

ABSTRAK

PENGARUH IMAN TERHADAP KETENANGAN HATI (ANALISIS AYAT PERTOLONGAN DARI ALLAH)

Nayla Syifa Multazamia
422021238140

Kecemasan dan masalah kesehatan mental semakin menjadi perhatian utama di kalangan generasi saat ini, di mana tekanan akademis, sosial, dan ekspektasi yang tinggi sering kali menyebabkan perasaan cemas dan depresi, dengan 6,1% penduduk berusia 15 tahun ke atas mengalami gangguan mental. Rendahnya tingkat religiusitas di kalangan Generasi Z berkontribusi pada masalah ini. Dalam konteks ini, iman kepada Allah dapat berfungsi sebagai sumber ketenangan dan kekuatan, seperti halnya dengan yang dialami oleh Rasulullah dalam menghadapi berbagai tantangan, termasuk perang Badar. Ketika mereka berpegang teguh pada iman dan tawakal kepada Allah, mereka tidak hanya mendapatkan kemenangan dalam pertempuran, tetapi juga ketenangan hati yang mendalam.

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi seperti apa iman kepada pertolongan Allah dapat memberikan ketenangan hati dan jiwa, serta dampaknya terhadap kesehatan mental, dengan menekankan pentingnya usaha dalam mendekatkan diri kepada-Nya.

Dalam mengumpulkan ayat-ayat pertolongan dari Allah peneliti menggunakan pendekatan *maudhu'i*. Adapun penelitian ini merupakan kajian perpustakaan (*Library research*) dimana dalam menganalisis data peneliti menggunakan metode deskriptif-analisis, yaitu dengan mengumpulkan data-data yang terkait dengan ayat pertolongan dari Allah, menyusunnya kemudian meneliti dan memaparkannya dengan struktur yang logis. Analisis data aktivitas yang memuat sejumlah kegiatan seperti menjelaskan, mengurai, memaparkan, membedakan dan mengelompokkan.

Penelitian ini menekankan pentingnya keimanan dalam meraih kemenangan Allah, sebagaimana tercantum dalam Al-Qur'an, serta syarat diberinya pertolongan Allah, yaitu dengan fokus pada kesabaran dan Menolong agama Allah. Kesabaran dianggap kunci keberkahan, karena kemenangan sejati hanya diberikan kepada yang bersabar dan berjuang. Dan menolong Agama Allah, seperti Dakwah dan Jihad yang diartikan sebagai perjuangan untuk menegakkan agama Allah dan melawan hawa nafsu. Selain itu, penelitian ini menyoroti dampak positif keimanan terhadap ketenangan Hati. Harapan dan optimisme dari iman memberikan kekuatan dan kedamaian, terutama saat menghadapi kesulitan. Iman berfungsi sebagai sumber kepastian dan motivasi, relevan bagi kaum muda yang menghadapi tekanan psikologis, dengan menekankan bahwa kedekatan dengan Tuhan dapat mengurangi kecemasan dan memberikan rasa aman, serta Allah akan meneguhkan kekuatan manusia secara fisik maupun mental.

Ayat-ayat tentang pertolongan Allah dipilih untuk analisis karena dapat memberikan pemahaman tentang waktu dan situasi di mana pertolongan tersebut datang, serta bagaimana iman kita diuji hingga saat pertolongan tiba. Jika seseorang yakin bahwa ujian adalah bagian dari takdir dan rencana Allah, maka mereka akan tetap bersabar dan bertawakal kepada Allah.

Keyword: Iman, Pertolongan dari Allah, Ketenangan hati, orang beriman

ملخص البحث
آثار الإيمان بنصر الله في طمأنينة القلب
(دراسة موضوعية - تحليلية)

نيل شفاء ملتزمي

٤٢٢٠٢١٢٣٨١٤٠

أصبحت قضايا القلق والصحة النفسية بشكل متزايد مصدر قلق كبير بين جيل اليوم ، حيث غالبا ما تؤدي التوقعات الأكاديمية والاجتماعية والعالية إلى الشعور بالقلق والاكتئاب، حيث يعاني ٦.١٪ من السكان الذين تتراوح أعمارهم بين ١٥ عاما وما فوق من اضطرابات عقلية. يساهم انخفاض مستوى التدين بين الجيل Z في هذه المشكلة. في هذا السياق، يمكن أن يكون الإيمان بنصر الله مصدرا للهدوء والقوة، كما كان الحال مع الرسول في مواجهة التحديات المختلفة، بما في ذلك غزوة بدر. عندما يتمسكون بالإيمان والتوكل لله، فإنهم لا يحققون النصر في المعركة فحسب، بل يحصلون أيضا على راحة البال العميقة.

يهدف هذا البحث إلى استكشاف ما يمكن أن يوفر الإيمان بنصر الله في طمأنينة القلب والروح ، وكذلك آثاره على الصحة النفسية، من خلال التأكيد على أهمية الجهد في الاقتراب منه.

في جمع آيات نصر من الله ، يستخدم الباحث نهج الموضوعي. هذا البحث هو بحث مكتبي يستخدم الباحث في تحليل البيانات منهج وصفي تحليلي، أي من خلال جمع البيانات المتعلقة بآية النصر من الله وتجميعها ثم البحث عنها وتقديمها ببنية منطقية. تحليل بيانات النشاط الذي يحتوي على عدد من الأنشطة مثل الشرح والتحليل والشرح والتفريق والتجميع.

يؤكد هذا البحث على أهمية الإيمان في تحقيق نصر الله كما ورد في القرآن الكريم، وكذلك شرط نصر من الله، أي بالتركيز على الصبر ونصرة دين الله. يعتبر الصبر مفتاح البركات، لأن النصر الحقيقي لا يعطى إلا لمن يتحلّى بالصبر والنضال. ونصرة دين الله، كدعوة وجهاد يفسر على أنه نضال من أجل نصر دين الله ومحاربة الشهوة. بالإضافة إلى ذلك ، تسلط هذه البحث الضوء على الآثار الإيجابية للإيمان على طمأنينة القلب. إن رجاء الإيمان وتفاؤله يوفران القوة والسلام، لا سيما في مواجهة الشدائد. يعمل الإيمان كمصدر لليقين والتحفيز، وينطبق على الشباب الذين يواجهون ضائقة نفسية، مؤكداً أن القرب من الله يمكن أن يقلل من القلق ويوفر الشعور بالأمان، وأن الله سيعزز القوة البشرية جسديا وعقلياً.

تم اختيار الآيات عن نصر الله للتحليل لأنها يمكن أن توفر فهما للوقت والوضع الذي جاءت فيه المساعدة، وكذلك كيف تم اختبار إيماننا حتى وصول الوقت المساعدة. إذا كان الشخص يعتقد أن التجارب جزء من مصير الله وخطته ، فسوف يظل صبوراً ويثق في الله.

الكلمات المفتاحية: الإيمان، نصر من الله، طمأنينة القلب، المؤمنين