

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan pembahasan dan analisis yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan dalam dua hal utama, sebagai berikut:

1. Perempuan dalam Al-Qur'ān digambarkan sebagai makhluk yang mulia, memiliki hak dan peran penting dalam kehidupan, baik di ranah domestik maupun publik. Al-Qur'ān menekankan bahwa perempuan memiliki tanggung jawab spiritual yang setara dengan laki-laki dan layak dihormati, makhluk yang diciptakan sama dan mulia seperti yang sudah dijelaskan pada surat An-Nisa [4]: 1. Namun, secara historis dan sosial, perempuan sering mengalami tekanan struktural dan kultural yang menyebabkan mereka lebih rentan terhadap beban psikologis seperti kecemasan.
2. Kecemasan berlebihan (*Anxiety*) pada perempuan dalam Al-Qur'ān tercermin dalam ayat-ayat yang menggambarkan kondisi jiwa manusia yang diliputi rasa takut, khawatir, atau ketidakpastian akan masa depan. Misalnya, QS. Maryam ayat 23-24 yang menunjukkan bahwa ujian yang di rasakan dalam fase melahirkan berupa rasa takut dan cemas adalah bagian dari kehidupan yang harus dihadapi dengan kesabaran dan ikhlas. Al-Qur'ān memberi arahan agar kecemasan tidak menjadi penghalang, melainkan dapat diarahkan untuk meningkatkan kedekatan spiritual kepada Allah SWT melalui kesabaran, tawakal, dan dzikir.

3. Penafsiran dan realisasi solusi kecemasan berlebihan (*Anxiety*) pada perempuan menurut tafsir *Al-Marāghī* karya Ahmad Musthafa Al-Marāghī menunjukkan bahwa Islam tidak hanya mengakui realitas psikologis perempuan, tetapi juga memberikan solusi komprehensif untuk mengatasinya. Tafsir *Al-Marāghī* menekankan bahwa kecemasan adalah reaksi jiwa yang manusiawi dan perlu ditangani dengan pendekatan spiritual dan sosial. Solusi yang ditawarkan dalam tafsir ini meliputi pendekatan keimanan, peningkatan ketakwaan, penguatan mental melalui sabar dan syukur, serta pentingnya dukungan sosial dan lingkungan yang positif.

B. Saran

Penelitian ini diharapkan menjadi kontribusi bagi Jurusan Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir dalam memperluas kajian tematik yang kontekstual, khususnya dalam isu keagamaan yang bersinggungan dengan psikologi perempuan. Bagi mahasiswa, semoga dapat mendorong lahirnya kajian lanjutan yang lebih kritis dan aplikatif mengenai kecemasan dalam perspektif tafsir. Bagi pembaca umum, semoga penelitian ini membuka pemahaman bahwa Al-Qur'an melalui tafsir seperti Al-Marāghī menawarkan solusi spiritual yang relevan untuk mengatasi kecemasan berlebihan, terutama pada perempuan di era modern.