



Efektifitas Ruqyah Syar'iyah dan Pengobatan Medis (Studi di Kasus Pada Gangguan Kesehatan Mental)

Muhammad Faisal^{1*}, Pradipta Bagas Daniswara², Novian Tri Wahyudi³

¹⁻³Universitas Lambung Mangkurat, Indonesia

abanggafaisal@gmail.com^{1*}, pradiptabagas902@gmail.com²

Korespondensi penulis: abanggafaisal@gmail.com*

Abstract. *The community's adoption of Ruqyah Syar'iyah as an alternative therapy for mental health issues is what spurred this investigation. The research aims to explore the effectiveness of both Ruqyah Syar'iyah and medical treatment in addressing mental health disorders and to compare the impact on patients. A case study strategy in conjunction with a qualitative technique was used. In-depth interviews with patients suffering from mental health conditions like anxiety, stress, and depression as well as with Ruqyah Syar'iyah practitioners and medical experts were used to gather data. The findings indicate that Ruqyah Syar'iyah provides spiritual tranquility, mental fortitude, and increased faith in patients, while medical treatment helps manage symptoms and correct chemical imbalances in the brain. The combination of both approaches yielded significant positive impacts on patients, including reduced symptoms, improved quality of life, and faster recovery. This study concludes that a holistic approach integrating Ruqyah Syar'iyah and medical treatment can serve as an effective alternative in addressing mental health disorders.*

Keywords: *Ruqyah Syar'iyah, Medical treatment, Mental health disorders, Anxiety, Depression.*

Abstrak. Penelitian ini dilatarbelakangi oleh penggunaan Ruqyah Syar'iyah sebagai alternatif pengobatan gangguan kesehatan mental di tengah masyarakat. penelitian ini bertujuan mengeksplorasi efektivitas Ruqyah Syar'iyah dan pengobatan medis dalam menangani gangguan kesehatan mental serta membandingkan dampaknya terhadap pasien. Strategi studi kasus yang dipadukan dengan teknik kualitatif digunakan. Wawancara mendalam dengan pasien yang menderita kondisi kesehatan mental seperti kecemasan, stres, dan depresi serta dengan praktisi Ruqyah Syar'iyah dan pakar medis digunakan untuk mengumpulkan data. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Ruqyah Syar'iyah memberikan ketenangan spiritual, penguatan mental, dan meningkatkan keyakinan pada pasien, sementara pengobatan medis membantu mengatasi gejala dan memperbaiki ketidakseimbangan kimia otak. Kombinasi kedua pendekatan ini memberikan dampak positif yang signifikan pada pasien, seperti berkurangnya gejala, peningkatan kualitas hidup, dan pemulihan yang lebih cepat. Penelitian ini menyimpulkan bahwa pendekatan holistik yang mengintegrasikan Ruqyah Syar'iyah dan pengobatan medis dapat menjadi alternatif yang efektif dalam menangani gangguan kesehatan mental.

Kata kunci: Ruqyah Syar'iyah, Pengobatan medis, Gangguan kesehatan mental, Kecemasan, depresi.

1. LATAR BELAKANG

Gangguan kesehatan mental adalah masalah kesehatan yang semakin meningkat di seluruh dunia. Menurut data yang dikumpulkan oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), hampir satu miliar orang di seluruh dunia hidup dengan gangguan mental. Untuk mengatasi masalah ini, berbagai metode pengobatan telah dikembangkan, termasuk penggunaan obat dan terapi psikologis. Namun, beberapa bagian masyarakat beralih ke pengobatan alternatif, seperti Ruqyah Syar'iyah, yang berakar pada tradisi Islam dan melibatkan pembacaan ayat-ayat Al-Quran dan doa-doa tertentu dengan tujuan menghilangkan pengaruh jahat atau gangguan spiritual yang dianggap menjadi penyebab penyakit, termasuk gangguan mental. Praktik ini

telah mendapat popularitas di kalangan Muslim, terutama di Indonesia, sebagai alternatif pengobatan yang dianggap lebih alami dan sesuai dengan nilai.

Meskipun ada perdebatan mengenai hal tersebut. Sebagian besar penelitian mendukung bahwa Ruqyah Syar'iyah dalam menangani gangguan kesehatan mental, sementara penelitian lain meragukannya dan menekankan pentingnya pengobatan medis berbasis bukti ilmiah. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mempelajari lebih lanjut tentang manfaatnya, terutama dalam mengurangi gejala depresi dan kecemasan. Selain itu, penelitian ini membandingkan efeknya terhadap pasien.

Dengan memahami lebih baik bagaimana Ruqyah Syar'iyah dan pengobatan medis berfungsi dalam pengobatan gangguan kesehatan mental, penulis berharap nantinya dapat dikembangkan metode yang lebih mendalam yang menggabungkan elemen spiritual dan medis untuk meningkatkan kualitas hidup pasien.

2. KAJIAN TEORITIS

Secara terminologi, ruqyah adalah suatu bentuk mencari kesembuhan kepada Allah dengan membaca ayat-ayat Al-Qur'an, hadis, atau menyebut nama Allah untuk meringankan penyakit, kadang-kadang disertai dengan tiupan. Sebaliknya, secara etimologis, ruqyah merujuk pada permohonan perlindungan atau ayat, dzikir, dan doa yang dibacakan untuk orang yang sakit (Arni, 2021). Ruqyah terbagi menjadi dua jenis: ruqyah syar'iyah (mantra yang diizinkan) dan ruqyah syirkiyyah (mantra yang dilarang sebab syirik yang haram) (Arni, 2021).

Dalam dunia medis, pengobatan gangguan mental umumnya melibatkan kombinasi psikoterapi dan farmakoterapi. Psikoterapi adalah terapi bicara yang bertujuan untuk membantu individu mengubah pola pikir dan perilaku yang tidak sehat sebagai respons terhadap situasi sulit. Di sisi lain, farmakoterapi melibatkan penggunaan obat-obatan khusus yang disebut psikofarmaka. Obat-obatan ini bekerja dengan cara mempengaruhi sistem saraf pusat, sehingga dapat mengubah cara seseorang berpikir, merasa, dan berperilaku.

Psikoterapi, juga dikenal sebagai terapi bicara, adalah kumpulan metode yang dimaksudkan untuk membantu orang mengatasi tantangan emosional dengan mengubah pikiran, perasaan, dan perilaku mereka sehingga mereka dapat mengatasi masalah mereka dan berkembang (Kusnadi, 2022). Oleh karena itu, psikoterapi dianggap sebagai metode yang paling penting untuk mengelola perawatan kesehatan mental dan fisik. Ini adalah metode di mana psikoterapis atau psikiater, juga dikenal sebagai psikoterapis, mendorong pasien untuk membahas masalah mereka. Psikoterapi dapat dilakukan dalam berbagai jenis. Jenis pengobatan bergantung pada kondisi dan kebutuhan pasien dan dapat mencakup terapi perilaku

kognitif, terapi psikoanalitik dan psikodinamik, terapi interpersonal, terapi keluarga, hipnoterapi, psikoterapi suportif, penerimaan dan komitmen, dan perilaku dialektis (Hospital Siloam, 2023).

Pendekatan kedua untuk mengobati kesehatan mental dan fisik adalah penggunaan obat psikotropika atau antipsikotik. Dokter dapat meresepkan pengobatan ini tergantung pada kondisi psikologis pasien. Farmakoterapi adalah cabang dari farmakologi. "Farmakologi" adalah istilah yang berasal dari kata asing dan dapat didefinisikan berdasarkan asal-usulnya. Menurut Putri (2020), istilah farmakologi berasal dari kata Yunani *Pharmakos*, yang berarti pengobatan, dan *Logos*, yang berarti ilmu. Sebenarnya, farmakologi adalah bidang yang menyelidiki bagaimana obat-obatan memengaruhi sistem biologis. Secara khusus, ini terkait dengan pengobatan dan bagaimana berbagai bagian tubuh menanggapi manfaat obat, sifat fisikokimianya yang memengaruhi tubuh, penggunaan obat untuk penyembuhan, dan bagaimana obat tersebut masuk ke dalam tubuh.

Obat psikotropika dapat digunakan untuk mengobati kecemasan, depresi, dan stres. Jenis obat yang diresepkan dokter bergantung pada individu dan gejala yang diidentifikasi. Untuk mengetahui manfaat beberapa obat, Anda perlu mengonsumsinya secara teratur selama beberapa minggu (Malina, 2022).

Psikotropika dianggap psikoaktif karena efeknya terhadap otak dan sistem saraf, meskipun secara teknis tidak termasuk dalam kategori narkotika menurut UU No. 5 tahun 1997 (Ananta et al., 2019). Akses terhadap psikotropika sangat penting untuk dipertahankan karena sangat penting untuk kemajuan penelitian dan pelayanan kesehatan. Namun, tidak dapat dipungkiri bahwa psikotropika menimbulkan berbagai bahaya bagi masyarakat (Rizka et al., 2023).

Psikotropika golongan I tidak dapat digunakan dalam terapi, menurut Kurnianta et al. (2023). Psikotropika golongan I adalah bahan terlarang karena potensi ketergantungan yang kuat. Hanya pabrik obat dan pedagang besar farmasi yang dapat menyediakan psikotropika golongan I kepada lembaga penelitian dan/atau pendidikan untuk tujuan penelitian. Produksi dan penggunaan psikotropika golongan I dilarang sama sekali. Psikotropika golongan II dapat digunakan dalam ilmu pengetahuan dan untuk terapi. Selain memiliki efek pengobatan, golongan ini dapat menyebabkan ketergantungan.. Psikotropika golongan III banyak digunakan dalam ilmu pengetahuan dan terapi karena memiliki manfaat pengobatan dan potensi ketergantungan yang sedang. . Psikotropika golongan IV banyak digunakan dalam pengobatan dan bidang ilmu pengetahuan karena memiliki manfaat pengobatan dan potensi ketergantungan yang ringan.

Karya ilmiah sebelumnya telah membahas potensi ruqyah syar'iyah dan pengobatan medis dalam beberapa kasus gangguan kesehatan mental; namun, karya-karya tersebut ditulis secara independen dan berfokus pada masing-masing kasus. Dalam penelitian mereka tentang ruqyah syariyyah, Isdianto et al. (2024) melihat seberapa efektif ruqyah dalam mengobati depresi, kecemasan, dan gangguan tidur. Hasilnya menunjukkan bahwa ruqyah memiliki efek positif terhadap kesehatan mental. Studi ini menunjukkan bahwa terapi ruqyah, yang menggabungkan elemen spiritual Islam dengan intervensi terapeutik, sangat membantu dalam mengatasi gangguan psikologis seperti kecemasan, depresi, dan gangguan tidur. Hasil tinjauan literatur menunjukkan bahwa pembacaan ayat-ayat serta doa Al-Qur'an tertentu dalam terapi tersebut tidak hanya mengurangi gejala psikologis pasien tetapi juga meningkatkan kesejahteraan emosional dan spiritual mereka. Keyakinan spiritual dapat membantu proses pemulihan dan meningkatkan ketenangan dan stabilitas emosional bagi mereka yang mengalami gangguan mental melalui terapi ini. Dalam artikel yang ditulis oleh Cuijpers et al. (2020). Hasilnya menunjukkan bahwa dalam pengobatan depresi sedang jangka pendek, pengobatan gabungan lebih efektif daripada psikoterapi atau farmakoterapi saja; tidak ada perbedaan signifikan antara psikoterapi dan farmakoterapi. Hal ini juga berlaku untuk depresi yang bertahan lama, depresi yang tidak merespons pengobatan, dan mungkin depresi berat. Hasilnya menunjukkan bahwa pedoman harus merekomendasikan pengobatan gabungan sebagai pilihan pertama untuk mengobati depresi, dan karena penerimaan yang lebih baik, psikoterapi dapat direkomendasikan sebelum farmakoterapi, tergantung pada preferensi pasien. Kajian ini akan membahas ruqyah syar'iyah dan pengobatan medis secara menyeluruh dalam studi kasus gangguan kesehatan mental. Hasilnya akan memberi pembaca pemahaman yang mendalam tentang metode ini sebagai opsi atau alternatif untuk penyembuhan gangguan kesehatan mental.

3. METODE PENELITIAN

Artikel ini menggunakan metode kualitatif dengan data deskriptif dari bahasa tertulis yang ditemukan dalam jurnal dan artikel serta analisis isi.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Ruqyah Syar'iyah

Sebelum itu, kita harus memahami apa itu ruqyah syar'iyah. Pada dasarnya ruqyah syar'iyah adalah membacakan ayat-ayat qur'an atau doa-doa yang berasal dari hadis shahih atau bisa juga yang dilakukan oleh para sahabat Rasulullah dengan persetujuan dari Rasulullah

shallahu'alaihi wa sallam. Ruqyah syar'iyah dilaksanakan dengan tiga syarat, yaitu: menggunakan ayat-ayat Al-Qur'an dan hadits tanpa mengubah susunannya, membaca huruf Arab dengan lancar, mantap, dan jelas, serta meyakini bahwa Al-Qur'an dan hadits merupakan jalan untuk mencapai kesembuhan dan Allah-lah yang akan menyembuhkan (Anissa, 2021). Arni (2021) dalam artikelnya, dia menjelaskan bahwa ruqyah secara umum adalah kumpulan kata-kata atau kalimat yang mudah dipahami yang dianggap memiliki kekuatan gaib (bertuah), yang dapat menarik keuntungan atau mencegah kerusakan.

Banyak bukti yang mendukung pelaksanaan ruqyah syar'iyah, menurut penelitian penulis, di antaranya adalah:

1. Qur'an Surah Yunus ayat 57 berbunyi "Wahai manusia, Sesungguhnya telah datang kepadamu pelajaran dari Tuhanmu dan penyembuh bagi penyakit-penyakit (yang berada) dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang yang beriman."
2. Qur'an Surah Al Isra ayat 82 berbunyi "Dan kami turunkan dari Al Quran suatu yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman".
3. Qur'an Surah Asy-Syu'ara ayat 80 berbunyi "Dan apabila Aku sakit, dialah yang menyembuhkan aku."
4. Qur'an Surah Fushishilat ayat 44 berbunyi "Katakanlah: "Al Quran itu adalah petunjuk dan penawar bagi orang-orang mukmin."

Sedangkan di antara dalil-dalil dari hadis-hadis atau sunnah nabi adalah:

Pertama, ruqyah yang dilakukan malaikat jibril as. Ketika datang kepada Nabi dan berkata:

"Wahai Muhammad, apakah engkau sakit?" Nabi menjawab: "Ya". Lalu jibril membaca :

“ بِسْمِ اللَّهِ أَرْقِيكَ مِنْ كُلِّ شَيْءٍ يُؤْذِيكَ مِنْ شَرِّ كُلِّ نَفْسٍ أَوْ عَيْنٍ حَاسِدٍ ، اللَّهُ يَشْفِيكَ ، بِاسْمِ اللَّهِ أَرْقِيكَ ”

“Dengan nama Allah, aku meruqyah kamu dari segala sesuatu yang mengganggu, dari kejahatan setiap jiwa atau mata yang dengki. Allah menyembuhkan kamu, dengan nama Allah aku meruqyah kamu”. [HR. Muslim].

Kedua, riwayat yang disampaikan Aisyah Radhiyallahu anha bahwa Rasul Saw. mengusap orang yang sakit diantara kami dengan tangannya dan membaca:

أَذْهَبِ الْبَاسَ رَبَّ النَّاسِ ، اشْفِهِ أَنْتَ الشَّافِي ، لَا شِفَاءَ إِلَّا شِفَاؤُكَ ، شِفَاءٌ لَا يُغَادِرُ سَقَمًا

“Hilangkanlah segala penyakit, wahai Tuhan sekalian manusia. Sembuhkanlah ia, karena Engkaulah Yang Maha Menyembuhkan. Tidak ada kesembuhan kecuali kesembuhan (dari)Mu dengan kesembuhan yang tidak menyisakan sakit.” [HR. Muslim].

Ketiga, sahabat Utsman bin Abu Al-'Ash mengeluh kepada Rasulullah Saw. mengenai sakit yang ia derita pada tubuhnya sejak masuk islam. Rasulullah Shallahu'alaihi wa sallam

kemudian bersabda: “Letakkanlah tanganmu di bagian tubuhmu yang sakit lalu ucapkan bismillah tiga kali, lalu bacalah:

أَعُوذُ بِعِزَّةِ اللَّهِ وَقُدْرَتِهِ مِنْ شَرِّ مَا أَجِدُ وَأُحَاذِ

“Aku berlindung kepada keperkasaan dan kekuasaan Allah dari kejahatan apa yang aku dapati dan aku khawatirkan.” (dibaca) 7 kali. [HR. Ahmad].

Pengaruh ruqyah syar'iyah terhadap pasien gangguan mental

Dalam kehidupan ini, manusia pasti menghadapi berbagai macam permasalahan. Seseorang memerlukan pemulihan kesehatan mental karena masalah yang dia hadapi mungkin mengganggu kesehatan mentalnya. Gangguan kesehatan mental yang kami bahas hanya mengenai hal-hal yang sering dialami oleh manusia, yaitu stress, kecemasan, dan depresi. Tidak dapat dimungkiri bahwa kecemasan, stress, dan depresi itu merupakan gangguan kesehatan mental yang umum sekali kita temui di sekitar kita. Sehingga kita perlu memahami langkah-langkah dalam menurunkan bahkan menghilangkan kecemasan, stress, dan depresi tersebut. Salah satu metode yang dapat kita terapkan adalah terapi ruqyah syar'iyah. Dalam melakukan ruqyah syar'iyah kita tidak harus meminta orang lain untuk membacakan ayat-ayat qur'an, tetapi kita juga bisa membacanya untuk diri kita sendiri. Kita niatkan bacaan-bacaan ayat Al-Qur'an untuk mengurangi gangguan mental kita, ketika dilanda kecemasan, stress, dan depresi.

Kesehatan fisik dan mental umat Islam dipengaruhi secara positif oleh kegiatan membaca, mendengarkan, atau menghafal Al-Quran, menurut analisis menyeluruh terhadap penelitian tentang topik tersebut Wan Nor Atikah Che Wan Mohd Rozali, dkk. (2022). Umat Islam yang terlibat dalam kegiatan-kegiatan ini melaporkan adanya peningkatan dalam kecerdasan, kualitas hidup, parameter fisiologis, depresi, dan kecemasan mereka. Hal ini didukung oleh sebuah meta-analisis yang ditemukan oleh Zarea Gavgani, dkk. (2022) melihat bahwa mendengarkan Al-Qur'an meningkatkan kecemasan keadaan, sifat, umum, depresi, stres, dan kesehatan mental.

Berikut pengaruh-pengaruh ruqyah syar'iyah terhadap orang dengan gangguan mental:

1. Memberikan efek menentramkan hati

Dalam Al-Qur'an pada surah Ar-Rad ayat 28, Allah berfirman

۞ الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

Artinya: "(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenteram."

Membaca ayat Al-Qur'an tentunya akan membawa efek ketenangan pada orang dengan gangguan mental. Ketenangan mampu membawa dampak kepada penurunannya rasa cemas, stress, dan depresi. Bahkan dalam atikel yang ditulis oleh Hapsari, dkk. (2024). Mendengarkan Al Quran terbukti memiliki efek menenangkan. Bahkan setelah satu kali mendengarkan, Anda dapat merasakan pengaruh menenangkan tersebut. Menurut penelitian yang menggunakan perekam gelombang otak (Elektroensefalogram, EEG), mendengarkan Al Quran didominasi oleh gelombang delta di otak manusia. Gelombang delta muncul di lobus frontal kiri dan kanan otak. Situasi ini menunjukkan bahwa seseorang yang mendengarkan Al Quran berada dalam kondisi sangat rileks, mirip dengan tidur nyenyak.

2. Mendapatkan rahmat dari Allah

Allah berfirman dalam Al-Qur'an pada surat al-A'raf ayat 204 (7:204)

وَإِذَا قُرِئَ الْقُرْآنُ فَاسْتَمِعُوا لَهُ وَأَنْصِتُوا لَعَلَّكُمْ تُرْحَمُونَ

Artinya: *"Dan apabila dibacakan Al Quran, maka dengarkanlah baik-baik, dan perhatikanlah dengan tenang agar kamu mendapat rahmat."*

Dalam kontek ayat-ayat ruqyah dibacakan oleh orang lain, maka tentunya pasien harus dalam keadaan benar-benar mendengarkan dan merenungi ayat-ayat ruqyah yang dibacakan supaya mendapatkan rahmat dari Allah. Dalam artikel yang ditulis oleh Rahmani, F., & Aziz, A. I. (2024), para pasien seringkali menyebutkan perasaan lebih damai dan berkurangnya kecemasan setelah mengikuti sesi ruqyah. Salah satu pasien berkomentar, "Setelah terapi, saya merasakan ketenangan yang mendalam, seolah-olah beban berat telah terangkat dari pundak saya."

Metode Ruqyah Syar'iyah

Triantoro, Husna, dan Amna (2019) di dalam tulisannya menyebutkan bahwa komunitas terkait ruqyah yang mereka teliti menawarkan dua jenis pengobatan: ruqyah intensif, yang dilakukan oleh perquyah sendiri, dan ruqyah mandiri. Untuk memulai pengobatan ini, seseorang membacakan doa-doa ruqyah yang diambil dari potongan ayat-ayat dari Al-Qur'an, seperti surah Al-Fatihah, Al-Ikhlash, Al-Falaq, An-Nas, Al-Baqarah: 1-4, Ali-Imran: 18-19, dan Al-Jin: 1-9. Peruqyah membacakan surah-surah ini langsung kepada para peserta, yang kemudian diminta untuk berdoa memohon ampun kepada Allah, memejamkan mata, dan merenungkan kesalahan-kesalahan mereka. Ini tidak sama dengan ruqyah mandiri, yakni individu melakukannya sendiri di bawah pengawasan praktisi ruqyah. Di Pracimantoro, Munggipasar, Semanu, dan Gunung Kidul, terapi ruqyah mandiri dimulai dengan mengambil

air wudhu terlebih dahulu. Setelah itu, campurkan beberapa tetes minyak Habbatussauda dengan air putih dan oleskan ke mulut. Selanjutnya, ruqyah dimulai dengan memohon ampun kepada Allah atau dengan beristigfar dan membaca niat untuk menyembuhkan penyakit yang dialami orang terkait. Kemudian, surah Al-Fatihah, Al-Ikhlâs, Al-Falaq, dan An-Nas dibacakan sebanyak tiga kali. Setelah surah-surah itu dibacakan, pasien terkait diminta untuk meniup air putih yang mereka pegang dan kemudian meminumnya.

Pengobatan Medis

Pengobatan medis yang akan kami bahas ada dua, yakni psikoterapi & farmakoterapi. Psikoterapi, juga dikenal sebagai terapi bicara, adalah kumpulan metode yang dimaksudkan untuk membantu orang mengatasi masalah emosional dengan mengubah pikiran, perasaan, dan perilaku mereka sehingga mereka dapat mengatasi masalah psikologis dan berkembang (Kusnadi et al., 2022). Farmakoterapi adalah bidang ilmu yang mempelajari cara menggunakan obat untuk menyembuhkan penyakit atau gejalanya (Putri, 2020).

Psikoterapi terhadap orang gangguan kesehatan mental

Pada penelitian yang dimuat pada artikel yang ditulis oleh Munder et al., 2019 bahwasanya pelaksanaan psikoterapi terhadap orang dewasa yang mengalami depresi menunjukkan dampak positif. Psikoterapi secara signifikan lebih efektif daripada tidak ada perawatan (natural history), dengan ukuran efek (effect size) sekitar 0.70. Ini menunjukkan bahwa psikoterapi memberikan manfaat nyata bagi individu dengan depresi dibandingkan dengan mereka yang tidak menerima intervensi apa pun. Namun, hal yang perlu dicatat dari penelitian yang ini, penelitian ini berfokus pada depresi pada orang dewasa. Efektivitas psikoterapi untuk gangguan mental lainnya atau pada populasi yang berbeda mungkin berbeda. Di sini kita sudah dapat memahami bahwa, melakukan psikoterapi lebih baik dibandingkan tidak melakukan apa-apa. Mencurahkan isi hati, kepala, dan rasa tidak nyaman kita terhadap psikolog tentunya akan mengurangi beban hati dan pikiran yang dipikul oleh korban gangguan mental seperti cemas, stress, dan depresi.

Farmakoterapi terhadap orang gangguan kesehatan mental

Pada penelitian yang dimuat dalam artikel yang ditulis oleh Leichsenring et al., (2022) bahwasanya farmakoterapi terhadap orang dewasa yang mengalami gangguan mental menunjukkan hasil positif. Dalam penilaian psikoterapi dan farmakoterapi di seluruh bidang untuk gangguan mental pada orang dewasa ini, disertakan bukti dari 102 meta-analisis dengan

3.782 RCT dan 650.514 pasien. Telah menemukan manfaat kecil secara keseluruhan untuk kedua jenis intervensi, dengan SMD rata-rata 0,35 dan heterogenitas sedang di seluruh kondisi. Temuan ini menantang hasil tinjauan paling komprehensif sebelumnya, yang melaporkan ukuran efek sedang secara keseluruhan (SMD=0,50) di seluruh psikoterapi dan farmakoterapi, berdasarkan 61 meta-analisis dengan 852 RCT dan 137.126 pasien. Estimasi terakhir ini tampaknya terjadi karena menyertakan pembanding daftar tunggu dan merata-ratakan ukuran efek tanpa melakukan evaluasi meta-analisis efek acak. Menurut hasil tinjauan umum ini dan meta-analisis orde kedua, ada keuntungan tambahan dari psikoterapi dan farmakoterapi dalam pengobatan gangguan mental pada orang dewasa, tetapi ini kecil dalam hal ukuran efek. Kondisi yang buktinya sangat luas tersedia (misalnya, depresi) hampir selalu memiliki ukuran efek yang sederhana ketika hanya studi dengan risiko bias rendah yang dipertimbangkan, atau upaya dilakukan untuk mengoreksi bias. Ukuran efek sedang atau besar hanya ditemukan untuk beberapa kondisi, dan sebagian besar ukuran efek $\geq 0,50$ dikaitkan dengan risiko bias yang tinggi dan/atau bukti terbatas. Meskipun demikian, argumen tersebut tetap berlaku bahwa, meskipun ada beberapa obat untuk kondisi medis umum dengan ukuran efek yang jelas lebih tinggi, agen psikotropika atau psikoterapi umumnya tidak kurang berkhasiat daripada obat-obatan tersebut.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Ruqyah Syar'iyah yang berbasis pada keyakinan agama memberikan ketenangan spiritual dan penguatan mental bagi pasien, sementara pengobatan medis menawarkan solusi berbasis bukti ilmiah. Kedua pendekatan ini dapat saling melengkapi dalam proses penyembuhan. Namun, tentunya penelitian lebih lanjut mengenai ini diperlukan untuk mendapatkan pemahaman yang lebih baik tentang bagaimana Ruqyah Syar'iyah berfungsi dan betapa efektifnya. Penyusun mendorong pembaca untuk terus menggali informasi dan melakukan kajian mendalam terkait praktik ruqyah. Penyusunan penelitian mengandalkan sumber-sumber data tertulis dan pemahaman pribadi dalam penelitian sehingga penulis menyarankan agar pembaca kembali mendalami ruqyah serta aspek-aspeknya.

6. DAFTAR PUSTAKA

- Aliffia Ananta, A., Syafichul Haqi, R., & Ariani, R. (2019). Penyuluhan remaja anti narkoba dan psikotropika. *Jurnal Abdikarya: Jurnal Karya Pengabdian Dosen Dan Mahasiswa*, 3(4), 300–309. <https://jurnal.untag-sby.ac.id/index.php/abdikarya/article/view/3824>
- Anissa, A., Sugiono, A., & Saptiani, F. (2021). Implementasi public relation pada klinik terapi ruqyah syar'iyah DPW QHI Lampung sebagai respon atas meningkatnya trend halal lifestyle. *Jurnal Perspektif Bisnis*, 4(1), 72-79.
- Arni. (2021). Implementasi ruqyah syar'iyah sebagai alternatif psikoterapi dalam kajian psikologi Islam. *Jurnal Ilmiah ISLAM FUTURA*, 9(1), 75-104. <https://doi.org/10.18592/jsi.v9i1.3923>
- Cuijpers, P., Noma, H., Karyotaki, E., Vinkers, C. H., Cipriani, A., & Furukawa, T. A. (2020). A network meta-analysis of the effects of psychotherapies, pharmacotherapies and their combination in the treatment of adult depression. *World Psychiatry*, 19(1), 92-107. <https://doi.org/10.1002/wps.20701>
- Hamidah, E. (2019). Implementasi nilai-nilai pendidikan Islam dalam pelaksanaan ruqyah syar'iyah di Kota Ambon (Doctoral dissertation, IAIN Ambon).
- Hapsari, P., Darodjat, & Kusumawinakhyu, T. (2024). The power of Qur'an to heal physical and mental illness. *Psikis: Jurnal Psikologi Islami*, 10(1), 1-11. <https://doi.org/10.19109/psikis.v10i1.19203>
- Isdianto, A., & Fitrianti, N. (2024). Efektivitas terapi ruqyah dalam menangani kecemasan, depresi, dan gangguan tidur. *Jurnal Education and Development*, 12(3), 82-89. <https://doi.org/10.37081/ed.v12i3.6401>
- Kurnianta, P. D. M., Sari, S. W., Yanti, S. I., Alfianna, W., Solihah, R., Wulan, N. P. D. R., Dari, D. S. D. O., Suzana, D., Fatwami, E. F., Rohenti, I. R., Dira, M. A., Febriani, A., Puspitasari, L., Pahriyani, A., Rosyadi, A., Shoaliha, M., Islamiyati, D., Fujianti, F., Amirulah, F., Indrayoni, P., & Nuraini, A. (2023). *Pengantar farmakologi: Konsep dan teori*. Jambi, Kota Jambi: PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Kusnadi, K., Ikhsan, M., & Adiningsih, W. (2022). Bimbingan konseling Islam (psikoterapi taubat). *Jurnal Mimbar: Media Intelektual Muslim Dan Bimbingan Rohani*, 8(1), 54-87. <https://doi.org/10.47435/mimbar.v8i1.891>
- Leichsenring, F., Steinert, C., Rabung, S., & Ioannidis, J. P. A. (2022). The efficacy of psychotherapies and pharmacotherapies for mental disorders in adults: An umbrella review and meta-analytic evaluation of recent meta-analyses. *World Psychiatry*, 21(1), 133-145. <https://doi.org/10.1002/wps.20941>
- Malina, L. (2022). Jenis psikotropika yang digunakan untuk pengobatan gangguan mental. Diakses pada 19 September 2024, dari <https://www.idntimes.com/health/medical/laila-malina-1/jenis-psikotropika-untuk-pengobatan-gangguan-mental>

- Munder, T., Flückiger, C., Leichsenring, F., Abbass, A. A., Hilsenroth, M. J., Luyten, P., Rabung, S., Steinert, C., & Wampold, B. E. (2019). Is psychotherapy effective? A re-analysis of treatments for depression. *Epidemiology and Psychiatric Sciences*, 28(3), 268–274. <https://doi.org/10.1017/S2045796018000355>
- Putri, N. H. (2020). Mengenal farmakologi, ilmu tentang segala hal yang berkaitan dengan obat. SehatQ. Diakses pada 20 September 2024, dari <https://web.archive.org/web/20200928233609/https://www.sehatq.com/artikel/mengenal-farmakologi-ilmu-tentang-segala-hal-yang-berkaitan-dengan-obat>
- Rahmani, F., & Aziz, A. I. (2024). Ruqyah Syar'iyah as an alternative therapy in Islamic psychology: Controversies and developments. *Indonesian Journal of Islamic Counseling*, 6(2), 106–117. <https://doi.org/10.35905/ijic.v6i2.10725>
- Rizka, R., Sari, S. N., Nurhayati, N., & Lyandovy, V. (2023). Drug therapy for mental disorders in psychotropic law and Islamic legal perspectives. *JUSTISI*, 10(1), 80-93. <https://doi.org/10.33506/jurnaljustisi.v10i1.2819>
- Sarbini Anim. (2022). Ruqyah in the perspective of Islamic fiqh. *Al-Risalah*, 13(1), 34–49. <https://doi.org/10.34005/alrisalah.v13i1.1696>
- Siloam Hospitals. (2023). Apa itu psikoterapi? Diakses pada 21 September 2024 dari https://www.siloamhospitals.com/informasi-siloam/artikel/apa-itupsikoterapi#mcetoc_1hfo8pid44b
- Triantoro, D. A., Husna, F., & Amna, A. (2019). Ruqyah Syar'iyah: Alternatif pengobatan, kesalehan, islamisme dan pasar Islam. *Harmoni*, 18(1), 460-478. <https://doi.org/10.32488/harmoni.v18i1.354>
- Wan Nor Atikah Che Wan Mohd Rozali et al. (2022). The impact of listening to, reciting, or memorizing the Quran on physical and mental health of Muslims: Evidence from systematic review. *International Journal of Public Health*. <https://doi.org/10.3389/ijph.2022.1604998>
- Zarea Gavgani, M., Ghojzadeh, M., Sadeghi-Ghyassi, F., & Khodapanah, T. (2022). Effects of listening to Quran recitation on anxiety reduction in elective surgeries: A systematic review and meta-analysis. *Archive for the Psychology of Religion*, 44(2), 111–126. <https://doi.org/10.1177/00846724221102198>