



RUQYAH BERBASIS SUFISTIK SEBAGAI TERAPI PSIKO-SPIRITUAL ALTERNATIF BAGI DEPRESI

Muhammad Husein

Pascasarjana UIN Antasari Banjarmasin

e-mail: husinmuhammad99@gmail.com

Submit Tgl: 18-Juni-2026

Diterima Tgl: 18-Juni-2026

Diterbitkan Tgl: 19-Juni-2026

Abstrak: Penelitian ini mengeksplorasi integrasi konseptual ruqyah berbasis sufistik sebagai salah satu bentuk mindfulness Islami melalui perspektif psikologi transpersonal dan psikoneuroimunologi. Dengan menggunakan pendekatan *Systematic Literature Review* (SLR), penelitian ini mengkaji bagaimana praktik penyembuhan Islam tradisional dapat dipahami dalam kerangka psikologis dan fisiologis kontemporer. Berbagai penelitian yang telah melalui proses peer review terkait ruqyah, penyembuhan sufistik, spiritualitas Islam, dan kesehatan mental ditelaah serta disintesis secara sistematis. Hasil penelitian menunjukkan adanya pergeseran paradigma dalam diskursus akademik kontemporer, di mana ruqyah tidak lagi dipandang semata-mata sebagai ritual mistik yang berkaitan dengan gangguan jin atau kesurupan, tetapi juga mulai dipahami sebagai suatu pendekatan psiko-spiritual yang holistik dan berpotensi membantu mengatasi gangguan psikosomatis serta berbagai tantangan psikologis pada masyarakat modern. Analisis dalam penelitian ini mengidentifikasi tiga dimensi yang saling berkaitan dalam ruqyah berbasis sufistik. Pertama, inabah berpotensi menjadi sarana katarsis emosional dan restrukturisasi kognitif yang membantu individu mengolah rasa bersalah yang belum terselesaikan serta kecemasan eksistensial. Kedua, praktik zikir dipahami memiliki kesamaan dengan mindfulness berbasis perhatian terfokus dan diduga dapat membantu mengurangi pikiran yang mengganggu serta mendukung regulasi sistem saraf parasimpatik. Ketiga, penerapan thibbun nabawi memberikan dukungan somatik yang melengkapi proses spiritual dan berpotensi membantu menjaga keseimbangan fungsi tubuh. Sebagai kesimpulan, ruqyah berbasis sufistik menunjukkan potensi yang masuk akal untuk dipahami sebagai kerangka pendukung dalam layanan kesehatan mental yang bersifat holistik. Meskipun demikian, karena penelitian ini sepenuhnya didasarkan pada data sekunder, temuan yang diperoleh masih bersifat konseptual dan pendahuluan. Oleh sebab itu, diperlukan penelitian empiris lebih lanjut, termasuk observasi klinis dan pengukuran fisiologis, guna mengkaji secara lebih mendalam mekanisme terapeutik serta implikasi praktis dari pendekatan ini dalam konteks nyata.

Kata Kunci: Sufi Healing, Ruqyah, Inabah, Zikir, Thibbun Nabawi

Abstract: This study explores the conceptual integration of Sufi-based ruqyah as a potential form of Islamic mindfulness through the perspectives of transpersonal psychology and psychoneuroimmunology. Using a *Systematic Literature Review* (SLR) approach, this paper examines how traditional Islamic healing practices may be understood within contemporary psychological and physiological frameworks. Relevant peer-reviewed studies related to ruqyah, Sufi healing, Islamic spirituality, and mental health were systematically reviewed and synthesized. The findings suggest an emerging paradigm shift in contemporary academic discourse, in which ruqyah is increasingly viewed not merely as an occult ritual associated with spirit possession, but also as a holistic psycho-spiritual approach that may contribute to addressing psychosomatic distress and modern psychological challenges. The analysis identifies three interconnected dimensions within Sufi-based ruqyah. First, inabah may facilitate emotional catharsis and cognitive reframing, enabling individuals to process unresolved guilt and existential anxiety.

Second, the rhythmic practice of dhikr appears comparable to focused-attention mindfulness and is hypothesized to reduce intrusive thoughts while supporting parasympathetic regulation. Third, the incorporation of thibbun nabawi provides somatic support that complements spiritual intervention and may contribute to maintaining bodily homeostasis. In conclusion, Sufi-based ruqyah demonstrates plausible potential as a complementary framework for holistic mental health care. Nevertheless, as this study relies entirely on secondary data, the findings remain conceptual and preliminary. Further empirical investigations, including clinical observations and physiological assessments, are needed to examine the therapeutic mechanisms and practical implications of this approach.

Keywords: *Sufi Healing, Ruqyah, Inabah, Dhikr, Thibbun Nabawi.*

Cara mengutip Husein, M. (2026). Ruqyah Berbasis Sufistik Sebagai Terapi Psiko-Spiritual Alternatif bagi Depresi. *JIS: Journal Islamic Studies*, 4(2), 636–649. <https://doi.org/10.71456/jis.v4i2.2093>

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Dalam lanskap layanan kesehatan mental global, dominasi paradigma psikiatri Barat yang bercorak sekuler secara historis telah melahirkan pandangan yang reduksionis terhadap dimensi religius dan spiritual dalam pengalaman manusia. Selama beberapa dekade, psikologi klinis konvensional beroperasi dalam kerangka positivistik yang ketat, sehingga pengalaman metafisik dan berbagai bentuk penderitaan spiritual yang berkembang dalam budaya lokal sering kali dipahami sebagai gejala psikopatologis atau sekadar mekanisme koping primitif yang dianggap tidak memiliki validitas empiris.¹

Namun demikian, dominasi perspektif Euro-sentris tersebut mulai mendapat tantangan seiring berkembangnya psikologi transpersonal dan kajian psikoneuroimunologi kontemporer. Kedua bidang ini menunjukkan bahwa kesehatan fisik tidak dapat dipisahkan dari kondisi psikologis dan kesejahteraan spiritual individu.² Di tengah meningkatnya tekanan psikososial, gangguan kecemasan, serta krisis makna hidup yang dialami masyarakat modern, keterbatasan pendekatan intervensi yang semata-mata berorientasi pada aspek material semakin tampak nyata.

Oleh karena itu, psikologi lintas budaya menghadapi tuntutan epistemologis untuk meninjau kembali berbagai tradisi penyembuhan lokal dan praktik terapi berbasis agama sebagai bentuk intervensi alternatif yang sah dan relevan dalam upaya meningkatkan kesehatan mental masyarakat.

Dalam tradisi Islam, salah satu praktik penyembuhan spiritual yang paling dikenal sekaligus paling banyak diperdebatkan adalah ruqyah. Baik dalam wacana akademik maupun persepsi masyarakat, kajian tentang ruqyah selama ini cenderung terjebak dalam dua cara pandang yang bersifat reduksionis. Di satu sisi, ruqyah sering dipahami semata-mata melalui perspektif teologis sebagai sarana perlindungan dan pengobatan terhadap gangguan jin serta

¹ Jones K, Bhugra D. Religion, culture and mental health: Challenges now and into the future. In: Sharma A, editor. *Spirituality and Mental Health*. Delhi: Indian Psychiatric Society; 2009. pp. 517–30

² Muhammad Amin Syukur, "Sufi Healing: Terapi dalam Literatur Tasawuf," *Walisongo: Jurnal Penelitian Sosial Keagamaan* 20, no. 2 (2012): 391–412, <https://doi.org/10.21580/ws.20.2.205>.

sihir.³ Di sisi lain, sebagian kajian antropologi sekuler memandang ruqyah hanya sebagai ritual sosial-budaya yang berkembang dalam kelompok-kelompok masyarakat tertentu.

Kedua cara pandang tersebut menyisakan kesenjangan penelitian yang cukup mendasar. Kajian-kajian yang ada masih jarang menghubungkan praktik ruqyah dengan tradisi intelektual dan spiritual tasawuf. Padahal, dalam kerangka penyembuhan sufistik, ruqyah tidak hanya berfungsi untuk mengatasi gangguan yang dipahami bersifat metafisik, tetapi juga menjadi bagian dari proses tazkiyat al-nafs, penguatan hubungan dengan Allah melalui zikir, serta pengembangan muraqabah.⁴

Pemisahan ruqyah dari paradigma Sufi healing menyebabkan potensi terapeutiknya kurang mendapat perhatian dalam kajian akademik. Akibatnya, ruqyah belum banyak dipahami sebagai suatu bentuk terapi psiko-spiritual yang terstruktur dan komprehensif. Padahal, melalui integrasi antara dimensi spiritual, emosional, dan sosial, ruqyah berbasis sufistik berpotensi menjadi pendekatan pendamping dalam membantu penanganan berbagai gangguan psikologis, termasuk gangguan psikosomatis dan depresi berat.

Lebih lanjut, meskipun berbagai penelitian mutakhir dalam bidang psikiatri transkultural mulai mengakui pentingnya dimensi kolektif dan relasional dalam praktik penyembuhan spiritual di tempat-tempat sakral tradisional,⁵ perspektif tersebut masih jarang diterapkan untuk memahami dinamika praktik ruqyah di kawasan Asia Tenggara, khususnya Indonesia. Padahal, praktik ruqyah yang berkembang dalam gerakan sufistik kontemporer di Indonesia, seperti Jam'iyah Ruqyah Aswaja (JRA) maupun Yayasan Rehab Hati, menunjukkan bentuk adaptasi yang khas, yaitu memadukan ajaran kenabian dengan kearifan lokal serta konsep-konsep psikologi dalam tradisi tasawuf.⁶

Dalam praktiknya, lembaga-lembaga tersebut tidak sekadar melakukan pembacaan ayat-ayat ruqyah sebagai ritual keagamaan. Mereka menerapkan strategi terapeutik yang bersifat multidimensional, meliputi inabah sebagai sarana katarsis emosional, zikir sebagai bentuk mindfulness Islami yang membantu menghadirkan ketenangan batin, serta berbagai terapi fisik yang bersumber dari thibbun nabawi. Meskipun pendekatan ini telah diterima secara luas oleh masyarakat dan berpotensi relevan dalam menjawab berbagai persoalan psikologis di era modern, sintesis antara dimensi spiritual, psikologis,⁷ dan somatik tersebut masih belum banyak dipetakan secara teoritis dalam publikasi ilmiah internasional.

Berdasarkan kesenjangan tersebut, artikel ini bertujuan untuk merekonstruksi kerangka epistemologis ruqyah berbasis sufistik serta menjelaskan mekanisme terapeutiknya melalui perspektif psikologi transpersonal. Dengan menelaah bagaimana para praktisi ruqyah di Indonesia mengaktualisasikan ajaran tasawuf klasik dan berbagai bentuk pengobatan

³ Khoiriyah, S. (2023). Ruqyah Sebagai Metode Sufi Healing. *Al Qalam: Jurnal Ilmiah Keagamaan Dan Kemasyarakatan*, 16(6), 2507. <https://doi.org/10.35931/aq.v16i6.1837>

⁴ Rohani, N. R. (2024). *Ruqyah Ahlul-sunnah Wal Jama'ah sebagai metode sufi healing untuk penyembuha pasien gangguan depresi berat di PC jami'yyah ruqyah Aswaja (JRA) wru sidoarjo*. Skripsi.

⁵ Singh, B., & Sharan, P. (2023). The contagion of mental illness: Insights from a Sufi shrine. *Transcultural psychiatry*, 60(3), 457–475. <https://doi.org/10.1177/13634615221078131>

⁶ A. Lutfi dan S. Asiyah, "Sufi Healing sebagai Proses Terapi Penyembuhan Penyakit: Studi Fenomenologis di Yayasan Rehab Hati Kota Cirebon," *Teosofia: Indonesian Journal of Islamic Mysticism* 12, no. 2 (2023): 179–202, <https://journal.walisongo.ac.id/index.php/teosofia/article/view/18917>.

⁷ Farmawati, C., Wiroko, E. P., & Sharip, H. (2022). Javanese indigenous healing for physical and mental health. *JOUSIP: Journal of Sufism and Psychotherapy*, 2(1), 17-32.

profetik dalam praktik penyembuhan, penelitian ini berupaya menjawab pertanyaan mengenai bagaimana ruqyah berbasis sufistik berpotensi menjadi model dalam pelayanan kesehatan mental yang lebih humanis dan holistik.

Signifikansi penelitian ini tidak hanya terletak pada upaya mendokumentasikan fenomena lokal yang berkembang di masyarakat, tetapi juga pada potensinya untuk memperkaya khazanah global mengenai pendekatan kesehatan yang bersifat menyeluruh. Pada akhirnya, dengan menjembatani tradisi mistisisme Islam dengan kerangka psikoterapi kontemporer, penelitian ini menawarkan sebuah model ketahanan spiritual lintas budaya yang dapat membantu individu modern dalam menghadapi krisis makna hidup serta berbagai bentuk tekanan psikologis yang menyertainya.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode Systematic Literature Review (SLR) dengan pendekatan sintesis konseptual.⁸ Penelitian tidak melibatkan pengumpulan data lapangan, melainkan memanfaatkan berbagai sumber pustaka ilmiah sebagai data utama untuk mengkaji ruqyah berbasis sufistik dalam perspektif psikologi transpersonal dan kesehatan mental.

Penelusuran literatur dilakukan secara sistematis melalui beberapa basis data ilmiah. Literatur yang dipilih dibatasi pada publikasi sepuluh tahun terakhir dan menggunakan kata kunci yang berkaitan dengan Sufi healing, tasawuf, ruqyah, divine healing, depression, psychosomatic, dan mental health. Proses seleksi artikel mengacu pada prinsip PRISMA,⁹ dengan mempertimbangkan kriteria inklusi berupa artikel ilmiah yang membahas keterkaitan antara konsep penyembuhan sufistik, praktik ruqyah, dan aspek psikologis. Sementara itu, literatur non-akademik dan kajian yang hanya membahas ruqyah dari aspek hukum fikih dikeluarkan dari analisis.

Data yang diperoleh dianalisis menggunakan sintesis tematik, yaitu dengan mengidentifikasi tema-tema utama yang muncul dalam berbagai penelitian terpilih. Tema-tema tersebut kemudian didialogkan dengan konsep psikologi transpersonal untuk menyusun suatu model konseptual mengenai kemungkinan mekanisme psiko-spiritual dalam ruqyah berbasis sufistik. Hasil penelitian ini tidak dimaksudkan untuk membuktikan efektivitas klinis ruqyah, melainkan untuk menawarkan kerangka teoretis yang dapat menjadi dasar bagi penelitian empiris pada masa mendatang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Pergeseran Paradigma Dari Pengusiran Makhluq Gaib

Hasil analisis sistematis terhadap berbagai literatur yang dikaji dalam penelitian ini menunjukkan adanya pergeseran paradigma epistemologis dalam memahami praktik ruqyah. Selama ini, baik dalam pemahaman masyarakat umum maupun dalam sebagian kajian keislaman yang berfokus pada aspek fikih, ruqyah sering kali dipersepsikan secara sempit

⁸ Calderón, Alejandro & Ruiz, Mercedes. (2015). A systematic literature review on serious games evaluation: An application to software project management. *Computers & Education*. 87. 10.1016/j.compedu.2015.07.011.

⁹ Matthew J. Page et al., "PRISMA 2020 Explanation and Elaboration: Updated Guidance and Exemplars for Reporting Systematic Reviews," *BMJ (Clinical Research Ed.)* 372 (2021): n160, <https://doi.org/10.1136/bmj.n160>

sebagai praktik yang berkaitan dengan pengusiran jin, penanganan gangguan sihir, atau bentuk intervensi terhadap fenomena supranatural lainnya.¹⁰ Pemahaman tersebut menjadikan ruqyah identik dengan kasus-kasus kesurupan atau gangguan gaib, sehingga potensi lain yang dimiliki oleh praktik ini cenderung terabaikan dalam diskursus akademik maupun praktik kesehatan mental.

Namun demikian, hasil sintesis berbagai penelitian yang menjadi sumber kajian dalam artikel ini menunjukkan bahwa pemahaman tersebut mulai mengalami perubahan. Sejumlah studi kontemporer mengindikasikan bahwa ketika ruqyah dipadukan dengan prinsip-prinsip tasawuf atau Sufi healing, praktik ini tidak lagi dipahami semata-mata sebagai ritual pengusiran makhluk gaib, melainkan dapat dipandang sebagai suatu bentuk intervensi psiko-spiritual yang lebih komprehensif.

Dalam kerangka ini, ruqyah berbasis sufistik tidak hanya berfokus pada upaya mengatasi gangguan yang dipersepsikan sebagai akibat pengaruh eksternal yang bersifat metafisik. Lebih dari itu, ruqyah diposisikan sebagai sarana untuk membantu individu menghadapi berbagai persoalan batin yang muncul akibat tekanan kehidupan modern. Berbagai praktik dalam tradisi tasawuf, seperti taubat, zikir, muhasabah, penguatan hubungan dengan Tuhan, serta pendampingan spiritual, dipandang memiliki potensi untuk membantu individu memperoleh ketenangan jiwa, mengelola emosi negatif, serta membangun kembali makna hidup yang sempat terganggu akibat berbagai krisis psikologis.

Temuan dari berbagai literatur yang dianalisis juga menunjukkan bahwa model ruqyah berbasis sufistik memiliki kemungkinan untuk berfungsi sebagai pendekatan terapeutik alternatif yang bersifat holistik, karena tidak hanya memperhatikan aspek spiritual, tetapi juga mempertimbangkan dimensi psikologis dan somatik atau fisik seseorang.¹¹ Dalam perspektif ini, manusia dipahami sebagai makhluk yang utuh, sehingga gangguan yang dialaminya tidak dapat dipisahkan secara tegas antara tubuh, pikiran, dan spiritualitas.

Berbeda dengan pendekatan yang hanya berfokus pada gejala-gejala tertentu, ruqyah berbasis sufistik berupaya menyentuh akar persoalan yang lebih mendalam, seperti perasaan hampa, kehilangan arah hidup, konflik batin yang tidak terselesaikan, kecemasan berkepanjangan, maupun beban emosional yang terpendam. Dengan demikian, tujuan yang ingin dicapai bukan hanya menghilangkan keluhan yang tampak di permukaan, tetapi juga membantu individu mencapai kondisi keseimbangan diri secara menyeluruh.

Berbagai penelitian yang menjadi bagian dari sintesis ini mengindikasikan bahwa model penyembuhan tersebut berpotensi memberikan kontribusi dalam merespons meningkatnya berbagai permasalahan kesehatan mental di era modern. Perubahan sosial yang berlangsung sangat cepat, tuntutan hidup yang semakin kompleks, ketidakpastian ekonomi, melemahnya dukungan sosial, serta krisis makna hidup merupakan faktor-faktor yang dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis individu. Dalam situasi seperti ini,

¹⁰ Khoiriyah, S. (2023). Ruqyah Sebagai Metode Sufi Healing. *Al Qalam: Jurnal Ilmiah Keagamaan Dan Kemasyarakatan*, 16(6), 2507. <https://doi.org/10.35931/aq.v16i6.1837>

¹¹ Rohani, N. R. (2024). *Ruqyah Ahlussunnah Wal Jama'ah sebagai metode sufi healing untuk penyembuhan pasien gangguan depresi berat di PC jami'yyah ruqyah Aswaja (JRA) wru sidoarjo*. Skripsi.

sebagian orang membutuhkan pendekatan yang tidak hanya menawarkan penjelasan rasional, tetapi juga memberikan ruang bagi pemenuhan kebutuhan spiritual mereka.¹²

Oleh karena itu, berdasarkan hasil kajian literatur yang dilakukan, dapat diajukan suatu proposisi bahwa ruqyah berbasis sufistik berpotensi dipahami sebagai bentuk terapi psiko-spiritual yang lebih luas daripada sekadar praktik pengusiran jin. Pergeseran cara pandang ini membuka peluang bagi lahirnya dialog yang lebih konstruktif antara tradisi penyembuhan Islam dengan disiplin ilmu psikologi dan kesehatan mental kontemporer. Meskipun demikian, penting untuk ditegaskan bahwa proposisi tersebut masih memerlukan dukungan penelitian empiris yang lebih mendalam agar berbagai mekanisme terapeutik yang diasumsikan dapat diuji secara lebih objektif.

Dengan kata lain, kontribusi utama dari paradigma baru ini bukanlah menggantikan pendekatan medis atau psikologis yang telah ada, melainkan memperluas cara pandang mengenai kemungkinan hadirnya model-model penyembuhan yang lebih kontekstual, religius, dan sesuai dengan kebutuhan masyarakat Muslim. Ruqyah berbasis sufistik, dalam perspektif ini, dapat dipahami sebagai salah satu bentuk ikhtiar yang berupaya memadukan dimensi spiritual dan psikologis dalam proses pemulihan kesehatan mental secara holistik.

2. Inabah sebagai Gerbang Katarsis Emosional dan Restrukturisasi Kognitif

Salah satu tema utama yang ditemukan dari berbagai literatur yang dianalisis dalam penelitian ini adalah pentingnya proses inabah (kembali kepada Allah secara sadar) dan taubat sebelum pelaksanaan ruqyah. Dalam praktik ruqyah yang umum dijumpai di masyarakat, tahap ini sering kali hanya dipahami sebagai pengantar keagamaan yang dilakukan secara singkat sebelum pembacaan ayat-ayat Al-Qur'an. Namun, hasil sintesis terhadap berbagai laporan kasus dan penelitian yang tersedia menunjukkan bahwa inabah kemungkinan memiliki fungsi yang jauh lebih mendalam daripada sekadar persiapan ritual.¹³

Dalam perspektif psikologis, inabah dapat dipahami sebagai suatu proses yang mendorong individu untuk melakukan refleksi diri secara jujur, mengakui berbagai kesalahan, menerima keterbatasan diri, serta membangun kembali hubungan spiritual dengan Tuhan. Proses ini memiliki kemiripan dengan beberapa mekanisme yang dikenal dalam pendekatan psikoterapi modern, khususnya terapi humanistik dan terapi kognitif, yang menekankan pentingnya kesadaran diri, penerimaan pengalaman, serta pemberian makna baru terhadap peristiwa hidup yang menyakitkan.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa individu yang mengalami kecemasan kronis, depresi, atau tekanan psikologis yang berat sering kali menyimpan berbagai beban batin yang tidak terselesaikan. Beban tersebut dapat berupa rasa bersalah yang mendalam, penyesalan terhadap masa lalu, konflik dalam hubungan interpersonal, maupun pengalaman traumatis yang selama ini dipendam dan sulit diungkapkan kepada orang lain. Kondisi ini dapat menimbulkan ketegangan psikologis yang berlangsung dalam jangka waktu lama dan

¹² A. Lutfi dan S. Asiyah, "Sufi Healing sebagai Proses Terapi Penyembuhan Penyakit: Studi Fenomenologis di Yayasan Rehab Hati Kota Cirebon," *Teosofia: Indonesian Journal of Islamic Mysticism* 12, no. 2 (2023): 179–202, <https://journal.walisongo.ac.id/index.php/teosofia/article/view/18917>.

¹³ Ria Adien, M. Aditya Salam, dan Saipul Annur, "The Sufi Path to Inner Healing: A Psychotherapeutic Perspective on Humanity in Islam," *ATLAS: Journal of Research and Islamic Thought Studies* 5, no. 2 (2025): 219–227.

pada sebagian individu dapat berkontribusi terhadap munculnya berbagai keluhan psikosomatis.

Dalam konteks ruqyah berbasis sufistik, proses inabah tampaknya menyediakan ruang yang aman dan bermakna secara spiritual bagi individu untuk menghadapi berbagai beban tersebut. Melalui suasana religius yang mendukung, pasien didorong untuk mengungkapkan isi hati, mengakui kesalahan yang pernah dilakukan, serta menyerahkan berbagai persoalan yang selama ini dipikul kepada Allah. Dengan demikian, inabah tidak hanya berfungsi sebagai bentuk ibadah, tetapi juga sebagai sarana untuk melakukan konfrontasi secara sadar terhadap berbagai pengalaman psikologis yang selama ini ditekan atau dihindari.

Berbagai sumber yang dianalisis dalam penelitian ini juga melaporkan bahwa tahap inabah sering kali disertai dengan respons emosional dan fisik yang cukup kuat. Beberapa individu menunjukkan reaksi seperti menangis secara spontan, tubuh gemetar, suara bergetar, atau mengungkapkan berbagai pengalaman hidup yang sebelumnya tidak pernah diceritakan kepada orang lain. Dari sudut pandang psikologi transpersonal, fenomena tersebut dapat dipahami sebagai bentuk katarsis emosional, yaitu proses pelepasan emosi yang selama ini terpendam sehingga individu memperoleh perasaan yang lebih lega dan tenang setelahnya.¹⁴

Lebih lanjut, proses inabah juga diduga berperan dalam terjadinya restrukturisasi kognitif, yaitu perubahan cara individu memandang pengalaman hidup yang dialaminya. Rasa bersalah, penderitaan, atau berbagai pengalaman traumatis yang sebelumnya dipahami sebagai beban tanpa makna, secara perlahan dapat dimaknai kembali sebagai bagian dari proses pembelajaran, pertumbuhan, dan penyucian diri. Dalam tradisi tasawuf, proses ini dikenal dengan istilah tazkiyat al-nafs, yaitu upaya membersihkan jiwa dari berbagai sifat dan kecenderungan negatif agar seseorang dapat mendekatkan diri kepada Allah.

Melalui perubahan cara pandang tersebut, individu berpotensi mengalami penurunan ketegangan psikologis yang selama ini tersimpan secara tidak sadar. Meskipun hubungan kausal antara inabah dan perbaikan kondisi kesehatan mental masih memerlukan penelitian empiris yang lebih kuat, berbagai temuan dalam literatur memberikan indikasi bahwa praktik ini dapat berkontribusi dalam membantu individu mengelola emosi, membangun penerimaan diri, serta menemukan makna spiritual di tengah penderitaan yang dialami.¹⁵

Dengan demikian, hasil sintesis dalam penelitian ini mengarah pada suatu proposisi bahwa inabah dalam ruqyah berbasis sufistik bukan sekadar tahapan ritual sebelum pembacaan ayat-ayat Al-Qur'an. Sebaliknya, inabah berpotensi menjadi salah satu mekanisme psiko-spiritual yang penting dalam proses penyembuhan, khususnya melalui fungsi katarsis emosional dan pembentukan kembali makna terhadap pengalaman hidup yang menyakitkan. Namun demikian, proposisi ini tetap memerlukan pengujian lebih lanjut melalui penelitian empiris yang menggunakan desain metodologis yang lebih beragam.

¹⁴ Rohani, N. R. (2024). *Ruqyah Ahlussunnah Wal Jama'ah sebagai metode sufi healing untuk penyemua pasien gangguan depresi berat di PC jami'yyah ruqyah Aswaja (JRA) wru sidoarjo*. Skripsi.

¹⁵ Nizamie, S. H., Katshu, M. Z., & Uvais, N. A. (2013). Sufism and mental health. *Indian journal of psychiatry*, 55(Suppl 2), S215–S223. <https://doi.org/10.4103/0019-5545.105535>

3. Resonansi Ritmis dan Somatik dalam Praktik Zikir

Setelah individu melalui proses inabah dan mulai terbuka secara emosional, tahap berikutnya dalam ruqyah berbasis sufistik adalah pembacaan ayat-ayat Al-Qur'an dan zikir secara terstruktur. Dalam berbagai praktik ruqyah, zikir biasanya dilakukan dengan pengulangan lafaz tertentu serta pembacaan ayat-ayat yang diyakini memiliki makna spiritual dan terapeutik. Namun, dalam banyak kajian terdahulu, proses ini sering kali dipahami semata-mata sebagai ritual keagamaan yang bersifat mistis, sehingga sulit dijelaskan melalui perspektif ilmiah.

Berdasarkan sintesis berbagai literatur yang dianalisis dalam penelitian ini, terdapat kemungkinan bahwa praktik zikir dalam ruqyah berbasis sufistik dapat dipahami melalui mekanisme yang lebih rasional, khususnya dalam perspektif psikologi transpersonal dan neurosains kontemporer. Dengan kata lain, selain memiliki dimensi spiritual, zikir juga berpotensi melibatkan proses-proses psikologis dan fisiologis yang dapat dijelaskan secara ilmiah.¹⁶

Lantunan ayat Al-Qur'an dalam bahasa Arab memiliki karakteristik bunyi yang khas, seperti pengaturan tempo, pemanjangan bacaan (mad), pengulangan fonem tertentu, serta pola ritmis yang teratur. Ketika seseorang mendengarkan atau melafalkan bacaan tersebut secara berulang, perhatian individu secara perlahan diarahkan untuk terpusat pada suara yang sedang didengar atau diucapkan.

Berdasarkan beberapa temuan dalam literatur, kondisi ini diduga bekerja menyerupai Rhythmic Auditory Stimulation (RAS), yaitu suatu bentuk stimulasi auditorik berirama yang dapat membantu mengatur fokus perhatian dan respons tubuh terhadap stres.¹⁷

Dalam kehidupan sehari-hari, individu yang mengalami kecemasan atau depresi sering kali dipenuhi oleh dialog internal yang berlangsung terus-menerus. Pikiran tentang kegagalan, rasa takut terhadap masa depan, penyesalan terhadap masa lalu, atau berbagai bentuk kekhawatiran lainnya dapat muncul secara berulang dan sulit dihentikan. Dalam psikologi Islam, kondisi tersebut dikenal dengan istilah *ḥadīts al-nafs*, yaitu percakapan batin yang terus-menerus memenuhi kesadaran seseorang.

Hasil sintesis penelitian menunjukkan bahwa keterlibatan secara penuh dalam zikir dapat membantu mengalihkan perhatian dari dialog internal yang bersifat negatif menuju objek yang lebih terarah dan menenangkan. Fokus terhadap lantunan ayat dan zikir memungkinkan individu memasuki kondisi kesadaran yang lebih tenang dan hadir sepenuhnya pada momen saat ini. Dalam tradisi tasawuf, pengalaman tersebut dikenal dengan istilah *ḥudūr*, yaitu keadaan hadirnya hati dalam mengingat Allah.

Jika dilihat dari perspektif psikologi modern, kondisi *ḥudūr* memiliki kemiripan dengan konsep *mindfulness* berbasis perhatian terfokus, yaitu kemampuan untuk mempertahankan perhatian pada satu objek tertentu sambil mengurangi gangguan dari

¹⁶ Muhammad Amin Syukur, "Sufi Healing: Terapi dalam Literatur Tasawuf," *Walisongo: Jurnal Penelitian Sosial Keagamaan* 20, no. 2 (2012): 391–412, <https://doi.org/10.21580/ws.20.2.205>.

¹⁷ Corene P. Thaut dan Ruth Rice, "Rhythmic Auditory Stimulation (RAS)®," dalam *Handbook of Neurologic Music Therapy*, ed. Michael H. Thaut dan Volker Hömberg, ed. ke-2 (Oxford: Oxford University Press, 2025), 99–114, <https://doi.org/10.1093/oso/9780192844491.003.0008>.

pikiran-pikiran yang mengembara. Dalam praktik zikir, objek perhatian tersebut adalah lafaz zikir, bacaan Al-Qur'an, serta kesadaran akan kehadiran Allah.¹⁸

Perubahan pada aspek psikologis tersebut tampaknya juga diikuti oleh perubahan pada aspek fisiologis. Sejumlah penelitian yang dianalisis mengindikasikan bahwa kondisi relaksasi yang muncul selama zikir berpotensi berkaitan dengan menurunnya aktivitas sistem saraf simpatik, yaitu sistem yang berperan dalam respons “melawan atau menghindari”. Pada saat yang sama, aktivitas sistem saraf parasimpatik, yang berhubungan dengan proses istirahat dan pemulihan tubuh, diduga mengalami peningkatan.

Perubahan fisiologis tersebut dapat ditandai dengan denyut jantung yang lebih stabil, pola pernapasan yang lebih dalam dan teratur, berkurangnya ketegangan otot, serta munculnya perasaan rileks secara menyeluruh. Meskipun mekanisme ini masih memerlukan pembuktian melalui penelitian eksperimental yang lebih ketat, berbagai temuan dalam literatur memberikan indikasi bahwa zikir dapat berkontribusi dalam membantu regulasi emosi dan respons stres.

Dengan demikian, praktik zikir dalam ruqyah berbasis sufistik tidak hanya dapat dipahami sebagai ritual keagamaan, tetapi juga berpotensi berfungsi sebagai suatu bentuk *mindfulness* Islami yang melibatkan interaksi antara dimensi spiritual, psikologis, dan fisiologis. Melalui proses ini, individu diduga memperoleh kesempatan untuk melepaskan diri dari dominasi kecemasan dan kegelisahan yang terus-menerus, kemudian bergerak menuju kondisi batin yang lebih tenang dan stabil.

Dalam terminologi tasawuf, kondisi tersebut digambarkan sebagai tercapainya nafs al-muṭma'innah, yaitu jiwa yang tenteram dan damai. Oleh karena itu, hasil sintesis dalam penelitian ini mengarah pada proposisi bahwa zikir dalam ruqyah berbasis sufistik berpotensi menjadi salah satu mekanisme psiko-spiritual yang mendukung pemeliharaan kesehatan mental. Akan tetapi, sebagaimana berbagai proposisi lain dalam penelitian ini, asumsi tersebut masih memerlukan pengujian empiris yang lebih mendalam melalui penggunaan instrumen psikologis maupun pengukuran fisiologis yang objektif.

4. Thibbun Nabawi dalam Penyembuhan Somatik

Temuan penting lainnya yang diperoleh dari telaah sistematis ini adalah bahwa paradigma penyembuhan sufistik pada dasarnya tidak menerima pandangan dualistik yang memisahkan tubuh dan jiwa sebagai dua entitas yang berdiri sendiri. Berbeda dengan pandangan yang melihat gangguan psikologis hanya sebagai persoalan pikiran atau gangguan fisik hanya sebagai masalah biologis, pendekatan ruqyah berbasis sufistik memandang manusia sebagai satu kesatuan yang utuh. Oleh karena itu, proses penyembuhan idealnya juga menyentuh dimensi fisik, psikologis, sosial, dan spiritual secara bersamaan.

Berbagai literatur yang dianalisis menunjukkan bahwa dalam praktik ruqyah berbasis sufistik, pembacaan ayat-ayat Al-Qur'an dan zikir sering kali disertai dengan penggunaan pendekatan yang bersumber dari thibbun nabawi atau pengobatan Nabi, seperti konsumsi madu murni, kurma, habbatussauda, maupun berbagai bahan herbal lainnya. Penggunaan

¹⁸ Ria Adien, M. Aditya Salam, dan Saipul Annur, “The Sufi Path to Inner Healing: A Psychotherapeutic Perspective on Humanity in Islam,” *ATLAS: Journal of Research and Islamic Thought Studies* 5, no. 2 (2025): 219–227.

bahan-bahan tersebut tidak diposisikan sebagai unsur tambahan yang terpisah dari terapi utama, tetapi dipahami sebagai bagian dari proses penyembuhan yang saling melengkapi.¹⁹

Dalam perspektif kontemporer, integrasi antara pendekatan spiritual dan somatik tersebut dapat dipahami sebagai suatu bentuk konseptualisasi lokal mengenai psikoneuroimunologi, yaitu bidang ilmu yang mempelajari hubungan antara proses psikologis, sistem saraf, sistem endokrin, dan sistem kekebalan tubuh. Berbagai penelitian modern menunjukkan bahwa stres berkepanjangan, kecemasan berat, dan trauma psikologis dapat memengaruhi keseimbangan biologis tubuh. Kondisi tersebut dapat berdampak pada meningkatnya hormon stres, terganggunya fungsi pencernaan, munculnya peradangan kronis tingkat rendah, gangguan tidur, hingga kelelahan fisik yang berkepanjangan.²⁰

Dalam kerangka ruqyah berbasis sufistik, berbagai modalitas dalam thibbun nabawi tampaknya diarahkan untuk membantu memulihkan keseimbangan tubuh yang terganggu akibat tekanan psikologis tersebut. Misalnya, madu dan kurma dipandang dapat membantu memenuhi kebutuhan energi tubuh serta mendukung kesehatan saluran pencernaan. Penggunaan bahan herbal tertentu juga diduga memiliki kandungan antioksidan dan antiinflamasi yang berpotensi membantu tubuh menghadapi dampak biologis dari stres yang berlangsung lama. Selain itu, nasihat spiritual yang diberikan selama proses terapi berfungsi untuk membantu individu membangun kembali cara pandang yang lebih adaptif terhadap berbagai permasalahan hidup yang dihadapinya.²¹

Berdasarkan sintesis literatur, hubungan antara berbagai modalitas tersebut dapat dipahami sebagai proses yang saling melengkapi. Di satu sisi, zikir dan ruqyah berpotensi membantu menurunkan ketegangan psikologis serta meredakan aktivasi sistem saraf otonom yang berlebihan. Di sisi lain, pendekatan somatik melalui thibbun nabawi diarahkan untuk mendukung pemulihan kondisi fisik dan menjaga keseimbangan biologis tubuh. Dengan demikian, pemulihan tidak hanya difokuskan pada aspek emosional atau spiritual semata, tetapi juga memperhatikan kebutuhan fisik individu yang sedang mengalami tekanan psikologis.

Temuan ini mengarah pada suatu proposisi bahwa ruqyah berbasis sufistik menawarkan model penyembuhan yang bersifat holistik. Dalam model tersebut, tubuh memperoleh dukungan melalui berbagai intervensi somatik, sementara aspek psikologis dan spiritual diperkuat melalui zikir, ruqyah, dan pembinaan makna hidup. Dalam tradisi Islam, penguatan dimensi spiritual ini sering kali dikaitkan dengan upaya menjaga dan membersihkan qalbu, yang dipandang sebagai pusat kesadaran moral dan spiritual manusia.

Meskipun berbagai mekanisme tersebut masih memerlukan pengujian empiris yang lebih mendalam, hasil sintesis literatur menunjukkan bahwa pendekatan ruqyah berbasis sufistik berpotensi menghadirkan suatu model penyembuhan yang lebih terintegrasi dibandingkan pendekatan yang hanya berfokus pada satu dimensi tertentu. Dengan memadukan aspek biologis, psikologis, dan spiritual secara bersamaan, model ini

¹⁹ A. Lutfi dan S. Asiyah, "Sufi Healing sebagai Proses Terapi Penyembuhan Penyakit: Studi Fenomenologis di Yayasan Rehab Hati Kota Cirebon," *Teosofia: Indonesian Journal of Islamic Mysticism* 12, no. 2 (2023): 179–202, <https://journal.walisongo.ac.id/index.php/teosofia/article/view/18917>.

²⁰ Muhammad Amin Syukur, "Sufi Healing: Terapi dalam Literatur Tasawuf," *Walisongo: Jurnal Penelitian Sosial Keagamaan* 20, no. 2 (2012): 391–412, <https://doi.org/10.21580/ws.20.2.205>.

²¹ Joel S. Goldsmith, *The Art of Spiritual Healing* (New York: HarperOne, 1991)

menawarkan perspektif alternatif mengenai bagaimana kesehatan dan kesejahteraan manusia dapat dipahami secara lebih utuh.

Namun demikian, penting untuk ditekankan bahwa berbagai proposisi yang diajukan dalam penelitian ini tidak dimaksudkan untuk menggantikan layanan medis dan psikologis yang telah memiliki dasar empiris yang kuat. Sebaliknya, ruqyah berbasis sufistik lebih tepat dipahami sebagai pendekatan komplementer yang berpotensi mendukung proses pemulihan, khususnya bagi individu yang memandang spiritualitas sebagai bagian penting dalam kehidupan dan kesehatan mereka.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil sintesis sistematis dan kajian kritis terhadap berbagai literatur yang telah dianalisis, penelitian ini menawarkan suatu kerangka konseptual baru yang memandang ruqyah berbasis sufistik bukan sekadar ritual metafisik yang bersifat statis, melainkan sebagai suatu sistem terapi psiko-spiritual yang dinamis dan terintegrasi. Temuan-temuan dari berbagai sumber sekunder menunjukkan adanya pergeseran paradigma dalam memahami ruqyah. Jika selama ini ruqyah lebih banyak dipersepsikan sebagai praktik pengusiran jin atau penanganan gangguan supranatural, maka kajian ini menunjukkan bahwa ruqyah juga memiliki potensi untuk dipahami sebagai pendekatan komplementer dalam upaya menjaga dan memulihkan kesehatan mental.

Dalam konteks kehidupan modern yang ditandai oleh meningkatnya tekanan psikososial, kecemasan, kelelahan emosional, serta krisis makna hidup, ruqyah berbasis sufistik tampak menawarkan suatu pendekatan yang lebih holistik. Pendekatan ini tidak hanya berupaya meredakan gejala yang tampak di permukaan, tetapi juga menyentuh aspek-aspek yang lebih mendalam dalam diri manusia, seperti kebutuhan akan ketenangan batin, penerimaan diri, pemaknaan terhadap penderitaan, dan penguatan hubungan spiritual dengan Tuhan.

Hasil sintesis dalam penelitian ini menunjukkan bahwa model ruqyah berbasis sufistik dapat dipahami melalui tiga pilar konseptual yang saling berkaitan. Pilar pertama adalah inabah atau kembali kepada Allah melalui taubat yang tulus. Dalam perspektif psikologis, inabah berpotensi menjadi sarana katarsis emosional dan restrukturisasi kognitif. Melalui proses ini, individu memperoleh ruang untuk mengakui berbagai beban batin, menghadapi rasa bersalah yang terpendam, serta memaknai kembali pengalaman hidup yang menyakitkan dalam kerangka pertumbuhan spiritual.

Pilar kedua adalah zikir, yang dalam penelitian ini diposisikan sebagai bentuk mindfulness Islami berbasis neuro-akustik. Struktur ritmis dan repetitif dalam bacaan Al-Qur'an serta zikir diduga membantu mengalihkan perhatian dari dialog internal yang negatif menuju kesadaran yang lebih terarah dan tenang. Proses tersebut berpotensi mendukung regulasi emosi dan respons fisiologis terhadap stres melalui aktivasi sistem saraf yang berhubungan dengan relaksasi dan pemulihan tubuh.

Pilar ketiga adalah thibbun nabawi, yaitu penggunaan pendekatan somatik yang bersumber dari tradisi pengobatan Nabi. Kehadiran modalitas ini menunjukkan bahwa tradisi penyembuhan Islam tidak memisahkan secara kaku antara tubuh dan jiwa. Berbagai intervensi fisik, seperti penggunaan madu, kurma, maupun bahan herbal tertentu, dipahami sebagai upaya untuk mendukung keseimbangan biologis tubuh yang mungkin terganggu akibat tekanan psikologis yang berkepanjangan. Dalam hal ini, ruqyah berbasis sufistik

memperlihatkan kesesuaian konseptual dengan prinsip-prinsip psikoneuroimunologi yang menekankan adanya hubungan timbal balik antara kondisi psikologis dan kesehatan fisik.

Secara keseluruhan, penelitian ini mengusulkan suatu model konseptual mengenai mindfulness Islami berbasis ruqyah sufistik yang mengintegrasikan dimensi spiritual, psikologis, dan somatik dalam satu kerangka yang utuh. Namun demikian, penting untuk ditegaskan bahwa penelitian ini tidak bertujuan untuk menyatakan efektivitas klinis ruqyah secara pasti. Sebagai kajian berbasis literatur, temuan yang dihasilkan lebih tepat dipahami sebagai suatu proposisi teoretis yang menunjukkan adanya potensi yang masih belum banyak dieksplorasi dalam tradisi penyembuhan Islam.

Dengan demikian, kontribusi utama penelitian ini terletak pada upaya memperluas wacana psikologi lintas budaya dan kesehatan mental holistik melalui pengenalan model penyembuhan yang berakar pada tradisi Islam. Integrasi antara praktik spiritual dan perawatan somatik yang ditawarkan dalam ruqyah berbasis sufistik berpotensi menjadi salah satu pendekatan komplementer yang relevan dalam merespons berbagai tantangan kesehatan mental masyarakat kontemporer. Akan tetapi, berbagai proposisi yang diajukan dalam penelitian ini tetap memerlukan pengujian lebih lanjut melalui penelitian empiris, baik menggunakan pendekatan kuantitatif, metode campuran, maupun uji klinis yang lebih terstruktur.

Apabila temuan-temuan konseptual ini memperoleh dukungan empiris pada penelitian mendatang, maka ruqyah berbasis sufistik berpotensi memberikan kontribusi yang lebih luas, tidak hanya dalam ranah studi Islam, tetapi juga dalam pengembangan model layanan kesehatan mental yang lebih humanis, kontekstual, dan responsif terhadap kebutuhan spiritual masyarakat Muslim.

KETERBATASAN PENELITIAN

Meskipun penelitian ini berhasil menyusun suatu sintesis konseptual yang sistematis mengenai ruqyah berbasis sufistik sebagai pendekatan psiko-spiritual alternatif, hasil yang diperoleh tetap perlu dipahami secara hati-hati dengan mempertimbangkan beberapa keterbatasan metodologis yang melekat pada desain penelitian yang digunakan.

Keterbatasan pertama berkaitan dengan tidak adanya validasi empiris dan klinis secara langsung. Penelitian ini sepenuhnya menggunakan pendekatan Systematic Literature Review dengan memanfaatkan data sekunder dari berbagai sumber ilmiah. Oleh karena itu, model yang dihasilkan dalam penelitian ini masih bersifat konseptual dan proposisional, sehingga belum dapat digunakan untuk menyatakan efektivitas klinis ruqyah berbasis sufistik dalam menangani gangguan kesehatan mental. Model yang ditawarkan belum diuji melalui uji klinis, pengamatan longitudinal, maupun penelitian kuantitatif yang melibatkan pengukuran psikologis secara langsung.

Keterbatasan kedua terletak pada ketergantungan terhadap kualitas dan karakteristik data sekunder yang tersedia. Kedalaman analisis dalam penelitian ini sangat dipengaruhi oleh cakupan, kualitas metodologi, serta fokus kajian dari penelitian-penelitian sebelumnya. Sebagian besar literatur yang ditemukan masih berupa laporan kasus, observasi kualitatif, atau kajian deskriptif yang belum menggunakan instrumen psikologis terstandar. Kondisi tersebut menyebabkan hasil sintesis yang diperoleh belum dapat digeneralisasikan secara luas pada berbagai kelompok masyarakat atau populasi klinis yang berbeda.

Dengan demikian, kerangka yang ditawarkan dalam penelitian ini lebih tepat dipahami sebagai pemicu diskusi ilmiah dan landasan awal bagi pengembangan penelitian selanjutnya, bukan sebagai bukti definitif mengenai efektivitas terapi. Berbagai proposisi yang diajukan masih memerlukan pengujian lebih lanjut melalui penelitian lapangan, studi eksperimental, maupun uji klinis yang dirancang secara lebih ketat. Melalui proses verifikasi empiris tersebut, potensi ruqyah berbasis sufistik sebagai pendekatan komplementer dalam kesehatan mental dapat dinilai secara lebih objektif dan ilmiah.

DAFTAR PUSTAKA

- Adien, Ria, Salam, M. A., & Annur, S. (2025). The Sufi Path to Inner Healing: A Psychotherapeutic Perspective on Humanity in Islam. *ATLAS: Journal of Research and Islamic Thought Studies* 5, no. 2: 219–227.
- Calderón, Alejandro, & Ruiz, M. (2015). A Systematic Literature Review on Serious Games Evaluation: An Application to Software Project Management. *Computers & Education* 87: 396–422. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2015.07.011>.
- Farmawati, C., E. P. Wiroko, & H. Sharip. (2022). Javanese Indigenous Healing for Physical and Mental Health. *JOUSIP: Journal of Sufism and Psychotherapy* 2, no. 1: 17–32.
- Goldsmith, Joel S. (1991). *The Art of Spiritual Healing*. New York: HarperOne.
- Jones, K., & Bhugra, D. (2009). *Religion, Culture and Mental Health: Challenges Now and into the Future*. Dalam *Spirituality and Mental Health*, disunting oleh A. Sharma, 517–530. Delhi: Indian Psychiatric Society.
- Khoiriyah, S. (2023). Ruqyah Sebagai Metode Sufi Healing. *Al Qalam: Jurnal Ilmiah Keagamaan dan Kemasyarakatan* 16, no. 6: 2507–2520. <https://doi.org/10.35931/aq.v16i6.1837>.
- Lutfi, A., & Asiyah, S. (2023). Sufi Healing sebagai Proses Terapi Penyembuhan Penyakit: Studi Fenomenologis di Yayasan Rehab Hati Kota Cirebon. *Teosofia: Indonesian Journal of Islamic Mysticism* 12, no. 2. <https://journal.walisongo.ac.id/index.php/teosofia/article/view/18917>.
- Nizamie, S. H., M. Z. Katshu, & N. A. Uvais. (2013). Sufism and Mental Health. *Indian Journal of Psychiatry* 55 (Suppl. 2): S215–S223. <https://doi.org/10.4103/0019-5545.105535>.
- Page, Matthew J., et al. (2021). *PRISMA 2020 Explanation and Elaboration: Updated Guidance and Exemplars for Reporting Systematic Reviews*.” *BMJ* 372: n160. <https://doi.org/10.1136/bmj.n160>.
- Rohani, N. R. (2024). *Ruqyah Ahlussunnah Wal Jama'ah sebagai Metode Sufi Healing untuk Penyembuhan Pasien Gangguan Depresi Berat di PC Jami'yyah Ruqyah Aswaja (JRA) Wru Sidoarjo*. Skripsi.
- Singh, B., & P. Sharan. (2023). The Contagion of Mental Illness: Insights from a Sufi Shrine. *Transcultural Psychiatry* 60, no. 3: 457–475. <https://doi.org/10.1177/13634615221078131>.

- Syukur, M. A. (2012). Sufi Healing: Terapi dalam Literatur Tasawuf. *Walisongo: Jurnal Penelitian Sosial Keagamaan* 20, no. 2: 391–412. <https://doi.org/10.21580/ws.20.2.205>.
- Thaut, Corene P., & Rice, R. (2025). Rhythmic Auditory Stimulation (RAS)®. Dalam *Handbook of Neurologic Music Therapy*, edisi ke-2, disunting oleh Michael H. Thaut dan Volker Hömberg, 99–114. Oxford: Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oso/9780192844491.003.0008>.