

**PENAFSIRAN QS. AN-NISA:29 DALAM TAFSIR AL-BAHR AL-MUHITH:
LARANGAN BUNUH DIRI DAN RELEVANSINYA TERHADAP KRISIS
KESEHATAN MENTAL DI KALANGAN GENERASI MUDA**

Nurul Wulan Giar Fitria¹, Sofia Hani², Lukmanul Hakim³

UIN Sultan Syarif Kasim Riau

*Email: nurulwulangi@gmail.com¹, sofiahani21@gmail.com², man89th@gmail.com³

Abstract

The escalating mental health crisis, particularly among the younger generation, has raised serious concerns across various sectors. Suicide has become the culmination of accumulated emotional pressures left unaddressed. From an Islamic perspective, suicide is strictly prohibited, as stated in Surah An-Nisa' [4]: 29. This article aims to examine the interpretation of this verse through linguistic and theological approaches in Tafsir al-Bahr al-Muhit by Abu Hayyan al-Andalusi, and to explore its relevance in addressing contemporary mental health issues. The findings reveal that Abu Hayyan interprets the prohibition of suicide not merely as an individual act, but also as a matter concerning the collective soul (nafs wahidah) of the Muslim community, linking it to psychological and moral contexts in a profound manner. Using linguistic (lughawi) and analytical (tahlili) approaches, this study demonstrates that classical tafsir heritage can offer significant contributions in addressing mental health crises through contextually grounded Islamic values. The research recommends integrating Qur'anic values with Islamic psychological approaches as a comprehensive solution to the issue of suicide in the modern era.

Keywords : Tafsir al-Bahr al-Muhit, suicide, Surah An-Nisa: 29, mental health

Abstrak

Krisis kesehatan mental yang semakin meningkat, khususnya di kalangan generasi muda, menimbulkan keprihatinan serius di berbagai kalangan. Fenomena bunuh diri menjadi puncak dari akumulasi tekanan emosional yang tidak tertangani. Dalam perspektif Islam, bunuh diri merupakan tindakan yang dilarang keras sebagaimana tercantum dalam QS. An-Nisa': 29. Artikel ini bertujuan untuk mengkaji penafsiran ayat tersebut melalui pendekatan linguistik dan teologis dalam Tafsir al-Bahr al-Muhit karya Abu Hayyan al-Andalusi, serta menggali relevansinya dalam menjawab problematika kesehatan mental kontemporer. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Abu Hayyan menafsirkan larangan bunuh diri tidak hanya sebagai tindakan individu, tetapi juga menyangkut kolektivitas umat Islam sebagai satu kesatuan jiwa (nafs wahidah), serta mengaitkannya dengan konteks psikologis dan moral secara mendalam. Dengan pendekatan tafsir yang lughawi dan tahlili, studi ini menunjukkan bahwa warisan tafsir klasik dapat memberikan kontribusi penting dalam menangani krisis mental dengan nilai-nilai keislaman yang kontekstual. Penelitian ini merekomendasikan integrasi antara nilai-nilai Al-Qur'an dan pendekatan psikologi Islam sebagai solusi komprehensif terhadap isu bunuh diri di era modern.

Kata kunci : Tafsir al-Bahr al-Muhit, bunuh diri, QS. An-Nisa': 29, kesehatan mental.

PENDAHULUAN

Fenomena bunuh diri di Indonesia menunjukkan tren yang mengkhawatirkan. Berdasarkan data dari Pusat Informasi Kriminal Nasional (Pusiknas) Bareskrim Polri, terdapat 1.105 kasus bunuh diri pada tahun 2024, meningkat drastis dari 640 kasus pada tahun 2020.¹ Provinsi Bali bahkan mencatat angka tertinggi secara nasional, dengan tingkat 3,07 kasus per 100.000 penduduk, menunjukkan urgensi penanganan kesehatan mental yang lebih serius.²

Selain faktor ekonomi dan sosial, pengaruh media sosial turut memperparah kondisi psikologis individu, terutama remaja. Kasus “sextortion” (pemerasan seksual secara daring) telah menelan korban jiwa, di mana beberapa remaja memilih bunuh diri setelah diancam penyebaran konten intim mereka.³ Forum-forum daring yang bersifat pro-bunuh diri juga turut menjadi ruang yang memperkuat niat individu untuk mengakhiri hidup. Salah satu kasus tragis adalah seorang remaja yang ditemukan meninggal setelah berinteraksi dalam komunitas digital yang mendorong tindakan bunuh diri.⁴

Krisis kesehatan mental semakin menjadi sorotan global, terutama di kalangan generasi muda yang menghadapi tekanan hidup, ekspektasi sosial, serta kehilangan arah dan makna hidup. Salah satu dampak ekstrem dari tekanan tersebut adalah tindakan bunuh diri. Dalam perspektif psikologi, bunuh diri dipahami sebagai titik puncak dari tekanan emosional yang tidak tertangani, serta ketidakmampuan individu untuk mengelola stres dan trauma yang dialaminya.⁵ Kondisi ini menunjukkan adanya kebutuhan untuk pendekatan komprehensif dalam memahami dan menangani isu kesehatan mental, termasuk melalui perspektif keagamaan.

Dalam Islam, kehidupan manusia adalah amanah dari Allah Swt yang tidak boleh disia-siakan. Bunuh diri bukan hanya dilarang, tetapi juga dianggap sebagai bentuk pelanggaran

¹ “Negara Abai: Tekanan Ekonomi dan Kesenjangan Sosial Picu Lonjakan Angka Bunuh Diri,” *Suara.com*, 25 Februari 2025, <https://liks.suara.com/read/2025/02/25/155604/negara-abai-tekanan-ekonomi-dan-kesenjangan-sosial-picu-lonjakan-angka-bunuh-diri>

² “Bali’s Hidden Crisis: Paradise Island Records Highest Suicide Rate in Indonesia,” *Jakarta Globe*, 18 Januari 2025, <https://jakartaglobe.id/news/balis-hidden-crisis-paradise-island-records-highest-suicide-rate-in-indonesia>

³ Harry Cole, “Sick Sextortion Call Centers Target Kids,” *The Scottish Sun*, 2024, <https://www.thescottishsun.co.uk/news/14852917/sick-sextortion-call-centers-target-kids>

⁴ Alexandra Topping, “My Sister Was Found Dead. Then I Discovered Her Search History and the Online World That Had Gripped Her,” *The Guardian*, 28 Mei 2025, <https://www.theguardian.com/technology/2025/may/28/my-sister-was-found-dead-then-i-discovered-her-search-history-and-the-online-world-that-had-gripped-her>

⁵ Riska Andriani, “Faktor Psikologis yang Mempengaruhi Tindakan Bunuh Diri pada Remaja,” *Jurnal Psikologi UIN Raden Intan Lampung* 5, no. 2 (2021), hlm. 123.

terhadap hak Allah Swt atas kehidupan hamba-Nya.⁶ Al-Qur'an secara tegas menyatakan larangan ini dalam QS. An-Nisa': 29: "*Janganlah kamu membunuh dirimu, sesungguhnya Allah adalah Maha Penyayang kepadamu.*" Ayat ini menjadi salah satu rujukan utama dalam menjelaskan kedudukan larangan bunuh diri dalam Islam. Namun, penafsiran terhadap ayat ini masih perlu dikaji lebih dalam dengan merujuk pada kitab-kitab tafsir klasik yang memiliki pendekatan bahasa dan metodologi yang kuat, seperti *Tafsir al-Bahr al-Muhit* karya Abu Hayyan al-Andalusi.

Beberapa penelitian terdahulu telah membahas larangan bunuh diri dari perspektif Islam. Misalnya, skripsi oleh Muhammad Dakhilullah menyoroati konsep larangan bunuh diri dan solusi menghadapinya dalam perspektif Al-Qur'an sebagai perlindungan terhadap jiwa (*hifz al-nafs*).⁷ Sementara itu, studi oleh Rizki Annistia, Rin Widya Agustin, dan Arif Tri Setyanto lebih menekankan pada faktor-faktor sosial dan spiritual yang menyebabkan tindakan bunuh diri dalam komunitas muslim.⁸ Meski demikian, kajian-kajian tersebut belum banyak yang secara khusus menyoroati penafsiran QS. An-Nisa': 29-30 dari perspektif *al-Bahr al-Muhit*, serta keterkaitannya dengan krisis kesehatan mental masa kini.

Oleh karena itu, artikel ini bertujuan untuk mengisi kekosongan tersebut dengan menelaah penafsiran QS. An-Nisa': 29-30 dalam *Tafsir al-Bahr al-Muhit* melalui pendekatan tafsir tematik (*maudu'i*), sekaligus mengkaji relevansinya dalam menjawab tantangan kontemporer terkait kesehatan mental pada generasi muda. Dengan mengacu pada tujuh standar kompetensi dalam studi tafsir, kajian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi ilmiah terhadap integrasi antara warisan keilmuan Islam klasik dan problematika modern.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis studi kepustakaan (library research), yakni memusatkan kajian pada sumber-sumber literatur, khususnya kitab tafsir klasik dan buku-buku ilmiah terkait. Objek utama penelitian adalah penafsiran QS. An-Nisa: 29 dalam *Tafsir al-Bahr al-Muhith* karya Abu Hayyan al-Andalusi. Penelitian ini bersifat deskriptif-analitis, bertujuan untuk memahami kandungan makna larangan bunuh diri dalam

⁶ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah*, Jilid 2 (Jakarta: Lentera Hati, 2002), hlm. 471.

⁷ Muhammad Dakhilullah, "Larangan Bunuh Diri dan Solusi Menghadapinya dalam Perspektif Al-Qur'an" (Skripsi, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, 2024).

⁸ Rizki Annistia, Rin Widya Agustin, dan Arif Tri Setyanto, "Hubungan antara Spiritualitas dengan Kecenderungan Bunuh Diri," *Jurnal* (2013).

Al-Qur'an dari perspektif linguistik dan teologis, serta menelaah relevansinya dalam menghadapi problematika kesehatan mental di kalangan generasi muda.

Sumber data primer penelitian ini adalah Tafsir al-Bahr al-Muhith, khususnya penjelasan Abu Hayyan terhadap QS. An-Nisa: 29. Sementara itu, data sekunder diperoleh dari berbagai literatur pendukung seperti kitab-kitab tafsir lain (misalnya Tafsir al-Kashshaf, Tafsir al-Tabari), buku psikologi Islam, artikel ilmiah tentang kesehatan mental, serta ensiklopedia dan kamus. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan menelaah dan mencatat informasi penting yang berhubungan dengan ayat yang diteliti dan konteks tematiknya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Biografi Penulis

Penulis *Tafsir al-Bahr al-Muhit* adalah Abu Hayyan Muhammad bin Yusuf bin 'Ali bin Hayyan al-Gharnati al-Andalusi. Ia lahir pada tahun 654 H/1256 M di Granada, Andalusia, dan wafat pada tahun 745 H/1344 M di Kairo, Mesir. Abu Hayyan dikenal sebagai salah satu mufassir besar dari Andalusia yang juga merupakan pakar dalam bidang Nahwu, Balaghah, dan Qira'at. Ia menempuh pendidikan di kota asalnya dan kemudian melanjutkan studi ke berbagai kota di dunia Islam, termasuk Fez, Tunis, dan Kairo, di mana ia kemudian menetap dan mengajar.⁹

Karya tafsir terkenalnya, *Tafsir al-Bahr al-Muhit*, merupakan tafsir yang sangat kaya akan analisis linguistik dan sintaksis. Kitab ini terdiri dari delapan jilid besar, dan memuat penafsiran atas seluruh isi Al-Qur'an dengan pendekatan yang sangat mendalam terhadap aspek kebahasaan, gramatikal, dan variasi qira'at.¹⁰ *Tafsir al-Bahr al-Muhit* menjadi rujukan penting dalam studi tafsir klasik, terutama dalam pendekatan linguistik yang jarang dijumpai secara mendalam pada tafsir-tafsir lain.¹¹

Metode Penafsiran

Dalam *Tafsir al-Bahr al-Muhit*, Abu Hayyan al-Andalusi menggunakan metode tafsir *tahlili* (analitis). Hal ini terlihat dari cara penafsirannya yang mengikuti susunan ayat per ayat

⁹ Ahmad Izzuddin, "Metode Penafsiran Abu Hayyan dalam Tafsir al-Bahr al-Muhit," *Jurnal Studi Ilmu-ilmu al-Qur'an dan Hadis* 20, no. 1 (2019), hlm. 45.

¹⁰ Fadhillah, "Analisis Metode dan Corak Tafsir al-Bahr al-Muhit karya Abu Hayyan" (Skripsi, UIN Raden Fatah Palembang, 2021), hlm. 32.

¹¹ Muchlis Hanafi, *Studi Al-Qur'an Kontemporer* (Depok: Prenadamedia Group, 2019), hlm. 112.

berdasarkan urutan mushaf, disertai penjabaran secara rinci terhadap struktur bahasa, makna leksikal, gramatikal (*i'rab*), qira'at, dan konteks ayat.¹² Penjelasannya tidak hanya menjabarkan makna secara global, tetapi memerinci unsur kebahasaan serta mendialogkannya dengan berbagai pandangan ahli tafsir dan ahli nahwu. Ini merupakan ciri khas utama metode tahlili, yaitu penafsiran ayat demi ayat secara sistematis dan terperinci.¹³

Meskipun fokus utamanya adalah *tahlili*, dalam beberapa bagian Abu Hayyan juga menampilkan perbandingan tafsir dengan mufassir lain seperti al-Zamakhshari, al-Razi, dan al-Tabari, yang memberi nuansa *muqaran* (komparatif) dalam penafsirannya.¹⁴ Namun, unsur *muqaran* ini hanya bersifat sekunder, bukan metode utama.

Adapun metode *ijmali* (global) tidak menjadi karakter tafsir ini karena penafsirannya cenderung mendalam, terperinci, dan panjang lebar, bahkan dalam membahas satu ayat saja.¹⁵ Demikian pula, metode *maudhu'i* (tematik) tidak digunakan secara struktural karena tafsir ini tidak menghimpun ayat-ayat bertema tertentu dalam satu bahasan tersendiri, melainkan mengikuti alur mushaf.

Corak Penafsiran

Corak penafsiran yang menonjol dalam *Tafsir al-Bahr al-Muhit* adalah corak *lughawi*. Hal ini terlihat dari dominasi analisis kebahasaan yang sangat mendalam terhadap struktur gramatikal (*i'rab*), morfologi (*sarf*), semantik (*dalalah*), serta aspek balaghah (*retorika*) dalam setiap ayat yang ditafsirkan.¹⁶ Abu Hayyan dikenal sebagai seorang ahli nahwu dan balaghah terkemuka pada masanya, sehingga tidak mengherankan jika tafsirnya banyak mengulas aspek kebahasaan yang sering tidak dibahas secara rinci dalam tafsir-tafsir lainnya.

Selain *lughawi*, tafsir ini juga memiliki unsur corak ilmiah (*'ilmi*), karena dalam beberapa penjelasannya, Abu Hayyan mengaitkan penafsiran ayat dengan fenomena-fenomena alam dan hukum sebab-akibat dengan pendekatan rasional dan analitis.¹⁷ Namun, corak ilmiah ini tidak dominan, hanya menjadi pelengkap dari pendekatan utama berbasis kebahasaan.

¹² Ahmad Izzuddin, "Metode Penafsiran Abu Hayyan dalam Tafsir al-Bahr al-Muhit," *Jurnal Studi Ilmu-ilmu al-Qur'an dan Hadis* 20, no. 1 (2019), hlm. 45-46.

¹³ Fadhillah, "Analisis Metode dan Corak Tafsir al-Bahr al-Muhit karya Abu Hayyan" (Skripsi, UIN Raden Fatah Palembang, 2021), hlm. 38-39.

¹⁴ Muchlis Hanafi, *Studi Al-Qur'an Kontemporer* (Depok: Prenadamedia Group, 2019), hlm. 112-113.

¹⁵ Muhammad Husain al-Dzahabi, *Al-Tafsir wa al-Mufasssirin*, Jilid I (Beirut: Dar al-Fikr, 1976), hlm. 24-25.

¹⁶ Ahmad Izzuddin, "Metode Penafsiran Abu Hayyan dalam Tafsir al-Bahr al-Muhit," *Jurnal Studi Ilmu-ilmu al-Qur'an dan Hadis* 20, no. 1 (2019), hlm. 47.

¹⁷ Muchlis Hanafi, *Studi Al-Qur'an Kontemporer* (Depok: Prenadamedia Group, 2019), hlm. 113.

Di samping itu, ia juga mengusung corak *'aqidi* (teologis), terutama ketika menjelaskan ayat-ayat yang berkaitan dengan sifat-sifat Allah Swt, qadar, dan isu-isu yang berkaitan dengan kelompok-kelompok teologi seperti Mu'tazilah dan Jabariyah. Ia kerap mengkritik penafsiran yang dianggap menyimpang dari akidah Ahlus Sunnah wal-Jama'ah.¹⁸

Corak fiqhi juga hadir, walaupun tidak menjadi fokus utama. Ketika ayat berkaitan dengan hukum-hukum syariat, Abu Hayyan memberikan penjelasan dan perbandingan pendapat para ulama mazhab, namun tidak sampai membahas secara mendalam sebagaimana dalam tafsir bercorak fiqhi seperti *Ahkam al-Qur'an*.¹⁹

Sistematika Penafsiran

Dalam kitabnya *Tafsir al-Bahr al-Muhit*, Abu Hayyan menulis dengan sistematika penafsiran sebagai berikut:

1. Susunan Berdasarkan Urutan Mushaf: Saat menafsirkan QS. Al-Fatihah ayat 1, Abu Hayyan membahas mulai dari kata "*Alhamdulillah*" secara rinci, kemudian melanjutkan ayat berikutnya secara berurutan, tanpa lompat ke tema lain.²⁰
2. Pembahasan Ayat per Ayat (*Tahlili*): Pada QS. An-Nisa':29, Abu Hayyan mengurai makna kata "*la taqtulu anfusakum*" secara terperinci, menjelaskan arti literal, kontekstual, dan implikasi hukum dari larangan bunuh diri.²¹
3. Analisis Bahasa: Abu Hayyan menjelaskan bahwa *kitab* adalah wahyu Allah yang jelas dan tidak diragukan. *Huda* artinya petunjuk yang benar, dan *al-muttaqin* adalah orang-orang yang beriman dan menjaga diri dari dosa. Jadi, Al-Qur'an adalah petunjuk bagi orang bertakwa.²²
4. Perbandingan Qira'at: Ketika menafsirkan QS. Al-Baqarah ayat 7, Abu Hayyan membandingkan qira'at Hafs dan Warsh, lalu menjelaskan perbedaan maknanya dan relevansinya terhadap konteks ayat.²³

¹⁸ Fadhillah, "Analisis Metode dan Corak Tafsir al-Bahr al-Muhit karya Abu Hayyan" (Skripsi, UIN Raden Fatah Palembang, 2021), hlm. 40.

¹⁹ Muhammad Husain al-Dzahabi, *Al-Tafsir wa al-Mufasssirun*, Jilid I (Beirut: Dar al-Fikr, 1976), hlm. 149-150.

²⁰ Ahmad Izzuddin, "Metode Penafsiran Abu Hayyan dalam Tafsir al-Bahr al-Muhit," *Jurnal Studi Ilmu-ilmu al-Qur'an dan Hadis* 20, no. 1 (2019), hlm. 45.

²¹ Fadhillah, "Analisis Metode dan Corak Tafsir al-Bahr al-Muhit karya Abu Hayyan" (Skripsi, UIN Raden Fatah Palembang, 2021), hlm. 35-36.

²² Muchlis Hanafi, *Studi Al-Qur'an Kontemporer* (Depok: Prenadamedia Group, 2019), hlm. 113.

²³ Ahmad Izzuddin, "Metode Penafsiran Abu Hayyan dalam Tafsir al-Bahr al-Muhit," *Jurnal Studi Ilmu-ilmu al-Qur'an dan Hadis* 20, no. 1 (2019), hlm. 46.

5. Referensi kepada Mufassir Terdahulu dan Riwayat: Dalam menjelaskan QS. Al-Ma'idah ayat 3, ia mengutip pendapat al-Tabari dan al-Zamakhshari, serta menyebutkan riwayat dari sahabat Ibn 'Abbas untuk memperkuat penafsirannya.²⁴
6. Penjelasan Dimensi Teologis dan Hukum: Pada QS. Al-Ikhlas ayat 1-4, ia menafsirkan tentang tauhid (keesaan Allah) dengan membahas implikasi teologisnya dalam akidah *Ahlu Sunnah wal-Jama'ah*.²⁵
7. Kritik dan Koreksi. Saat membahas QS. Al-Ma'un ayat 4-5, Abu Hayyan mengkritik penafsiran yang mengartikan "*almiskin*" secara sempit hanya sebagai fakir materi, dan memberikan argumentasi bahwa maknanya lebih luas termasuk fakir hati dan jiwa.²⁶

Karakteristik

Dalam sebuah karya, pasti terdapat kelebihan dan kekurangan. Berikut beberapa kelebihan dan kekurangan kitab tafsir *Al-Bahr Al-Muhith*. Beberapa kelebihan, diantaranya:

1. Penjelasan yang jelas dan terperinci dalam menafsirkan ayat-ayat al- Qur'an
2. Penjelasan dari segi bahasa yang cukup detail
3. Memadukan berbagai riwayat dan pendapat mufassir klasik sehingga memberikan perspektif yang kaya dan berimbang.
4. Dalam urusan hukum tentang ayat-ayat fiqih, kitab ini tidak cenderung terhadap madzhab tertentu
5. Salah satu tafsir yang terjaga dan sedikit menyebut israiliyyat dan hadis-hadis palsu.²⁷

Adapun beberapa kekurangan dari kitab tafsir *Al-Bahr Al-Muhith* adalah:

1. Karena fokus yang kuat pada aspek bahasa dan detail bahasa Arab, penafsiran ini kadang kurang menyoroti konteks sosial-historis yang lebih luas.
2. Bahasa dan metode yang sangat teknis bisa jadi sulit dipahami oleh pembaca awam atau yang tidak menguasai bahasa Arab secara mendalam.

²⁴ Fadhillah, "Analisis Metode dan Corak Tafsir al-Bahr al-Muhit karya Abu Hayyan" (Skripsi, UIN Raden Fatah Palembang, 2021), hlm. 36-37.

²⁵ Muhammad Husain al-Dzahabi, *Al-Tafsir wa al-Mufassirun*, Jilid I (Beirut: Dar al-Fikr, 1976), hlm. 26.

²⁶ Muchlis Hanafi, *Studi Al-Qur'an Kontemporer* (Depok: Prenadamedia Group, 2019), hlm. 114.

²⁷ Rizka Nurul Laila, dkk., "Kontribusi Al-Bahr al-Muhit pada Ilmu Tafsir," *Jurnal 2* (2024), hlm. 77–85.

3. Tidak terlalu menekankan tafsir tematik atau relevansi kontemporer secara eksplisit, sehingga kurang membahas aplikasi langsung terhadap isu modern.²⁸
4. Tidak mengutip secara lengkap sanad hadis yang dimaksud dan juga tidak menyebutkan sumber dari hadis yang ia cantumkan.

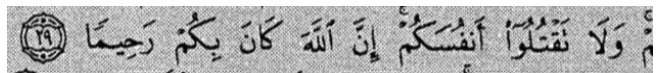
Referensi

Dalam *Tafsir Al-Bahr Al-Muhith*, Abu Hayyan menggunakan berbagai referensi utama untuk memperkaya penafsirannya. Pertama, ia merujuk pada Al-Qur'an itu sendiri dengan metode *tafsir al-Qur'an bi al-Qur'an*, yaitu menjelaskan satu ayat dengan ayat lain guna mendapatkan pemahaman yang lebih mendalam. Selain itu, hadis Nabi Muhammad SAW juga sering dikutip sebagai sumber otoritatif yang menjelaskan konteks dan makna ayat.

Abu Hayyan juga menggunakan pendapat para sahabat dan tabi'in sebagai bagian dari warisan penafsiran klasik. Mufassir-mufassir terdahulu seperti al-Tabari dan al-Zamakhshari menjadi rujukan penting dalam membandingkan dan menguatkan pendapatnya.²⁹ Lebih jauh, Abu Hayyan sangat menekankan ilmu bahasa Arab, termasuk nahwu, sharaf, dan balaghah, sebagai fondasi utama dalam menafsirkan ayat-ayat Al-Qur'an.

Ia juga mengkaji variasi qira'at yang sah untuk memperluas pemahaman teks. Tidak ketinggalan, ia menyertakan pandangan para ulama fiqh dan teologi dalam membahas aspek hukum dan akidah, sehingga tafsirnya menjadi lebih komprehensif dan holistik.³⁰

Contoh Penafsiran QS. An-Nisa: 29-30



Artinya: *Dan janganlah kamu membunuh dirimu; sesungguhnya Allah Maha Penyayang kepadamu.*

²⁸ Ahmad Izzuddin, "Metode Penafsiran Abu Hayyan dalam Tafsir al-Bahr al-Muhit," *Jurnal Studi Ilmu-ilmu al-Qur'an dan Hadis* 20, no. 1 (2019), hlm. 52-53.

²⁹ *Ibid.*, hlm. 45-46.

³⁰ Fadhillah, "Analisis Metode dan Corak Tafsir al-Bahr al-Muhit karya Abu Hayyan" (Skripsi, UIN Raden Fatah Palembang, 2021), hlm. 33-34.

﴿وَلَا تَقْتُلُوا أَنْفُسَكُمْ﴾ ظاهره النهي عن قتل الإنسان نفسه كما يفعله بعض الجهلة بقصد منه، أو بحملها على غرر يموت بسببه، كما يصنع بعض الفتاك بالملوك، فإنهم يقتلون الملك ويقتلون بلا شك. وقد احتج عمرو بن العاص بهذه الآية حين امتنع من الاغتسال بالماء البارد، وأقر رسول الله ﷺ احتجاجه^(٢). وقيل: يحتمل أن يكون المعنى: لا تفعلوا ما تستحقون به القتل من القتل والرذة والزنا بعد الإحصان. قال ابن عطية: وأجمع المتأولون أن القصد النهي عن أن يقتل بعض الناس بعضاً^(٣). وقال الزمخشري عن الحسن: إن المعنى لا تقتلوا إخوانكم^(٤) انتهى. وعلى هذا المعنى أضاف القتل إلى أنفسهم لأنهم كنفس واحدة، أو من جنس واحد، أو من جوهر واحد. ولأنه إذا قتل قتل على سبيل القصاص، وكأنه هو الذي قتل نفسه. وما ذكره ابن عطية من إجماع المتأولين ذكر غيره فيه الخلاف. قال ما ملخصه: يحتمل أن يراد حقيقة القتل، فيحتمل أن يكون المعنى: لا يقتل بعضكم بعضاً. ويحتمل أن يكون المعنى: لا يقتل أحد نفسه لضر نزل به، أو ظلم أصابه، أو جرح أخرجه عن حد الاستقامة. ويحتمل أن يراد مجاز القتل أي: يأكل المال بالباطل، أو بطلب المال والانهماك فيه، أو يحمل نفسه على الغرر المؤذي إلى الهلاك، أو يفعل هذه المعاصي والاستمرار عليها. فيكون القتل عبر به عن الهلاك مجازاً كما جاء: شاهد قتل ثلاثاً نفسه، والمشهود له، والمشهود عليه أي: أهلك. وقرأ علي والحسن: ﴿وَلَا تَقْتُلُوا﴾ بالتشديد^(٥).

Ayat “وَلَا تَقْتُلُوا أَنْفُسَكُمْ” (*dan janganlah kamu membunuh dirimu*) dalam QS. An-Nisa’: 29 merupakan pernyataan yang memuat dua makna penting: larangan membunuh diri sendiri dan larangan saling membunuh sesama Muslim. Dalam *Tafsir Al-Bahr Al-Muhith*, Abu Hayyan menjelaskan bahwa larangan ini secara lahir menunjukkan larangan membunuh diri sendiri karena sebab-sebab tertentu seperti keputusan, penderitaan emosional, atau krisis identitas, sebagaimana sering terjadi dalam kasus bunuh diri akibat cinta atau tekanan hidup yang berat.³¹

Sebagian ulama, seperti Umar bin Al-Khattab, menolak penafsiran yang terlalu literal seperti larangan mandi dengan air dingin dalam keadaan sakit parah, karena hal itu bukan makna yang dimaksud oleh ayat ini. Bahkan Rasulullah Saw. dikabarkan tidak menyetujui interpretasi seperti itu.³²

Penafsiran ayat ini memiliki cakupan yang lebih luas. Diriwayatkan bahwa makna dari “*anfusakum*” adalah “jiwa-jiwa kalian”, yang secara kolektif dapat dimaknai sebagai larangan untuk saling membunuh. Al-Dahhak meriwayatkan dari Ibnu ‘Abbas bahwa makna ayat ini adalah larangan bagi sebagian umat Islam untuk membunuh sebagian yang lain. Dalam

³¹ Abu Hayyan al-Andalusi, *Tafsir al-Bahr al-Muhith*, Jilid III (Beirut: Dar al-Fikr, t.t), hlm. 321.

³² *Ibid.*, hlm. 322.

pandangan ini, membunuh orang lain dianggap sama dengan membunuh diri sendiri, karena umat Islam ibarat satu tubuh yang tidak bisa dipisahkan satu sama lain.³³

Imam Fakhruddin al-Razi juga menyatakan bahwa larangan membunuh orang lain termasuk dalam makna “لَا تَقْتُلُوا أَنْفُسَكُمْ” karena umat Islam adalah satu kesatuan jiwa (*nafs wahidah*). Maka, siapa pun yang membunuh saudaranya sesama Muslim, sejatinya telah membunuh bagian dari dirinya sendiri. Oleh karena itu, larangan ini mencakup dua aspek: larangan membunuh diri sendiri karena keputusan atau kezaliman, dan larangan membunuh orang lain secara zalim.

Relevansi terhadap Krisis Kesehatan Mental di Kalangan Generasi Muda

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), *kesehatan jiwa* diartikan sebagai “keadaan mental yang normal dan tidak terganggu oleh gangguan kejiwaan atau psikologis”.³⁴ Menurut *Ensiklopedi Britannica*, kesehatan mental adalah suatu tingkat kesejahteraan psikologis atau ketiadaan gangguan mental; mencakup kemampuan untuk menikmati hidup, bangkit kembali dari kesulitan, serta menjaga keseimbangan antara aktivitas hidup dan upaya untuk mencapai ketahanan psikologis.³⁵

Fenomena kesehatan mental ini melahirkan berbagai perasaan negatif, seperti rendah diri, kecemasan sosial, dan ketidakpuasan terhadap diri sendiri. Selain itu, paparan konten negatif, hoaks, dan ujaran kebencian yang marak di dunia modern turut berkontribusi terhadap peningkatan stres dan beban mental individu.³⁶

QS. An-Nisa:29 memuat dua larangan penting: larangan mengambil harta dengan cara batil, dan larangan membunuh diri (وَلَا تَقْتُلُوا أَنْفُسَكُمْ). Dalam *Tafsir Al-Bahr Al-Muhith*, Abu Hayyan al-Andalusi menjelaskan bahwa larangan tersebut tidak hanya bersifat literal (larangan bunuh diri secara fisik), tetapi juga simbolik, mencakup segala tindakan yang merusak jiwa, baik secara fisik maupun psikis. Larangan ini merupakan bentuk penjagaan Allah Swt terhadap martabat dan keselamatan manusia, sebagaimana ditegaskan dalam bagian akhir ayat: “*Sesungguhnya Allah Maha Penyayang kepadamu.*”

³³ *Ibid.*, hlm. 323.

³⁴ Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, edisi kelima (Jakarta: Balai Pustaka, 2016), hlm. 618.

³⁵ Encyclopaedia Britannica, “Mental Health,” *britannica.com*, diakses 19 Mei 2025, <https://www.britannica.com/science/mental-health>.

³⁶ Muhammad Wahyu Affarel, Aji Mulyana, dan Mia Amalia, “Pengaruh Teknologi terhadap Kesehatan Mental,” *Jurnal Hukum Kesehatan Indonesia* 4, no. 1 (2024), hlm. 9.

Dalam konteks kontemporer, terutama menghadapi krisis kesehatan mental di kalangan generasi muda, ayat ini sangat relevan. Salah satu gejala gangguan kejiwaan yang berat adalah keinginan untuk mengakhiri hidup atau melakukan tindakan menyakiti diri. Tafsir ini membuka peluang pemaknaan bahwa tindakan yang merusak diri sendiri secara perlahan, seperti depresi yang dibiarkan, kecanduan, atau kehilangan makna hidup juga termasuk dalam kategori *tahrim al-nafs* (pelanggaran terhadap larangan merusak jiwa).

Sejalan dengan itu, dalam kajian kesehatan mental Islam, Prof. Dr. Zakiah Daradjat menegaskan bahwa orang yang sehat mental adalah mereka yang dapat menyesuaikan diri dengan dirinya sendiri, orang lain, serta lingkungannya, dan mampu menghadapi tekanan hidup secara seimbang. Ia juga menekankan bahwa gangguan mental seperti *neurose* (gangguan ringan) dan *psychose* (penyakit berat) dapat muncul jika seseorang tidak mampu mengelola tekanan dan konflik batin secara baik.³⁷

Menurut Bahri Ghazali, kesehatan mental adalah kebutuhan dasar yang mencakup tiga dimensi utama: fisik, psikis, dan sosial. Ketiganya harus harmonis agar individu dapat hidup bermakna. Ia menyebutkan bahwa kesehatan mental yang terganggu akan menyebabkan hilangnya makna hidup, ketidakseimbangan dalam relasi sosial, serta lemahnya produktivitas pribadi.³⁸

Sementara itu, Hasneli menekankan bahwa dimensi spiritual merupakan aspek penting dalam kesehatan mental. Kesehatan mental menurut Islam adalah terwujudnya keserasian antara fungsi-fungsi jiwa, serta tercapainya penyesuaian diri berdasarkan keimanan dan ketakwaan. Dalam hal ini, agama menjadi fondasi utama dalam membangun ketahanan mental yang kokoh, terutama bagi generasi muda yang sering mengalami kekosongan makna dan tekanan sosial yang tinggi.³⁹

Dalam kerangka *maqasid al-shari'ah*, larangan membunuh diri dalam QS. An-Nisa: 29 masuk ke dalam kategori penjagaan jiwa (*hifz al-nafs*). Maka, menjaga kesehatan mental sebagai bagian dari upaya menjaga jiwa merupakan kewajiban syar'i. Oleh sebab itu, ayat ini tidak hanya menjadi landasan normatif dalam melarang tindakan bunuh diri, tetapi juga

³⁷ Purmansyah Ariadi, "Kesehatan Mental dalam Perspektif Islam," *Syifa' Medika* 3, no. 2 (Maret 2013), hlm. 118–121.

³⁸ Bahri Ghazali, *Kesehatan Mental* (Bandar Lampung: Harakindo Publishing, 2016), hlm. 7–14.

³⁹ Hasneli, *Kesehatan Mental dalam Pandangan Islam* (Padang: Haifa Press, 2014), hlm. 12–15.

mendasari pentingnya sistem pendukung psikososial dan spiritual dalam mencegah gangguan kejiwaan.⁴⁰

Dengan demikian, QS. An-Nisa:29 memberikan kontribusi penting dalam paradigma penanggulangan krisis kesehatan mental. Ayat ini mendorong pendekatan preventif dan kuratif yang menyeluruh: biologis, psikologis, sosial, dan spiritual. *Tafsir Al-Bahr Al-Muhith* menambah kedalaman makna ini, dan menjadikannya relevan untuk diaktualisasikan sebagai rujukan moral dan spiritual dalam menghadapi persoalan kejiwaan generasi muda masa kini.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian terhadap QS An Nisa 29–30 dalam *Tafsir Al Bahr Al Muhit* karya Abu Hayyan al Andalusi, dapat disimpulkan bahwa ayat ini merupakan larangan bunuh diri yang sarat makna baik secara literal maupun kontekstual. Larangan ini tidak hanya ditujukan kepada individu agar tidak menghilangkan nyawa sendiri tetapi juga sebagai peringatan terhadap tindakan yang secara perlahan merusak kehidupan fisik psikis maupun sosial. Abu Hayyan menafsirkan larangan tersebut melalui pendekatan linguistik yang ketat dengan memperhatikan struktur kalimat makna kata dan korelasi antar ayat serta memperluas makna *anfusakum* sebagai sesama muslim yang saling terikat dalam satu komunitas *nafs wahidah*.

Dari segi biografi Abu Hayyan al Andalusi wafat 745 H atau 1344 M adalah ulama besar asal Spanyol Islam yang dikenal sebagai ahli bahasa Arab ahli tafsir dan pemikir multidisipliner. Karya tafsirnya *Al Bahr Al Muhit* menjadi salah satu referensi utama dalam kajian tafsir karena kekuatan linguistik sintaksis dan analisis retorik yang mendalam.

Metode penafsiran yang digunakan Abu Hayyan dalam *Al Bahr Al Muhit* adalah metode *tafsir bi al ma'tsur* dan *bi al ra'yi* dengan dominasi pada pendekatan *bahasa lughawi* dan *gramatikal nahwi*. Ia memadukan riwayat klasik dengan penalaran logis dan struktur sintaksis menjadikan tafsirnya bersifat komprehensif.

Corak penafsirannya bersifat *lughawi* dan *ilmi*. Ia lebih fokus membedah struktur kata fungsi gramatikal dan makna kata dalam konteks *nahwu* dan *balaghah*. Hal ini membuat tafsirnya sangat kaya untuk kajian linguistik Al Quran.

⁴⁰ *Ibid.*, hlm. 17.

Secara sistematis penafsiran Abu Hayyan memulai tafsir setiap ayat dengan bacaan qiraat menyebutkan makna kosakata kunci menjelaskan fungsi gramatikal kata dalam ayat menyebutkan perbedaan pandangan ulama tafsir sebelumnya seperti al Zamakhsyari al Razi dan lainnya serta memberikan penjelasan kontekstual dan hukum hukum yang dapat diambil dari ayat tersebut.

Kelebihan Tafsir Al Bahr Al Muhit adalah ketajaman analisis kebahasaan dan keakuratan *nahwu* yang menjadikannya sangat penting dalam studi tafsir linguistik. Ia juga menampilkan variasi qiraat dan penjelasan mendalam terhadap perbedaan makna yang diakibatkannya. Namun kelemahannya adalah kurangnya penekanan pada aspek spiritual psikologis dan sosial kontemporer yang membuatnya terkesan kaku untuk kebutuhan interpretasi modern kecuali direkontekstualisasi.

Referensi yang digunakan Abu Hayyan dalam menafsirkan meliputi pada Al-Qur'an itu sendiri, pendapat para sahabat dan tabi'in, serta karya tafsir sebelumnya seperti *al Kashshaf* karya al Zamakhsyari *Tafsir al Tabari* serta referensi gramatikal klasik seperti *Sibawayh* dan *al Mufaddal*.

Contoh penafsirannya dapat dilihat dalam tafsir ayat *wa la taqtulu anfusakum* yang menurut Abu Hayyan bukan hanya bermakna larangan bunuh diri secara fisik melainkan juga mencakup larangan untuk menyakiti atau menghancurkan kehidupan sesama muslim karena *anfusakum* dipahami sebagai *jiwa jiwa kalian yang merupakan satu kesatuan*. Ini memperkuat konsep bahwa Islam melarang segala bentuk tindakan yang merusak eksistensi manusia baik secara individu maupun sosial.

Dengan demikian penelitian ini mengonfirmasi hipotesis bahwa penafsiran linguistik klasik dalam *Tafsir Al Bahr Al Muhit* dapat direvitalisasi untuk menjawab problematika kontemporer seperti isu bunuh diri dan kesehatan mental. Klaim baru yang dibangun dari hasil ini adalah bahwa konsep *nafs wahidah* yang ditegaskan Abu Hayyan menjadi landasan teologis bahwa pencegahan bunuh diri tidak cukup bersifat individual melainkan merupakan tanggung jawab kolektif umat.

DAFTAR PUSTAKA

Affarel, Muhammad Wahyu, Aji Mulyana, dan Mia Amalia. "Pengaruh Teknologi terhadap Kesehatan Mental." *Jurnal Hukum Kesehatan Indonesia* 4, no. 1 (2024).

- Al-Dzahabi, Muhammad Husain. *al-Tafsir wa al-Mufasssirun*, Jilid I. Beirut: Dar al-Fikr, (1976).
- Al-Andalusi, Abu Hayyan. *Tafsir al-Bahr al-Muhit*, Jilid III. Beirut: Dar al-Fikr, t.t.
- Ariadi, Purmansyah. “Kesehatan Mental dalam Perspektif Islam.” *Syifa’ Medika* 3, no. 2 (2013).
- Andriani, Riska. “Faktor Psikologis yang Mempengaruhi Tindakan Bunuh Diri pada Remaja.” *Jurnal Psikologi UIN Raden Intan Lampung* 5, no. 2 (2021).
- Annistia, Rizki, Rin Widya Agustin, dan Arif Tri Setyanto. “Hubungan antara Spiritualitas dengan Kecenderungan Bunuh Diri.” *Jurnal* (2013).
- Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, edisi kelima. Jakarta: Balai Pustaka, (2016).
- Britannica.com. “Mental Health.” *Encyclopaedia Britannica*. Diakses 19 Mei 2025. <https://www.britannica.com/science/mental-health>.
- Dakhilullah, Muhammad. “Larangan Bunuh Diri dan Solusi Menghadapinya dalam Perspektif Al-Qur’an.” Skripsi. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, (2024).
- Ependi, A. *Konsep Zikir Menurut Quraish Shihab dalam Tafsir Al-Misbah*. Skripsi. UIN Sunan Gunung Djati Bandung, (2008).
- Fadhillah. “Analisis Metode dan Corak Tafsir al-Bahr al-Muhit Karya Abu Hayyan.” Skripsi. Fakultas Ushuluddin, UIN Raden Fatah Palembang, (2021).
- Ghazali, Bahri. *Kesehatan Mental*. Bandar Lampung: Harakindo Publishing, (2016).
- Hanafi, Muchlis. *Studi Al-Qur’an Kontemporer*. Depok: Prenadamedia Group, (2019).
- Hasneli. *Kesehatan Mental dalam Pandangan Islam*. Padang: Haifa Press, (2014).
- Izzuddin, Ahmad. “Metode Penafsiran Abu Hayyan dalam Tafsir al-Bahr al-Muhit.” *Jurnal Studi Ilmu-ilmu al-Qur’an dan Hadis* 20, no. 1 (2019).
- Laila, Rizka Nurul, dkk. “Kontribusi Al-Bahr Al-Muhith pada Ilmu Tafsir.” 2 (2024).
- Shihab, M. Quraish. *Tafsir Al-Misbah*, Jilid 2. Jakarta: Lentera Hati, (2002).
- Shihab, M. Quraish. *Tafsir Al-Misbah*, Jilid 5. Jakarta: Lentera Hati, (2002).

