

**Maternal Anxiety and Psychological Resilience in the
Interpretation of Pregnancy Verses:
A Comparative Study of Asy-Sya'rawi and Bintu Syathi'**

**Kecemasan dan Ketahanan Psikologis Ibu dalam
Tafsir Ayat-Ayat Kehamilan:
Studi Komparatif Asy-Sya'rawi dan Bintu Syathi'**



Article History

Submitted: 07/04/2026

Reviewed: 05/06/2026

Revised: 12/06/2026

Aproved: 28/06/2026

Available: 30/06/2026



Liana Masruroh

lianamasruroh@gmail.com

Universitas PTIQ Jakarta

Hamka Hasan

hamkahasan@uinjkt.ac.id

Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah
Jakarta

Nurbaiti

nurbaiti@ptiq.ac.id

Universitas PTIQ Jakarta

Abstract

Background and Objectives: This study examines maternal anxiety and psychological resilience in the interpretation of Qur'anic verses related to pregnancy through a comparative analysis of the exegetical works of Muhammad Mutawalli al-Sha'rawi and Bint al-Shati'. The study is motivated by the tendency of Qur'anic exegesis to focus predominantly on legal and theological dimensions, while the emotional and psychological experiences of women during pregnancy receive relatively limited attention. This research aims to explore how maternal anxiety and psychological resilience are conceptualized in the interpretations of both exegetes and to identify the similarities and differences between their perspectives.

Method: Employing a library research method and a comparative (*muqaran*) tafsir approach, the study analyzes key Qur'anic passages concerning pregnancy and childbirth, particularly Q.S. Maryam [19]: 22–23, Q.S. Luqman [31]: 14, and Q.S. Al-Ahqaf [46]: 15.

Main Results: The findings reveal that al-Sha'rawi interprets maternal suffering within a spiritual and moral framework that emphasizes patience, divine wisdom, and devotion to God. In contrast, Bint al-Shati' offers a more humanistic perspective by highlighting women's emotional experiences, including fear, loneliness, anxiety, and psychological endurance throughout pregnancy and childbirth.

Contributions: This research contributes to enriching the study of interpretation in the aspect of thematic interpretation of the Qur'an and its

integration with the psychology of pregnant women contained in the Qur'an.

Conclusions: The study concludes that both exegetes provide complementary perspectives: al-Sha'rawi's spiritual-transcendental approach and Bint al-Shati's humanistic-psychological approach. Together, these interpretations enrich contemporary understandings of motherhood and women's psychological experiences as represented in the Qur'an.

Keywords: maternal anxiety, psychological resilience, pregnancy, comparative tafsir, al-Sha'rawi, Bint al-Shati'.

URL: <https://e-journal.uingusdur.ac.id/aqwal/article/view/14774>

DOI: <https://doi.org/10.28918/4xw3gx70>

Abstrak

Latar Belakang dan Tujuan: Penelitian ini mengkaji kecemasan dan ketahanan psikologis ibu dalam penafsiran ayat-ayat Al-Qur'an tentang kehamilan melalui studi komparatif terhadap tafsir Muhammad Mutawalli al-Sya'rawi dan Bint al-Syathi'. Kajian ini berangkat dari kecenderungan penafsiran Al-Qur'an yang lebih menitikberatkan aspek hukum dan teologis, sementara pengalaman emosional dan psikologis perempuan selama kehamilan masih relatif kurang mendapat perhatian. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi konstruksi makna kecemasan dan ketahanan psikologis ibu dalam kedua tafsir tersebut serta menganalisis persamaan dan perbedaannya.

Metode: Metode yang digunakan adalah penelitian kepustakaan (library research) dengan pendekatan tafsir komparatif (muqaran). Data dianalisis melalui penelaahan terhadap ayat-ayat yang berkaitan dengan kehamilan dan persalinan, terutama QS Maryam [19]: 22–23, QS Luqman [31]: 14, dan QS Al-Ahqaf [46]: 15.

Hasil Utama: Hasil penelitian menunjukkan bahwa al-Sya'rawi menafsirkan penderitaan ibu dalam kerangka spiritual dan moral yang menekankan kesabaran, hikmah ilahi, serta pengabdian kepada Allah. Sebaliknya, Bint al-Syathi' menghadirkan perspektif yang lebih humanis dengan memberikan perhatian pada pengalaman emosional perempuan, seperti rasa takut, kesepian, kecemasan, dan daya tahan psikologis yang menyertai proses kehamilan dan persalinan.

Kontribusi: Penelitian ini berkontribusi dalam memperkaya kajian tafsir pada aspek penafsiran secara tematik pada al-Qur'an serta integrasinya dengan psikologi ibu hamil yang terdapat pada al-Qur'an.

Kesimpulan: Penelitian ini menyimpulkan bahwa kedua mufasir menawarkan perspektif yang saling melengkapi, yakni pendekatan spiritual-transcendental dari al-Sya'rawi dan pendekatan humanistik-psikologis dari Bint al-Syathi', yang dapat memperkaya pemahaman mengenai pengalaman keibuan dalam Al-Qur'an.

Kata Kunci: kecemasan ibu, ketahanan psikologis, kehamilan, tafsir komparatif, al-Sya'rawi, Bint al-Syathi'.

A. PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan fase transisi kehidupan yang melibatkan perubahan biologis, psikologis, sosial, dan spiritual secara bersamaan. Selain membawa harapan dan kebahagiaan, masa kehamilan juga sering disertai berbagai bentuk tekanan emosional, seperti kecemasan, ketakutan menghadapi persalinan, perubahan identitas diri, serta kekhawatiran terhadap kondisi janin dan masa depan keluarga. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa kecemasan selama kehamilan berpotensi memengaruhi kesehatan ibu maupun janin apabila tidak dikelola secara tepat. Sebaliknya, ketahanan psikologis (psychological resilience) terbukti berperan sebagai faktor protektif yang membantu perempuan menghadapi tekanan emosional selama masa kehamilan dan persalinan. Penelitian terbaru menunjukkan bahwa resiliensi memiliki hubungan negatif dengan tingkat kecemasan pada ibu hamil, sementara faktor spiritualitas dan religiusitas berkontribusi dalam memperkuat kemampuan adaptasi psikologis perempuan selama masa kehamilan. (Edis, 2024; Khalil et al., 2024).

Dalam masyarakat Muslim, pengalaman kehamilan tidak hanya dipahami sebagai proses biologis, tetapi juga sebagai pengalaman spiritual yang sarat makna religius. Spiritualitas berfungsi sebagai sumber kekuatan yang membantu perempuan menafsirkan pengalaman kehamilan dalam kerangka pengabdian kepada Allah, sehingga mampu meningkatkan ketenangan batin dan ketahanan psikologis. Penelitian Mutmainnah et al. (2019) menunjukkan bahwa spiritualitas memiliki pengaruh signifikan terhadap perilaku dan cara perempuan Muslim Indonesia memaknai kehamilan serta persalinan. Temuan lain menunjukkan bahwa praktik-praktik spiritual selama kehamilan dapat membantu mengurangi stres dan memperkuat kesejahteraan psikologis ibu.

Al-Qur'an sebagai sumber utama ajaran Islam memberikan perhatian yang besar terhadap pengalaman keibuan. Beberapa ayat secara eksplisit menggambarkan perjuangan perempuan dalam mengandung dan melahirkan anak. QS. Luqman [31]: 14 dan QS. Al-Ahqaf [46]: 15 menggambarkan kondisi ibu yang mengandung dalam keadaan wahn 'ala wahn (kelemahan demi kelemahan), sedangkan QS. Maryam [19]: 22–23 merekam pengalaman

emosional Maryam ketika menghadapi kehamilan dan persalinan seorang diri. Narasi-narasi tersebut menunjukkan bahwa Al-Qur'an tidak hanya berbicara mengenai aspek biologis kehamilan, tetapi juga menghadirkan dimensi emosional dan psikologis yang dialami perempuan. Oleh karena itu, ayat-ayat kehamilan dapat dibaca sebagai sumber nilai dan makna yang relevan untuk memahami fenomena kecemasan serta ketahanan psikologis ibu dalam perspektif Islam.

Meskipun demikian, sebagian besar kajian tafsir mengenai ayat-ayat kehamilan masih berorientasi pada dimensi normatif, hukum keluarga, pendidikan anak, dan kewajiban berbakti kepada orang tua. Pengalaman emosional perempuan sebagai subjek utama kehamilan belum memperoleh perhatian yang memadai dalam diskursus tafsir. Kecenderungan ini terlihat baik dalam kajian tafsir klasik maupun sebagian besar penelitian kontemporer yang lebih menekankan aspek linguistik, historis, dan teologis dibanding dimensi psikologis pengalaman keibuan. Padahal, perkembangan studi psikologi Islam dan kajian gender menunjukkan pentingnya memahami pengalaman subjektif perempuan sebagai bagian integral dari penafsiran teks keagamaan.

Sejumlah penelitian terdahulu telah mengkaji hubungan antara religiusitas, spiritualitas, dan kesehatan mental ibu hamil, serta menunjukkan bahwa nilai-nilai agama berperan dalam membangun resiliensi psikologis. Namun, kajian tersebut umumnya dilakukan dalam perspektif psikologi, kesehatan, atau keperawatan tanpa mengaitkannya secara mendalam dengan penafsiran Al-Qur'an. Di sisi lain, penelitian mengenai Bint al-Syathi' lebih banyak membahas metodologi tafsir, pendekatan sastra (al-tafsir al-adabi), dan kontribusinya sebagai mufasir perempuan modern. Demikian pula penelitian mengenai al-Sya'rawi umumnya berfokus pada corak dakwah, spiritualitas, dan karakteristik metodologi penafsirannya. Kajian yang secara khusus membandingkan kedua mufasir dalam memahami pengalaman psikologis perempuan selama kehamilan masih sangat terbatas.

Berdasarkan telaah literatur tersebut, terdapat dua kesenjangan penelitian (research gap). Pertama, masih minim penelitian tafsir yang menghubungkan ayat-ayat kehamilan dengan konsep kecemasan dan ketahanan psikologis ibu sebagai bagian dari isu kesehatan mental maternal. Kedua, belum ditemukan kajian komparatif yang secara khusus

mempertemukan perspektif Muhammad Mutawalli al-Sya'rawi dan Bint al-Syathi' dalam membaca pengalaman kehamilan dan persalinan perempuan melalui pendekatan psikologis. Padahal, perbedaan latar belakang intelektual, metodologi tafsir, dan posisi gender keduanya berpotensi menghasilkan konstruksi makna yang berbeda terhadap pengalaman keibuan dalam Al-Qur'an.

Atas dasar itu, penelitian ini menawarkan kebaruan (novelty) berupa pembacaan psikologi tafsir terhadap ayat-ayat kehamilan melalui studi komparatif antara al-Sya'rawi dan Bint al-Syathi'. Berbeda dari penelitian sebelumnya yang lebih menekankan aspek metodologis atau normatif, penelitian ini memfokuskan analisis pada representasi kecemasan dan ketahanan psikologis ibu dalam penafsiran kedua tokoh. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya memperkaya kajian tafsir tematik mengenai perempuan dan kehamilan, tetapi juga berkontribusi terhadap pengembangan psikologi Islam dan diskursus kesehatan mental maternal berbasis nilai-nilai Al-Qur'an.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis konstruksi makna kecemasan dan ketahanan psikologis ibu dalam penafsiran QS. Maryam [19]: 22–23, QS. Luqman [31]: 14, dan QS. Al-Ahqaf [46]: 15 menurut Muhammad Mutawalli al-Sya'rawi dan Bint al-Syathi', serta mengidentifikasi persamaan dan perbedaan perspektif keduanya dalam memahami pengalaman kehamilan dan persalinan perempuan.

B. PEMBAHASAN

Kecemasan dan Ketahanan Psikologis Ibu dalam Ayat-Ayat Kehamilan

Al-Qur'an menggambarkan kehamilan dan persalinan sebagai pengalaman yang sarat dengan perjuangan fisik dan psikologis. Dalam QS. Luqman [31]: 14 dan QS. Al-Ahqaf [46]: 15, Allah menggunakan ungkapan *wahn* 'ala *wahn* yang secara harfiah berarti "kelemahan di atas kelemahan". Ungkapan ini menunjukkan akumulasi beban yang dialami perempuan selama masa kehamilan, mulai dari perubahan fisik, kelelahan, hingga tekanan emosional yang menyertai proses tersebut. Menurut Ibn 'Ashur (1984), penggunaan frasa tersebut tidak hanya mengindikasikan kelemahan biologis, tetapi juga menggambarkan beratnya pengorbanan ibu yang berlangsung secara berkelanjutan hingga proses persalinan. Dengan

demikian, ayat tersebut mengandung pengakuan Al-Qur'an terhadap kompleksitas pengalaman keibuan yang melibatkan dimensi fisik sekaligus psikologis.

Dimensi psikologis kehamilan tampak lebih eksplisit dalam QS. Maryam [19]: 22–23 yang menggambarkan kondisi Maryam ketika menghadapi persalinan seorang diri. Ayat tersebut merekam ungkapan kesedihan dan keputusasaan Maryam, “alangkah baiknya aku mati sebelum ini dan menjadi sesuatu yang tidak berarti lagi.” Menurut Al-Razi (1990), pernyataan tersebut mencerminkan tekanan batin yang sangat berat akibat rasa takut, kecemasan, dan kekhawatiran terhadap respons sosial yang akan diterimanya. Dalam perspektif psikologi modern, kondisi tersebut dapat dipahami sebagai bentuk prenatal anxiety, yaitu kecemasan yang muncul akibat ketidakpastian, tekanan sosial, dan perubahan besar yang dialami perempuan selama masa kehamilan (Biaggi et al., 2016).

Kondisi yang dialami Maryam menunjukkan bahwa kecemasan bukanlah bentuk kelemahan iman, melainkan respons manusiawi terhadap situasi yang penuh tekanan dan ketidakpastian. Dalam kajian psikologi, kecemasan selama kehamilan merupakan fenomena yang umum terjadi akibat perubahan hormonal, tuntutan peran sosial, kekhawatiran terhadap kesehatan janin, serta ketidakpastian mengenai proses persalinan (Dunkel Schetter & Tanner, 2012). Namun demikian, tidak semua perempuan merespons tekanan tersebut dengan cara yang sama. Kemampuan untuk bertahan, beradaptasi, dan bangkit dari situasi sulit dikenal sebagai ketahanan psikologis (*psychological resilience*) (Connor & Davidson, 2003). Resiliensi memungkinkan individu mengelola emosi negatif secara konstruktif sehingga tekanan yang dialami tidak berkembang menjadi gangguan psikologis yang lebih serius.

Dalam perspektif Al-Qur'an, ketahanan psikologis tidak hanya bertumpu pada kapasitas personal, tetapi juga berkaitan erat dengan dimensi spiritual. Hal ini tampak dalam kelanjutan kisah Maryam ketika Allah memberikan pertolongan, penguatan, dan petunjuk kepadanya setelah mengalami puncak kesedihan dan kecemasan (QS. Maryam [19]: 24–26). Kehadiran dukungan ilahi tersebut menunjukkan bahwa setelah fase krisis terdapat proses pemulihan psikologis yang memungkinkan individu memperoleh kembali ketenangan dan harapan. Menurut Hamka (1984), ayat-

ayat tersebut menggambarkan bentuk kasih sayang Allah yang tidak membiarkan seseorang tenggelam dalam kesedihan berkepanjangan, melainkan memberikan jalan keluar yang menguatkan jiwa dan raga.

Temuan ini sejalan dengan berbagai penelitian kontemporer yang menunjukkan bahwa spiritualitas dan religiusitas memiliki hubungan positif dengan tingkat resiliensi serta kesejahteraan psikologis ibu hamil. Koenig (2012) menjelaskan bahwa keyakinan religius dapat berfungsi sebagai mekanisme koping yang membantu individu menemukan makna di balik penderitaan dan meningkatkan optimisme ketika menghadapi situasi sulit. Penelitian Mutmainnah et al. (2019) terhadap perempuan Muslim Indonesia juga menemukan bahwa praktik spiritual selama kehamilan, seperti doa, zikir, dan pembacaan Al-Qur'an, memberikan rasa tenang, aman, dan meningkatkan kemampuan menghadapi tantangan kehamilan. Dengan demikian, ayat-ayat kehamilan dalam Al-Qur'an tidak hanya merepresentasikan realitas penderitaan perempuan, tetapi juga menawarkan nilai-nilai spiritual yang dapat memperkuat ketahanan psikologis mereka.

Jika dikaitkan dengan teori resiliensi, kisah Maryam memperlihatkan proses transformasi dari kecemasan menuju ketangguhan. Pada awalnya Maryam mengalami tekanan psikologis yang sangat berat, tetapi kemudian mampu menghadapi realitas yang dihadapinya dengan penuh keyakinan dan kesabaran. Proses ini menunjukkan bahwa ketahanan psikologis dalam perspektif Al-Qur'an bukanlah ketiadaan rasa takut atau kecemasan, melainkan kemampuan untuk tetap bertahan dan melanjutkan kehidupan secara positif meskipun berada dalam situasi yang sulit. Oleh karena itu, kisah Maryam dapat dipahami sebagai model Qur'ani tentang resiliensi perempuan yang mengintegrasikan kekuatan psikologis, spiritualitas, dan kepercayaan kepada Allah sebagai sumber utama ketahanan diri.

Perspektif Asy-Sya'rawi: Spiritualitas sebagai Sumber Ketahanan Psikologis

Dalam Tafsir Asy-Sya'rawi, Muhammad Mutawalli Asy-Sya'rawi menafsirkan penderitaan ibu sebagai bagian dari sunnatullah yang mengandung hikmah spiritual. Menurutnya, beratnya proses kehamilan dan persalinan merupakan bentuk pengorbanan yang mengangkat derajat perempuan sebagai ibu sekaligus menunjukkan kebesaran Allah dalam

proses penciptaan manusia (Asy-Sya'rawi, 1997). Oleh karena itu, pengalaman penderitaan tidak dipahami sebagai beban semata, melainkan sebagai sarana pembentukan kesabaran, keikhlasan, dan kedekatan spiritual kepada Allah.

Penafsiran Asy-Sya'rawi menunjukkan bahwa ketahanan psikologis dibangun melalui internalisasi nilai-nilai spiritual. Kesabaran (*ṣabr*) diposisikan sebagai mekanisme utama dalam menghadapi kesulitan hidup. Perspektif ini sejalan dengan temuan penelitian psikologi Islam yang menunjukkan bahwa religiusitas dan spiritualitas berperan sebagai faktor protektif terhadap kecemasan dan stres pada ibu hamil (Koenig, 2012). Penelitian Edis (2024) juga menemukan bahwa kesejahteraan spiritual memiliki korelasi positif dengan tingkat resiliensi psikologis perempuan selama masa kehamilan. Dengan demikian, penafsiran Asy-Sya'rawi dapat dipahami sebagai representasi pendekatan spiritual-transendental yang menempatkan iman sebagai sumber utama kekuatan psikologis.

Pandangan Asy-Sya'rawi tersebut menunjukkan bahwa penderitaan dalam proses kehamilan tidak dipahami sebagai pengalaman yang bersifat destruktif, melainkan sebagai bagian dari proses pembentukan kepribadian spiritual. Dalam berbagai penafsirannya, Asy-Sya'rawi menekankan bahwa setiap ujian yang diberikan Allah mengandung tujuan pendidikan (*tarbiyah ilahiyyah*) untuk meningkatkan kualitas keimanan manusia (Asy-Sya'rawi, 1997). Oleh karena itu, rasa sakit, kelelahan, dan tekanan emosional yang dialami perempuan selama kehamilan dipandang sebagai sarana penyucian diri sekaligus penguatan hubungan antara hamba dan Tuhan. Perspektif ini menunjukkan bahwa makna penderitaan tidak berhenti pada aspek fisik, tetapi memiliki dimensi transendental yang dapat mengubah pengalaman negatif menjadi sumber pertumbuhan psikologis (*psychological growth*).

Dalam perspektif psikologi positif, kemampuan menemukan makna di balik pengalaman sulit merupakan salah satu karakteristik utama individu yang resilien. Connor dan Davidson (2003) menjelaskan bahwa individu dengan tingkat resiliensi tinggi cenderung mampu memandang kesulitan sebagai peluang untuk berkembang, bukan semata-mata sebagai ancaman. Pemaknaan spiritual yang ditawarkan Asy-Sya'rawi memiliki kesesuaian dengan konsep tersebut karena mengarahkan individu untuk melihat penderitaan sebagai bagian dari rencana ilahi yang mengandung hikmah.

Dengan demikian, keimanan tidak hanya berfungsi sebagai keyakinan teologis, tetapi juga sebagai sumber daya psikologis yang membantu perempuan mengelola kecemasan dan tekanan selama masa kehamilan.

Selain konsep kesabaran (*ṣabr*), penafsiran Asy-Sya'rawi juga memperlihatkan pentingnya sikap *tawakkal* sebagai bentuk ketahanan psikologis. Tawakkal tidak dimaknai sebagai sikap pasif terhadap kesulitan, melainkan usaha maksimal yang disertai penyerahan diri kepada Allah setelah segala ikhtiar dilakukan. Menurut Al-Ghazali (2004), tawakkal melahirkan ketenangan batin karena individu tidak lagi terjebak dalam kekhawatiran berlebihan terhadap hal-hal yang berada di luar kendalinya. Dalam konteks kehamilan, sikap ini dapat membantu ibu mengurangi kecemasan terkait proses persalinan, kondisi janin, maupun berbagai ketidakpastian yang menyertai masa kehamilan. Temuan ini diperkuat oleh penelitian Abdollahpour dan Khosravi (2018) yang menunjukkan bahwa spiritual coping dan keyakinan religius memiliki kontribusi signifikan terhadap penurunan tingkat kecemasan pada perempuan hamil.

Lebih jauh, pendekatan Asy-Sya'rawi memperlihatkan bahwa ketahanan psikologis perempuan tidak dibangun secara individualistik, melainkan melalui relasi yang kuat dengan Allah sebagai sumber kekuatan utama. Dalam kerangka ini, resiliensi tidak hanya dipahami sebagai kemampuan adaptasi psikologis, tetapi juga sebagai manifestasi keimanan yang tercermin dalam kesabaran, rasa syukur, optimisme, dan keyakinan terhadap pertolongan Allah. Konsep tersebut sejalan dengan teori psikologi Islam yang menempatkan dimensi spiritual sebagai fondasi kesehatan mental dan kesejahteraan psikologis manusia (Rothman & Coyle, 2018). Oleh karena itu, tafsir Asy-Sya'rawi terhadap ayat-ayat kehamilan menawarkan model ketahanan psikologis yang bercorak spiritual-transendental, yaitu kemampuan menghadapi penderitaan melalui integrasi antara kekuatan psikologis dan kedekatan kepada Allah.

Jika ditinjau secara lebih luas, pendekatan Asy-Sya'rawi menunjukkan bahwa pengalaman kehamilan dalam Al-Qur'an tidak hanya mengandung pesan biologis dan sosial, tetapi juga pendidikan spiritual bagi perempuan. Penderitaan yang dialami ibu dipandang sebagai pengalaman eksistensial yang memiliki nilai ibadah dan makna transenden. Dengan demikian, penafsirannya memberikan kontribusi penting bagi pengembangan konsep

kesehatan mental maternal berbasis nilai-nilai Islam, khususnya dalam membangun ketahanan psikologis perempuan melalui penguatan iman, kesabaran, dan tawakkal.

Perspektif Bint al-Syathi': Pengalaman Emosional dan Humanisasi Tafsir

Berbeda dengan Asy-Sya'rawi, Bint al-Syathi' dalam Tafsir al-Bayani li al-Qur'an al-Karim lebih menonjolkan aspek kemanusiaan yang terkandung dalam narasi Al-Qur'an. Dalam menafsirkan QS. Maryam [19]: 22–23, ia memberikan perhatian khusus pada pengalaman emosional Maryam sebagai seorang perempuan yang menghadapi kehamilan dalam situasi yang tidak biasa. Bint al-Syathi' melihat bahwa kesedihan Maryam tidak semata-mata disebabkan oleh rasa sakit fisik saat melahirkan, tetapi juga oleh tekanan sosial, rasa kesepian, dan kecemasan terhadap penilaian masyarakat (Bint al-Syathi', 1968).

Pendekatan ini menunjukkan sensitivitas gender yang lebih kuat dibandingkan sebagian besar tafsir konvensional. Menurut Boullata (1974), corak tafsir Bint al-Syathi' berupaya mengembalikan dimensi kemanusiaan Al-Qur'an melalui pembacaan yang memperhatikan pengalaman hidup manusia sebagai konteks pemaknaan teks. Dalam konteks penelitian ini, pendekatan tersebut memungkinkan pembacaan ayat-ayat kehamilan sebagai representasi pengalaman psikologis perempuan, bukan sekadar sumber norma dan hukum.

Perspektif Bint al-Syathi' juga memiliki relevansi dengan konsep psychological resilience dalam psikologi kontemporer. Resiliensi dipahami sebagai kemampuan individu untuk bertahan, beradaptasi, dan bangkit kembali ketika menghadapi tekanan atau kesulitan (Connor & Davidson, 2003). Meskipun Maryam mengalami kecemasan dan tekanan sosial yang berat, ia tetap mampu menjalani proses persalinan dan menerima tugas besar sebagai ibu Nabi Isa. Dengan demikian, kisah Maryam dapat dipahami sebagai representasi ketahanan psikologis perempuan yang lahir dari perpaduan antara kekuatan personal dan dukungan spiritual.

Penekanan Bint al-Syathi' terhadap pengalaman emosional Maryam tidak dapat dilepaskan dari karakteristik metodologi tafsirnya yang berorientasi pada pendekatan sastra (*al-tafsir al-adabi*). Melalui pendekatan ini, ia berupaya menangkap nuansa makna yang terkandung dalam struktur

bahasa, pilihan diksi, dan alur naratif Al-Qur'an tanpa terjebak pada pembacaan normatif yang semata-mata berorientasi pada hukum. Dalam kisah Maryam, perhatian Bint al-Syathi' tertuju pada bagaimana Al-Qur'an menggambarkan pergulatan batin seorang perempuan yang menghadapi situasi luar biasa dan penuh tekanan. Menurut Naguib (2015), pendekatan tersebut menunjukkan upaya Bint al-Syathi' untuk menempatkan manusia sebagai subjek aktif dalam narasi Al-Qur'an sehingga pengalaman psikologis tokoh-tokoh Al-Qur'an menjadi bagian penting dalam proses penafsiran.

Lebih jauh, pembacaan Bint al-Syathi' dapat dipahami sebagai bentuk humanisasi tafsir yang memberikan ruang bagi suara dan pengalaman perempuan yang selama ini kurang mendapat perhatian dalam tradisi tafsir klasik. Sebagian besar mufasir terdahulu lebih menekankan aspek mukjizat kelahiran Nabi Isa dan pembelaan Allah terhadap kesucian Maryam, sedangkan Bint al-Syathi' mengarahkan perhatian pada pengalaman eksistensial Maryam sebagai seorang perempuan yang mengalami ketakutan, kesepian, dan beban sosial yang berat. Pendekatan ini sejalan dengan perkembangan studi gender dalam kajian Islam yang menekankan pentingnya membaca teks keagamaan dengan mempertimbangkan pengalaman hidup perempuan sebagai bagian dari realitas yang ingin direspons oleh wahyu (Barlas, 2002). Dengan demikian, kisah Maryam tidak hanya dipahami sebagai peristiwa sejarah keagamaan, tetapi juga sebagai refleksi universal mengenai perjuangan perempuan menghadapi stigma, tekanan sosial, dan ketidakpastian hidup.

Dalam perspektif psikologi kontemporer, pengalaman yang dialami Maryam dapat dikategorikan sebagai kondisi yang berpotensi menimbulkan *social anxiety* dan *psychological distress* akibat tekanan lingkungan sosial. Namun, yang menarik adalah bahwa Al-Qur'an tidak menggambarkan Maryam sebagai sosok yang larut dalam penderitaan. Setelah mencapai titik terendah secara emosional, Maryam justru menunjukkan kemampuan untuk bangkit, menerima realitas yang dihadapinya, dan menjalankan amanah besar yang diberikan Allah. Fenomena ini sejalan dengan konsep *post-traumatic growth* yang dikemukakan oleh Tedeschi dan Calhoun (2004), yaitu perubahan positif yang muncul setelah seseorang berhasil menghadapi pengalaman yang sangat menekan secara psikologis. Dalam konteks ini, pengalaman Maryam tidak hanya menunjukkan adanya resiliensi, tetapi juga

transformasi diri yang menghasilkan kekuatan psikologis baru setelah melewati fase krisis.

Selain itu, penafsiran Bint al-Syathi' menunjukkan bahwa ketahanan psikologis perempuan tidak hanya dibentuk oleh faktor spiritual, tetapi juga oleh kemampuan individu dalam memaknai pengalaman hidupnya. Menurut Viktor Frankl (1985), pencarian makna merupakan salah satu sumber utama daya tahan manusia dalam menghadapi penderitaan. Pembacaan Bint al-Syathi' terhadap kisah Maryam memperlihatkan bahwa makna tersebut lahir melalui penerimaan terhadap takdir, kesadaran akan tanggung jawab yang diemban, serta keyakinan bahwa setiap ujian memiliki tujuan yang lebih besar. Oleh karena itu, resiliensi dalam perspektif Bint al-Syathi' tidak semata-mata bersumber dari aspek religius, tetapi juga dari kapasitas personal perempuan untuk mengelola emosi, memahami situasi yang dihadapi, dan membangun makna atas pengalaman hidupnya.

Kontribusi penting dari tafsir Bint al-Syathi' terletak pada kemampuannya menjembatani antara teks Al-Qur'an dan realitas psikologis perempuan kontemporer. Melalui pendekatan yang humanis, ia menunjukkan bahwa pengalaman kecemasan, kesedihan, dan kesepian yang dialami perempuan bukanlah sesuatu yang asing dalam narasi Al-Qur'an. Sebaliknya, pengalaman tersebut diakui sebagai bagian dari realitas kemanusiaan yang dapat menjadi sarana pertumbuhan dan penguatan diri. Dengan demikian, tafsir Bint al-Syathi' memberikan landasan konseptual yang relevan bagi pengembangan kajian psikologi Islam dan kesehatan mental maternal, khususnya dalam memahami bagaimana perempuan Muslim dapat membangun ketahanan psikologis melalui integrasi antara pengalaman personal, makna hidup, dan nilai-nilai spiritual yang diajarkan Al-Qur'an.

Komparasi Penafsiran dan Relevansinya terhadap Kesehatan Mental Maternal

Perbandingan kedua mufasir menunjukkan adanya perbedaan titik tekan dalam memahami pengalaman kehamilan. Asy-Sya'rawi lebih menekankan dimensi spiritual, moral, dan teologis dengan menjadikan kesabaran sebagai inti ketahanan psikologis. Sebaliknya, Bint al-Syathi' lebih menyoroti pengalaman emosional perempuan, termasuk kecemasan,

keseharian, dan tekanan sosial yang menyertai kehamilan dan persalinan. Meskipun berbeda, kedua perspektif tersebut sesungguhnya saling melengkapi dalam memahami pengalaman keibuan secara utuh.

Temuan ini sejalan dengan penelitian Mutmainnah et al. (2019) yang menunjukkan bahwa spiritualitas berfungsi sebagai sumber makna dan kekuatan psikologis bagi perempuan Muslim selama kehamilan dan persalinan. Penelitian Khalil et al. (2024) juga menemukan bahwa tingkat resiliensi yang tinggi berkorelasi dengan rendahnya kecemasan dan depresi pada perempuan hamil. Oleh karena itu, kisah Maryam dan ayat-ayat kehamilan dalam Al-Qur'an tidak hanya memiliki nilai teologis, tetapi juga relevan sebagai sumber inspirasi dalam pengembangan pendekatan kesehatan mental maternal berbasis nilai-nilai Islam.

Berdasarkan analisis tersebut, dapat disimpulkan bahwa Asy-Sya'rawi dan Bint al-Syathi' menawarkan dua pendekatan yang saling melengkapi dalam memahami pengalaman kehamilan. Asy-Sya'rawi menekankan dimensi spiritual sebagai fondasi ketahanan psikologis, sedangkan Bint al-Syathi' menyoroti realitas emosional perempuan sebagai bagian penting dari pengalaman keibuan. Integrasi kedua perspektif ini memperkaya pemahaman tentang kecemasan dan ketahanan psikologis ibu dalam Al-Qur'an sekaligus membuka ruang dialog antara studi tafsir dan psikologi Islam kontemporer.

Komparasi Penafsiran dan Relevansinya terhadap Kesehatan Mental Maternal

1. Analisis Komparatif Pendekatan Tafsir

Perbandingan antara penafsiran Asy-Sya'rawi dan Bint al-Syathi' memperlihatkan bahwa keduanya berangkat dari paradigma hermeneutik yang berbeda dalam memahami ayat-ayat kehamilan, khususnya kisah Maryam dalam QS. Maryam ayat 22–26. Asy-Sya'rawi menafsirkan pengalaman kehamilan sebagai bagian dari sunnatullah yang mengandung hikmah pendidikan spiritual. Menurutnya, setiap ujian yang dialami manusia, termasuk rasa sakit, kecemasan, dan kesulitan selama kehamilan, merupakan mekanisme ilahi untuk meningkatkan kualitas keimanan seseorang. Oleh sebab itu, kecemasan tidak dipandang sebagai kondisi psikologis yang harus dihindari sepenuhnya, melainkan sebagai bagian dari

proses penyempurnaan spiritual apabila disertai kesabaran (ṣabr), tawakal (tawakkul), dan keyakinan kepada pertolongan Allah.

Pendekatan tersebut menunjukkan karakteristik tafsir tarbawi yang menempatkan pengalaman manusia sebagai media pendidikan ruhani. Dalam perspektif ini, ayat-ayat kehamilan tidak hanya menjelaskan sejarah Maryam, tetapi juga menjadi pedoman normatif bagi perempuan Muslim dalam menghadapi tekanan psikologis selama masa kehamilan. Asy-Sya'rawi berulang kali menegaskan bahwa pertolongan Allah datang setelah manusia mencapai batas maksimal ikhtiarnya. Hal ini tercermin ketika Maryam diperintahkan menggoyangkan batang pohon kurma meskipun secara logika tindakan tersebut tampak tidak mungkin menghasilkan buah bagi perempuan yang sedang mengalami kontraksi persalinan. Simbol ini mengajarkan bahwa usaha manusia harus berjalan beriringan dengan kepercayaan terhadap intervensi ilahi. Sebaliknya, Bint al-Syathi' menghadirkan pembacaan yang lebih humanistik. Ia memusatkan perhatian pada sisi emosional tokoh Maryam sebagai perempuan yang menghadapi kehamilan tanpa dukungan sosial. Menurutnya, ungkapan Maryam yang berharap "sekiranya aku mati sebelum ini" merupakan representasi kecemasan eksistensial yang sangat manusiawi. Pernyataan tersebut tidak dapat dipahami sebagai bentuk kelemahan iman, tetapi sebagai respons psikologis terhadap tekanan sosial, stigma masyarakat, rasa takut, kesepian, dan ketidakpastian masa depan.

Pendekatan ini menunjukkan bahwa Al-Qur'an tidak meniadakan emosi negatif manusia. Justru Al-Qur'an mengakui keberadaan kecemasan sebagai bagian alami dari kehidupan. Dengan demikian, kisah Maryam dapat dipandang sebagai bentuk validasi terhadap pengalaman emosional perempuan yang sering kali diabaikan dalam pembacaan tafsir klasik yang lebih berorientasi pada aspek hukum atau akidah. Perbedaan orientasi tersebut sesungguhnya menunjukkan dua paradigma yang saling melengkapi. Asy-Sya'rawi menekankan bagaimana seseorang mengelola kecemasan melalui penguatan hubungan vertikal dengan Allah, sedangkan Bint al-Syathi' menjelaskan bagaimana kecemasan muncul sebagai konsekuensi dari pengalaman sosial dan biologis perempuan. Integrasi keduanya memberikan gambaran yang lebih utuh mengenai kesehatan mental maternal dalam perspektif Islam.

Tabel 1. Komparasi Penafsiran Asy-Sya'rawi dan Bint al-Syathi'

Aspek	Asy-Sya'rawi	Bint al-Syathi'	Implikasi Psikologi Maternal
Fokus Penafsiran	Spiritualitas dan hikmah ilahi	Pengalaman emosional perempuan	Pendekatan holistik
Makna Kecemasan	Ujian keimanan	Respons psikologis yang wajar	Normalisasi kecemasan
Ketahanan Psikologis	Sabar, tawakal, dzikir	Pengakuan terhadap emosi dan pengalaman perempuan	Resiliensi spiritual dan emosional
Faktor Penyebab Distres	Ujian Allah	Tekanan sosial, stigma, kesendirian	Faktor internal dan eksternal
Solusi	Mendekatkan diri kepada Allah	Validasi pengalaman perempuan dan dukungan sosial	Integrasi spiritual dan psikososial
Nilai Utama	Kesabaran	Empati	Kesehatan mental maternal Islami

2. Integrasi dengan Psikologi Kontemporer

Temuan kedua mufasir tersebut memiliki relevansi yang kuat dengan perkembangan psikologi maternal modern. Dalam kajian psikologi kesehatan, kecemasan selama kehamilan dipahami sebagai kondisi multidimensional yang dipengaruhi oleh faktor biologis, hormonal, sosial, ekonomi, dan spiritual. Penelitian terbaru menunjukkan bahwa perempuan hamil yang memiliki tingkat spiritual well-being yang tinggi cenderung memiliki resiliensi psikologis yang lebih baik, sehingga mampu mengurangi risiko depresi prenatal maupun postpartum.

Di sisi lain, teori resiliensi menjelaskan bahwa ketahanan psikologis tidak berarti ketiadaan kecemasan. Resiliensi justru berkembang melalui kemampuan individu dalam mengelola tekanan hidup secara adaptif. Pandangan ini sangat selaras dengan kisah Maryam. Maryam mengalami

kecemasan yang sangat berat, namun akhirnya mampu bangkit karena memperoleh dukungan spiritual melalui wahyu Allah. Dalam konteks psikologi positif, pengalaman Maryam dapat dipahami sebagai proses meaning making. Individu yang mampu menemukan makna di balik penderitaan akan memiliki kemampuan adaptasi yang lebih baik terhadap stres. Aspek inilah yang banyak ditekankan oleh Asy-Sya'rawi melalui konsep kesabaran, sedangkan Bint al-Syathi' menunjukkan bahwa proses menemukan makna tersebut harus diawali dengan pengakuan terhadap realitas emosi yang sedang dialami seseorang.

3. Hubungan Penafsiran dengan Konsep Resiliensi

Jika dibandingkan dengan teori resiliensi dari Ann Masten maupun Michael Rutter, kedua mufasir sebenarnya menawarkan unsur-unsur pembentuk ketahanan psikologis yang sangat relevan.

Pertama, terdapat faktor protektif internal berupa keimanan kepada Allah. Dalam psikologi modern, keyakinan religius termasuk protective factor yang mampu mengurangi dampak stres kronis. Kepercayaan bahwa Allah selalu memberikan jalan keluar akan meningkatkan optimisme dan harapan (hope), dua komponen penting dalam resiliensi.

Kedua, terdapat faktor regulasi emosi. Bint al-Syathi' tidak menolak keberadaan emosi negatif, tetapi memperlihatkan bahwa emosi tersebut merupakan bagian dari proses adaptasi manusia. Pendekatan ini sejalan dengan konsep emotion regulation yang berkembang dalam psikologi klinis, yaitu kemampuan mengenali, menerima, dan mengelola emosi secara sehat.

Ketiga, adanya dukungan sosial dan spiritual. Meskipun Maryam tampak sendirian, Al-Qur'an menunjukkan bahwa Allah menghadirkan dukungan melalui malaikat, makanan, dan petunjuk ilahi. Simbol tersebut menunjukkan bahwa perempuan yang sedang menghadapi tekanan psikologis memerlukan sistem pendukung yang memadai.

Tabel 2. Integrasi Tafsir dan Psikologi Maternal Modern

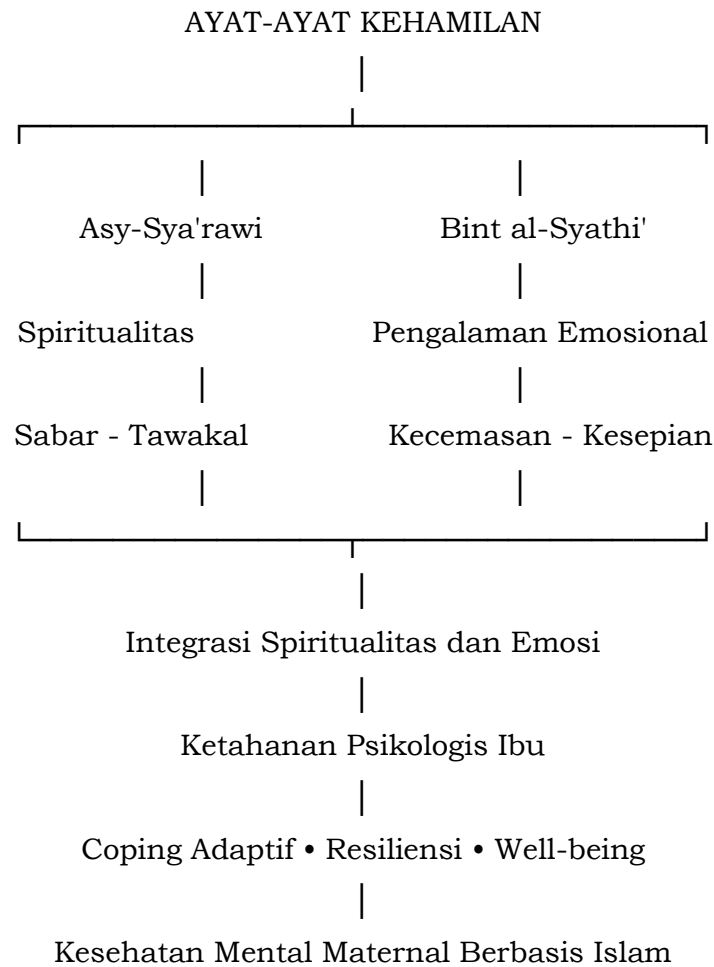
Konsep Psikologi	Asy-Sya'rawi	Bint al-Syathi'	Integrasi
Resiliensi	Kesabaran	Adaptasi emosional	Ketahanan spiritual-emosional

Konsep Psikologi	Asy-Sya'rawi	Bint al-Syathi'	Integrasi
Coping Stress	Tawakal	Penerimaan emosi	Coping religius positif
Emotional Regulation	Dzikir	Validasi emosi	Regulasi emosi Islami
Meaning Making	Hikmah ujian	Makna pengalaman perempuan	Spiritualitas sebagai sumber makna
Psychological Well-being	Kedekatan dengan Allah	Kesejahteraan emosional	Kesehatan mental holistik

4. Relevansi terhadap Pelayanan Kesehatan Maternal

Kajian tafsir ini juga memiliki implikasi praktis terhadap pelayanan kesehatan ibu. Pendekatan medis modern sering kali lebih berfokus pada aspek fisiologis kehamilan, sementara dimensi spiritual dan psikologis belum memperoleh perhatian yang seimbang. Padahal berbagai penelitian menunjukkan bahwa kecemasan prenatal berhubungan dengan meningkatnya risiko kelahiran prematur, berat badan lahir rendah, gangguan bonding ibu-anak, serta depresi pascapersalinan.

Melalui perspektif Asy-Sya'rawi, tenaga kesehatan dapat mengembangkan pendekatan spiritual care yang membantu ibu memperkuat hubungan dengan Allah melalui doa, dzikir, tilawah Al-Qur'an, dan refleksi religius. Sebaliknya, pendekatan Bint al-Syathi' mengingatkan pentingnya komunikasi empatik yang mengakui pengalaman emosional perempuan tanpa memberikan stigma bahwa kecemasan merupakan tanda lemahnya iman. Integrasi kedua pendekatan tersebut menghasilkan model pelayanan maternal yang lebih komprehensif, yakni pelayanan yang menggabungkan aspek bio-psiko-sosio-spiritual. Model ini sejalan dengan paradigma kesehatan WHO yang menempatkan kesehatan mental sebagai bagian integral dari kesehatan ibu.

Bagan Konseptual Integrasi Tafsir dan Psikologi Maternal

Dari keseluruhan analisis dapat dipahami bahwa kedua mufasir tidak berada dalam posisi yang saling bertentangan, melainkan menawarkan perspektif yang berbeda terhadap fenomena yang sama. Asy-Sya'rawi menjelaskan bagaimana seorang mukmin membangun kekuatan spiritual dalam menghadapi ujian kehamilan, sedangkan Bint al-Syathi' menjelaskan bagaimana perempuan mengalami dan memaknai dinamika emosionalnya. Sintesis kedua pendekatan tersebut menghasilkan kerangka konseptual yang lebih komprehensif bagi kajian kesehatan mental maternal dalam perspektif Islam. Kecemasan tidak lagi dipahami semata-mata sebagai gangguan psikologis yang harus dihilangkan, tetapi sebagai pengalaman manusiawi yang dapat menjadi pintu menuju pertumbuhan psikologis (post-traumatic growth) ketika diolah melalui keimanan, dukungan sosial, dan penerimaan emosional. Dengan demikian, ayat-ayat kehamilan dalam Al-Qur'an tidak hanya mengandung pesan teologis, tetapi juga memberikan dasar konseptual

bagi pengembangan intervensi kesehatan mental maternal yang memadukan nilai-nilai spiritual Islam dengan temuan psikologi kontemporer.

C. SIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa ayat-ayat Al-Qur'an tentang kehamilan dan persalinan tidak hanya menggambarkan penderitaan fisik ibu, tetapi juga merepresentasikan pengalaman psikologis yang kompleks, seperti kecemasan, kesepian, ketakutan, dan kemampuan bertahan dalam menghadapi tekanan hidup. Melalui kajian terhadap QS. Luqman [31]: 14, QS. Al-Ahqaf [46]: 15, dan QS. Maryam [19]: 22–23, ditemukan bahwa Al-Qur'an memberikan pengakuan terhadap realitas emosional perempuan sekaligus menawarkan nilai-nilai yang dapat memperkuat ketahanan psikologis mereka.

Hasil analisis komparatif menunjukkan bahwa Muhammad Mutawalli Asy-Sya'rawi dan Bint al-Syathi' memiliki titik tekan yang berbeda dalam menafsirkan ayat-ayat kehamilan. Asy-Sya'rawi memandang penderitaan ibu sebagai bagian dari sunnatullah yang mengandung hikmah spiritual, sehingga kesabaran (ṣabr), tawakkal, dan kedekatan kepada Allah menjadi fondasi utama ketahanan psikologis perempuan. Sebaliknya, Bint al-Syathi' lebih menyoroti dimensi kemanusiaan dan pengalaman emosional perempuan dengan menempatkan kisah Maryam sebagai representasi kecemasan, kesepian, tekanan sosial, sekaligus ketangguhan seorang perempuan dalam menghadapi situasi yang sulit. Perbedaan tersebut menunjukkan bahwa Asy-Sya'rawi cenderung menggunakan pendekatan spiritual-transendental, sedangkan Bint al-Syathi' menghadirkan pendekatan humanistik-psikologis yang lebih sensitif terhadap pengalaman perempuan.

Penelitian ini menyimpulkan bahwa kedua perspektif tersebut bersifat komplementer dalam memahami pengalaman keibuan dalam Al-Qur'an. Spiritualitas yang ditekankan Asy-Sya'rawi memberikan sumber makna dan kekuatan batin, sementara pendekatan humanistik Bint al-Syathi' memperlihatkan pentingnya pengakuan terhadap pengalaman emosional perempuan sebagai bagian dari realitas kemanusiaan. Integrasi kedua perspektif tersebut memperkaya kajian tafsir Al-Qur'an sekaligus menunjukkan relevansi nilai-nilai Qur'ani dalam membangun ketahanan psikologis ibu di tengah berbagai tantangan kehamilan dan persalinan.

Dengan demikian, penelitian ini berkontribusi pada pengembangan studi tafsir berbasis psikologi, psikologi Islam, dan kesehatan mental maternal, serta membuka peluang bagi penelitian lanjutan yang mengintegrasikan pendekatan tafsir dengan kajian psikologi empiris mengenai kesejahteraan perempuan Muslim.

DAFTAR BACAAN

- Abdollahpour, S., & Khosravi, A. (2018). The relationship between spiritual intelligence and pregnancy anxiety in pregnant women. *Journal of Education and Health Promotion*, 7(1).
- Al-Ghazali. (2004). *Ihya' 'Ulum al-Din*. Beirut: Dar al-Kutub al-Ilmiyyah.
- Al-Razi, F. al-D. (1990). *Mafatih al-Ghayb*. Beirut: Dar al-Fikr.
- Asy-Sya'rawi, M. M. (1991). *Tafsir Asy-Sya'rawi*. Kairo: Akhbar al-Yaum.
- Barlas, A. (2002). *Believing Women in Islam: Unreading Patriarchal Interpretations of the Qur'an*. Austin: University of Texas Press.
- Biaggi, A., Conroy, S., Pawlby, S., & Pariante, C. M. (2016). Identifying the women at risk of antenatal anxiety and depression. *Journal of Affective Disorders*, 191, 62–77.
- Bint al-Shati'. (1996). *Al-Tafsir al-Bayani li al-Qur'an al-Karim*. Kairo: Dar al-Ma'arif.
- Boullata, I. J. (1974). Modern Qur'anic exegesis: A study of Bint al-Shati's method. *The Muslim World*, 64(2), 103–113.
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. T. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18(2), 76–82.
- Dunkel Schetter, C., & Tanner, L. (2012). Anxiety, depression and stress in pregnancy: Implications for mothers, children, research, and practice. *Current Opinion in Psychiatry*, 25(2), 141–148.
- Fatmawati, A. (2022). The effectiveness of murrotal Al-Quran in third trimester pregnant women experiencing maternal mental disorder. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 10.
- Frankl, V. E. (1985). *Man's Search for Meaning*. New York: Washington Square Press.
- Hamka. (1984). *Tafsir al-Azhar*. Jakarta: Pustaka Panjimas.
- Ibn 'Ashur, M. al-T. (1984). *Al-Tahrir wa al-Tanwir*. Tunis: Dar al-Tunisiyyah.

- Koenig, H. G. (2012). Religion, spirituality, and health: The research and clinical implications. *ISRN Psychiatry*, 2012, 1–33.
- Ma, R., et al. (2021). Resilience mediates the effect of self-efficacy on symptoms of prenatal anxiety among pregnant women. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 21(1).
- Mutmainnah, M., Afiyanti, Y., & Ulfah, M. (2019). The experiences of spirituality during pregnancy and childbirth in Indonesian Muslim women. *Makara Journal of Health Research*.
- Naguib, S. (2015). Bint al-Shati's approach to tafsir: An Egyptian exegete's journey from hermeneutics to humanity. *Journal of Qur'anic Studies*.
- Rothman, A., & Coyle, A. (2018). Toward a framework for Islamic psychology and psychotherapy: An Islamic model of the soul. *Journal of Religion and Health*, 57(5), 1731–1744.
- Shihab, M. Q. (2002). *Tafsir Al-Misbah*. Jakarta: Lentera Hati.
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (2004). Posttraumatic growth: Conceptual foundations and empirical evidence. *Psychological Inquiry*, 15 (1), 1–18.