

***SELF HEALING* DALAM UPAYA MENJAGA
KESEHATAN MENTAL PERSPEKTIF HADIS**



SKRIPSI

Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh
Gelar Sarjana Agama (S. Ag)
Dalam Bidang Ilmu Hadis

OLEH:

ANDRE FATHAN AKBAR

NIM: 2111450006

**PROGRAM STUDI ILMU ILMU HADIS
JURUSAN USHULUDDIN
FAKULTAS USULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI FATMAWATI
SUKARNO BENGKULU
2025 M/1447 H**

SELF HEALING DALAM UPAYA MENJAGA
KESEHATAN MENTAL PERSPEKTIF HADIS



SKRIPSI

Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh
Gelar Sarjana Agama (S. Ag)
Dalam Bidang Ilmu Hadis

OLEH:

ANDRE FATHAN AKBAR

NIM: 2111450006

PROGRAM STUDI ILMU ILMU HADIS
JURUSAN USHULUDDIN
FAKULTAS USULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI FATMAWATI
SUKARNO BENGKULU
2025 M/1447 H

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan:

1. Skripsi dengan judul "*Self Healing* Dalam Upaya Menjaga Kesehatan Mental Perspektif Hadis." Adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik, baik di UIN FAS Bengkulu maupun di Perguruan Tinggi lainnya.
2. Karya tulis ini murni gagasan, pemikiran dan rumusan saya sendiri tanpa bantuan yang tidak sah dari pihak lain kecuali arahan dari tim pembimbing.
3. Di dalam skripsi ini tidak terdapat hasil karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali kutipan secara tertulis dengan jelas dan dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah saya dengan disebutkan nama pengarangnya dan dicantumkan pada daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya, dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar sarjana, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma dan ketentuan yang berlaku.

Bengkulu, 06 Maret 2025

Mahasiswa yang menyatakan



Andre Fathan Akbar

NIM: 21114500076



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
FATMAWATI SUKARNO BENGKULU

Jalan Raden Fatah Pagar Dewa Kota Bengkulu
Telepon (0736) 51276-51171-51172 · Faksimili (0736) 51171-51172
Website www.uinfasbengkulu.ac.id

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi atas nama: ANDRE FATHAN AKBAR NIM: 2111450006 yang berjudul "Self Healing Dalam Upaya Menjaga Kesehatan Mental Perspektif Hadis" Program Studi Ilmu Hadis (IH) Jurusan Ushuluddin Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Universitas Islam Negeri Fatmawati Sukarno Bengkulu. Skripsi ini telah diperiksa dan diperbaiki sesuai dengan saran pembimbing I dan Pembimbing II. Oleh karena itu, sudah layak untuk diujikan dalam sidang munaqasah atau skripsi Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Universitas Islam Negeri Fatmawati Sukarno Bengkulu.

Bengkulu, 06 Maret 2025

Pembimbing I

Pembimbing II

Prof. Dr. Suryani, M.Ag
NIP.196901101996032002

Agusri Fauzan, M.A
NIP.198708132019031008

Mengetahui
a.n. Dekan FUAD
Ketua Jurusan Ushuluddin

Dr. Ashadi Cahyadi, M.A
NIP. 198509182011011009



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
FATMAWATI SUKARNO BENGKULU

Jalan Raden Fatah Pagar Dewa Kota Bengkulu
Telepon (0736) 51276-51171-51172- Faksimili (0736) 51171-51172
Website www.uinfasbengkulu.ac.id

HALAMAN PENGESAHAN

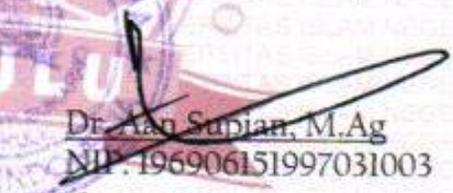
Skripsi atas nama: ANDRE FATHAN AKBAR NIM: 2111450006 yang berjudul " *Self Healing* Dalam Upaya Menjaga Kesehatan Mental Perspektif Hadis." Program Studi Ilmu Hadis (IH) Jurusan Ushuluddin Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Universitas Islam Negeri (UIN) Fatmawati Sukarno Bengkulu. Telah diuji dan dipertahankan di depan tim Sidang munaqasyah Jurusan Ushuluddin Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Universitas Islam Negeri (UIN) Fatmawati Sukarno Bengkulu pada:

Hari : Senin
Tanggal : 02 Juni 2025

Dan dinyatakan LULUS, dapat diterima dan disahkan sebagai syarat guna memperoleh gelar Sarjana Agama (S.Ag) dalam Ilmu Hadis.

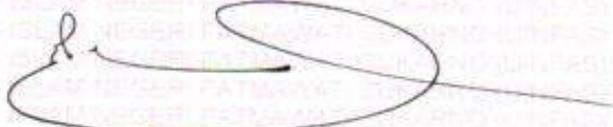
Bengkulu, 15 Juli 2025

Dekan


Dr. Aan Supian, M.Ag
NIP. 196906151997031003

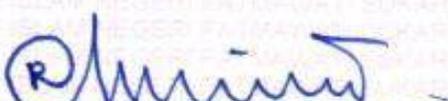
Tim Sidang Munaqasyah

Ketua



Prof. Dr. Suryani, M. Ag
NIP. 196901101996032002

Penguji I


Dr. H. Rozian Karnedi, M.Ag
NIP. 197811062009121004

Sekretaris



Agusri Fauzan, M.A
NIP. 198708132019031018

Penguji II


H. Syukraini Ahmad, M.A
NIP. 197809062009121002

MOTTO

عَنْ أَبِي ذَرٍّ جُنْدُبِ بْنِ جُنَادَةَ وَأَبِي عَبْدِ الرَّحْمَنِ مُعَاذِ بْنِ جَبَلٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا ، عَنْ رَسُولِ اللَّهِ | قَالَ :

إِتَّقِ اللَّهَ حَيْثُمَا كُنْتَ ، وَاتَّبِعِ السَّبِيَّةَ الْحَسَنَةَ تَمَحُّبًا وَخَالِقِ النَّاسَ بِخُلُقٍ حَسَنٍ

“Dari Abu Dzar Jundub bin Junadah dan Abu Abdurrahman Mu'adz bin Jabal, dari Rasulullah, beliau bersabda, “Bertakwalah kepada Allah di mana pun kamu berada, iringilah keburukan dengan kebaikan niscaya kebaikan akan menghapusnya, dan bergaullah dengan manusia dengan akhlak yang baik.”
(HR. Al-Tirmidzi dan Musnad Ahmad bin Hambal)

“Pada angan yang begitu ingin kau dekap, ada jalan takdir yang tak pernah bisa kau paksa. Maksimalkan ikhtiar dan tawakal sepenuhnya. Ridho pada ketetapan-Nya adalah Ibadah”

-Andre Fathan Akbar, Titik Temu

BENGGKULU

HALAMAN PERSEMBAHAHAN

Skripsi ini kupersembahkan kepada:

1. Yang utama bersyukur kepada Allah ﷻ dengan ucapan Alhamdulillah. Atas Rahmat dan petunjuk-Nya sehingga skripsi ini bisa terselesaikan. Sholawat serta salam tercurahkan kepada Nabi Muhammad ﷺ semoga kita bisa istiqamah berdiri di atas ajarannya sampai akhir hayat.
2. Teruntuk kedua orangtua tercinta bak (Zamzami) dan umak (Nurhani), terima kasih atas cinta dan kasih, atas doa dan harapan yang telah mengiringi setiap langkah kaki ananda, maaf atas segala keluh kesah, dan atas segala kealpaan ananda. Skripsi ini adalah bagian kecil dari bakti cinta kepada bak dan umak, semoga Allah ﷻ memuliakan kalian.
3. Kepada adik-adik tersayang (Andrix Amirul Haq dan Annisa' Hafizhah Aflah) semoga Allah menjaga kalian, tumbuhlah dalam hal kebaikan, maaf belum bisa menjadi teladan yang baik sebagai kakak.
4. Kepada seluruh keluarga besar tercinta, terima kasih atas segala dukungan baik moril maupun materil, semoga Allah ﷻ membalas segala kebaikan itu.
5. Pembimbing Akademik, Dosen pembimbing I dan II, dan seluruh civitas akademik, terimakasih atas segala bimbingan, arahan, ilmu dan dedikasi yang luar biasa, semoga menjadi amal jariah yang senantiasa mengalir.

6. Teman-teman seperjuangan, orang-orang baik yang sudah ditemui, semoga Allah juga memberikan kemudahan atas setiap perjalanan kalian.
7. Teman-teman Ilmu Hadis Angkatan 2021, Filsuf Team, terima kasih dan banyak maaf, selamat berjuang dengan jalan kita masing-masing.
8. Semua pihak yang telah berpartisipasi yang tidak dapat disebutkan satu persatu, pada akhirnya penulis hanya bisa mengucapkan *Syukran Jazākumullah Khairan Katsiran Wa Jazākumullah AhsanalJazā'*.



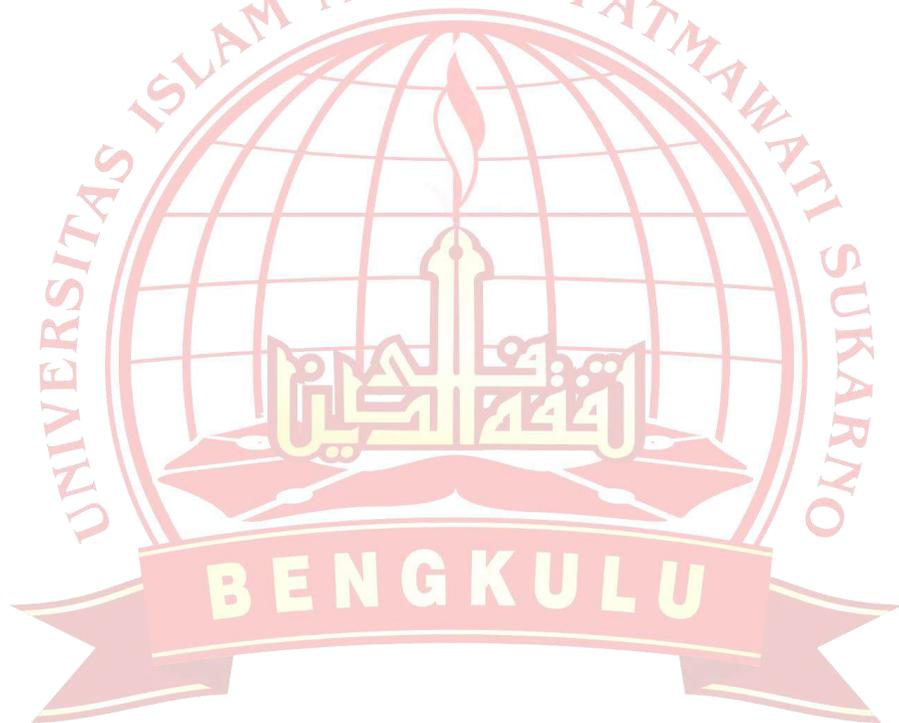
ABSTRAK

Andre Fathan Akbar. NIM: 2111450006 “*Self Healing* Dalam Upaya Menjaga Kesehatan Mental Perspektif Hadis”. Pembimbing I Prof. Dr. Suryani, M.Ag dan pembimbing II Agusri Fauzan, MA. Program Studi Ilmu Hadis, Universitas Islam Negeri Fatmawati Sukarno Bengkulu.

Latar belakang penelitian ini adalah bahwa pembicaraan mengenai kesehatan mental bukanlah sesuatu yang bisa dianggap remeh, mental yang kurang sehat juga akan berdampak buruk pada tatanan kehidupan individu. Maka dari itu dibutuhkan solusi yang tepat yang bisa memberikan dampak positif pada kesehatan mental secara signifikan. Dalam hal ini peneliti mencoba membahas mengenai *self healing* dalam upaya menjaga kesehatan mental tersebut dari perspektif hadis. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana *self healing* dalam upaya menjaga kesehatan mental dari perspektif hadis. Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: 1. Apa saja hadis-hadis yang berkenaan dengan *self healing*? 2. Bagaimana kualitas dari hadis-hadis *self healing*? 3. Bagaimana pemahaman hadis *self healing* dalam upaya menjaga kesehatan mental perspektif hadis?. Adapun metode penelitian ini adalah menggunakan jenis penelitian kualitatif yang bersifat kajian pustaka (*Library Reseach*) dengan analisis deskriptif. Hasil dari penelitian memberikan kesimpulan bahwa hadis-hadis yang berkenaan dengan *self healing* sebagai berikut *Pertama:* dengan Istighfar yang terdapat dalam Sunan Abu Daud No 1297 dengan kualitas dhaif, *Kedua:* dengan Salat yang terdapat dalam sunan Abu Daud No 1321 dengan kualitas hasan, *ketiga:* dengan Zikir yang terdapat sahih Muslim No 2800 dengan kualitas sahih. Dalam upaya menjaga kesehatan mental setidaknya ada tiga metode *self healing* yang harus dilakukan, pertama dengan melazimkan istighfar akan menghilangkan kesedihan dan jalan keluar atas setiap masalah sesuai hadis sunan Abu Daud no 1297, kedua dengan senantiasa melaksanakan salat akan menghilangkan kegundahan dalam hati sebagaimana dalam hadis sunan Abu Daud no 1321, ketiga dengan duduk di majelis zikir dan memperbanyak berzikir kepada Allah niscaya akan diberikan ketenangan oleh Allah sesuai dengan hadis sahih Muslim no 2800. Seperti yang sudah kita paparkan diawal bahwa pembicaraan

mengenai kesehatan mental ini bukanlah sesuatu hal yang dianggap remeh, penyakit mental atau mental yang rusak akan jauh lebih mengakibatkan keburukan dari pada penyakit fisik yang dapat dilihat dengan mata. Mental yang rusak ini ia bukan hanya merusak tatanan kehidupan seseorang saja, ia bisa juga mengakibatkan dampak buruk bagi sekitarnya, maka dengan melakukan *self healing* diharapkan bisa menjaga mental dari berbagai macam luka batin sehingga bisa menjalani hidup dengan tenang dan mental yang sehat.

Kata kunci: Hadis, Self Healing, Kesehatan Mental



PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB LATIN

KEPUTUSAN BERSAMA MENTERI AGAMA DAN MENTERI PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN REPUBLIK INDONESIA

Nomor: 158 Tahun 1987

Nomor: 0543b//U/1987

Transliterasi adalah sebagai pengalih-hurufan dari abjad yang satu ke abjad yang lain. Transliterasi Arab-Latin di sini ialah penyalinan huruf-huruf Arab dengan huruf-huruf Latin beserta perangkatnya.

A. Konsonan

Fonem konsonan bahasa Arab yang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan huruf. Dalam transliterasi ini sebagian dilambangkan dengan huruf dan sebagian dilambangkan dengan tanda, dan sebagian lagi dilambangkan dengan huruf dan tanda secara bersamaan.

Berikut adalah daftar huruf Arab yang dimaksud dan transliterasinya dengan huruf latin:

Tabel 0.1: Tabel Transliterasi Konsonan

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
ا	Alif	Tidak dilambangkan	Tidak dilambangkan
ب	Ba	B	Be
ت	Ta	T	Te
ث	Ša	š	S (dengan titik di atas)

ج	Jim	J	Je
ح	Ḥa	ḥ	ha (dengan titik di bawah)
خ	Kha	Kh	ka dan ha
د	Dal	d	De
ذ	Ḍal	ḏ	Zet (dengan titik di atas)
ر	Ra	r	er
ز	Zai	z	z
س	Sin	s	S
ش	Syin	sy	S & Y
ص	Ṣad	ṣ	S (dengan titik di bawah)
ض	Ḍad	ḍ	D (dengan titik di bawah)
ط	Ṭa	ṭ	T (dengan titik di bawah)
ظ	Ẓa	ẓ	zet (dengan titik di bawah)
ع	`ain	`	koma terbalik (di atas)
غ	Gain	g	g

ف	Fa	f	ef
ق	Qaf	q	Q
ك	Kaf	k	ka
ل	Lam	l	el
م	Mim	m	em
ن	Nun	n	en
و	Wau	w	we
هـ	Ha	h	ha
ء	Hamzah	‘	apostrof
ي	Ya	y	ye

B. Vokal

Vokal dalam bahasa Arab, sama halnya dengan vokal bahasa Indonesia, terdiri dari vokal tunggal atau *monoftong* dan vokal rangkap atau *diftong*.

1. Vokal Tunggal

Vokal tunggal bahasa Arab yang lambangnya berupa tanda atau harakat, transliterasinya sebagai berikut:

Tabel 0.2: Tabel Transliterasi Vokal Tunggal

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
ـَ	Fathah	a	a
ـِ	Kasrah	i	i
ـُ	Dammah	u	u

2. Vokal Rangkap

Vokal rangkap bahasa Arab yang lambangnya berupa gabungan antara harakat dan huruf, transliterasinya berupa gabungan huruf sebagai berikut:

Tabel 0.3: Tabel Transliterasi Vokal Rangkap

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
...يَ	Fathah dan ya	ai	a dan u
...وَ	Fathah dan wau	au	a dan u

Contoh:

- كَتَبَ kataba
- فَعَلَ fa'ala
- سئِلَ suila
- كَيْفَ kaifa
- حَوْلَ haula

C. Maddah

Maddah atau vokal panjang yang lambangnya berupa harakat dan huruf, transliterasinya berupa huruf dan tanda sebagai berikut:

Tabel 0.4: Tabel Transliterasi *Maddah*

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
...آ...إ	Fathah dan alif atau ya	ā	a dan garis di atas
...إِ...ي	Kasrah dan ya	ī	i dan garis di atas
...وُ...و	Dammah dan wau	ū	u dan garis di atas

Contoh:

- قَالَ qāla
- رَمَى ramā
- قِيلَ qīla
- يَقُولُ yaqūlu

D. Ta' Marbutah

Transliterasi untuk ta' marbutah ada dua, yaitu:

1. Ta' marbutah hidup
Ta' marbutah hidup atau yang mendapat harakat fathah, kasrah, dan dammah, transliterasinya adalah "t".
2. Ta' marbutah mati
Ta' marbutah mati atau yang mendapat harakat sukun, transliterasinya adalah "h".

3. Kalau pada kata terakhir dengan ta' marbutah diikuti oleh kata yang menggunakan kata sandang *al* serta bacaan kedua kata itu terpisah, maka ta' marbutah itu ditransliterasikan dengan "h".

Contoh:

- رَوْضَةُ الْأَطْفَالِ raudah al-atfāl/raudahtul atfāl
- الْمَدِينَةُ الْمُنَوَّرَةُ al-madīnah al-munawwarah/al-madīnatul munawwarah
- طَلْحَةَ talhah

E. Syaddah (Tasydid)

Syaddah atau tasydid yang dalam tulisan Arab dilambangkan dengan sebuah tanda, tanda syaddah atau tanda tasydid, ditransliterasikan dengan huruf, yaitu huruf yang sama dengan huruf yang diberi tanda syaddah itu.

Contoh:

- نَزَّلَ nazzala
- الْبِرُّ al-birr

F. Kata Sandang

Kata sandang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan huruf, yaitu ال, namun dalam transliterasi ini kata sandang itu dibedakan atas:

1. Kata sandang yang diikuti huruf syamsiyah

Kata sandang yang diikuti oleh huruf syamsiyah ditransliterasikan sesuai dengan bunyinya, yaitu huruf "l" diganti dengan huruf yang langsung mengikuti kata sandang itu.

2. Kata sandang yang diikuti huruf qamariyah

Kata sandang yang diikuti oleh huruf qamariyah ditransliterasikan dengan sesuai dengan aturan yang digariskan di depan dan sesuai dengan bunyinya. Baik diikuti

oleh huruf syamsiyah ataupun qamariyah, kata sandang ditulis terpisah dari kata yang mengikuti dan dihubungkan dengan tanpa sempang.

Contoh:

- الرَّجُلُ ar-rajulu
- الْقَلَمُ al-qalamu
- الشَّمْسُ asy-syamsu
- الْجَلَالُ al-jalālu

G. Hamzah

Hamzah ditransliterasikan sebagai apostrof. Namun hal itu hanya berlaku bagi hamzah yang terletak di tengah dan di akhir kata. Sementara hamzah yang terletak di awal kata dilambangkan, karena dalam tulisan Arab berupa alif.

Contoh:

- تَأْخُذُ ta'khuẓu
- شَيْءٌ syai'un
- النَّوْءُ an-nau'u
- إِنَّ inna

H. Penulisan Kata

Pada dasarnya setiap kata, baik fail, isim maupun huruf ditulis terpisah. Hanya kata-kata tertentu yang penulisannya dengan huruf Arab sudah lazim dirangkaikan dengan kata lain karena ada huruf atau harkat yang dihilangkan, maka penulisan kata tersebut dirangkaikan juga dengan kata lain yang mengikutinya.

Contoh:

- وَإِنَّ اللَّهَ فَهُوَ خَيْرُ الرَّازِقِينَ Wa innallāha lahuwa khair ar-rāziqīn/ Wa innallāha lahuwa khairurrāziqīn
- بِسْمِ اللَّهِ جَرَّاهَا وَ مُرْسَاهَا Bismillāhi majrehā wa mursāhā

I. Huruf Kapital

Meskipun dalam sistem tulisan Arab huruf kapital tidak dikenal, dalam transliterasi ini huruf tersebut digunakan juga. Penggunaan huruf kapital seperti apa yang berlaku dalam EYD, di antaranya: huruf kapital digunakan untuk menuliskan huruf awal nama diri dan permulaan kalimat. Bilamana nama diri itu didahului oleh kata sandang, maka yang ditulis dengan huruf kapital tetap huruf awal nama diri tersebut, bukan huruf awal kata sandangnya.

Contoh:

- الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ Alhamdu lillāhi rabbi al-`ālamīn/Alhamdu lillāhi rabbil `ālamīn
- الرَّحْمَنُ الرَّحِيمُ Ar-rahmānir rahīm/Ar-rahmān ar-rahīm

Penggunaan huruf awal kapital untuk Allah hanya berlaku bila dalam tulisan Arabnya memang lengkap demikian dan kalau penulisan itu disatukan dengan kata lain sehingga ada huruf atau harakat yang dihilangkan, huruf kapital tidak dipergunakan.

Contoh:

- اللهُ عَفُوْرٌ رَّحِيْمٌ Allaāhu gafūrun rahīm
- لِلّٰهِ الْأُمُوْرُ جَمِيْعًا Lillāhi al-amru jamī`an/Lillāhil-amru jamī`an

J. Tajwid

Bagi mereka yang menginginkan kefasihan dalam bacaan, pedoman transliterasi ini merupakan bagian yang tak terpisahkan dengan Ilmu Tajwid. Karena itu peresmian pedoman transliterasi ini perlu disertai dengan pedoman tajwid.



KATA PENGANTAR

Alhamdulillah puji syukur hanya milik Allah SWT, atas segala limpahan Rahmat dan nikmat-Nya yang tak terhingga, dialah Allah pemilik alam semesta, pemberi tanpa pilih kasih, Dialah Allah yang Maha Mengetahui, pemilik segala ilmu, dengan segala pertolongan-Nyalah sehingga penulis dapat menyusun tahap demi tahap dari skripsi ini sampai dengan selesai. Sholawat serta salam semoga selalu turunkan kepada sang pembawa risalah, sang pembawa kebenaran yang membeda antara yang hak dan yang bathil, ialah sayyidina Muhammad SAW, Suri tauladan untuk umat manusia, pembawa rahmat untuk sekalian alam.

Adapun skripsi ini berjudul “*SELF HEALING DALAM UPAYA MENJAGA KESEHATAN MENTAL PERSPEKTIF HADIS*” Skripsi ini ditulis sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Agama (S. Ag) pada Program Studi Ilmu Hadis UIN Fatmawati Sukarno Bengkulu, dengan adanya skripsi ini semoga menjadi penunjang untuk menambah wawasan keilmuan, khususnya dalam bidang Ilmu Hadis.

Dalam proses penyusunan Skripsi ini, penulis mendapat bantuan dan dukungan dari banyak pihak, dengan demikian penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. KH. Zulkarnain, M.Pd selaku Rektor Universitas Islam Negeri Fatmawati Sukarno (UINFAS) Bengkulu yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk belajar pada lembaga yang dipimpinnya.

2. Dr. Aan Supian, M.Ag selaku Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah.
3. Dr. Ashadi Cahyadi, MA selaku ketua Jurusan Ushuluddin pada Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah.
4. Agusri Fauzan, MA selaku Kor Prodi Ilmu Hadis
5. Prof. Dr. Suryani, M.Ag sebagai pembimbing I yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan dan arahan dengan penuh kesabaran dalam penulisan Skripsi ini.
6. Agusri Fauzan, MA sebagai pembimbing II yang juga telah meluangkan waktu dan kesempatan untuk memberikan bimbingan dan arahan dengan penuh kesabaran dalam penulisan Skripsi ini.
7. Dr. H. Hendri Kusmidi, M.H.I selaku pembimbing akademik , Bapak dan Ibu Dosen Jurusan Ushuluddin UINFAS Bengkulu yang telah mengajar dan membimbing serta memberikan ilmu yang sangat bermanfaat dengan penuh keikhlasan.
8. Staf dan karyawan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah UINFAS Bengkulu yang telah memberikan pelayanan dengan sangat baik dalam hal administrasi.
9. Orang tua, dan keluarga tercinta yang dengan doanya, yang dengan segala usahanya, dengan cinta dan kasihnya juga yang menjadi sebab keberhasilan penulis dalam menyelesaikan pendidikan Srata Satu (SI) ini.

10. Semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan Skripsi ini

Dalam penyusunan skripsi ini ini penulis menyadari bahwa masih jauh dari kesempurnaan dan masih banyak terdapat beberapa kekurangan dan kesalahan, baik dari literatur yang

belum memadai, ataupun teknik penulisan yang masih banyak terdapat kekeliruan. Oleh karena itu, kritikan dan masukan yang bersifat membangun dari semua pihak sangat penulis harapkan, guna menambah keilmuan bagi penulis, dan menambah nilai kesempurnaan skripsi ini ini. Besar harapan penulis semoga skripsi ini membawa manfaat untuk kita semua.

Bengkulu, 06 Maret 2025

Andre Fathan Akbar
NIM. 2111450006



DAFTAR ISI

COVER	
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
SURAT PERNYATAAN	iv
MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vi
ABSTRAK.....	viii
PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB LATIN.....	x
KATA PENGANTAR.....	xix
DAFTAR ISI.....	xxii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	13
C. Batasan Masalah	13
D. Tujuan Penelitian.....	13
E. Kegunaan Penelitian	13
1. Kegunaan Secara Teoritis.....	14
2. Kegunaan Secara Praktis.....	14
F. Kajian Penelitian Terdahulu.....	14
G. Metodologi Penelitian.....	17
1. Jenis Penelitian.....	17
2. Pendekatan Penelitian	18
3. Sumber Data.....	18
4. Teknik Pengumpulan Data.....	19
5. Teknik Analisis Data	20
H. Sistematika Penulisan	21
BAB II KAJIAN TEORI.....	22
A. Pengertian <i>Self Healing</i>	22
B. Bentuk-Bentuk <i>Self Healing</i>	25
C. Tujuan <i>Self Healing</i>	30
D. Konsep Kesehatan Mental.....	33

BAB III METODOLOGI PENELITIAN HADIS	46
A. Penelitian Sanad.....	46
B. Penelitian Matan.....	53
C. Konsep Pemahaman Hadis	56
BAB IV HASIL PEMBAHASAN <i>SELF HEALING</i>	
PERSPEKTIF HADIS	62
A. Hadis-Hadis yang Berkenaan dengan <i>Self Healing</i>	62
B. Kualitas Hadis Tentang <i>Self Healing</i>	71
C. Pemahaman Hadis Tentang <i>Self Healing</i> dalam Upaya Menjaga Kesehatan Mental Perspektif Hadis	95
BAB V PENUTUP.....	110
A. Kesimpulan.....	110
B. Saran.....	113
DAFTAR PUSTAKA	

