

ABSTRAK

Firdiyan Nailul Farokh, 1730110084, Zikir dan kesehatan jantung perspektif QS. Ar-Ra'd ayat 28

Penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan Hubungan antara zikir dan kesehatan jantung perspektif QS. Ar-Ra'd ayat 28. Zikir yang sudah menjadi bagian dari kebutuhan manusia dalam kehidupan modern sekarang ini diharapkan dapat menjadi solusi dalam menyelesaikan berbagai persoalan kesehatan jantung (*qalb*). Berbagai mufassir memberikan pandangannya dalam menafsirkan surat Ar-Ra'd ayat 28 tentang zikir dan kesehatan jantung (*qalb*).

Rumusan masalah “Apakah yang dimaksud dengan zikir dan qalbu menurut pandangan para ulama? Dan Bagaimana hubungan zikir bagi kesehatan jantung perspektif surat Ar-Ra'd ayat 28? Tujuan dari penelitian ini ialah untuk Untuk mendeskripsikan tentang zikir dan jantung menurut pandangan para ulama dan Untuk menjelaskan hubungan zikir bagi kesehatan jantung perspektif surat Ar-Ra'd ayat 28.

Jenis penelitian yang digunakan dalam skripsi ini adalah penelitian pustaka (*library research*). Penelitian kepustakaan merupakan studi yang mempelajari seluruh referensi dan hasil penelitian sebelumnya yang berkaitan dan berguna untuk memperoleh landasan teori terhadap permasalahan yang diteliti. Penulis mengumpulkan data-data dari literatur kepustakaan yang berkaitan dengan tema penelitian. Selain itu, penulis juga mengumpulkan beberapa data lain yang mendukung tema penelitian. Kesimpulan penelitian ini adalah *Pertama*, Makna zikir pada hakikatnya adalah mengingat Allah, kemudian mengucapkannya dengan lisan, namun tidak hanya dilakukan dengan pengucapan lisan saja, tetapi lebih mencakup kepada tataran penghayatan yang dilakukan oleh hati. Pengertian *qalb* menurut Tabataba'i dan Fakhruddin al-Raziy memaknai *qalb* sebagai jantung. Sedangkan para mufassir lainnya memaknai *qalbu* sebagai sesuatu yang berhubungan dengan jiwa, nafsu dan akal yang sifatnya ghaib. *Qalb* juga diartikan sebagai '*aql*' dalam artian ini memiliki potensi untuk berpikir, mendorong manusia untuk berbuat baik dan buruk. Kedua, Mengingat Allah SWT dengan lisan, seperti membaca Alquran, *tasbih*, *tahmid*, *takbir* dan *tauhid*, maupun mengingat dalam hati dengan merenungkan kebesaran Allah mempengaruhi kondisi mental yang dapat memberikan ketenangan dan ketentrangan hati dimana hal tersebut berpengaruh terhadap penurunan stress yang menjadi penyebab utama gangguan pada kesehatan jantung. Maka dengan zikir secara rutin dengan penghayatan hati dapat menjadi terapi untuk mengurangi bahkan juga menyembuhkan penyakit jantung.

Kata Kunci: *Zikir, Qalb, Kesehatan Jantung, QS. Ar-Ra'd ayat 28*