

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Perempuan digambarkan dengan jelas sebagai makhluk yang selalu memerlukan pertolongan, tidak mandiri, tidak berdaya, dan lemah. Pada zaman dahulu, perempuan dianggap sebagai aib besar karena perempuan itu dianggap lemah serta tidak bisa diandalkan dalam berbagai hal, dan hanya dijadikan sebagai objek hiburan semata, padahal jelas bahwa perempuan dan laki-laki sama-sama mempunyai hak dalam kehidupan. Bahkan dulu, bayi perempuan yang lahir itu harus di kubur hidup-hidup karena banyak masyarakat yang tidak mau menanggung rasa malu. Namun pada kenyataannya perempuan sangat penting bagi masyarakat karena memiliki peran yang sangat beragam, baik dalam keluarga, pekerjaan, maupun kehidupan sosial, dan sebagai perempuan tentunya dominan menggunakan perasaan ketika menunjukkan potensi dirinya.¹ Salah satu sifat yang paling dominan pada perempuan itu adalah emosionalnya, karena perempuan dalam menanggapi segala sesuatu pasti lebih menggunakan perasaannya. Sebagai individu, perempuan sering kali menghadapi berbagai tantangan yang bisa mempengaruhi kesehatan mental dan emosional mereka contohnya perasaan cemas (*Anxiety*) yang muncul dalam menghadapi sesuatu.

Perasaan cemas (*Anxiety*) pada perempuan memiliki dimensi yang sangat dipengaruhi oleh kondisi sosial, budaya, dan struktural pada masa

¹ Kurniawaty Yusuf, "Gambaran Perempuan Dalam Mengekspresikan Emosinya Melalui Lagu," *Konvergensi : Jurnal Ilmiah Ilmu Komunikasi* 4, no. 1 (2023): 463–90, <https://doi.org/10.51353/kvg.v4i1.792>, p. 13.

itu. Dalam masyarakat banyak kasus-kasus seperti terjadinya patriarki, perempuan sering kali terbebani dengan ekspektasi sosial yang tinggi, yang mengharuskan mereka untuk mematuhi peran tertentu sebagai ibu, istri, dan pengurus rumah tangga. Perasaan cemas seperti ini merupakan salah satu pengalaman emosional yang dapat dirasakan oleh siapa saja, termasuk perempuan. Hal ini menciptakan tekanan yang besar dalam kehidupan mereka, yang dapat menimbulkan rasa cemas terkait dengan kemampuan untuk memenuhi peran tersebut dengan baik. Selain itu, keterbatasan akses terhadap pendidikan dan ketidaksetaraan gender memperburuk perasaan tidak aman, takut dan cemas akan masa depan, dan khawatir terhadap peran sosial yang harus dijalani. Dalam konteks ini, perasaan cemas pada perempuan bukan hanya sekadar respons emosional, tetapi juga sebuah refleksi dari ketidakberdayaan dan keterbatasan pilihan yang mereka hadapi dalam kehidupan sehari-hari. Salah satu gangguan yang banyak dialami oleh perempuan adalah kecemasan (*Anxiety*).²

Kecemasan (*Anxiety*) adalah perasaan khawatir yang berlebihan dan sulit dikendalikan terhadap hal-hal yang belum dihadapi atau belum tentu terjadi, yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari. Sebenarnya hal ini normal jika kita menghadapi situasi yang menimbulkan rasa takut dan cemas, namun harus di waspadai jika sudah sulit dikendalikan, dan perasaan seperti ini merupakan respons yang alami yang datang dari alam bawah sadar tubuh kita yang dapat menimbulkan banyak gangguan kejiwaan seperti stress, gelisah hati, detak jantung yang cepat, napas tidak santai, tidak bisa tidur, susah fokus, dan lain sebagainya. Sebagai

² Nurul Chusna, "Gambaran Tingkat Kecemasan Pada Perempuan Menopause Di Junjung Buih III Palangka Raya," *Jurnal Surya Medika* 5, no. 1 (2019), <https://doi.org/10.33084/jsm.v5i1.949>, p. 86.

seseorang yang sudah dibebani banyak tuntutan dan tanggung jawab di lingkungan sekitar, mungkin memiliki sikap ketakutan dan kecemasan berlebihan, hal seperti ini karena banyak manusia yang ingin selalu bahagia tanpa menghadapi kerugian dalam hidupnya.³

Menurut Kartono kecemasan adalah sejenis dengan kegelisahan, kekhawatiran, dan ketakutan terhadap sesuatu yang tidak jelas dan yang belum seseorang hadapi. Jadi dapat dipahami bahwa kecemasan itu adalah suatu respon dari setiap individu untuk melakukan kearah yang bersifat positif atau menguntungkan individu tersebut.⁴

Dalam hidup, kita akan menghadapi ujian yang tidak akan selalu berjalan mulus, karena pasti akan dihadapi dengan masalah yang kita tidak tahu kedepannya, apalagi menghadapi hal-hal baru yang dapat menimbulkan rasa ketakutan dengan timbul kecemasan. Perasaan cemas seperti ini dapat menimbulkan goncangan terhadap jiwa seseorang. Dalam Al-Qur'ān Allah SWT sudah memberikan gambaran bahwa manusia pasti akan ditimpa kekhawatiran, ketakutan, maupun kecemasan.⁵ Dalam firman Allah SWT dalam Surat Al-Baqarah ayat 155, yaitu:

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ ۗ
وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ ﴿١٥٥﴾

³ Dona Fitri Annisa and Ifdil Ifdil, “Konsep Kecemasan (Anxiety) Pada Lanjut Usia (Lansia),” *Konselor* 5, no. 2 (2016):, <https://doi.org/10.24036/02016526480-0-00>, p.4.

⁴ Kartini Kartono, *Patologi Sosial 3 : Gangguan-Gangguan Kejiwaan*, ed. 2, cet. (Jakarta: Rajawali Pers, 2011).p 140.

⁵ Dahliati Simanjuntak, “Makna Kata Khasyyah Dan Khauf Dalam Al-Quran,” *AL FAWATIḤ: Jurnal Kajian Al-Qur'ān Dan Hadis* 3, no. 2 (2022): p. 220.

Artinya : *“Kami pasti akan mengujimu dengan sedikit ketakutan dan kelaparan, kekurangan harta, jiwa, dan buah-buahan. Sampaikanlah (wahai Nabi Muhammad,) kabar gembira kepada orang-orang sabar”*. (QS. Al-Baqarah [2]: 155)

Ayat tersebut menjelaskan bahwa Allah SWT pasti menguji hamba-Nya dengan sedikit rasa ketakutan untuk mengetahui keimanan kita kepada Allah SWT. Maka dari ujian seperti itu, kita akan menjadi jiwa yang sabar dan tabah dalam menghadapi ujian dan cobaan. Kita akan mendapatkan predikat sabar jika kita mampu melewati ujian yang akan kita hadapi, itulah yang di maksud dengan orang-orang yang mendapat kabar gembira dari Allah SWT. Hal ini juga merupakan gambaran perasaan cemas dan takut dalam Al-Qur’ān yang dilawan dengan rasa besarnya keimanan kepada Allah SWT.

Dalam Surat Al-Insyirah ayat 5-6, Allah SWT menegaskan pada ayat lima *“Maka, sesungguhnya beserta kesulitan ada kemudahan”* bahwa di antara pokok isi kandungan surat Al-Insyirah menegaskan tentang kenikmatan Allah SWT yang dikaruniakan kepada Rasulullah Saw, janji akan kemudahan, menghilangkan bencana, dan kabar gembira atas kemenangan yang sudah dekat. Dan dikuatkan lagi dengan ayat enam *“Menegaskan bahwa setelah kesulitan ada kemudahan”*, menurut Ibnu Katsir satu kesulitan tidak dapat mengalahkan dua kemudahan. Hal tersebut sesuai ayat 5-6 dalam Surat Al-Insyirah. Maka dari itu, seharusnya jika kita menghadapi sesuatu tidak perlu cemas dan takut

berlebihan, karena Allah SWT sudah menjajikan kemudahan setelah kesulitan.⁶

Dalam perspektif Al-Qur'ān, perasaan ketakutan yang menimbulkan kecemasan dapat menjadi motivasi positif jika diarahkan kepada hal-hal yang berkaitan dengan Allah SWT seperti mendekatkan diri kepada Allah SWT, tetapi juga dapat menjadi penghalang jika tidak dikelola dengan baik. Oleh karena itu, memahami kecemasan melalui ajaran Al-Qur'ān dapat memberikan panduan bagi manusia untuk menjalani kehidupan yang penuh kesadaran, keberanian, dan keimanan kepada Sang Maha Pencipta, serta sebagai cara untuk menjadi diri yang lebih kuat dan tangguh dalam menghadapi ancaman dan kecemasan dan menjauhi diri dari larang Allah SWT.⁷

Dalam konteks ini, penting untuk mengeksplorasi pandangan kecemasan (*Anxiety*) pada perempuan dalam Al-Qur'ān, khususnya pada kitab tafsir *Al-Marāghī*. Aḥmad Muṣṭafā Al-Marāghī merupakan salah satu ulama mufassir yang terkemuka, beliau menekankan bahwa rasa cemas ini termasuk dalam konteks psikologis sosial yang dapat mempengaruhi seseorang termasuk perempuan, beliau menjelaskan bahwa Islam memandang perempuan dengan penuh kehormatan yang setara dan penting menjaga kesejahteraan perempuan dalam keluarga maupun sosial. Studi ini bertujuan untuk menganalisis bagaimana Al-Qur'ān dan tafsir *Al-Marāghī* dapat memberikan pandangan yang relevan terhadap kecemasan (*Anxiety*) pada perempuan walaupun tidak secara gamblang tergambar

⁶ Nadea Siti Sa'adah and Siti Chodijah, "Amalan Dzikir Surah Al-Insyirah Untuk Memudahkan Dalam Proses Melahirkan Dan Mencari Ilmu (Studi Living Qur'an Di Keluarga Ibu Masruroh)," *Gunung Djati Conference Series* 4, no. 1 (2021): p. 21.

⁷ M. Yudhie Haryono, *Nalar Al-Qur'ān*, (Jakarta: Intimedia dan Nalar, 2002), p. 197.

dalam Al-Qur’ān, dan diharapkan para perempuan juga mampu menghadapi tantangan yang menimbulkan rasa cemas pada sesuatu yang akan dihadapi.

Namun, kasus kecemasan pada perempuan sekarang sangat banyak, sampai-sampai hal ini membuat banyak kasus bahwa para perempuan terlalu cemas dan hilang konsentrasi dan fokus dalam hidupnya. Kenyataannya perempuan lebih mempunyai perasaan yang mudah tersentuh, ini merupakan salah satu yang dapat menimbulkan resiko dalam hidupnya, apalagi saat fase menghadapi ikatan pernikahan, ekonomi, peran sosial, kurangnya support keluarga, masalah dari orang tua, spirituslitas, dan lain sebagainya.

Berdasarkan uraian diatas, penelitian ini masih jarang dikaji dan penting untuk di kaji bahwa perempuan cenderung lebih rentan mengalami beban psikologis atau gangguan mental yang lebih berat seperti gangguan kecemasan dibandingkan dengan laki-laki dengan salah satu penyebabnya yaitu beban sosial yang lebih tinggi, faktor-faktor biologis, hormonal, psikologis, serta sosial yang mempengaruhi tingkat kecemasan mereka yang menyebabkan kurangnya fokus dan konsentrasi dalam hidup. Dan penelitian ini akan lebih fokus pada perempuan dalam menghadapi rasa cemas (*Anxiety*) dan memberikan solusi bagi kecemasan pada perempuan, dan menggunakan Tafsir *Al-Marāghī* karena menggunakan bahasa yang mudah dipahami dan sering membahas masalah sosial. Dan penelitian ini menarik untuk dikaji dengan judul **“Kontekstualisasi Kecemasan (*Anxiety*) Pada Perempuan Dalam Al-Qur’ān (Studi Kitab Tafsir *Al-Marāghī* Karya Aḥmad Muṣṭafā Al-Marāghī)”**

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang di atas, maka penulis dapat merumuskan beberapa rumusan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana perempuan dalam Al-Qur'ān?
2. Bagaimana kecemasan (*Anxiety*) pada perempuan dalam Al-Qur'ān?
3. Bagaimana penafsiran dan realisasi solusi terkait kecemasan (*Anxiety*) pada perempuan dalam kitab tafsir *Al-Marāghī* karya Ahmad Muṣṭafā Al-Marāghī?

C. Tujuan Masalah

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka tujuan yang akan dicapai dalam penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui perempuan dalam Al-Qur'ān
2. Untuk mengetahui kecemasan (*Anxiety*) pada perempuan dalam Al-Qur'ān
3. Untuk mengetahui penafsiran dan realisasi solusi terkait kecemasan (*Anxiety*) pada perempuan dalam kitab tafsir *Al-Marāghī* karya Ahmad Musthafa Al-Marāghī

D. Manfaat penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka manfaat yang akan dicapai dalam penelitian ini adalah:

1. Manfaat Teoritis

- a. Secara teoritis, memberikan kontribusi, memperoleh wawasan yang luas terkait tafsir yang ada di masyarakat bagi penulis dan

pembaca. Hal ini sesuai dengan jurusan yang penulis ambil, yaitu jurusan Ilmu Al-Qur'ān dan Tafsir.

- b. Mengetahui gangguan dan dalam menangani kecemasan (*Anxiety*) dalam karya Ahmad Musthafa Al-Marāghī pada kitab tafsirnya yaitu kitab tafsir *Al-Marāghī*. Agar dapat dijadikan sebagai bahan referensi pustaka untuk karya ilmiah yang akan datang.
- c. Memperkaya khazanah keilmuan dalam pengembangan di pendidikan Islam mengenai penafsiran terkait kecemasan (*Anxiety*) kecemasan berlebihan melalui Al-Qur'ān dalam kehidupan yang dijalani.
- d. Memperoleh hasil yang efektif dalam mengidentifikasi masalah yang muncul.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi peneliti, penelitian ini dapat membantu penulis memahami bagaimana sesuatu yang merusak kesehatan diri dalam Islam itu harus dicegah yang dapat merusak diri kita, khususnya dalam menangani *anxiety* yaitu kecemasan dalam Islam dengan cara meyakini Allah SWT dan mendekatkan diri kepada Allah SWT, berdzikir, dan lain-lain. Ini juga mampu memperkaya perspektif peneliti terhadap integrasi agama dan kesehatan.
- b. Dan secara akademis mampu diselesaikan yang dijadikan sebagai salah satu syarat dalam pendidikan dan mendapatkan gelar Sarjana (S1) di jurusan Ilmu Al-Qur'ān dan Tafsir di Fakultas Ushuluddin dan Adab di Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

E. Kajian Pustaka

Pembahasan terkait kecemasan (*Anxiety*) yaitu, kecemasan berlebihan dalam penulisan skripsi ini penulis melakukan tinjauan pustaka untuk mengetahui keaslian atau karya ilmiah, maka diperlukan tinjauan pustaka. Pada dasarnya suatu penelitian itu pasti telah ada acuan yang mendasarinya. Hal ini bertujuan sebagai tolak ukur dalam melakukan suatu penelitian, oleh karena itu perlu sekali meninjau penelitian yang sudah ada. Maka dari itu berdasarkan hasil tinjauan penulis, berikut karya-karya yang berkaitan dengan pembahasan tentang interpretasi terkait *anxiety*, yaitu kecemasan berlebihan, di antaranya yaitu sebagai berikut:

Pertama, Skripsi yang berjudul “Gangguan Kecemasan Dalam Perspektif Al-Qur’ān (Pendekatan Psikologi)” yang ditulis oleh Muhammad Wahid Nasruddin pada tahun 2018. Dalam skripsi ini, membahas tentang gangguan kecemasan itu merupakan sesuatu yang masuk kedalam bilangan stress, atau bisa dibilang stress dan ini merupakan masalah yang serius bagi mental dan kehidupan manusia yang harus ditangani. Dan Islam juga mampu memberikan tuntutan bagi yang mengalami ini dalam Al-Qur’ān, yaitu dengan berdzikir, shalat, doa, dan membaca Al-Qur’ān. Dalam berdo’a kita sebagai umat muslim dapat mencurahkan perasaan optimis dan mengurangi perasaan negatif yang kita rasakan yang dikaitkan dengan rasa cemas. Pada penelitian ini objeknya sangat luas mengenai rasa cemas yang di alami banyak orang dan menggunakan pendekatan psikologi, berbeda dengan yang akan saya teliti

yaitu objeknya adalah perempuan dan menggunakan pendekatan Al-Qur'ān dan dalam tafsir *Al-Marāghī*.⁸

Kedua, skripsi yang berjudul *Anxiety Dalam Perspektif Hadis (Kajian Tematik Hadis)* yang ditulis oleh Syukron Ma'mun pada tahun 2023. Dalam penelitian ini membahas tentang *Anxiety* dalam perspektif hadis, dari banyaknya hadis ditemukan 22 hadis tentang kecemasan yang terdapat di kitab *al-Kutub at-Tis'ah*. Namun yang difokuskan ada tiga hadis, yaitu hadis Shahih Bukhari, Tirmidzi, dan Muslim. Berbeda dengan yang akan diteliti, yaitu perbedaan dipendekatannya, penelitian ini menggunakan pendekatan hadis-hadis, kalau yang akan saya teliti menggunakan Al-Qur'ān dalam menjelaskan perasaan kecemasan (*Anxiety*).⁹

Ketiga, skripsi dengan judul “Gangguan Depresi Menurut Al-Qur'ān (kajian tematik)” yang ditulis oleh Siti Zulaiha binti Zakaria. Dalam penelitian ini dituliskan bahwa dalam Al-Qur'ān terdapat beberapa kata yang menunjukkan depresi, antaranya yaitu, *Ta'sa*, *Bakhi'un*, *Tab'isu*, dan *Asafa*. Perasaan itu seperti rasanya ingin marah, bunuh diri, sedih yang berlebihan. Para mufassir juga banyak menceritakan kisah-kisah Nabi bahwa banyak kaumnya yang ingkar dengannya, namun Allah SWT menyuruh untuk sabar, dan tidak terlalu sedih. Orang yang mengalami depresi seperti ini harus cepat ditangani dengan cara mengamalkan gaya hidup sehat dan benar yang dapat terhindar dari depresi seperti ini, dan harus selalu dibantu dengan hal-hal positif, support, kegiatan-kegiatan

⁸ Muhammad Nasrudin, Wahid, “Gangguan Kecemasan Dalam Perspektif Al-Qur'ān (Pendekatan Psikologi),” *Skripsi*, 2018, p. 15.

⁹ Syukron Ma'mun, “Kecemasan (anxiety) Dalam Perspektif Hadis (Kajian Tematik Hadis),” 2023, p. 7.

positif, agar mereka yang mengalami depresi kuat dan tidak berlarut-larut dalam kesedihan. Penelitian ini terdapat perbedaan yaitu pada objeknya, bahwa penelitian ini menjadikan depresi sebagai objek permasalahannya, dan objek yang akan saya teliti itu adalah kecemasan (*Anxiety*) pada perempuan dalam Al-Qur’ān dan tafsir *Al-Marāghī*.¹⁰

Keempat, jurnal yang berjudul “Memahami Kecemasan: Perspektif Psikologi Islam” yang ditulis oleh Aditya Dedy Nugraha pada tahun 2020. Dalam jurnal ini, membahas bahwa kecemasan yang terjadi sebenarnya bisa di cegah dengan metode psikoterapi yaitu dengan cara mendengarkan musik, *hypnosis*, dan relaksasi, doa, dzikir, dan lain sebagainya. Maka dari itu, hal seperti ini harus cepat dihindari agar tidak semakin parah, karna kalau sudah parah bisa terkena sampai psikis manusia.¹¹

Dari beberapa karya yang di tulis diatas, terdapat perbedaan pada penekanan pada penelitian tersebut dengan apa yang akan penulis teliti, yaitu penelitian yang akan saya tulis lebih menekankan kepada kecemasan berlebihan (*Anxiety*) pada perempuan dalam Al-Qur’ān. Karena perempuan cenderung lebih rentan mengalami beban psikologis yang lebih berat seperti gangguan kecemasan dibandingkan dengan laki-laki disebabkan perempuan lebih dominan menggunakan perasaannya dalam melakukan dan menyikapi sesuatu, dengan salah satu penyebabnya yaitu beban sosial yang lebih tinggi, dengan faktor-faktor biologis, hormonal, psikologis, serta sosial. Penelitian yang akan dilakukan ini berfokus dan mengeksplorasi lebih dalam pada kecemasan (*anxiety*) yang terjadi pada

¹⁰ Zakaria, “Gangguan Depresi Menurut Al-Qur’ān (Kajian Tematik),” 2020, 8.

¹¹ Aditya Dedy Nugraha, “Memahami Kecemasan: Perspektif Psikologi Islam,” *IJIP: Indonesian Journal of Islamic Psychology* 2, no. 1 (2020): 12-13., <https://doi.org/10.18326/ijip.v2i1.1-22>.

perempuan dalam Al-Qur'ān dengan kitab tafsir *Al-Marāghī* dan realisasi terhadap kecemasan ini pada perempuan.

F. Kerangka Teori

Dalam penelitian ini, objek utama penelitian, yaitu Al-Qur'ān dan Kitab Tafsir. Yakni mengenai kecemasan (*Anxiety*) kecemasan dan interpretasi terkait kecemasan dalam Al-Qur'ān. Oleh karena itu, teori-teori penulisan yang digunakan dalam penelitian ini adalah teori atau hasil penelitian yang relevan yang mendukung objek kajian dalam penelitian ini.

Kecemasan (*Anxiety*) adalah perasaan cemas atau khawatir yang berlebihan dan sulit dikendalikan, hal ini juga dapat menimbulkan ketakutan berlebihan pada sesuatu yang belum seseorang hadapi. Sebenarnya hal ini normal jika kita menghadapi situasi yang menimbulkan rasa takut dan cemas, namun harus diwaspadai jika sudah sulit dikendalikan. Kecemasan (*Anxiety*) ini merupakan respons yang alami yang datang dari alam bawah sadar tubuh kita yang dapat menimbulkan banyak gangguan kejiwaan seperti stress, gelisah hati, detak jantung yang cepat, napas tidak santai, tidak bisa tidur, tidak fokus dan lain sebagainya. Dan perasaan seperti ini mampu menimbulkan guncangan pada jiwa seseorang jika mengalami perasaan cemas berlebihan.

Kecemasan didefinisikan sebagai reaksi emosional terhadap situasi yang dipersepsikan sebagai ancaman atau bahaya, baik nyata maupun imajinatif. Menurut David H. Barlow, kecemasan adalah respons terhadap ancaman masa depan yang melibatkan sistem waspada dalam otak. Sementara teori psikoanalitik dari Sigmund Freud menjelaskan kecemasan sebagai bentuk konflik internal antara dorongan bawah sadar, norma

sosial, dan kenyataan. Dalam perspektif psikologi, perempuan cenderung lebih rentan mengalami kecemasan karena faktor biologis (seperti hormon), psikologis (emosionalitas tinggi), dan sosial (tuntutan peran ganda).

Dalam Islam, kecemasan termasuk bagian dari ujian hidup yang perlu dihadapi dengan sabar dan iman kepada Allah SWT. Al-Qur'ān memberikan solusi spiritual melalui pendekatan ketauhidan, tawakal, dan dzikir. Ayat-ayat seperti QS. Al-Baqarah: 155 dan QS. Al-Insyirah: 5–6 menjadi dasar penting bahwa Allah menjanjikan kemudahan di balik kesulitan dan menguji manusia dengan ketakutan agar mereka menjadi pribadi yang sabar. Ulama seperti Imam Al-Ghazālī dan Ebû Zeyd al-Belhî menekankan pentingnya menjaga hati dari waswas dan tekanan emosional, serta mengobatinya dengan amal baik, penguatan iman, dan ibadah.

Jika diamati, lebih banyak perempuan yang mengalami kecemasan ini, karena perempuan lebih menggunakan otak kanannya, maka dari hal ini dapat disimpulkan bahwa perempuan lebih mampu melihat dari berbagai sudut pandang dan langsung menarik kesimpulan begitu saja. Maka dari itu, perempuan itu lebih bisa mengingat memori dan keadaan sosial yang ada, ini juga menjadi alasan bahwa perempuan itu tidak berfikir menggunakan logika secara mendalam, tetapi perempuan itu menggunakan perasaannya atau mengandalkan perasaannya, dan perempuan itu mampu menyerap sesuatu lebih cepat dibanding laki-laki, ini merupakan alasan mengapa perempuan itu mudah mengambil kesimpulan dan mudah tersinggung.

Dari uraian diatas, penelitian ini berfokus pada pemahaman kecemasan (*Anxiety*) pada perempuan dan lebih mengeksplorasi

bagaimana Al-Qur'ān memberi gambaran pengalaman perempuan dalam menghadapi rasa cemas dan memberikan solusi bagi kecemasan pada perempuan dalam menghadapi sesuatu yang terjadi maupun belum terjadi dengan tujuan menghindari rasa cemas ini jangan sampai terkena depresi akut oleh Imam Al-Marāghī dalam tafsirnya yaitu tafsir *Al-Marāghī*.

G. Metode Penelitian

Metode penelitian sangat penting karna suatu penelitian harus mendapatkan data yang tepat dan relevan, dan berhasil atau tidaknya penelitian juga dilihat dari bagaimana penulis memilih metode yang sistematis.¹²

1. Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kualitatif, yaitu penelitian menggunakan studi pustaka (*Library Research*), *Library Research* adalah teknik pengumpulan data dengan menggunakan kajian kepustakaan, berupa kitab-kitab, buku teks, surat kabar, majalah, surat-surat, film, catatan harian, naskah, artikel, atau dapat dari pikiran seseorang yang tertuang di dalam buku atau di naskah-naskah yang dipublikasikan. Penelitian ini bertujuan untuk memecahkan suatu masalah dengan melakukan penelitian kritis dan mendalam terhadap bahan pustaka yang relevan. Bahan pustaka ini dianggap sebagai sumber inspirasi dan ide yang dapat mendorong pemikiran baru.

¹² Dr Sugiyono, "Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D," 2013, p. 9.

2. Sumber Data

Penelitian ini bersifat kepustakaan oleh karena itu sumber data yang diperoleh berupa karya tokoh yang diteliti. penelitian terdahulu berupa karya ilmiah, jurnal dan sumber dokumen yang selaras dengan penelitian ini. dalam penelitian ini penulis menggunakan data primer dan sekunder diantaranya:

a. Data *Primer*

Data *Primer* (data utama) adalah sumber yang menjadi rujukan utama dalam sebuah penelitian. Dalam penelitian ini yang menjadi sumber rujukan pertama adalah kitab suci Al-Qur'ān dan kitab Tafsir *Al-Marāghī* karya Aḥmad Muṣṭafā Al-Marāghī.

b. Data *Sekunder*

Data *Sekunder* (data pendukung) adalah data yang menjadi pelengkap atau tambahan dalam menyelesaikan penelitian ini yang bersumber dari orang lain, seperti dokumen, buku, jurnal ilmiah, skripsi, artikel, yang pastinya terkait dengan penelitian tersebut.¹³

3. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan metode deskriptif analisis, yaitu suatu penelitian yang mendeskripsikan dari data-data yang telah diperoleh dari sumber pustaka atau literatur lainnya. Terkait hal-hal yang berbentuk catatan, jurnal, buku, artikel, dan sebagainya.

¹³ Dr Sugiyono, Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D, p. 11.

4. Analisis Data

Setelah penulis melakukan pengumpulan data, kemudian membaca, mempelajari, memahami, memilih, dan mengumpulkan. Pada tahap selanjutnya adalah menganalisis dan menyimpulkan berdasarkan data-data yang telah diperoleh. Adapun analisis datanya dilakukan oleh beberapa tahapan, yaitu:

Pertama, penulis menentukan tema penelitian terkait kecemasan (*Anxiety*) pada perempuan, dan kitab tafsir yang akan menjadi objek penelitian yaitu kitab tafsir *Al-Marāghī* karya Aḥmad Muṣṭafā Al-Marāghī yang menurut peneliti, penelitian ini menarik dikaji tentang kecemasan pada perempuan.

Kedua, penulis akan mengumpulkan data-data secara selektif dan sistematis terkait ayat-ayat tentang kecemasan (*Anxiety*) pada perempuan dalam Al-Qur'ān, yang menunjukkan bahwa perempuan dalam Al-Qur'ān mendapat perhatian khusus dari Allah SWT dalam situasi emosional. Ketiga, penulis akan menggunakan teori sosiologis pengetahuan terhadap tekanan psikologis yang dialami perempuan.

H. Sistematika Penulisan

Dalam penulisan ini, untuk menguraikan pembahasan masalah agar pembahasannya lebih mudah dipahami dan agar tercapai jawaban dari permasalahan apa yang menjadi tujuan penulis yang terdiri dari lima bab, dan masing-masing bab memiliki spesifikasi pembahasan mengenai topik-topik tertentu, sebagai berikut:

Bab Pertama, berisi pendahuluan yang terdiri dari *Latar Belakang Masalah*; memuat tentang alasan yang metarbelakangi penulis mengambil

penelitian dengan judul diatas, *Rumusan Masalah*; berisi tentang masalah yang akan diteliti, *Tujuan Penelitian*; berisi tentang tujuan penulis mengambil judul diatas, *Manfaat Penelitian*; berisi tentang tujuan penulis mengambil judul diatas, *Kerangka Teori*; berisi tentang penjelasan yang akan digunakan untuk analisis objek kajian ini, *Metode Penelitian*; menjelaskan langkah-langkah atau cara yang akan ditempuh oleh penulis, *Sistematika Penulisan*; berisi tentang penguraian langkah-langkah penulisan secara teratur.

Bab Kedua, berisi tentang teori dasar yang meliputi pengertian kecemasan (*Anxiety*), macam-macam kecemasan (*Anxiety*), gejala dan dampaknya, dan kecemasan (*Anxiety*) dalam pandangan Ilmu Psikologi dan Islam pada perempuan.

Bab Ketiga, berisi tentang biografi Ahmad Muṣṭafā Al-Marāghī, karya-karya, aktivitas sosial, pemikiran **Ahmad Muṣṭafā Al-Marāghī** dan lain sebagainya, serta mengenai biografi kitab Tafsir *Al-Marāghī*.

Bab Keempat, berisi penyajian dan analisi data, yang merupakan inti dari permasalahan yang akan di teliti dan menguraikan secara luas mengenai penelitian ini. meliputi klasifikasi dan penafsiran terkait kecemasan (*Anxiety*) pada perempuan dalam kitab tafsir *Al-Marāghī* karya Ahmad Muṣṭafā Al-Marāghī, serta realisasi solusi dan yang mempengaruhi diri kita sendiri dalam kehidupan yang seharusnya harus meyakini adanya Allah SWT.

Bab Kelima, berisi penutup yang memaparkan kesimpulan dan saran.