

**RESILIENSI MENTAL DALAM KISAH MARYAM
(STUDI ANALISIS PENDEKATAN TAFSIR *MAQĀṢIDI*)**



Oleh:

Tri Ulva Chandra

NIM: 22205031062

TESIS

**STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA**

**Diajukan Kepada Program Magister (S2) Ilmu al-Quran dan Tafsir
Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam UIN Sunan Kalijaga
Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh
Gelar Magister Agama**

YOGYAKARTA

2024

HALAMAN PENGESAHAN



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-1465/Un.02/DU/PP.00.9/08/2024

Tugas Akhir dengan judul : RESILIENSI MENTAL DALAM KISAH MARYAM
(STUDI ANALISIS PENDEKATAN TAFSIR *MAQASIDI*)

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : TRI ULVA CHANDRA, S.Ag
Nomor Induk Mahasiswa : 22205031062
Telah diujikan pada : Selasa, 13 Agustus 2024
Nilai ujian Tugas Akhir : A-

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

TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang
Prof. Dr. Muhammad, M.Ag
SIGNED

Valid ID: 66c840b0f8b



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

Valid ID: 66c272b78099



Penguji II
Prof. Dr. H. Abdul Mustaqim, S.Ag., M.Ag.
SIGNED

Valid ID: 66c9411b00043



Yogyakarta, 13 Agustus 2024
UIN Sunan Kalijaga
Dekan Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam
Prof. Dr. Hj. Inayah Rohmaniyah, S.Ag., M.Hum., M.A.
SIGNED

Valid ID: 66cb91e0f8b

HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN BEBAS PLAGIASI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Tri Ulva Chandra
NIM : 22205031062
Fakultas : Ushuluddin dan Pemikiran Islam
Jenjang : Magister (S2)
Program Studi : Ilmu al-Quran dan Tafsir
Konsentrasi : Ilmu al-Quran

Menyatakan bahwa naskah tesis ini secara keseluruhan adalah hasil penelitian/karya saya sendiri, kecuali pada bagian-bagian yang dirujuk sumbernya. Naskah tesis ini secara keseluruhan benar-benar bebas dari plagiasi. Jika di kemudian hari terbukti bahwa naskah tesis ini bukan karya saya sendiri dan terdapat plagiasi, maka saya siap ditindak sesuai dengan hukum yang berlaku.

Yogyakarta, 24 Juli 2024

Saya yang menyatakan,



The image shows a handwritten signature in black ink over a rectangular stamp. The stamp is labeled 'METARA TEMPEL' and contains the alphanumeric code '9754EALX160336978'. The signature is written in a cursive style.

Tri Ulva Chandra

NIM. 22205031062

NOTA DINAS PEMBIMBING

Kepada Yth.,
Ketua Program Studi Magister (S2)
Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir
Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam
UIN Sunan Kalijaga
Yogyakarta

Assalamu 'alaikum wr. wb.

Disampaikan dengan hormat, setelah melakukan bimbingan, arahan, dan koreksi terhadap penulisan tesis yang berjudul:

**RESILIENSI DALAM KISAH MARYAM (STUDI ANALISIS
PENDEKATAN TAFSIR MAQĀSIDI)**

Yang ditulis oleh :

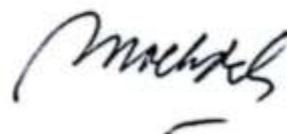
Nama : Tri Ulva Chandra
NIM : 22205031062
Fakultas : Ushuluddin dan Pemikiran Islam
Jenjang : Magister (S2)
Program Studi : Ilmu al-Quran dan Tafsir
Konsentrasi : Ilmu al-Qur'an

Saya berpendapat bahwa tesis tersebut sudah dapat diajukan kepada Program Studi Magister (S2) Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam UIN Sunan Kalijaga untuk diujikan dalam rangka memperoleh gelar Magister Agama.

Wassalamu 'alaikum wr. wb.

Yogyakarta, 24 Juli 2024

Pembimbing



Prof. Dr. Muhammad, M.Ag

HALAMAN MOTTO

“Sedewasa Apapun, Kamu Tetaplah Anak Bagi Ibumu”



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

HALAMAN PERSEMBAHAN

*Tesis ini saya persembahkan untuk Ibunda dan Ayahanda tercinta, dan keluarga
Yang senantiasa mengasahi tanpa pamrih
serta diri sendiri, terimakasih telah berjuang sejauh ini*



ABSTRAK

Kesehatan mental menjadi *trending* isu nomor satu di dunia saat ini, seiring dengan banyaknya kasus kriminal yang dipicu masalah mental yang buruk. Kendati setiap manusia mengalami masa-masa sulit dalam hidupnya, tidak semuanya bisa melewatinya dengan baik. Sementara itu dalam al-Quran terdapat kisah Maryam yang menggambarkan resiliensi dalam menghadapi permasalahan. Kisah ini menggambarkan bagaimana perjalanan hidup Maryam yang mampu melewati serangkaian kesulitan dalam hidupnya. Oleh karena itu, akan dijawab pertanyaan penelitian meliputi: Apa bentuk resiliensi dari kisah Maryam? Bagaimana Aspek *maqāṣid* dari kisah Maryam? dan Bagaimana signifikansi Resiliensi dalam kisah Maryam di era kontemporer?

Penelitian ini terfokus pada ayat yang menceritakan perjalanan hidup Maryam sejak dari dalam kandungan hingga menjadi ibu seorang Nabi. Topik kajian ini dielaborasi menggunakan pendekatan tafsir *maqāṣidi* Abdul Mustaqim, sebuah pendekatan tafsir yang mengupayakan pencarian atas *maqāṣid* dari ayat-ayat al-Quran dengan merumuskan dimensi *maqāṣid*, nilai-nilai-nilai *maqāṣidi*, dan menentukan *waṣilah* dan *gayah* dari ayat yang diteliti.

Penelitian ini menghasilkan tiga kesimpulan: *Pertama*, ditemukan lima bentuk resiliensi dari kisah Maryam yaitu; melakukan *uzlah*, berhati-hati bertemu orang asing dan menyaring informasi darinya, menghindari keramaian, adanya dukungan dari orang terdekat, dan melakukan puasa bicara. *Kedua*, kisah Maryam dalam al-Quran selain memberikan pesan ketauhidan juga mengindikasikan pentingnya untuk memiliki resiliensi dengan memperhatikan faktor-faktor dan strategi dalam menghadapi persoalan. Kisah ini memuat aspek-aspek fundamental dalam kehidupan seperti, *ḥifẓ ad-dīn*, *ḥifẓ an-nafs*, *ḥifẓ an-nasl*, *ḥifẓ al-māl*, *ḥifẓ al-‘aql*, dan *ḥifẓ al-bi’ah*. Selain itu terdapat tiga nilai-nilai *maqāṣid* yang tercakup dalam kisah ini yaitu; *‘Adalah, Musawah, Insaniyah*. *Ketiga*, konsep resiliensi yang dirumuskan dari kisah maryam mencakup faktor-faktor yang membentuk resiliensi yaitu; Faktor Biologis, Didikan yang baik, lingkungan sosial, dan pengalaman spiritual. Kemudian strategi/prinsip yang bisa diterapkan untuk memperoleh resiliensi mental antara lain; Membangun koneksi, membangun pola pikir dan menanamkan semangat religius, menjaga kesehatan fisik dan psikis, dan memiliki *problem solving* yang baik. Konsep resiliensi Maryam ini bisa di terapkan di era moderen, yang dimulai dari kesadaran pribadi dan didukung oleh lingkungan sekitar serta adanya peran pemerintah yang berwenang. Resiliensi bisa di miliki oleh siapapun dan bisa diwujudkan melalui peran semua elemen, dan wanita memainkan peran penting dalam pembentukan resiliensi mental

Kata kunci: Resiliensi, Maryam, tafsir *maqāṣidi*

PEDOMAN TRANSLITERASI

Pedoman Transliterasi Arab-Latin Berdasarkan Surat Keputusan Bersama Menteri Agama RI dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan RI Nomor 158 Tahun 1987 dan 0543b/U/1987, tanggal 22 Januari 1988.

A. Konsonan Tunggal

Arab	Nama	Latin	Keterangan
ا	alif	tidak dilambangkan	tidak dilambangkan
ب	ba'	b	be
ت	ta'	t	te
ث	ša'	š	es (dengan titik di atas)
ج	jim	j	je
ح	ḥa	ḥ	ha (dengan titik di bawah)
خ	kha	kh	ka dan ha
د	dal	d	de
ذ	žal	ž	zet (dengan titik di atas)
ر	ra'	r	er
ز	zai	z	zet
س	sin	s	es
ش	syin	sy	es dan ye
ص	šad	š	es (dengan titik di bawah)
ض	ḍad	ḍ	de (dengan titik di bawah)
ط	ṭa'	ṭ	te (dengan titik di bawah)
ظ	ž'a'	ž	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	wawu	w	we
ه	ha'	h	h
ء	hamzah	‘	apostrof
ي	ya'	y	ye

B. Konsonan Rangkap karena Syaddah ditulis rangkap

متعقدين ditulis muta‘aqqidīn

عدة ditulis ‘iddah

C. Ta' Marbutah

1. Bila dimatikan ditulis h

هبة ditulis hibah

جزية ditulis jizyah

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

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

كرامة الأولياء ditulis karāmah al-auliyā'

2. Bila ta' marbutah hidup atau dengan harkat fathah, kasrah, ḍammah, ditulis dengan tanda t.

زكاة الفطر ditulis zakāt al-fiṭri

D. Vokal Pendek

Tanda	Nama	Huruf Latin	Nama
—	fathah	a	a
—	kasrah	i	i
—	ḍammah	u	u

E. Vokal Panjang:

fathah + alif ditulis ā

جاهلية ditulis jāhiliyyah

fathah + ya' mati ditulis ā

يسعى ditulis yas'ā

kasrah + ya' mati ditulis ī

كريم ditulis karīm

ḍammah + wawu mati ditulis ū

فروض ditulis furūd

F. Vokal Rangkap

fathah + yā' mati ditulis ai

بينكم ditulis bainakum

fathah + wawu mati ditulis au

قول ditulis qaulun

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

أنتم	ditulis	a'antum
أعدت	ditulis	u'iddat
لغن شكرتم	ditulis	la'in syakartum

H. Kata Sandang Alif + Lām

1. Bila diikuti Huruf Qamariyyah

القران	ditulis	al-Qur'ān
القياس	ditulis	al-qiyās

2. Bila diikuti oleh Huruf Syamsiyyah ditulis dengan menggandakan huruf syamsiyyah yang mengikutinya, serta menghilangkan huruf l (el)-nya.

السماء	ditulis	as-samā'
الشمس	ditulis	asy-syams

I. Penulisan Kata-Kata dalam Rangkaian Kalimat

ذوي الفروض	ditulis	ẓawī al-furūd
أهل السنة	ditulis	ahl as-sunnah

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Allah SWT, yang atas kasih sayang-Nya, penulis dapat menyelesaikan tesis ini. Shalawat dan salam senantiasa tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW, keluarga dan para sahabatnya hingga akhir zaman.

Dalam prakata tesis ini, Penulis turut mengungkapkan rasa terima kasih atas kontribusi dan dukungannya kepada pihak-pihak berikut:

1. Prof. Noorhaidi, M.A, M.Phil., Ph.D. selaku Rektor UIN Sunan Kalijaga beserta jajarannya;
2. Prof. Dr. Inayah Rohmaniyah, S.Ag., M.Hum., M.A., selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam beserta jajarannya;
3. Prof. Dr. Saifuddin Zuhri, S.Th.I., M.A., selaku Ketua Program Studi Magister (S2) Ilmu Al-Qur`an dan Tafsir sekaligus Dosen Pembimbing Akademik atas saran dan pemikiran yang diberikan sehingga Bab I tesis ini dapat terselesaikan;
4. Dr. Mahbub Ghozali, selaku Sekretaris Program Studi Magister (S2) Ilmu Al-Qur`an dan Tafsir;
5. Prof. Dr. Ahmad Baidowi, S.Ag, M.Si, selaku Dosen Penasihat Akademik
6. Prof. Dr. Muhammad, M.Ag., selaku Dosen Pembimbing atas arahan dan masukan yang terstruktur selama diskusi bersama dalam proses penyelesaian tesis ini;
7. Segenap Bapak dan Ibu Dosen Program Studi Magister (S2) Ilmu Al-Qur`an dan Tafsir atas ilmu-ilmu bermanfaat yang disampaikan selama proses perkuliahan serta nasihatnya dalam membangun ide penulisan tesis ini;
8. Bapak Maryanto dan Ibu Miftakhul Intan Naimah selaku TU Program Studi Magister atas bantuannya dalam proses administrasi tesis sehingga dapat terselesaikan tepat waktu;

9. Ibunda Tercinta Nurlela, S.Pd dan Ayahanda Alm. Juhardi, beserta kedua saudara Joy Alvin Karindra, S.Kep dan keluarga, Rezon Belva Painris, S.T dan keluarga, yang telah mensupport penulis secara moril dan materil;
10. Rekan-rekan seperjuangan di magister ilmu al-Quran dan tafsir terkhusus MIAT C angkatan ganjil 2022, dan Squad “Tesis sat set gek rabi”; Faisal, Izza, Uchila, Lubna, Almas, yang telah meramaikan arus diskusi selama perkuliahan dan penulisan tesis ini;
11. Rekan-rekan seperjuangan para cucu Nek Siti Rumdjilah; Aldo, Azmi, Buyung, Munib, Niko, Syarif, Yendri, di tempat bernaung masjid Babussalam Tambak Bayan dan Wisma Nenek.
12. Rekan-rekan diskusi, ngopi bareng, *healing* bareng Mas Wahyu, Bang Mardhan, Mas Ucup, Rahmad, Arif, Anam, Bahraen, Zezen, Deden, Ocu Ibad, Kak Ayu, Kak Futi, Ika, Nana, Er, dan Muna yang senantiasa mensupport penulis untuk segera menyelesaikan tesis ini.

Terkahir, dengan selesainya tesis ini penulis haturkan terima kasih sebesar-besarnya kepada seluruh pihak yang telah memberikan dukungan moral maupun material dalam mengerjakan tesis ini. Semoga seluruh kebaikan yang telah diberikan kepada penulis dibalas oleh Allah dengan sebaik-baik balasan. Semoga karya sederhana ini bisa bermanfaat untuk penulis dan para pembaca.

Yogyakarta, 25 Juli 2024

Tri Ulva Chandra

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN	i
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN BEBAS PLAGIASI	ii
NOTA DINAS PEMBIMBING	iii
HALAMAN MOTTO	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
ABSTRAK	vi
PEDOMAN TRANSLITERASI	vii
KATA PENGANTAR.....	xi
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR TABEL.....	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	7
C. Tujuan Penelitian.....	7
D. Kegunaan Penelitian.....	7
E. Kajian Pustaka	8
F. Kerangka Teori	14
G. Metode Penelitian.....	21
H. Sistematika Penulisan.....	24
BAB II FIGUR MARYAM BINTI IMRAN DAN DIRKURSUS RESILIENSI 26	
A. Figur Maryam	26
B. Dirkursus terkait resiliensi	30
BAB III RESILIENSI DALAM KISAH MARYAM PERSPEKTIF TAFSIR	
<i>MAQĀSIDI</i>.....	47
A. Ayat-ayat Terkait Kisah Maryam dalam al-Quran	47

B.	Penafsiran Ayat-ayat Terkait Kisah Maryam	51
C.	Bentuk Resiliensi dalam kisah Maryam.....	71
BAB IV ANALISIS MAQĀṢIDI KISAH MARYAM DAN SIGNIFIKANSINYA DI ERA KONTEMPORER.....		79
A.	Analisis <i>Maqāṣid</i> di Balik Kisah Maryam.....	79
1.	<i>Wasīlah</i> dan <i>gāyah</i>	79
2.	Dimensi <i>maqāṣid</i>	82
3.	Nilai-nilai <i>maqāṣidi</i> dari kisah Maryam	90
B.	Analisis Konsep Resiliensi dari Kisah Maryam dan Signifikansinya dalam <i>Treatment Mental Health</i>	94
1.	Faktor yang Membentuk Resiliensi	95
2.	Prinsip Umum Resiliensi dari Kisah Maryam	101
3.	Signifikansi Resiliensi dari Kisah Maryam	108
BAB V PENUTUP.....		114
A.	Kesimpulan	114
B.	Saran	115
DAFTAR PUSTAKA		116
BIODATA PENULIS.....		125

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1. Ayat tentang kisah Maryam	48
Tabel 3. 2. Fase kehidupan Maryam dalam al-Qur'an.....	52



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kesehatan mental menjadi trending isu nomor satu di dunia saat ini.¹ Pada peringatan hari kesehatan mental dunia tahun 2023 WHO (*World Health Organization*) menyatakan persoalan ini sebagai isu yang harus dituntaskan dengan serius.² Hal ini terjadi bukan tanpa alasan, kesehatan mental yang buruk disinyalir menjadi salah satu penyebab terjadinya depresi, kekerasan hingga kasus bunuh diri. Kontrol atas tubuh manusia dipengaruhi oleh kontrol atas pikiran yang berkaitan erat dengan mental. Ketika seseorang merasakan tekanan yang berlebih dan tidak mampu untuk mengelola emosi, fikiran dan mentalnya, hal ini akan menstimulus pikiran untuk melakukan tindakan-tindakan ekstrem. Faktanya Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, menunjukkan lebih dari 19 juta penduduk Indonesia berusia lebih dari 15 tahun mengalami gangguan mental emosional, dan lebih dari 12 juta penduduk berusia lebih dari 15 tahun mengalami depresi.³ Sementara itu sejak awal tahun 2023 hingga Oktober 2023 telah ditemukan kasus bunuh diri sebanyak 971 kasus, dengan rata-rata 3 kasus per hari.⁴ Kondisi demikian kecenderungannya dipicu oleh gangguan kesehatan mental dengan beragam

¹ IPSOS, "IPSOS Global Health Service Monitor 2023" (Paris, 2023).

² Geneva, "Mental Health - a Human Right for People Affected by Tuberculosis," World Health Organization, 2023, <https://www.who.int/news/item/09-10-2023-mental-health-a-human-right-for-people-affected-by-tuberculosis>.

³ Kementerian Kesehatan RI, "Hasil Utama Riskesdas 2018," 2018, https://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir_519d41d8cd98f00/files/Hasil-riskesdas-2018_1274.pdf.

⁴ Pusiknas Bareskrim Polri, "Kasus Penemuan Mayat Dan Bunuh Diri Meningkat Di 2023," 2023.

persoalan seperti kekerasan berbasis gender, perundungan, kekerasan siber dengan berbagai modus, penyakit sulit disembuhkan, tekanan ekonomi dan lain-lain.⁵ Hal ini menunjukkan kemampuan yang dimiliki seseorang dalam mengelola emosi, pikiran, dan kesehatan mental menjadi modal utama dalam menghadapi tekanan dan permasalahan hidup.

Kemampuan dalam meresilensi diri dan mental dalam menghadapi kepelikan merupakan suatu keniscayaan yang dimiliki individu. Manusia yang diciptakan sebagai makhluk yang paling sempurna sekaligus makhluk sosial tidak pernah terlepas dari permasalahan. Namun tidak semua insan mampu menghadapi problemnya dengan baik. Apa yang dijelaskan al-Quran tentang tabiat manusia dalam QS. Al-Maarij/70: 19⁶ mengindikasikan potensi manusia yang berkeluh kesah ketika menghadapi masalah. Hal ini berakibat kepada hilangnya ketenangan hati, munculnya kecemasan dan ketakutan, hingga berbagai macam sakit kejiwaan.⁷ Dalam ayat lain Allah Swt secara tegas melarang manusia untuk berputus asa, seperti dalam QS. Yusuf/12: 87, QS. Al-Zumar/39: 53, “*Janganlah kamu berputus asa dari rahmat Allah*”, QS. Al-Baqarah/2: 286, “*Allah tidak membebani seseorang, kecuali menurut kesanggupannya*”. Hal ini mengindikasikan bahwa

⁵ Komnas Perempuan, “Siaran Pers Komnas Perempuan Tentang Hari Kesehatan Jiwa Sedunia 2023 ‘Pentingnya Layanan Kesehatan Mental Yang Terjangkau Untuk Perempuan,’” n.d., <https://komnasperempuan.go.id/siaran-pers-detail/siaran-pers-komnas-perempuan-tentang-hari-kesehatan-jiwa-sedunia-2023>.

⁶ QS. Al-Maarij/70: 19

﴿ إِنَّ الْإِنْسَانَ خُلِقَ هَلُوعًا ۝﴾

19. Sungguh, manusia diciptakan bersifat suka mengeluh.

⁷ HAMKA, *Tafsir Al-Azhar* (Singapore: Pustaka Nasional Singapura, n.d.), 7633.

setiap manusia mempunyai permasalahan, dan tabiat manusia yang berkeluh kesah berpeluang melahirkan berbagai penyakit kejiwaan/ Mental *dissorder*.

Kendati setiap manusia berpotensi mengalami mental *dissorder*, namun data yang cukup mengejutkan menunjukkan bahwa problem kesehatan mental lebih rentan terjadi pada wanita dibandingkan pria.⁸ Diperkirakan 1 dari 5 pria dan 1 dari 3 wanita akan mengalami depresi berat.⁹ Kondisi ini terjadi disinyalir karena psikologi perempuan sangat mudah dipengaruhi oleh lingkungan dan orang sekitar. Kekhawatiran dan kecemasan akan kondisi sekitarnya membuat kondisi kesehatan mental mengalami penurunan hingga berujung kepada gangguan mental yang berat, keputusasaan, bahkan bunuh diri. Permasalahan demikian tidak hanya terjadi di era sekarang, dalam al-Quran QS. Maryam /19: 20 diceritakan kisah Maryam ketika diuji dengan beberapa cobaan yang amat berat, diantaranya yakni mengandung seorang anak tanpa perantara seorang Ayah, yang mengakibatkan ia hampir mengalami keputusasaan, "... (Maryam) berkata, "Wahai, betapa (baiknya) aku mati sebelum ini, dan aku menjadi seorang yang tidak diperhatikan dan dilupakan." M Quraish Shihab menuturkan bahwa ketika Maryam menghadapi cemooh dari Bani Israil, ia mengalami penurunan mental yang berupa rasa kecemasan dan keputusasaan.¹⁰ Namun Maryam berhasil melewati kondisi ini berkat ketangguhan dan kemampuannya dalam bertahan di tengah permasalahan yang dihadapinya. Terlepas dari status kehambaan dan tingkat religiusitas Maryam, agaknya terdapat faktor-faktor pendukung lain dari sisi Maryam sebagai seorang

⁸ IPSOS, "IPSOS Global Health Service Monitor 2023."

⁹ Saloni Dattani et al., "Mental Health," *Our World in Data*, December 28, 2023,

¹⁰ Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah* (Tangerang: Lentera Hati, 2005). 172

manusia biasa yang menjadikannya bisa bertahan dan resilien terhadap masalah yang dihadapinya.

Isu kesehatan mental ini bukanlah isu yang baru, dan beragam teori resiliensi turut mewarnai perjalanan isu kesehatan mental ini. Edith Gortberg mencetus 3 faktor yang membentuk resiliensi, yaitu; Faktor dukungan eksternal, kekuatan dari dalam diri, dan kemampuan dalam menghadapi masalah.¹¹ sementara itu WHO¹² merumuskan hal-hal yang perlu di perhatikan dalam membentuk kesehatan mental antara lain; adanya dukungan sosial, terbukanya akses ke layanan kesehatan, adanya pendidikan dan kesadaran mental, dan adanya kebijakan yang mendukung terhadap peningkatan resiliensi. Sementara itu ilmuwan muslim seperti al-Gazali¹³, al-Razi¹⁴ lebih menekankan upaya terciptanya mental yang sehat melalui peningkatan aspek religious dalam diri seseorang, seperti taqwa, tawakal, ridha, syukur, dan kesabaran, dan pengendalian akal terhadap hawa nafsu. Hal ini menunjukkan perbedaan signifikan antara teori resiliensi dari barat dan islam. Psikolog muslim Indonesia Zakiyah Drajat merumuskan aspek-aspek dalam penguatan mental yang mengawinkan teori kesehatan mental dan aspek keagamaan.¹⁵ Diantaranya resiliensi dapat diperkuat melalui iman yang kuat, pendidikan agama yang baik, dukungan sosial yang solid, dan pendekatan holistik

¹¹ E.H. Grotberg, "The International Resilience Project," *54th Annual Convention, International Council of Psychologists*, 1996.

¹² Brigitte Piso, Barbara Nußbaumer-Streit, and Gerald Gartlehner, "WHO Guidelines on Mental Health at Work," *Gesundheitswesen*, 2024.

¹³ Rizkia Amalia Rahmawati, "Ibn Zakaria Al-Razi's Concept Of The Soul, Mental Health And Psychotherapy," *Al-Hikmah: Jurnal Agama Dan Ilmu Pengetahuan* Vol. 21 No (n.d.): 128.

¹⁴ Abu Hamid Al-Ghazali, "Ihya' Ulumuddin," *Dar Ibnu Hazm*, 1995, 78.

¹⁵ Zakiyah Drajat, *Pendidikan Agama Dalam Pembinaan Mental* (Jakarta: Bulan Bintang, 1982), 43.

terhadap kesejahteraan mental. Teori-teori yang sudah ada ini menekankan faktor kekuatan dalam diri dan kekuatan dari luar diri berupa dukungan sosial dan lingkungan.

Sementara itu kajian terkait resiliensi dalam al-Quran terfokus kepada beberapa kecenderungan, yakni peran agama dan keimanan dalam menjaga kesehatan mental. Solusi yang ditawarkan dari penelitian-penelitian ini terfokus kepada aspek religiusitas seorang hamba dalam menghadapi persoalan kehidupan. Dalam kaitannya dengan kisah Maryam dalam al-Quran penelitian terdahulu menyoroti aspek keteladanan Maryam, seperti Artikel Perdana,¹⁶ Masykuroh.¹⁷ Disamping itu, secara khusus ada penelitian yang mengkaji peran agama dalam kesehatan mental dalam kisah Maryam binti Imran yang dianalisis melalui kajian psikologis hasil penelitian Muhammad Shodiq Masrur dan Azka Salsabila.¹⁸

Sejauh ini penelitian terdahulu terfokus kepada keteladanan hidup Maryam sebagai seorang hamba, dengan menonjolkan aspek-aspek religiusitas seorang hamba dalam melalui tekanan hidup. Sedangkan penelitian yang mengkaji pertahanan diri Maryam baik dalam mengelola permasalahannya sebagai seorang hamba sekaligus sebagai seorang wanita biasa, faktor-faktor pendukung yang menjadikan Maryam sebagai pribadi yang tangguh, seperti peran seorang ibu, belum tampak dari kajian akademisi. Untuk itu perlu kiranya sebuah pendekatan

¹⁶ Tazkia Anugraheni Perdana, "Kontekstualisasi Kisah Maryam Di Dalam Al-Qur'an Sebagai Basis Teladan Generasi Muda Muslim Era Kontemporer," *Taqaddumi: Journal of Quran and Hadith Studies*, 2021, doi:10.12928/taqaddumi.v1i1.4168.

¹⁷ Siti Masykuroh et al., "Kepahitan Hidup Maryam Dalam Kisah Al-Qur'an," *Al-Dzikra: Jurnal Studi Ilmu Al-Qur'an Dan Al-Hadits*, 2023.

¹⁸ Muhammad Shodiq Masrur and Azka Salsabila, "Peran Agama Dalam Kesehatan Mental Perspektif AlQuran Pada Kisah Maryam Binti Imran," *ISLAMIKA*, 2021.

khusus dalam rangka mengelaborasi terkait resiliensi oleh Maryam dan menyingkap aspek *maqāṣid* dari kisah Maryam, dalam konteks resiliensi seorang wanita dalam menghadapi persoalan hidup. Banyak faktor eksternal dan internal seorang manusia yang bisa mempengaruhi kemampuannya dalam mengelola masalah yang dihadapinya. Selain kemampuan diri sendiri untuk menjaga kesehatan mental, faktor lingkungan, genetik, dan pendidikan, bahkan lembaga pemerintahanpun seharusnya memiliki andil dan peran dalam upaya menjaga kesehatan mental ini, sehingga tidak terjadi *mental disorder* yang kerap kali berujung pada kasus bunuh diri yang bertentangan dengan nilai-nilai kemanusiaan dan keagamaan. Oleh karena itu penulis memilih pendekatan tafsir *maqāṣidi* sebagai pisau bedah untuk mengelaborasi kajian ini.

Pemilihan tafsir *maqāṣidi* memiliki relevansi yang erat dengan kajian ini. Karena manusia sebagai sebaik-baiknya ciptaan haruslah kuat dan resilien dalam menghadapi persoalan kehidupan. Pentingnya resiliensi ini juga sejalan dengan prinsip *maqāṣid* yakni *hiḏ nafs* (menjaga diri), *hiḏ 'aql* (menjaga akal), yang nantinya disinyalir akan saling berkaitan dengan aspek *maqāṣid* lain yang dielaborasi dengan konteks kekinian. Selain itu pemilihan pendekatan tafsir *maqāṣid* juga berdasarkan pada beberapa argumen: 1. Tafsir *maqāṣid* berupaya menguak tujuan dan maksud dari ayat-ayat al-Quran, sehingga persoalan yang tidak dibahas secara detail relatif bisa dikaitkan dengan ayat-ayat al-Quran, seperti halnya kajian Resiliensi. 2. Selain mengacu kepada *maqāṣid* primer (*hiḏ al-dīn*, *hiḏ al-nafs*, *hiḏ al-nasl*, *hiḏ al-māl* dan *hiḏ al-'aql*), Abdul Mustaqim juga mengembangkannya kepada dua rumusan lain yakni *hiḏ al-bi'ah* (menjaga

lingkungan) dan *hifz al-daulah* (menjaga negara). Oleh karena itu melalui pendekatan tafsir *maqāṣidi* akan didapati perspektif yang kaya terhadap interpretasi al-Quran dengan menekankan tujuan moral dan etika dalam pesan-pesan-Nya.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan problem akademik yang telah dijelaskan di atas, terdapat tiga rumusan masalah yang dibahas dalam penelitian ini:

1. Apa bentuk resiliensi dari kisah Maryam ?
2. Bagaimana aspek *maqāṣid* dari kisah Maryam dalam al-Quran?
3. Mengapa resiliensi menjadi penting dalam analisis tafsir *maqāṣidi* kisah Maryam?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengidentifikasi bagaimana bentuk resiliensi dari kisah Maryam dalam al-Quran.
2. Untuk menganalisis apa saja aspek *maqāṣid* dari kisah Maryam dalam al-Quran.
3. Untuk mengelaborasi signifikansi resiliensi dari kisah Maryam dalam analisis tafsir *maqāṣidi*.

D. Kegunaan Penelitian

Penelitian ini memiliki dua kegunaan: teoritis dan praktis. Secara teoritis penelitian ini berguna dalam menambah referensi terkait solusi dari al-Quran atas maraknya isu kesehatan mental, khususnya terkait resiliensi yang dielaborasi dari kisah Maryam .

Adapun secara praktisnya, kegunaan penelitian ini agar bisa menjadi landasan dalam upaya penjagaan mental yang sehat, dan sebagai salah satu panduan dalam upaya resiliensi di tengah-tengah peliknya problem kehidupan, baik bagi individu maupun masyarakat sosial.

E. Kajian Pustaka

Sebagai salah satu upaya untuk melakukan penelitian yang bersifat aktual dan menghasilkan kebaruan (*novelty*) serta menghindari terjadinya pengulangan penelitian sebelumnya sehingga berkontribusi dalam dunia penafsiran, maka penting untuk melakukan penelusuran atas penelitian-penelitian yang telah ada sebelumnya. Penulis menemukan beberapa penelitian yang berkaitan dan dan terkait dengan penelitian ini dengan pendekatan dan analisis yang beragam. Secara umum penelitian-penelitian terdahulu penulis petakan menjadi Tiga kecendrungan; *pertama*, penelitian yang membahas terkait resiliensi secara umum, *kedua*, penelitian yang mengelaborasi kisah Maryam dalam al-Quran dengan berbagai perspektif dan pendekatan, *ketiga*, penelitian yang secara khusus mengkaitkan kesehatan mental dan kisah Maryam di dalam al-Quran.

1. Kajian Seputar Resiliensi

Kajian perihal resiliensi dalam beberapa kasus cukup banyak ditemui dengan hasil yang berbeda-beda. Penelitian Kate M. Scot, dkk misalnya dalam jurnal Psikologi Kesehatan (*Psikoloogi Medicine*),¹⁹ mereka meneliti ketahanan terhadap gangguan mental pada lingkungan penduduk yang berpenghasilan

¹⁹ Kate M. Scott et al., "Resilience to Mental Disorders in a Low-Income, Non-Westernized Setting," *Psychological Medicine* 51, no. 16 (2021): 2825–34.

rendah dalam konteks budaya yang tidak kebarat-baratan. Penelitian semisal juga dilakukan oleh Sakurako S. Okuzono yang mengkaji resiliensi dalam masa pertumbuhan anak pada konteks lingkungan, pengalaman diskriminasi, dan kesehatan mental anak.²⁰ Penelitian lain yang dilakukan oleh Ofra Walter dan Sewar Shaalan yang mengkaji perbedaan ketahanan mental dan kecerdasan emosional antara dua generasi berbeda setelah perang pada penduduk di dataran tinggi Golan.²¹ Hasil penelitiannya menunjukkan generasi yang mengalami langsung peperangan, kondisi mental dan kecerdasan emosionalnya lebih lemah dibanding generasi setelahnya yang tidak mengalami masa peperangan. Penelitian lain yang meneliti terkait resiliensi dalam beberapa kasus ialah terkait kesehatan mental pasca pandemic Covid 19. Seperti yang dilakukan oleh R. Umam,²² N. Tanamal,²³ dalam pengembangan resiliensi diri pada masa pandemi Covid 19 melalui aspek religiusitas. penelitian lain dalam konteks pandemic Covid 19 terkait resiliensi pada anak dilakukan oleh R. Zamzam, dkk yang mencoba untuk mendeteksi kesehatan mental anak dalam upaya penguatan daya resiliensi pasca pandemi Covid 19.²⁴ Penelitian dengan objek serupa (resiliensi

²⁰ Sakurako S. Okuzono, Joseph Wilson, and Natalie Slopen, "Resilience in Development: Neighborhood Context, Experiences of Discrimination, and Children's Mental Health," *Development and Psychopathology*, 2023, 1–9.

²¹ Ofra Walter and Shaalan Siwar, "Personal Well-Being, Mental Resilience and Emotional Intelligence in First- and Second-Generation Druze in the Golan Heights," *Journal of Ethnic and Cultural Studies* 8, no. 3 (2021): 74–94.

²² Rois Nafi'ul Umam, "Aspek Religiusitas Dalam Pengembangan Resiliensi Diri Di Masa Pandemi Covid-19," *SANGKÉP: Jurnal Kajian Sosial Keagamaan*, 2021.

²³ Nini Adelina Tanamal, "Hubungan Religiusitas Dan Resiliensi Dalam Mempengaruhi Kesehatan Mental Masyarakat Terhadap Pandemi Covid 19," *JAGADDHITA: Jurnal Kebhinnekaan Dan Wawasan Kebangsaan*, 2021.

²⁴ Rohimi Zamzam et al., "Deteksi Dini Kesehatan Mental Dalam Penguatan Daya Resiliensi Anak Pasca Pandemi," *JIP - Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 2023.

pada anak) turut dilakukan oleh beberapa akademisi, seperti yang dilakukan oleh N. Mahmud, dkk.²⁵ R. Kusumiati dan A. Huwae.²⁶

Bagian lain dari resiliensi dalam beberapa kasus yang diteliti oleh para akademisi ialah dalam konteks perempuan, seperti penelitian yang dilakukan oleh Muwazah yang melakukan penelitian terkait pendidikan resiliensi pada anak *parentless* yang beribu nenek studi kasus pada tiga nenek yang sukses mengasuh cucu kandungnya.²⁷ Kasus lainnya yakni penelitian terkait resiliensi pada Ibu yang memiliki anak pengidap kelainan mental, seperti yang dilakukan oleh R. Suminta,²⁸ D. Pitaloka Priasmoro, dkk,²⁹ N. Hasanah,³⁰ A. Maharani.³¹ Penelitian-penelitian di atas merupakan bukti bahwa isu kesehatan mental dan upaya resiliensi merupakan isu yang telah menjadi perhatian hingga saat ini.

2. Kisah Maryam dalam kajian Tafsir

Penelitian terdahulu yang mengelaborasi kisah Maryam dalam al-Quran dilakukan oleh peneliti terdahulu dalam berbagai perspektif yang beragam.

²⁵ Nur Ulmy Mahmud et al., "Korelasi Resiliensi Terhadap Tingkat Stress Siswa Smp Berdasarkan Usia Pada Masa Pandemi Covid 19," *Jurnal Kesehatan*, 2022.

²⁶ Ratriana Yuliasuti Endang Kusumiati and Arthur Huwae, "Neuroticism Trait Personality, Social Support, Dan Resiliensi Akademik Mahasiswa Di Masa Pandemi Covid-19," *Jurnal Psikologi*, 2021.

²⁷ Azam Syukur Rahmatullah and Moh. Toriqul Chaer, "Pendidikan Resiliensi Pada Anak Yang Beribu Nenek (Studi Terhadap Tiga Nenek Sukses Yang Mengasuh Cucu Kandungnya)," *Muwazah*, 2020.

²⁸ Rini Risnawita Suminta, "Perempuan, Resiliensi Dan Lingkungan (Studi Pada Ibu Yang Memiliki Anak Retardasi Mental)," *PALASTREN Jurnal Studi Gender*, 2017.

²⁹ Dian Pitaloka Priasmoro and Ernawati Nunung, "Analisis Faktor- Faktor Yang Yang Berhubungan Dengan Resiliensi Orang Tua Anak Retardasi Mental (Down Syndrome) Studi Di Sdlb-C Yayasan Bhakti Luhur Kota Malang," *Jurnal Ilmu Keperawatan (Journal of Nursing Science)*, 2017.

³⁰ Nisaul Hasanah et al., "Resiliensi Orang Tua Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus," *JPPKh Lectura: Jurnal Pengabdian Pendidikan Khusus*, 2023.

³¹ Ariani Putri Maharani and Ria Utami Panjaitan, "Resiliensi Dan Hubungannya Dengan Tingkat Stres Orang Tua Yang Memiliki Anak Penyandang Autism Spectrum Disorder," *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 2019.

Seperti penelitian yang memkomparasikan kisah Maryam dalam al-Quran dengan sumber-sumber selain Islam, seperti yang dilakukan oleh Beko Hendro yang memkomparasikan karakteristik Maryam dan Isa As dalam al-Quran dan Bible.³² Penelitian serupa juga dilakukan oleh Hariyanti Putri yang memkomparasikan sosok Maryam dalam sumber Islam dan Katolik.³³ Tinjauan selanjutnya yakni penelitian yang mengelaborasi kisah Maryam melalui perspektif tafsir, yakni seperti yang dilakukan oleh Rahmawati Hunawa, dkk,³⁴ Mustaqimah,³⁵ Debibik Nabilatul Fauziah,³⁶ Haikal Mustafi,³⁷ Mizan Adillah,³⁸. Penelitian di atas mengulik kisah Maryam melalui beberapa penafsiran yang beragam, Rahmawati Hunawa mengulik aspek semiotika dari kisah Maryam, Fauziah mengkaji aspek tafsir *tarbawi* dalam konteks wanita pada kisah Maryam, dan Mustafi yang mengulik *I'jaz lughawi* dari kisah Maryam .

Selain mengkaji kisah Maryam dari berbagai aspek tafsir, para akademisi juga menyoroti aspek kehamilan Maryam, seperti yang dilakukan oleh Muhammad Shodiq Masrur dalam penelitiannya pendidikan *prenatal* perspektif

³² Beko Hendro, "Studi Komparatif Karakteristik Maryam Dan Isa Dalam Al Quran Dan Bible," *Jurnal Studi Agama*, 2020, doi:10.19109/jsa.v3i2.5128.

³³ Haryanti Putri, "Representasi Maryam Dalam Islam Dan Buku Semi Ilmiah Katolik," *Edu Society: Jurnal Pendidikan, Ilmu Sosial Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2023.

³⁴ Rahmawati Hunawa, Zainuddin Soga, and Riton Igisani, "Pesan Semiotika Dalam Surah Maryam," *Transformasi: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dan Keagamaan*, 2021.

³⁵ Maryam Wanita and Terbaik Sepanjang, "Maryam Wanita Terbaik Sepanjang Zaman (Kajian Tafsir Al-Qur'an)," *Al-Wahid*, 2021.

³⁶ Debibik Nabilatul Fauziah and Yayat Herdiana, "Pendidikan Wanita Dalam Al-Qur'an Perspektif Ahli Tafsir Dan Relevansinya Dengan Pendidikan Agama Islam," *HAWARI: Jurnal Pendidikan Agama Dan Keagamaan Islam*, 2022, <https://doi.org/10.35706/hw.v2i2.6095.d>

³⁷ Haikal Mustafi, "Al-I'jaz Al-Lughawi Fii Qishati Maryam: Tafsir Surah Maryam Al-Ayat 25," *Studia Quranika*, 2021.

³⁸ Mizan Adillah, "Sosok Maryam Dalam Al-Qur'an," *At-Tibyan*, 2020.

Islam yang dielaborasi dari kisah Maryam .³⁹ Dalam penelitiannya ini Masrur mengemukakan aspek-spek pendidikan *prenatal* yang dilakukan oleh Maryam selama masa kehamilan hingga melahirkan. dan penelitian lain terkait isu ini ialah studi *living quran* yang dilakukan oleh Anita Fitriya dan Siti Maulidatul Hasanah terkait pembacaan Surat Maryam dan surat Yusuf yang dilakukan oleh Ibu Hamil.⁴⁰ Mereka meneliti sebuah tradisi yang dilakukan oleh ibu hamil di desa Karangsono Kabupaten Jember tahun 2020.

Sebuah tulisan dari Silpia yang menulis skripsi dengan pembahasan QS. Maryam /19 :16-34 perspektif tafsir *maqāṣidi*.⁴¹ merupakan penelitian yang cukup dekat dan aktual dengan tema tulisan ini. Kendati skripsi tersebut menggunakan pisau bedah tafsir *maqāṣidi* namun Silpia hanya mengupas aspek *maqāṣid zahir* dan *maqāṣid batin* dari kisah Maryam, dengan menghubungkannya kepada interaksi antara Ibu dan Anak. Penelitian-penelitian yang telah disebutkan di atas menunjukkan pembahasan dan penelitian terkait kisah Maryam dalam al-Quran sangat beragam dengan berbagai perspektif dan pendekatan khusus. Dan ada satu tulisan skripsi yang ditulis menggunakan pisau bedah tafsir *maqāṣidi* namun terfokus kepada interaksi antara ibu dan anak.

3. Kesehatan Mental dalam Kisah Maryam

³⁹ Muhammad Shodiq Masrur, "Pendidikan Pranatal Perspektif Islam Dari Kisah Maryam," *Journal of Islamic Education Research*, 2021.

⁴⁰ Anita Fitriya and Siti Maulidatul Hasanah, "Pendidikan Prenatal Pada Ibu Hamil Di Desa Karangsono Kecamatan Bangsalsari Kabupaten Jember Tahun 2020 (Studi Living Qur'an: Internalisasi Surat Maryam Dan Surat Yusuf)," *Childhood Education : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 2021.

⁴¹ NIM.: 19105030006 Silpia, "Penafsiran Qs. Maryam [19]: 16-34 Perspektif Tafsir Maqasidi," July 12, 2023.

Beberapa peneliti terdahulu tercatat pernah mengelaborasi aspek kesehatan mental dari kisah Maryam dalam al-Quran, diantaranya yakni: Artikel yang ditulis oleh Fatimah dan Hasiah terkait aspek psikologi Maryam dalam al-Quran. Dalam penelitiannya ini mereka mengungkap bagaimana karakter Maryam dalam al-Quran serta aspek psikologi Maryam dalam menghadapi peristiwa luar biasa saat melahirkan Nabi Isa As yang dielaborasi dari QS. Ali Imran ayat 42-48 penelitian ini terfokus kepada peristiwa kehamilan hingga kelahiran Nabi Isa. As. Penelitian yang dilakukan oleh Siti Masykuroh, dkk,⁴² yang meneliti kepahitan-kepahitan yang dilalui Maryam dalam hidupnya. Penelitian ini hanya mendeskripsikan bagaimana pahitnya kehidupan yang dilalui Maryam semenjak ia lahir hingga melahirkan Nabi Isa. As. Penelitian yang dilakukan oleh Azka Salsabila dan M Shodiq Masrur,⁴³ dalam penelitian ini mereka fokus mengkaji sejauh mana peran agama dalam kesehatan mental yang dielaborasi dari kisah Maryam. Analisa yang mereka lakukan menghasilkan kesimpulan bahwa agama sangatlah berperan dalam upaya menjaga kesehatan mental. Penelitian ini tidak mengkaji lebih jauh aspek lain dari kesehatan mental dalam kisah Maryam, hanya terfokus kepada keterpengaruhannya agama dalam menjaga kesehatan mental.

Pada klasifikasi ketiga ini penelitian terhadap kisah Maryam hanya terbatas kepada aspek psikologis Maryam dalam masa kehamilan dan melahirkan, adapun yang menyinggung aspek kesehatan mental Maryam hanya

⁴² Masykuroh et al., "Kepahitan Hidup Maryam Dalam Kisah Al-Qur'an."

⁴³ Azka Salsabila and Muhammad Shodiq Masrur, "Peran Agama Dalam Kesehatan Mental (Kajian Psikologis Atas Kisah Maryam Binti Imran Dalam QS Maryam: 18-22)," *Akademika*, 2020.

penelitian dari Masrur dan Salsabila, itupun hanya terfokus kepada aspek religiusitas dan peran agama dalam menjaga kesehatan mental, sedangkan penelitian yang meneliti bagaimana resiliensi yang dilakukan oleh Maryam dalam tinjauan tafsir *maqāṣidi* belum terlihat sama sekali.

Dari hasil penelusuran atas tulisan-tulisan yang disebutkan di atas, penelitian ini yang mengkaji resiliensi dari kisah Maryam dalam al-Quran dalam tinjauan analisis tafsir *maqāṣidi* dapat dikatakan sebagai sebuah penelitian yang relatif baru dengan beberapa argumen: 1) dengan tafsir *maqāṣidi*, tujuan utama (*maqāṣid*) dari kisah Maryam yang berkaitan dengan resiliensi, akan tampak dan terpetakan dalam upaya menjaga kesehatan mental. 2). Melalui pendekatan ini, proses resiliensi ataupun penjagaan kesehatan mental bukan hanya tanggung jawab individu, namun merupakan tanggung jawab kolektif. Dengan cara menganalisis sebab dan dampak dari terjadinya *mental disorder*, serta dengan mengkaitkan satu aspek *maqāṣid* dengan aspek *maqāṣid* lainnya, seperti menjaga lingkungan (*hiḏ al-bi'ah*) untuk menciptakan lingkungan yang kondusif dan menjaga Negara (*hiḏ al-daulah*) dengan aspek *maqāṣid hiḏ nafs* dan *hiḏ 'aql*.

F. Kerangka Teori

1. Resiliensi

Resiliensi memiliki dimensi dan defenisi yang beragam menurut para ahli, menurut Mastern dan Coatsworth⁴⁴ diartikan sebagai kekuatan elementer yang

⁴⁴ Wiwin Hendriani, *Resiliensi Psikologis* (Jakarta: Kencana, 2022), 22.

menjadi pijakan berbagai karakter positif yang ada dalam diri seseorang. Secara umum resiliensi ditandai dengan beberapa karakteristik, antara lain: kemampuan menghadapi kesulitan, ketangguhan dalam menghadapi stress, atau bangkit dari trauma yang dialami. Emmy Werner dan Ruth Smith mendefinisikan resiliensi sebagai kemampuan seseorang untuk mengatasi permasalahan yang dihadapi. Mereka menyatakan bahwa resiliensi melibatkan faktor-faktor seperti kepribadian, dukungan sosial, dan faktor lingkungan.⁴⁵ Sementara Reivich dan Shatte yang mengembangkan model resiliensi yang dikenal dengan sebutan "*Penn Resiliency Program*." Menurut mereka, resiliensi melibatkan tiga komponen utama: optimisme, ketahanan (persistence), dan ketangguhan (bouncing back).⁴⁶ Grotberg menjelaskan bahwa resiliensi merupakan kapasitas yang bersifat universal dan dengan kapasitas tersebut, individu, kelompok ataupun komunitas mampu mencegah, meminimalisir ataupun melawan pengaruh yang bisa merusak saat individu mengalami musibah atau kemalangan.⁴⁷ Para ahli mungkin berbeda-beda dalam menekankan aspek-aspek tertentu dalam mengembangkan resiliensi, namun secara keseluruhan resiliensi melibatkan interaksi antara faktor-faktor personal, sosial dan lingkungan dalam upaya menghadapi tantangan hidup.

⁴⁵ Ike Herdiana, "Resiliensi Keluarga : Teori, Aplikasi Dan Riset," *PSIKOSAINS (Jurnal Penelitian Dan Pemikiran Psikologi)* 14, no. 1 (2019), 45.

⁴⁶ Hendriani, *Resiliensi Psikologis*, 23.

⁴⁷ Zahrotul Uyun, "Resiliensi Dalam Pendidikan Karakter," *Prosiding Seminar Nasional Psikologi Islami*, April 21, 2012, 68.

Resiliensi berkaitan erat dengan level *distress*⁴⁸ yang dimiliki oleh seseorang. Resiliensi turut memainkan peran penting dalam membantu individu untuk dapat bertahan dari banyak factor penyebab *distress* psikologis. Individu yang memiliki resiliensi merasa mampu mencapai tujuannya dalam situasi kemunduran, tenang, fokus dalam menghadapi tantangan dan persoalan yang dialaminya.⁴⁹ Individu yang resilien akan mampu beradaptasi dengan baik dalam situasi trauma, cemas, dan menyebabkan stress lainnya. Sehingga individu yang resilien akan memiliki tingkat distress yang rendah.

2. Tafsir *Maqāṣidi*

Guna terarahnya penelitian ini dan tercapainya tujuan awal dari tulisan ini, diperlukan sebuah kerangka teori sebagai kompas dalam proses penelitian. Hal ini lantaran kerangka teori sebagai penunjuk arah dan jalan yang akan mengantarkan kepada tujuan yang diinginkan dari penelitian ini. Kesalahan dalam memilih teori akan berakibat kepada *missunderstandig* dan kesalahan dalam hasil penelitain. Oleh karena itu melalui berbagai pertimbangan, dalam penelitian ini kerangka teori yang akan penulis gunakan ialah tafsir *maqāṣidi* yang digagas dan sedang dikembangkan oleh Abdul Mustaqim.

Tafsir *maqāṣidi* merupakan sebuah metode penafsiran yang relatif baru dan cukup populer bagi akademisi tafsir saat ini. Teori ini pada asalnya lahir dari tradisi keilmuan dan peradaban Islam, sebagaimana yang diterangkan oleh Abdul Mustaqim dengan meruntut praktik penafsiran berbasis *maqāṣid* mulai

⁴⁸ Kondisi negatif seperti kepedihan atau penderitaan mental yang mencakup perasaan terkait dengan depresi dan kecemasan

⁴⁹ Fatimah Azzahra, "Pengaruh Resiliensi Terhadap Distres Psikologis Pada Mahasiswa," *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan* 5, no. 1 (February 20, 2017), 86.

era Nabi Muhammad.⁵⁰ Term *maqāṣid* sendiri merujuk pada *maqāṣid syari'ah* yang berkembang dalam ilmu *Uṣul Fiqih*, yang identik dengan lima *maqāṣid* utama (primer). Setidaknya ada beberapa tokoh yang sering dirujuk dalam kajian *maqāṣid*, di antaranya adalah Thahir Ibn Ashur, Yusuf al-Qardawi, Alal al-Fasi, Ahmad al-Raisuni, dan Jasser Audah.⁵¹ Karenanya, bisa dikatakan bahwa tafsir *maqāṣidi* merupakan pengembangan dari konsep *maqāṣid syari'ah*.

Abdul Mustaqim mengkritik penerapan *maqāṣid* yang sejauh ini hanya terfokus kepada ayat-ayat hukum. Padahal di dalam al-Quran tidak semua ayat mengindikasikan aspek-aspek hukum di dalamnya, seperti ayat-ayat tentang *amṣal* (perumpamaan), kisah-kisah terdahulu, ekologis, eskatologis, sosial-politik.⁵² Dalam penelitian ini mengkaji ayat-ayat tentang kisah Maryam di dalam al-Quran. Perumusan teori tafsir *maqāṣidi* ini sebagai sebuah pendekatan yang moderat dalam menafsirkan al-Quran, teori ini hadir di tengah-tengah dua tipolar pendekatan tafsir, yakni tekstualis-skriptualis dan liberalis-deskriptualis, yang masing-masing saling bertolak belakang. Adapun definisi tafsir *maqāṣidi* yang dirumuskan Abdul Mustaqim yakni:

“Salah satu pendekatan dalam penafsiran al-Qur’an yang menekankan pada upaya penggalian dimensi *maqāṣidiyah*, baik yang bersifat fundamental (pokok) maupun yang partikular (cabang), berbasis pada teori *maqāṣid* al-

⁵⁰ Abdul Mustaqim, “Argumentasi Keniscayaan Tafsir Maqashidi Sebagai Moderasi Islam (Pidato Pengukuhan Guru Besar Dalam Bidang Ulumul Qur’an),” *Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga*, 2019, 20.

⁵¹ Muhammad Naufal Hakim, “Maqāshidiyyah Integratif Dan Prinsip Metodologi Teori Tafsir Maqāshidi Abdul Mustaqim,” *Islamadina : Jurnal Pemikiran Islam*, 2023.

⁵² Mustaqim, “Argumentasi Keniscayaan Tafsir Maqashidi Sebagai Moderasi Islam (Pidato Pengukuhan Guru Besar Dalam Bidang Ulumul Qur’an),” 41.

Qur'an dan *maqsidh syari'ah*, yang dimaksudkan untuk merealisasikan kemaslahatan dan menilak kerusakan".⁵³

Abdul Mustaqim menuturkan bahwa dari teori tafsir *maqāṣidi* ini terdapat pergeseran maqashid dari teosentris menuju antroposentris. Menurutnya tafsir *maqāṣidi* harus dapat mengungkap tujuan-tujuan al-Quran yang bisa menjawab permasalahan keagamaan masyarakat masa kini dengan berpedoman pada fitrah kemanusiaan (humanisme). Paradigma tafsir *maqāṣidi* yang bersifat humanisme ini dinilai bisa menghasilkan sebuah produk tafsir yang responsif, humanis, dinamis, historis, serta akomodatif.⁵⁴ dalam konteks penelitian ini merespon *problem* isu kesehatan mental yang menjadi trending isu nomor satu di dunia.

Dalam teori tafsir *maqāṣidi* ini, Abdul Mustaqim mengembangkan Lima aspek maqashid yang menjadi landasan dari maqashid syariah dan maqashid al-Quran. Selain aspek fundamental *hifẓ al-dīn* (menjaga agama), *hifẓ al-nafs* (menjaga jiwa), *hifẓ al-nasl* (menjaga keturunan), *hifẓ māl* (menjaga harta), *hifẓ al-'aql* (menjaga akal), ia juga menambah dua aspek lain yakni *hifẓ al-bi'ah* (menjaga lingkungan) dan *hifẓ al-daulah* (menjaga negara). Konsep penjagaan *maqāṣid* di atas dapat dilakukan dalam dua aspek berikut, yakni *min haisu al-adam* (sisi protektif), dan *min haisu al-wujud* (sisi produktif). Selain dalam upaya mencapai *maqāṣid* dari ayat al-Quran harus memperlihatkan nilai-nilai fundamental dari masqashid yang terbagi kepada 5 nilai, yakni. 1.) *al-'adalah*

⁵³ Abdul Mustaqim, *Pengertian, Tujuan dan Signifikansi Tafsir Maqāṣidi*, di Kuliah Online Tafsir Maqāṣidi Pertemuan Pertama, 18 September 2020, diakses pada 27/11/23 pukul 23.00 WIB.

⁵⁴ Mustaqim, *Argumentasi* 46–48.

(nilai keadilan); 2.) *Insaniyah* (nilai kemanusiaan); 3.) *Wasatiyah* (nilai moderasi); 4.) *Hurriyah masuliyah* (nilai kebebasan disertai tanggung jawab; 5.) *al-Musawah* (nilai kesetaraan).⁵⁵

Adapun terkait langkah-langkah metodologisnya, berikut beberapa prinsip metodologi yang telah dirumuskan oleh Abdul Mustaqim.

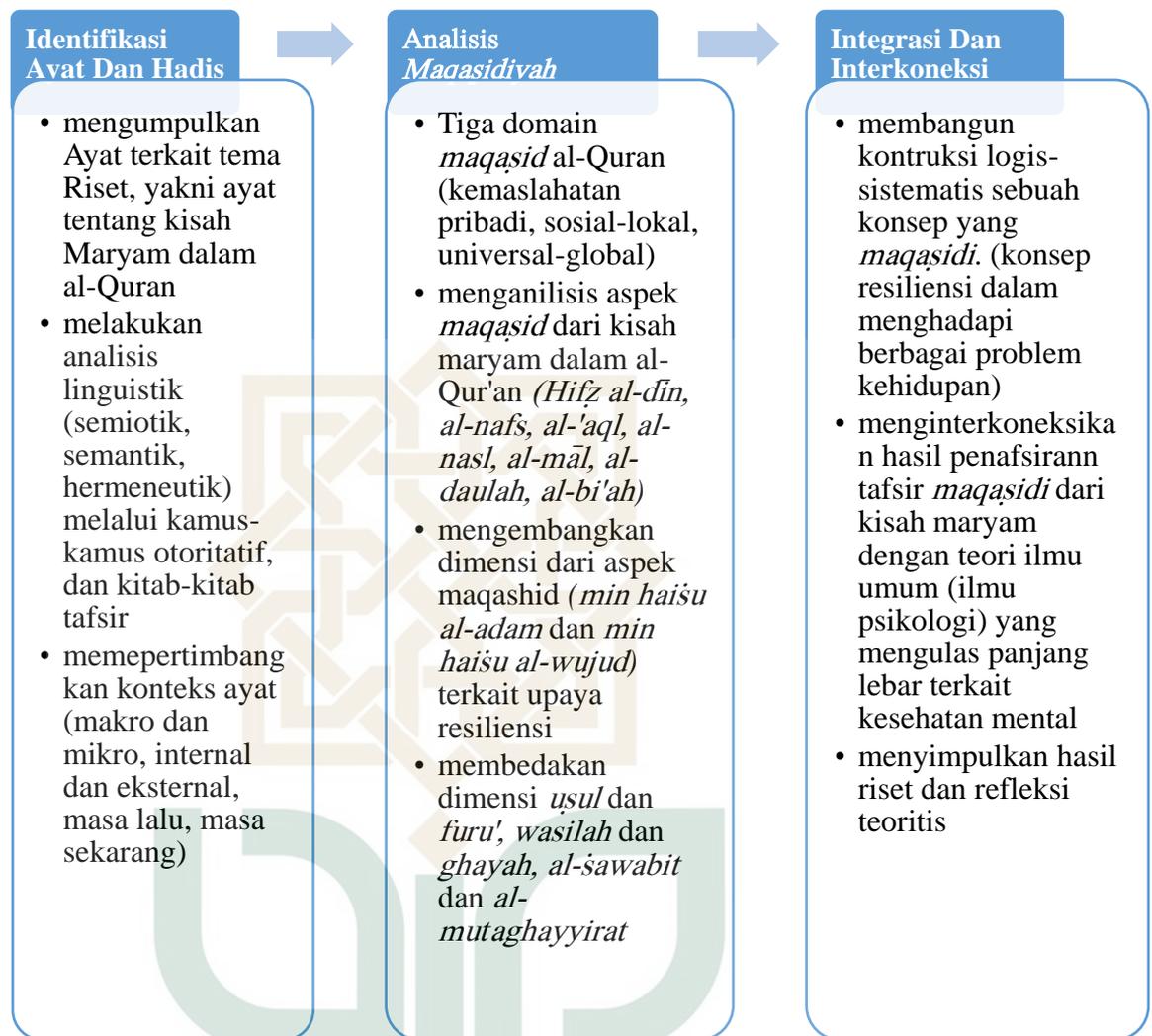
1. menentukan tema dan argumentasi ilmiah mengapa tema itu penting untuk diteliti, yang dalam penelitian ini adalah resiliensi dalam kisah Maryam (dijelaskan di latar belakang penelitian ini)
2. mengumpulkan ayat-ayat terkait tema. Dalam penelitian ini, ayat-ayat al-Qur'an dikumpulkan yakni ayat-ayat tentang kisah Maryam, serta mengetengahkan hadis-hadis yang menceritakan kisah Maryam. (dijelaskan pada bab tiga Penelitian ini)
3. melakukan pembacaan atas literatur kitab-kitab tafsir terkait ayat-ayat yang sedang dikaji (dijelaskan pada bab tiga penelitian ini)
4. melakukan analisis kebahasaan berbasis kamus dan kitab tafsir terkait term dan makna yang berhubungan dengan tema. (dijelaskan pada bab tiga penelitian ini)
5. menjelaskan konteks makro dan mikro, internal dan eksternal, masa lalu dan masa sekarang dari ayat-ayat terkait isu atau tema yang dikaji. (dijelaskan pada bab tiga penelitian ini)
6. menjelaskan dan melakukan klasifikasi perihal aspek-aspek yang bersifat *uṣul* dan *furu'*, *wasilah* (sarana) dan *gayah* (tujuan), *al-sawabit* dan *al-*

⁵⁵ Mustaqim, Argumentasi 33.

mutagahayyirat yang diperoleh dari pemahaman atas ayat-ayat terkait pembahasan. (dijelaskan pada bab empat penelitian ini) (dijelaskan pada bab empat penelitian ini)

7. menganalisa pesan-pesan ayat yang diteliti dengan teori tafsir *maqāṣidi*, yang meliputi aspek *maqasid* (*Hifz al-dīn, al-nafs, al-‘aql, al-nasl, al-māl, al-daulah, al-bi’ah*) (dijelaskan pada bab empat penelitian ini)
8. nilai-nilai *maqāṣid*, dan gradasi *maqāṣid*. (dijelaskan pada bab empat penelitian ini)
9. merumuskan kesimpulan sebagai jawaban atas problem akademik dan novelty (kebaruan) dari riset yang dilakukan.

Dalam penerapan langkah-langkah metodologis tafsir *maqāṣidi* setidaknya berikut panulis paparkan alur berfikir dari metodologi tafsir *maqāṣidi* dalam menguak resiliensi dalam kisah Maryam.



G. Metode Penelitian

1. Jenis Penelitian

Penelitian ini bersifat kualitatif, yakni penelitian yang lebih menekankan pencarian makna dan konsep yang diperoleh dan diperas dari data kepustakaan (*library*) dan data-data lain yang telah terdokumentasikan.

2. Pendekatan Penelitian

Penelitian ini bermaksud menganalisis pandangan al-Quran yang diturunkan Allah Swt kepada Nabi Muhammad Saw di Jazirah Arab sekitar seribu tahun yang lalu menanggapi isu aktual, yakni terkait resiliensi mental,

maka diperlukan pendekatan yang tidak hanya mampu menggali makna literal al-Quran, akan tetapi juga *maqāṣid* (tujuan, signifikansi, ideal moral) yang terkandung dalam ayat-ayat terkait kisah Maryam . Tafsir *maqāṣidi* sebagai sebuah *approach* yang menjembatani dua kutub pendekatan tafsir yang saling bersebrangan, yakni tekstualis-skriptualis dan liberalis-deskriptualis.⁵⁶ Oleh karena itu, penulis memilih pendekatan tafsir *maqāṣidi* yang berupaya mencari tujuan-tujuan (*maqāṣid*), tanpa mengabaikan makna literal.

Perosalan resiliensi tidak hanya cukup dikaji berdasarkan pemahaman atas ayat-ayat al-Quran, namun mesti pula disertai dengan pemahaman yang baik atas aspek-aspek yang mendukung terwujudnya mental yang kuat dan tahan banting. Alasan ini semakin menguatkan bahwa pendekatan tafsir *maqāṣidi* merupakan pilihan tepat untuk mengkaji persoalan resiliensi. Hal ini didasarkan, selain masih melestarikan kaidah-kaidah tafsir yang telah dirumuskan oleh para ulama, tafsir *maqāṣidi*, juga membuka pendekatan-pendekatan di luar keilmuan tafsir, seperti teori-teori sosial kritis sebagai alat bantu memahami fenomena yang dikaji sehingga bisa mengonsepsikannya secara tepat. Dengan demikian, pendekatan berbasis integrasi dan interkoneksi antar keilmuan sebagaimana yang diamini oleh tafsir *maqāṣidi* niscaya digunakan, dengan harapan penelitian ini nantinya tidak hanya berakhir pada seruan moral yang sangat umum tanpa membincangkan faktor dan akar masalah yang kompleks dan langkah solutif dalam meresiliensi di era kontemporer.

⁵⁶ Hakim, "Maqāshidiyyah Integratif Dan Prinsip Metodologi Teori Tafsir Maqāshidī Abdul Mustaqim," 191.

3. Sumber Data

Secara umum data dari penelitian ini terdiri dari dua kategori sebagai berikut.

a. Data Primer

Data primer dari penelitian ini adalah ayat-ayat al-Qur'an tentang kisah Maryam. Melalui penelusuran penulis ayat al-Quran yang menceritakan kisah Maryam secara detail tertulis dalam QS. Maryam ayat 16-32. Selain itu, data primer dari penelitian ini juga menggunakan sumber terkait tafsir *maqāṣidi*.

b. Data sekunder

Data sekunder dari penelitian ini meliputi kitab-kitab tafsir, Perjanjian lama sebagai pembandingan dari kisah Maryam, data tentang resiliensi, baik hasil riset, artikel, buku, dan teori-teori sosial yang mendukung penelitian ini seperti aspek psikologi.

4. Teknik pengumpulan data

Dalam penelitian ini, pengumpulan data berdasarkan *library research*, yakni data-data yang diperlukan dicari dan dikumpulkan dari buku-buku, arsip, dokumen, jurnal, catatan-catatan, dokumentasi audiovisual, monografis, diaries, dan surat-surat, yang dalam penelitian ini berarti mengumpulkan ayat-ayat al-Quran beserta tafsirnya terkait kisah Maryam, lalu menggali *maqāṣid* dan data-data yang menjelaskan tentang resiliensi.

5. Teknik Analisis Data

Dalam proses penelitian, data yang diperoleh perlu dianalisis supaya terorganisasi dan tersusun dengan baik, sehingga fokus pada suatu tema dan hipotesis yang sesuai dengan arah data. Karena penelitian ini melibatkan teks ayat al-Quran dan data-data terkait resiliensi dari kisah Maryam, maka teori penafsiran (interpretasi), hermeneutika (jika diperlukan) dan teori sosial terkait kesehatan mental akan dilibatkan sebagai teknik analisis data.

H. Sistematika Penulisan

Dalam upaya menciptakan penelitian yang terstruktur dengan baik, perlu kiranya disusun sebuah sistematika yang akan menjadi alur dan panduan dalam penulisan penelitian ini, berikut sistematika penulisan yang menjadi panduan dalam kepenulisan penelitian ini:

Bab pertama, Pendahuluan, diawali dengan latar belakang masalah yang menyebabkan munculnya penelitian ini yang dilihat dari fakta social beserta fakta akademik terkait resiliensi dari kisah Maryam dalam al-Quran yang dianalisis melalui tafsir *maqasidi*. kemudian rumusan masalah yang nantinya akan di pecahkan beserta tujuan dari penelitian ini; studi literatur guna menempatkan tulisan ini diantara penelitian-penelitian terdahulu agar tidak terjadi pengulangan penelitian; kerangka teori; metode penelitian beserta sistematika pembahasan.

Bab kedua berisi dua aspek penting yang menjadi objek dari penelitian ini, yakni *pertama*, penjelasan terkait sosok Maryam yang ditinjau dari al-Quran dan sumber-sumber lain yang kredibel sebagai pendukung, seperti tafsir, perantaraan lama, dll. *Kedua*, penjelasan terkait aspek kesehatan mental, dan resiliensi

Bab ketiga, penjelasan terkait objek material dari penelitian ini yakni ayat-ayat yang menceritakan kisah Maryam, ditinjau melalui tafsir *maqasidi*.

Bab keempat, analisis konsep resiliensi yang terdapat dalam kisah Maryam dalam al-Quran yang ditinjau melalui pendekatan tafsir *maqasidi*, beserta implikasi dari resiliensi yang diintegrasikan dan interkoneksi dengan aspek ilmu psikologi.

Bab kelima, penutup, berisi kesimpulan dari uraian jawaban pertanyaan-pertanyaan penelitian yang terdapat di rumusan masalah, beserta beberapa rekomendasi tindak lanjut dari penelitian ini.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan terkait resiliensi dalam kisah Maryam perspektif tafsir *maqasidi* penulis memperoleh kesimpulan sebagai berikut. *Pertama*, bentuk resiliensi dari kisah Maryam terlihat dari beberapa kejadian yang dialami Maryam, yaitu: mencari ketenangan batin/*uzlah*, besikap hati-hati bertemu orang asing dan menyaring informasi yang diterima, menghindari keramaian ketika mendapat persoalan, adanya dukungan dari orang terdekat ketika mengalami putus asa, tidak berbicara ketika bertemu dengan lain yang mencaci dan menghina. *Kedua*, kisah Maryam ini secara keseluruhan selain dari sisi teologis bertujuan dan memuat pesan agar mentauhidkan Allah Swt, namun juga memuat pesan agar setiap individu memiliki kondisi mental dan kesehatan yang kuat. Hal itu bisa diperoleh dengan memperhatikan aspek-aspek *maqasid* diantaranya; *hifz al-dīn*, (Uzlah yang dilakukan oleh Maryam) *hifz nafs* (Maryam mengasingkan diri ketika hamil dan dukungan yang diberikan oleh Jibril ketika Maryam berputus asa) *hifz nasl* (Hannah mempersiapkan Maryam agar menjadi keturunan yang berkualitas), *hifz māl* (perintah untuk berusaha memenuhi kebutuhan hidup sehari-sehari), *hifz ‘aql* (Maryam diasuh dan dididik oleh Zakariya), *hifz al-bi’ah* (Allah menyediakan sumber air dan pohon kurma untuk Maryam pasca melahirkan). Kisah Maryam ini juga memuat nilai-nilai *maqāsid* diantaranya: *‘adalah*(proses pemilihan hak asuh Maryam). *Musawah* (Kesetaraan dalam pengabdian di Baitul Maqdis).

Insaniyah (perlakuan diskriminatif terhadap Maryam). *Hurriyah masuliyah* (kebebasan Maryam untuk menjalani hidupnya sebagai seorang pengabdian di Baitul Maqdis) *Ketiga*, konsep resiliensi dari kisah Maryam meliputi faktor yang mempengaruhi resiliensi Maryam, yaitu; Faktor biologis, Didikan yang baik, lingkungan sosial, pengalaman spiritual. Strategi resiliensi Maryam yang diambil dari nilai-nilai universal kisah Maryam antara lain; Membangun koneksi, membentuk pola pikir dan menanamkan semangat religiusitas, menjaga kesehatan fisik dan psikis, dan memiliki *problem solving* yang baik. Resiliensi bisa dimiliki oleh siapa pun dan bisa diwujudkan melalui peran semua elemen, dan wanita memainkan peran penting dalam pembentukan resiliensi mental.

B. Saran

Penelitian yang baik bukan hanya penelitian yang memberikan penemuan baru dalam dunia akademik, namun juga bisa memberikan rangsangan untuk penelitian-penelitian selanjutnya. Penulis tidak mengklaim penelitian ini sebagai karya yang sempurna, penulis menyadari banyak kekurangan dan butuh perbaikan dan pengembangan terkait penelitian ini.

Kisah Maryam dalam penelitian ini dielaborasi menggunakan perspektif tafsir *maqasidi* yang dikaitkan dengan aspek resiliensi. Keluasan ini memberikan peluang kepada penulis selanjutnya untuk mengelaborasi kisah Maryam maupun kisah-kisah lainnya dalam al-Quran dengan memfokuskan kepada berbagai aspek. Atau penelitian terkait resiliensi yang dielaborasi dari kisah-kisah lainnya di dalam al-Quran. Maka dari itu penelitian terkait kisah Maryam dalam al-Quran dari berbagai perspektif masih terbuka untuk dilakukan.

DAFTAR PUSTAKA

- Adiliah, Mizan. “Sosok Maryam Dalam Al-Qur’an.” *At-Tibyan*, 2020.
- Ahmad bin Hanbal. *Al-Musnad Lil Imam Ahmad Bin Hanbal*. Beirut: Dar al-Fikr, n.d.
- Aisyaroh, Noveri, Penelitian Kesehatan, Noveri Aisyaroh, Isna Hudaya, and Ratna Supradewi. “Kesehatan Mental Remaja Di Indonesia Dan Faktor Yang Mempengaruhi : Literature Review,” 2022.
- Al-Aṣḥānī, al-Rāḡib Abu al-Qasim al-Husain bin Muhammad bin Mufaddal. *Mufradat Fi Garib Al-Qur’an*. Edited by Ahmad Saini Dahlan. Depok: Pustaka Khazanah Fawaid, 2017.
- al-Firuzabadi, Muhammad bin Yaqub. *Baṣā’ir Ḍawī Al-Tamyiz Fi Laṭa’if Al-Kitāb Al-’Azīz*. Kairo: Majlis Tinggi Urusan Islam - Komite Kebangkitan Warisan Islam, 1973.
- Al-Ghazali, Abu Hamid. “Ihya’ Ulumuddin.” *Dar Ibnu Hazm*, 1995.
- Al-Halabi, Al-Samīn. *’Umdat Al-Huffāz Fī Tafsīr Asyraf Al-Alfāz*. Beirut: Dār al-Kutub al-Ilmiyyah, 1996.
- al-Qasīmi, Jamāl al-Dīn. *Mahāsin Al-Ta’wīl*. Beirut: Dār al-Kutub al-Ilmiyyah, 1997.
- al-Qurtubī, Muhammad bin Ahmad. *Al-Jāmi’ Li Ahkām Al-Qur’an*. Beirut. Mu’assasah al-Risalah, 2006.
- al-Rāzi, Muhammad Fakhr al-Dīn. *Mafātīh Al-Ghaib*. Beirut: Dar al-Fikr, 1981.
- al-Sa’alabi, Abu Zaid. *Al-Jawāhir Al-Hisān Fi Tafsīr Al-Qur’an*. Beirut: Dār Ihyā al-Turās al-’Arabi, 1997.
- Al-Suyūṭi, Jalal al-dīn. *Al-Asybah Wa Al-Nazair Fi Qawa’id Wa Furu’ Fiqih Al-Syafi’i*. Beirut: Dar al-Kutub al-’Ilmiyyah, 1983.
- al-Thabari, Muhammad bin Jarir. *Jami Al-Bayan ‘an Ta’wili Ayyi Al-Quran*.

- Kairo: Dar Hija, 2001.
- al-Zuhaili, Wahbah. *Tafsir Al-Munir*. Edited by dkk Terj: Al-Kattani, Abdul Hayyie. Yogyakarta: Gema Insani, n.d.
- Amin, S. M. *Ilmu Tasawuf*. Jakarta: Amzah, 2015.
- “APA Dictionary of Psychology.” *Choice Reviews Online*, 2007. <https://doi.org/10.5860/choice.44-3029>.
- Ariadi, Purmansyah. “Kesehatan Mental Dalam Perspektif Islam.” *Syifa’ MEDIKA: Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 2019.
- Arifin, M. *Teori-Teori Konseling Agama Dan Umum*. Jakarta: Golden Terayon Press, 2003.
- at-Tirmizi, Abu Isa Muhammad bin Isa. *Al-Jami’ Al-Kabir*. Beirut: Dar al-Gharb al-Islami, 1996.
- Azzahra, Fatimah. “Pengaruh Resiliensi Terhadap Distres Psikologis Pada Mahasiswa.” *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan* 5, no. 1 (February 20, 2017): 80–96.
- Baqi, Muhammad Fuad Abdul. *Al-Mu’jam Al-Mufahras Li Al-Faz Al-Qur’an Al-Karim*, 1998.
- Befus, A Dean, and Judah Denburg. “The Mind-Body of Allergic Diseases.” *Allergy, Asthma & Clinical Immunology* 2008 4:14, no. 1 (March 15, 2008): 1–1.
- Benson Robert Matthews, RoseAnn J. “John the Baptist: The Miracle and the Mission,” July 1, 2009. <https://typeset.io/papers/john-the-baptist-the-miracle-and-the-mission-3dsv009ydq>.
- Chandra, Tri Ulva, and Aldo Marezka Putra. “Urgensi Literasi Sejak Dini : Telaah Nilai.” *Jurnal Iklila* 3 (2024): 1–5.
- Dattani, Saloni, Lucas Rodés-Guirao, Hannah Ritchie, and Max Roser. “Mental

Health.” *Our World in Data*, December 28, 2023.

Drajat, Zakiyah. *Pendidikan Agama Dalam Pembinaan Mental*. Jakarta: Bulan Bintang, 1982.

Fitriya, Anita, and Siti Maulidatul Hasanah. “Pendidikan Prenatal Pada Ibu Hamil Di Desa Karangsono Kecamatan Bangsalsari Kabupaten Jember Tahun 2020 (Studi Living Qur’an: Internalisasi Surat Maryam Dan Surat Yusuf).” *Childhood Education : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 2021.

Forum Kajian Ilmiah Ahla Shuffah. *Tafsir Maqashidi Kajian Tematik Maqashid Al-Syari’ah*. Kediri: Lirboyo Press, 2013.

Fuad, Ikhwan. “Menjaga Kesehatan Mental Perspektif Al-Qur’an Dan Hadits.” *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi* 1, no. 1 (June 30, 2016): 31–50.

Geneva. “Mental Health - a Human Right for People Affected by Tuberculosis.” World Health Organization, 2023. <https://www.who.int/news/item/09-10-2023-mental-health-a-human-right-for-people-affected-by-tuberculosis>.

Ghazali, Bahri. *Kesehatan Mental*. *Early Childhood Education Journal*, 2016.

Grotberg, E.H. “The International Resilience Project.” *54th Annual Convention, International Council of Psychologists*, 1996.

Hakim, Muhammad Naufal. “Maqâshidiyyah Integratif Dan Prinsip Metodologi Teori Tafsîr Maqâshidî Abdul Mustaqim.” *Islamadina: Jurnal Pemikiran Islam*, 2023.

HAMKA. *Tafsir Al-Azhar*. Singapore: Pustaka Nasional Singapura, n.d.

Handayani, Eka Sri. *Kesehatan Mental*. Banjarmasin: Universitas Islam Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin, 2022.

Hasanah, Nisaul, Effran Zudeta, Bintha Ustafiano, and Sri Wahyuni. “Resiliensi Orang Tua Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus.” *JPPKh Lectura: Jurnal Pengabdian Pendidikan Khusus*, 2023.

- Hendriani, Wiwin. *Resiliensi Psikologis*. Jakarta: Kencana, 2022.
- Hendro, Beko. “Studi Komparatif Karakteristik Maryam Dan Isa Dalam Al Quran Dan Bible.” *Jurnal Studi Agama*, 2020.
- Herdiana, Ike. “Resiliensi Keluarga : Teori, Aplikasi Dan Riset.” *PSIKOSAINS (Jurnal Penelitian Dan Pemikiran Psikologi)* 14, no. 1 (2019): 1.
- Hunawa, Rahmawati, Zainuddin Soga, and Riton Igisani. “Pesan Semiotika Dalam Surah Maryam.” *Transformasi: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dan Keagamaan*, 2021.
- Ibn Manzūr. *Lisān Al-Arab*. Kairo: Dār Sadfīr, 1994.
- Ibnu ishaq. *Sirah Nabawiyah*. Edited by Ibnu Hisyam. Jakarta: Akbar Media, 2015.
- Ibrahim, Aji Muhammad, and Farah Aisyah Bela. “Tafsir Maqashidi Prespektif Abdul Mustaqim.” *JIQTA: Jurnal Ilmu Al-Qur’an Dan Tafsir*, 2023.
- imam al-tbahari. *Tafsir Ath-Thabari*. Jakarta: pustaka azzam, 2007.
- IPSOS. “IPSOS Global Health Service Monitor 2023.” Paris, 2023.
- Istiqomah, Istiqomah. “Adaptasi Emosi Positif Pada Periode Kehamilan (Komunikasi Kesehatan Untuk Kesejahteraan Psikologis Ibu Hamil).” *Jurnal Empowering Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Jember*, 2017.
- Jaenuri, Jaenuri. “Kontekstualisasi Uzlah Di Tengah Masyarakat Modern.” *An-Nawa : Jurnal Studi Islam* 5, no. 1 (2023): 81–94.
- Jaya, Yahya. *Spiritualisme Islam*. Jakarta: CV Ruhana, 1994.
- Kementrian Kesehatan RI. “Hasil Utama Riskesdas 2018,” 2018. https://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir_519d41d8cd98f00/files/Hasil-riskesdas-2018_1274.pdf.
- Kusumiati, Ratriana Yuliastuti Endang, and Arthur Huwae. “Neuroticism Trait Personality, Social Support, Dan Resiliensi Akademik Mahasiswa Di Masa Pandemi Covid-19.” *Jurnal Psikologi*, 2021.

Latipun. *Kesehatan Mental*. Malang: UMM Press, 2023.

Maharani, Ariani Putri, and Ria Utami Panjaitan. "Resiliensi Dan Hubungannya Dengan Tingkat Stres Orang Tua Yang Memiliki Anak Penyandang Autism Spectrum Disorder." *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 2019.

Mahmud, Nur Ulmy, Ria Qadariah Arief, Safruddin, and Nurul Hikmah B. "Korelasi Resiliensi Terhadap Tingkat Stress Siswa Smp Berdasarkan Usia Pada Masa Pandemi Covid 19." *Jurnal Kesehatan*, 2022.

Masrur, Muhammad Shodiq. "Pendidikan Pranatal Perspektif Islam Dari Kisah Maryam." *Journal of Islamic Education Research*, 2021.

Masrur, Muhammad Shodiq, and Azka Salsabila. "Peran Agama Dalam Kesehatan Mental Perspektif AlQuran Pada Kisah Maryam Binti Imran." *ISLAMIKA*, 2021.

Masykuroh, Siti, Rina Yana, Ahmad Isnaeni, and Masruchin Masruchin. "Kepahitan Hidup Maryam Dalam Kisah Al-Qur'an." *Al-Dzikra: Jurnal Studi Ilmu Al-Qur'an Dan Al-Hadits*, 2023.

Missasi, Vallahatullah, and Indah Dwi Cahya Izzati. "Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Resiliensi." *Prosiding Seminar Nasional Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan*, no. 2009 (2019): 433–41.

Muhammad, Azro Halim. *Al-Wasāil Fī Al-Syarī'ah Wa Al-Qawā'id Al-Muta'allaqah Bihā*. Magetan: Maktabuna, 2021.

Mustafti, Haikal. "Al-I'jaz Al-Lughowi Fii Qishati Maryam: Tafsir Surah Maryam Al-Ayat 25." *Studia Quranika*, 2021.

Mustaqim, Abdul. "Argumentasi Keniscayaan Tafsir Maqashidi Sebagai Moderasi Islam (Pidato Pengukuhan Guru Besar Dalam Bidang Ulumul Qur'an)." *Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga*, 2019.

———. "Berbagai Penyebutan Anak Dalam Al-Qur'an: Implikasi Maknanya Dalam Konteks Qur'anic Parenting." *Jurnal Lektur Keagamaan* 13, no.

1 (June 19, 2015): 265–92.

———. “Kisah Al-Qur’an: Hakekat, Makna, Dan Nilai-Nilai Pendidikannya.” *Ulumuna* 15, no. 2 (December 30, 2011): 265–90.

Nabilatul Fauziah, Debibik, and Yayat Herdiana. “Pendidikan Wanita Dalam Al-Qur’an Perspektif Ahli Tafsir Dan Relevansinya Dengan Pendidikan Agama Islam.” *HA WARI : Jurnal Pendidikan Agama Dan Keagamaan Islam*, 2022.

Okuzono, Sakurako S., Joseph Wilson, and Natalie Slopen. “Resilience in Development: Neighborhood Context, Experiences of Discrimination, and Children’s Mental Health.” *Development and Psychopathology*, 2023, 1–9.

Perdana, Tazkia Anugraheni. “Kontekstualisasi Kisah Maryam Di Dalam Al-Qur’an Sebagai Basis Teladan Generasi Muda Muslim Era Kontemporer.” *Taqaddumi: Journal of Quran and Hadith Studies*, 2021.

Perempuan, Komnas. “Siaran Pers Komnas Perempuan Tentang Hari Kesehatan Jiwa Sedunia 2023 ‘Pentingnya Layanan Kesehatan Mental Yang Terjangkau Untuk Perempuan,’” n.d. <https://komnasperempuan.go.id/siaran-pers-detail/siaran-pers-komnas-perempuan-tentang-hari-kesehatan-jiwa-sedunia-2023>.

Piso, Brigitte, Barbara Nußbaumer-Streit, and Gerald Gartlehner. “WHO Guidelines on Mental Health at Work.” *Gesundheitswesen*, 2024.

Pitaloka Priasmoro, Dian, and Ernawati Nunung. “Analisis Faktor- Faktor Yang Yang Berhubungan Dengan Resiliensi Orang Tua Anak Retardasi Mental (Down Syndrome) Studi Di Sdlb-C Yayasan Bhakti Luhur Kota Malang.” *Jurnal Ilmu Keperawatan (Journal of Nursing Science)*, 2017.

Pusiknas Bareskrim Polri. “Kasus Penemuan Mayat Dan Bunuh Diri Meningkatkan Di 2023,” 2023. https://pusiknas.polri.go.id/detail_artikel/kasus_penemuan_mayat_dan_bunuh_diri_meningkat_di_2023.

- Putri, Haryanti. "Representasi Maryam Dalam Islam Dan Buku Semi Ilmiah Katolik." *EDU SOCIETY: JURNAL PENDIDIKAN, ILMU SOSIAL DAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT*, 2023.
- Quthb, Sayd. *Tafsir Fi Zilalil Quran*, n.d.
- Rahmatullah, Azam Syukur, and Moh. Toriqul Chaer. "Pendidikan Resiliensi Mental Pada Anak Yang Beribu Nenek (Studi Terhadap Tiga Nenek Sukses Yang Mengasuh Cucu Kandungnya)." *Muwazah*, 2020.
- Rahmawati, Rizkia Amalia. "Ibn Zakaria Al-Razi's Concept Of The Soul, Mental Health And Psychotherapy." *Al-Hikmah: Jurnal Agama Dan Ilmu Pengetahuan* Vol. 21 No (n.d.).
- Reivich, K & Shatte, A. *Reivich, K., & Shatté, A. (2002). The Resilience Factor: 7 Essential Skills for Overcoming Life's Inevitable Obstacles. Broadway Books. The Resilience Factor: 7 Essential Skills for Overcoming Life's Inevitable Obstacles., 2002.*
- Rochman, Kholil lur. *Kesehatan Mental*. Purwokerto: Fajar Media Press, 2010.
- Salsabila, Azka, and Muhammad Shodiq Masrur. "Peran Agama Dalam Kesehatan Mental (Kajian Psikologis Atas Kisah Maryam Binti Imran Dalam QS Maryam: 18-22)." *Akademika*, 2020.
- Scott, Kate M., Yang Zhang, Stephanie Chardoul, Dirgha J. Ghimire, Jordan W. Smoller, and William G. Axinn. "Resilience to Mental Disorders in a Low-Income, Non-Westernized Setting." *Psychological Medicine* 51, no. 16 (2021): 2825–34.
- Shihab, Quraish. *Tafsir Al-Misbah*. Tangerang: Lentera Hati, 2005.
- Sidiq, Syahrul. "Maqashid Syariah & Tantangan Modernitas: Sebuah Telaah Pemikiran Jasser Auda." *In Right*, 2017.
- Silpia, NIM.: 19105030006. "PENAFSIRAN QS. MARYAM [19]: 16-34 PERSPEKTIF TAFSIR MAQASIDI," July 12, 2023.

- Suesti, Suesti, and Endang Koni Suryaningsih. "Peran Suami Selama Masa Kehamilan: Berdasarkan Perspektif Ibu." *Jurnal Riset Kebidanan Indonesia*, 2020.
- Suminta, Rini Risnawita. "Perempuan, Resiliensi Dan Lingkungan (Studi Pada Ibu Yang Memiliki Anak Retardasi Mental)." *PALASTREN Jurnal Studi Gender*, 2017.
- Tamrin, Dahlan. *Kaidah-Kaidah Hukum Islam (Kulliyah Al-Khamsah)*. Malang: UIN Maliki Press, 2010.
- Tanamal, Nini Adelina. "Hubungan Religiusitas Dan Resiliensi Dalam Mempengaruhi Kesehatan Mental Masyarakat Terhadap Pandemic Covid 19." *JAGADDHITA: Jurnal Kebhinnekaan Dan Wawasan Kebangsaan*, 2021.
- Umam, Rois Nafi'ul. "Aspek Religiusitas Dalam Pengembangan Resiliensi Diri Di Masa Pandemi Covid-19." *SANGKÉP: Jurnal Kajian Sosial Keagamaan*, 2021.
- Uyun, Zahrotul. "Resiliensi Dalam Pendidikan Karakter." *Prosiding Seminar Nasional Psikologi Islami*, April 21, 2012, 159–66.
- Vidya Fakhayni, Diana. *Kesehatan Mental*. Pamekasan: Duta Media Publishing, 2019.
- Wahidah, Evita Yuliatul. "Resiliensi Perspektif Al Quran." *Jurnal Islam Nusantara* 2, no. 1 (2018): 105.
- Wahyuni, Eka, and Vidya Siti Wulandari. "Resiliensi Remaja Dan Implikasinya Terhadap Kebutuhan Pengembangan Buku Bantuan Diri." *INSIGHT: Jurnal Bimbingan Konseling*, 2022.
- Walter, Ofra, and Shaalan Siwar. "Personal Well-Being, Mental Resilience and Emotional Intelligence in First- and Second-Generation Druze in the Golan Heights." *Journal of Ethnic and Cultural Studies* 8, no. 3 (2021): 74–94.
- Wanita, Maryam, and Terbaik Sepanjang. "Maryam Wanita Terbaik Sepanjang

Zaman (Kajian Tafsir Al-Qur'an." *Al-Wahid*, 2021.

Yuku. "Al-Kitab." alkitab.app, 2023. <https://alkitab.app>.

Yusuf, Syamsu. *Kesehatan Mental Perspektif Psikologis Dan Agama*. Bandung: Remaja Rosdakarya, 2018.

Zamzam, Rohimi, Muhammad Hayun, Dewi Purnamawati, Silvia Fiqriyah Rahmah, and Yopana Hutami. "Deteksi Dini Kesehatan Mental Dalam Penguatan Daya Resiliensi Anak Pasca Pandemi." *JIP - Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 2023.

Zulfikar, Eko, and Iskandar Iskandar. "Tafsir Kesedihan: Solusi Al-Qur'an Terhadap Problem Al-Huzn Dalam Kehidupan." *Al-Dzikra: Jurnal Studi Ilmu Al-Qur'an Dan Al-Hadits*, 2023.