

**DIMENSI PSIKOLOGI DAN SPIRITUAL
DALAM AL-QURAN MELALUI KISAH NABI YA'QUB AS
PERSPEKTIF ABDURRAHMAN HASAN HABBANAKAH**

SKRIPSI

Disusun untuk Memenuhi Persyaratan dalam Memperoleh Gelar Sarjana Agama
Melalui Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir



Oleh:

Muhammad Alby Muwaffil Hammam
NIM: 07020322057

**PROGRAM STUDI ILMU AL-QUR'AN DAN TAFSIR
FAKULTAS USHULUDDIN DAN FILSAFAT
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA**

2025

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya:

Nama : Muhammad Alby Muwaffil Hammam

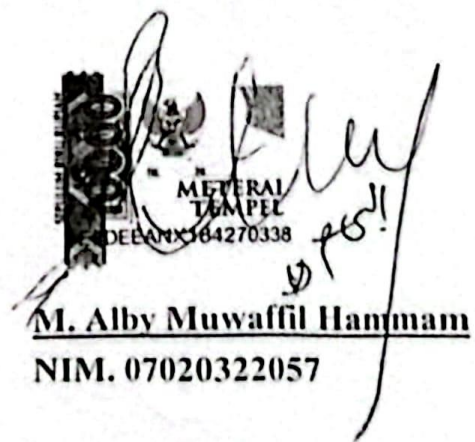
NIM : 07020322057

Program Studi: Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini secara keseluruhan adalah hasil penelitian/karya saya sendiri, kecuali pada bagian yang dirujuk sumbernya.

Surabaya, 26 Desember 2025

Saya yang menyatakan,


M. Alby Muwaffil Hammam
NIM. 07020322057

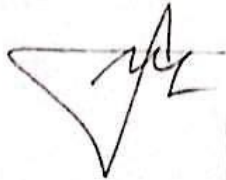
The signature is written in black ink over a rectangular stamp. The stamp contains the text 'METERAI TEMPEL' and 'DEKAT 64270338'. Below the signature is a horizontal line, and the name 'M. Alby Muwaffil Hammam' and NIM '07020322057' are printed below the line.

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi berjudul "Dimensi Psikologi Dan Spiritual Dalam Al-Qur'an Melalui Kisah Nabi Ya'qub AS Perspektif Abdurrahman Hasan Habbanakah" yang ditulis oleh Muhammad Alby Muwaffil Hammam disetujui pada Jum'at, 24 Desember 2025 karena telah memenuhi syarat untuk diajukan dalam sidang majelis pengujian skripsi Fakultas Ushuluddin dan Filsafat UIN Sunan Ampel Surabaya.

Surabaya, 29 Desember 2025

Dosen Pembimbing



Fathoniz Zakka, Lc. M. Th. I
NIP.198412192023211010

PENGESAHAN SKRIPSI

Skripsi yang berjudul "Dimensi Psikologi dan Spiritual dalam Al-Qur'an melalui Kisah Nabi Ya'qub as Perspektif Abdurrahman Hasan Habbanakah" yang ditulis oleh Muhammad Alby Muwaffil Hammam ini telah diuji di depan Tim Penguji pada tanggal 30 Desember 2025

Tim Penguji:

1. Fathoniz Zakka, Lc. M. Th. I
NIP.198412192023211010
2. Dr. Ahmad Zaidanil kamil, M. Ag
NIP. 199406302022031001
3. Dr. H. Abu Bakar, M. Ag
NIP. 197304041998031006
4. Purwanto, M. Th. I
NIP. 197804172009011009

(Penguji 1).....

(Penguji 2).....

(Penguji 3).....

(Penguji 4).....

Surabaya, 9 Januari 2026



Dr. Abdul Kadir Rivadi, Ph. D
NIP. 19780081320050011003

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Muhammad ALBY Muwaffiq Hammam
NIM : 07020322057
Fakultas/Jurusan : ushuluddin dan filsafat / ilmu Al-Quran dan Tafsir
E-mail address : Muhammadaalbymh@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

☒ Sekripsi ☐ Tesis ☐ Desertasi ☐ Lain-lain (.....)
yang berjudul :

Dimensi Psikologi dan Spiritual dalam Al-Quran melalui
Kisah Nabi Ta'qub AS Perspektif Abdurrahman
Hasan Habbanaqah

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 10 Januari 2026

Penulis



(M. Alby Muwaffiq H.)
nama terang dan tanda tangan

ABSTRAK

Penelitian ini mengeksplorasi dimensi psikologi dan spiritual dalam al-Qur'an melalui kisah kehidupan Nabi Ya'qub as ketika mengalami cobaan. Fokus utama kajian ini adalah mengungkap bagaimana dinamika kejiwaan dan keteguhan spiritual Nabi Ya'qub as dalam menghadapi krisis psikologis saat kehilangan putranya. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis riset kepustakaan (*library research*). Data primer bersumber dari ayat-ayat al-Qur'an yang berkaitan dengan kisah Nabi Ya'qub as dan kitab *Ma'ārij al-Tafakkur wa Daqā'iq at-Tadabbur* karya Abdurrahman Hasan Habannakah, sedangkan data sekunder diperoleh dari kitab tafsir era klasik dan pertengahan, serta literatur psikologi-spiritualitas yang relevan. Teknik analisis data dilakukan melalui metode *content analysis* (analisis isi) secara deskriptif dengan kerangka integratif antara tafsir dan psikologi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dimensi psikologi dalam kisah Nabi Ya'qub mencakup kesedihan dan kecemasan yang menyebabkan gangguan psikosomatis yang berdampak pada kesehatan mental dan fisik. Sedangkan dimensi spiritual terepresentasi melalui sikap *sabr jamil*, *tawakkal*, dan ikhtiar kepada Allah swt akan harapan di tengah penderitaan. Lalu penyembuhan luka batin oleh al-Balkhi melalui konsep *tibb ruhani*. Temuan ini menyimpulkan bahwa perspektif Habannakah memberikan kerangka komprehensif yang memadukan kedalaman tadabbur teks al-Qur'an dengan realitas kejiwaan manusia, sehingga dapat menjadi rujukan dalam panduan spiritual dalam mengkontekstualisasikan problem demikian dan mengembangkan konsep kesehatan mental yang berbasis Qur'ani.

Kata Kunci: Psikologi, Spiritual, Kisah Nabi Ya'qub as, Abdurrahman Hasan Habannakah

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN	ii
PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
PENGESAHAN SKRIPSI	iv
PEDOMAN TRANSLITERASI	v
ABSTRAK.....	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI	xii
BAB 1	1
PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	15
C. Batasan Masalah	15
D. Rumusan Masalah.....	16
E. Tujuan Penelitian	16
F. Manfaat Penelitian	17
G. Kajian Literatur	18
H. Kerangka Teoritis.....	25
J. Sistematika Penulisan.....	34
BAB II	36
LANDASAN TEORI.....	36
A. Dimensi Psikologi.....	36
1. Problem Kecemasan	39
2. Problem Kesedihan.....	44
3. <i>Huzn</i> dan <i>Khauf</i> dalam Al-Qur'an.....	49
4. Konsep <i>huzn</i> dan <i>khauf</i> Menurut Pandangan Ulama'	56
B. Dimensi Spiritual.....	60
1. Sabar	64
2. Ikhtiar	65
3. Tawakkal	66

C. <i>Tibb Ruhani</i> Abu Zaid al-Balkhi.....	68
D. Kisah Dalam Al-Quran	73
E. Kehidupan Nabi Ya'qub as.....	78
F. Metode Tafsir <i>Maudhui'</i>	86
G. Tafsir Kontekstual Abdullah Saaed.....	91
BAB III.....	94
POTRET HABBANAKAH DAN TAFSIR MA'ĀRIJ AT-TAFAKKUR WA DAQĀ'IQ AT-TADABBUR DAN PENAFSIRAN DIMENSI PSIKOLOGI DAN SPIRITUAL NABI YA'QUB AS	94
A. Profil 'Abd al-Raḥmān Ḥasan Ḥabannakah al-Maydanī	94
1. Biografi 'Abd al-Raḥmān Ḥasan Ḥabannakah al-Maydanī.....	94
2. Pendidikan dan perjalanan kariernya.	97
3. Karya-karya monumental.....	99
B. Sketsa Tafsir Ma'arij al-Tafakkur Wa Daqaiq al-Tadabbur	104
1. Identitas Tafsir	104
2. Sistematika dan metode penulisan kitab.....	107
3. Pengenalan kaidah tadabbur Habbanakah	109
4. Sumber Penafsiran Kitab	112
5. Kelebihan dan kekurangan kitab.....	116
C. Hasil Penafsiran Habbanakah Dalam Kisah Nabi Ya'qub as	117
BAB IV.....	129
ANALISIS PENAFSIRAN ABDURRAHMAN HASSAN HABBANAKAH DALAM DIMENSI PSIKOLOGIS DAN SPIRITUAL MELALUI KISAH NABI YA'QUB AS	129
A. Analisis Penafsiran Habbanakah Dalam Kisah Nabi Ya'qub AS	129
B. Dimensi Psikologi dan Spiritual Kisah Nabi Ya'qub AS	147
C. Kontekstualisasi Problem Kisah Nabi Ya'qub AS di Zaman Sekarang	153
BAB V.....	163
KESIMPULAN DAN SARAN.....	163
A. Kesimpulan	163
B. Saran dan Rekomendasi.....	164
DAFTAR PUSTAKA	

DAFTAR PUSTAKA

- A, Syaifullah, dan Razi F. "Kontekstualisasi Poligami Dalam Surah Al-Nisa Ayat 3 Perspektif Abdullah Saaed." *Pendas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar* 10, no. 2 (2025)
- Abdul Ghaffar, Muhammad. *Kisah Para Nabi*. Pustaka Azam, 2007.
- Affani, Syukron. "Rekonstruksi Kisah Nabi Musa dalam al-Quran: Studi Perbandingan dengan Perjanjian Lama." *Al-Ihkam: Jurnal Hukum & Pranata Sosial* 12, no. 1 (2017)
- Ajila. "Pandangan Ahmad Musthafa al-Maraghi Tentang Ayat-Ayat yang Berkenaan Dengan Fenomena Kecemasan dan Penanggulangannya." *Ushuluddin dan Humaniora*, UIN Antasari Banjarmasin, 2023.
- Akbar, Faris Maulana, dan Yusuf Rahman. "Tafsir Tematik Sosial." *SUHUF* 16, no. 1 (2023).
- Al-Ayyubi, M. Zia. "Penafsiran Kontekstual Abdullah Saaed: Metodologi dan Aplikasi pada Ayat Jilbab." *Rausyan Fikr: Jurnal Ilmu Studi Ushuluddin dan Filsafat* 19, no. 1 (2023): 77. <https://doi.org/10.24239/rsy.v19i1.1708>.
- Al-Bantani, Muhammad Nawawi, *Marāḥ al-Labīṭ fī Kashf Ma'nā al-Qur'ān al-Majīd*. Cetakan Pertama. Haramain, 2014.
- Al-Balkhi, Abu Zayd, *Masalih al-Abdan Wa al-Anfus*, (Riyadh: Musthofa, 2002),
- Al-Harawi Ahmad bin Muhammad, Abu Ubaid. *Kitab Gharibul-Qur'an wal-Hadits*. Cetakan Pertama. Maktabah Nizar Mustafa al-Baz.
- Ali Ash-Shabuniy, Muhammad. *Muhammad Ali Ash-Shabuniy, kenabian dan para nabi*, PT Bina Ilmu: Surabaya, Cetakan pertama, 1993, 444. PT Bina Ilmu, 1993.
- ‘Alī ibn Muḥammad ibn Ḥabīb al-Māwardī, Abū al-Ḥasan. *al-Nukat wa al-‘Uyūn*. Cetakan Pertama. Dar al-kutub Ilmiyah, 2012.
- Al-Najjar, Abdul Wahhab. *Qishash al-Anbiya, dar al-Fikr: Beirut*, 119. Dar al-Fikr, 1994.
- Alviansyah, Rezza. "Metode Untuk Menjaga Kesehatan Mental saat Pandemi Covid-19 : Analisis dari Perspektif Abu Zaid Al-Balkhi." *Academia Edu*.
- Andriyani, Juli. "Strategi coping stres dalam mengatasi problema psikologis." *At-Taujih: Bimbingan Dan Konseling Islam* 2.2 (2019),

- Angelin, Lamogia, Syenshie Virgini Wetik, dan Pondaag Ansye Ferlan. "Tingkat Stres Berhubungan dengan Kejadian Generalized Anxiety Disorder (GAD) pada Mahasiswa Tingkat Akhir." *Jurnal Keperawatan Jiwa* 9, no. 2 (2021).
- Apriany, Dyna. "Hubungan Antara Hospitalisasi Anak Dengan Tingkat Kecemasan Orang Tua." *Jurnal Keperawatan Soedirman* 8, no. 2 (2013).
- Arif Rahman, Ryan, Nailul Izzah, dan Muhammad Nur Khalim. "Contemplating (Tadabbur) of Surah Al-Fatihah and Its Application with Some of Tadabbur Rules of The Qur'an According to Al-Midani." *Al-Muhafidz: Jurnal Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir* 4, no. 1 (2024).
- Asfihani, Raghib al-. *Mufradat fi gharib al-Quran*. Maktabah Nizar Mustafa al-Baz, t.t.
- ‘Āshūr, Muḥammad al-Ṭāhir ibn. *al-Taḥrīr wa al-Tanwīr*. Dar al-Tunisia Li al-Nashr, 1984.
- Astuti, Anisa Syafira, dan Asidigisianti Surya Patria. "Perancangan Buku Jurnal Pengenalan Social Anxiety Disorder Bagi Remaja Pasca Pandemi Covid-19." *Judikatif: Jurnal Desain Komunikasi Kreatif* 6, no. 1 (2024).
- Azizah, Elima Amiroh Nur, Siti Mukholifah, Hanna Ulinnuha, Didik Andriawan, dan Aziz Miftahus Surur. "Anxiety Disorder Through the Quranic Paradigm." *Dialogia* 22, no. 1 (2024): 133–54. <https://doi.org/10.21154/dialogia.v22i1.9216>.
- Azizi Santosa, Nahel, Najwa Bariroh, dan khobirul Amru. "Telaah Tafsir Nuzuli Surah al-Muddatsir dalam Perspektif Habannakah dan Muhammad Abid al-Jabiri." *Izzatuna, Jurnal Ilmu Al-Quran dan Tafsir* 6, no. 1 (2025).
- Azhar, Fakhrijal Ali, Nafisatun Nuri, and Ahmad Musyafiq. "Kaidah Memahami Kisah dalam Al-Quran Perspektif Mutawali Al-Sya'rawi." *Maghza* 5.2 (2020).
- Bin Mohd Naim, Muhammad Ibrahim. "Tartib Nuzul al-Qur'an: Kajian Perbandingan Antara Ma'ārij al-Tafakkur wa Daqā'iq al-Tadabbur dengan Fahm al-Qur'ān al-Hakīm." Universitas Malaya, 2019.
- Busthomi, Yazidul, Syamsul A'dlom, and Rudy Catur Rohman Kusmayadi. "Pendidikan kecerdasan spiritual dalam al-qur'an surat al-luqman." *Salimiya: Jurnal Studi Ilmu Keagamaan Islam* 1.2 (2020).
- Chandra, Deni, et al. "Respon Emosional Bahagia dan Sedih pada Anak Sekolah Dasar Pasca Membaca Cerita Pendek." *Jurnal Papeda: Jurnal Publikasi Pendidikan Dasar* 7.1 (2025): 127-132.

- Choirul Anwar, Ilham. "Info Data Kesehatan Mental Masyarakat Indonesia Tahun 2023." Tirto, id. <https://tirto.id/info-data-kesehatan-mental-masyarakat-indonesia-tahun-2023-gQRT>, 2023.
- Cholil, Mufidah. *Psikologi Keluarga Islam Berwawasan Gender*. Cetakan terbaru. UIN maliki Press, 2013.
- Darmayanti, Hani. "Kisah-Kisah dalam Al-Quran dalam Perspektif Pendidikan." *Jurnal Ilmiah Edukatif* 5.1 (2019)
- Dedy Nugraha, Aditya. "Memahami Kecemasan: Perspektif Psikologi Islam." *Indonesian Journal of Islamic Psychology* 2, no. 1 (2020)
- Efifta Pratama, Ananda. "Hubungan pengetahuan, lama sakit dan tekanan intraokuler terhadap kualitas hidup penderita glaukoma." *Jurnal Berkala Epidemiologi* 4.2 (2016)
- Ekaningtyas, Ni Luh Drajati. "Psikologi Dalam Dunia Pendidikan." *Padma Sari: Jurnal Ilmu Pendidikan* 2.01 (2022)
- Fadhilah, Nur. "Gangguan Kecemasan Pada Wanita Dalam Al-Qur'an (Kajian Tematik)" Universitas Islam Negeri Prof. K. H Saifudin Zuhri, 2023.
- Fadilah, Risydah, Muhammad Nur Huda, Rizky Ramadhan Damanik, dan Salimatul Islamiyah. "Kecemasan Perpisahan (*Separation Anxiety*)." *Algebra: Jurnal Pendidikan, Sosial dan Sains* 3, no. 4 (2023).
- Fajri, Encep Muhammad. "Problematika *Anxiety Disorder* Pada Remaja Di Era Modern." *Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi* 2, no. 3 (2024).
- Faridah, Siti Ferina Meliasanti, and Imam Muhtarom. "Makna Kesedihan dalam Tujuh Puisi Karya Lucia Priandarini." *Jurnal Pendidikan Bahasa* 12.1 (2023)
- Fatimah, Ahlaa Nafisah, Gicica Mutiara Bintang, dan Nila Farhatun Nazilah. "Konsep Tawakkal Perspektif Teologis, Sosiologis, dan Psikologi dalam Al-Qur'an." *al-Afkar, Jurnal Kajian Islam* 8.3 (2025)
- Firmansyah, Tegar Wahyu. "Integrasi Teori Humanistik Abraham Maslow, Carl Rogers dan Terapi Transpersonal dalam Mewujudkan Transformasi Diri dan Penyembuhan Psikologis." *INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research* 5, no. 3 (2025).
- Fuad Abdul Baqi, Muhammad. *Al-Mu'jam Mufahras, li alfadz al-Qur'an al-karim*. Maktabah Islamiyah. Maktabah Islamiyah, 1986.
- G. Z. N, Fadhilah, Saputra R. A, dan Wibowo A. H. "Deteksi Tingkat Gangguan

- Kecemasan Menggunakan Metode Random Forest.” *Jurnal Teknik* 13, no. 1 (2024).
- H. A, Rahmy, dan Muslimahayanti M. “Depresi dan kecemasan remaja ditinjau dari perspektif kesehatan dan islam.” *Journal of Demography, Ethnography and Social Transformation*, 1, no. 1 (2021).
- Hafidz Basyiruddin, Muhammad, Asep Ahmad Fathurrahman, dan Ade Jamaruddin. “Makna Kautsar dalam Al-Qur’an (Studi Komparatif Tafsir Al-Hadis dan Tafsir Ma’arij al-Tafakkur Wa Daqaiq al-Tadabbur Dalam QS. Al-Kautsar ayat 1-3.” *AL-THIQAHA: Jurnal Ilmu Keislaman* 6, no. 1 (2023).
- Hanifah, Nur, Fitrawati, dan Kusnadi. “Metedologi Tafsir Tematik.” *Jurnal Al-Mubarak: Jurnal Kajian Al-Qur’an dan Tafsir* 9, no. 2 (2024).
- Haryanto, Rudi. “Kesabaran Dalam Berdakwah Menurut Al-Qur’an Surat Yusuf.” *Al-Qolam: Jurnal Dakwah dan Pemberdayaan Masyarakat* 4, no. 2 (2020).
- Ḥasan Ḥabbannakah al-Maydānī, Abd al-Raḥmān. *Ma ‘ārij al-Tafakkur wa Daqā’iq al-Tadabbur*. Cetakan pertama. Dar al-Qalam, 2000.
- Ḥasan Ḥabbannakah al-Maydānī, Abd al-Raḥmān. *Qawā’id al-Tadabbur al-Amthal li Kitāb Allāh ‘Azza wa Jalla*. Cetakan ke-4. Dar al-Qalam, 2009.
- Ḥasan Khān bin ‘Alī bin Ḥusain al-Qannūjī, Muhammad Ṣiddīq. *Fath al-Bayān fī Maqāṣid al-Qur’ān*. Vol. 6. Maktabah Ashriyyah, 1992.
- Hasbi, Muhammad. “Konsep Jiwa dan Pengaruhnya dalam Kepribadian Manusia (Studi atas Tafsir al-Mishbah Karya Quraish Shihab).” *Jurnal Studi Ilmu-ilmu Al-Qur’an dan Hadis* 17, no. 1 (2018).
- Hasbullah Ahmad. “Integrasi Al-Qur’an dan Ilmu Sosial (Kontekstualitas al-Qur’an dalam Kehidupan Bermasyarakat).” *Jurnal Kajian Ulumul Qur’an dan Tafsir* 1, no. 2 (2021).
- Hassan Habbanakah, Abdurrahman. *Ma ‘ārij al-Tafakkur wa Daqā’iq al-Tadabbur*. Juz 10. Dar al-Qalam, 2000.
- Herwandito, Seto. "Komunikasi Sebagai Upaya Mengatasi Kecemasan dan Pemisahan Pada Orang Tua dengan Komorbid di Pandemi COVID 19: Komunikasi Sebagai Upaya Mengatasi Kecemasan dan Pemisahan Pada Orang Tua dengan Komorbid di Pandemi COVID 19." *Cakrawala Jurnal Penelitian Sosial* 10.2 (2021)
- Hidayanti, Firly, dan Agus Hidayat. “Depression and Anxiety in the Qur’anic Perspective: Analysis of the Interpretation of the Verses of Huzn and Khauf

- According to Maudhu'i Al-Farmawi's Tafsir Theory." *Journal of Ulumul Qur'an and Tafsir Studies* 2, no. 2 (2023)
- Ifa, Farah, Siti Rokhani, dan Indri Astuti. "Fungsi Al-Qur'an Sebagai Obat Penyakit Hati Perspektif Tafsir Al-Maraghi." *El-Wasathy: Journal of Islamic Studies* 2, no. 2 (2024)
- Imron, Ali. "Tasawuf dan Problem Psikologi Modern." *Tribakti: Jurnal Pemikiran Keislaman* 29.1 (2018)
- Iryani, Endang Sri, Ismansyah, dan Rivan Firdaus. "The Effect of Al-Quran Murotal Therapy on Pain and Anxiety Scores in Preoperative Patients in Inpatient Rooms." *Formosa Journal of Science and Technology* 2, no. 5 (2023)
- Izzah, Robchatul. "Kaidah Tadabbur Menurut 'Abd al-Rahmān Ḥabannakah dan Aplikasinya dalam Tafsir Ma'ārij al-Tafakkur wa Daqā'iq al-Tadabbur." UIN Sunan Ampel, 2020.
- Jannah, Miftahul. "Gangguan Kecemasan Dalam Al-Qur'an (Studi Tematik Tafsir Ayat-ayat Kesempitan Jiwa)." Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Curup 2023.
- Kamil, Fajri, Pathur Rahman, Sulaiman Mohammad Nur, dan Deddy Ilyas. "Epistemologis Tafsir Tematik: Menuju Tafsir Al-Qur'an Yang Holistik." *Jurnal Semiotika-Q: Kajian Ilmu al-Quran dan Tafsir* 3, no. 1 (2023)
- Kamil, Fajri, Pathur Rahman, Sulaiman Mohammad Nur, dan Deddy Ilyas. "Epistemologis Tafsir Tematik: Menuju Tafsir Al-Qur'an Yang Holistik." *Jurnal Semiotika-Q: Kajian Ilmu al-Quran dan Tafsir* 3, no. 1 (2023)
- Kattani, Abdul Hayyie al. *Terjemah Tafsir Munir Fi Aqidah Wa al-Syari'ah, Wa al-Manhaj*. Jilid 6. Gema Insani, 2011.
- Kementerian Agama RI, Tim Penyusun. *Al-Qur'an dan tafsirnya (Edisi yang disempurnakan)*, Jilid 5, (Widya Cahaya: Jakarta LPMQ, 2011)
- Khoirus Sholeh, Akmal, dan Muhammad Ghufroon Hidayatul Sholeh. "Tafsir Ayat-Ayat Anxiety dalam Al-Qur'an: Solusi Al-Qur'an (Spiritual Well-Being) terhadap Problematika Kesedihan dalam Kehidupan." *IQTIRAN: Journal of Quranic and Interpretation Studies* 1, no. 1 (2025).
- Kholidi, Iqbal, dan Humaidi. "Interaksi Dengan Al-Qur'an Melalui Metode Tafsir Tematik Perspektif Yusuf Al-Qardhawi." *Al-Qodim: Journal Tafsir dan Ilmu Tafsir* 1, no. 1 (2024)
- Kurniawan, Didik, Nur Elvi Isnainy Mu'arifah, dan Ahmad Robhil Ma'shum.

- “Analisis Eskalasi Panic Attack And Anxiety Disorder terhadap Kesehatan Mental Remaja.” *BUSYRO: Journal of Broadcasting and Islamic Communication Studies* 03, no. 02 (2022)
- Lailatur Rohmah, Prilia. “Anxiety Disorder dalam al-Qur’an Perspektif Psikopatologi.” Fakultas Ushuluddin dan Dakwah, Universitas Islam Negeri Madura, 2023.
- Marisca, M. K, Hidayatullah. “Konsep Dan Metode Tafsir Tematik (Studi Komparasi Antara Al-Kumi Dan Mushthofa Muslim).” *Al-Bayan: Jurnal Studi Ilmu Al-Qur’an* 3, no. 2 (2018)
- Maba, Aprezo Pardodi. “Paradoxical intervention dalam bimbingan dan konseling untuk mengatasi kecemasan.” *Counsellia: Jurnal Bimbingan dan Konseling* 7, no. 2 (2017)
- Made, Piliani, and Hendrayani Varida. "Pengaruh Konseling Rational Emotive Therapy terhadap Pengendalian Perasaan Sedih pada Siswa SMPN 18 Mataram." *Realita: Jurnal Bimbingan dan Konseling* 2.2 (2017).
- Maḥmūd al-Ālūsī, Shihāb al-Dīn al-Sayyid. *Rūḥ al-Ma‘ānī fī Tafsīr al-Qur’ān wa Sab‘ al-Mathānī*. Juz 12. Dar Ihya Turats al-Arabi, 1983.
- Maḥmūd ibn ‘Umar al-Zamakhsharī, Abū al-Qāsim. *Al-Kashf ‘an Ḥaqā’iq Ghawāmiḍ al-Tanzīl wa ‘Uyūn al-Aqāwīl fī Wujūh al-Ta’wīl*. Cetakan Pertama. Maktabah al-Abikan, 1998.
- Manaf, Abdul. “Sumber Penafsiran Al-Qur’an (Masadir At-Tafsir).” *Tafakkur: Jurnal Ilmu Al-Qur’an Dan Tafsir* 14, no. 1 (2020).
- Martini Machdan, Denia, dan Nurul Hartini. “Hubungan Antara Penerimaan Diri Dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Tunadaksa Di UPT Rehabilitasi Sosial Cacat Tubuh Pasuruan.” *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental* 1, no. 2 (2012)
- Masykuroh, Siti, Rina Yana, Ahmad Isnaeni, dan Masruchin Masruchin. “Kepahitan Hidup Maryam dalam Kisah Al-Qur’an.” *Al-Dzikra: Jurnal Studi Ilmu al-Qur’an dan al-Hadits* 17, no. 1 (2023)
- Mat sin, Nurul Zakirah. “Contribution of ‘Abd al-Rahman Hasan Habannakah in the Field of Tafsir: Background Studies on the Principles of Tadabbur in the Qawa’id al-Tadabbur al-Amthal li Kitab Allah.” *Proceeding of International Conference on Global Trends in Academic Research.*, no. Indonesia Global Illuminators, Kuala Lumpur, Malaysia (2014)
- Muhammad Alawy, Abdussalam. *Qishash al-Qur’an*. Cetakan Pertama. Dar al-

Fikr, 2003.

Muhammad Fakhruddin al-Razi, *Mafatihul Ghaib, Juz 18, Dar al-Fikr: Beirut, Lebanon, (1981), 100.* Dar al-Fikr, 1981.

Muhammad ibn Muhammad ibn Ibrāhīm al-Tha‘labī, Abū Ishāq. *al-Kashf wa al-Bayān ‘an Tafsīr al-Qur’ān.* Vol. 14. Dar al-Tafsir, 2015.

Muhsin, Sharifah Basirah Syed, Khairunnas Rajab, and Murshidatun Nur Zainal abidin. "Konsep al-Huzn Para Nabi Menurut Psikospiritual Islam: Concept of al-Huzn of the Prophets according to Islamic Psychospiritual." *Jurnal Usuluddin* 52.1 (2024)

Mukarromah, Lulu’. “Rekontekstualisasi Problem Anxiety Dalam Al-Qur'an Melalui Kisah Maryam: Perspektif Pemikiran Baqr Al-Šadr.” Doctoral dissertation, STAI Al-Anwar Sarang, 2024.

Muslim, Zahrawanda Ashfarina, Nora Maulina, dan Cut Khairunnisa. “Gambaran Gejala Psikosomatik pada Mahasiswa Universitas Malikussaleh sebelum Mengikuti Ujian Blok.” *GALENICAL : Jurnal Kedokteran dan Kesehatan Mahasiswa Malikussaleh* 2, no. 6 (2023).

Muṣṭafā al-Marāghī, Ahmad. *Tafsīr al-Marāghī.* Vol. 13. Musthofa al-Babi al-Halabi, 1946.

Noorhasanah, Khairunnisa. “Media Sosial dan Penyakit A'in: Pandangan Generasi Z Serta Kaitanya Dengan Teori Psikosomatik.” *Muāṣarah: Jurnal Kajian Islam Kontemporer* 6, no. 2 (2024)

Nufus, Nurun. “Konsep Kesehatan Mental Dalam Al-Qur'an.” *MUSHAF JOURNAL: Jurnal Ilmu Al Quran dan Hadis* 3, no. 3 (2023).

Nur Chalimah, Khofifah. “Kisah Sedih Nabi Ya‘qub as Dalam Al-Qur’an (Studi Penafsiran Hamka Pada Kitab Tafsir Al-Azhar).” UIN Syarif Hidayatullah, 2024.

Nurul Hikmah, Syamsiah. “Personal Disorder Dalam Al-Qur'an (Analisis Psikologis Pada Kisah Zakaria).” Insitut Pesantren KH Abdul Chalim, 2021.

Oktamarin, Lidia, Fika Kurniati, Maratus Sholekhah, dkk. “Gangguan Kecemasan (Anxiety Disorder) Pada Anak Usia Dini.” *Jurnal Multidisipliner Bharasumba* 1, no. 02 (2022)

Purnama, Rahmad. “Penyelesaian Stress Melalui Coping Spiritual.” *Jurnal Al-Adyan* 12, no. 1 (2017)

- Putri, Syifa Ardhillah, Adinda Adelia Putri, Sheila Hariry, dan Muhammad Al Fikri. "Post-Traumatic Stress Disorder Dalam Perspektif Islam." *Al-Furqan: Jurnal Agama, Sosial, dan Budaya* 4, no. 3 (2025)
- Putri, Delsi Amelia, Fitri Intan Sari, and Ali Akbar. "Sabar Dalam Perspektif Dalam Perspektif Al-Qur'an Dan Relevasinya Dalam Kehidupan Sehari-hari" *Al-Furqan: Jurnal Agama, Sosial, dan Budaya* 4.6 (2025)
- Quraish Shihāb, Muhammad. *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan Keseresaian Al-Qur'an*,. Cetakan Pertama. Vol. 6. Lentera Hati, 2002.
- Rabiatul Adawiyah, Muhammad Albadar Adren, Ridwan Sholeh, Putri Ramadani, dan Sukiyat Sukiyat. "Mengatasi Stres dan Kecemasan Perspektif QS. An-Nazi'at Ayat 40: Analisis Penafsiran Quraish Shihab dalam Tafsir al-Mishbah." *Jurnal Semiotika-Q: Kajian Ilmu al-Quran dan Tafsir* 4, no. 2 (2024).
- Raghib Al-Jarrah, Aidah. *'Abd al-Rahman Hasan Habannakah al-Maydani al-'Alim al-Mufakkir al-Mufassir*. Dar al-Qalam. Damaskus, 2001.
- Rahmansyah, Andi, Husnel Anwar, and Munandar Munandar. "Tinjauan Psikologi Pengendalian Emosi Sedih Dalam Al-Qur'an." *Al-Wasathiyah: Journal of Islamic Studies* 2.2 (2023)
- Rahmawati, Sri Tuti. "Kecerdasan Spiritual Perspektif Al-Qur'an.", *Jurnal Madani Institute*, Vol 9, No 2, (2020)
- Rajab, Khairunnas. *Khairunnas Rajab, Psikologi Agama: penguatan nilai nilai Islam dalam psikologi*. Cetakan Pertama. Lentera Ilmu Cendekia, 2014.
- Ratnaningtyas, Endah Marendah, Edi Saputra, Desi Suliwati, dkk. "Metodologi penelitian kualitatif." *No. Januari. Aceh: Yayasan Penerbit Muhammad Zaini*, 2023
- Rizki, Mubarak. "Respons Al-Qur'an Terhadap Kecemasan Hidup Perspektif Tafsir Al-Mishbāh." Doctoral dissertation, Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam, PTIQ, 2024.
- Rizqiah, Yuniar. "Psikoterapi Anxiety Disorder (Gangguan Kecemasan) Dalam Perspektif Wahbah Al-Zuhaili Pendekatan Psikologi Islam (Studi Analisis TafSīr Al-Munīr)." *Insitut Ilmu Al-Qur'an*, 2023.
- Romziana, Luthviah, dan Nur Wahyuni Rahmaniayah. "Analisis Kritis M. Quraish Shihab Terhadap Pengulangan Kisah Nabi Musa Dalam Al-Qur'an." *Jurnal Islam Nusantara*, 5, no. 2 (2021)

- Saaed, Abdullah. *Interpreting The Qur'an*. Taylor & Francis E-Library, 2005.
- Sa'ari, Che Zarrina. "Al-Halu' (Kecelaruan Kebimbangan) dan Perbahasannya Serta Hubungannya dengan Psikologi Islam." *Jurnal Ushuluddin* 49, no. 2 (2021)
- Saffan, Edi. "Urgensi Doa, Ikhtiar Dan Kesadaran Beragama Dalam Kehidupan Manusia (Suatu Tinjauan Psikologis)." *Fitra* 2.1 (2018)
- Safwan Amin, Pengantar Psikologi Umum, (Banda Aceh: Yayasan Pena, 2009),
- Saputri, May Tiara, Naisya Sahira, dan Sari Nabiila Ahmad. "Tadabbur Semesta Sebagai Landasa Saintifik." *Jurnal Ilmiah Penelitian Mahasiswa* 3, no. 4 (2025)
- Shams al-Dīn al-Qurṭubī, Abū 'Abd Allāh Muḥammad. *Al-Jāmi' li Ahkām al-Qur'ān*. Vol. 11. Al-Risalah, 2006.
- "Sirah Muallif." Fikr al-Islami. *Maushu'ah al-Harrah*, 2022.
- Siregar, Syafirah Arifah. "Psikologi Kecemasan Memahami dan Mengelola Gejala Kecemasan." *Circle Archive* 1, no. 4 (2024)
- Sugiarti, Titi. "Analisi Terhadap Keseimbangan Badan Dan Jiwa Manusia Menurut Abu Zaid Al-Balkhi Dalam Psikologi Kognitif." *Jurnal Bimbingan Konseling Pendidikan Islam Couston Journal* 2, no. 1 (2021)
- Sofiyah, Siti. "Kecerdasan Spiritual Anak; Dimensi, Urgensi dan Edukasi: Kecerdasan Spiritual Anak; Dimensi, Urgensi dan Edukasi." *El-Banat: Jurnal Pemikiran Dan Pendidikan Islam* 9.2 (2019)
- Sugono, Dendy. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. 16 vols. Pusat Bahasa: Departemen Pendidikan Nasioanal, 2008
- Sulistiyorini, Wandansari, and Muslim Sabarisman. "Depresi: Suatu tinjauan psikologis." *Sosio Informa* 3.2 (2017)
- Susilo Saefullah, Agus. "Ragam Penelitian Kualitatif Berbasis Kepustakaan Pada Studi Agama dan Keberagamaan dalam Islam." *Al-Tarbiyah: Jurnal Ilmu Pendidikan Islam* 2, no. 4 (2024)
- Suyūṭī, Jalāl al-Dīn al-. *Lubāb al-Nuqūl fī Asbāb al-Nuzūl*. Cetakan Pertama. Maushu'ah Kitāb al-Tsaqafiyah, 2002.
- Syafee. S.S, Muhammad, Mardhia. Y, dan Rohana Zakaria. "Analisis Perbandingan

- Metode Kitab Qawa'id al-Tadabbur 'Abd al-Rahman Habannakah dan Majalis al-Quran Farid al-Ansari." *Jurnal Qiraat* 5, no. 1 (2022)
- Syahrol. "Mengenal Para Nabi dan Rasul Dengan Bernyanyi Pada Anak Usia Dini." *Jurnal Adzkiya'* 5, no. 1 (2023)
- Syakir al-Tamimi, Mazen. *Uṣūl wa Qawā'id Tafsīr al-Mawḍū'ī li al-Qur'ān*. Al-Atabah husainiyyah al-Muqaddasah. Iraq, 2015.
- Takdir, Mohammad. *Psikologi syukur: perspektif psikologi qurani dan psikologi positif untuk menggapai kebahagiaan sejati (authentic happiness)*. Elex Media komputindo, 2019.
- Tampubolon, Ichwansyah. "Bimbingan Dan Konseling Islam: Metodologi Menghilangkan Ketakutan Dan Kesedihan Dalam Perspektif Psikologi Dan Tafsir Maudhu'i" *Al-Muaddib: Jurnal Ilmu-Ilmu Sosial dan Keislaman* 5.2 (2020)
- Tombeng, Ineke Marlien. "Studi Komparasi Antara Teori Victor Frankl, Ester Ahn Kim Dan Elisabeth Kubler-Ross Tentang Kematian Bagi Konstruksi Pendampingan Pastoral." *Educatio Christi* 1.2 (2020)
- UIN Raden Mas Said Surakarta, Ervi Marafaniza, Moh. Abdul Kholiq Hasan, dan UIN Raden Mas Said Surakarta. "Kajian Tafsir Tematik Kontemporer: Analisis Terhadap Metode Tafsir Tematik Ayat-ayat Psikologis Karya Moh. Abdul Kholiq Hasan." *Wahana Islamika: Jurnal Studi Keislaman* 9, no. 1 (2023)
- Wahab, Rohmalina. *Psikologi Belajar*. Cetakan ke-2. Rajawali Pers, 2016.
- Wahyu Ningsih, Sri, Nisa Ariantini, dan Nurul Fadilah. "Fenomena Bullying di Kawasan Pondok Pesantren." *Jurnal Bimbingan dan Konseling Borneo* 5, no. 1 (2023)
- Wijaya, Najwa Salsa Bila, dan Anna Dina Kalifia. "Mengenal Arti Pentingnya Kecemasan." *Jurnal Pendidikan dan Keguruan* 3, no. 4 (2025)
- Walida, Dewi Tavana. "Al-Qur'an dan psikologi: Pendekatan spiritual dalam kesehatan mental." *ULIL ALBAB: Jurnal Ilmiah Multidisiplin* 4.2 (2025),
- Y. Triyono, SJ. "Konseling Eksistensial: Suatu Proses Menemukan Makna Hidup." *Orientasi Baru* 19, no. 1 (2010)
- Yusuf, Moh Aftoni Ilman, Yeni Suryaningsih, dan Mad Zaini. "Hubungan Kenakalan Remaja Dengan Tingkat Kecemasan Orang Tua di Desa Kemuningsari Kidul Jember." *National Multidisciplinary Sciences* 4, no. 4

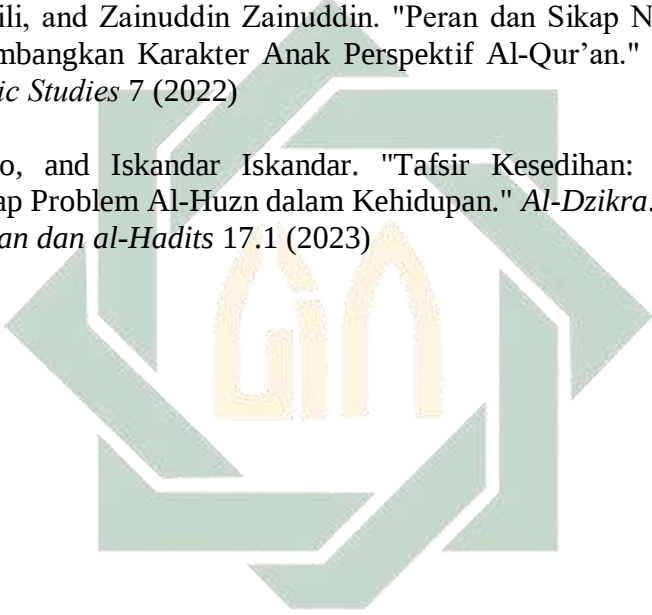
(2025)

Zahra, Raihana, Muhammad Hafidz Khusnadin, dan Akhmad Aidil Fitra. "Studi komparatif tafsir tekstual dan tafsir kontekstual dalam pemahaman ayat-ayat sosial di era modern." *Ta'wiluna: Jurnal Ilmu Al-Qur'an, Tafsir dan Pemikiran Islam* 6, no. 1 (2025)

Zamimah, Iffaty, dan Dinda Aulia Putri. "Manajemen Emosi Sedih Menurut Al-Qur'an (Kajian Tafsir Q.S Yusuf: 86 Dengan Pendekatan Psikologi)." *QOF: Jurnal Studi Al-Qur'an dan Tafsir* 5, no. 2 (2021).

Zhafirah, Naili, and Zainuddin Zainuddin. "Peran dan Sikap Nabi Ya'qub dalam Mengembangkan Karakter Anak Perspektif Al-Qur'an." *Tafse: Journal Of Qur'anic Studies* 7 (2022)

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* 17.1 (2023)



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A