

**HADIS RIWAYAT AL-TIRMIDZI TENTANG PAGI HARI
DENGAN PERASAAN AMAN PERSPEKTIF KESEHATAN
MENTAL**



Diajukan Kepada Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh
Gelar Sarjana Ilmu Hadis (S.Ag)

Oleh :
DHYAUL FIKRI ADHAM ALHADI
NIM. 19105050030

**PROGRAM STUDI ILMU HADIS
FAKULTAS USHULUDDIN DAN PEMIKIRAN ISLAM
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA**

2023

NOTA DINAS PEMBIMBING

HALAMAN NOTA DINAS SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI/TUGAS AKHIR

Hal : Skripsi Sdra. Dhyaul Fikri Adham Alhadi
Lamp : -

Kepada:
Yth. Dekan Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Setelah membaca, meneliti, memberikan petunjuk dan mengoreksi serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka kami selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi Saudara:

Nama : Dhyaul Fikri Adham Alhadi
NIM : 19105050030
Program Studi : Ilmu Hadis
Judul Skripsi : Hadits "Menyongsong Pagi Hari dengan Perasaan Aman"
Perspektif Kesehatan Mental


Sudah dapat diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Stara Satu (S.Ag) dalam jurusan/Prodi Ilmu Hadis pada Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam Universitas Islam Negeri (UIN) Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Dengan ini kami berharap agar skripsi/tugas akhir Saudara tersebut dapat segera dimunaqasahkan. Untuk itu, kami ucapkan terimakasih.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Yogyakarta, 18 Agustus 2023
Pembimbing,


Dadi Nurhaedi, S.Ag.M.Si.
NIP. 19711212 199703 1 00

SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS USHULUDDIN DAN PEMIKIRAN ISLAM
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 512156 Fax. (0274) 512156 Yogyakarta 55281

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-1515/Un.02/DU/PP.00.9/09/2023

Tugas Akhir dengan judul : HADIS RIWAYAT AL-TIRMIDZI TENTANG PAGI HARI DENGAN PERASAAN AMAN PERSPEKTIF KESEHATAN MENTAL

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : DHYAUL FIKRI ADHAM ALHADI
Nomor Induk Mahasiswa : 19105050030
Telah diujikan pada : Rabu, 23 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
Dadi Nurhaedi, S.Ag.M.Si.
SIGNED

Valid ID: 653738a738662



Penguji II
Asrul, M.Hum.
SIGNED

Valid ID: 64c704746b25f



Penguji III
Dr. Muhammad Akmaluddin, M.S.I.
SIGNED

Valid ID: 651e149647e54



Yogyakarta, 23 Agustus 2023
UIN Sunan Kalijaga
Dekan Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam
Prof. Dr. Inayah Rohmaniyah, S.Ag., M.Hum., M.A.
SIGNED

Valid ID: 6559e49f3b065

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini saya :

Nama : Dhyaul Fikri Adham Alhadi
NIM : 19105050030
Fakultas : Ushuluddin dan Pemikiran Islam
Program Studi : Ilmu Hadis
Alamat Rumah : Desa Kota Baru RT 10/RW 03, Kecamatan Padang Ratu, Kabupaten Lampung Tengah
Nomor Hp : 082334086409
Alamat Domisili : Gg. Perintis IV, Pandeyan, Kec. Umbulharjo, Kota Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta 55161
Judul Skripsi : Hadits "Menyongsong Pagi Hari dengan Perasaan Aman" Perspektif Kesehatan Mental

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa naskah skripsi ini secara keseluruhan adalah hasil penelitian/karya saya sendiri, kecuali pada bagian-bagian yang dirujuk sumbernya. Dengan demikian naskah skripsi ini bebas dari plagiarisme. Jika dikemudian hari terbukti bahwa naskah skripsi ini bukan karya sendiri atau adanya unsur plagiasi di dalamnya, maka saya siap ditindak sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Yogyakarta, 18 Agustus 2023
Yang menyatakan



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Dhyaul Fikri Adham Alhadi
NIM. 19105050030

MOTTO

“Motivasi tanpa aksi hanya ilusi”

“Terbentur, Terbentur, Terbentur, Terbentuk”

-Tan Malaka-



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

PERSEMBAHAN

Skripsi ini dipersembahkan kepada:

1. Kedua orang tua peneliti yang tercinta, Ibu Ummi Khabibah dan Bapak Edy Tohadi, S.Ag, M.Pdi., dan seluruh keluarga besar yang tidak bisa disebutkan satu persatu. Semoga diberikan kesehatan lahir dan batin, panjang umur nan berkah semuanya.
2. Adik tercinta, Dhiajeng Maulida Zahra Hadiana. Semoga senantiasa diberikan kesehatan dan selalu semangat dalam mengejar impian, aamiin.
3. Seluruh guru/dosen/ustadz/ustadzah di RA, MI, MTs, PIP Tremas dan di almamater tercinta UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta yang senantiasa membimbing dan mendidik peneliti hingga sampai pada detik ini.
4. Dosen Pembimbing yang senantiasa meluangkan waktu dan segalanya untuk kebersamai dan mengarahkan peneliti dalam menyelesaikan tugas akhir ini.
5. Para kerabat dan sahabat baik yang di Lampung dan di Yogyakarta.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN

Transliterasi adalah kata-kata Arab yang dipakai dalam penyusunan sebuah karya tulis. Skripsi ini berpedoman pada surat Keputusan Bersama Menteri Agama dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia, Nomor 158 Tahun 1987 dan Nomor 0543b/U/1987, tanggal 22 Januari 1988.

A. Konsonan Tunggal

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
ا	Alif	Tidak dilambangkan	Tidak Dilambangkan
ب	Ba'	B	Be
ت	Ta'	T	Te
ث	Sa'	Š	Es (dengan titik di atas)
ج	Jim	J	Je
ح	Ha'	Ḥ	Ha (dengan titik di bawah)
خ	Kh	Kh	Ka dan ha
د	Dal	D	De
ذ	Zal	Ž	Ze (dengan titik di atas)

ر	Ra'	R	Er
ز	Zai	Z	Zet
س	Sin	S	Es
ش	Syin	Sy	Es dan ye
ص	Sad	Ṣ	Es (dengan titik di bawah)
ض	Dad	Ḍ	De (dengan titik di bawah)
ط	Ta'	Ṭ	Te (dengan titik di bawah)
ظ	Za'	Ẓ	Zet (dengan titik di bawah)
ع	'ain	‘	Koma terbalik di atas
غ	Gain	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	W
هـ	Ha'	H	Ha
ء	Hamzah	'	Apostrof
ي	Ya'	Y	Ye

B. Konsonan Rangkap karena Syaddah Ditulis Rangkap

متعدّدة	Ditulis	<i>Muta'addidah</i>
عدّة	Ditulis	<i>'iddah</i>

C. Ta' Marbutah

1. Bila dimatikan ditulis *h*.

حكمة	Ditulis	<i>Hikmah</i>
جزية	Ditulis	<i>Jizyah</i>

(ketentuan ini tidak diberlakukan terhadap kata-kata Arab yang sudah terserap ke dalam bahasa Indonesia, seperti salat, zakat, dan sebagainya, kecuali bila dikehendaki lafaz aslinya).

Bila diikuti dengan kata sandang “al” serta bacaan kedua itu terpisah, maka ditulis dengan h.

كرامة الاولياء	Ditulis	<i>Karāmah al-auliya'</i>
----------------	---------	---------------------------

2. Bila ta' marbutah hidup atau dengan harakat, fathah, kasrah, dan dammad ditulis t.

كاة الفطرة	Ditulis	<i>Zakāt al-ḥiṭrah</i>
------------	---------	------------------------

D. Vokal Pendek

-----◌-----	Fathah	Ditulis	A
-----◌-----	Kasrah	Ditulis	I
-----◌-----	Dammah	Ditulis	U

E. Vokal Panjang

FATHAH + ALIF جاهلية	Ditulis	Ā <i>Jāhiliyah</i>
FATHAH + YA' MATI تنسى	Ditulis	Ā <i>Tansā</i>
FATHAH + YA' MATI كريم	Ditulis	Ī <i>Karīm</i>

DAMMAH + WAWU MATI فروض	Ditulis	Ū <i>Furūd</i>
----------------------------	---------	-------------------

F. Vokal Rangkap

FATHAH + YA' MATI بينكم	Ditulis	<i>Ai, Bainakum</i>
FATHAH + WAWU MATI قول	Ditulis	<i>Au, Qaul</i>

G. Vokal Pendek yang Berurutan dalam Satu Kata Dipisahkan dengan Apostrof.

أأنتم	Ditulis	<i>a'antum</i>
اعدت	Ditulis	<i>U'iddat</i>
لئن شكرتم	Ditulis	<i>La'in syakartum</i>

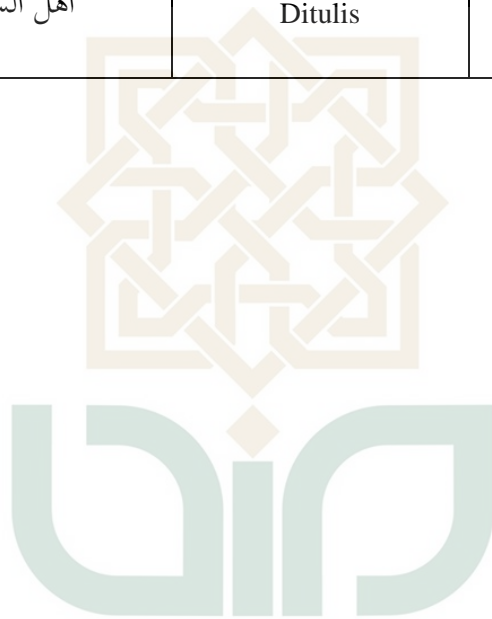
H. Kata Sandang Alif + Lam yang Diikuti Huruf Qamariyah maupun Syamsiyah Ditulis dengan Menggunakan "al"

القرآن	Ditulis	<i>Al-Qur'ān</i>
القياس	Ditulis	<i>Al-Qiyās</i>
اسماء	Ditulis	<i>Al-Samā'</i>

الشمس	Ditulis	<i>Al-Syams</i>
-------	---------	-----------------

I. Penulisan Kata-kata dalam Rangkaian Kali

ذوى الفروض	Ditulis	<i>Żāwī al- Furūḍ</i>
اهل السنة	Ditulis	<i>Ahl-sunnah</i>



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
 YOGYAKARTA

KATA PENGANTAR

Puji syukur penyusun panjatkan ke hadirat Allah Subhanahu wa Ta'ala, yang telah memberikan rahmat, hidayah, serta karunia-Nya sehingga kami dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini dengan judul “*Hadis Riwayat Al-Tirmidzi Tentang Pagi Hari Dengan Perasaan Aman Perspektif Kesehatan Mental,*” Shalawat serta salam senantiasa tercurah kehadiran Nabi Muhammad SAW. Skripsi ini merupakan hasil upaya penyusun sebagai mahasiswa Jurusan Ilmu Hadis dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk meraih gelar Sarjana Agama di Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Kami mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada seluruh pihak yang telah memberikan dukungan, bimbingan, serta kontribusi dalam proses penulisan skripsi ini, sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik. Rasa terima kasih kami sampaikan kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Phil. Al-Makin, S.Ag., M.A. selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta beserta seluruh staf jajarannya.
2. Ibu Dr. Inayah Rohmaniyah, S.Ag., M.Hum., M.A. selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta beserta seluruh staf jajarannya.
3. Bapak Alm. Dr. M. Alfatih Suryadilaga, M.Ag selaku mantan Ketua Program Studi Ilmu Hadis Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta masa bakti 2016-2020. Dan Bapak Drs. Indal Abror, M.Ag. selaku Ketua Program Studi Ilmu Hadis Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta saat ini sekaligus Dosen Pembimbing Akademik (DPA) beserta seluruh staf jajarannya.
4. Bapak Dadi Nurhaedi, S.Ag. M.Si. selaku Dosen Pembimbing Skripsi (DPS) yang telah ikhlas dan rela meluangkan waktu, memberikan masukan, saran, serta kesabaran, juga motivasi dalam proses penyusunan skripsi, sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
5. Segenap Bapak/Ibu Dosen Program Studi Ilmu Hadis yang telah mengajar, dan membekalkan ilmunya kepada kami selama masa perkuliahan, dengan tidak sebutkan satu demi satu kami ucapkan banyak terima kasih.

6. Seluruh staf Tata Usaha Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam yang telah melayani, membantu, dan menyediakan kebutuhan administrasi akademik dan kemahasiswaan bagi kami.
7. Seluruh staf Perpustakaan Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta yang telah menyediakan, mengelola, merawat, dan memberi akses koleksi literatur pustaka untuk kami selama masa perkuliahan, dan khususnya menunjang akan kebutuhan bahan pustaka dalam proses penyusunan tugas akhir skripsi.
8. Seluruh guru-guru kami yang telah mendidik dan mengajar kami sedari tingkatan paling awal hingga jenjang perguruan tinggi, dengan tidak mengurangi rasa hormat kami, teruntuk beliau sekalian yang kami tidak sebutkan satu demi satu kami ucapkan banyak terima kasih.
9. Guru pertama sekaligus orang tua kami, Ibu Ummi Khabibah dan Bapak Edy Tohadi, S.Ag, M.Pdi., terima kasih atas segala ridha, beribu do'a, berbagai cara didikan, bimbingan, dan kesabaran, serta tiada henti dukungan baik dalam hal morel juga materiel oleh Ibu dan Bapak selama ini. Sungguh hanya Allah SWT kelak yang dapat membalas jasa panjenengan berdua.
10. Saudara kandung kami, Dhiajeng Maulida Zahra Hadiana terima kasih senantiasa telah memberi teladan moral yang baik bagi Mas.
11. Almamater tercinta, Perguruan Islam Pondok Tremas Pacitan, sebagai salah satu wasilah kami dalam melanjutkan studi ke jenjang perguruan tinggi. Dan juga segenap teman kami yang terhimpun dalam Ikatan Alumni Pondok Tremas Yogyakarta (IAPT KALIWENING).
12. Segenap rekan-rekan seperjuangan Program Studi Ilmu Hadis angkatan 2019 bil khusus rekan-rekan kelas A yang telah kebersamai penyusun dalam berjuang dan menempuh pendidikan, terima kasih telah menghadirkan suasana belajar yang supportif untuk kita semua.
13. Teman nongkrong penyusun yang selalu menjadikan semua hal terasa lebih mudah, mereka yang terhimpun dalam @konc0.lawas Sapto Nugroho Setiawan, Wafa Amirah, Achmad Fajrul Alim, Muhammad Faiq Ubaidillah,

Gusti Anagia Dita Farhatun, Deni Prasetyo, Awis Qarni, Mayang Retno, Shabra Hasbi, Zidni Ilman Nafi'a, dan Muhamad Alulful Musyafak.

14. Keluarga seperjuangan KKN 108 Bakung bil-khusus rekan kelompok 97 yang memberikan banyak kesan dan pengalaman berharga, juga seluruh masyarakat beserta elemen-elemen yang terlibat dalam bagian dari pengabdian kepada masyarakat Dukuh Bakung, Desa Bangunharjo Kec. Sewon, Kab. Bantul.

Terakhir, kami berharap skripsi ini dapat memberikan manfaat dan kontribusi bagi pengembangan ilmu hadis serta menjadi referensi yang berguna bagi mahasiswa, akademisi, dan semua pihak yang tertarik dalam bidang ini.

Yogyakarta, 23 april, 2323
Penyusun Skripsi,



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Dhyaul Fikri Adham Alhadi
NIM. 19105050030

ABSTRAK

Penelitian ini menganalisis hadis riwayat al-Tirmidzi tentang pagi hari dengan perasaan aman, dengan fokus pada analisis sanad dan matannya. Hasil penelitian menyimpulkan bahwa hadis tersebut memiliki derajat *ḥasan gharīb*. Ini disebabkan oleh kelemahan *ke-dābitannya*, karena Amr bin Malik bin Umar yang *ke-dābitannya* dinilai kurang oleh para ulama sehingga, hadis tersebut tidak sampai pada derajat sahih. Al-Tirmidzi juga mengklasifikasikannya sebagai *gharīb* karena hanya dikenal melalui satu jalur riwayat, dari periwayat yang sama, yaitu Marwan bin Mu'awiyah.

Dalam konteks prinsip kesehatan mental, kontekstualisasi makna hadis dilakukan. Hasil analisis menunjukkan bahwa perilaku zuhud, bersyukur, dan kesadaran terhadap anugerah Allah berupa rasa aman, kesehatan jasmani, dan pemenuhan kebutuhan pokok berpengaruh positif terhadap kesehatan mental seseorang. Dukungan berupa zuhud, rasa syukur terhadap perasaan aman, kesehatan fisik, dan pemenuhan kebutuhan mendasar mempengaruhi tingkat kesejahteraan psikologis dan emosional individu. Ini mencakup kemampuan untuk terhubung, berkembang, berfungsi, dan mengatasi tantangan, yang sejalan dengan prinsip-prinsip kesehatan mental yang diakui oleh World Health Organization.

Kata kunci: zuhud, bersyukur, psikologi, kesehatan mental



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
NOTA DINAS PEMBIMBING	ii
SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN	vi
PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN	vii
KATA PENGANTAR	xiii
ABSTRAK	xvi
DAFTAR ISI	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Dan Kegunaan Penelitian	7
D. Telaah Pustaka.....	8
E. Kerangka Teori.....	12
F. Metodologi Penelitian	15
G. Sistematika Pembahasan	18
BAB II TINJAUAN UMUM KESEHATAN MENTAL	20
A. Pengertian Kesehatan Mental	20
B. Karakteristik Kesehatan Mental	20
C. Ruang Lingkup	23
D. Tujuan & Fungsi Kesehatan Mental.....	26
BAB III TINJAUAN UMUM HADIS RIWAYAT AL-TIRMIDZI TENTANG PAGI HARI DENGAN PERASAAN AMAN	31
A. Analisis Kesahihan Sanad	32
B. Analisis Kesahihan Matan.....	47
BAB IV HADIS RIWAYAT AL-TIRMIDZI TENTANG PAGI HARI DENGAN PERASAAN AMAN PERSPEKTIF KESEHATAN MENTAL	58

A. Hadis Riwayat al-Tirmidzi Tentang Pagi Hari dengan Perasaan Aman Perspektif Syuhudi Isma'il	58
B. Hadis Riwayat al-Tirmidzi Tentang Pagi Hari Dengan Perasaan Aman Perspektif Kesehatan Mental	63
BAB V PENUTUP	71
A. Kesimpulan.....	71
B. Saran.....	71
CURRICULUM VITAE	77



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Sumber ajaran islam yang dijadikan pedoman oleh umat muslim adalah al-Qur'an dan hadis, dengan memosisikan al-Qur'an sebagai sumber ajaran pertama dan hadis sebagai sumber ajaran kedua¹ yang sekaligus menjadikan Hadis sebagai penjabaran atas ayat-ayat al-Qur'an yang masih bersifat umum, mutlak, dan juga ayat yang perlu taqyid, Sehingga hadis berfungsi sebagai *tahṣīs* terhadap ayat yang masih 'am. Dalam memahami ajaran agama islam, seyogyanya muslim dapat memahami hadis dengan benar, sehingga dapat menangkap pesan yang terdapat didalam suatu hadis, di antaranya dengan menelaah kontekstualitas, historisitas, tektualitas, dengan menggunakan pendekatan seperti *asbābul wurūd* dan *muqāranah al-riwāyah*.²

Hadis sebagai salah satu dasar dalam beragama seorang muslim, di dalamnya terdapat banyak petunjuk yang tergolong universal, termasuk juga di dalamnya ajakan untuk menjaga kesehatan mental. Pada dewasa ini, Permasalahan kesehatan mental semakin menarik untuk diteliti melalui berbagai kajian keilmuan, termasuk tinjauan dari ilmu hadis. Salah satu hadis yang berisi ajakan menjaga kesehatan mental adalah hadis *Riwayat Al-Tirmidzi Tentang Pagi Hari Dengan Perasaan Aman* berikut.³

حَدَّثَنَا عَمْرُو بْنُ مَالِكٍ وَحَمُودُ بْنُ حِدَاشٍ الْبَغْدَادِيُّ قَالَ حَدَّثَنَا مَرْوَانُ بْنُ مُعَاوِيَةَ حَدَّثَنَا عَبْدُ الرَّحْمَنِ بْنُ أَبِي شُمَيْلَةَ الْأَنْصَارِيُّ عَنْ سَلَمَةَ بْنِ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ مُحَمَّدِ بْنِ الْحُطَمِيِّ

¹ Akhmad Saehudin, 'Kedudukan Sanad (Transmisi Hadis Nabi SAW) Menurut Para Ulama Klasik', *Jurnal Holistic al-Hadis*, vol. 01, no. 1 (2015), p. 58.

² Ahmad Sobari Ahmad Sobari, 'Metode Memahami Hadis', *Mizan: Journal of Islamic Law*, vol. 2, no. 2 (2018), p. 142, <https://www.jurnalfai-uikabogor.org/index.php/mizan/article/view/142/58>.

³ Muhammad ibn Isa at-Tirmidzi, *Sunan at-Tirmidzi*, ed. by Basyar 'Awadh Ma'ruf (Beirut: Darul Gharbi al-Islami), p. 167.

عَنْ أَبِيهِ وَكَانَتْ لَهُ صُحْبَةٌ قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ مَنْ أَصْبَحَ مِنْكُمْ
 آمِنًا فِي سِرْبِهِ مُعَاوِيٌّ فِي جَسَدِهِ عِنْدَهُ فُوتُ يَوْمِهِ فَكَأَنَّما حَيْرَتْ لَهُ الدُّنْيَا قَالَ أَبُو عِيسَى
 هَذَا حَدِيثٌ حَسَنٌ غَرِيبٌ لَا نَعْرِفُهُ إِلَّا مِنْ حَدِيثِ مَرْوَانَ بْنِ مُعَاوِيَةَ وَحَيْرَتْ جُمِعَتْ
 حَدَّثَنَا بِذَلِكَ مُحَمَّدُ بْنُ إِسْمَاعِيلَ حَدَّثَنَا الْحُمَيْدِيُّ حَدَّثَنَا مَرْوَانُ بْنُ مُعَاوِيَةَ نَحْوَهُ وَفِي
 الْبَابِ عَنْ أَبِي الدَّرْدَاءِ

Artinya: 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 salam 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". Abu Isa berkata: hadis ini *hasan gharib*, kami tidak mengetahuinya kecuali dari hadis Marwan bin Mu'awiyah, makna: *hizah* adalah *Jum'at* (terkumpul). Telah menceritakan kepada kami Muhammad bin Isma'il telah menceritakan demikian kepada kami Al Humaidi telah menceritakan kepada kami Marwan bin Mu'awiyah hadis yang semakna, dan dalam bab ini ada hadits dari Abu Darda'.

Dalam hadis tersebut Nabi Muhammad SAW menyatakan bahwa ada tiga hal berharga yang diibaratkan dengan dunia dan seisinya, termasuk di dalamnya rasa aman di tengah-tengah keluarganya, hal ini menandakan bahwa islam memperdulikan aspek rasa aman untuk bisa dirasakan dan diberikan oleh setiap individu. Makna lain dari hadis tersebut adalah bahwa islam menganjurkan dan mengajak agar setiap individu bisa saling menjaga rasa aman di lingkungan yang ditempatinya, rasa aman inilah yang dalam ilmu kesehatan disebut bagian dari prinsip kesehatan mental. Adapun salah satu faktor yang mempengaruhi terciptanya kesehatan mental adalah dengan turut serta menjaga kesehatan jasmani. Sebab, kesehatan jasmani

memberikan dampak pada kepercayaan diri dan kemauan untuk berusaha memenuhi kebutuhan pokok untuk sehari-harinya.

Dalam islam, kesehatan mental dikenalkan oleh seorang dokter dari persia yang bernama Abu Zayd Ahmed bin Sahl al-Balkhi (850-934) dengan istilah *al-Tibb al-Qalb* menurutnya, ketidakseimbangan merupakan faktor yang menimbulkan berbagai macam penyakit pada tubuh manusia, begitupula ketidakseimbangan jiwa yang bisa menimbulkan kemarahan, kegelisahan, dan kesedihan. Selain Abu Zayd Ahmed bin Sahl al-Balkhi, dalam islam dikenal banyak ilmuwan yang menyumbangkan pemikirannya mengenai kesehatan mental. Seperti, al-Farabi yang menulis risalah terkait psikologi sosial, dan Ali Bin Sahl yang mengembangkan ilmu psikoterapi melalui kitab yang ditulisnya pada abad ke-9M yang berjudul *Firdaus al-Hikmah*.⁴

Kesehatan mental merupakan salah satu aspek yang penting untuk diperhatikan dalam bidang kesehatan, sebab kesehatan mental manusia juga berperan penting pada seluruh aspek kehidupan lain seperti halnya kesehatan fisik manusia.⁵ Selain itu, kesehatan mental manusia juga harus berjalan beriringan dengan kesehatan fisik sehingga, aspek kehidupan dapat berjalan dengan lebih baik, Terbukti dari berbagai penelitian terdahulu bahwa pada kondisi individu yang mengalami sakit fisik juga tidak jarang didalamnya terdapat masalah gangguan mental hingga psikis.⁶

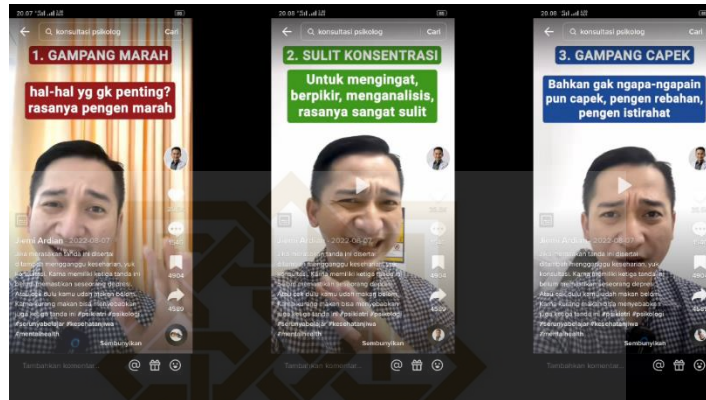
Jika berbicara mengenai kesehatan mental, pada masa ini masalah kesehatan mental sudah mulai mendapatkan perhatian dari masyarakat, terbukti dengan banyaknya respon positif dari masyarakat terhadap konten-konten edukasi kesehatan mental pada berbagai platform media sosial yang bersumber dari para pakar kesehatan, sebagaimana respon netizen terhadap

⁴ Purmansyah Ariadi, 'Kesehatan Mental dalam Perspektif Islam', *Jurnal Syifa Medika*, vol. 3, no. 2 (2013), p. 120.

⁵ Adisty Wismani Putri et al., 'Kesehatan Mental Masyarakat Indonesia (Pengetahuan Dan Keterbukaan Masyarakat Terhadap Gangguan Kesehatan Mental)', *Prosiding KS: Riset & PKM*, vol. 2, no. 2, p. 252.

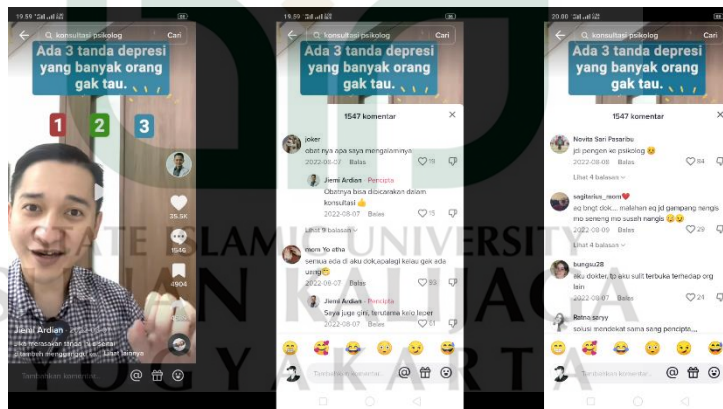
⁶ *Ibid.*, p. 253.

konten unggahan salah satu psikiater yang juga sekaligus konten kreator edukasi kesehatan pada platform tiktok (@Jiemi Ardian / psikiater) yang menjelaskan mengenai depresi dan berbagai macam jenis serta cara mengatasinya, sebagaimana tertera pada gambar berikut.



gambar 1. 1 Postingan akun @Jiemi Ardian | psikiater

Pada kolom komentar terlihat tidak sedikit warganet yang tertarik untuk bisa datang dan berkonsultasi kepada para psikiater terkait kendala yang sedang dialami, sebagaimana tertera pada gambar berikut.



gambar 1. 2 Postingan akun @Jiemi Ardian | psikiater

Permasalahan terkait kesehatan mental bukan saja dialami oleh orang dewasa, melainkan juga anak-anak dan remaja. Di Indonesia, masalah kesehatan mental paling banyak dialami oleh para remaja, dengan rentan usia 10-17 tahun, sebagaimana hasil survei Indonesia National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS) pada tahun 2022 yang menjelaskan bahwa, terdapat 15,5 juta remaja di dalam negeri yang mengalami masalah kesehatan

mental dalam 12 bulan terakhir, dengan berbagai macam keluhan yang dialami.⁷

Hasil survei yang dilakukan oleh Indonesia National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS) pada tahun 2022 merupakan bukti pentingnya menjaga dan menciptakan mental yang sehat. Upaya membantu menciptakan dan menjaga kesehatan mental bisa dilakukan dengan berbagai hal, sebagaimana video edukasi yang diunggah oleh akun seorang psikiater bernama @Jiemi Ardian / psikiater pada platform Tiktok. Edukasi tersebut sangat tepat dilakukan pada platform Tiktok. Sebab, mayoritas pengguna Tiktok adalah remaja, yang menurut survei Indonesia National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS) merupakan kalangan terbanyak yang mengalami masalah kesehatan mental. Sehingga, upaya menciptakan dan menjaga kesehatan mental melalui edukasi bisa di akses dan didapatkan dimana saja dan kapan saja.

Terdapat dua faktor yang turut mempengaruhi kesehatan mental, yakni faktor eksternal dan internal. Adapun faktor internal merupakan faktor yang muncul dari diri seseorang seperti, sifat, bakat, dan keturunan, sedangkan faktor eksternal merupakan faktor yang berada di luar diri seseorang seperti, lingkungan, keluarga, hukum, politik, agama, dan lain sebagainya. Faktor-faktor tersebutlah yang turut mempengaruhi sehat atau tidaknya mental seseorang. Apabila baik faktornya maka, mental akan terjaga dan sehat, apabila buruk maka, akan menimbulkan penyakit mental.⁸ Dalam keterangan lain, Sigmund Reud berpendapat bahwa manusia memiliki dorongan-dorongan biologis untuk bisa segera memenuhi kenikmatan yang

⁷ Ayu. Monavia Rizaty, 'Survei: 1 dari 3 Remaja Indonesia Punya Masalah Kesehatan Mental', *DataIndonesia.id* (2022), n. Diakses Pada 22:07 WIB, 26 januari 2023, <https://dataindonesia.id/ragam/detail/survei-1-dari-3-remaja-indonesia-punya-masalah-kesehatan-mental>.

⁸ Putri et al., 'Kesehatan Mental Masyarakat Indonesia (Pengetahuan Dan Keterbukaan Masyarakat Terhadap Gangguan Kesehatan Mental)', p. 121.

diinginkan, sebab pengaruh dari masa lalu, dan alam tak sadar,⁹ pengaruh tersebutlah yang disebut faktor eksternal dan internal.

Konsekuensi-konsekuensi lain dari kesehatan mental yang buruk adalah pengaruhnya terhadap produktivitas, kualitas hidup, dan hubungan sosial. Penyakit mental dapat mempengaruhi kapasitas seseorang untuk bekerja, belajar, dan berhubungan dengan orang lain. Terkadang, masalah kesehatan mental juga dapat memicu masalah kesehatan fisik, seperti obesitas, masalah kardiovaskular, dan masalah kulit.

Secara umum prinsip kesehatan mental memiliki kesamaan dengan anjuran dan ajakan Rasulullah SAW terkait menjaga, mendapatkan, dan menciptakan rasa aman, yang dalam perspektif ilmu kesehatan mental, hal tersebut termasuk dalam faktor-faktor yang menyebabkan tercipta dan terjaganya kesehatan mental. Tidak berhenti pada masa Rasulullah SAW saja, perhatian islam terhadap perkembangan kesehatan mental juga terus berlanjut, dibuktikan dengan adanya perhatian dari beberapa ulama abad ke-9M yang mulai menjelaskan mengenai kesehatan mental dalam perspektif islam melalui beberapa karya tulisnya.

Berangkat dari adanya kesamaan tersebut maka, peneliti tertarik melakukan kajian secara komprehensif mengenai Hadis Riwayat Al-Tirmidzi Tentang Pagi Hari Dengan Perasaan Aman Perspektif Kesehatan Mental, meliputi; bagaimana cara menciptakan, mendapatkan, dan memberikan rasa aman, mengetahui keterkaitan antara kesehatan jasmani dan kesehatan mental, serta untuk mengetahui pengaruh kesehatan mental terhadap kemauan dan penerimaan individu dalam bekerja untuk memenuhi kebutuhan pokoknya.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah merupakan dasar peneliti sebelum melakukan penelitian, sehingga dengan rumusan masalah yang telah ditetapkan, peneliti memiliki batasan dan fokus penelitian, dan peneliti dapat menganalisis serta

⁹ Fitriana Rosi Delta, 'Keseimbangan Emosi Dan Kesehatan Mental Manusia Dalam Perspektif Psikologi Agama', *Jurnal Syi'ar*, vol. 18, no. 1 (2018), p. 91.

membuat kesimpulan dari penelitian yang telah dilakukan nantinya, berikut rumusan masalah yang telah peneliti tentukan.

1. Bagaimana kualitas hadis riwayat al-tirmidzi tentang pagi hari dengan perasaan aman ?
2. Bagaimana prinsip kesehatan mental yang terkandung dalam hadis riwayat al-tirmidzi tentang pagi hari dengan perasaan aman ?

C. Tujuan Dan Kegunaan Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian merupakan arah sekaligus hasil yang ingin dituju dari rumusan masalah yang telah peneliti tentukan sebelumnya, berikut tujuan penelitian tersebut.

- a. Menjelaskan kualitas hadis riwayat al-Tirmidzi tentang pagi hari dengan perasaan aman
- b. Menjelaskan prinsip kesehatan mental yang terkandung dalam hadis riwayat al-Tirmidzi tentang pagi hari dengan perasaan aman

2. Kegunaan Penelitian

Adapun penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

- a. Secara teoritis, penelitian ini merupakan kegiatan dalam rangka pengabdian akademik dalam studi hadis, khususnya dalam hal studi hadis dan kesehatan mental
- b. Secara praktis, penelitian ini diharapkan dapat memperluas pengetahuan peneliti dan pembaca nantinya seputar pemahaman mengenai keterkaitan hadis nabi dan kesehatan mental
- c. Penelitian ini juga diharapkan mampu memberikan pengetahuan baru, sekaligus menjadi referensi untuk mengkaji hadis dan kesehatan mental pada tahap yang lebih lanjut oleh para pengkaji hadis
- d. Sebagai dokumentasi atas penelitian yang telah dilaksanakan dan syarat untuk memperoleh gelar S1 (Strata satu) dalam Program Studi Ilmu Hadis.

D. Telaah Pustaka

Telaah pustaka adalah bagian penting dalam penelitian dan penelitian skripsi dalam upaya memperluas wawasan atas permasalahan yang diteliti. Oleh karena itu melakukan tinjauan pustaka atas penelitian terdahulu yang berkaitan dengan permasalahan yang akan diteliti merupakan hal yang penting, sehingga peneliti menelaah beberapa kajian yang berkaitan dengan penelitian ini, yakni: 1) Konsep kesehatan mental dalam islam dan hukum positif, 2) Hadis-hadis tentang kesehatan dan kebahagiaan.

Pertama, peneliti melakukan telaah terhadap konsep kesehatan mental dalam islam dan hukum positif. Dari pencarian yang dilakukan, penulis menemukan beberapa literatur ilmiah berupa jurnal yang berkaitan dengan kajian tersebut.

Artikel jurnal yang berjudul “*Agama Dan Kesehatan Mental Dalam Perspektif Psikologi Agama*” yang ditulis oleh Abdul Hamid¹⁰ menjelaskan bahwa salah satu solusi terbaik dalam mengatasi masalah-masalah kesehatan

¹⁰ Abdul Hamid, ‘Agama Dan Kesehatan Mental Dalam Perspektif Psikologi Agama’, *Jurnal Kesehatan Tadulako*, vol. 3, no. 1 (2017), p. 14.

mental adalah dengan mengamalkan ajaran-ajaran agama pada keseharian, kemampuan individu dalam proses pengembangan diri dan kemampuan penyesuaian diri merupakan bagian dari ciri sehatnya mental seseorang. Perasaan positif dan percaya diri juga akan muncul dari kebiasaan individu memasrahkan diri kepada tuhan atas kekuasaannya, sehingga manusia bisa merasa aman, tenang, dan normal.

Artikel jurnal yang berjudul “*Peran Agama Dalam Kesehatan Mental*” yang ditulis Askolan Lubis¹¹ menjelaskan bahwa kesehatan mental dalam islam tidak jauh berbeda dengan pandangan ahli kesehatan mental secara umum, yang menjadikan rasa aman, tenang, dan menjaga kesehatan fisik dalam kehidupan merupakan suatu hal yang penting, Sebagaimana praktek keagamaan yang didalamnya terdapat aspek terapi seperti, pertama, shalat yang didalamnya mengajak untuk aktivitas fisik berupa kontraksi otot yang juga merupakan bagian dari penyembuhan gangguan jiwa kedua, puasa yang merupakan salah satu cara efektif untuk membersihkan tubuh dari lemak-lemak penyakit dan penyakit yang tidak dapat disembuhkan dengan pengobatan biasa. Selain itu, islam juga melalui al-Qur’an menjadi salah satu motivasi umatnya untuk berpikir kreatif.

Artikel jurnal yang berjudul “*Keseimbangan Emosi Dan Kesehatan Mental Manusia Dalam Perspektif Psikologi Agama*”¹² yang ditulis oleh Rossi Delta Fitriannah yang menjelaskan bahwa emosi merupakan ekspresi fisik yang muncul dan terlihat oleh orang lain, berupa perilaku yang mengarah maupun menjauh dari suatu. Kematangan emosi seseorang ditandai dengan kestabilan dalam mengatur emosi sekaligus menjadi salah satu tanda kedewasaan seseorang dalam mengontrol dirinya. Untuk menciptakan kualitas hidup yang baik diperlukan kesehatan mental yang baik

¹¹ Aslokan Lubis, ‘Peran Agama Dalam Kesehatan Mental’, *Jurnal Ihya’ul Arabiyah*, no. 2 (2016), p. 283.

¹² Delta, ‘Keseimbangan Emosi Dan Kesehatan Mental Manusia Dalam Perspektif Psikologi Agama’, chap. 2.

juga, Hal ini karena salah satu yang bisa menjamin kebahagiaan manusia adalah kesehatan dan keberagaman yang dimiliki manusia.

Artikel jurnal yang berjudul “*Kesehatan Mental Masyarakat Indonesia (Pengetahuan, Dan Keterbukaan Masyarakat Terhadap Gangguan Kesehatan Mental)*” yang ditulis oleh Adisty Wismani Putri, dkk¹³ menjelaskan bahwa terbebasnya seseorang dari gejala-gejala gangguan mental menggambarkan kondisi kesehatan mental seseorang, sehingga dapat mengelola stresnya untuk menyesuaikan diri dalam menghadapi masalah-masalah hidupnya sebab, yang disebut gangguan kesehatan mental adalah kondisi yang dirasa sulit dalam menyesuaikan dirinya di lingkungan sekitar oleh individu, sedangkan gangguan kesehatan mental dapat diperoleh sejak anak maupun dewasa. Peneliti juga menyebutkan kesehatan mental dalam Undang-undang No 3 Tahun 1966 adalah kondisi yang memungkinkan perkembangan fisik, intelektual dan emosional yang optimal dari seseorang dan perkembangan itu berjalan selaras dengan keadaan orang lain.

Artikel jurnal yang berjudul “*Kesehatan Mental Di Indonesia : Kini Dan Nanti*” yang ditulis Yeni Duriana Wijaya¹⁴ menjelaskan bahwa kesehatan mental merupakan salah satu kriteria kesejahteraan masyarakat dan juga menjadi aspek yang dapat menentukan produktivitas suatu bangsa sebab, kesehatan mental merupakan kemampuan individu untuk menyadari kemampuan yang dimiliki yang disebabkan perkembangan secara fisik, mental, spiritual dan sosial. Kesehatan mental di Indonesia mulai mengalami perkembangan seiring berkembangnya teknologi yang ada, hal itu dibuktikan dengan adanya aplikasi yang diluncurkan pemerintah yang bernama “Sehat Jiwa”, selain dari lembaga banyak juga komunitas yang peduli kesehatan mental yang banyak menyalurkan ide-idenya dalam menjaga kesehatan mental.

¹³ Putri et al., ‘Kesehatan Mental Masyarakat Indonesia (Pengetahuan Dan Keterbukaan Masyarakat Terhadap Gangguan Kesehatan Mental)’.

¹⁴ Yeni Duriana Wijaya, ‘Kesehatan Mental di Indonesia : Kini dan Nanti’, *Buletin Jagaddhita*, vol. 1, no. 1 (2019), <https://jagaddhita.org/kesehatan-mental-di-indonesia-kini-dan-nanti/>.

Artikel jurnal yang berjudul “*Kesehatan Mental Perspektif Islam*” yang ditulis Purnamansyah Ariadi¹⁵ menjelaskan bahwa kesehatan mental dalam perspektif islam tidak jauh berbeda dengan para ahli kesehatan mental pada umumnya yakni, kesehatan mental merupakan kemampuan seseorang untuk mengelola fungsi-fungsi kejiwaan sehingga, individu mampu melakukan penyesuaian terhadap diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitarnya secara dinamis berdasarkan al-qur’an dan as-sunnah, sebagaimana banyaknya pengaruh positif yang timbul dari melakukan ibadah-ibadah yang diperintahkan agama islam seperti, shalat (membimbing individu dalam menyikapi berbagai persoalan kehidupan sehingga, tidak mudah putus asa), puasa (memunculkan rasa kasih sayang terhadap sesama dan terdorong membantu fakir), dzikir (menentramkan hati orang-orang yang beriman), membaca al-qur’an (dengan mentadabburinya mampu membimbing jiwa agar ikhlas beramal dan tawadhu) dan haji (membawa seseorang mampu bermuhasabah diri guna mencari jati diri seorang hamba).

Kedua, penulis menelaah penelitian mengenai hadis-hadis tentang kesehatan dan kebahagiaan. Dari pencarian yang dilakukan, penulis menemukan literatur ilmiah berupa jurnal yang berkaitan dengan kajian tersebut. Yakni: Penelitian yang ditulis oleh Zahra Yasmin, dkk dalam Indeks Kesehatan Mental Menurut Rasulullah Saw.: Studi *Takhrij* dan Syarah Hadis dengan Pendekatan Psikologis¹⁶ Menjelaskan bahwa indeks kesehatan mental perspektif Rasulullah Saw terbagi menjadi lima, yakni perasaan aman, rasa cukup tanpa meminta-minta kepada orang lain, percaya diri, tidak merugikan orang lain, dan memiliki rasa tanggung jawab yang disertai penerapannya, penelitian tersebut bertujuan untuk menambah wawasan bahwa menjaga indeks kesehatan mental adalah suatu yang penting untuk bisa dilakukan oleh semua orang. dalam penelitiannya ia juga mencantumkan

¹⁵ Ariadi, ‘Kesehatan Mental dalam Perspektif Islam’.

¹⁶ Gunung Djati and Conference Series, ‘Indeks Kesehatan Mental Menurut Rasulullah Saw.: Studi Takhrij dan Syarah Hadis dengan Pendekatan Psikologis’, *Gunung Djati Conference*, vol. 8, no. 2 (2022), pp. 12–24.

beberapa hadis yang menjadi dasar indeks kesehatan mental perspektif rasulullah saw. Yakni: Hadis riwayat Tirmidzi No 2346, hadis riwayat Bukhari No 1377, hadis riwayat Bin Majah No 3998, hadis riwayat Abu Daud No 4238, hadis riwayat Imam Bukhari No 6605.

Sejauh penelusuran yang dilakukan, peneliti belum menemukan penelitian yang secara spesifik membahas mengenai hadis riwayat Tirmidzi perspektif kesehatan mental. Dari beberapa penelitian yang telah dilaksanakan sebelumnya, penulis mendapati beberapa penelitian yang tidak menggunakan hadis sebagai sumber data dan hanya menggunakan al-Qur'an sebagai sumber datanya, dan beberapa penelitian lain hanya memposisikan hadis sebagai sumber data sekundernya saja. Maka, penelitian ini merupakan suatu penelitian baru dalam kajian ilmu hadis, sehingga penelitian mengenai hadis riwayat Tirmidzi No 2268 perspektif kesehatan mental ini merupakan penelitian yang layak dilaksanakan.

E. Kerangka Teori

Pada penelitian yang telah dilaksanakan, peneliti menggunakan teori *ma'ānil hadis* Syuhudi Ismail dan mengkontekstualisasikan kandungan makna yang didapat dengan prinsip kesehatan mental yang ditawarkan oleh World Health Organization. Teori *ma'ānil hadis* Syuhudi Ismail menawarkan metode memahami hadis dengan tahapan yang jelas, terarah, dan menyeluruh. Sehingga, dalam memahami hadis akan mendapatkan pemahaman yang komprehensif dan mendalam. Adapun tahapan yang ditawarkan Syuhudi Ismail adalah sebagai berikut.

1. Analisis Bentuk Teks

Redaksi matan hadis oleh Syuhudi Ismail dibagi menjadi lima bentuk, yakni:¹⁷

- a. *Jawāmi' al-kalim* (ungkapan singkat dengan makna yang luas), redaksi hadis ini secara umum dipahami secara tekstual dan universal. Namun, apabila didalamnya tidak disebutkan waktu dan

¹⁷ Sri Handayana, 'Pemikiran Hadis Syuhudi Ismail', *Tajdid : Jurnal Ilmu Keislaman dan Ushuluddin*, vol. 16, no. 2 (2019), pp. 255–236.

tempat yang mengikat maka memungkinkan hadis tersebut dipahami secara kontekstual.

- b. *Tamsīl* (perumpamaan), redaksi hadis ini bisa dipahami secara kontekstual, sehingga memperoleh pemahaman universal.
 - c. Ungkapan simbolik, redaksi ini menimbulkan pro dan kontra dalam memahami hadis. kelompok yang menerima keadaan simbolik, maka untuk memahaminya harus menggunakan pendekatan kontekstual, sedangkan yang menolak keberadaan simbolik menganggap hadis dipahami sesuai yang tertera pada matan.
 - d. Bahasa percakapan (dialog), pada redaksi ini terkadang nabi memberikan jawaban yang berbeda untuk pertanyaan yang sama, maka mengamati relevansi kondisi penanya dengan materi jawaban yang diberikan merupakan unsur yang penting.
 - e. Ungkapan analogi (*qiyas*), redaksi ini terlihat ketika nabi membandingkan suatu hal dengan hal lain untuk memudahkan pemahaman orang yang mendengarkannya.
2. Analisis Konteks Historisitas Hadis

Menurut syuhudi ismail peran Nabi SAW juga merupakan unsur yang penting dalam memahami hadis Nabi SAW, yakni menghubungkan hadis dengan kedudukan Nabi SAW.¹⁸

3. Upaya Kontekstualisasi Hadis Melalui Ijtihad (Akal)

Dalam memahami hadis, upaya ini berguna untuk mencari indikator-indikator terkait dan untuk mencari kesesuaian antara indikator yang ada. Indikator yang dimaksud berupa indikator substantif, yang kemudian disesuaikan dengan indikator-indikator masa kini agar hadis 'aktual' di masa sekarang.¹⁹

Adapun kesehatan mental menurut World Health Organization adalah merupakan hak asasi manusia yang mendasar dan dialami

¹⁸ *Ibid.*, p. 231.

¹⁹ Taufan Anggoro, 'Analisis Pemikiran Muhammad Syuhudi Ismail Dalam Memahami Hadis', *Jurnal Ilmu Hadis*, vol. 2, no. Maret (2019), p. 103.

sepanjang hidup.²⁰ kesehatan mental memiliki peran penting dalam kehidupan untuk dapat mengatasi tekanan hidup, menyadari kemampuan diri, belajar dan bekerja dengan baik, serta berperan penting terhadap kemampuan untuk berkontribusi terhadap kelompok dan lingkungan sekitar.²¹ Sedangkan prinsip kesehatan mental menurut World Health Organization adalah apabila seseorang lebih mampu mengatasi, terhubung, berkembang, dan berfungsi terhadap diri sendiri dan orang lain.²²

1. Kemampuan Terhubung Meliputi:
 - a. Hubungan yang positif
 - b. Berkontribusi pada komunitas
 - c. Mendapatkan rasa memiliki
 - d. Lebih mampu berempati terhadap orang lain
2. Kemampuan Berkembang Meliputi:
 - a. Kemampuan untuk menyadari kemampuan diri sendiri
 - b. Kemampuan merasa baik
 - c. Kemampuan menemukan tujuan dalam hidup
 - d. Kemampuan menenangkan pikiran
 - e. Kemampuan mengembangkan kesejahteraan sendiri dan orang lain
3. Kemampuan Berfungsi Meliputi:
 - a. Kemampuan untuk mencari nafkah
 - b. Kemampuan untuk membuat pilihan yang sehat
4. Kemampuan Mengatasi Meliputi:
 - a. Mengatasi stress
 - b. Memahami dan mampu mengelola emosi

²⁰ Tom L. Osborn, Christine M. Wasanga, and David M. Ndeti, 'Transforming mental health for all', *World Health Organization*, ed. by World Health Organization (switzerland: World Health Organization, 2022), p. 14.

²¹ *Ibid.*, p. 12.

²² *Ibid.*, p. 11.

Peneliti menggunakan prinsip kesehatan mental yang di tawarkan World Health Organization karena, World Health Organization merupakan sebuah lembaga yang kredibel dalam memberikan kebijakan dan menangani masalah kesehatan warga negara yang masuk kedalam bagiannya. Sebab, World Health Organization merupakan organisasi internasional di bawah perserikatan bangsa-bangsa yang ditunjuk untuk bertanggung jawab memberikan kebijakan dan menangani kesehatan anggota Perserikatan Bangsa-Bangsa.²³ Diantara kredibilitas World Health Organization dapat terlihat juga dari orang-orang yang berada dalam organisasi tersebut karena, didalam organisasi tersebut terdapat lebih dari 8000 tenaga profesional termasuk pakar kesehatan yang terkemuka, seperti; dokter, ahli epidemiologi, dan ilmuwan.²⁴

Kedua teori di atas merupakan alat analisis yang penting dalam penelitian yang akan dilaksanakan. Sebab, sebelum bisa memahami hadis riwayat al-Tirmidzi tentang pagi dengan perasaan aman dari perspektif kesehatan mental, terlebih dahulu harus memahami terhadap makna yang dikehendaki oleh hadis tersebut melalui kajian ‘ulum al-hadis. Sehingga, maksud dari hadis tersebut akan menjadi lebih mudah untuk dipahami dari perspektif kesehatan mental maupun yang lainnya. Sehingga, hasil dari penelitian ini akan memuat pengetahuan baru yang luas dan mendalam.

F. Metodologi Penelitian

1. Jenis Penelitian

Penelitian yang dilakukan peneliti bersifat deskriptif analitik, yakni mendeskripsikan hasil dari analisis peneliti. Penggunaan metode tersebut bertujuan untuk memudahkan peneliti mendeskripsikan hadis “*Riwayat al-Tirmidzi Tentang Pagi Hari Dengan Perasaan Aman*” dari perspektif kesehatan mental melalui data yang diperoleh peneliti,

²³ Wahyuningtias Dwi Saputri, ‘World Health Organization: Perannya dalam Menjaga Kesehatan Dunia’, *Heylaw.id* (2021), <https://heylaw.id/blog/world-health-organization-perannya-dalam-menjaga-kesehatan-dunia>.

²⁴ world Health Organization, ‘Who We Are’, *World Health Organization*, <https://www.who.int/about/who-we-are>.

sehingga prinsip kesehatan mental yang terkandung dalam hadis “*Riwayat al-Tirmidzi Tentang Pagi Hari Dengan Perasaan Aman*” dapat diteliti dengan lebih baik.

2. Sumber Data

Penelitian ini menggunakan dua sumber data sebagai bahan kajiannya, yakni sumber data primer dan sekunder.

a. Sumber data primer

Sumber data primer merupakan sumber data yang langsung memberikan data kepada peneliti.²⁵ Adapun data primer penelitian ini bersumber dari *al-Kutub al-Tis'ah* dan literatur lain terkait kesehatan mental berupa buku, jurnal, dan literatur sejenis lainnya.

b. Sumber data sekunder

Sumber data sekunder merupakan sumber data yang tidak langsung memberikan data kepada peneliti.²⁶ Adapun data sekunder penelitian ini bersumber dari al-Qur'an, kitab hadis, kitab ilmu hadis, buku, jurnal, dan skripsi yang berkaitan dengan tema penelitian ini.

3. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data merupakan proses pengadaan data untuk proses penelitian.²⁷ Untuk memperoleh data dan informasi, peneliti menggunakan metode *takhrīj al-hadis* melalui software maktabah syamilah. Adapun yang dimaksud *takhrīj al-hadis* dalam penelitian ini adalah upaya untuk mencari, memunculkan, menampilkan, dan menunjukkan hadis secara lengkap dari sumber data awal hadis²⁸ yang bertujuan untuk melihat hadis secara utuh dan melihat kuantitas hadis serta mengetahui para perawi hadis “*Riwayat al-Tirmidzi Tentang Pagi*

²⁵ Satori Djam'an dan Komariah Aan, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, 1st edition, ed. by Riduwan (Bandung: alfabeta, 2009), p. 103.

²⁶ *Ibid.*

²⁷ *Ibid.*

²⁸ Husein Muzakky Althaf Mundzir Muhammad, ‘Ragam Metode Takhrīj Hadis : Dari Era Tradisional Hingga Digital’, *Jurnal Studi Hadis Nusantara*, vol. 4, no. 1 (2022), p. 75.

Hari Dengan Perasaan Aman” dari berbagai mukharrij hadis, peneliti juga menggunakan metode penelitian pustaka (*library research*) yakni, penelitian bersifat kepustakaan dengan mencari data-data penelitian yang bersumber dari buku, jurnal, kitab, artikel, maupun literatur tertulis lainnya yang memiliki kesesuaian dengan tema hadis dan kesehatan mental yang dikaji dalam penelitian ini.²⁹

4. Teknik Pengolahan Data

Penelitian pada skripsi ini merupakan penelitian yang bersifat kepustakaan (*library research*) sehingga, dalam menganalisis dan mengolah data yang didapat, peneliti menggunakan metode deskriptif-analisis. Deskriptif-analisis merupakan sebuah metode penelitian yang menganalisis, mendeskripsikan, dan mengidentifikasi objek penelitian melalui data serta informasi yang didapatkan dan juga data yang memiliki kaitan dengan kejadian yang dijadikan objek kajian, agar dapat disimpulkan secara interpretatif-komprehensif.

Langkah metodologis yang ditempuh peneliti dalam melakukan penelitian ini adalah sebagai berikut.

- a. Fokus peneliti pada kajian mengenai hadis “*Riwayat al-Tirmidzi Tentang Pagi Hari Dengan Perasaan Aman*,” sedangkan untuk pencarian teks hadis secara lengkap dan spesifik peneliti membatasi pada *Kutub Al-Tis'ah* dan selanjutnya dilakukan *takhrīj bil-lafz*.
- b. Pada tahap selanjutnya peneliti akan melakukan kajian terkait keotentikan hadis dengan melakukan analisis terhadap sanad dan matan hadis. Pada bagian sanad, peneliti melakukan analisis menggunakan pemikiran Syuhudi Isma'il kemudian, pada bagian matan peneliti menggunakan pemikiran Salah Ad-Din Al-Adlabi.
- c. Kemudian, peneliti melakukan analisis dan penyimpulan terkait kualitas dan makna hadis menggunakan teori *ma'ānil hadis* Syuhudi Ismail

²⁹ Sukardi, *Metodologi Penelitian Pendidikan: Kompetensi dan Praktiknya* (Jakarta: Umi Aksara, 2003), p. 38.

- d. Selanjutnya, peneliti menganalisis hasil dari kesimpulan hadis yang telah dianalisis tersebut dari segi kesehatan mental yang berpanduan pada teori yang telah dijelaskan sebelumnya, sehingga dapat diketahui prinsip kesehatan mental yang terkandung dalam Hadis riwayat al-Tirmidzi Tentang Pagi Hari Dengan Perasaan Aman.

G. Sistematika Pembahasan

Sistematika pembahasan merupakan uraian argumentatif yang disusun secara logis mengenai urutan pembahasan terkait materi yang akan disampaikan dalam skripsi ini, adapun sistematika pembahasan dalam skripsi ini adalah.

Bab pertama, merupakan bagian dari pendahuluan, didalamnya meliputi: latar belakang yang menjadi keresahan peneliti dan menjadi dasar dalam menentukan tema kajian, dilanjutkan dengan rumusan masalah yang sekaligus menjadi batasan atas masalah yang akan diteliti, kemudian telaah pustaka yang berguna untuk memastikan adanya perbedaan maupun pembaruan antara penelitian yang akan dilakukan peneliti dengan penelitian sebelumnya, metodologi penelitian berisi mengenai langkah-langkah yang akan dilakukan peneliti, meliputi: jenis penelitian, sumber data, jenis data, teknik pengumpulan dan pengolahan data, serta pendekatan yang akan dilakukan, terakhir sistematika pembahasan yang berisi uraian argumentatif tentang urutan pembahasan materi yang akan ditulis dalam skripsi ini.

Bab kedua, peneliti akan menyajikan pembahasan mengenai gambaran umum terkait kesehatan mental. Meliputi pengertian, karakteristik, ruang lingkup, prinsip, dan fungsi kesehatan mental dalam kehidupan.

Bab ketiga, berisi tentang gambaran umum terkait hadis “*Riwayat al-Tirmidzi Tentang Pagi Hari Dengan Perasaan Aman*,” dalam bab ketiga ini peneliti menjelaskan terkait unsur-unsur yang ada dalam penilaian hadis tersebut Seperti, *takhrīj al-hadis*, selanjutnya melakukan penilaian terhadap sanad dan matan hadis.

Bab keempat, berisi tentang pengaplikasian metode pemahaman hadis syuhudi isma'il terhadap hadis "*Riwayat al-Tirmidzi Tentang Pagi Hari Dengan Perasaan Aman*," Dilanjutkan dengan kajian mengenai hadis "*Riwayat al-Tirmidzi Tentang Pagi Hari Dengan Perasaan Aman*," dari perspektif kesehatan mental, yang berfokus pada tiga poin yang terdapat pada hadis, yakni : perasaan aman, kesehatan jasmani, dan ketercukupan kebutuhan pokok.

Bab kelima, merupakan akhir dari kajian yang dilakukan peneliti yang meliputi dua poin pembahasan, yakni: 1.) Kesimpulan yang berisi jawaban terkait permasalahan yang dikaji pada penelitian ini, 2.) saran, di dalamnya berisi terkait rekomendasi serta solusi yang disarankan peneliti terkait penelitian.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan maka dapat disimpulkan bahwa: *Pertama*, Hadis riwayat al-Tirmidzi Tentang Pagi Hari dengan Perasaan Aman ditinjau dari analisis sanad dan matannya merupakan hadis yang memiliki derajat *ḥasan gharīb* karena, terdapat perawi bernama Amr bin Malik bin Umar yang *ke-dābit annya* dinilai kurang oleh para ulama sehingga, hadis tersebut tidak sampai pada derajat sahih, sedangkan al-Tirmidzi menyatakan *gharīb* karena hadis tersebut hanya diketahui melalui satu jalur riwayat, dari periwayat yang sama bernama Marwan bin Mu'awiyah.

Kedua, berdasarkan kontekstualisasi antara makna hadis dan prinsip kesehatan mental maka, dapat disimpulkan bahwa Perilaku zuhud, bersyukur, serta kesadaran terhadap besarnya anugerah Allah SWT berupa rasa aman, kesehatan jasmani, dan ketercukupan kebutuhan pokok, maupun nikmat-nikmat yang lainnya sangat berpengaruh terhadap sehatnya mental seseorang, hal tersebut dapat terlihat pada tingkat kesejahteraan psikologi dan emosional orang tersebut, dengan dukungan berupa perilaku zuhud dan rasa syukur terhadap rasa aman, kesehatan jasmani, dan ketercukupan kebutuhan pokok terhadap diri seseorang maka, ia akan memiliki kemampuan untuk lebih mampu terhubung, berkembang, berfungsi, dan mengatasi. Kemampuan-kemampuan tersebut oleh World Health Organization disebut sebagai prinsip kesehatan mental.

B. Saran

Berdasarkan penelitian mengenai hadis riwayat al-Tirmidzi No. 2.346 melalui pandangan kesehatan mental, peneliti memberikan beberapa saran yang dirangkum sebagai berikut.

1. Penelitian yang dilaksanakan didalamnya berfokus pada cara pemahaman hadis menggunakan *ma'ānil hadis* Syuhudi Ismail

namun, masih sangat mungkin apabila diteliti menggunakan pemahaman hadis dari tokoh lain seperti, Bpk. Fazlur Rahman, Ibu Nurun Najwah, Muhammad Iqbal, ataupun tokoh kontemporer lainnya sehingga, nantinya khazanah dan wawasan dalam kajian hadis akan menjadi lebih kaya.

2. Penelitian ini juga mengkontekstualisasikan makna hadis dari sudut pandang kesehatan mental menggunakan karakteristik kesehatan mental dan prinsip yang dinyatakan World Health Organization sehingga, masih sangat mungkin apabila dikaji menggunakan pemikiran dari tokoh psikologi agama ataupun psikologi umum untuk memperkaya kajian hadis yang berkaitan dengan ilmu psikologi atau kesehatan mental di era modern saat ini.

Seiring dengan selesainya penelitian ini, kami menyadari terhadap banyaknya kekurangan dalam penelitian yang telah dilakukan, baik dari segi pemahaman maupun penulisan dan isinya. Dengan rasa yang mendalam, kami memohon maaf yang sebesar-besarnya serta ungkapan terima kasih atas perhatian pembaca sekalian, kritik dan saran yang anda berikan tentu sangat kami harapkan.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Ghani, Abu Muhammad, *al-Kamal Fi Asma al-Rijal*, Kuwait: Gharas, 2016.
- Abdurrahman, Abu Muhammad, *Al-Jarh Wa Ta'dil*, al-Hindiyah: al-Ma'arif al-Utsmaniyah, 1952.
- Abdurrahman, Muhammad, *Tuhfatul Ahwadzi*, bayrut: Dar al-Kutub al-Ilmiah, 1934.
- Ach Baiquni, Baiquni, 'Tracing the Theory of Hadith Quality in Kitab al-Jami' al-Sahih al-Sunan al-Tirmidzi', *Al-Bukhari : Jurnal Ilmu Hadis*, vol. 4, no. 1, 2021, pp. 68–81 [<https://doi.org/10.32505/al-bukhari.v4i1.2468>].
- Aditia, Desy Anggar, 'Survei Penerapan Nilai-Nilai Positif Olahraga Dalam Interaksi Sosial Antar Siswa Di Sma Negeri Se-Kabupaten Wonosobo Tahun 2014/2015', *E-Jurnal Physical Education*, vol. 4, no. 12, 2015, pp. 2251–9.
- Ahmad, Abu al-Fadhil, *Tahdzib al-Tahdzib*, al-Hindiyah: Mathba'ah Dairah al-Ma'arif al-Nadhamiyah, 1908.
- , *Taqrib al-Tahdzib*, Suriah: Dar al-Rasyid, 1986.
- Ahmad, Abu Bakr al-Khatib al-Baghdadi, *Tarikh Baghdad*, bayrut: Darul Gharbi al-Islami, 2002.
- Akmal and Mašhūr i, 'Konsep Syukur', *KONSEP SYUKUR (GRATEFULNES) (Kajian Empiris Makna Syukur bagi Guru Pon-Pes Daarunnahdhah Thawalib Bangkinang Seberang, Kampar, Riau*, vol. 7, no. 2, 2018, pp. 1–22.
- al-Bukhari, Muhammad bin Isma'il, *al-Tarikh al-Kabir*, bayrut: Dar al-Kutub al-Islamiyah, 1972.
- al-Ijli al-Khufi, Ahmad, *Tarikh al-Šīqah*, Dar al-Baaz, 1984.
- Anggoro, Taufan, 'Analisis Pemikiran Muhammad Syuhudi Ismail Dalam Memahami Hadis', *Jurnal Ilmu Hadis*, vol. 2, no. Maret, 2019, pp. 93–104.
- Anggraini, Septi and Alnedral Alnedral, 'Hubungan Kebugaran Jasmani Terhadap Kecerdasan Emosional Atlet Pencak Silat', *Jurnal JP&O, Jurnal Pendidikan dan Olahraga*, vol. 2, no. 1, 2019, pp. 114–8.
- Ariadi, Purmansyah, 'Kesehatan Mental dalam Perspektif Islam', *Jurnal Syifa Medika*, vol. 3, no. 2, 2013, pp. 118–27.
- Aziz, Abdul, 'Tahammul Wa Al-Adā' Dalam Periwiyatan Hadīth', *Bahtsuna*, 2021, pp. 185–99, <https://lp3mzh.id/index.php/bahtsuna/article/download/64/58>.
- Cahyani, Ni L.P.A., 'Pengaruh Kecerdasan Emosional, Motivasi, Dan Pelatihan Terhadap Kinerja Aparatur Sipil Negara Di Biro Umum Sekretariat Daerah Provinsi Sulawesi Utara', *Politico: Jurnal Ilmu Politik*, vol. 6, no. 1, 2017.
- Conrad, David et al., 'Promoting Men's Mental Health', *Promoting Men's Mental*

- Health*, ed. by Rob Herrman, Helen. Saxena, Shekhar . Moodie, prancis: World Health Organization, 2018 [<https://doi.org/10.4324/9781315376578>].
- Delta, Fitriana Rosi, ‘Keseimbangan Emosi Dan Kesehatan Mental Manusia Dalam Perspektif Psikologi Agama’, *Jurnal Syi’ar*, vol. 18, no. 1, 2018.
- Dewi, Kartika Sari, ‘Buku ajar kesehatan mental’, *UPT UNDIP Press Semarang*, 2012, http://eprints.undip.ac.id/38840/1/KESEHATAN_MENTAL.pdf.
- Djati, Gunung and Conference Series, ‘Indeks Kesehatan Mental Menurut Rasulullah Saw.: Studi *Takhrīj* dan Syarah Hadis dengan Pendekatan Psikologis’, *Gunung Djati Conference*, vol. 8, no. 2, 2022, pp. 12–24.
- Dwi Saputri, Wahyuningtias, ‘World Health Organization: Perannya dalam Menjaga Kesehatan Dunia’, *Heylaw.id*, 2021, <https://heylaw.id/blog/world-health-organization-perannya-dalam-menjaga-kesehatan-dunia>.
- Emmons, Robert A. and Michael E. McCullough, ‘Counting Blessings Versus Burdens: An Experimental Investigation of Gratitude and Subjective Well-Being in Daily Life’, *Journal of Personality and Social Psychology*, vol. 84, no. 2, 2003, pp. 377–89 [<https://doi.org/10.1037/0022-3514.84.2.377>].
- Fakhriyani, Diana Vidya, *Kesehatan Mental*, 1st edition, ed. by Mohammad Thoah, Pamekasan: Duta Media Publishing, 2021.
- Fitriana, Rossi Delta, ‘Keseimbangan Emosi Dan Kesehatan Mental Manusia Dalam Perspektif Psikologi Agama’, *Jurnal Ilmiah Syi’ar*, vol. 18, no. 1, 2018, p. 91 [<https://doi.org/10.29300/syr.v18i1.1285>].
- Hamid, Abdul, ‘Agama Dan Kesehatan Mental Dalam Perspektif Psikologi Agama’, *Jurnal Kesehatan Tadulako*, vol. 3, no. 1, 2017, pp. 1–14.
- Handayana, Sri, ‘Pemikiran Hadis Syuhudi Ismail’, *Tajdid : Jurnal Ilmu Keislaman dan Ushuluddin*, vol. 16, no. 2, 2019, pp. 255–236 [<https://doi.org/10.15548/tajdid.v16i2.101>].
- Haslam, Catherine et al., ‘Encyclopedia of Geropsychology’, *Encyclopedia of Geropsychology*, no. October, 2015 [<https://doi.org/10.1007/978-981-287-080-3>].
- Herlambang, Saifuddin and Menyingkap Khazanah, *Ulumul hadis*, ed. by Muhammad Ilyassa, Jakarta: PT. Mutiara Sumber Widya, 2001.
- Ibn Abdullah al-Saqawi, Amien, *Duror al-Muntaqoh Min al-Kalimat al-Mulqoh*.
- Ibn Musthafa al-Zuhaili, Wahbah, *al-Fiqh al-Islam Wa Adallatuhu*, Damaskus: Dar al-Fikr al-Islami.
- Ibnu Hibban, Muhammad, *al-Şīqah*, al-Hindiyah: al-Ma’arif al-Utsmaniyah, 1973.
- ibnu Sa’id, Muhammad, *al-Thabaqat al-Kubra*, bayrut: Dar al-Kutub al-Ilmiah,

1990.

- Kurniasari, Epi, Nandang Rusmana, and Nandang Budiman, 'Gambaran Umum Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia', *Journal of Innovative Counseling : Theory, Practice & Research*, vol. 3, no. 2, 2019, pp. 52–8, http://journal.umtas.ac.id/index.php/innovative_counseling.
- Lesmana, kadek Yogi parta, 'Peranan Kesehatan Lingkungan Terhadap Kebugaran dan Kesehatan Jasmani', *Prosiding Seminar Nasional MIPA*, no. 1992, 2013, pp. 336–44, <https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/semnasmipa/article/view/2727>.
- Lesnida, Haidar Putra Daulay, and Zaini Dahlan, 'Peradaban dan Pemikiran Islam Pada Masa nabi Muhammad SAW', *Tsaqofah & Tarikh*, vol. 6, no. 2, 2021, p. 108.
- Lubis, Aslokan, 'Peran Agama Dalam Kesehatan Mental', *Jurnal Ihya'ul Arabiyah*, no. 2, 2016, pp. 276–83.
- Muhammad ibn Isa at-Tirmidzi, *Sunan at-Tirmidzi*, ed. by Basyar 'Awadh Ma'ruf, Beirut: Darul Gharbi al-Islami.
- Mundzir Muhammad, Husein Muzakky Althaf, 'Ragam Metode *Takhrīj* Hadis : Dari Era Tradisional Hingga Digital', *Jurnal Studi Hadis Nusantara*, vol. 4, no. 1, 2022, pp. 74–87.
- Muslim, Abu al-Husain, *Sahih Muslim*, ed. by Muhammad Fu'ad Abdul Baqi, bayrut: Dar Ihya al-Turats al-'Arabi, 1915.
- Organization, world Health, 'Who We Are', *World Health Organization*, <https://www.who.int/about/who-we-are>.
- Osborn, Tom L., Christine M. Wasanga, and David M. Ndetei, 'Transforming mental health for all', *World Health Organization*, ed. by World Health Organization, switzerland: World Health Organization, 2022 [https://doi.org/10.1136/bmj.o1593].
- Pahlevi, Reza Dalimunte, "'Syaz" Dan Permasalahannya', *Diroyah : Jurnal Studi Ilmu Hadis*, vol. 1, no. 2, 2018, pp. 89–96 [https://doi.org/10.15575/diroyah.v1i2.2058].
- Putri, Adisty Wismani et al., 'Kesehatan Mental Masyarakat Indonesia (Pengetahuan Dan Keterbukaan Masyarakat Terhadap Gangguan Kesehatan Mental)', *Prosiding KS: Riset & PKM*, vol. 2, no. 2, pp. 147–300.
- Rajab, Khairunnas, 'Psiko Spiritual Islam: Sebuah Kajian Kesehatan Mental Dalam Tasawuf', *Millah*, vol. ed, no. khus, 2010, pp. 139–59 [https://doi.org/10.20885/millah.ed.khus.art8].
- Rizaty, Ayu. Monavia, 'Survei: 1 dari 3 Remaja Indonesia Punya Masalah Kesehatan Mental', *DataIndonesia.id*, 2022, <https://dataindonesia.id/ragam/detail/survei->

1-dari-3-remaja-indonesia-punya-masalah-kesehatan-mental.

Saehudin, Akhmad, 'Kedudukan Sanad (Transmisi Hadis Nabi SAW) Menurut Para Ulama Klasik', *Jurnal Holistic al-Hadis*, vol. 01, no. 1, 2015.

Satori Djam'an dan Komariah Aan, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, 1st edition, ed. by Riduwan, Bandung: alfabeta, 2009.

Shalih al-Munjid, Muhammad, *Durus li al-Syaikh Muhammad al-Munjid*.

Sobari, Ahmad Sobari Ahmad, 'Metode Memahami Hadis', *Mizan: Journal of Islamic Law*, vol. 2, no. 2, 2018, pp. 141–52, <https://www.jurnalfai-uikabogor.org/index.php/mizan/article/view/142/58>.

Sukardi, *Metodologi Penelitian Pendidikan: Kompetensi dan Praktiknya*, Jakarta: Umi Aksara, 2003.

Suryadi. Dkk, 'Metodologi Penelitian Hadis', *Pokja Akademik*, Yogyakarta, 2006.

Suryadilaga, M. Alfati., *Ilmu Sanad*, Yogyakarta: Idea Press, 2017.

Suryani, Anih Sri, 'Pengaruh Kualitas Lingkungan Terhadap Pemenuhan Kebutuhan Dasar di Provinsi Banten', *Jurnal Aspirasi*, vol. 9, no. 1, 2018, pp. 35–63 [<https://doi.org/10.22212/aspirasi.v9i1.991>].

Susanti, Rini, 'Perkembangan Emosi Manusia', *Jurnal Teknodik*, 2018, pp. 170–81 [<https://doi.org/10.32550/teknodik.v4i15.389>].

Syuhudi ismail, Muhammad, *Kaedah Kesahihan Sanad Hadis: Telaah Kritis dan Tinjauan dengan Pendekatan Ilmu Sejarah*, Jakarta: Bulan Bintang, 1998.

Wahid, Abd, 'Karakteristik Sifat Zuhud Menurut Hadis Nabi SAW.', *journal Al-Mu'ashirah*, vol. 13, no. 1, 2016, pp. 66–87.

Wijaya, Yeni Duriana, 'Kesehatan Mental di Indonesia : Kini dan Nanti', *Buletin Jagaddhita*, vol. 1, no. 1, 2019, <https://jagaddhita.org/kesehatan-mental-di-indonesia-kini-dan-nanti/>.

Yuzaidi, 'Al-Mu'tabar', *Jurnal Ilmu Hadis al-Mu'tabar*, vol. 1, 2021, pp. 31–47.