



RUQYAH SYAR'IYYAH SEBAGAI AMALAN HARIAN MUSLIM: TINJAUAN NASKAH KEISLAMAN DAN KESEHATAN

RUQYAH SYAR'IYYAH AS A DAILY MUSLIM PRACTICE: REVIEW OF ISLAMIC AND HEALTH MANUFACTURES

Andik Isdianto^{1*}, Nuruddin Al Indunissy², Novariza Fitrianti³, Abdul Hamid Arif⁴

¹*Universitas Brawijaya, Email : andik.isdianto@ub.ac.id

²Rehab Hati Foundation, Email : nai.rehab@icloud.com

³Rehab Hati Malang Kota, Email : novarizza.sda@gmail.com

⁴Praktisi Thibb Nabawi Indonesia, Email : halalmugibarokah@gmail.com

*email koresponden: andik.isdianto@ub.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.62567/ijis.v2i1.1527>

Abstract

This article discusses sharia Ruqyah as a spiritual healing practice in Islam that contributes to both physical and mental health. The purpose of this article is to explain the normative foundation of sharia Ruqyah, as well as its psychospiritual and physical effects within the context of mind-body health. Using a literature review approach, the article analyzes relevant literature on Ruqyah, including foundational theories and recent studies. The results show that sharia Ruqyah serves as a religious coping mechanism, helping to manage stress, reduce anxiety, and increase inner calm, which in turn improves sleep quality and reduces physical tension. Additionally, this practice supports healthy behaviors and complements conventional medical treatments. However, it is important to emphasize that Ruqyah cannot replace medical treatment, but acts as a complementary therapy. This article contributes to the scientific discussion by emphasizing the urgency of Ruqyah as a legitimate daily practice within the framework of mind-body health and the importance of integrating spiritual and medical approaches in treatment.

Keywords : *Complementary Therapy, Coping Spiritual, Mental Health, Physical Health, Sharia Ruqyah.*

Abstrak

Artikel ini membahas ruqyah syar'iyyah sebagai praktik pengobatan spiritual dalam Islam yang berperan dalam mendukung kesehatan fisik dan mental. Tujuan artikel ini adalah untuk menjelaskan landasan normatif ruqyah syar'iyyah serta efek psikospiritual dan fisiknya dalam konteks kesehatan jiwa-raga. Dengan menggunakan pendekatan studi pustaka, artikel ini menganalisis literatur terkait ruqyah, termasuk teori dasar dan penelitian terkini. Hasilnya menunjukkan bahwa ruqyah syar'iyyah berfungsi sebagai religious coping yang membantu mengelola stres, mengurangi kecemasan, serta meningkatkan ketenangan batin, yang pada



gilirannya memperbaiki kualitas tidur dan menurunkan ketegangan fisik. Selain itu, praktik ini mendukung perilaku sehat dan memfasilitasi perawatan medis konvensional. Namun, penting untuk menegaskan bahwa ruqyah tidak dapat menggantikan pengobatan medis, tetapi berfungsi sebagai terapi komplementer. Artikel ini memberikan kontribusi ilmiah dengan menekankan urgensi ruqyah sebagai amalan harian yang sah dalam kerangka kesehatan jiwa-raga, serta pentingnya integrasi spiritual dan medis dalam pengobatan.

Kata Kunci : Kesehatan Fisik, Kesehatan Mental, Pengobatan Komplementer, Ruqyah Syar'iyah, Spiritual Coping.

1. PENDAHULUAN

Ruqyah syar'iyah adalah doa dan ayat Al-Qur'an yang dibaca dengan niat memohon pertolongan Allah sesuai prinsip tauhid, dan kian banyak dipraktikkan di kalangan Muslim Indonesia¹. Di lapangan, cara memaknai manfaatnya tidak selalu seragam; sebagian orang menaruh harapan berlebihan seolah ruqyah dapat menggantikan layanan kesehatan profesional, padahal posisi yang tepat adalah komplementer—menguatkan ketenangan batin dan makna religius, tetapi bukan terapi pengganti pada kasus klinis^{2,3}.

Dalam kerangka kesehatan jiwa, ibadah seperti dzikir, tilawah, dan doa dipahami sebagai religious coping yang membantu menenangkan pikiran, memberi makna, dan meningkatkan daya lenting saat menghadapi tekanan hidup⁴. Bukti empiris yang dekat menunjukkan bahwa gangguan kesehatan jiwa (stres, kecemasan, depresi) berkontribusi pada penurunan kualitas kesehatan fisik melalui mekanisme fisiologis (mis. inflamasi sistemik, disregulasi endokrin), sehingga penguatan perilaku religius yang menenangkan—termasuk menjadikan ruqyah sebagai kebiasaan harian yang proporsional—relevan untuk mendukung kesejahteraan menyeluruh⁵.

Riset fenomenologis dan intervensi berskala kecil melaporkan pengalaman positif setelah praktik yang beririsan dengan ruqyah (mis. dzikir/pendengaran ayat Al-Qur'an), seperti

¹ Ghiffary, M., Habibi, A., Ridho, S., Sari, D., Hasbillah, A., Majid, S., ... & Hasan, H. (2021). Re-reading ruqyah: comprehensive analysis of ruqyah within hadith, medicine, and psychological perspective. <https://doi.org/10.4108/eai.20-10-2020.2305139>

² Rosyanti, L., Hadi, I., & Akhmad, A. (2022). Kesehatan spritual terapi al-qur'an sebagai pengobatan fisik dan psikologis di masa pandemi covid-19. *Health Information Jurnal Penelitian*, 14(1), 89-114. <https://doi.org/10.36990/hijp.v14i1.480>

³ Suteja, J., Safitri, T., Nurrahman, A., & Umamah, F. (2024). Konseling spiritual berbasis terapi ruqyah dalam mengatasi gangguan kesehatan mental. *Prophetic Professional Empathy and Islamic Counseling Journal*, 6(2), 131. <https://doi.org/10.24235/prophetic.v6i2.16656>

⁴ Isdianto, A., Indunissy, N. A., & Fitrianti, N. (2025). The impact of tawakal and dhikr on mental health and stress in modern life. *Multidisciplinary Indonesian Center Journal (MICJO)*, 2(2), 1538-1547. <https://doi.org/10.62567/micjo.v2i2.684>

⁵ Isdianto, A., Indunissy, N. A., & Fitrianti, N. (2025). The impact of mental health disorders on physical disease risks: a comprehensive review. *Multidisciplinary Indonesian Center Journal (MICJO)*, 2(2), 1572-1587. <https://doi.org/10.62567/micjo.v2i2.681>



berkurangnya kecemasan atau stres, sekalipun mutu desain dan ukuran sampel bervariasi^{6,7}. Pada saat yang sama, kajian fisiologis terbaru menegaskan bahwa emosi negatif yang tak terkelola (mis. marah/stres) berdampak nyata pada sistem kardiovaskular, imun, pencernaan, pernapasan, tidur, dan fungsi kognitif—menunjukkan pentingnya praktik penenang yang aman dan beradab sebagai bagian dari perawatan diri sehari-hari.

Namun, terdapat tiga persoalan yang perlu dirapikan. Pertama, masih terbatas panduan ilmiah yang secara eksplisit menegaskan mengapa ruqyah layak dibiasakan harian dari sudut pandang naskah keislaman dan kesehatan mental, tanpa terjebak pada teknis bacaan. Kedua, muncul risiko bias praktik seperti komersialisasi, klaim penyembuhan universal, atau prosedur yang tidak menjaga adab dan privasi, sehingga memerlukan penegasan batas etik-syariah⁸. Ketiga, literatur psikologi membedakan coping religius yang positif vs. negatif; salah paham dapat memicu fatalisme dan menunda pencarian pertolongan profesional saat gejala klinis muncul⁹.

Berangkat dari konteks tersebut, artikel ini menegaskan pentingnya ruqyah syar'iyah sebagai kebiasaan harian dari sudut pandang naskah keislaman dan kesehatan mental—dengan menempatkannya sebagai amalan yang menenangkan, memberi makna, dan realistis manfaatnya, sekaligus komplementer terhadap layanan medis bila diperlukan^{10,11}. Secara ilmiah, kontribusi yang ditawarkan adalah: (i) merangkum basis normatif dan temuan empiris mutakhir untuk memperjelas rasional ruqyah harian, (ii) meluruskan miskonsepsi agar tidak menjadi klaim terapeutik berlebih, serta (iii) meneguhkan sikap proporsional dalam memadukan amalan religius dengan bantuan profesional demi kesehatan jiwa-raga yang lebih baik.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah studi pustaka dengan tinjauan naratif-kritis. Sumber yang dikaji meliputi Al-Qur'an (tafsir/terjemah), hadis dan syarah ulama, serta artikel jurnal ilmiah 10 tahun terakhir (2015–2025) tentang ruqyah syar'iyah, religious coping, dan kesehatan mental

⁶ Jayanti, A. M., Nashori, F., & Rumiani, R. (2019). Terapi ruqyah syar'iyah meningkatkan kebahagiaan perempuan korban kekerasan dalam rumah tangga. *Jurnal Intervensi Psikologi (JIP)*, 11(2), 111-122. <https://doi.org/10.20885/intervensipsikologi.vol11.iss2.art5>

⁷ Amelia, A., Ahri, R., & Jiranah, J. (2022). Pengaruh stimulus auditori qur'an atau murottal qur'an terhadap penurunan ansietas pada penderita hipertensi. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 10(1), 45. <https://doi.org/10.26714/jkj.10.1.2022.45-56>

⁸ Candra, M., Adha, U., & Wafirah, A. (2021). Menjaga keharmonisan keluarga melalui ruqyah perspektif maqashid syariah. *El-Usrah Jurnal Hukum Keluarga*, 4(2), 430. <https://doi.org/10.22373/ujhk.v4i2.9022>

⁹ Sari, O., Ramdhani, N., & Subandi, S. (2020). Kesehatan mental di era digital: peluang pengembangan layanan profesional psikolog. *Media Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan*, 30(4). <https://doi.org/10.22435/mpk.v30i4.3311>

¹⁰ Ghiffary, M., Habibi, A., Ridho, S., Sari, D., Hasbillah, A., Majid, S., ... & Hasan, H. (2021). Re-reading ruqyah: comprehensive analysis of ruqyah within hadith, medicine, and psychological perspective. <https://doi.org/10.4108/eai.20-10-2020.2305139>

¹¹ Suteja, J., Safitri, T., Nurrahman, A., & Umamah, F. (2024). Konseling spiritual berbasis terapi ruqyah dalam mengatasi gangguan kesehatan mental. *Prophetic Professional Empathy and Islamic Counseling Journal*, 6(2), 131. <https://doi.org/10.24235/prophetic.v6i2.16656>



dari basis seperti Google Scholar/DOAJ/Garuda¹². Seleksi dilakukan bertahap (judul–abstrak–teks penuh) dengan menyingkirkan konten non-ilmiah atau yang mengklaim ruqyah sebagai terapi pengganti medis; mutu sumber dinilai sederhana (kejelasan tujuan, metode, dan keterbatasan). Data diringkas lalu dianalisis tematik untuk menyatukan landasan normatif dan signifikansi psikospiritual, dengan penegasan bahwa ruqyah bersifat komplementer terhadap layanan profesional.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Landasan Normatif & Kedudukan Ruqyah Syar'iyah

Ruqyah syar'iyah adalah pengobatan syar'i yang diajarkan dan dibenarkan oleh Rasulullah ﷺ selama berlandas tauhid, menggunakan ayat Al-Qur'an dan doa-doa ma'tsur, serta bebas unsur syirik. Al-Qur'an menegaskan fungsi syifā' (penawar) dan rahmat, dalam QS. Al-Isra (17:82), yang berbunyi:

وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ وَلَا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا

"Dan Kami turunkan dalam Al-Qur'an sesuatu yang menjadi penyembuh dan rahmat bagi orang-orang yang beriman...". Dan Surat QS. Fuṣṣilat (41:44) yang berbunyi:

قُلْ هُوَ الَّذِي هَدَىٰ ءَامَنُوا هُدًى وَشِفَاءً

"Katakanlah: "Al Quran itu adalah petunjuk dan penawar bagi orang-orang mukmin". Kedua ayat ini menunjukkan bahwa Al-Qur'an itu sendiri berfungsi sebagai penyembuh, memberikan rahmat bagi umat yang beriman dan mencari pertolongan melalui wahyu Allah.

Dalam Sunnah, Nabi ﷺ bersabda:

إِعْرَضُوا عَلَيَّ رُقَاكُمْ، لَا بَأْسَ بِالرُّقَى مَا لَمْ يَكُنْ فِيهِ شِرْكٌ

"Tunjukkanlah kepadaku ruqyah kalian. Tidaklah mengapa ruqyah yang di dalamnya tidak mengandung syirik." (HR. Muslim 2200). Rasulullah Muhammad juga membenarkan ruqyah dengan Al-Fātiḥah, dari Abu Sa'id Al-Khudri radhiyallahu 'anhu:

أَنَّ نَاسًا مِنْ أَصْحَابِ رَسُولِ اللَّهِ -صلى الله عليه وسلم- كَانُوا فِي سَفَرٍ فَمَرُّوا بِحَيٍّ مِنْ أَحْيَاءِ الْعَرَبِ فَاسْتَنْصَفُوهُمْ فَلَمْ يُضِيفُوهُمْ. فَقَالُوا لَهُمْ هَلْ فِيكُمْ رَاقٍ فَإِنْ سَيِّدَ الْحَيِّ لَدِيعٌ أَوْ مُصَابٌ. فَقَالَ رَجُلٌ مِنْهُمْ نَعَمْ فَأَتَاهُ فَرَقَاهُ بِفَاتِحَةِ الْكِتَابِ فَبَرَأَ الرَّجُلُ فَأَعْطَى قَطِيعًا مِنْ غَنَمِ فَأَبَى أَنْ يَقْبَلَهَا. وَقَالَ حَتَّى أَذْكَرَ ذَلِكَ لِلنَّبِيِّ -صلى الله عليه وسلم- فَأَتَى النَّبِيَّ -صلى الله عليه وسلم- فَذَكَرَ ذَلِكَ لَهُ. فَقَالَ يَا رَسُولَ اللَّهِ وَاللَّهِ مَا رَقِيتُ إِلَّا بِفَاتِحَةِ الْكِتَابِ. فَتَبَسَّمَ « وَقَالَ » وَمَا أَدْرَاكَ أَنَّهَا رُقِيَّةٌ «. ثُمَّ قَالَ « خُذُوا مِنْهُمْ وَاضْرِبُوا لِي بِسْمِهِمْ مَعَكُمْ

"Bahwa ada sekelompok sahabat Rasulullah shallallahu 'alaihi wasallam dahulu berada dalam safar (perjalanan jauh), lalu melewati suatu perkampungan Arab. Saat itu, mereka meminta untuk dijamu, namun penduduk kampung tersebut enggan untuk

¹² Chalkiadaki, A. (2018). A Systematic Literature Review of 21st Century Skills and Competencies in Primary Education. International Journal of Instruction, 11(3), 1–16. <https://doi.org/10.12973/iji.2018.1131a>



menjamu. Penduduk kampung tersebut lantas berkata kepada para sahabat yang mampir, “Apakah di antara kalian ada yang bisa meruqyah (melakukan pengobatan dengan membaca ayat-ayat Al-Qur’an, -pen) karena pemimpin kampung ini tersengat binatang atau terserang demam.” Di antara para sahabat lantas berkata, “Iya, ada.” Lalu, salah seorang sahabat pun mendatangi pemimpin kampung tersebut dan ia meruqyahnya dengan membaca surah Al-Fatihah. Akhirnya, pemimpin kampung tersebut sembuh. Lalu, yang membacakan ruqyah tadi diberikan seekor (dalam riwayat lain potongan daging) kambing, namun ia enggan menerimanya -dan disebutkan-, ia mau menerima sampai kisah tadi diceritakan pada Nabi shallallahu ‘alaihi wasallam. Lalu, ia mendatangi Nabi shallallahu ‘alaihi wasallam dan menceritakan kisahnya tadi pada beliau. Ia berkata, “Wahai Rasulullah, aku tidaklah meruqyah, kecuali dengan membaca surah Al-Fatihah saja.” Rasulullah shallallahu ‘alaihi wasallam lantas tersenyum dan berkata, “Bagaimana engkau bisa tahu Al-Fatihah adalah ruqyah (artinya: bisa digunakan untuk meruqyah, -pen)?” Beliau pun bersabda, “Ambil kambing tersebut dari mereka dan potongkan untukku sebagiannya bersama kalian.” (HR. Bukhari no. 5736 dan Muslim no. 2201). Dalil-dalil ini menempatkan ruqyah dalam koridor at-tibb an-nabawi—pengobatan kenabian—yang diupayakan dengan adab dan izin Allah sebagai Asy-Syāfi¹³.

Secara fikih, para ulama merumuskan syarat sah ruqyah syar’iyyah: (1) bacaannya dari Al-Qur’an, Asmā’ Allah, atau doa ma’tsur yang maknanya benar; (2) menggunakan bahasa yang dipahami, tanpa lafaz/mantra samar; (3) i’tiqad bahwa Allah semata yang menyembuhkan, bukan bacaan atau perantara itu sendiri. Karena itu, praktik yang bercampur syirik/khurafat—jimat, azimat, medium haram, klaim kekuatan gaib berdiri sendiri—tidak sah dalam koridor ruqyah syar’iyyah^{14,15}.

Dari perspektif maqāṣid al-syarī‘ah, kedudukan ruqyah beririsan dengan ḥifẓ an-nafs (menjaga jiwa) dan tazkiyah (penyucian diri), sekaligus menguatkan ḥifẓ ad-dīn (penjagaan akidah) karena menegaskan tauhid dan menutup pintu kesyirikan. Kaidah lā ḍarar wa lā ḍirār menjadi pagar etis: ruqyah wajib menjaga kehormatan/aurat, menghindari khalwat, tidak menyakiti, mematuhi batas interaksi lawan jenis (utamakan peruqyah sesama jenis/hadir mahram), serta memastikan persetujuan yang jelas dari pihak yang diruqyah^{16,17}.

¹³ Ghiffary, M., Habibi, A., Ridho, S., Sari, D., Hasbillah, A., Majid, S., ... & Hasan, H. (2021). Re-reading ruqyah: comprehensive analysis of ruqyah within hadith, medicine, and psychological perspective. <https://doi.org/10.4108/eai.20-10-2020.2305139>

¹⁴ Anim, S. (2022). Ruqiyah in the perspective of islamic fiqh. *Al-Risalah*, 13(1), 34-49. <https://doi.org/10.34005/alrisalah.v13i1.1696>

¹⁵ Arni, A. (2021). Implementasi ruqyah syar’iyah sebagai alternatif psikoterapi dalam kajian psikologi islam. *Jurnal Studia Insania*, 9(1), 1. <https://doi.org/10.18592/jsi.v9i1.3923>

¹⁶ Candra, M., Adha, U., & Wafirah, A. (2021). Menjaga keharmonisan keluarga melalui ruqyah perspektif maqashid syariah. *El-Usrah Jurnal Hukum Keluarga*, 4(2), 430. <https://doi.org/10.22373/ujhk.v4i2.9022>

¹⁷ Roslan, M. and Zainuri, A. (2023). Teori hifz al-nafs dalam maqasid syariah: analisis pendalilan. *J. Muwafaqat*, 6(1), 1-13. <https://doi.org/10.53840/muwafaqat.v6i1.121>



Pada ranah mu'āmalah, hadis tentang imbalan bagi peruqyah Al-Fātihah menunjukkan bahwa upah yang patut dibolehkan, namun praktik harus steril dari komersialisasi berlebihan, tarif mencekik, promosi menyesatkan, dan klaim kesembuhan pasti. Standar etiknya: transparansi, kejujuran, tidak mengeksploitasi pihak rentan, menjaga kerahasiaan/privasi, serta taat pada ketertiban dan keselamatan layanan¹⁸. Secara kebijakan nilai, kerangka maqāsid mendorong perilaku layanan yang maslahat dan berkelanjutan—sejalan dengan orientasi penjagaan martabat manusia dalam pengobatan yang halal dan beradab^{19,20}.

Posisi normatif ini tidak menafikan ikhtiar medis yang mubah; ruqyah berdiri sebagai ibadah-pengobatan syar'i yang memelihara tauhid dan adab, serta komplementer terhadap layanan profesional ketika diperlukan. Bukti terapan menunjukkan peran ruqyah dalam pemulihan dan penguatan batin dalam kasus-kasus tertentu tanpa mengklaim substitusi total terhadap terapi klinis, sehingga urgensinya lebih tepat diposisikan sebagai kebiasaan penjagaan diri yang menenteramkan dan meneguhkan kepasrahan kepada Allah dalam koridor syariat^{21,22}.

B. Ruqyah Syar'iyah dan Kesehatan Mental

Dalam bingkai layanan kesehatan jiwa, ruqyah syar'iyah harian diposisikan sebagai intervensi komplementer—bukan sekadar ibadah umum—yang bekerja melalui mekanisme religious coping: memperkuat kedekatan kepada Allah, memberi makna pada pengalaman sulit, serta menata emosi dan perhatian (jeda kognitif, self-soothing) sehingga stres subjektif dan gejala cemas lebih terkelola^{23,24}. Sejalan dengan itu, temuan kualitatif dan intervensi kecil yang beririsan dengan ruqyah—misalnya paparan ayat Al-Qur'an dan dzikir—sering melaporkan rasa tenang dan penurunan

¹⁸ Alfari, M. (2022). Pengobatan komplementer alternatif lokal dan potensinya di Indonesia dalam perspektif kesehatan dan ekonomi: kajian literatur sistematis. *Salus Cultura Jurnal Pembangunan Manusia Dan Kebudayaan*, 2(2), 138-150. <https://doi.org/10.55480/saluscultura.v2i2.71>

¹⁹ Isman, A. and Amalia, E. (2023). Relevance of maqasid al-shari'ah for achievement sustainable development goals (sdgs) on zakat institutions in Indonesia. <https://doi.org/10.4108/eai.19-7-2022.2328266>

²⁰ Saleh, M., Mehellou, A., & Omar, B. (2023). Maqāsid al-sharī'ah as goal framing for sustainable behaviours: a conceptual framework. *Intellectual Discourse*, 31(1). <https://doi.org/10.31436/id.v31i1.1805>

²¹ Reza, I. (2023). Islamic self psychotherapy sebagai upaya meningkatkan kesehatan mental dalam adaptasi kebiasaan baru. *Psikobuletin Buletin Ilmiah Psikologi*, 4(3), 147. <https://doi.org/10.24014/pib.v4i3.22175>

²² Jayanti, A. M., Nashori, F., & Rumiani, R. (2019). Terapi ruqyah syar'iyah meningkatkan kebahagiaan perempuan korban kekerasan dalam rumah tangga. *Jurnal Intervensi Psikologi (JIP)*, 11(2), 111-122. <https://doi.org/10.20885/intervensipsikologi.vol11.iss2.art5>

²³ Arifuddin, Y. and Fahmi, A. (2018). The effect of ruqyah syar'iyah therapy on anxiety, stress and depression among health science students. *Holistic Nursing and Health Science*, 1(2), 68. <https://doi.org/10.14710/hnhs.1.2.2018.68-76>

²⁴ Afifuddin, M. and Nooraini, O. (2016). The ruqyah syar'iyah spiritual method as an alternative for depression treatment. *Mediterranean Journal of Social Sciences*. <https://doi.org/10.5901/mjss.2016.v7n4p406>



kecemasan, meski mutu desain dan ukuran sampel bervariasi sehingga interpretasi harus hati-hati^{25,26}.

Secara operasional, penempatan ruqyah sebagai pendamping terapi klinis berarti ia mendukung proses pemulihan tanpa menggantikan asesmen dan tata laksana profesional. Pada gejala sedang–berat (mis. gangguan cemas/depresi yang bermakna, ide bunuh diri, atau komorbid serius), rujukan ke psikolog/psikiater tetap prioritas untuk menjaga keselamatan dan cakupan terapi berbasis bukti^{27,28}. Dalam praktik, kombinasi pendekatan spiritual dan klinis dapat meningkatkan keterlibatan pasien dalam terapi, sekaligus menghormati preferensi religius mereka^{29,30}.

Di tingkat gejala, sejumlah laporan menunjukkan penurunan skor kecemasan/stres dan perbaikan suasana hati setelah sesi ruqyah atau intervensi Qur’ani; efek ini biasanya lebih kuat ketika muncul rasa keterhubungan spiritual dan harapan^{31,32}. Pada setting pendidikan dan komunitas, pengalaman “lebih tenang dan terkendali” kerap disertai dukungan sosial yang memperkuat coping kolektif, meski ragam prosedur, instrumen ukur, dan karakter populasi membuat estimasi efek belum stabil^{33,34}. Karena itu, agenda riset perlu mendorong rancangan lebih ketat (uji

²⁵ Ghiasi, A. and Keramat, A. (2018). The effect of listening to holy quran recitation on anxiety: a systematic review. *Iranian Journal of Nursing and Midwifery Research*, 23(6), 411.

https://doi.org/10.4103/ijnmr.ijnmr_173_17

²⁶ Rahmani, F. and Aziz, A. (2024). Ruqyah syar'iyah as an alternative therapy in islamic psychology: controversies and developments. *ijic*, 6(2), 106-115. <https://doi.org/10.35905/ijic.v6i2.10725>

²⁷ Razali, Z., Rahman, N., & Husin, S. (2018). Complementing the treatment of a major depressive disorder patient with ruqyah shar'iyah therapy: a malaysian case study. *Journal of Muslim Mental Health*, 12(2). <https://doi.org/10.3998/jmmh.10381607.0012.204>

²⁸ Rahman, H. and Hussin, S. (2021). Case study of using ruqyah complementary therapy on a british muslim patient with cluster headache. *European Journal of Medical and Health Sciences*, 3(1), 5-7. <https://doi.org/10.24018/ejmed.2021.3.1.635>

²⁹ Razali, Z., Rahman, N., & Husin, S. (2018). Complementing the treatment of a major depressive disorder patient with ruqyah shar'iyah therapy: a malaysian case study. *Journal of Muslim Mental Health*, 12(2). <https://doi.org/10.3998/jmmh.10381607.0012.204>

³⁰ Faisal, M., Daniswara, P., & Wahyudi, N. (2024). Efektifitas ruqyah syar'iyah dan pengobatan medis. *Akhlak*, 1(4), 179-189. <https://doi.org/10.61132/akhlak.v1i4.110>

³¹ Arifuddin, Y. and Fahmi, A. (2018). The effect of ruqyah syar'iyah therapy on anxiety, stress and depression among health science students. *Holistic Nursing and Health Science*, 1(2), 68. <https://doi.org/10.14710/hnhs.1.2.2018.68-76>

³² Ghiasi, A. and Keramat, A. (2018). The effect of listening to holy quran recitation on anxiety: a systematic review. *Iranian Journal of Nursing and Midwifery Research*, 23(6), 411.

https://doi.org/10.4103/ijnmr.ijnmr_173_17

³³ Ratnasari, K., Natasya, C., Agustin, Y., Suprastiyo, R., Azzuhri, Z., & Amiruddin, M. (2022). Implementation of ruqyah as an alternative to islamic medicine in indonesia. *planar*, 2, 54.

<https://doi.org/10.18860/planar.v2i0.2126>

³⁴ Harmuzi, H. (2020). Studi fenomenologi ruqyah syar'iyah pengalaman transformasi kesehatan mental di biro konsultasi psikologi tazkia salatiga. *Ijip Indonesian Journal of Islamic Psychology*, 2(1), 112-135. <https://doi.org/10.18326/ijip.v2i1.112-135>



terkontrol, sampel memadai) dan outcome psikometrik standar agar inferensi kausal makin kuat^{35,36}.

Secara psikologis, ada tiga jalur mekanistik yang masuk akal. Pertama, regulasi emosi: pengulangan bacaan/doa yang menenangkan membantu menurunkan aktivasi fisiologis dan memberi rasa aman subjektif³⁷. Kedua, reframing makna: penderitaan dipahami dalam horizon tawakal dan harapan, sehingga beban kognitif emosi negatif berkurang³⁸. Ketiga, fokus atensi: praktik yang memusatkan perhatian mengurangi rumination dan menciptakan ruang jeda untuk respons yang lebih adaptif^{39,40}. Jalur-jalur ini konsisten dengan literatur psikologi spiritual yang mengaitkan praktik religius teratur dengan peningkatan kesejahteraan subjektif, khususnya saat menghadapi stresor kronis⁴¹.

Implementasi klinis yang aman dan etis memerlukan tiga prasyarat. Pertama, skrining risiko: identifikasi dini red-flag klinis (mis. ide bunuh diri, psikosis akut) untuk memastikan ruqyah tidak menghambat akses layanan kritis⁴². Kedua, edukasi posisi ruqyah: menegaskan kepada pasien/keluarga bahwa ruqyah adalah dukungan religius komplementer, bukan terapi tunggal, sehingga kepatuhan pada psikoterapi/farmakoterapi tetap dijaga⁴³. Ketiga, jalur rujukan jelas: ketika indikator klinis terlihat, penanganan utama tetap di layanan profesional, sementara ruqyah menyertai untuk memperkuat ketenangan, makna, dan motivasi pemulihan⁴⁴.

³⁵ Rahmani, F. and Aziz, A. (2024). Ruqyah syar'iyah as an alternative therapy in islamic psychology: controversies and developments. *ijic*, 6(2), 106-115. <https://doi.org/10.35905/ijic.v6i2.10725>

³⁶ Riswanto, D. and Younis, T. (2023). Ruqyah therapy based on local wisdom to overcome dissociative trans disorders in patients at home ruqyah and al-qur'an therapy. *Jousip Journal of Sufism and Psychotherapy*, 3(2), 135-148. <https://doi.org/10.28918/jousip.v3i2.2038>

³⁷ Arifuddin, Y. and Fahmi, A. (2018). The effect of ruqyah syar'iyah therapy on anxiety, stress and depression among health science students. *Holistic Nursing and Health Science*, 1(2), 68. <https://doi.org/10.14710/hnhs.1.2.2018.68-76>

³⁸ Iskandar, R. (2024). The transformative power of qur'anic spiritual education and ruqyah syariyyah in nurturing personal character. *AI*, 1(3), 32-37. <https://doi.org/10.62872/8hag6122>

³⁹ Arifuddin, Y. and Fahmi, A. (2018). The effect of ruqyah syar'iyah therapy on anxiety, stress and depression among health science students. *Holistic Nursing and Health Science*, 1(2), 68. <https://doi.org/10.14710/hnhs.1.2.2018.68-76>

⁴⁰ Iskandar, R. (2024). The transformative power of qur'anic spiritual education and ruqyah syariyyah in nurturing personal character. *AI*, 1(3), 32-37. <https://doi.org/10.62872/8hag6122>

⁴¹ Afifuddin, M. and Nooraini, O. (2016). The ruqyah syar'iyah spiritual method as an alternative for depression treatment. *Mediterranean Journal of Social Sciences*. <https://doi.org/10.5901/mjss.2016.v7n4p406>

⁴² Faisal, M., Daniswara, P., & Wahyudi, N. (2024). Efektifitas ruqyah syar'iyah dan pengobatan medis. *Akhlak*, 1(4), 179-189. <https://doi.org/10.61132/akhlak.v1i4.110>

⁴³ Razali, Z., Rahman, N., & Husin, S. (2018). Complementing the treatment of a major depressive disorder patient with ruqyah shar'iyah therapy: a malaysian case study. *Journal of Muslim Mental Health*, 12(2). <https://doi.org/10.3998/jmmh.10381607.0012.204>

⁴⁴ Rahman, H. and Hussin, S. (2021). Case study of using ruqyah complementary therapy on a british muslim patient with cluster headache. *European Journal of Medical and Health Sciences*, 3(1), 5-7. <https://doi.org/10.24018/ejmed.2021.3.1.635>



Dari sudut manfaat praktis, integrasi bijak antara ruqyah dan intervensi berbasis bukti dapat: (i) meningkatkan penerimaan pasien terhadap terapi karena selaras dengan nilai religius mereka; (ii) menurunkan drop-out akibat kecemasan awal; dan (iii) memperkuat perilaku perawatan diri (istirahat, kepatuhan obat) melalui ketenangan dan harapan yang lebih stabil. Namun, untuk menghindari over-claim, komunikasi harus menolak klaim kesembuhan universal dan mendorong shared-decision making yang transparan.

C. Ruqyah Syar'iyah dan Kesehatan Fisik

Ruqyah syar'iyah merupakan pengobatan spiritual yang bertujuan untuk menyembuhkan penyakit fisik melalui bacaan ayat-ayat Al-Qur'an dan doa-doa ma'tsur yang diajarkan oleh Rasulullah ﷺ. Praktik ini memiliki akar yang kuat dalam tradisi Islam dan diakui secara luas di berbagai budaya Muslim sebagai salah satu cara untuk mendukung proses penyembuhan dari berbagai penyakit. Dalam konteks ini, ruqyah tidak hanya dilihat sebagai suatu ibadah spiritual, tetapi juga sebagai metode penyembuhan yang dapat berkontribusi pada kesehatan fisik seseorang^{45,46}.

Ruqyah berfungsi sebagai terapi komplementer yang dapat memperbaiki kesejahteraan fisik melalui penerapan spiritual. Meskipun banyak penelitian tentang ruqyah berfokus pada aspek spiritualnya, ada juga bukti yang menunjukkan bahwa ruqyah dapat membantu penyembuhan fisik, khususnya dalam mengurangi gejala fisik yang berhubungan dengan stres atau gangguan psikogenik. Penurunan stres yang disebabkan oleh praktik ruqyah berhubungan dengan perbaikan kualitas tidur, penurunan ketegangan otot, dan penurunan kelelahan, yang semuanya berperan penting dalam pemulihan tubuh^{47,48}. Praktik ruqyah yang dilakukan dengan niat ikhlas dan adab yang benar dapat mengurangi ketegangan fisiologis yang berkaitan dengan stres, seperti peningkatan detak jantung, tekanan darah tinggi, dan gangguan pencernaan, yang sering kali dipicu oleh tekanan mental yang berkepanjangan⁴⁹.

Berdasarkan kajian-kajian sebelumnya, ruqyah dapat membantu dalam penurunan gejala fisik yang tidak selalu dijelaskan secara medis, seperti gangguan kulit, nyeri kronis, dan gangguan pencernaan. Sebagai contoh, dalam sebuah studi kasus, pasien dengan eczema mengalami perbaikan signifikan setelah menerima terapi ruqyah

⁴⁵ Anim, S. (2022). Ruqiyah in the perspective of islamic fiqh. *Al-Risalah*, 13(1), 34-49. <https://doi.org/10.34005/alrisalah.v13i1.1696>

⁴⁶ Rahman, H. and Hussin, S. (2021). Case study of ruqyah therapy on muslim patient with eczema. *European Journal of Medical and Health Sciences*, 3(1), 41-43. <https://doi.org/10.24018/ejmed.2021.3.1.696>

⁴⁷ Faisal, M., Daniswara, P., & Wahyudi, N. (2024). Efektifitas ruqyah syar'iyah dan pengobatan medis. *Akhlak*, 1(4), 179-189. <https://doi.org/10.61132/akhlak.v1i4.110>

⁴⁸ Ghiasi, A. and Keramat, A. (2018). The effect of listening to holy quran recitation on anxiety: a systematic review. *Iranian Journal of Nursing and Midwifery Research*, 23(6), 411. https://doi.org/10.4103/ijnmr.ijnmr_173_17

⁴⁹ Rahman, H. and Hussin, S. (2021). Case study of using ruqyah complementary therapy on a british muslim patient with cluster headache. *European Journal of Medical and Health Sciences*, 3(1), 5-7. <https://doi.org/10.24018/ejmed.2021.3.1.635>



selama beberapa hari, yang menunjukkan bahwa ruqyah dapat menjadi terapi pendamping yang efektif, khususnya ketika pengobatan medis konvensional tidak memberikan hasil yang diinginkan⁵⁰. Penurunan gejala ini kemungkinan terkait dengan efek menenangkan yang dihasilkan oleh bacaan ayat-ayat Al-Qur'an, yang dapat mempengaruhi kondisi fisiologis tubuh, seperti pengurangan peradangan dan pengaturan respons stres.

Selain itu, ruqyah juga diyakini dapat meningkatkan daya tahan tubuh. Ketenangan yang dihasilkan oleh bacaan ayat-ayat Al-Qur'an berfungsi untuk menenangkan sistem saraf dan membantu tubuh dalam mengelola respons stres, yang pada gilirannya meningkatkan sistem imun tubuh⁵¹. Sebuah studi juga menunjukkan bahwa penurunan stres emosional yang terkait dengan praktik spiritual seperti ruqyah dapat memiliki efek yang menguntungkan pada kesehatan jantung, dengan memperbaiki tekanan darah dan detak jantung, serta mengurangi risiko penyakit kardiovaskular⁵². Dengan demikian, ruqyah berkontribusi pada kesehatan fisik secara keseluruhan, terutama dalam mengurangi dampak negatif stres terhadap tubuh.

Manfaat ruqyah dalam konteks kesehatan fisik tidak hanya terfokus pada pengobatan langsung, tetapi juga berperan dalam menciptakan keseimbangan jiwa dan raga yang menyeluruh. Ini sejalan dengan pendekatan holistik dalam perawatan kesehatan, yang tidak hanya memandang tubuh secara fisik, tetapi juga memperhitungkan dimensi spiritual seseorang. Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa praktik ruqyah yang konsisten dapat memperbaiki kualitas hidup pasien dengan meningkatkan kesehatan fisik melalui pengurangan stres, ketenangan emosi, dan penguatan harapan⁵³. Ini juga menciptakan synergistic effect antara kesehatan fisik dan spiritual yang dapat mempercepat proses penyembuhan.

Dalam konteks kesehatan masyarakat, penerapan ruqyah semakin diakui sebagai alternatif atau terapi tambahan, terutama dalam kondisi di mana pengobatan medis konvensional sulit diakses atau mahal. Studi yang dilakukan di Indonesia menunjukkan bahwa banyak individu memilih ruqyah sebagai salah satu pilihan pengobatan ketika mereka menghadapi kendala dalam mendapatkan layanan medis, baik karena faktor biaya atau keterbatasan geografis⁵⁴. Hal ini mencerminkan

⁵⁰ Rahman, H. and Hussin, S. (2021). Case study of ruqyah therapy on muslim patient with eczema. *European Journal of Medical and Health Sciences*, 3(1), 41-43. <https://doi.org/10.24018/ejmed.2021.3.1.696>

⁵¹ Anim, S. (2022). Ruqiyah in the perspective of islamic fiqh. *Al-Risalah*, 13(1), 34-49. <https://doi.org/10.34005/alrisalah.v13i1.1696>

⁵² Faisal, M., Daniswara, P., & Wahyudi, N. (2024). Efektifitas ruqyah syar'iyah dan pengobatan medis. *Akhlak*, 1(4), 179-189. <https://doi.org/10.61132/akhlak.v1i4.110>

⁵³ Saskia, B., Alizah, P., Hoirunisah, S., Safira, R., Azizah, D., Putra, A., ... & Indra, R. (2022). Usefulness of ruqyah prayer in everyday life. *CDCS*, 1(1), 30-35. <https://doi.org/10.61994/cdcs.v1i1.29>

⁵⁴ Darni, D., Tukan, R., Lesmana, H., Damayanti, A., Handayani, F., Zulfia, R., ... & Amir, H. (2022). Phenomenological study. *International Journal of Health Sciences*, 3355-3368. <https://doi.org/10.53730/ijhs.v6ns3.6452>



penerimaan yang lebih luas terhadap nilai-nilai spiritual dalam pengobatan, sekaligus menegaskan pentingnya integrasi antara terapi spiritual dan medis konvensional.

Secara keseluruhan, ruqyah syar'iyah sebagai metode pengobatan berperan penting dalam penyembuhan fisik, khususnya dalam mengatasi penyakit yang sulit dijelaskan secara medis atau ketika pengobatan konvensional tidak memberikan hasil yang memadai. Namun, untuk memastikan efektivitasnya, diperlukan penelitian lebih lanjut dengan desain yang lebih kuat dan sampel yang lebih besar untuk memvalidasi manfaatnya. Integrasi ruqyah dengan metode pengobatan konvensional dapat menciptakan pendekatan kesehatan yang lebih holistik, memadukan kekuatan spiritual dengan ilmu kedokteran modern.

D. Model Konseptual Posisi “Ruqyah Harian” (Jiwa–Raga)

Model konseptual yang diusulkan untuk “Ruqyah Harian” mengintegrasikan tiga poros utama yang saling terkait dalam mendukung kesehatan jiwa dan raga, yakni: (A) landasan normatif, (B) efek psikospiritual, dan (C) jalur tidak langsung ke fisik, dengan penekanan pada proporsionalitas dan batas klaim yang jelas. Dalam model ini, ruqyah syar'iyah diposisikan sebagai amalan harian yang sah, mengarah pada peningkatan kesejahteraan individu secara menyeluruh, baik di tingkat mental maupun fisik.

Landasan normatif dari model ini berfokus pada keabsahan syar'i, tauhid, adab, dan proporsionalitas dalam praktik ruqyah. Ruqyah harus dilaksanakan dengan penuh keyakinan akan kekuasaan Allah sebagai penyembuh, menggunakan bacaan yang sah dari Al-Qur'an dan doa-doa yang ma'tsur (dari hadis). Dalam hal ini, tauhid—keyakinan pada keesaan Allah—merupakan inti dari praktik ruqyah, yang bertujuan untuk menghilangkan ketergantungan pada selain Allah dan memperkuat spiritualitas individu^{55,56}. Praktik ini juga harus menjaga adab yang benar, seperti niat yang ikhlas, menjaga kehormatan, tidak melakukan khalwat, serta menghindari komersialisasi berlebihan. Keseimbangan dalam menjalankan ruqyah sangat penting agar tidak disalahgunakan atau dipandang sebagai pengganti pengobatan medis profesional^{57,58}.

Ruqyah harian berperan sebagai penguatan psikospiritual yang memberikan ketenangan, pengaturan emosi, rasa bermakna, dan resiliensi bagi individu. Praktik ini dapat membantu individu mengatasi kecemasan dan stres melalui pengulangan bacaan

⁵⁵ Ali, S., Mahmood, A., McBryde-Redzovic, A., Humam, F., & Awaad, R. (2022). Role of mosque communities in supporting muslims with mental illness: results of cbpr-oriented focus groups in the bay area, california. *Psychiatric Quarterly*, 93(4), 985-1001. <https://doi.org/10.1007/s11126-022-10002-x>

⁵⁶ Rasool, F. (2023). The qur'an as a potential source of optimism and therapeutic aid for individuals afflicted with mental disorders. <https://doi.org/10.33774/coe-2023-nv043>

⁵⁷ Razali, Z., Rahman, N., & Husin, S. (2018). Complementing the treatment of a major depressive disorder patient with ruqyah shar'iyah therapy: a malaysian case study. *Journal of Muslim Mental Health*, 12(2). <https://doi.org/10.3998/jmmh.10381607.0012.204>

⁵⁸ Ghiffary, M., Habibi, A., Ridho, S., Sari, D., Hasbillah, A., Majid, S., ... & Hasan, H. (2021). Re-reading ruqyah: comprehensive analysis of ruqyah within hadith, medicine, and psychological perspective. <https://doi.org/10.4108/eai.20-10-2020.2305139>



Al-Qur'an yang menenangkan, yang terbukti mempengaruhi keseimbangan emosi dan meningkatkan stabilitas mental. Penelitian menunjukkan bahwa mendengarkan ayat-ayat Al-Qur'an dapat meningkatkan gelombang otak alfa, yang sering diasosiasikan dengan relaksasi, sehingga berkontribusi pada penurunan kecemasan dan peningkatan kualitas kesehatan mental^{59,60}. Ruqyah membantu individu merasakan makna dan harapan yang lebih kuat dalam menghadapi kesulitan hidup, yang memperkuat resiliensi mereka dalam menghadapi tantangan. Dalam praktiknya, banyak individu yang melaporkan peningkatan ketenangan dan rasa tenang setelah menjalani sesi ruqyah, yang berperan penting dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis mereka^{61,62}.

Mekanisme ruqyah yang berkaitan dengan kesehatan fisik terjadi secara tidak langsung, terutama melalui penurunan stres, peningkatan kualitas tidur, dan berkurangnya ketegangan fisiologis. Penelitian menunjukkan bahwa praktik keagamaan yang rutin, seperti ruqyah, dapat memperbaiki kualitas tidur dan mengurangi ketegangan tubuh yang disebabkan oleh stres emosional. Pengaturan stres melalui praktik spiritual seperti ruqyah juga berhubungan dengan penurunan tingkat hormon kortisol, yang berperan dalam mengatur respons tubuh terhadap stres^{63,64}. Perbaikan kualitas tidur dan penurunan ketegangan otot juga berkontribusi pada peningkatan energi harian dan pemulihan fisik, yang penting untuk menjaga kondisi tubuh secara keseluruhan. Ruqyah membantu memperbaiki perilaku sehat, seperti kepatuhan terhadap pengobatan dan rutinitas sehari-hari yang mendukung pemulihan tubuh⁶⁵.

Kolaborasi medis-spiritual semakin diakui sebagai langkah positif dalam pendekatan kesehatan holistik. Dalam beberapa kasus, praktik ruqyah yang terintegrasi dengan terapi medis konvensional menunjukkan penurunan gejala fisik yang efektif,

⁵⁹ Rasool, F. (2023). The qur'an as a potential source of optimism and therapeutic aid for individuals afflicted with mental disorders. <https://doi.org/10.33774/coe-2023-nv043>

⁶⁰ Aljuhani, M., Lovell, K., Price, O., & Almutairi, A. (2024). Exploring the perceptions of people diagnosed with schizophrenia and their family members to inform the cultural adaptation of cognitive behavioural therapy for psychosis in saudi arabia: a qualitative study. *The Cognitive Behaviour Therapist*, 17. <https://doi.org/10.1017/s1754470x24000394>

⁶¹ Harris, K., Haddock, G., Peters, S., & Gooding, P. (2019). Psychological resilience to suicidal thoughts and behaviours in people with schizophrenia diagnoses: a systematic literature review. *Psychology and Psychotherapy Theory Research and Practice*, 93(4), 777-809. <https://doi.org/10.1111/papt.12255>

⁶² Razali, Z., Rahman, N., & Husin, S. (2018). Complementing the treatment of a major depressive disorder patient with ruqyah shar'iyah therapy: a malaysian case study. *Journal of Muslim Mental Health*, 12(2). <https://doi.org/10.3998/jmmh.10381607.0012.204>

⁶³ Rasool, F. (2023). The qur'an as a potential source of optimism and therapeutic aid for individuals afflicted with mental disorders. <https://doi.org/10.33774/coe-2023-nv043>

⁶⁴ Razali, Z., Rahman, N., & Husin, S. (2018). Complementing the treatment of a major depressive disorder patient with ruqyah shar'iyah therapy: a malaysian case study. *Journal of Muslim Mental Health*, 12(2). <https://doi.org/10.3998/jmmh.10381607.0012.204>

⁶⁵ Faisal, M., Daniswara, P., & Wahyudi, N. (2024). Efektifitas ruqyah syar'iyah dan pengobatan medis. *Akhlak*, 1(4), 179-189. <https://doi.org/10.61132/akhlak.v1i4.110>



seperti pada penderita eczema dan gangguan kulit lainnya⁶⁶. Studi kasus menunjukkan bahwa ruqyah dapat berfungsi sebagai terapi tambahan yang mempercepat proses penyembuhan dan mengurangi gejala fisik, terutama pada penyakit yang berhubungan dengan stres atau gangguan psikogenik. Selain itu, kolaborasi ini juga memperkuat keterlibatan pasien dalam perawatan, karena mereka merasa lebih dihargai dan didukung secara emosional oleh aspek spiritual yang mereka anut.

Model konseptual ini juga menekankan pentingnya batas klaim dan rujukan dalam praktik ruqyah. Meskipun ruqyah berfungsi sebagai dukungan spiritual yang komplementer, ia tidak dimaksudkan untuk menggantikan pengobatan medis konvensional, terutama dalam kasus-kasus gangguan fisik yang membutuhkan intervensi medis profesional. Rujukan ke tenaga medis, seperti dokter atau psikolog, tetap menjadi prioritas saat menghadapi gejala yang lebih serius atau ketika gejala fisik tidak menunjukkan perbaikan dengan terapi spiritual^{67,68}. Kolaborasi antara tenaga medis dan praktisi agama yang berkompeten dalam melakukan ruqyah dapat menghasilkan pendekatan pengobatan yang lebih holistik, yang memperhitungkan baik aspek fisik maupun spiritual dari kesehatan individu.

4. KESIMPULAN

Artikel ini menegaskan bahwa ruqyah syar'iyah memiliki potensi besar dalam mendukung kesehatan fisik dan mental. Praktik ini terbukti membantu mengelola stres, menurunkan kecemasan, dan meningkatkan kesejahteraan psikologis melalui pengaturan emosi dan peningkatan ketenangan batin. Selain itu, ruqyah juga berperan dalam memperbaiki kualitas tidur, mengurangi ketegangan fisik, dan meningkatkan kepatuhan terhadap perilaku sehat. Namun, ruqyah harus dipahami sebagai terapi komplementer, bukan pengganti pengobatan medis. Praktik ini dapat berfungsi sebagai dukungan spiritual yang memperkuat proses penyembuhan, tetapi untuk gejala klinis yang serius, rujukan ke profesional medis tetap diperlukan.

Penelitian ini memberikan pemahaman lebih mendalam tentang urgensi ruqyah sebagai amalan harian yang sah dan proporsional dalam konteks kesehatan jiwa-raga. Diharapkan, artikel ini dapat berkontribusi pada pengembangan kajian ilmiah tentang pengobatan berbasis hadis dalam medis modern dan memperkuat integrasi antara spiritualitas dan terapi medis.

⁶⁶ Rahman, H. and Hussin, S. (2021). Case study of ruqyah therapy on muslim patient with eczema. *European Journal of Medical and Health Sciences*, 3(1), 41-43.
<https://doi.org/10.24018/ejmed.2021.3.1.696>

⁶⁷ Razali, Z., Rahman, N., & Husin, S. (2018). Complementing the treatment of a major depressive disorder patient with ruqyah shar'iyah therapy: a malaysian case study. *Journal of Muslim Mental Health*, 12(2).
<https://doi.org/10.3998/jmmh.10381607.0012.204>

⁶⁸ Ghiffary, M., Habibi, A., Ridho, S., Sari, D., Hasbillah, A., Majid, S., ... & Hasan, H. (2021). Re-reading ruqyah: comprehensive analysis of ruqyah within hadith, medicine, and psychological perspective.
<https://doi.org/10.4108/eai.20-10-2020.2305139>



5. DAFTAR PUSTAKA

- Afifuddin, M., & Nooraini, O. (2016). The ruqyah syar'iyah spiritual method as an alternative for depression treatment. *Mediterranean Journal of Social Sciences*. <https://doi.org/10.5901/mjss.2016.v7n4p406>
- Alfarizi, M. (2022). Pengobatan komplementer alternatif lokal dan potensinya di Indonesia dalam perspektif kesehatan dan ekonomi: kajian literatur sistematis. *Salus Cultura Jurnal Pembangunan Manusia Dan Kebudayaan*, 2(2), 138–150. <https://doi.org/10.55480/saluscultura.v2i2.71>
- Ali, S., Mahmood, A., McBryde-Redzovic, A., Humam, F., & Awaad, R. (2022). Role of mosque communities in supporting Muslims with mental illness: results of CBPR-oriented focus groups in the Bay Area, California. *Psychiatric Quarterly*, 93(4), 985–1001. <https://doi.org/10.1007/s11126-022-10002-x>
- Aljuhani, M., Lovell, K., Price, O., & Almutairi, A. (2024). Exploring the perceptions of people diagnosed with schizophrenia... *The Cognitive Behaviour Therapist*, 17. <https://doi.org/10.1017/s1754470x24000394>
- Amelia, A., Ahri, R., & Jiranah, J. (2022). Pengaruh stimulus auditori Qur'an/murottal terhadap ansietas pada hipertensi. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 10(1), 45. <https://doi.org/10.26714/jkj.10.1.2022.45-56>
- Anim, S. (2022). Ruqiyah in the perspective of Islamic fiqh. *Al-Risalah*, 13(1), 34–49. <https://doi.org/10.34005/alrisalah.v13i1.1696>
- Arifuddin, Y., & Fahmi, A. (2018). The effect of ruqyah syar'iyah therapy on anxiety, stress and depression among health science students. *Holistic Nursing and Health Science*, 1(2), 68. <https://doi.org/10.14710/hnhs.1.2.2018.68-76>
- Arni, A. (2021). Implementasi ruqyah syar'iyah sebagai alternatif psikoterapi dalam kajian psikologi Islam. *Jurnal Studia Insania*, 9(1), 1. <https://doi.org/10.18592/jsi.v9i1.3923>
- Candra, M., Adha, U., & Wafirah, A. (2021). Menjaga keharmonisan keluarga melalui ruqyah perspektif maqashid syariah. *El-Usrah Jurnal Hukum Keluarga*, 4(2), 430. <https://doi.org/10.22373/ujhk.v4i2.9022>
- Chalkiadaki, A. (2018). A systematic literature review of 21st century skills and competencies in primary education. *International Journal of Instruction*, 11(3), 1–16. <https://doi.org/10.12973/iji.2018.1131a>
- Darni, D., Tukan, R., Lesmana, H., Damayanti, A., Handayani, F., Zulfia, R., ... & Amir, H. (2022). Phenomenological study. *International Journal of Health Sciences*, 3355–3368. <https://doi.org/10.53730/ijhs.v6ns3.6452>
- Faisal, M., Daniswara, P., & Wahyudi, N. (2024). Efektifitas ruqyah syar'iyah dan pengobatan medis. *Akhlak*, 1(4), 179–189. <https://doi.org/10.61132/akhlak.v1i4.110>
- Ghiasi, A., & Keramat, A. (2018). The effect of listening to holy Quran recitation on anxiety: a systematic review. *Iranian Journal of Nursing and Midwifery Research*, 23(6), 411. https://doi.org/10.4103/ijnmr.ijnmr_173_17



- Ghiffary, M., Habibi, A., Ridho, S., Sari, D., Hasbillah, A., Majid, S., ... & Hasan, H. (2021). Re-reading ruqyah: comprehensive analysis of ruqyah within hadith, medicine, and psychological perspective. <https://doi.org/10.4108/eai.20-10-2020.2305139>
- Harmuzi, H. (2020). Studi fenomenologi ruqyah syar'iyah: pengalaman transformasi kesehatan mental... *IJIP Indonesian Journal of Islamic Psychology*, 2(1), 112–135. <https://doi.org/10.18326/ijip.v2i1.112-135>
- Harris, K., Haddock, G., Peters, S., & Gooding, P. (2019). Psychological resilience to suicidal thoughts and behaviours... *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 93(4), 777–809. <https://doi.org/10.1111/papt.12255>
- Isdianto, A., Indunissy, N. A., & Fitrianti, N. (2025). The impact of mental health disorders on physical disease risks: a comprehensive review. *MICJO*, 2(2), 1572–1587. <https://doi.org/10.62567/micjo.v2i2.681>
- Isdianto, A., Indunissy, N. A., & Fitrianti, N. (2025). The impact of tawakal and dhikr on mental health and stress in modern life. *MICJO*, 2(2), 1538–1547. <https://doi.org/10.62567/micjo.v2i2.684>
- Iskandar, R. (2024). The transformative power of Qur'anic spiritual education and ruqyah syariyyah in nurturing personal character. *AI*, 1(3), 32–37. <https://doi.org/10.62872/8hag6122>
- Isman, A., & Amalia, E. (2023). Relevance of maqasid al-shari'ah for achievement SDGs on zakat institutions in Indonesia. <https://doi.org/10.4108/eai.19-7-2022.2328266>
- Jayanti, A. M., Nashori, F., & Rumiani, R. (2019). Terapi ruqyah syar'iyah meningkatkan kebahagiaan perempuan korban KDRT. *Jurnal Intervensi Psikologi (JIP)*, 11(2), 111–122. <https://doi.org/10.20885/intervensipsikologi.vol11.iss2.art5>
- Rahman, H., & Hussin, S. (2021). Case study of ruqyah therapy on Muslim patient with eczema. *European Journal of Medical and Health Sciences*, 3(1), 41–43. <https://doi.org/10.24018/ejmed.2021.3.1.696>
- Rahman, H., & Hussin, S. (2021). Case study of using ruqyah complementary therapy on a British Muslim patient with cluster headache. *European Journal of Medical and Health Sciences*, 3(1), 5–7. <https://doi.org/10.24018/ejmed.2021.3.1.635>
- Rahmani, F., & Aziz, A. (2024). Ruqyah syar'iyah as an alternative therapy in Islamic psychology: controversies and developments. *IJIC*, 6(2), 106–115. <https://doi.org/10.35905/ijic.v6i2.10725>
- Razali, Z., Rahman, N., & Husin, S. (2018). Complementing the treatment of a major depressive disorder patient with ruqyah shar'iyah therapy: a Malaysian case study. *Journal of Muslim Mental Health*, 12(2). <https://doi.org/10.3998/jmmh.10381607.0012.204>
- Rasool, F. (2023). The Qur'an as a potential source of optimism and therapeutic aid for individuals afflicted with mental disorders. <https://doi.org/10.33774/coe-2023-nv043>



- Ratnasari, K., Natasya, C., Agustin, Y., Suprastiyo, R., Azzuhri, Z., & Amiruddin, M. (2022). Implementation of ruqyah as an alternative to Islamic medicine in Indonesia. *Planar*, 2, 54. <https://doi.org/10.18860/planar.v2i0.2126>
- Reza, I. (2023). Islamic self psychotherapy sebagai upaya meningkatkan kesehatan mental dalam adaptasi kebiasaan baru. *Psikobuletin Buletin Ilmiah Psikologi*, 4(3), 147. <https://doi.org/10.24014/pib.v4i3.22175>
- Riswanto, D., & Younis, T. (2023). Ruqyah therapy based on local wisdom to overcome dissociative trans disorders... *JOUSIP Journal of Sufism and Psychotherapy*, 3(2), 135–148. <https://doi.org/10.28918/jousip.v3i2.2038>
- Roslan, M., & Zainuri, A. (2023). Teori hifz al-nafs dalam maqasid syariah: analisis pendalilan. *J. Muwafaqat*, 6(1), 1–13. <https://doi.org/10.53840/muwafaqat.v6i1.121>
- Rosyanti, L., Hadi, I., & Akhmad, A. (2022). Kesehatan spiritual terapi Al-Qur'an sebagai pengobatan fisik dan psikologis di masa pandemi COVID-19. *Health Information Jurnal Penelitian*, 14(1), 89–114. <https://doi.org/10.36990/hijp.v14i1.480>
- Saleh, M., Mehellou, A., & Omar, B. (2023). Maqāṣid al-sharī'ah as goal framing for sustainable behaviours: a conceptual framework. *Intellectual Discourse*, 31(1). <https://doi.org/10.31436/id.v31i1.1805>
- Sari, O., Ramdhani, N., & Subandi, S. (2020). Kesehatan mental di era digital: peluang pengembangan layanan profesional psikolog. *Media Penelitian dan Pengembangan Kesehatan*, 30(4). <https://doi.org/10.22435/mpk.v30i4.3311>
- Saskia, B., Alizah, P., Hoirunisah, S., Safira, R., Azizah, D., Putra, A., ... & Indra, R. (2022). Usefulness of ruqyah prayer in everyday life. *CDCS*, 1(1), 30–35. <https://doi.org/10.61994/cdcs.v1i1.29>
- Suteja, J., Safitri, T., Nurrahman, A., & Umamah, F. (2024). Konseling spiritual berbasis terapi ruqyah dalam mengatasi gangguan kesehatan mental. *Prophetic Professional Empathy and Islamic Counseling Journal*, 6(2), 131. <https://doi.org/10.24235/prophetic.v6i2.16656>