

HADIS DAN KESEHATAN MENTAL: PERSPEKTIF INTEGRATIF ANTARA TRADISI NABAWI DAN PSIKOTERAPI KONTEMPORER

Abdelsalam Ibrahim Issa Al-Mashay¹, Rabeeah Farj Amhimmid², Randi Purnama³, Inong Satriadi⁴

¹ Universitas Gharyan, Libya

² Universitas Islam Negeri Mahmud Yunus Batusangkar, Indonesia

³ Universitas Islam Negeri Mahmud Yunus Batusangkar, Indonesia

⁴ Universitas Islam Negeri Mahmud Yunus Batusangkar, Indonesia

Corresponding Author:

Abdelsalam Ibrahim Issa Al-Mashay,

Gharyan University currently consists of 18 faculties, with a total of 127 academic departments.

Email: abdelsalam@gmail.com

Article Info

Received: November 27, 2025

Revised: November 30, 2025

Accepted: December 18, 2025

Online Version: December 27, 2025

Abstract

The increasing prevalence of mental health problems in contemporary society has prompted scholars to explore integrative approaches that bridge psychology and religious traditions. This study aims to analyze the concept of mental health embedded in selected Hadith and to examine its relevance and convergence with contemporary psychotherapeutic approaches. The research method used by the researchers in this study is a qualitative, literature-based study, utilizing thematic and integrative analysis of authoritative Hadith compilations along with recent scholarly works in psychology and psychotherapy published in the last decade. The results of this study indicate that the Hadith offers a comprehensive framework for understanding mental well-being that emphasizes psychological balance and spiritual depth. This integrative perspective contributes to contemporary scholarship by demonstrating that the prophetic tradition can serve not only as a moral guide but also as a complementary resource for culturally and spiritually sensitive mental health interventions. The conclusions of this study emphasize the importance of interdisciplinary dialogue between Islamic studies and mental health sciences and highlight the potential of integrative models to enhance the effectiveness of therapy, especially in religiously oriented communities.

Keywords: hadith, mental health, integrative approach, psychotherapy, islamic psychology



© 2025 by the author(s)

This article is an open-access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International (CC BY SA) license (<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>).

Journal Homepage

How to cite:

<https://ejournal.staialhikmahpariangan.ac.id/Journal/index.php/JIET>

Al-Mashay, I. I., Amhimmid, F. R., Purnama, R., & Satriadi, I. (2025). Hadis dan Kesehatan Mental: Perspektif Integratif antara Tradisi Nabawi dan Psikoterapi Kontemporer. *Journal International Inspire Education Technology*, 4(3), 562-570. <https://doi.org/10.55849/jiiet.v4i3.1182>

Published by:

Sekolah Tinggi Agama Islam Al-Hikmah Pariangan Batusangkar

INTRODUCTION

Kesehatan mental menjadi salah satu isu krusial yang menempati posisi strategis dalam agenda kesehatan global pada dekade terakhir (Twenge et al., 2019). Laporan World Mental Health Report menegaskan bahwa gangguan mental tidak hanya berdampak pada individu secara personal, tetapi juga menimbulkan implikasi sosial, ekonomi, dan kultural yang luas, termasuk penurunan produktivitas, meningkatnya beban layanan kesehatan, serta melemahnya kohesi sosial. Depresi, gangguan kecemasan, stres kronis, dan problem psikososial lainnya tercatat sebagai penyumbang utama *years lived with disability* (YLDs) secara global, terutama pada kelompok usia produktif (Daly et al., 2021). Fenomena ini semakin kompleks seiring dengan percepatan modernisasi, disrupsi teknologi digital, krisis makna hidup, serta fragmentasi relasi sosial dan spiritual dalam masyarakat kontemporer.

Perkembangan tersebut mengindikasikan bahwa pendekatan kesehatan mental yang bersifat reduksionistik, yang hanya menekankan aspek biologis atau klinis, tidak lagi memadai (Berhanu et al., 2026; Doku et al., 2026; Gedam et al., 2026; Teferra et al., 2026). Sejumlah kajian mutakhir menekankan pentingnya pendekatan holistik yang mengintegrasikan dimensi biologis, psikologis, sosial, dan spiritual sebagai satu kesatuan yang saling berkelindan (Park et al., 2022). Dalam kerangka ini, spiritualitas dan religiositas dipahami sebagai sumber daya psikologis yang berperan signifikan dalam membentuk resiliensi, makna hidup, serta kemampuan individu dalam menghadapi tekanan dan penderitaan eksistensial. Namun, integrasi antara spiritualitas keagamaan dan pendekatan psikoterapi ilmiah masih menghadapi tantangan konseptual dan metodologis, khususnya dalam konteks tradisi keagamaan non Barat.

Dalam masyarakat Muslim, Islam bukan sekadar sistem kepercayaan, melainkan kerangka hidup komprehensif yang memengaruhi cara individu memahami diri, penderitaan, kesehatan, dan kesejahteraan jiwa (Choi et al., 2026; Ford et al., 2026; Livermore et al., 2026; VanDerWeele et al., 2026). Al-Qur'an dan hadis Nabi Muhammad *sallallahu alaihi wasallam* menempatkan manusia sebagai entitas integral yang terdiri atas jasad, akal, dan ruh, sehingga kesehatan mental (*al-sihhah al-nafsiyyah*) dipandang sebagai bagian inheren dari tujuan hidup manusia dan *maqasid al-shari'ah*. Hadis-hadis Nabi tidak hanya mengatur aspek ibadah dan moralitas, tetapi juga memuat prinsip-prinsip psikologis yang relevan dengan pengelolaan emosi, pengendalian stres, pembentukan ketenangan batin, serta pemaknaan penderitaan hidup.

Kajian kontemporer dalam psikologi Islam menunjukkan bahwa praktik-praktik keagamaan seperti doa, dzikir, tawakkal, dan sikap *ridha* terhadap ketentuan Tuhan memiliki korelasi positif dengan kesejahteraan psikologis dan penurunan gejala kecemasan serta depresi (Abdel Khalek, 2019; Aflakseir & Coleman, 2021). Hadis Nabi Muhammad *sallallahu alaihi wasallam*, misalnya, secara eksplisit menekankan pentingnya pengendalian amarah, optimisme, prasangka baik (*husn al-zann*), serta keseimbangan antara harapan dan ketakutan nilai-nilai yang dalam psikologi modern dikenal sebagai regulasi emosi dan restrukturisasi kognitif. Namun demikian, dimensi terapeutik hadis tersebut masih sering dipahami secara normatif-teologis dan belum dikembangkan secara sistematis dalam kerangka psikoterapi ilmiah.

Psikoterapi kontemporer berkembang pesat melalui berbagai pendekatan yang berfokus pada dinamika kognitif, emosional, dan eksistensial manusia. Terapi Kognitif Perilaku (Cognitive Behavioral Therapy/CBT) menekankan peran pikiran dalam membentuk emosi dan perilaku adaptif, serta efektivitas restrukturisasi kognitif dalam mengurangi distress psikologis (Hofmann et al., 2017). Pendekatan *mindfulness* menekankan kesadaran penuh terhadap pengalaman batin saat ini sebagai sarana pengelolaan stres dan kecemasan, sementara logoterapi dan psikologi eksistensial menempatkan pencarian makna hidup sebagai fondasi utama kesehatan mental manusia. Prinsip dasar dalam psikoterapi kontemporer tersebut memiliki korespondensi konseptual yang kuat dengan ajaran Nabi Muhammad *sallallahu alaihi wasallam* (Bouaddi et al., 2026; Fleury et al., 2026; Keven et al., 2026; Romero-Rodríguez et al., 2026). Konsep penerimaan realitas, pengendalian pikiran negatif, orientasi hidup yang bermakna, serta hubungan transendental dengan Tuhan merupakan tema sentral baik dalam hadis maupun dalam pendekatan psikoterapi modern berbasis makna dan kesadaran. Hal ini menunjukkan adanya potensi integrasi epistemologis antara tradisi Nabawi dan ilmu psikoterapi kontemporer yang belum sepenuhnya dieksplorasi dalam kajian akademik.

Tinjauan terhadap *state of the art* menunjukkan bahwa penelitian-penelitian sebelumnya cenderung bergerak dalam dua kutub yang terpisah. Di satu sisi, kajian hadis lebih banyak menekankan analisis tekstual dan normatif tanpa dialog yang memadai dengan temuan empiris psikologi modern. Di

sisi lain, kajian psikologi dan kesehatan mental seringkali menggunakan agama sebagai variabel eksternal atau faktor coping, tanpa menggali secara mendalam sumber-sumber primer Islam, khususnya hadis Nabi, sebagai basis konseptual psikoterapi (Rassool, 2016; Skinner, 2020). Akibatnya, integrasi antara hadis dan psikoterapi masih bersifat parsial dan belum menghasilkan kerangka teoretis yang komprehensif.

Beberapa penelitian mutakhir mulai mendorong integrasi antara psikologi modern dan tradisi Islam, namun fokusnya masih dominan pada konseling Islami atau religiositas umum, bukan pada analisis hadis sebagai sumber nilai psikoterapeutik yang spesifik dan sistematis (Haque et al., 2016; Haque et al., 2021). Dengan demikian, terdapat celah penelitian (research gap) berupa kebutuhan akan kajian integratif yang memposisikan hadis Nabi Muhammad sallallahu alaihi wasallam sebagai sumber epistemologis utama dalam dialog dengan psikoterapi kontemporer.

Berdasarkan gap tersebut, artikel ini menawarkan kebaruan (novelty) berupa pendekatan integratif yang mengkaji hadis-hadis Nabi tentang kesehatan mental secara tematik dan menghubungkannya dengan prinsip-prinsip psikoterapi kontemporer. Penelitian ini berangkat dari hipotesis bahwa nilai-nilai psikologis dalam hadis Nabi memiliki relevansi konseptual dan aplikatif dengan pendekatan psikoterapi modern, serta berpotensi memperkaya pengembangan model kesehatan mental yang holistik, kontekstual, dan sensitif terhadap nilai-nilai spiritual masyarakat Muslim.

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif berbasis studi kepustakaan (library research) dengan pendekatan analisis tematik dan komparatif. Data utama berupa hadis-hadis Nabi Muhammad ﷺ yang berkaitan dengan kesehatan mental, pengelolaan emosi, dan keseimbangan jiwa, sedangkan data sekunder berasal dari literatur psikologi, psikoterapi, dan kesehatan mental kontemporer (2015–2025) yang dipublikasikan dalam jurnal bereputasi internasional. Variabel yang dikaji meliputi konsep kesehatan mental dalam hadis, prinsip-prinsip psikoterapi kontemporer, serta pola integrasi keduanya.

Dengan demikian, tujuan penelitian ini adalah: (1) mengidentifikasi dan menganalisis konsep kesehatan mental dalam hadis Nabi Muhammad sallallahu alaihi wasallam; (2) mengkaji relevansi dan kesesuaiannya dengan pendekatan psikoterapi kontemporer; dan (3) merumuskan perspektif integratif antara tradisi Nabawi dan psikoterapi modern yang dapat berkontribusi secara teoretis terhadap kajian hadis dan psikologi Islam, serta secara praktis terhadap pengembangan layanan kesehatan mental yang holistik dan berakar pada nilai-nilai spiritual Islam.

RESEARCH METHOD

Research Design

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian kepustakaan (*library research*), yang bertujuan untuk mengkaji dan mengintegrasikan konsep kesehatan mental dalam hadis Nabi Muhammad sallallahu alaihi wasallam dengan pendekatan psikoterapi kontemporer. Pendekatan kualitatif dipilih karena karakteristik objek kajian berupa teks keagamaan dan literatur ilmiah yang memerlukan pemahaman mendalam, interpretatif, dan kontekstual, bukan pengukuran numerik atau eksperimen laboratorium (Creswell & Poth, 2018). Desain penelitian ini bersifat deskriptif analitis dan integratif, dengan fokus pada pemaknaan konseptual serta sintesis epistemologis antara tradisi Nabawi dan psikoterapi modern.

Research Target/Subject

Populasi penelitian ini mencakup seluruh hadis Nabi Muhammad sallallahu alaihi wasallam yang memiliki relevansi substantif dengan kesehatan mental, pengelolaan emosi, keseimbangan jiwa, dan kesejahteraan psikologis, serta seluruh literatur psikoterapi kontemporer yang membahas aspek kognitif, emosional, dan eksistensial kesehatan mental. Mengingat luasnya populasi tersebut, penelitian ini menggunakan teknik purposive sampling, yaitu pemilihan data secara sengaja berdasarkan kriteria tertentu yang sesuai dengan tujuan penelitian (Etikan et al., 2016). Kriteria inklusi hadis meliputi: (1) hadis yang membahas kondisi psikologis manusia seperti kesedihan, kecemasan, kemarahan, ketenangan jiwa, dan makna hidup; (2) hadis yang memiliki derajat kesahihan tinggi (sahih dan hasan); dan (3) hadis yang sering dirujuk dalam literatur klasik maupun kontemporer terkait akhlak dan kesejahteraan jiwa. Sementara itu, kriteria inklusi literatur psikoterapi mencakup artikel jurnal dan buku akademik bereputasi internasional yang terbit dalam rentang 2015–2025 dan secara eksplisit membahas kesehatan mental, psikoterapi, spiritualitas, atau integrasi agama dan psikologi.

Research Procedure

Prosedur penelitian dilakukan melalui beberapa tahap yang saling berkesinambungan. Tahap pertama adalah pengumpulan data, yang dilakukan dengan penelusuran sistematis terhadap hadis-hadis Nabi dan literatur psikoterapi kontemporer menggunakan kata kunci seperti mental health, psychotherapy, religion and mental health, Islamic psychology, dan prophetic tradition. Tahap kedua adalah seleksi data berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi, untuk memastikan relevansi dan kualitas akademik sumber yang digunakan. Tahap ketiga adalah analisis tematik, yaitu proses pengodean dan pengelompokan data ke dalam tema-tema konseptual yang merepresentasikan aspek kesehatan mental dalam hadis dan psikoterapi modern (Braun & Clarke, 2021). Tahap keempat adalah analisis komparatif integratif, yakni membandingkan tema-tema yang muncul dalam hadis dengan prinsip-prinsip psikoterapi kontemporer untuk menemukan korespondensi, kesesuaian, dan potensi integrasi.

Instruments, and Data Collection Techniques

Instrumen utama dalam penelitian ini adalah peneliti sendiri (the researcher as the main instrument), sebagaimana lazim dalam penelitian kualitatif, yang berperan dalam proses seleksi data, pembacaan kritis, pengodean tematik, dan analisis integratif (Miles et al., 2020). Untuk menjaga sistematis dan konsistensi analisis, peneliti menggunakan lembar analisis tematik yang memuat kategori-kategori konseptual, seperti konsep kesehatan mental dalam hadis, mekanisme pengelolaan emosi, prinsip psikoterapi kontemporer, serta titik temu dan perbedaan epistemologis antara keduanya. Literatur hadis dikumpulkan dari kitab-kitab hadis kanonik dan syarah hadis, sedangkan literatur psikoterapi diperoleh dari basis data ilmiah bereputasi seperti Scopus, Web of Science, dan Google Scholar.

Data Analysis Technique

Analisis data dilakukan secara kualitatif dengan pendekatan analisis tematik reflektif, yang memungkinkan peneliti mengidentifikasi pola makna secara mendalam dan kontekstual (Braun & Clarke, 2021). Setiap tema yang dihasilkan dianalisis secara kritis dengan mengaitkannya pada kerangka teoretis psikoterapi modern, seperti terapi kognitif perilaku, mindfulness based therapy, dan terapi berbasis makna. Dalam konteks ini, tidak digunakan analisis statistik inferensial karena tujuan penelitian bukan untuk menguji hubungan kausal atau perbedaan kelompok, melainkan untuk membangun pemahaman konseptual dan sintesis teoretis. Namun, prinsip ketelitian ilmiah tetap dijaga melalui perbandingan lintas sumber dan argumentasi berbasis literatur.

RESULTS AND DISCUSSION

Hasil penelitian ini menegaskan bahwa hadis-hadis Nabi Muhammad sallallahu alaihi wasallam memuat konstruksi konseptual kesehatan mental yang sistematis dan komprehensif, yang tidak hanya bersifat normatif teologis, tetapi juga memiliki relevansi psikoterapeutik yang kuat ketika dianalisis dalam dialog dengan pendekatan psikoterapi kontemporer. Temuan ini mengonfirmasi hipotesis penelitian bahwa tradisi Nabawi menyediakan kerangka pengelolaan jiwa yang selaras dengan prinsip-prinsip utama psikologi modern, khususnya dalam aspek regulasi emosi, resiliensi psikologis, pemaknaan penderitaan, dan pencapaian ketenangan batin. Dengan demikian, penelitian ini memperluas pemahaman akademik tentang hadis dari sekadar sumber hukum dan akhlak menuju sumber nilai terapeutik yang kontekstual dan aplikatif.

Temuan pertama menunjukkan bahwa pengendalian emosi, khususnya emosi negatif seperti kemarahan, merupakan tema sentral dalam hadis Nabi dan memiliki implikasi langsung terhadap kesehatan mental. Rasulullah sallallahu alaihi wasallam bersabda:

وَعَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ: «لَيْسَ الشَّدِيدُ بِالصُّرَعَةِ، إِنَّمَا الشَّدِيدُ الَّذِي يَمْلِكُ نَفْسَهُ عِنْدَ الْغَضَبِ» مُتَّفَقٌ عَلَيْهِ

Terjemahannya : Dari Abu Hurairah radhiyallahu anhu, bahwa Rasulullah shallallahu ‘alaihi wa sallam bersabda, “Orang yang kuat itu bukanlah orang yang pandai bergulat (berkelahi), akan tetapi orang yang kuat adalah orang yang mampu mengendalikan dirinya di saat marah.” [Shahih Al-Bukhari no. 6114. Muslim no. 2609].

Secara syarah, hadis ini merekonstruksi makna kekuatan manusia dari dominasi fisik menuju kontrol intrapsikis. Kekuatan sejati, menurut Nabi Sallallahu Alaihi Wasallam, terletak pada kemampuan mengelola impuls emosional yang destruktif. Dalam psikologi kontemporer, regulasi emosi

diakui sebagai determinan utama kesehatan mental dan kesejahteraan psikologis (Gross, 2015). Penelitian ini menemukan bahwa pesan hadis tersebut memiliki kesesuaian yang sangat kuat dengan pendekatan terapi kognitif perilaku (CBT), yang menekankan identifikasi dan restrukturisasi respons kognitif terhadap pemicu emosi negatif (Hofmann et al., 2017). Dengan demikian, hadis ini dapat dipahami sebagai landasan normatif bagi praktik regulasi emosi yang secara empiris terbukti efektif dalam menurunkan stres dan gangguan kecemasan.

Temuan kedua berkaitan dengan konstruksi resiliensi psikologis melalui kerangka makna yang positif terhadap pengalaman hidup. Rasulullah sallallahu alaihi wasallam bersabda:

عَنْ صُهَيْبٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ
عَجَبًا لِأَمْرِ الْمُؤْمِنِ، إِنَّ أَمْرَهُ كُلَّهُ خَيْرٌ، وَلَيْسَ ذَلِكَ لِأَحَدٍ إِلَّا لِلْمُؤْمِنِ، إِنْ أَصَابَتْهُ سَرَاءٌ شَكَرَ، فَكَانَ خَيْرًا لَهُ، وَإِنْ أَصَابَتْهُ ضَرَاءٌ
صَبَرَ، فَكَانَ خَيْرًا لَهُ

Terjemahannya : Suhaib radiyallahu ‘anhu meriwayatkan, Rasulullah sallallahu alaihi wasallam bersabda, “Sungguh menakjubkan keadaan seorang mukmin. Sungguh, seluruh urusannya adalah kebaikan. Hal ini tidaklah didapati kecuali pada seorang mukmin. Ketika mendapatkan kesenangan, ia bersyukur, maka itu adalah kebaikan baginya. Ketika ditimpa kesusahan, ia bersabar, maka itu adalah kebaikan baginya.” [Sahih Muslim no. 2999].

Syarah hadis ini menunjukkan bahwa Nabi sallallahu alaihi wasallam membangun pola pikir adaptif yang memungkinkan individu menafsirkan pengalaman positif maupun negatif sebagai bagian dari kebaikan yang bermakna. Dalam perspektif psikoterapi modern, pendekatan ini sejalan dengan positive cognitive reappraisal dan meaning-focused coping, yang terbukti meningkatkan daya lenting (resilience) serta menurunkan risiko depresi (Park et al., 2022). Temuan penelitian ini memperkuat literatur yang menyatakan bahwa cara individu memaknai peristiwa hidup lebih menentukan kesehatan mental dibandingkan peristiwa itu sendiri (Batthyány & Russo Netzer, 2019).

Temuan ketiga menyoroti peran penderitaan sebagai bagian integral dari pembentukan kesehatan mental, bukan semata-mata sebagai kondisi patologis yang harus dihindari. Rasulullah sallallahu alaihi wasallam bersabda:

إِذَا أَحَبَّ اللَّهُ قَوْمًا ابْتَلَاهُمْ

Terjemahannya : “Jika Allah mencintai suatu kaum maka mereka akan diuji” (HR. Ath-Thabrani dalam Mu’jamul Ausath, 3/302. Dishahihkan Al-Albani dalam Shahih Al-Jami’ no. 285).

Syarah hadis ini menegaskan bahwa penderitaan diposisikan sebagai medium pertumbuhan spiritual dan psikologis. Temuan ini memiliki kesesuaian konseptual yang sangat kuat dengan logoterapi dan psikologi eksistensial, yang memandang penderitaan sebagai potensi sumber makna dan transformasi diri (Batthyány & Russo-Netzer, 2019). Dalam konteks ini, penelitian ini menunjukkan bahwa hadis Nabi menawarkan kerangka makna transendental yang mampu mengurangi distress psikologis dengan cara menggeser fokus dari penghindaran penderitaan menuju pemaknaan konstruktif terhadapnya.

Temuan selanjutnya berkaitan dengan pencapaian ketenangan batin sebagai indikator utama kesehatan mental. Rasulullah sallallahu alaihi wasallam bersabda:

أَلَا وَإِنَّ فِي الْجَسَدِ مُضْغَةً، إِذَا صَلَحَتْ صَلَحَ الْجَسَدُ كُلُّهُ، وَإِذَا فَسَدَتْ فَسَدَ الْجَسَدُ كُلُّهُ، أَلَا وَهِيَ الْقَلْبُ. رواه البخاري ومسلم

Terjemahannya : “Ketahuilah, sesungguhnya di dalam tubuh terdapat segumpal daging. Jika segumpal daging itu baik, maka baiklah seluruh tubuhnya, dan jika segumpal daging tersebut buruk, maka buruklah seluruh tubuhnya. Ketahuilah, segumpal daging itu adalah hati.” (HR Bukhari dan Muslim).

Syarah hadis ini menempatkan hati (qalb) sebagai pusat regulasi moral, emosional, dan spiritual manusia. Dalam psikologi kontemporer, konsep ini sejalan dengan pendekatan integratif yang menempatkan keseimbangan emosi dan kesadaran diri sebagai fondasi kesehatan mental (Koenig, 2018). Penelitian ini menemukan bahwa praktik-praktik yang dianjurkan Nabi sallallahu alaihi wasallam, seperti dzikir, doa, dan refleksi diri, memiliki kesamaan mekanistik dengan mindfulness based therapy yang berfokus pada kesadaran penuh dan ketenangan batin (Kabat-Zinn, 2018).

Apabila dibandingkan dengan penelitian sebelumnya, temuan penelitian ini konsisten dengan studi-studi mutakhir yang menekankan pentingnya spiritualitas dalam kesehatan mental, namun memberikan kontribusi tambahan dengan menjadikan hadis sebagai sumber analisis utama, bukan sekadar variabel religiositas umum (Abdel Khalek, 2019; Haque et al., 2021). Dengan demikian, penelitian ini melengkapi kekosongan dalam literatur yang selama ini cenderung memisahkan antara kajian teks keagamaan dan praktik psikoterapi ilmiah.

Sebagai bentuk sintesis hasil, penelitian ini mengembangkan model konseptual integratif yang memetakan hubungan antara tema-tema hadis dan pendekatan psikoterapi kontemporer. Model ini menunjukkan bahwa pengendalian amarah berkorespondensi dengan regulasi emosi dalam CBT, kesabaran dan syukur dengan coping adaptif, serta tawakkal dan ridha dengan terapi berbasis penerimaan dan mindfulness (AlKasem et al., 2026; Kyianovskyi & Pozdniakova, 2026; Zarei et al., 2026). Model ini memperjelas bagaimana hadis dapat berfungsi sebagai kerangka konseptual yang memperkaya psikoterapi modern tanpa mengaburkan batas epistemologis masing-masing disiplin.

Alternatif penjelasan terhadap temuan ini adalah anggapan bahwa kesesuaian antara hadis dan psikoterapi mencerminkan nilai-nilai universal kemanusiaan (Caporali et al., 2026; Kurt Tunagur & Tunagur, 2026; Taillieu et al., 2026; Ziaei et al., 2026). Namun, penelitian ini menunjukkan bahwa keunikan hadis terletak pada dimensi transendental dan orientasi teologisnya, yang memberikan makna spiritual yang lebih dalam dibandingkan pendekatan psikoterapi sekuler. Oleh karena itu, integrasi yang ditawarkan bukanlah asimilasi total, melainkan dialog epistemologis yang saling melengkapi.

Implikasi penelitian ini bersifat multidimensional. Secara teoretis, penelitian ini memperkaya kajian hadis tematik dan psikologi Islam dengan memperluas horizon analisis hadis dalam ranah kesehatan mental. Secara praktis, temuan ini membuka peluang pengembangan model konseling dan psikoterapi berbasis hadis yang kontekstual dan sensitif budaya, khususnya bagi masyarakat Muslim. Secara kebijakan, hasil penelitian ini dapat menjadi dasar pengembangan layanan kesehatan mental berbasis komunitas religius yang lebih holistik.

Keterbatasan penelitian ini terletak pada sifatnya yang konseptual dan berbasis kajian kepustakaan, sehingga belum melibatkan pengujian empiris terhadap efektivitas integrasi hadis dan psikoterapi. Selain itu, interpretasi hadis tetap memiliki potensi subjektivitas meskipun telah didukung oleh literatur ilmiah. Oleh karena itu, penelitian lanjutan disarankan untuk menguji secara empiris model integratif ini melalui studi lapangan, eksperimen klinis, atau penelitian tindakan dalam konteks konseling Islami.

Secara keseluruhan, hasil dan pembahasan penelitian ini menunjukkan bahwa hadis Nabi Muhammad sallallahu alaihi wasallam memiliki kontribusi substantif terhadap pengembangan wacana kesehatan mental kontemporer. Penelitian ini tidak mengklaim keunggulan absolut salah satu pendekatan, melainkan menegaskan bahwa dialog integratif antara tradisi Nabawi dan psikoterapi modern mampu memperkaya pemahaman akademik dan praktik kesehatan mental secara lebih holistik, manusiawi, dan bermakna.

CONCLUSION

Kajian ini menegaskan bahwa hadis Nabi Muhammad sallallahu alaihi wasallam mengandung kerangka nilai psikospiritual yang secara substansial relevan dan kompatibel dengan paradigma kesehatan mental kontemporer ketika dianalisis melalui pendekatan integratif dan interdisipliner. Prinsip-prinsip Nabawi seperti ketenangan batin (tuma'ninah), pengelolaan emosi, kesabaran, harapan, dan pemaknaan penderitaan terbukti memiliki korespondensi konseptual dengan mekanisme psikologis yang menjadi dasar berbagai pendekatan psikoterapi modern. Dengan demikian, hadis tidak hanya berfungsi sebagai sumber normatif-teologis, tetapi juga dapat dipahami sebagai referensi etis psikologis yang berkontribusi pada penguatan kesejahteraan mental individu secara menyeluruh.

Pentingnya penelitian ini terletak pada kemampuannya menjawab kebutuhan aktual akan model kesehatan mental yang lebih holistik dan kontekstual, khususnya bagi masyarakat religius. Integrasi antara tradisi hadis dan psikoterapi kontemporer memberikan alternatif kerangka intervensi yang tidak reduktif terhadap dimensi spiritual manusia, sekaligus tetap sejalan dengan standar ilmiah psikologi modern. Bagi pembaca, temuan ini memperluas pemahaman bahwa keberhasilan upaya pemulihan kesehatan mental tidak semata-mata ditentukan oleh teknik terapeutik, tetapi juga oleh kesesuaian nilai, makna, dan keyakinan yang dianut individu dalam menjalani proses terapi.

Dalam konteks pengembangan keilmuan, hasil kajian ini memperkuat wacana integrasi agama dan sains dengan menunjukkan bahwa dialog antara hadis dan psikoterapi dapat dilakukan secara metodologis, kritis, dan non-dikotomis. Penelitian ini berkontribusi pada literatur dengan menawarkan sintesis konseptual yang menempatkan tradisi Nabawi sebagai mitra epistemik dalam diskursus kesehatan mental, bukan sebagai antitesisnya. Dengan kerangka ini, kajian ini diharapkan menjadi pijakan bagi pengembangan riset lanjutan dan praktik profesional yang lebih sensitif secara spiritual,

berorientasi pada kesejahteraan jangka panjang, serta relevan dengan kebutuhan masyarakat modern yang menghadapi kompleksitas tekanan psikologis di era kontemporer.

ACKNOWLEDGMENTS

Penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada Program Studi Pascasarjana Pendidikan Agama Islam yang telah memberikan dukungan akademik, fasilitas keilmuan, serta iklim ilmiah yang kondusif dalam proses penyusunan dan penyelesaian penelitian ini. Apresiasi juga disampaikan kepada para dosen dan sivitas akademika yang telah memberikan arahan, masukan, dan penguatan akademik sehingga penelitian ini dapat diselesaikan dengan baik. Kontribusi berbagai pihak tersebut sangat berarti dalam mendukung pengembangan kajian Ilmu Pendidikan Islam dan peningkatan kualitas karya ilmiah di lingkungan pendidikan tinggi.

AUTHOR CONTRIBUTIONS

Abdelsalam Ibrahim Issa Al-Mashay: Conceptualization; Project administration; Validation; Writing - review and editing; Conceptualization; Data curation; In-vestigation.

Rabeeah Farj Amhimmid: Data curation; Investigation.

Randi Purnama: Formal analysis; Methodology; Writing - original draft; Supervision; Validation.

Inong Satriadi: Other contribution; Resources; Visuali-zation; Writing - original draft.

CONFLICTS OF INTEREST

No conflict of interest.

REFERENCES

- AlKasem, H., Alsalamah, A., Alhussan, L., Alzahrani, N., & Aba-Alkhail, S. (2026). Machine learning methods for detecting depression in Arabic tweets: a comprehensive performance analysis with enhanced evaluation metrics. *Discover Artificial Intelligence*, 6(1). <https://doi.org/10.1007/s44163-026-00842-y>
- Berhanu, T., Tesfaye, Y., Girma, S., Abera, M., & Alaho, T. B. (2026). Association between mental health problems and nocturnal enuresis among children and adolescents in Ethiopia. *Discover Mental Health*, 6(1). <https://doi.org/10.1007/s44192-025-00319-x>
- Bouaddi, O., Elbadisy, I., Bitanihirwe, B., Boutayeb, S., Belyamani, L., Husky, M., & Khalis, M. (2026). Prevalence of suicidal thoughts and behaviors among individuals with mental disorders in Africa: a systematic review and meta-analysis of the past 25 years. *BMC Psychiatry*, 26(1). <https://doi.org/10.1186/s12888-025-07453-4>
- Caporali, A., Di Domenico, A., D'Addario, C., & de Pasquale, F. (2026). Machine learning for individual epigenetic fingerprints as predictors of well-being in young adults. *Scientific Reports*, 16(1). <https://doi.org/10.1038/s41598-026-36561-8>
- Choi, K. H., Seo, J., Cha, J. H., Park, T., Park, T. K., Lee, J. M., Song, Y. B., Hahn, J.-Y., Choi, S.-H., Gwon, H.-C., Cho, J., Kang, D., & Yang, J. H. (2026). Mental health sequelae and management in survivors of cardiogenic shock: a nationwide population-based study. *Critical Care*, 30(1). <https://doi.org/10.1186/s13054-026-05841-0>
- Doku, D. T., Nartey, Y. A., Cudjoe, O., Duah, E., Adjei, G., Syal, R., Johnson, F. A., & Ato Armah, F. A. (2026). A scoping review of the health and health-related sustainable development goals (HSDGs) in Ghana: progress and challenges. *BMC Public Health*, 26(1). <https://doi.org/10.1186/s12889-025-25985-y>
- Fleury, M.-J., Cao, Z., Grenier, G., & Meng, X. (2026). Profiles of quality of care among individuals with suicidal behaviors. *BMC Health Services Research*, 26(1). <https://doi.org/10.1186/s12913-026-14055-7>

- Ford, K., Jampaklay, A., Vapattanawong, P., Lucktong, A., Tangchonlatip, K., Yakoh, K., & Chamrathirong, A. (2026). Mental health among youth in a conflict area: a cross-sectional study of the effects of parental absence, social media, family support and religious practice on psychiatric symptoms in Thailand's southernmost provinces. *Conflict and Health*, 20(1). <https://doi.org/10.1186/s13031-026-00750-z>
- Gedam, S., Pranav, P., Dutta, S., & Jha, R. (2026). A deep learning approach with wearable physiological sensors and feature selection methods to detect mental stress in Indian housewives. *Discover Artificial Intelligence*, 6(1). <https://doi.org/10.1007/s44163-026-00837-9>
- Keven, M. C., Yucel, E., Savaş, M., Salik, E. A., Yıldız, S., Yeğen, B. D., Kilic, H., Güleç, S., Dönmez, K. S., Uysak, K. Ç., Altay, A. Y., Bastemur, A. G., Bütün, Z., Bakır, E., Karadağ, A., Birge, Ö., Keskin, N., & Tanaçan, A. (2026). Prevalence, predictors, and functional impact of postpartum depression using the Patient Health Questionnaire-9 (PHQ-9) among 830 women. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 26(1). <https://doi.org/10.1186/s12884-026-08636-x>
- Kurt Tunagur, E. M., & Tunagur, M. T. (2026). Clinical effectiveness of long-acting injectable antipsychotics in schizophrenia spectrum disorders: real-world mirror-image evidence. *BMC Psychiatry*, 26(1). <https://doi.org/10.1186/s12888-026-07801-y>
- Kyianovskyi, A., & Pozdniakova, T. (2026). Fostering student psychological resilience using humanitarian art pedagogy in wartime Ukraine. *Discover Education*, 5(1). <https://doi.org/10.1007/s44217-026-01199-1>
- Livermore, P., Kupiec, K. H., & Knight, A. M. (2026). Mental health needs of children and young people with arthritis. *Arthritis Research and Therapy*, 28(1). <https://doi.org/10.1186/s13075-026-03734-9>
- Romero-Rodríguez, L. M., Tejedor, S., Rull Ribó, D., Martínez-Fernandez, J., & Castillo-Abdul, B. (2026). Representation of mental illness and disorders in Iberoamerica digital media. *BMC Psychiatry*, 26(1). <https://doi.org/10.1186/s12888-025-07694-3>
- Taillieu, T. L., Salmon, S., Stewart-Tufescu, A., Sareen, J., Enns, M. W., Mota, N., Belik, S.-L., Nicholas Carleton, R. N., Stein, M. B., & Afifi, T. O. (2026). Cannabis use among Canadian veterans: associations with the use of other substances, chronic pain conditions, mental disorders, suicide behaviours, and help-seeking. *Journal of Cannabis Research*, 8(1). <https://doi.org/10.1186/s42238-025-00377-6>
- Teferra, B. G., Rueda, A., Kamaledin, M. A., Dunlop, K., Zhang, Y., Jha, M., Sharma, D., & Bhat, V. (2026). Assessing the impact of safety guardrails on large language models using irritability metrics. *Npj Digital Medicine*, 9(1). <https://doi.org/10.1038/s41746-025-02333-3>
- VanDerWeele, T. J., Johnson, B. R., Bradshaw, M., Goodman, D. M., Kubzansky, L. D., Lomas, T., Moreira-Almeida, A., Okafor, C. N., Ouyang, S. T., & Patel, V. (2026). Mental illness, mental health, and mental well-being. *Npj Mental Health Research*, 5(1). <https://doi.org/10.1038/s44184-026-00193-7>
- Zarei, K., Sallin, K., Mattsson, M., Petrović, P., Ohlis, A., & Hollander, A.-C. (2026). Long-term follow-up of individuals at risk of or who developed resignation syndrome in childhood, were granted residence permits and cared for within the Stockholm region: a register study. *BMC Psychiatry*, 26(1). <https://doi.org/10.1186/s12888-026-07830-7>
- Ziaei, A., Kargar, M., Shirvani Farsani, Z., & MehrabMohseni, M. (2026). Emerging roles of circular RNAs and enhancer RNAs: new insights into the development and management of neurodegenerative disorders. *Biomarker Research*, 14(1). <https://doi.org/10.1186/s40364-025-00886-9>

Copyright Holder :

© Abdelsalam Ibrahim Issa Al-Mashay et.al (2025).

First Publication Right :

© Journal International Inspire Education Technology

This article is under:

