

KONSEP KESADARAN DIRI DALAM AL-QU'RAN
(Studi Tafsir Tematik Kontekstual Abdullah Saed)



Oleh:

ARIA ULFA

23205032047

**Diajukan kepada Program Magister (S2) Ilmu Al-Qur'an
dan Tafsir**

**Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam UIN Sunan
Kalijaga Yogyakarta untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
guna Memperoleh Gelar Magister Agama (M. Ag)**

YOGYAKARTA

2025

SURAT 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-183/Un.02/DU/PP.00.9/01/2026

Tugas Akhir dengan judul : Konsep Kesadaran Diri dalam Al-Qur'an (Studi Tafsir Tematik Kontekstual Abdullah Saed)

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : ARIA ULFA, S.Ag
Nomor Induk Mahasiswa : 23205032047
Telah diujikan pada : Senin, 29 Desember 2025
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: 69785401cehaf



Penguji I

Dr. Ali Imron, S.Th.I., M.S.I
SIGNED

Valid ID: 69778901cehaf



Penguji II

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

Valid ID: 69778901cehaf



Yogyakarta, 29 Desember 2025
UIN Sunan Kalijaga
Dekan Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam

Prof. Dr. H. Robby Habiba Abror, S.Ag., M.Hum.
SIGNED

Valid ID: 6979675a60967

PERNYATAAN KEASLIAN

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Aria Ulfa
NIM : 23205032047
Fakultas : Ushuluddin dan Pemikiran Islam
Jenjang : Magister (S2)
Program Studi : Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir
Konsentrasi : Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir

Menyatakan bahwa naskah tesis ini secara keseluruhan adalah hasil penelitian/karya sendiri, kecuali pada bagian yang dirujuk sumbernya. Jika di kemudian hari terbukti bahwa naskah tesis ini bukan karya sendiri, dan terdapat plagiasi di luar batas akademik, maka saya siap ditindak sebagaimana kode etik akademik yang berlaku.

Yogyakarta, 17 Desember 2025

Saya yang menyatakan,



Aria Ulfa

NIM: 23205032047

PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

Yang bertanda di bawah ini:

Nama : Aria Ulfa
NIM : 2320503204
Fakultas : Ushuluddin dan Pemikiran Islam
Program Studi : Ilmu Al Qur'an dan Tafsir
Konsentrasi : Ilmu Al Qur'an dan Tafsir

Menyatakan bahwa naskah tesis ini secara keseluruhan benar-benar bebas dari plagiasi. Jika di kemudian hari terbukti bahwa naskah tesis ini terdapat plagiasi di luar batas akademik, maka saya siap ditindak sebagaimana kode etik akademik yang berlaku.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA
Yogyakarta, 17 Desember 2025
Saya yang menyatakan,



Aria Ulfa

NIM: 23205032047

NOTA DINAS PEMBIMBING

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:

KONSEP KESADARAN DIRI DALAM AL-QUR'AN (STUDI TEMATIK KONTEKSTUAL ABDULLAH SAED)

Yang ditulis oleh:

Nama : Aria Ulfa
NIM : 23205032047
Fakultas : Ushuluddin dan Pemikiran Islam
Konsentrasi : Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir

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

Wassalamu'alaikum wr.wb

Yogyakarta, 16 November 2025

Pembimbing



Prof.Dr.Muhammad, M.Ag.

MOTTO

No matter what situation you're in right now, Allah chose it for you, don't be sad, don't complain Allah knows best and he will give you the best, even if it takes time. Be thankful of everything.

-Upa

When you're down and tired and want to escape from reality, open the door inside you and there be Magic Shop.

-BTS Love Yourself: Tear 2018

Life is a journey, there are a lot of hurdles and obstacles too, you know get over or just to pass by. But, just stop thinking and just go outside and do something, focus on positive vibes, it's hard but life is short too.

-Kim Namjoon

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

ABSTRAK

Kesadaran diri (*self-awareness*) merupakan aspek fundamental dalam pembentukan kepribadian, perilaku moral, dan spiritualitas manusia, khususnya di tengah tantangan kehidupan modern yang ditandai oleh krisis makna, disorientasi identitas, dan tekanan sosial. Meskipun Al-Qur'an memuat banyak ayat yang secara eksplisit maupun implisit berkaitan dengan kesadaran diri seperti refleksi amal, pengendalian diri, dan kesadaran akan konsekuensi moral tema ini belum banyak dikaji secara utuh dalam studi tafsir tematik. Kajian-kajian yang ada cenderung berhenti pada pemahaman normatif atau moralistik, tanpa menggali potensi konseptual ayat-ayat tersebut sebagai bangunan *self-awareness* yang relevan dengan konteks psikologis dan sosial kontemporer. Penelitian ini berangkat dari kebutuhan untuk merekonstruksi konsep kesadaran diri dalam Al-Qur'an dengan mempertimbangkan dinamika penafsiran, konteks historis abad ke-7, serta relevansinya bagi pembaca modern.

Penelitian ini merupakan penelitian kepustakaan (library research) dengan pendekatan hermeneutik menggunakan metode tafsir tematik kontekstual yang dikembangkan oleh Abdullah Saeed. Metode ini diterapkan melalui pengumpulan ayat-ayat Al-Qur'an yang berkaitan dengan kesadaran diri, analisis linguistik, penelusuran konteks mikro dan makro pewahyuan, serta pembacaan ulang ayat berdasarkan konteks sosial pembaca masa kini. Kerangka teori penelitian ini memadukan konsep *self-awareness* dalam psikologi terutama dimensi kesadaran intrapersonal dan transendental dengan prinsip tafsir kontekstual Abdullah Saeed yang menekankan hierarki nilai dan ideal moral. Dengan pendekatan ini, Al-Qur'an dibaca tidak hanya sebagai teks normatif, tetapi sebagai sumber nilai dinamis yang mampu berdialog dengan persoalan psikologis dan spiritual manusia modern.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa konsep kesadaran diri dalam Al-Qur'an mencakup dua dimensi utama, yaitu

kesadaran intrapersonal yang berkaitan dengan refleksi diri, pengendalian emosi, dan evaluasi amal, serta kesadaran transendental yang berorientasi pada hubungan manusia dengan Allah dan tanggung jawab eskatologis. Penafsiran kontekstual memperlihatkan bahwa ideal moral ayat-ayat kesadaran diri pada abad ke-7 berfungsi sebagai mekanisme pembentukan etika komunitas beriman, sementara dalam konteks modern nilai-nilai tersebut dapat diaktualisasikan sebagai fondasi pengembangan kepribadian yang reflektif, bertanggung jawab, dan berorientasi spiritual. Dengan demikian, penelitian ini menegaskan bahwa tafsir tematik kontekstual Abdullah Saeed efektif dalam mengungkap relevansi konseptual kesadaran diri dalam Al-Qur'an serta memperkaya khazanah tafsir kontemporer yang responsif terhadap tantangan zaman.

Kata Kunci: Kesadaran diri, Tematik Kontekstual, Abdullah Saeed



ABSTRACT

Self-awareness is a fundamental aspect of human personality formation, moral behavior, and spirituality, particularly in the context of modern life marked by identity crises, moral disorientation, and social pressures. Although the Qur'an contains numerous verses that explicitly and implicitly address self-awareness such as self-reflection, self-regulation, and awareness of moral consequences this theme has rarely been examined comprehensively through thematic Qur'anic studies. Existing interpretations often remain normative and moralistic, without fully exploring the conceptual potential of these verses in relation to contemporary psychological and social realities. This study seeks to reconstruct the concept of self-awareness in the Qur'an by examining the dynamics of interpretation, the historical context of the seventh century, and its relevance for modern readers.

This research employs a library-based methodology using a hermeneutical approach grounded in Abdullah Saeed's contextual thematic interpretation. Relevant Qur'anic verses are collected and analyzed through linguistic examination, exploration of both micro and macro contexts of revelation, and reinterpretation based on contemporary social conditions. The theoretical framework integrates psychological perspectives on self-awareness particularly intrapersonal and transcendental dimensions with Saeed's contextual interpretation, which emphasizes hierarchy of values and moral ideals. Through this approach, the Qur'an is understood not merely as a normative text but as a dynamic source of values capable of engaging modern psychological and spiritual challenges.

The findings indicate that self-awareness in the Qur'an consists of two primary dimensions: intrapersonal awareness, which involves self-reflection, emotional regulation, and moral evaluation, and transcendental awareness, which relates to human consciousness of God and eschatological responsibility. Contextual interpretation reveals that the moral

ideals embedded in self-awareness verses functioned in the seventh century as ethical foundations for the believing community, while in the modern context they can be actualized as principles for reflective, responsible, and spiritually oriented personal development. This study concludes that Abdullah Saeed's contextual thematic interpretation effectively uncovers the contemporary relevance of Qur'anic self-awareness and contributes to the development of responsive and transformative Qur'anic exegesis.

Keywords: *Abdullah Saeed, Contextual Thematic Tafsir, Self-Awareness,*



PEDOMAN TRANSLITERASI

Transliterasi kata Arab-Latin yang dipakai dalam penyusunan tesis ini berpedoman pada Surat Keputusan bersama Menteri Agama dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor: 158/1997 dan 0543b/U/1987 tanggal 10 September 1987.

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	Kha'	Kh	ka dan ha
د	Dal	D	de
ذ	Zal	Ẓ	ze (dengan titik di atas)
ر	Ra'	R	er
ز	Zai	Z	zet
س	Sin	S	es
ش	Syin	Sy	es dan ye

ص	Ṣad	Ṣ	es (dengan titik di bawah)
ض	Ḍad	Ḍ	de (dengan titik di bawah)
ط	Ṭa'	Ṭ	te (dengan titik di bawah)
ظ	Ẓa'	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
ه	Ha'	H	ha
ء	Hamzah	‘	apostrof
ي	Ya'	Y	ye

B. Konsunan Rangkap karena *Syaddah* ditulis rangkap

سنة	ditulis	<i>Sunnah</i>
علة	ditulis	‘illah

C. *Ta' Marbūṭah* di akhir kata

1. Bila dimatikan tulis *h*

المائدة	ditulis	al-Mā'idah
إسلامية	ditulis	Islāmiyyah

(Ketentuan ini tidak diperlukan kata-kata Arab yang sudah terserap kedalam Bahasa Indonesia, seperti zakat, salat dan sebagainya, kecuali bila dikehendaki lafal aslinya).

2. Bila di ikuti dengan kata sandang “*al*” serta bacaan kedua itu terpisah, maka ditulis dengan *h*.

مقارنة المذاهب	ditulis	<i>Muqāranah al-Mazāhib</i>
----------------	---------	-----------------------------

D. Vokal Pendek

1.	---- َ ----	fathah	ditulis	a
2.	---- ِ ----	kasrah	ditulis	i
3.	---- ُ ----	dammah	ditulis	u

E. Vokal Panjang

1.	Fathah + alif إِسْتِحْسَان	ditulis ditulis	ā <i>Istiḥsān</i>
2.	Fathah + ya' mati أُنْثَى	ditulis ditulis	ā <i>Unṣā</i>
3.	Kasrah + yā' mati الْعُلُوَانِي	ditulis ditulis	ī <i>al-‘Ālwānī</i>

4.	Ḍammah + wāwu mati علوم	ditulis ditulis	û <i>'Ulûm</i>
----	-------------------------------	--------------------	-------------------

F. Vokal Rangkap

1.	Fathah + ya' mati غيرهم	ditulis ditulis	ai <i>Gairihim</i>
2.	Fathah + wawu mati قول	ditulis ditulis	au <i>Qaul</i>

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

أَنْتُمْ	ditulis	<i>a'antum</i>
أُتِدَّتْ	ditulis	<i>u'iddat</i>
لَاِنْ شَكَرْتُمْ	ditulis	<i>la'in syakartum</i>

H. Kata sandang alif + lam

1. Bila di ikuti huruf *Qamariyyah*

الْقُرْآن	ditulis	<i>Al-Qur'ān</i>
الْقِيَاس	ditulis	<i>al-Qiyās</i>

2. Bila diikuti huruf *Syamsiyyah* ditulis dengan menggunakan huruf

Syamsiyyah yang mengikuti, serta menghilangkan
huruf l (el)nya.

الرسالة	ditulis	<i>ar-Risālah</i>
---------	---------	-------------------

النساء	ditulis	<i>an-Nisā'</i>
--------	---------	-----------------

I. Penulisan kata-kata dalam rangkaian kalimat

Ditulis menurut bunyi atau pengucapannya.

أهل الرأي	ditulis	<i>Ahl ar-Ra'yi</i>
أهل السنة	ditulis	<i>Ahl as-Sunnah</i>



KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirahim

Segala puji hanya bagi Allah Subhanahu wa Ta'ala, Rabb semesta alam, yang telah menciptakan langit dan bumi dengan penuh keseimbangan dan keharmonisan. Sholawat serta salam semoga tercurah kepada Nabi Muhammad Shallallahu 'alaihi wasallam, sang pembawa rahmat bagi seluruh alam, yang telah mengajarkan prinsip kemaslahatan dan kesalingan dalam setiap lini kehidupan.

Penulis bersyukur kehadiran Allah Subhanahu wa Ta'ala atas rahmat, taufik, dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan tesis yang berjudul **“Konsep Kesadaran Diri dalam Al-Qur'an (Studi Tafsir Tematik Kontekstual Abdullah Saeed)** ini dengan baik.

Penyusunan tesis ini dalam rangka memenuhi salah satu persyaratan untuk mencapai gelar Magister Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta. Dalam prosesnya, perjalanan menulis tesis ini bukan sekadar memenuhi tugas akademik, melainkan juga sebuah perjalanan spiritual dan intelektual yang mendalam. Proses penulisan tesis ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan, dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan penghargaan dan ucapan terima kasih yang tulus kepada:

1. Bapak Prof. Noorhaidi Hasan, S.Ag., M.A., M.Phil., Ph.D, selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta,
2. Bapak Prof. Dr. H. Robby Habiba Abror, S.Ag., M.Hum, selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
3. Bapak Dr. Ali Imron, S.Th.I., M.S.I., selaku Ketua Program Studi Magister Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir dan Bapak Dr. Muhammad akmaluddin, M.S.I. selaku Sekretaris Program Studi Magister Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir
4. Bapak Prof. Dr. Muhammad, M.Ag selaku Dosen Pembimbing Tesis yang dengan penuh kesabaran dan segenap kemampuan waktu, pikiran, tenaga, serta penuh keikhlasan, membantu dan membimbing penulis dalam proses penyusunan hingga penyelesaian penelitian ini. Selalu memberikan arahan dan masukan mengenai perkembangan tesis ini di tengah-tengah kesibukan beliau, sehingga tesis ini dapat diselesaikan dengan tepat waktu
5. Bapak Prof. Dr. Abdul Mustaqim, M.Ag, selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah membimbing dan mendampingi penulis selama masa perkuliahan di kampus
6. Staf Tata Usaha Prodi Magister Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir, yang telah membantu memudahkan berbagai urusan administratif berkaitan dengan perkuliahan dan penyusunan tesis ini.

7. Segenap Civitas Akademika dan Dosen yang dengan penuh kesabaran dan keikhlasan membimbing dan memberikan pengajaran berbagai latar belakang keilmuan kepada penulis selama kuliah.
8. Kepada Orang tua tercinta, Ayahanda Usman (Waled) dan ibunda Sujia (ummi), yang telah memberikan dukungan dan cinta sepenuhnya dari segala aspek kehidupan yang saya Jalani sehingga tak terhitung oleh rupa nilainya.
9. Kepada adik saya Ilham Budi Pane dan Asyraf Rifqi Al-Bandary, yang telah memberikan dukungan serta kasih sayang selama ini.
10. Teman-teman yang telah membantui dalam dukungan moral, Bina Rahmatika dan Salma Niara Karina, Dewi Amara Khairunnisa selaku teman ARMY yang merambat menajdi saudara saya selama saya berada di kota Yogyakarta.
11. Teman-teman seperjuangan di perantauan, Syahla Berta Aulia, Hammam Fadhlurrahman, Abdul Haqqi, Sifani, Shafwatun Insani, Meysitho Sari, dan khususnya teman-teman grup Camp Vol.2 dan Wak Geng, terima kasih telah membantu saya selama menempuh kuliah dan telah kebersamai serta saling merangkul dan memotivasi dalam menyelesaikan studi. Hal ini merupakan berkah tersendiri bagi saya memiliki teman-teman seperti kalian.
12. Kepada semua teman-teman seperjuangan Magister Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir angkatan 2023 khususnya kelas B

yang telah menemani dan membantu penulis selama perkuliahan.

13. Terimakasih untuk *Bangtan Seonyeondan* (BTS), sudah menjadi inspirasi saya dalam banyak hal termasuk menemukan judul penelitian ini, terimakasih karna mau berbagi hal-hal positif disela-sela beratnya hari
14. Kepada *Me, Myself and Upa*. Terimakasih telah berani menyelesaikan perjalanan hebat ini dengan sempurna, terimakasih sudah mau bertahan disaat banyaknya pilihan untuk tidak melanjutkan, terimakasih ambisi dan hebatnya menghadapi banyak hal di dunia ini, terimakasih banyak karna mau bertumbuh dan mencari hal baik untuk bahagia, terimakasih banyak Aria Ulfa

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa tesis ini masih jauh dari kata sempurna. Kritik dan saran yang konstruktif dari para pembaca sangat penulis harapkan untuk penyempurnaan di masa mendatang. Semoga tesis ini dapat memberikan sumbangsih pemikiran, sekecil apapun, bagi khazanah keilmuan, khususnya dalam upaya merajut kembali relasi yang harmonis dan saling memelihara antara manusia dan alam semesta.

DAFTAR ISI

SURAT PENGESAHAN	ii
PERNYATAAN KEASLIAN	iii
PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI.....	iv
NOTA DINAS PEMBIMBING.....	v
MOTTO	vi
ABSTRAK.....	vii
PEDOMAN TRANSLITERASI.....	xi
KATA PENGANTAR	xvi
DAFTAR ISI	xx
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	13
C. Tujuan dan Manfaat Penelitian.....	13
D. Kajian Pustaka	15
E. Kerangka Teori	19
F. Metode Penelitian.....	26
G. Sistematika Pembahasan	28
BAB II KONSEP <i>SELF AWARENESS</i> SECARA PSIKOLOGI DAN ISLAM	30
A. Definisi <i>Self Awariness</i>	30
B. Kesadaran Diri Menurut Psikologi.....	42
C. Kesadaran Diri menurut Islam.....	54
BAB III INTERPRETASI AYAT-AYAT AL-QUR'AN TENTANG KESADARAN DIRI	64
A. Indikator Ayat-Ayat Kesadaran Diri Dalam Al-Qur'an	64

1. Kesadaran Intra-personal.....	66
2. Kesadaran Transedental.....	69
3. Kesadaran Reflektif.....	73
B. Konteks Pembaca Pada Abad ke-7	74
C. Penafsiran ayat-ayat Kesadaran Diri	87
1. Penafsiran Ayat Kesadaran Intra-personal.....	87
2. Kesadaran Transedental.....	99
BAB IV KONTEKSTUALISASI AYAT-AYAT AL-QUR'AN TENTANG <i>SELF-AWARENESS</i> PENDEKATAN KONTEKSTUAL ABDULLAH SAEED	108
A. Analisis Hierarki Nilai.....	108
B. Ideal Moral : Kesadaran Diri Sebagai Pondasi Etika Universal.....	114
C. Kontekstualisasi Konsep Kesadaran Diri Di Era Kontemporer.....	117
D. Dialog Kritis: Transedentasi Kesadaran Di Atas Psikologi Modern	118
BAB V PENUTUP	120
A. Kesimpulan.....	120
B. Saran.....	122
DAFTAR PUSTAKA	123
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	131

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kesadaran diri sangat amat berhubungan dengan kemampuan individu dalam hal berkomunikasi dan perilaku terhadap orang lain. Terdapat hubungan yang signifikan pada variabel *self awarness*, *self esteem* dan perilaku *Asrif* pada remaja. Artinya bahwa perilaku pada manusia khususnya pada remaja bisa dibentuk karena terdapat *self esteem* (harga diri) yang positif terhadap dirinya yang dapat menumbuhkan perilakunya menjadi sangat berharga dan dapat terbentuk karena adanya *self awarness* yang dimiliki oleh individu itu sendiri. Jika individu tersebut memiliki *self awarness* yang baik maka individu tersebut tidak akan melakukan hal-hal negatif karena individu tersebut akan memikirkan dampak yang akan terjadi selanjutnya.¹

Ketika seseorang mampu memperlihatkan kapasitas emosional yang positif dalam mengendalikan dirinya, ia akan condong lebih mampu menyelesaikan permasalahan yang dihadapinya secara mandiri. juga akan memiliki

¹Mafazatil Umami and Aprillia Mega Rosdiana, “Intensitas Bermedia Sosial dan Self Awareness Pada Remaja”, *Jurnal Psikologi : Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan*, vol. 9, no. 1 (2022), pp. 133–45.

kemampuan untuk mengelola perasaannya secara positif sehingga menjadikan dirinya seorang yang mampu memikirkan tindakan yang tidak merugikan dirinya dan orang lain.

Kesadaran diri merupakan hal penting bagi manusia untuk memahami diri sendiri dengan baik. Juga merupakan jalur untuk memiliki wawasan untuk melibatkan pemahaman dan keunikan yang ada dalam diri sendiri. Individu yang berada dalam fase pembentukan jati diri sering kali memiliki kemauan untuk menentukan pilihan hidup sendiri. Hal tersebut bisa menyebabkan dampak positif atau dampak negatif, tergantung arah keputusan yang diambil.² Dalam masa perkembangan tersebut juga sering kali terjadi sebab kemajuan zaman dan faktor lingkungan sekitar, maka sangat perlu memilah lingkungan yang mendukung hal-hal positif. Perilaku yang dilakukan para manusia untuk membentuk menjadi manusia kamil salah satunya dengan menumbuhkan *self-awareness* dalam bersosialisasi dengan orang sekitar.³

²Namira Hafizhah et al., “Regulasi Emosi dengan Self Awareness Siswa di SMAN 7 Banjarmasin”, *Jurnal Al Husna*, vol. 4, no. 3 (2023), pp. 224–38.

³Jurnal Al-ulum, *KESADARAN DIRI PROSES PEMBENTUKAN KARAKTER ISLAM* Malika Institut Agama Islam Negeri Sultan Amai Gorontalo A. Pendahuluan Aspek utama yang mendorong unsur kesadaran diri dalam pribadi manusia adalah aspek ruhani . Secara bahasa kesadaran diri diartikan d (2013), pp. 129–50.

Keberadaan kesadaran diri merupakan evaluasi dan pengenalan jati diri, biasanya apa yang ada dalam diri seseorang akan menentukan apa yang akan keluar melalui tindakan dan perilakunya dan sikapnya. Jika individu sadar akan dirinya, keberadaannya dan posisinya maka individu tersebut akan mampu melahirkan perilaku yang positif dan mampu melakukan kontrol atas dirinya sekaligus mampu mengetahui peran apa yang harus dilakukan untuk mewujudkan keinginannya. Juga cenderung mampu memunculkan sistem nilai (*value system*) dalam dirinya, sehingga mampu merefleksikan diri dan berperilaku sesuai nilai-nilai positif yang dianutnya sehingga dapat menjadi pribadi positif yang matang.⁴

Meningkatnya kesadaran diri juga merupakan aspek yang krusial dalam meningkatkan motivasi terutama dalam konteks Islam, membangun kesadaran diri bagi seorang muslim berarti berusaha agar tindakan dan cara hidupnya selalu selaras dengan kebenaran dan petunjuk Allah Swt. Salah satu Langkah untuk mencapai kesadaran dan pemahaman diri Adalah dengan memiliki keyakinan yang kuat dan penuh kepada Allah. Kesadaran diri sangat

⁴Agus Riyadi and Hasyim Hasanah, "Pengaruh Kesadaran Diri Dan Kematangan Beragama Terhadap Komitmen Organisasi Karyawan Rsud Tugurejo Semarang", *Psymphatic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, vol. 2, no. 1 (2016), pp. 102–12.

berperan penting dalam membentuk pribadi muslim yang berakhlakul-karimah melalui penerapan nilai-nilai ke-tauhidan, seperti menjalankan perintah Allah, menjauhi larangan-Nya, dan bersabara atas ujian-Nya. Kesadaran diri yang positif mendorong perbaikan diri, sedangkan kesadaran diri yang negatif muncul saat seseorang hanya mengenali diri tanpa upaya perubahan kesadaran ini juga membantu individu untuk lebih sadar dan introspeksi terhadap seluruh aspek kehidupan, tidak hanya berfokus pada kehidupan duniawi.⁵

Kesadaran diri juga merupakan aspek utama dalam proses pembentukan karakter Islami. Dalam proses ini, manusia berhadapan dengan dua sisi yang berlawanan: pengenalan terhadap potensi atau kelemahan yang dimiliki diri. Kedua aspek tersebut perlu di sinergikan secara seimbang. Ketika seorang mampu mengelola kelebihan dan kekurangan yang dimilikinya dengan bijak, maka akan mewujudkan personal yang berhasil. Kesadaran diri tidak akan datang dengan sendirinya melainkan melalui proses pembentukan karakter yang berawal dari internalisasi nilai-nilai yang diperoleh dari

⁵Al-ulum, *KESADARAN DIRI PROSES PEMBENTUKAN KARAKTER ISLAM* Malika Institut Agama Islam Negeri Sultan Amai Gorontalo A. Pendahuluan Aspek utama yang mendorong unsur kesadaran diri dalam pribadi manusia adalah aspek ruhani . Secara bahasa kesadaran diri diartikan d.

berbagai sumber.⁶ Nilai ini kemudian membentuk pola pikir secara menyeluruh, yang selanjutnya melahirkan sebuah visi hidup. Kemudian visi tersebut turun ke wilayah hati dan membentuk suasana jiwa, yang secara keseluruhan keluar dalam bentuk suasana jiwa, yang secara keseluruhan keluar dalam bentuk mentalisasi. Mengalir memasuki wilayah fisik dan melahirkan tindakan yang secara keseluruhan disebut sikap.

Dalam Islam, perhatian terhadap *self-awareness* atau kesadaran diri tidak hanya mencakup ranah psikologis, tetapi juga menjadi hal yang penting bagi seorang muslim untuk inti spiritualitas Islam. Konsep-konsep seperti introspeksi (*muhāsabah*), kesadaran akan pengawasan Allah kepada manusia (*murāqabah*) termasuk bentuk praktis kesadaran diri yang mendalam dalam Islam. Melalui proses muhasabah, manusia diajarkan untuk mengevaluasi dirinya secara rutin atas amal dan niatnya, yang mana tindakan tersebut akan menjadi dasar pengembangan karakter Islami yang jujur dan bertanggung jawab.

Kesadaran diri dianggap sebagai syarat yang paling utama untuk mencapai kedekatan spiritual dengan Tuhan.

⁶Iis Amanah Amida and Bambang Kurnia Nugraha, "Analysis of the Concept of Self-Awareness in Sufism and its Implications in the Guidance Counseling Process", *Formosa Journal of Sustainable Research*, vol. 3, no. 1 (2024), pp. 171–82.

Konsep *nafs* yang dikenal dalam sufisme menggambarkan tingkatan-tingkatan jiwa manusia, dari yang paling rendah (amarah) hingga yang paling tenang (*Mutmainnah*), yang semuanya merupakan tahapan dalam perjalanan penyadaran diri. Aspek utama yang mendorong unsur kesadaran diri dalam pribadi manusia Adalah aspek rohani.

Secara bahasa kesadaran diri diartikan dengan ingat, merasa Insaf terhadap diri sendiri. Dalam bahasa Arab, kesadaran diri disebut *ma'rīfāt al-nafs*. Dari pengertian secara bahasa dapat diambil sebuah gambaran umum tentang kesadaran diri diawali dengan melihat terminologi istilah pribadi yang berarti: sendiri atau mandiri. Dengan akal budi yang dimiliki, manusia mengetahui apa yang dilakukan dan mengapa ia melakukannya.⁷

Kesadaran diri juga membantu seseorang mengenal jati diri sebagai manusia sekaligus hamba Allah Swt. Dengan menyadari keterbatasan diri, manusia terdorong mendekatkan kepada Allah melalui ibadah, amal saleh, dan menjauhi larangannya. Dengan demikian dalam Islam kesadaran diri selalu terhubung dengan introspeksi, muhasabah dan peningkatan spiritual agar senantiasa

⁷Putri Nur Anisah, Widyaning Hapsari, and Wanodya Kusumatuti, "Jurnal Psikologi dan Bimbingan Konseling", *Jurnal Psikologi dan Bimbingan Konseling*, vol. 11, no. 2 (2025), pp. 1–10.

berada di jalan yang benar. Melalui kesadaran diri yang baik pula, manusia dapat memperbaiki akhlak dan semakin mendekatkan diri kepada Allah, serta dan menjauhkan diri dari kelalaian. Kesadaran ini membentuk sikap positif seperti keikhlasan kejujuran, kerendahan hati, ketenangan batin, dan optimisme tanpa terjerumus pada keputusan dan rendah diri

Mengenal diri dapat dirangkum menjadi enam bagian yaitu: *Pertama*, kesadaran diri adalah kontrol kehidupan. Yang paling penting dalam konteks ini adalah seorang mukmin bisa mengetahui bahwa ia adalah ciptaan Tuhan yang sangat berharga dan tidak melihat dirinya sama seperti hewan lain yang hanya memiliki kebutuhan dasar untuk dipenuhi dan diperjuangkan. Kedua, mengenal berbagai karakteristik fitrah yang memungkinkan orang melihat dengan siapa mereka. Ketiga, mengetahui aspek rohani dari wujud kita. Ruh bukan saja dipengaruhi oleh amal perbuatan kita, tetapi juga oleh gagasan-gagasan kita. Keempat, memahami bahwa kita tidak diciptakan secara kebetulan. Dalam memahami manfaatnya, mekanisme proses alami manusia yang senantiasa mencari alasan bagi keberadaan hidupnya. Melalui kesadaran diri, perenungan dan tujuan penciptaan, orang akan sadar bahwa pribadi masing-masing itu unik (berbeda satu sama lain) dengan satu misi yang sama

dalam kehidupan. Kelima, manusia akan memperoleh bantuan besar dalam menghargai unsur kesadaran dengan benar dan kritis terhadap proses perkembangan dan penyucian rohani.⁸

Dalam konteks ini, Al-Qur'an adalah petunjuk hidup yang menghadirkan pelajaran berharga setiap muslim untuk memahami dan meresapi secara mendalam nilai spiritual dan moral terkait kesadaran diri, serta dapat menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Al-Qur'an secara sistematis membimbing manusia untuk memahami dan mengenali diri sendiri berbasis spiritual yang mendalam. Al-Qur'an mendorong manusia untuk melakukan (muhasabah), sebagaimana dituliskan dalam QS. Al-Hasyr [59]: 18 yang memerintahkan orang beriman untuk bertakwa dan memperhatikan apa yang telah diperbuatnya untuk hari esok. Perintah ini memiliki makna antara tindakan masa kini dan konsekuensi di akhirat kelak, sehingga mendorong manusia untuk menata perilaku dengan kesadaran penuh akan tujuan hidupnya.⁹

Kajian terhadap *self awarness* (kesadaran diri) memiliki potensi yang besar untuk dikembangkan, Ada banyak ayat dalam Al-Qur'an yang menyinggung topik

⁸Mohammad Ali Shomali, "Mengenal Diri: Tuntunan Islam dalam Memahami Jiwa, Watak, dan Kepribadian Anda", *Self Knowledge* (2001).

⁹Anisah, Hapsari, and Kusumatuti, "J. Psikol. dan Bimbing. Konseling".

kesadaran diri baik secara eksplisit maupun implisit. Namun, tema mengenai kesadaran diri jarang dikaji secara utuh, sehingga pemahaman Al-Qur'an dalam kajian kesadaran diri belum sepenuhnya tergal. Kondisi seperti inilah yang membuat kajian tematik menjadi relevan untuk menghubungkan ayat-ayat ke dalam satu gagasan yang utuh.¹⁰

Dalam konteks inilah metode tafsir tematik kontekstual milik Abdullah Saeed menjadi signifikan. Metode ini menekankan pembacaan Al-Qur'an dengan mempertimbangkan keterhubungan antara ayat yang relevan dengan suatu isu, sekaligus memperhatikan konteks historis pewahyuan dan konteks sosial pembaca masa kini. Dengan demikian, pembahasan tema kesadaran diri (*self awareness*) dapat disusun secara sistematis.¹¹

Pentingnya mempertimbangkan konteks terdapat pada kenyataan pembaca di era kontemporer berbeda dengan pengalaman masyarakat zaman dahulu. Perubahan struktur sosial, perkembangan ilmu pengetahuan dan tantangan moral yang dihadapi umat Islam zaman ini sangat amat menuntut pendekatan tafsir yang adaptif. Dengan menggunakan perspektif kontekstual, pesan al-

¹⁰m. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan Dan Keserasian Al-Qur'an*, vol. 2 (tangerang: Lentera Hati, 2000).

¹¹Abdullah Saeed, *Interpreting the Qur'an* Abdullah Saeed (2006), pp. 1–209.

Qur'an tentang kesadaran diri dapat diterjemahkan ke dalam praktik yang relevan bagi generasi pada zaman sekarang dan yang akan datang tanpa menghilangkan makna aslinya. Pendekatan ini menjaga keseimbangan antara kesetiaan pada teks dan relevansi dengan zaman.¹²

Kesadaran diri (*self awarness*) merupakan salah satu tema penting dalam Al-Qur'an yang berkaitan dengan keilmuan modern, salah satunya psikologi. Dalam Psikologi *self awarness* dimaknai sebagai kemampuan refleksi diri dengan menilai tindakan serta memahami konsekuensi perilaku yang akan dan telah dilakukan.¹³ Konsep ini pada dasarnya terdapat dalam Al-Qur'an meskipun tidak disebutkan secara eksplisit, karena penafsiran ayat Al-Qur'an cenderung dimaknai secara tekstual. Salah satunya ditemukan pada QS. Al-Hasyr [59]: 18 :

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَلْتَنْظُرْ نَفْسٌ مَّا قَدَّمَتْ لِغَدٍ
وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ

“Hai orang-orang yang beriman, bertakwalah kepada Allah dan hendaklah setiap diri memperhatikan apa yang telah diperbuatnya untuk

¹²Abd. Muqit, “Metode Tafsir Tematik Kontekstual Abdullah Saeed”, *Salimiya: Jurnal Studi Ilmu Keagamaan Islam*, vol. 4, no. 2 (2024), pp. 217–32.

¹³Jonathan H. Westover, “What Self-Awareness Really Is (and How to Cultivate It)”, *Human Capital Leadership Review*, vol. 19, no. 2 (2025).

hari ini esok (akhirat); dan bertakwalah kepada Allah, sesungguhnya Allah Maha Mengetahui apa yang kamu kerjakan” (Q.S Al-Hasyr :18)

Menurut Ibnu Katsir, ayat ini diturunkan sebagai sebuah peringatan agar umat muslim tidak bersikap lalai seperti kaum munafik dan Yahudi Bani Nadhir yang hanya mementingkan kepentingan mereka sesaat tanpa memikirkan akibat perbuatannya.¹⁴ Adapun dalam tafsir Al-Misbah menegaskan bahwa kandungan utama ayat ini adalah perintah untuk memperhatikan apa yang telah diperbuat untuk hari esok serta dipahami sebagai perintah untuk melakukan evaluasi terhadap amal-amal yang telah dilakukan.¹⁵ kedua penafsiran tersebut belum mampu menjawab kondisi masa kini seutuhnya, khususnya yang berkenaan dengan kesadaran diri. Jika dianalisis berbasis indikator isi, ayat ini mencerminkan kesadaran diri mencakup tiga ranah utama yaitu, refleksi amal, kesadaran konsekuensi dan pengetahuan diri. Namun, pemahaman tekstual berhenti pada titik pemahaman normatif berupa kewajiban takwa dan persiapan akhirat. Akibatnya, potensi akademik ayat ini sebagai konsep *self-awareness* menjadi tertahan, Oleh karena itu peneliti akan menggali

¹⁴abu ihsan abdul ghaffar, *tafsir ibn katsir jilid 9* (jakarta: pustaka imam Asy-Syafi'i, 2008).

¹⁵m. Quraish Shihab, *tafsir al misbah: pesan,kesan dan keserasian al-Qur'an jilid 14* (jakarta: Lentera Hati, 2002).

ayat-ayat yang berkaitan dengan *self-awareness* menggunakan metode penafsiran kontekstual Abdullah Saeed melalui analisis kritis dari sisi linguistik, kondisi sosial pada saat ayat turun, serta kondisi masa kini.

Berdasarkan latar belakang di atas, dapat ditegaskan bahwa meskipun Al-Qur'an memuat banyak ayat yang menyinggung tentang kesadaran diri, masih belum ditemukan kajian yang membahas tema ini secara utuh. Penafsiran terhadap ayat-ayat tentang kesadaran diri pada tafsir klasik danmumnya masih bersifat normatif dan moralistik. Ayat tentang kesadaran diri kerap dipahami sebagai nasihat etis umum tanpa upaya sistematis untuk menautkannya dengan kompleksitas persoalan kesadaran diri manusia seperti kecerdasan emosional. Selain itu, pembacaan yang terlalu tekstual dan terlepas dari konteks historis serta hierarki nilai yang dikandung ayat berpotensi membatasi daya operasional pesan moarl Al-Qur'an dalam menjawab tantangan psikologis. Oleh karena itu bab benmetode tafsir tematik kontekstual Abdullah Saeed menajdi sangat relevan karena memadukan kajian makna ayat berdasarkan hubungan tematiknya, pemahaman konteks historis pewahyuan serta relevansinya dengan situasi terkini pembaca. Berdasarkan landasan tersebut, penelitian ini memfokuskan pada dua pertanyaan utama yaitu bagaimana Al-Qur'an membentuk kesadaran diri

manusia dan bagaimana perspektif tafsir kontekstual Abdullah Saeed dapat mengungkap makna ayat-ayat tersebut dalam konteks modern.

Sejalan dengan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan ayat-ayat Al-Qur'an yang berkaitan dengan kesadaran diri (*self awarness*) melalui pendekatan tafsir tematik kontekstual, serta menganalisis penerapan metode tafsir kontekstual Abdullah Saeed dalam mengungkap makna ayat-ayat tersebut agar relevan dengan tantangan kehidupan masa kini. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan mampu memperkaya Khazanah kajian tafsir kontemporer, khususnya yang berkaitan dengan tema kesadaran diri (*self awarness*).

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana konsep kesadaran diri secara Psikologi dan Islam?
2. Bagaimana kontekstualisasi ayat-ayat *self awarness* perspektif Abdullah Saeed?

C. Tujuan dan Manfaat Penelitian

Tujuan dari penelitian ini di adalah:

1. Menjelaskan konsep kesadaran diri secara Psikologi dan Islam. Tujuan penelitian ini menjelaskan dan mengetahui makna kesadaran diri dari segi ilmu

Psikologi khususnya menurut teori Daniel Goleman dan mengetahui bagaimana konsep kesadaran diri secara Islam khususnya dalam Al-Qur'an.

2. Mengetahui apa kontekstalisasi ayat-ayat *self awarnes* perspektif Abdullah Saeed. Penelitian ini menggali bagaimana makna ayat-ayat Al-Quran membungkus konsep kesadaran diri dengan menggunakan teori kontekstual Abdullah Saeed.

Manfaat penelitian ini dapat dilihat dari 2 perspektif, yaitu:

1. Secara teoritis, penelitian ini dapat diharapkan dapat menambah khazanah keilmuan dalam bidang tafsir khususnya dalam pendekatan tafsir tematik kontekstual milik Abdullah Saed. selain itu penelitian ini memberikan contoh konkret penerapan pendekatan tafsir tematik kontekstual terhadap ayat-ayat Al-Quran yang dipadukan dengan pendekatan psikologis.
2. Secara praktis, penelitian ini dapat dijadikan referensi bagi mahasiswa maupun penelitian lainnya dalam mengembangkan pendekatan tafsir tematik kontekstual ala Abdullah Saed terhadap ayat-ayat Al-Qur'an.

D. Kajian Pustaka

Terdapat beberapa uraian dan penelitian terdahulu yang terbagi menjadi dua bagian:

1. Literatur terkait pengertian kesad (*self-awareness*) secara umum

Pada variabel ini penulis akan memaparkan beberapa literatur yang membahas secara umum mengenai konsep-konsep kesadaran diri (*Self-Awareness*): *Pertama*, buku yang berjudul *Emotional Intelligence* kecerdasan emosional mengapa EI lebih penting daripada IQ yang di tulis oleh Danielle Golezman. Buku ini menjelaskan bahwa kesadaran diri (*self awareness*) merupakan kemampuan seseorang untuk mengenali perasaan dan dampaknya terhadap perilaku, serta menilai diri secara realistis. Dalam konteks ini buku ini sangat amat relevan dan berfungsi sebagai pijakan psikologis yang membantu menjelaskan dimensi reflektif manusia dari sisi ilmiah.

Kedua, buku yang berjudul *Quranic Psychology of the self: ATextbox on Islamic Moral Psychology (Ilm an-Nafs)* memperluas pemahaman *self-awareness* ke dalam ranah spiritual Islam. Buku ini menggambarkan bagaimana Al-Qur'an berbicara tentang kesadaran diri sebagai proses penyucian jiwa

dan refleksi moral yang berorientasi pada Tuhan. Literatur ini berfungsi sebagai jembatan antara konsep psikologi Barat dan psikologi Islam, sehingga mendukung upaya penelitian ini untuk mengintegrasikan *self-awareness* bukan hanya sebagai refleksi emosional, tetapi juga sebagai kesadaran spiritual yang menuntun manusia mengenal dirinya dan Tuhannya (*ma'rifat al-nafs*). Dengan demikian, Bakhtiar memberikan fondasi teoritis yang memungkinkan penelitian ini mengaitkan antara konsep modern *self-awareness* dengan nilai-nilai Qur'ani

ketiga, jurnal di tulis oleh Tasha Eurich Psikolog dan penulis ternama asal Amerika Serikat yang berjudul *What Self-Awarness Really Is (and How to Cultivate It*, sebuah jurnal dari *harvad business review* memberikan kontribusi empiris yang menekankan dua dimensi utama kesadaran diri, yaitu internal dan eksternal. Konsep ini penting karena membantu membingkai struktur berpikir penelitian ini dalam melihat relasi antara kesadaran terhadap diri sendiri dan kesadaran terhadap lingkungan sosial. Literatur ini berfungsi untuk memperkuat argumentasi metodologis bahwa kesadaran diri tidak hanya bersifat individual, tetapi juga sosial, yang nantinya

dapat disinergikan dengan prinsip kesadaran dalam Islam yang mencakup hubungan manusia dengan Tuhan (*ḥabl min Allāh*) dan manusia dengan sesama (*ḥabl min al-nās*).

Tiga literatur psikologis tersebut menjadi fondasi yang menjelaskan karakter dasar dan dinamika kesadaran diri manusia dari sisi keilmuan modern. Namun, penelitian ini memosisikan diri untuk melangkah lebih jauh yaitu mengkontekstualisasikan konsep kesadaran diri ke dalam kerangka tafsir al-Qur'an dengan demikian, teori psikologi berfungsi sebagai perangkat analisis untuk membaca nilai-nilai kesadaran diri dalam teks wahyu, sedangkan tafsir kontekstual menjadi metode untuk menafsirkan maknanya sesuai kebutuhan manusia modern.

2. Literatur yang membahas pendekatan tafsir tematik Abdullah Saed.

Pertama, yang menjadi fondasi metodologis utama adalah buku Paradigma, Prinsip, dan Metode Penafsiran Kontekstualis atas Al-Qur'an: Interpreting the Qur'an: Towards a Contemporary Approach, karya Abdullah Saed yang diterjemahkan oleh Lien Iffah Nafatu Fina dan Ari Hendri, di bawah penyuntingan Sahiron Syamsuddin. Buku ini berperan penting dalam membentuk kerangka teoritis

penelitian ini karena menjelaskan prinsip dasar pendekatan kontekstual dalam memahami Al-Qur'an. Saeed menekankan perlunya menafsirkan ayat dengan mempertimbangkan dua konteks: konteks historis pewahyuan (dunia Nabi dan masyarakat Arab abad ke-7) serta konteks pembaca masa kini. Dalam penelitian ini, karya tersebut berfungsi untuk memberikan arah metodologis yang jelas yaitu bagaimana konsep kesadaran diri dapat ditafsirkan bukan hanya dari aspek linguistik dan tekstual, tetapi juga dari sisi relevansinya dengan problem spiritual manusia modern. Dengan merujuk pada buku ini, penelitian mampu menggabungkan keutuhan makna ilahiah dengan kebutuhan kontekstual umat Islam saat ini, sehingga ayat-ayat tentang kesadaran diri dapat diinterpretasikan secara hidup dan aktual.

Kedua, Abdullah Saeed: *Al-Qur'an Abad 21, Tafsir Kontekstual* karya Dr. Phil. Sahiron Syamsuddin, merupakan sumber penting yang memperkuat pemahaman terhadap kerangka hermeneutik Abdullah Saeed, sekaligus mengaitkannya dengan konteks akademik di Indonesia. Buku ini menegaskan bahwa tafsir kontekstual hadir sebagai respon terhadap stagnasi tafsir literalistik yang tidak lagi memadai untuk

menjawab tantangan etis, sosial, dan spiritual masyarakat kontemporer. Dalam penelitian ini, karya Sahiron berfungsi untuk mengadaptasi metodologi Saeed dalam konteks lokal, menjelaskan posisi pembaca modern sebagai subjek aktif dalam proses pemaknaan Al-Qur'an. Literatur ini juga menjembatani paradigma Saeed dengan prinsip-prinsip *maqāsid al-sharī'ah*, yang mengedepankan nilai-nilai kemaslahatan, keadilan, dan tanggung jawab moral. Dengan merujuk pada buku ini, penelitian memperoleh dasar filosofis bahwa konsep kesadaran diri dalam Al-Qur'an harus dipahami bukan hanya sebagai perintah moral, tetapi juga sebagai proses transformasi diri yang kontekstual dan dinamis.

E. Kerangka Teori

1. Self Awareness

Self-awareness atau kesadaran diri merupakan kemampuan individu untuk mengenali dan memahami keadaan internal dirinya, meliputi pikiran, emosi, motivasi, serta perilaku, dan mengaitkannya dengan interaksi sosial di sekitarnya. Konsep ini menjadi salah satu aspek penting dalam pengembangan kecerdasan emosional yang mempengaruhi kemampuan regulasi diri dan

hubungan inter-personal. kesadaran diri mencakup kepekaan terhadap reaksi emosional, nilai pribadi, dan tujuan hidup yang terarah, sehingga individu mampu menilai kesesuaian tindakannya dengan standar internal yang diyakini.¹⁶ Hal ini menunjukkan bahwa kesadaran diri bukanlah sekadar pengetahuan tentang diri, tetapi juga melibatkan evaluasi dan penyesuaian diri secara berkelanjutan.

Kesadaran diri dapat dibedakan menjadi dua dimensi utama, yaitu kesadaran diri internal (*internal self-awareness*) dan kesadaran diri eksternal (*external self-awareness*). Dimensi internal merujuk pada kemampuan memahami nilai, aspirasi, dan perasaan pribadi secara mendalam, sedangkan dimensi eksternal berkaitan dengan pemahaman tentang bagaimana orang lain memandang diri kita. Kedua dimensi ini saling melengkapi dalam membentuk perilaku yang adaptif dan efektif. Dengan demikian, *self-awareness* berperan sebagai fondasi dalam pembentukan karakter dan etika, karena ia

¹⁶ Riyadi and Hasanah, “Pengaruh Kesadaran Diri Dan Kematangan Beragama Terhadap Komitmen Organisasi Karyawan Rsud Tugurejo Semarang”.

menghubungkan pemahaman diri dengan kesadaran sosial¹⁷

Selain itu, *self-awareness* memiliki hubungan erat dengan proses refleksi diri yang bersifat terus-menerus (*continuous self-reflection*). Proses ini memungkinkan individu untuk mengidentifikasi pola perilaku yang konstruktif maupun destruktif, lalu melakukan perbaikan demi perkembangan pribadi. Kesadaran diri yang matang akan mendorong pengambilan keputusan yang lebih bijak, mengurangi potensi konflik, serta meningkatkan kualitas hubungan inter-personal. Oleh karena itu, *self-awareness* merupakan komponen penting yang perlu dikembangkan dalam konteks pendidikan, kepemimpinan, dan pembinaan karakter.¹⁸

2. Kesadaran diri (*Self Awareness*) dalam Perspektif Islam

¹⁷ Wafa Yolanda et al., “Kepercayaan Diri dan Kesadaran Diri Terhadap Komunikasi Interpersonal dan Pengembangan Karir”, *Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi*, vol. 10 (2021), pp. 100–6.

¹⁸ Budi Astuti, Indriyana Rachmawati, and Sesya Dias Mumpuni, “Bagaimana Hubungan Antara Self-Awareness Dengan Self-Concealment Generasi Z? Studi Pada Mahasiswa di Perguruan Tinggi”, *G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, vol. 9, no. 2 (2024), pp. 900–6.

Dalam perspektif Islam, kesadaran diri (*self-awareness*) dikenal dengan istilah *ma'rīfāt al-nafs*, yakni proses mengenali diri secara mendalam untuk memahami hakikat keberadaan manusia di hadapan Allah. Konsep ini tidak hanya mencakup pengenalan terhadap potensi dan keterbatasan diri, tetapi juga kesadaran akan tanggung jawab moral dan spiritual. Al-Ghazali menegaskan bahwa mengenal diri merupakan pintu awal untuk mengenal Allah, sebagaimana ungkapan masyhur “*man ‘arafa nafsahu faqad ‘arafa rabbahu*” (barang siapa mengenal dirinya, maka ia mengenal Tuhannya).¹⁹ Dengan demikian, kesadaran diri dalam Islam bukanlah tujuan akhir, melainkan sarana untuk mencapai kedekatan dengan Sang Pencipta.

Konsep *ma'rīfāt al-nafs* dalam Islam memiliki dimensi yang luas, meliputi aspek moral, spiritual, dan sosial. Kesadaran diri mendorong individu untuk melakukan *muhasabah* (introspeksi) secara rutin, mengevaluasi amal dan niat, serta mengoreksi perilaku yang menyimpang. Hal ini sejalan dengan QS al-Ḥasyr [59]: 18 yang memerintahkan orang beriman untuk bertakwa dan memperhatikan apa

¹⁹ Fathur Rahman, “Kesadaran Dan Kecerdasan Spiritualitas”, *Tasamuh: Jurnal Studi Islam*, vol. 9, no. 2 (2018), pp. 377–420.

yang telah diperbuat untuk hari esok. Ayat ini menegaskan pentingnya hubungan antara kesadaran diri, perencanaan hidup, dan orientasi akhirat²⁰

3. Tafsir Tematik Abdullah Saeed

Tafsir tematik kontekstual yang dikembangkan oleh Abdullah Saeed merupakan metode penafsiran yang menggabungkan pendekatan tematik (*mawḍūʿī*) dengan analisis kontekstual, baik konteks historis pewahyuan maupun konteks sosial pembaca modern. Saeed menekankan bahwa pemahaman Al-Qur'an harus mempertimbangkan hierarki nilai (*hierarchy of values*), yaitu membedakan antara pesan-pesan universal yang bersifat permanen dan pesan-pesan partikular yang dapat disesuaikan dengan perubahan zaman.²¹ Pendekatan ini lahir sebagai respons terhadap kebutuhan penafsiran Al-Qur'an yang relevan dengan tantangan kontemporer.

Metode tafsir ini memiliki langkah-langkah operasional yang jelas, mulai dari identifikasi isu atau tema yang akan dikaji, pengumpulan ayat-ayat yang relevan, analisis linguistik, penelusuran konteks makro dan mikro abad ke-7, hingga penafsiran ulang

²⁰ M.QURAISH SHIHAB, *Tafsir al-misbah pesan, kesan dan keserasian Al-Quran* (Lentera Hati, 2001).

²¹ Saeed, *Interpreting the Qur'an* Abdullah Saeed.

sesuai konteks kekinian. Dengan demikian, tafsir tematik kontekstual tidak hanya menghubungkan teks dengan konteks masa lalu, tetapi juga memastikan pesan Al-Qur'an tetap aplikatif bagi umat Islam masa kini.²²

Keunggulan metode ini terletak pada kemampuannya menghindari pembacaan literalistik yang kaku, tanpa menghilangkan esensi pesan ilahiah. Abdullah Seed memandang bahwa penafsiran yang terlalu tekstual sering kali gagal menjawab problem sosial modern, sehingga diperlukan pendekatan yang mampu menjembatani makna asli teks dengan realitas yang terus berubah. Oleh karena itu, tafsir tematik kontekstual menjadi relevan dalam mengkaji isu-isu seperti kesadaran diri, keadilan gender, dan hak asasi manusia.²³

4. Tujuan Tafsir Tematik

Tujuan utama dari tafsir tematik kontekstual adalah menjaga relevansi Al-Qur'an sebagai pedoman hidup yang dapat menjawab tantangan

²² Abd. Muqit, "Metode Tafsir Tematik Kontekstual Abdullah Saeed".

²³ Sahiron Syamsuddin, *Menafsirkan Teks dan Menghadirkan Makna Sosial: Tafsir Ma'nā Cum Maghā dalam Dinamika Tafsir Kontemporer dalam Kontekstualisasi Tafsir di Indonesia* (Yogyakarta: Ladang Kata, 2022).

zaman. Abdullah Saeed menekankan pentingnya membedakan antara pesan yang bersifat trans-historis dan pesan yang terikat konteks tertentu, sehingga penafsiran dapat diaplikasikan secara tepat dalam masyarakat modern tanpa menghilangkan makna aslinya.²⁴ Hal ini sejalan dengan prinsip *maqāṣid al-sharī'ah* yang mengutamakan kemaslahatan, keadilan, dan pemeliharaan martabat manusia

Selain itu, metode ini bertujuan membangun kesadaran kritis umat Islam terhadap dinamika teks dan konteks. Dengan menggunakan tafsir tematik kontekstual, pembaca diajak untuk memahami Al-Qur'an tidak hanya sebagai dokumen sejarah, tetapi sebagai sumber nilai yang hidup dan mampu berinteraksi dengan perkembangan budaya, ilmu pengetahuan, dan moralitas global.²⁵ Hal ini mendorong proses ijtihad yang lebih kreatif dan produktif dalam memecahkan persoalan aktual.

Tujuan lain yang diharapkan adalah menciptakan tafsir yang inklusif dan adaptif, sehingga dapat merangkul keragaman pengalaman umat Islam di berbagai belahan dunia. Dengan demikian, metode tafsir tematik kontekstual Abdullah Saeed berfungsi

²⁴ Saeed, *Interpreting the Qur'an* Abdullah Saeed.

²⁵ Abd. Muqit, "Metode Tafsir Tematik Kontekstual Abdullah Saeed".

sebagai jembatan antara warisan tafsir klasik dan kebutuhan interpretasi modern, sekaligus sebagai instrumen untuk memperkaya khazanah keilmuan tafsir Al-Qur'an.

F. Metode Penelitian

Metodologi penelitian adalah prosedur atau langkah-langkah untuk memperoleh pengetahuan ilmiah atau ilmu pengetahuan yang dilakukan secara sistematis dan analisis yang mendalam dengan metode atau pendekatan tertentu. Dengan kata lain, metode ini adalah cara seseorang untuk mencapai hasil tertentu. Adapun metodologi penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kepustakaan (*library research*) yakni penelitian yang datanya bersumber dari karya ilmiah baik buku, jurnal, tesis, maupun sumber lainnya. Selain itu pendekatan penelitian ini menggunakan pendekatan hermeneutik metode tafsir tematik kontekstual yang digagas oleh Abdullah Saeed.

2. Sumber Data

Penelitian ini menggunakan sumber data primer yang digunakan penulis antara lain Al-Qur'an dan

buku *Interpreting the Qur'an :Toward a Contemporary Approach* karya Abdullah Saeed. Adapun sumber sekunder dalam penelitian ini adalah tafsir al-Misbah karya Quraish Shihab, metode tafsir tematik kontemporer Abdullah Saeed, serta jurnal, artikel dan buku lain yang berhubungan dengan penelitian ini.

3. Teknik Pengumpulan data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini yakni dengan mengumpulkan ayat-ayat yang membahas *self awarness*. Kemudian, mengelompokkan ayat sesuai dengan indikator *self awarness* menurut Daniel Geolman. Selanjutnya, mengumpulkan literatur yang relevan dalam penelitian melalui kitab tafsir, buku-buku, dan artikel.

4. Teknik Analisis Data

Teknik yang digunakan dalam penelitian ini. Pertama, mendeskripsikan pengertian *self awarness* secara psikologi dan Islam. Kedua, menemukan indikator-indikator *self awarness* dalam ayat serta menjelaskan penafsiran ayat-ayat *self awarness*. Ketiga, menganalisis kontekstualisasi ayat-ayat tentang *self awarness* perspektif Abdullah Saeed. Keempat, menyimpulkan hasil penelitian.

G. Sistematika Pembahasan

Penelitian ini terdiri dari lima bab yang disusun untuk mempermudah proses penelitian. Antara lain:

Bab I Pendahuluan, terdiri atas tujuh sub bab yaitu: latar belakang, rumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian, kajian pustaka, kerangka teori, metodologi penelitian dan sistematika pembahasan

Bab II konsep kesadaran diri secara Psikologi dan Islam. Bab ini menguraikan secara mendalam mengenai definisi umum kesadaran diri, kesadaran diri secara Psikologi dan Islam.

Bab III Indikator dan interpretasi ayat-ayat al-Qur'an tentang kesadaran diri. Bab ini akan memaparkan indikator dan interpretasi dari ayat-ayat yang termasuk ke dalam tema kesadaran diri berdasarkan tafsir tematik kontekstual Abdullah Saeed.

Bab IV Membahas kontekstualisasi ayat-ayat Al-Qur'an yang berkaitan dengan *self-awareness* dengan menggunakan pendekatan kontekstual Abdullah Saeed. Bab ini memaparkan ideal moral ayat-ayat *self-awareness* dalam konteks pewahyuan pada masa diturunkannya al-Qur'an serta mengekstraksi nilai-nilai universal yang relevan dengan konteks pembaca kontemporer hingga modern.

Bab V Penutup Bab ini berisi kesimpulan dari hasil penelitian yang merangkum temuan-temuan penting terkait konsep *self-awareness* dalam al-Qur'an dan kontribusi pendekatan tafsir tematik kontekstual dalam mengaktualisasikannya. Selain itu, akan disampaikan saran-saran yang berkaitan dengan pengembangan kajian ini untuk penelitian lebih lanjut.



BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Penelitian ini menyimpulkan bahwa konsep kesadaran diri (self-awareness) dalam Al-Qur'an memiliki kedalaman makna yang melampaui pemahaman psikologis semata. Secara konseptual, kesadaran diri dalam perspektif psikologi dipahami sebagai kemampsavian refleksi individu terhadap pikiran, emosi, nilai, dan perilakunya, yang mencakup dimensi intrapersonal dan sosial. Sementara itu, Al-Qur'an menghadirkan kesadaran diri sebagai kesadaran eksistensial dan spiritual yang terhubung langsung dengan ketakwaan, muhasabah, dan tanggung jawab manusia sebagai hamba Allah. Dengan demikian, kesadaran diri dalam Al-Qur'an bukan hanya berfungsi sebagai mekanisme pengendalian diri, tetapi juga sebagai sarana transformasi moral dan spiritual yang mengarahkan manusia pada pembentukan akhlak dan kedewasaan iman.

Dinamika penafsiran ayat-ayat kesadaran diri menunjukkan bahwa konteks pembaca abad ke-7 sangat memengaruhi ideal moral yang dibangun oleh Al-Qur'an. Pada masa pewahyuan, ayat-ayat tersebut berfungsi untuk membentuk kesadaran kolektif umat Islam awal agar tidak

terjebak pada kelalaian, egoisme, dan orientasi duniawi semata, sebagaimana tercermin dalam perintah refleksi amal dan kesiapan menghadapi akhirat. Penafsiran klasik dan modern umumnya menekankan aspek normatif dan moralitas individual, namun belum sepenuhnya mengelaborasi dimensi kesadaran diri sebagai konsep reflektif yang utuh. Melalui pendekatan tafsir tematik kontekstual Abdullah Saeed, dinamika konteks pembaca menjadi kunci untuk memahami bahwa pesan kesadaran diri bersifat trans-historis, tetapi ekspresi dan penerapannya bersifat kontekstual.

Penelitian ini juga menemukan bahwa ideal moral kesadaran diri mengalami pergeseran makna dari konteks abad ke-7 ke era modern. Pada abad ke-7, kesadaran diri diarahkan pada pembentukan komunitas beriman yang taat, berdisiplin moral, dan sadar akan konsekuensi amal perbuatannya. Sementara dalam konteks modern, ideal moral tersebut dapat diaktualisasikan sebagai kesadaran reflektif yang mendorong individu untuk mengelola emosi, mengambil keputusan secara etis, serta membangun relasi yang bertanggung jawab dengan diri, sesama, dan Tuhan. Dengan demikian, tafsir tematik kontekstual Abdullah Saeed terbukti efektif dalam menjembatani makna teks Al-Qur'an dengan tantangan

psikologis dan spiritual manusia kontemporer tanpa melepaskan otoritas nilai wahyu.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini, disarankan agar kajian tafsir Al-Qur'an, khususnya yang berkaitan dengan tema-tema psikologis seperti kesadaran diri, tidak berhenti pada pembacaan normatif dan tekstual. Pendekatan tafsir tematik kontekstual perlu terus dikembangkan agar Al-Qur'an dapat dipahami sebagai sumber nilai yang hidup dan responsif terhadap persoalan manusia modern. Penelitian selanjutnya dapat memperluas kajian ini dengan mengaitkan kesadaran diri dalam Al-Qur'an dengan isu-isu kontemporer lain seperti kesehatan mental, krisis identitas, dan etika digital.

Selain itu, penelitian ini menyarankan perlunya integrasi yang lebih kuat antara kajian tafsir dan disiplin psikologi Islam, sehingga konsep-konsep Qur'ani seperti muhasabah, muraqabah, dan tazkiyatun nafs dapat dikembangkan sebagai kerangka teoritis dan praktis dalam pengembangan kepribadian muslim. Pendekatan interdisipliner semacam ini diharapkan mampu memperkaya khazanah keilmuan Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir sekaligus memberikan kontribusi nyata bagi pengembangan karakter dan spiritualitas masyarakat Muslim di era modern.

DAFTAR PUSTAKA

- 1.aDevid Dwi Erwahyudin, 2.bMuhammad Muzakki, 3.cArdiansyah Mustofa Latief, “The Concept of Nafs in Islamic Psychology and its Relevance to Student Developmen”, *AL MISKAT: Journal of Islamic Psychology*, vol. Vol. 1, No, 2023.
- Abd. Muqit, “Metode Tafsir Tematik Kontekstual Abdullah Saeed”, *Salimiya: Jurnal Studi Ilmu Keagamaan Islam*, vol. 4, no. 2, 2024, pp. 217–32 [<https://doi.org/10.58401/salimiya.v4i2.1258>].
- abdul ghaffar, abu ihsan, *tafsir ibn katsir jilid 9*, jakarta: pustaka imam Asy-Syafi’i, 2008.
- Al-ulum, Jurnal, *KESADARAN DIRI PROSES PEMBENTUKAN KARAKTER ISLAM* Malika Institut Agama Islam Negeri Sultan Amai Gorontalo A . Pendahuluan Aspek utama yang mendorong unsur kesadaran diri dalam pribadi manusia adalah aspek ruhani . Secara bahasa kesadaran diri diartikan d, 2013, pp. 129–50.
- Aldipari, Gilang, “Analisis Potensi Diri Manusia Dengan Menggunakan Pendekatan Psikologi Humanistik”, *Da’wah&EducationJournalDAWUH*, vol. Vol.5,No.3, 2024.
- Amida, Iis Amanah and Bambang Kurnia Nugraha, “Analysis of the Concept of Self-Awareness in Sufism and its Implications in the Guidance Counseling Process”, *Formosa Journal of Sustainable Research*, vol. 3, no. 1, 2024, pp. 171–82 [<https://doi.org/10.55927/fjsr.v3i1.7913>].
- Anisah, Putri Nur, Widyaning Hapsari, and Wanodya Kusumatuti, “Jurnal Psikologi dan Bimbingan Konseling”, *Jurnal Psikologi dan Bimbingan Konseling*, vol. 11, no. 2, 2025, pp. 1–10.

- Astuti, Budi, Indriyana Rachmawati, and Sesya Dias Mumpuni, "Bagaimana Hubungan Antara Self-Awareness Dengan Self-Concealment Generasi Z? Studi Pada Mahasiswa di Perguruan Tinggi", *G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, vol. 9, no. 2, 2024, pp. 900–6 [<https://doi.org/10.31316/g-couns.v9i2.6900>].
- Azzahra1, Sarah Fatimah, Evany Victoriana2, and M. Yuni Megarin, "MINDFULNESS BASED STRESS REDUCTION (MBSR) UNTUK PENURUNAN BURNOUT PADA PERAWAT", *JURNAL INTERVENSI PSIKOLOGI*, 2023.
- Barus, Debi Angelina Br, "Analisis Dampak Pelatihan Emosional Spiritual Terhadap Kesadaran Diri pada Mahasiswa Program Studi Psikologi", *Action Research Journal (ARJ)*, 2025.
- Baudrillard, Jean, *Simulacra and Simulation*, trans. Sheila Faria Glaser, Ann Arbor: University of Michigan Press, 1994.
- Daniel Goleman, *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*, New York: Bantam Book, 2006.
- Danu Resfi Naldi, Hafizul Mahfuzh, Zairil Hamit, Ilhamuddin Arrasyid, "Sejarah Bangsa Arab Pra Islam", *2 H i s t o r i a Ma d a n i a*, vol. Volume 7, 2023.
- Dedy Djamaluddin Malik, Idi Subandy Ibrahim, *an Baru Islam Indonesia: Pemikiran dan Aksi Politik Abdurrahman Wahid, M. Amin Rais, Nurcholish Madjid, Jalaluddin Rakhmat*, Bandung: Zaman Wacana Mulia.
- Djenap Zamilummi Polhaupessy, Edy Soesanto, Muhammad Dzaky Fadli2, "Pentingnya Insecurity untuk Mengatasi serta Menyadarkan Kesadaran Diri Agar Tampil Lebih Percaya Diri", *GARUDA: Jurnal Pendidikan Kewarganegaraan dan Filsafat*, vol. Volume.3, 2025.
- Evita Yuliatul Wahidah1, Yuminah2, Moh. In'ami3, Ulfa4,

“IMPLEMENTING SIGMUND FREUD’S PSYCHOANALYSIS THEORY IN THE ACADEMIC ARENA: A CRITICAL STUDY”, *JURNAL IMTIYAZ*, vol. Vol 6 No 2, 2022.

Fachrunisa, *Rahma Ayuningtyas, “Constructing the ‘Self’ in Islamic Psychology: Challenges and Opportunities”, *asian journal of islamic psychology*, 2024.

Fahlevi, Reza, “The humanistic and existential approach to improve students’ emotional intelligence in school counseling program”, *KONSELOR*, vol. Volume 9 N, 2020.

Ghoffar1, Helmi, “ANALYSIS OF SELF-CONSCIOUSNESS BASED ON THE MULTI THEORY PERSPECTIVE”, *JOMSIGN: Journal of Multicultural Studies in Guidance and Counseling*, vol. Volume 3, 2019.

Hafizhah, Namira et al., “Regulasi Emosi dengan Self Awareness Siswa di SMAN 7 Banjarmasin”, *Jurnal Al Husna*, vol. 4, no. 3, 2023, pp. 224–38 [<https://doi.org/10.18592/jah.v4i3.6648>].

Halim, Muhammad Azzam & Abdul, *As-Suyuthi, Jalaluddin. (2008). Asbābun Nuzūl: Sebab-Sebab Turunnya Ayat Al-Qur’an. Terj.*, jakarta: Pustaka Azzam, 2008.

Hamdie, Ilham Masykuri, “KONSEP TASWIYAH AL-NAFS DALAM PENGEMBANGAN PRIBADI MANUSIA”, *Khazanah: Jurnal Studi Islam dan Humaniora*, vol. Vol. XV, N, 2017.

hamka, *Tafsir Al-Azhar. Jilid 8*, jakarta: Gema Insani, 2015.

Hamka, *Tafsir Al-Azhar jilid 9*, Jakarta: Pustaka Panjimas, 1984.

----, *Tafsir Al-Azhar. Jilid 9.*, jakarta: Gema Insani, 2015.

----, *No Tafsir Al-Azhar. Jilid 5.*, jakarta: Gema Insani, 2015.

- , *Tafsir Al-Azhar. Jilid 10*, jakarta: Gema Insani, 2015.
- , *Tafsir Al-Azhar. Jilid 2*, jakarta: Gema Insani, 2015.
- , *Tafsir Al-Azhar. Jilid 4.*, jakarta: Gema Insani, 2015.
- Hannush, Mufid James, *Markers of Psychosocial Maturation A Dialectically-Informed Approach*, Rosemont, PA, USA: palgrave macmillan, 2001.
- Hanus, james mufid, *elf-Analysis: The Capacity for Self-Analysis Through Self-*, palgrave macmillan, 2021.
- Haryanto, Sri, "Key Concepts of Modern Western Psychological Theory", *International Journal of Educational Narratives*, 2024.
- Hovakimyan, Garik, "The Problem of a Person's Self-Awareness, Theoretical Approaches and Definitions in Psychology", *Vanadzori Petakan Hamalsarani Gitakan Teghekagir*, 2025.
- Ihsan Rinaldi Lubis, Ira Suryani, Azzira Innayah, Nazwa Azzahra, Nur Hafiza, "Peserta Didik dalam Pandangan Imam Al-Ghazali", *El-Mujtama: Jurnal Pengabdian Masyarakat*.
- Iskandar, Dadang Hamdan, "Counseling Guidance From Islamic Perspective, An Ontological View", *TASFIYAH: Jurnal Pemikiran Islam*, vol. Vol. 6, No, 2022.
- Jamalpour, Zahra Parisa A. Khodarahmi, "APPLICATION OF NEUROSCIENCE AND COGNITIVE STUDIES IN PSYCHOLOGY", *Brazilian Journal of Education, Technology and Society (BRAJETS)*, 2024.
- Katsir, Ibn, *Tafsir Al-Qur'an Al-'Azhim. jilid 8*, jakarta: Pustaka Imam Asy-Syafi'i, 2008.
- Katsir, Ibnu, *Tafsir Al-Qur'an Al-'Azhim. Jilid 4.*, jakarta: pustaka imam Asy-Syafi'i, 2008.
- , *Tafsir Al-Qur'an Al-'Azhim. Jilid 8*, jakarta: Pustaka

- Imam Asy-Syafi'i, 2008.
- , *Tafsir Al-Qur'an Al-'Azhim. Jilid 3.*, jakarta: pustaka imam Asy-Syafi'i, 2008.
- M.QURAISH SHIHAB, *Tafsir al-misbah pesan, kesan dan keserasian Al-Quran*, Lentera Hati, 2001.
- Malik, Abdul, "Ilmu Nafs Dan Pemahaman Tentang Manusia Dalam Perspektif Alqur'an", *al-furqan jurnal ilmu al-qur'an dan tafsir*, vol. Volume 6, 2023.
- Mardinal Tarigan¹, Ayu Lestari², Khaiyirah Rahmadhani Lubis³, Mita Fitria⁴, "Peradaban Islam : Peradaban Arab Pra Islam", *Journal on Education*, vol. 6, 2023.
- Masalah, "Jurnal Terapeutik Zhella Utk Daftar Pustaka", *ALB*, 2008, pp. 1–11.
- Mustofa, Ahmad Zainal, "Hierarchy of Human Needs: A Humanistic Psychology Approach of Abraham Maslow", *Kawanua International Journal of Multicultural Studies*, vol. Vol. 3, No, 2022.
- Nafi, Muhammad, "The Concept of Ma'rifatun Nafs and Self Knowledge: Comparative Study of the Thoughts of Al Ghazali and Sigmund Freud", *Journal of Sufism and Psychotherapy*, vol. Volume 2 N, 2022.
- Nasyiwa Ramadhini¹, Neni Aprilia², Gusman Lesmana³, "Meningkatkan Kesadaran Diri dan Kecerdasan Emosional Konselor BK: Strategi Pengembangan Pribadi yang Efektif", *Counselia: Jurnal Bimbingan Konseling Pendidikan*, vol. Vol. 6No., 2025.
- Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah. Jilid 14.*, jakarta: Lentera Hati, 2009.
- , *Tafsir Al-Mishbah. Jilid 15*, jakarta: Lentera Hati, 2009.
- Rahman, Fathur, "Kesadaran Dan Kecerdasan Spiritulitas", *Tasamuh: Jurnal Studi Islam*, vol. 9, no. 2, 2018, pp. 377–

420 [<https://doi.org/10.32489/tasamuh.213>].

Rahman, Fazlur, *No Major Themes of the Qur'an*, Chicago: University of Chicago Press, 2009.

Risky Maulidiyah¹, Avita Rasya Fitri², Hulwatul Hilma³, Maryatul Kibtiyah⁴, “MENGENAL TAZKIYATUH AN-NAFS DALAM PSIKOTERAPI ISLAM”, *BudAI : Multidisciplinary Journal of Islamic Studies*, vol. Volume 4, 2024.

Riyadi, Agus and Hasyim Hasanah, “Pengaruh Kesadaran Diri Dan Kematangan Beragama Terhadap Komitmen Organisasi Karyawan Rsud Tugurejo Semarang”, *Psymphatic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, vol. 2, no. 1, 2016, pp. 102–12 [<https://doi.org/10.15575/psy.v2i1.451>].

Saeed, Abdullah, *Interpreting the Qur'an* Abdullah Saeed, 2006, pp. 1–209.

----, *Interpreting the Qur'an: Towards a Contemporary Approach*, Yogyakarta: LKiS, 2016.

----, *Paradigma, Prinsip, dan Metode Penafsiran Kontekstualis atas Al-Qur'an*, penerj. Lien Iffah Nafatu Fina dkk, Yogyakarta: Baitul Hikmah Press, 2022.

Saefullah, U., *Psikologi pendidikan dengan pendekatan teori-teori baru dalam psikologi*, Bandung: Pustaka Setia., 2012.

Salam, N. F. S., Manap Rifai, A., & Ali, H., “Faktor Penerapan Disiplin Kerja: Kesadaran Diri, Motivasi, Lingkungan (Suatu Kajian Studi Literatur Manajemen Pendidikan Dan Ilmu Sosial)”, *Jurnal Manajemen Pendidikan Dan Ilmu Sosial*.

Shihab, m. Quraish, *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan Dan Keserasian Al-Qur'an*, vol. 2, tangerang: Lentera Hati, 2000.

----, *tafsir al misbah: pesan,kesan dan keserasian al-Qur'an*

- jilid 14*, jakarta: Lentera Hati, 2002.
- , *Tafsir Al-Mishbah. Jilid 6.*, jakarta: Lentera Hati, 2009.
- , *Tafsir Al-Mishbah. Jilid 13*, jakarta: Lentera Hati, 2009.
- , *Tafsir Al-Mishbah. Jilid 2.*, jakarta: Lentera Hati, 2009.
- , *Tafsir Al-Mishbah. Jilid 4.*, jakarta: Lentera Hati, 2009.
- Shihab, M. Quraish, *Wawasan Al-Qur'an: Tafsir Maudhu'i atas Pelbagai Persoalan Umat*, Bandung: mizan, 2007.
- Shihab, Muhammad Quraish, *Tafsir Al-Mishbah. Jilid 15*, jakarta: Lentera Hati, 2009.
- Shomali, Mohammad Ali, "Mengenal Diri: Tuntunan Islam dalam Memahami Jiwa, Watak, dan Kepribadian Anda", *Self Knowledge*, 2001.
- Sri Haryanto¹, Mohammad Muslih², "Integration of Sufism and Transpersonal Psychology", *International Journal of Religion*, vol. Volume: 5|, 2024.
- Suhartanto, Paulus eddy, "self awarness dan pengalaman pemaknaan", *suksma:jurnal psikologi universitas sanata dharma*, 2024.
- Syamsuddin, Sahiron, *Pendekatan Kontekstual terhadap Al-Qur'an: Tafsir atas Ayat-Ayat Sosial Budaya*, ed. by Suka Press, Yogyakarta, 2017.
- , *Menafsirkan Teks dan Menghadirkan Makna Sosial: Tafsir Ma'nā Cum Maghẓā dalam Dinamika Tafsir Kontemporer dalam Kontekstualisasi Tafsir di Indonesia*, Yogyakarta: Ladang Kata, 2022.
- Tafsir Al-Qur'an Al-'Azhim. Jilid 7*, jakarta: pustaka imam Asy-Syafi'i, 2008.
- Tarwiyah, Hanik Lailatut, "PENGARUH RELIGIUSITAS DALAM MEMBANGUN SELF-AWARENESS PADA REMAJA: LITERATURE REVIEW", *JURNAL*

PSIMAWADiskursus Ilmu Psikologi & Pendidikan, vol. Vol. 5 No., 2022.

Toshihiko Izutsu, *God and Man in the Qur'an: Semantics of the Qur'anic Weltanschauung*, Kuala Lumpur: Islamic Book Trust, 2002.

Umami, Mafazatil and Aprillia Mega Rosdiana, "Intensitas Bermedia Sosial dan Self Awareness Pada Remaja", *Jurnal Psikologi: Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan*, vol. 9, no. 1, 2022, pp. 133–45 [<https://doi.org/10.35891/jip.v9i1.2674>].

Ussisa 'alat Taqwa, Wahyu Septrianto, "Tafakur menurut imam Al-Ghozalidan implikasinya terhadap Terapi psikospiritual mahasantriSantri Universitas Darussalam Gontor", *Educatia: Jurnal PendidikandanAgama Islam*.

Westover, Jonathan H., "What Self-Awareness Really Is (and How to Cultivate It)", *Human Capital Leadership Review*, vol. 19, no. 2, 2025 [<https://doi.org/10.70175/hclreview.2020.19.2.7>].

Yilmaz, H.A., "Self-Awareness and Self-Consciousness: A Review from the Perspective of Social Psychology.", *Psikiyatride Guncel Yaklasimlar*, 2022.

Yolanda, Wafa et al., "Kepercayaan Diri dan Kesadaran Diri Terhadap Komunikasi Interpersonal dan Pengembangan Karir", *Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi*, vol. 10, 2021, pp. 100–6.