَصَبٍ، وَلَا وَصَبٍ، وَلَا هَمٍّ، وَلَا حُزْنٍ، وَلَا أَذَى، وَلَا غَمٍّ، حَتَّى الشُّوْكَةِ يُشَاكُهَا، إِلَّا كَفَّرَ اللَّهُ بِهَا مِنْ حَطَايَاهُ<sup>11</sup>

Artinya:“Telah menceritakan kepada kami ‘Abdullāh Ibn Muhammad, telah menceritakan kepadaku: ‘Abdul Malik Ibn Amr menceritakan kepada kami: Zuhair Ibn Muhammad menceritakan kepada kami, dari Muhammad Ibn Amrū Ibn Halhalah, dari ‘Athā bin Yasār, dari Sa’id Al-Khudrī dan dari Abī Hurairah, dari Nabi shallallahu 'alaihi wa sallam beliau bersabda, “Tidaklah menimpa seorang muslim berupa keletihan, penyakit, kecemasan, kesedihan, gangguan, dan kesulitan, sampai pun duri yang menusuknya, kecuali Allah akan hapuskan kesalahan-kesalahannya dengan sebab tersebut”.

Jika sudah berbicara tentang hadis tentunya diperlukan penelitian terhadap hadis itu sendiri dikarenakan kodifikasi hadis baru diperkenalkan pada abad ke-dua dan secara alami membuka peluang pemalsuan hadis.<sup>12</sup> Penelitian lebih lanjut tidak hanya penting dilakukan untuk melihat keotentikan hadis saja. Melainkan juga melihat relevansi hadis tersebut untuk menjawab persoalan pada masa sekarang. Apakah kecemasan ini terjadi karena faktor rendahnya keimanan seseorang atau ada hal lain yang menjadi penyebabnya. Dan untuk meninjau persoalan tersebut peneliti menggunakan teori *hermeneutika* Nurun Najwah sebagai landasan dalam penelitian ini untuk menjawab persoalan tersebut.

<sup>11</sup>Abī ‘ Abdillah Al-Bukhārī, *Shahīh Al-Bukhārī*, (Dar Al-Kutub Al-‘Ilmiyah, Beirut, 2006), jilid 4. hlm 3.

<sup>12</sup> Nurun Najwah, *Ilmu Ma’anil Hadis: Metode Pemahaman Hadis Nabi Teori dan Aplikasi*, (Yogyakarta: Cahaya Pustaka 2008), hlm 1.

Penelitian ini akan mengkaji hadis dari berbagai aspek, mulai dari kualitas hadis, kualitas para periwayat hadis, sanad, matan, aspek bahasa dan juga konteks historisasi hadis tersebut. Dengan adanya penelitian ini diharapkan kajian hadis dapat membantu dalam menjawab kasus kecemasan yang biasanya dikaji dalam keilmuan psikologis.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian diatas, maka beberapa pertanyaan dalam penelitian ini yang akan dikaji untuk menjawab permasalahan utama antara lain;

1. Bagaimana pemaknaan hadis tentang kecemasan dengan masalah keimanan melalui Ma'anil Hadis yang ditawarkan oleh Nurun Najwah?
2. Bagaimana relevansi hadis *shahīh* Bukhārī nomor 5.241 terhadap kecemasan dalam hubungan sosial pada remaja sekarang ini?

## **C. Tujuan dan Manfaat Penelitian**

### **1. Tujuan Penelitian**

- a. Untuk mengetahui pemaknaan hadis tentang kecemasan dengan masalah keimanan melalui Ma'anil Hadis yang ditawarkan oleh Nurun Najwah.
- b. Untuk mengetahui relevansi hadis *shahīh* Bukhārī nomor 5.241 terhadap kecemasan dalam hubungan sosial pada remaja sekarang ini.

### **2. Manfaat Penelitian**

Penulis berharap penelitian ini dapat memberi manfaat khususnya kepada penulis selaku peneliti dalam kasus ini dan juga untuk orang lain selaku pembaca.



Adapun manfaat yang peneliti harapkan dalam penelitian ini yakni:

- a. Dapat membantu dalam menangani masalah kecemasan dalam ruang lingkup agama Islam khususnya dalam ranah kajian ilmu hadis.
- b. Secara teoritis, penelitian ini memberikan sumbangan bagi pengembangan akademis, terutama dalam hal membangun kerangka pikir konsep dan mekanisme terhadap kasus kecemasan.
- c. Dapat dijadikan sebagai referensi atau bahan perbandingan bagi peneliti lain dalam rangka mengadakan penelitian di masa mendatang.

#### **D. Tinjauan Pustaka**

Pada bagian ini peneliti mencantumkan beberapa hasil penelitian terdahulu yang terkait dengan penelitian yang hendak dilakukan, kemudian membuat ringkasannya, nama penulis, tahun, judul, dan juga hasil penelitiannya.

Ada beberapa penelitian mengenai kasus kecemasan ini, *pertama* dalam perspektif Al-Qur'an yakni penelitian dari M. Wahid Nasrudin (2018) yang berjudul "*Gangguan Kecemasan Dalam Perspektif Al-Qur'an (Pendekatan Psikologi)*". Pada penelitian ini, objek kajiannya adalah fenomena kecemasan yang terjadi pada setiap individu dapat menimbulkan berbagai penyakit. Penelitian ini bertujuan untuk menyajikan ayat-ayat Al-Qur'an yang membahas tentang kecemasan dan cara mengatasinya dalam perspektif Al-Qur'an dan kontekstualisasinya.

Penelitian ini merupakan penelitian dengan metode kualitatif dan jenis penelitiannya adalah library research (penelitian kepustakaan).

Penyajian tafsirnya dengan pendekatan tematik-analisis. Adapun hasil dari penelitian ini menyimpulkan bahwa kecemasan merupakan sifat biasa yang disebabkan karena lemahnya iman setiap individu. Sifat ini dapat berkelanjutan menjadi sebuah gangguan kejiwaan jika semakin lalai terhadap perintah-perintah Allah yang sudah ditetapkan.<sup>13</sup>

*Kedua*, dalam perspektif sosial yang diteliti oleh Gita Martilova (2021) yang judul, “*Kondisi Psikologis Wanita Dalam Menghadapi Premenopouse di Jorong Suayan Tinggi Nagari Suayan*”. Penelitian ini dibatasi dalam permasalahan tentang kondisi psikologis dan cara mengatasi kecemasan pada wanita berusia empat puluh sampai empat puluh lima tahun, penelitian berlokasi di Jorong Suayan Tinggi Nagari Suayan. Jenis penelitian yang digunakan adalah deskriptif kualitatif. Informan kunci dari penelitian adalah empat orang wanita Premenopouse usia 40-45 tahun di Jorong Suayan Tinggi Nagari Suayan. Informan pendukung empat orang anak dari wanita premenopouse. Adapun hasil pada penelitian ini menunjukkan bahwa kondisi psikologi wanita dalam menghadapi Premenopouse di Jorong Suayan Tinggi Nagari Suayan menunjukkan adanya kecemasan terhadap perubahan psikis.

*Ketiga*, dalam perspektif kesehatan yang diteliti oleh M. Fais Satrianegara (2014) yang berjudul “*Pengaruh Religiusitas Terhadap Tingkat Depresi, Kecemasan, Stres, dan Kualitas Hidup Penderita Penyakit Kronis Di Kota Makassar (Kajian Survei Epidemiologi Berbasis Integrasi Islam Dan Kesehatan)*”. Jenis Penelitian ini menggunakan metode *survey analitical* dengan pendekatan *cross sectional study* yaitu dimana data yang menyangkut variable bebas atau resiko dan variabel terikat atau variabel

---

<sup>13</sup> M. Wahid Nasrudin, *Gangguan Kecemasan Dalam Perspektif Al-Qur'an (Pendekatan Psikologi)*. (Surabaya: UIN Sunan Ampel 2018).

akibat akan dikumpulkan dalam waktu yang bersamaan. Adapun hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat religiusitas memiliki pengaruh yang lemah terhadap tingkat depresi. Semakin tinggi tingkat religiusitas penderita penyakit kronis maka semakin tinggi pula kualitas hidupnya.<sup>14</sup>

*Keempat*, dari perspektif Al-Qur'an dan hadis yang diteliti oleh Ikhwan Fuad (2016) yang berjudul "*Menjaga Kesehatan Mental Perspektif Al-Qur'an dan Hadis*". Penelitian ini menguraikan tentang teori-teori psikologi dalam Al-Qur'an dan Sunnah tentang cara menjaga kesehatan mental. Melalui pendekatan penulis *normatif-teologis* mencoba menggali teks yang membahas topik ini dan menjelaskan teori-teori.

Adapun hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa; Menjaga kesehatan mental dalam perspektif Al-Qur'an dan Al-sunnah berpijak pada prinsip Al-wāsathīah (moderasi) dalam pemenuhan kebutuhan antara yang bersifat material dan spiritual dan metode Al-Qur'an dan dalam merealisasikan kesehatan mental antara lain dengan penguatan dimensi spritual, pengendalian motivasi biologis dan metode mempelajari hal yang urgen bagi kesehatan mental. Ketercapaian metode tersebut dapat dilihat dari kehidupan Nabi dan para sahabat dari sisi hubungannya dengan Tuhannya, dengan dirinya sendiri, hubungannya dengan orang lain, dan alam semesta.<sup>15</sup>

*Kelima*, dalam perspektif psikologis yakni penelitian oleh Zahra Yasmin dkk (2022) yang berjudul "*Indeks Kesehatan Mental Menurut Rasulullah SAW.: Studi Takhrij dan Syarah Hadis dengan Pendekatan*

---

<sup>14</sup> M. Fais Satrianegara, *Pengaruh Religiusitas Terhadap Tingkat Depresi, Kecemasan, Stres, Dan Kualitas Hidup Penderita Penyakit Kronis di Kota Makassar (Kajian Survei Epidemiologi Berbasis Integrasi Islam Dan Kesehatan)*, (Riau: Jurnal Kesehatan UIN SUSKA 2014).

<sup>15</sup> Ikhwan Fuad, *Menjaga Kesehatan Mental Perspektif Al-Quran dan Hadis, Journal An-nafs: Kajian dan Penelitian Psikologi*, (Jakarta: Hikmah Journal of Islamic Studies 2021).

*Psikologis*". Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode *takhrīj* dan *syarah* hadis dengan menerapkan analisis kontemporer pada bidang psikologi.

Adapun hasil dari penelitian menunjukkan bahwa hadis yang berkaitan dengan indeks atau indikator kesehatan mental dalam perspektif Rasulullah SAW. memiliki kualitas hadis yang *hasan lighairihī* berdasarkan tinjauan hadis. Kemudian dalam sisi *syarah* hadis, dapat disimpulkan bahwa indeks kesehatan mental perspektif Rasulullah SAW. terbagi menjadi lima, di antaranya perasaan aman, senantiasa merasa cukup dengan tidak meminta-minta kepada orang lain, percaya diri, tidak merugikan hak orang lain serta memiliki rasa tanggung jawab dan menerapkannya.<sup>16</sup>

*Kelima*, dari perspektif hadis yang diteliti oleh Syukron Ma'mun (2023) dengan judul, "*Anxiety Dalam Perspektif Hadis (Kajian Tematik Hadis)*". Penelitian ini menggunakan penelitian kepustakaan (Library Research) metode kualitatif. Adapun hasil dari penelitian ini menyatakan bahwa *Anxiety* (kecemasan) dapat diatasi dengan beberapa cara yaitu: tidak terlalu berambisi dalam mengejar dunia, berzikir kepada Allah, berbuat baik serta perbanyak berdo'a kepada Allah. Adapun hikmah dari rasa cemas yang Allah berikan kepada kita adalah agar kita selalu berusaha mengikuti perintah Allah, selalu takut pada-Nya, selalu hanya bergantung pada-Nya, serta sebagai penghapus dosa.<sup>17</sup>

Dari penelitian terdahulu yang dipaparkan diatas dari berbagai perspektif, maka dapat ditarik kesimpulan antara perbedaan dan persamaan penelitian ini dengan penelitian terdahulu yaitu dilihat dari perspektif Al-

---

<sup>16</sup> Zahra Yasmin dkk, *Indeks Kesehatan Mental Menurut Rasulullah SAW...: Studi Takhrīj dan Syarah Hadis dengan Pendekatan Psikologis*, (Bandung: Gunung Djati Conference Series 2022).

<sup>17</sup> Syukron Ma'mun, *Anxiety Dalam Perspektif Hadis (Kajian Tematik Hadis)*, (Riau: UIN SUSKA 2023).

Qur'an, Al-Hadis, Al-Qur'an dan Hadis, Psikologis, Kesehatan dan sosial belum ada yang membahas mengenai "Pemahaman hadis tentang kecemasan kajian ma'anil hadis" pada penelitian ini. Adapun penelitian terdahulu yang sama-sama dalam ranah kajian ilmu hadis beluma da yang mengkaji hadis tentang kecemasan ini menggunakan teori ma'anil hadis Nurun Najwa dan Teori psikologis Jeffery Nevis. Adapun kesamaannya adalah sama-sama mengkaji masalah kecemasan dalam perspektif Agama akan tetapi dilihat dari aspek fokus kajian yang berbeda-beda.

### **E. Kajian Teoritis**

Pada penelitian ini ada tiga teori yang digunakan sebagai landasan atau dasar yaitu;

#### **1. Ma'anil Hadis**

Ma'anil hadis merupakan sebuah kajian ilmu yang berfungsi sebagai media pembantu dalam usaha menggunakan atau memahami ungkapan dari sebuah hadis. Dalam kajian ma'anil hadis pada penelitian ini menggunakan teori hermeneutika Nurun Najwah yang merupakan salah satu teori dalam kajian ma'anil hadis. Teori hermeneutika ini merupakan sebuah metode atau cara memahami teks-teks hadis, yang mana dipertimbangkan teks hadis tersebut memiliki rentan waktu yang cukup panjang antara Nabi dan umat Islam disepanjang masa. Hermeneutika teks-teks hadis ini menuntut diperlakukannya teks hadis sebagai produk lama yang dapat berdialog secara komunikatif dan romantis (dialektik) dengan penyarah dan audiensnya yang baru dalam sepanjang sejarah umat Islam.<sup>18</sup>

---

<sup>18</sup> Nurun Najwah, *Ilmu Ma'anil Hadis: Metode Pemahaman Hadis Nabi Teori dan Aplikasi*, (Yogyakarta: Cahaya Pustaka 2008). hlm 17-19.

Adapun langkah-langkah kongkrit dari metode yakni sebagai berikut:

a) Memahami dari aspek bahasa

Memahami dari aspek bahasa ini dilakukan dengan memperhatikan variasi redaksi yang dikumpulkan dari hadis *Shahīh* Bukhārī nomor 5.241 yang diteliti dengan hadis setema yakni dari Musnad Ahmad bin Hanbal nomor, 8.219, 11.057, 7.967 dan 10.757. Kemudian ditinjau dari segi bahasa menggunakan *Kitab syarh hadis Fathul Bārī karya Ibnu Hajar Al-‘Asqalanī* dan juga menggunakan kamus bahasa arab *Alma‘ūnī li kulli rasmin ma’na* yang kemudian ditarik pemahaman tekstual hadis.

b) Memahami konteks historis

Memahami konteks historis ini akan meninjau dari aspek *Asbāb Al-wurūd* hadis Bukhārī nomor 5.241 baik dari makro maupun mikro yang disebutkan didalam *Syarh Hadis Fathul Bārī Karya Ibnu Hajar Al-‘Asqalanī* dan juga Sirah Nabawiyah Karya Syaikh Shafiyyurrahman Al Mubarakfuri.

c) Mengkorelasikan secara tematik-komprehensif dan integral

Pada tahap ini, teks hadis Bukhārī nomor 5.241 akan dikorelasikan dengan *Nās Al-Qur’an* yang berkaitan, hadis-hadis *māqbūl* lainnya, baik yang sealur maupun yang kontradiktif, data-data lain baik berupa data sejarah maupun teori-teori ilmu pengetahuan. Pada bagian ini akan memaparkan *Nās Al-Qur’an* dengan beberapa pengelompokan tentang kecemasan baik dari bentuk-bentuk dari kecemasan,

jenis-jenis, aspek solusi dan juga ganjaran bagi yang mengalaminya.

- d) Memaknai teks dengan menyarikan ide dasarnya, dengan mempertimbangkan data-data sebelumnya (membedakan wilayah tekstual dan kontekstual).
- e) Analisis teori

Pada point analisis teori disini akan menggunakan teori dari ranah keilmuan psikologis yaitu teori kecemasan Jeffrey S. Nevids, teori ini digunakan untuk memahami apa itu kecemasan, bagaimana ciri fisik, behaviour dan kognitif orang yang sedang mengalami kecemasan. Kemudian melihat faktor-faktor yang menjadi penyebab seseorang bisa menjadi cemas, ciri-ciri diagnostik dari kecemasan, dan penanganannya dalam keilmuan psikologis menurut Nevids.

## **F. Metodologi Penelitian**

Penelitian merupakan cara yang sistematis untuk mengumpulkan data dan mempresentasikan hasilnya. Metode penelitian adalah suatu proses dimana kegiatan tersebut mengumpulkan data, menganalisa kemudian juga memberikan interpretasi yang terkait dengan tujuan penelitian. Dan secara umum metode penelitian juga dapat diartikan sebagai cara ilmiah yang bertujuan untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu.<sup>19</sup>

---

<sup>19</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan*, (Jawa Barat: Alfabeta 2019), hlm 2.

## 1) Jenis Penelitian

Pada penelitian ini jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian dengan pendekatan kualitatif dan jenis pendekatan yang digunakan adalah penelitian perpustakaan (library research).

Penelitian kualitatif merupakan sebuah metode yang digunakan dalam melakukan sebuah penelitian dimana penelitian jenis ini berlandaskan pada filsafat postpositivisme atau enterpretif, yang digunakan untuk meneliti objek yang alamiah, yang mana seorang peneliti disini sebagai instrumen kunci, adapun teknik dalam pengumpulan datanya dilakukan secara triangulasi (gabungan observasi, wawancara, dokumentasi), data yang akan diperoleh cenderung data kualitatif, dan hasil penelitian kualitatif dapat bersifat temuan potensi dan masalah, keunikan obyek, makna dari peristiwa, proses dan interaksi sosial, kepastian kebenaran data, konstruksi fenomena, temuan hipotesis.<sup>20</sup>

## 2) Sumber Data

Sumber data dalam penelitian adalah sumber informasi yang apabila seorang peneliti pada sebuah penelitian menggunakan kuesioner atau wawancara dalam pengumpulan datanya maka sumber data tersebut disebut dengan responden yaitu orang yang merespon atau memberikan jawaban atas pertanyaan-pertanyaan dari peneliti baik berupa pertanyaan tertulis maupun lisan. Sumber data pada sebuah penelitian dibagi menjadi dua yakni sumber data primer dan juga sumber data sekunder. Untuk data sekunder dan primer yang digunakan pada penelitian ini yakni sbb;

---

<sup>20</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan*, (Jawa Barat: Alfabeta 2019), hlm 25.



a. Sumber data primer

Sumber data utama yang diperoleh dari subjek penelitian secara langsung dengan menggunakan alat pengambilan data langsung pada subjek informasi yang di cari.<sup>21</sup> Sumber data primer dalam penelitian ini diperoleh dari kitab *Al-Mu'jam Al-Mufahras*, *Al-Kutub Al-Tis'ah* yakni kitab ṣhahih bukhārī dan Musnad Ahmad bin Hanbal, kitab hadis sekunder seperti kitab-kitab *Syarah Hadis Fathul Bārī*, *Kitab Sirah Nabawiyah*, kamus *Alma'ānī li kulli rasmin ma'na*, *Tahdzīb Al-Tahdzīb*, *Tahzīb Al-Kamal Fi Asmā' Al-Rijāl* karya Jamāluddīn Abū Al-Hajjāj Yūsuf Al-Mazzī, dan juga software Jawāmi'ul Kalim

b. Sumber data sekunder

Data sekunder ialah data yang diperoleh dari pihak lain, yang dapat mendukung serta relevan dengan tema yang diangkat. Pada penelitian ini Peneliti memperoleh data sekunder melalui literatur-literatur atau karya tulis yang relevan dengan penelitian ini. Juga melalui narasi dari beberapa video di youtube yang membahas tentang kesehatan mental, dari jurnal-jurnal terkait hadis dan kecemasan, juga penelitian terdahulu yang relevan dengan penelitian ini.

3) Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan tiga tahapan, yaitu:

---

<sup>21</sup> Subana dan sudrajat, *Dasar-dasar penelitian ilmiah* (Bandung: Pustaka Setia 2001), hlm 77-78.

- a. *Editing*, pada tahap ini peneliti melakukan pemeriksaan kembali terhadap data-data yang diperoleh, terutama dalam segi kelengkapan data.
- b. *Organizing*, pada tahapan ini peneliti menggolongkan data-data yang diperoleh berdasarkan kelompok variabelnya dengan kerangka yang sudah ditentukan.
- c. Perencanaan hasil temuan, pada tahap ini peneliti melakukan penafsiran dengan melakukan analisis data lanjutan terhadap hasil dari pengelompokan atau penggolongan data dengan kaidah-kaidah, teori dan juga metode yang telah ditentukan sehingga dapat diperoleh kesimpulan yang merupakan hasil dan jawaban dari rumusan masalah.

#### 4) Teknik Pengolahan Data

Pengolahan data atau informasi dalam penelitian ini peneliti lakukan dengan cara mengumpulkan data-data yang didapat dari berbagai sumber seperti kitab hadis, Syīrah Nabawīyah, buku, jurnal, penelitian terdahulu, video yang berkenaan dengan permasalahan ini yang kemudian dikumpulkan pada folder referensi.

#### 5) Teknik Analisa Data

Dari data yang telah terkumpul kemudian di analisa dan di cerna sembari melihat kecocokan dari beberapa sumber data yang didapat yang kemudian setelah di analisa sehingga terlihat persamaan dan perbedaan yang kemudian dapat ditarik kesimpulannya.

## **G. Sistematika Pembahasan**

Dalam penulisan skripsi ini, penulis menyusun sistematika penulisan dalam beberapa bab yang terdiri dari:

Bab pertama, pendahuluan. Dalam bab ini memuat latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian, tinjauan pustaka, metodologi penelitian dan sistematika pembahasan.

Bab kedua menjelaskan metode pencarian hadis, redaksi hadis, tabel periwayat, bagan sanad hadis, otentisitas hadis dari aspek sanad dan matan.

Bab ketiga, memahami kandungan hadis dari aspek bahasa, konteks historis, dan kajian tematik-komprehensif-integral yang akan memuat konsistensi perbandingan dengan meninjau dalil Al-Qur'an. Dan setelah rangkaian ini dilakukan maka dapat dirumuskan ide dasar.

Bab keempat analisis relevansi hadis terhadap fenomena kecemasan terhadap hubungan sosial remaja pada masa sekarang menggunakan teori kecemasan Jeffrey S. Nevids.

Bab kelima yakni penutup, yang meliputi kesimpulan serta saran.

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Setelah melakukan kajian ma'anil hadis dengan mempertimbangkan aspek historis dan hermeneutika. Kemudian dilanjutkan dengan kritik eidetis sebagai upaya untuk mendapatkan pemahaman secara komprehensif (lengkap) dan mendapatkan bukti bahwa hadis tersebut otentik berasal dari Nabi. Kemudian setelah melakukan penelitian untuk melihat pemaknaan dan pemahaman hadis tentang kecemasan melalui Ma'anil hadis yang ditawarkan oleh Nurun Najwah dan mengetahui relevansi dan implikasinya dengan kecemasan terhadap hubungan sosial pada remaja akhir sekarang ini, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa:

1. Kecemasan merupakan bagian dari musibah atau ujian dari Allah yang menimpa seorang hamba. Kecemasan bukanlah sebuah perasaan yang tidak mengenakan semata melainkan ada ganjaran yang didapatkan ketika mengalaminya. Ada banyak bentuk dari kecemasan ini, seperti cemas akan kehidupan ketika di dunia misalkan pada masalah yang berkenaan dengan kehidupan sehari-hari yakni ekonomi, sosial, pendidikan, karir dan lain sebagainya. Dari rasa cemas yang dialami ini tidak diberikan dan dibiarkan begitu saja, melainkan diberikan solusi dalam menanganinya. Allah juga akan memberikan ganjaran berupa ampunan, dinaikkan derajatnya disisi Allah, dihapuskan dosa-dosa dan juga akan mendapatkan tempat terbaik di akhirat kelak bagi yang sabar dan ridha menerimanya. Masalah keimanan seringkali dikaitkan dengan masalah kecemasan ini, dimana seseorang yang cemas diartikan bahwa kurangnya keimanan didalam dirinya. Akan tetapi

ternyata tidak demikian adanya, masalah keimanan tidak sepenuhnya menjadi tolok ukur orang tersebut menjadi cemas, karena para Nabi dan sahabat juga mengalaminya yang artinya kecemasan adalah sesuatu yang lumrah dialami oleh manusia sebagai makhluk hidup. Akan tetapi ketika rendahnya spiritualitas yang mencapai pada titik spritual disorder, maka beresiko akan mengakibatkan kecemasan yang lebih kronis atau lebih parah. Seseorang yang mengalami spritual disorder dan kemudian juga mengalami kejadian traumatik, maka akan mengakibatkan permasalahan ganda yang akan berakibat pada kecemasan yang kronis. Untuk itu solusi-solusi dalam menanganinya perlu diterapkan didalam kehidupan sehari-hari agar tidak sampai pada spritual disolder.

2. Hubungan antara hadis yang diteliti dengan konteks kecemasan terhadap hubungan sosial pada remaja sekarang ini memiliki persamaan dimana kasusnya adalah masalah kecemasan akan tetapi jelas berbeda dalam jenis kecemasan yang dialami mengingat kehidupan masa Nabi dan masa sekarang ini berbeda. Dengan teori kecemasan Jeffery Nevids dalam ranah keilmuan psikologi dilakukan dengan beberapa pendekatan diantaranya: Pendekatan psikodinamika yang nantinya akan mengingatkan seseorang akan sumber dari masalah yang dihadapi, pendekatan Humanistik yang percaya bahwa sebagian besar kecemasan ini berasal dari penindasan sosial terhadap hidup yang sebenarnya, pendekatan Biologis akan membantu dalam memberikan resep obat berupa “Antidepresan yang dapat membantu melawan kecemasan dengan menormalkan aktivitas neuotrans miter di otak.

Kemudian yang terakhir pendekatan Belajar yang dapat membantu belajar secara bertahap dalam menghadapi rangsangan yang semakin mengganggu akan tetapi sambil tetap rileks.

## **B. Saran**

Diharapkan kepada pembaca yang sedang mengalami masalah kecemasan dapat menerapkan solusi dalam penelitian ini yang diharapkan dapat membantu dalam menangani dan mencegah permasalahan kecemasan. Penulis sangat paham penelitian ini masih belum sempurna dan hanya berfokus pada hadis tentang kecemasan yakni hadis ṣahih Bukhārī nomor 5.241 dalam kajian ma'anil hadis dengan relevansinya terhadap fenomena kecemasan hubungan sosial pada remaja masa sekarang ini. Untuk itu penelitian ini sangat terbuka terhadap penelitian mendatang yang ingin mengkaji hadis dalam permasalahan kecemasan melalui pendekatan-pendekatan lain seperti sosial, budaya, ekonomi dan lain sebagainya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Alma 'ānī li kulli rasmin ma'na* .(n.d.).
- Al-Bukhārī, A. A. (1987). *Šhahīh Al-Bukhārī*, Kāiro, Darussyu'ab.
- Al-Bukhārī, A. A. (2006). *Šhahīh Al-Bukhārī*. Beirut: Dār Al-Kutub Al-'Ilmiāh.
- Al-'Asqalanī, I.H. (n.d) *Fathul Bārī: penjelasan kitab šhāhīh al-bukhārī, kitabul marīdh*, JI. 28.
- Al-'Asqalanī, A.A. (1994), *Tahdzīb Al-Tahdzīb*. Muassasah Ar-Risalah ,Jilid XII.
- Al-'Asqalanī, A.A. (1994), *Tahdzīb Al-Tahdzīb*. Muassasah Ar-Risalah ,Jilid VI.
- Al-'Asqalanī, A.A. (1994), *Tahdzīb Al-Tahdzīb*. Muassasah Ar-Risalah ,Jilid III.
- Al-'Asqalanī, A.A. (1995), *Tahdzīb Al-Tahdzīb*. Muassasah Ar-Risalah ,Jilid IV.
- Abu Dāwud, H. (nomor 1348 versi jawāmi' ul kalim).
- Basid, A “*Kritik Terhadap Metode Muhammad Al-Ghazali Dalam Memahami Hadis Nabi Muhammad SAW*”, KABILAH: Journal Of Social Community.
- Elvina, S. N. (2022). *Terapi sholat sebagai upaya pengentasan anxiety pada masyarakat modren*. Padang: UIN Imam Bonjol.
- Fuad, I. (2021). Menjaga kesehatan mental persfektif al-qur'an dan ilmu hadis. *Journal An-Nafs Journal Of Islamic Studies*.
- Hanbal, A. I. (1993). *Musnad Imam Ahmad Ibn Hanbal*. Al-Syībani: Dār Al Ihyā' Al-Turāth Al-'Arabi, Jilid 3.
- Hanbal, A. I. (1993). *Musnad Imam Ahmad Ibn Hanbal*. Al-Syībani: Dār Al Ihyā' Al-Turāth Al-'Arabi, Jilid 9.

- Hauqola, N. K. (2013). *Hermeneutika hadis: upaya memecahkan kebekuan teks, teologia*. Yogyakarta: Harmonika Institute.
- Ismail, M. S. (1992). *Metodologi Penelitian Hadits*. Jakarta: Bulan Bintang.
- Jawāmi'ul kalim*, marfu' aw qudsīun nomor 641.
- Ma'mun, S. (2023). Anxiety dalam perspektif hadis (kajian tematik hadis). *Uin Suska Riau*.
- Manampiring, H. (2018). *Filosofi Teras*. Jakarta: Kompas Media Nusantara.
- Muchlisin. (n.d.). Surah Al-Baqarah ayat 286, arti, Asbabūn nuzūl, Tafsir dan kandungan. *Bersama Berdakwah*.
- Muslim, H. nomor 2702-4878 (*jawāmi'ul kalim*)
- Mukhollil. (2018). Kecemasan dalam proses belajar. *Jurnal Eksponen*.
- Mulyadi. (2006). Kecemasan dan psikoterapi islam (model psikoterapi al-qu'an dalam menanggulangi kesehatan santri lembaga tinggi pesantren luhur dan pondok pesantren baiturrahmanh di kota malang. *Ejournal UIN Malang*.
- Nevids, J. S. (2005). *Psikologi Abnormal*. Jakarta: Erlangga.
- Najwah, N. (2008). *Ilmu Ma'anil Hadis*. Yogyakarta: Cahaya Pustaka.
- Nasir, R. (1995). *Metode takhrij dan penelitian sanad hadits*. Surabaya: PT Bina Ilmu.
- Nasrudin, M. W. (2018). *Gangguan kecemasan dalam perspektif al-qur'an (Pendekatan Psikologi)*. Surabaya: UIN Sunan Ampel.
- Nugraha, A. D. (2020). Memahami kecemasan: Perspektif psikologi islam. *Indonesia Journal Of Islamic Psychology*.
- Mazzi, J.A.A.H.Y (1994) *Tahzīb Al-Kamal Fi Asmā' Al-Rijāl*, J1 3 hlm. 661-662.
- Rachmawati, A. A. (2022). Darurat Kesehatan mental bagi remaja. *egsaugm*.



- Rachmawati, A. A. (Yogyakarta). Darurat Kesehatan Mental Bagi Remaja. *EGSAUGM*.
- Rahardjo, M. (2020). *Hermeneutika (Menggali makna filosofi teks)*. Malang: Intrand Publishing.
- Satrianegara, M. F. (2014). *Pengaruh religiusitas terhadap tingkat depresi, kecemasan, stres dan kualitas hidup penderita penyakit kronis di kota makassar*. RIAU: UIN Sultan Syarif Kasim.
- Syaikh Shafiyurrahman Al-Mubarakfuri, S. (1997). *Sirah Nabawiyah* (Jakarta Timur: Pustaka Al-Kautsar
- Sudrajat, S. d. (2001). *Dasar-Dasar Penelitian Ilmiah* . Bandung: Pustaka Setia.
- Sugiono. (2019). *Metode penelitian pendidikan*. Jawa Barat: Alfabeta.
- Suryadilaga, A. (2010). *Ulumul Hadis*. Yogyakarta: Teras.
- Suryadilaga, A. (2017). *Metodologi Syarah Hadis dari Klasik Hingga Kontemporer*. Yogyakarta: Kalimedia.
- Suryadilaga, A. (2018). *Pengantar Studi Al-Qur'an dan Hadis*. Yogyakarta: Kalimedia.
- Ummah, A. (2022). Mahasiswa ugm bunuh diri karna depresi, begini kata rektor. *Media Harian Jogja*.
- Wensinck, A. J. (1955). *Al-Mu'jam Al-Mufahras Li Al-Fāzhi Al-Hadis Al-Nabawi: Al-Kutub Al-Sunnah wa 'An Musnad Al-Darami, Al-Muwatta' li Al-Imam Malik, wa Musnad Ahmad ibn Hanbal*. Leiden.
- Wijoyo, T. S. (2015). *Raih kekayaan langgeng dengan the power of tawakkal*. Bogor: Press.
- Yasmin, Z. (2022). Kesehatan mental menurut Rasulullah SAW.: Studi takhrij dan syarah hadis dengan pendekatan psikologis . *Gunung Djati Conference Series*.