

PENGARUH PENDEKATAN PSIKOTERAPI ISLAMI DALAM DAKWAH TERHADAP KETENANGAN JIWA MAD'U.

Faridz alkussaeri¹⁾, Siti rohanah²⁾, Yeni adi ningsih³⁾, Vini dwi nur failuzi⁴⁾, Nadya rahma eka putri⁵⁾

^{1,2,3,4,5)} Uin sulthan maulana hasanudin, banten

e-mail Correspondent: Riddzalabdillah07@gmail.com, stirohanah0707@gmail.com,
yeniadiningsih11@gmail.com, vininurfailuzi@gmail.com, ekaputrinadyarahmah@gmail.com

Info Artikel

Abstract

Keywords:

Islamic psychotherapy
Peace of mind for the mad'u

The purpose of this study is to examine or analyze Islamic psychotherapy in influencing the mental health of the mad'u in the contemporary era. The findings of this study indicate an increase in facilitating the mad'u to accept Islamic psychotherapy material in da'wah based on modern psychological concepts. This can increase the mental peace of the mad'u for worship practices and spiritual approaches. Through a qualitative approach by applying the literature review method or a review of literature that studies Islamic psychotherapy also shows that the practice of muhasabah, dhikr, and Islamic counseling can reduce anxiety, strengthen faith, and increase emotional stability. The findings of this study indicate that the practice of Islamic psychotherapy is more effective, namely showing that spiritual guidance and Islamic psychotherapy techniques can reduce psychological stress and increase mental peace. This study concludes that the Islamic psychotherapy approach remains relevant in the contemporary era.

Kata kunci:

Psikoterapi islami
Ketenangan jiwa mad'u

Tujuan penelitian ini untuk mengkaji atau menganalisis tentang psikoterapi Islami dalam pengaruh jiwa mad'u di era kontemporer. Temuan penelitian ini Adanya peningkatan dalam memudahkan mad'u untuk menerima materi psikoterapi Islami dalam dakwah pada konsep psikologi modern. Yang dapat meningkatkan ketenangan jiwa mad'u untuk praktik ibadah dan pendekatan spiritual. Melalui pendekatan kualitatif dengan menerapkan metode literature review atau tinjauan pustaka yang mengkaji tentang psikoterapi islam juga menunjukkan bahwa praktik muhasabah, dzikir, dan konseling Islami mampu menurunkan kecemasan, memperkuat iman, serta meningkatkan stabilitas emosi. Temuan studi ini menunjukkan bahwa praktik psikoterapi islam lebih efektif yaitu menunjukkan bahwa bimbingan rohani dan teknik psikoterapi islam dapat menurunkan tekanan psikologis dan meningkatkan ketenangan jiwa. Penelitian ini menyimpulkan bahwa pendekatan psikoterapi islam tetap relevan di era kontemporer.

PENDAHULUAN

Dalam konteks kehidupan modern yang ditandai dengan perkembangan teknologi, urbanisasi, dan tekanan sosial yang tinggi, krisis ketenangan jiwa menjadi salah satu persoalan utama umat manusia, termasuk di kalangan masyarakat muslim (Azizah, 2023). Dakwah, sebagai

PENGARUH PENDEKATAN PSIKOTERAPI ISLAMI DALAM DAKWAH TERHADAP KETENANGAN JIWA MAD'U

upaya menyampaikan ajaran Islam secara menyeluruh, tidak hanya berfungsi sebagai penyampaian pesan keagamaan, tetapi juga sebagai media pembinaan spiritual dan penyembuhan psikologis (Ridla et al., 2017). Sejalan dengan itu, pendekatan psikoterapi islami muncul sebagai cara baru dalam memadukan antara nilai-nilai spiritual dan praktik psikologis modern (Sukandar, 2025). Pendekatan ini menekankan keseimbangan antara aspek kognitif, afektif, dan spiritual dalam membentuk ketenangan jiwa (as-sakīnah) seseorang. berbagai penelitian telah menunjukkan efektivitas psikoterapi Islami dalam meningkatkan kesejahteraan mental individu, seperti pengendalian emosi, peningkatan makna hidup, serta penguatan religiusitas.

Namun, sejauh ini masih terdapat kekosongan penelitian yang mengkaji keterpaduan pendekatan psikoterapi Islami dalam praktik dakwah sebagai media penyembuhan spiritual dan psikologis mad'u. Sebagian besar kajian terdahulu hanya menitikberatkan pada dimensi teoretis psikoterapi Islami atau aspek normatif dakwah, tanpa menelaah bagaimana keduanya dapat bersinergi secara kontekstual dalam menjawab persoalan kejiwaan masyarakat modern. Selain itu, masih sedikit penelitian yang menggunakan pendekatan tafsir sosial untuk memahami dinamika ketenangan jiwa mad'u melalui lensa kontekstual yang mengaitkan teks-teks keagamaan dengan kehidupan masyarakat masa kini.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh penerapan pendekatan psikoterapi islami dalam dakwah terhadap ketenangan jiwa mad'u dengan menggunakan perspektif tafsir sosial. Analisis ini berupaya menelusuri bagaimana nilai-nilai psikoterapi islami diimplementasikan dalam kegiatan dakwah dan sejauh mana pendekatan tersebut mampu memberikan dampak terhadap kondisi psikologis dan spiritual mad'u. Selain itu, penelitian ini juga bertujuan untuk menunjukkan hubungan antara cara penyembuhan jiwa menurut islam dengan makna sosial ayat Al-Qur'an untuk membantu menenangkan jiwa.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan kualitatif dengan menerapkan metode literature review atau tinjauan pustaka. Penulisan ini dipilih menggunakan pendekatan kualitatif karena memungkinkan peneliti untuk mengeksplorasi fenomena yang kompleks dan dinamis dalam konteks psikoterapi dan dakwah. Studi kasus ini akan berfokus pada pengaruh-pengaruh dakwah terhadap para mad'u. Peneliti menggunakan metode pengkajian secara ilmiah yang terfokus pada satu topik tertentu saja, berupa gambaran perkembangan topik yang memungkinkan penulis melakukan sebuah identifikasi atas teori serta metode yang dapat dikembangkan dan mencari perbedaan atau kekurangan antar relevansi terhadap hasil penulisan (Cahyono, 2019).

Dalam penelitian ini, sumber data yang diperoleh dari literatur-literatur yang relevan seperti buku, jurnal atau artikel ilmiah yang terkait dengan topik yang dipilih. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian kepustakaan ini yaitu mencari data mengenai hal-hal atau variabel yang berupa catatan, buku, makalah atau artikel, jurnal dan sebagainya. Bahan pustaka yang didapat dari berbagai referensi tersebut dianalisis secara kritis dan dipahami secara mendalam agar pemahaman tentang psikoterapi islami dapat dikembangkan pada dakwah dengan lebih lanjut, dengan demikian, penelitian kualitatif dengan metode literature review ini bertujuan untuk

mendapatkan pemahaman yang mendalam tentang masalah-masalah psikoterapi islami dan dakwah..

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

1. Pendekatan psikoterapi Islami dalam dakwah

Pendekatan psikoterapi Islami dalam dakwah, khususnya dalam model “dakwah terapeutik” (*Puja+Dikusuma+Mardiana-Revisi+Busyro*, n.d.). Pendekatan psikoterapi sendiri memiliki kelembutan dalam proses penerimaan seorang mad'u dalam beberapa maddah yang sudah disampaikan oleh da'I (Andini et al., 2021). Sebab psikoterapi berfungsi dalam mengenal masalah dan cepat memberi solusi yang efisien terhadap diri mad'u itu sendiri.

Dengan kata lain mad'u terpengaruh terhadap psikoterapi dari metode muhasabah, selain mengenal dirinya lebih dalam ia juga mengenal masalahnya serta faham akan Solusi untuk dirinya. Dalam dakwah dengan pendekatan psikoterapi juga dapat memberi para jamaah solusi ilmiah, karena selain mengarahkan segala urusan kepada tuhan, para jamaah pun dapat mengenal masalah-masalah jiwa yang sedang di alaminya (Zamri, 2022). Dengan itu psikoterapi berfungsi memperkuat iman dalam dakwah pada masalah-masalah psikologi para jamaah. Pada konteks ini seorang da'i tidak boleh sembarangan untuk menyatukan psikoterapi pada dakwahnya, dengan ini da'i tersebut harus paham pada pengetahuan pengetahuan, serta metode metode psikoterapi itu sendiri. Dan seorang da'i pun harus paham keadaan keadaan para mad'u yang sedang di alaminya. Karena dakwah bertujuan penyampaian da'I untuk diterima mad'u, dan psikoterapi merupakan metode lembut untuk mempengaruhi jiwa para mad'u dalam menerima penyampaian da'i. Dan keadaan jiwa setiap mad'u berbeda beda. Dengan ini penggunaan psikoterapi di butuhkan keseriusan dalam mengetahui keadaan seorang mad'u.

Metode dakwah dengan pendekatan psikoterapi menekankan perasaan untuk meraih ketenangan jiwa dalam beribadah dengan landasan dasar dasar beragama. Seperti pengenalan sholat melalui berbagai pendapat bahwa sholat bukan hanya ritual penghambaan, melainkan salah satu jalan menuju adanya ketenangan. Seperti yang di firmankan allah subhanahu wa ta'ala pada ar rad ayat 28:

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

“Yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, bahwa hanya dengan mengingat Allah hati akan selalu tenteram.”

Dalam ayat ini, Allah memberi pernyataan bahwa orang-orang yang mendapat tuntunannya, yaitu orang-orang beriman dan hatinya menjadi tenteram karena selalu mengingat Allah. Dengan mengingat Allah, hati menjadi tenteram dan jiwa menjadi tenang, tidak merasa gelisah, takut, ataupun khawatir. Mereka melakukan hal-hal yang baik, dan merasa bahagia dengan kebajikan yang dilakukannya. *تَطْمَئِنُّ* pada lafadz ini 'tatmainnu' Berasal dari akar kata *ط م ن* yang berarti tenang, mantap, tidak gelisah, hilang rasa takut. Para ulama bahasa (Ibn Faris, Maqāyīs al-Lughah) menyebutkan bahwa kata ini menunjukkan kondisi jiwa yang stabil. Dengan demikian para mad'u mendapatkan salah satu solusi atau terapeutik dalam masalah psikologinya, selain itu para mad'u bisa lebih tenang karena faham akan kondisi berserta memiliki Solusi untuk dirinya.

2. Pengaruh dakwah terhadap ketenangan jiwa mad'u

Pendekatan penyebaran ajaran ini juga banyak diterapkan karena faktanya pembimbingan spiritual dalam islam adalah manifestasi nyata dari penyebaran ajaran itu sendiri yang diterapkan dalam kegiatan mad'u sebagai orang beriman dan makhluk social (Muhammad, n.d.). Kegiatan tersebut seharusnya dilakukan secara berkesinambungan oleh setiap da'i dalam mengarahkan kepada individu tersebut sehingga keyakinan dan kepercayaan terhadap agama yang dianut semakin kokoh dan ketakwaan kepada Allah SWT semakin meningkat. (Nuha Nabila Aswari, 2024) Hingga nantinya mampu membawa para mad'u tersebut tumbuh perasaan yang lebih tenang ketika tengah menghadapi suatu masalah yang ada dihadapannya serta terhindar dan dijauhkan dari perasaan cemas dan kekhawatiran dalam hatinya. Hal tersebut juga dipandang sebagai satu faktor yang membuat metode dakwah menjadi salah satu metode yang sering diterapkan ketika memberikan layanan psikoterapi, baik di rumah sakit, panti jompo, kantor, masjid, balai rehabilitasi narkoba maupun narapidana, serta tempat-tempat lainnya. Materi-materi yang disampaikan dalam dakwah juga akan membuat orang-orang yang mendengarkannya menjadi merasa tenang dan semakin berusaha untuk semakin mendekatkan diri dengan Allah SWT. Hal tersebut sejalan dengan tujuan dari bimbingan rohani islam yaitu sebagai suatu bentuk pemberian layanan yang dilakukan dengan tujuan supaya dapat menuntun mereka supaya lebih ikhlas, sabar dan juga memperoleh ketenangan jiwa dalam proses mereka menjalani kehidupan.

Karenanya jiwa menjadi suatu hal yang sangat penting, karena sebagai orang yang hidup di dunia ini, pastinya setiap mad'u menginginkan ketenangan dalam jiwanya baik secara fisik maupun emosional. Ketenangan jiwa adalah keadaan di mana jiwa seseorang terus mengingatkan kepada pemiliknya untuk selalu kembali kepada fitrah ilahiah dengan berusaha mendekat kepada Allah SWT (Khodirun, 2024). Dengan demikian, ketenangan jiwa ini akan diraih jika seseorang dapat menjalin kedekatan dengan Allah SWT. Salah satu cara untuk mencapainya adalah dengan berpartisipasi dalam aktivitas dakwah sebagai sarana bimbingan rohani dalam Islam.

Dakwah sendiri selain sarana mengingatkan juga termasuk bimbingan Rohani dalam mengarahkan pada ketenangan jiwa. Ketenangan jiwa terdiri dari dua kata yang masing-masing memiliki arti tersendiri, yaitu ketenangan dan jiwa. Istilah ketenangan jiwa berasal dari kata tenang yang diberi imbuhan ke- dan -an (Fadillah & Amin, 2021). Poerwadarminta mengemukakan pandangannya tentang ketenangan, ia menyatakan bahwa tenang mengacu pada suatu keadaan ketika seseorang merasakan keseimbangan sehingga tidak terburu-buru, resah, khawatir, atau gelisah meskipun menghadapi situasi yang mendesak. Sementara itu, menurut sudut pandang psikologi, istilah jiwa terkait dengan perilaku serta berbagai teori dalam psikologi seperti psikoanalisis, humanisme, dan behaviorisme yang memandang jiwa sebagai unsur dari tindakan manusia. Atau dalam beberapa kajian ketenangan jiwa Menurut Syekh Nawawi al bantani dalam kitabnya nashoibul ibad ketenangan hati merupakan muncul karena kuatnya hubungan seorang hamba dengan allah melalui pendekatan dzikir dan menjauhi ma'siat, dengan di tekankan kepada rasa ridho terhadap takdir, dan selalu merasa cukup dalam semua keadaan yang menimpa. Atau pada firman allah subhanahu wa Ta'ala dalam al fath 3-4:

وَيَنْصُرَكَ اللَّهُ نَصْرًا عَظِيمًا ۝ هُوَ الَّذِي أَنْزَلَ السَّكِينَةَ فِي قُلُوبِ الْمُؤْمِنِينَ لِيَزْدَادُوا إِيمَانًا مَعَ إِيمَانِهِمْ ۝ وَاللَّهُ جُنُودُ السَّمَوَاتِ
وَالْأَرْضِ ۝ وَكَانَ اللَّهُ
عَلِيمًا حَكِيمًا ٤

“Dan agar Allah menolongmu dengan pertolongan yang kuat (lagi perkasa). Dialah yang telah menurunkan ketenangan ke dalam hati orang-orang mukmin agar keimanan mereka bertambah di atas keimanan mereka yang telah ada. Dan milik Allah-lah bala tentara langit dan bumi, dan Allah Maha Mengetahui lagi Maha Bijaksana.”

Ayat tersebut turun setelah Perjanjian Hudaibiyah (tahun 6 H). Saat itu kaum Muslim tidak diizinkan masuk Makkah untuk umrah. Kaum Muslim merasa kecewa dan berat hati, bahkan menganggap isi perjanjian merugikan. Namun Allah menyatakan bahwa perjanjian itu justru kemenangan yang nyata (fathan mubīnā). Menurut Ibn Katsir, al-Ṭabarī, al-Qurṭubī: Ayat ini turun sebagai janji Allah kepada Nabi ﷺ bahwa walaupun Hudaibiyah tampak merugikan, tetapi Allah akan memberi pertolongan besar.

Ibn Katsir menjelaskan bahwa ayat ini turun menghibur dan meneguhkan hati kaum muslim yang sempat merasa sedih. Saat perjanjian itu ditandatangani, banyak sahabat merasa sangat sedih. Mereka sulit menerima karena terlihat memberi keuntungan kepada Quraisy. Bahkan Umar bin Khattab r.a. bertanya kepada Nabi ﷺ tentang hakikat perjanjian itu. Di tengah keguncangan ini, Allah menurunkan sakīnah (ketenangan) ke dalam hati orang beriman. Jadi, dapat disimpulkan bahwa ketenangan jiwa adalah situasi di mana emosi, pikiran, dan keinginan manusia berada dalam keadaan seimbang dan tidak mengalami kegelisahan, kecemasan, atau ketegangan dalam menjalani kehidupan sehari-hari serta merasa dekat dengan tuhan.

3. Peran psikoterapi Islami bagi ketenangan jiwa mad'u

Islam sebagai sistem keyakinan yang menekankan aspek spiritual yang tinggi dipercaya dapat menjadi jawaban untuk sejumlah masalah psikologis yang dihadapi oleh mad'u (Nurhasanah & Noviani, 2024). Beberapa prinsip dalam agama Islam, seperti konsisten dalam beribadah, berzikir, memperkuat keyakinan, serta menerapkan tasawuf, mempunyai cara kerja yang terorganisir untuk membangun kesehatan mental yang baik. Apabila ajaran Islam dapat diterima dan diterapkan dengan tepat, ada kemungkinan besar untuk menghasilkan kesehatan mental yang ideal. Oleh karena itu, pendekatan pemulihan yang diterapkan dalam psikoterapi Islam seharusnya merujuk pada ajaran Islam, sehingga metode pemulihan ini dapat diidentifikasi sebagai psikoterapi Islam yang efektif dalam mengatasi kesehatan mental dengan cara yang positif (Seprianto et al., 2023).

Agama memiliki dampak besar dalam mendukung kesehatan mental, dan ide ini diimplementasikan secara praktis melalui psikoterapi. Dalam konteks Islam, psikoterapi dengan pendekatan Islam telah diadopsi sejak lama sebagai usaha untuk meningkatkan kualitas kesehatan mental masyarakat. Tokoh-tokoh ilmuwan Muslim seperti Ibnu Sina, Al-Kindi, dan Ibnu Qayyim telah menciptakan konsep-konsep psikoterapi Islam yang terorganisir, yang semakin sistematis dan dikenal luas selama 25 tahun terakhir. Psikoterapi dengan landasan Islam ini menerapkan pendekatan spiritual yang berbasiskan ajaran agama untuk mendukung individu dalam menghadapi permasalahan psikologis mereka. Penerapan pendekatan agama dalam psikoterapi dipandang mampu memberikan hasil yang positif dan memuaskan, terutama dalam membantu individu mengatasi tantangan mental di tengah perkembangan era digital serta kehidupan modern yang bergerak cepat (Saifuddin, 2022).

PENGARUH PENDEKATAN PSIKOTERAPI ISLAMI DALAM DAKWAH TERHADAP KETENANGAN JIWA MAD'U

Dengan ini psikoterapi dalam konteks Islam memiliki fungsi yang setara dengan psikoterapi pada umumnya, bertujuan untuk memberikan dukungan kepada individu dengan menerapkan metode penanganan untuk masalah mental melalui cara psikologis, perbedaannya terletak pada dasar pemahaman keagamaan yang berlandaskan pada Alquran dan Sunnah. Di dalam ajaran Islam, terdapat dua jenis psikoterapi, yaitu psikoterapi duniawi dan psikoterapi ukhrawi. Psikoterapi duniawi merupakan hasil dari pemikiran dan usaha manusia, yang meliputi teknik-teknik penyembuhan mental yang berdasarkan pada prinsip-prinsip kemanusiaan. Sementara itu, psikoterapi ukhrawi merupakan panduan dan karunia dari Allah SWT, yang memberikan landasan teologis bagi setiap bentuk psikoterapi.

Menurut pandangan Ahmad Faudzi Tidjani, kedua pendekatan psikoterapi ini, baik duniawi maupun ukhrawi, memiliki arti yang sama pentingnya, ibarat dua sisi dari satu koin yang saling berkaitan. Pendekatan psikoterapi dalam Islam didasarkan pada kerangka "psiko-teo-antropo-sentris", yang menjadi dasar dalam psikologi mengenai kekuasaan Tuhan dan ikhtiar manusia. Model psikoterapi ini dikembangkan untuk memperluas teori-teori dalam praktik psikoterapi demi kesehatan manusia, baik secara fisik maupun mental.

Psikoterapi Islam meyakini bahwa keyakinan dan kedekatan kepada Sang Pencipta akan menjadi sumber kekuatan yang signifikan dalam mengatasi masalah mental seseorang. Ini bertujuan mencegah berbagai gangguan kejiwaan dan meningkatkan mutu kehidupan individu. Penggunaan psikoterapi Islam juga bergantung pada cara berpikir dan usaha nyata individu untuk melakukan perbaikan diri. Psikoterapi Islam tidak hanya membantu individu terlepas dari penyakit fisik atau spiritual, tetapi juga meningkatkan kualitas mental seseorang agar dapat mencapai kehidupan yang lebih bahagia.

4. Implikasi pengaruh psikoterapi islam terhadap jiwa mad'u

Pada penelitian mengenai pengaruh pendekatan psikoterapi Islami pada dakwah terhadap ketenangan jiwa memiliki akibat yang signifikan bagi praktik dan kebijakan keagamaan. pada praktik dakwah pendekatan ini menuntut transformasi metode dakwah menjadi lebih empatik, dialogis, dan berbasis penyembuhan jiwa, di mana dai tidak hanya sebagai penyampai pesan keagamaan, namun pula berperan menjadi konselor spiritual yang memahami syarat psikologis mad'u (Nafis, 2017). Hal ini menuntut adanya pelatihan keterampilan konseling Islami bagi para dai serta integrasi nilai tazkiyatun nafs (penyucian jiwa) melalui dzikir, muhasabah, dan refleksi diri menjadi sarana penguatan iman dan ketenangan batin.

Dari sisi kebijakan, hasil-hasil tersebut mendorong perlunya integrasi nilai spiritual Islam dalam acara kesehatan mental nasional, pembentukan pusat dakwah serta konseling Islami terpadu pada bawah lembaga resmi, serta pengembangan kurikulum pendidikan dakwah yang bersifat transdisipliner dengan memasukkan materi psikologi Islam serta terapi spiritual. Selain itu, regulasi tunjangan profesi bagi konselor Islami juga menjadi penting untuk menjamin profesionalisme serta kesesuaian menggunakan prinsip syariah. Secara psikologis, penerapan psikoterapi Islami pada dakwah terbukti menumbuhkan ma'rifah, tawakkal, serta mengurangi kecemasan dan stres melalui praktik dzikir dan tafakur yang berdampak fisiologis terhadap keseimbangan emosional. dengan demikian, pendekatan ini tidak hanya memperkaya metode dakwah, tetapi juga menyampaikan

dasar dasar bagi kebijakan publik untuk mewujudkan kesejahteraan psiko-spiritual warga muslim yang berkelanjutan.

KESIMPULAN

Pendekatan psikoterapi Islami dalam dakwah, khususnya melalui contoh dakwah terapeutik, terbukti efektif dalam membantu mad'u mencapai ketenangan jiwa melalui proses penyembuhan spiritual yang lembut serta berlandaskan nilai-nilai Islam. Melalui metode seperti muhasabah, dzikir, dan refleksi diri, mad'u tidak hanya bisa mengenali permasalahan psikologisnya, tetapi juga menemukan solusi yang bersumber dari nilai-nilai keimanan. Pendekatan ini menegaskan bahwa dakwah bukan sekadar penyampaian pesan keagamaan, melainkan juga bentuk pendampingan psikologis yang membantu individu memperkuat iman dan memperoleh ketenangan batin sebagaimana ditegaskan dalam Al-Qur'an, bahwa ketenteraman hati hanya dapat diraih dengan mengingat Allah (QS. Ar-Ra'd: 28).

kontribusi utama penelitian ini terhadap bidang ilmu terletak pada pengintegrasian antara disiplin dakwah serta psikoterapi Islam, yang menjembatani aspek teologis serta psikologis dalam membuat contoh dakwah yang lebih empatik dan kontekstual. Pendekatan ini memperluas horizon dakwah dengan menjadikannya sarana penyembuhan jiwa (spiritual healing) yang ilmiah, sekaligus memperkuat fondasi Islamic counseling menjadi bagian dari ilmu dakwah modern. Penelitian ini juga memperkaya literatur psikologi Islam menggunakan menegaskan posisi iman, dzikir, dan tazkiyatun nafs menjadi instrumen efektif dalam menjaga kesehatan mental umat, serta membuka peluang kolaborasi lintas disiplin antara ulama, psikolog, dan konselor spiritual.

Berdasarkan hasil tersebut direkomendasikan agar lembaga pendidikan dakwah dan keagamaan mengintegrasikan materi psikologi Islam dan keterampilan konseling spiritual ke dalam kurikulumnya. Para da'i perlu diberikan pelatihan intensif tentang teknik psikoterapi Islami agar bisa menjadi konselor spiritual yang profesional serta adaptif terhadap syarat psikologis mad'u. Secara kebijakan, pemerintah dan lembaga keagamaan disarankan untuk membentuk pusat dakwah terapeutik serta layanan konseling Islami terpadu, guna memperkuat upaya peningkatan kesehatan mental masyarakat Muslim secara komprehensif serta berkelanjutan. dengan demikian, dakwah tidak hanya sebagai sarana penyebaran ajaran Islam, tetapi juga media pemulihan dan penguatan jiwa umat menuju kesejahteraan spiritual yang hakiki.

REFERENCES (DAFTAR PUSTAKA)

- Andini, M., Aprilia, D., & Distina, P. P. (2021). Kontribusi Psikoterapi Islam bagi Kesehatan Mental. *Psychosophia: Journal of Psychology, Religion, and Humanity*, 3(2), 165–187. <https://doi.org/10.32923/psc.v3i2.2093>
- Azizah, K. N. (2023). Pengaruh Perkembangan Teknologi terhadap Perubahan Sosial Masyarakat Desa Buana Bhakti Kabupaten Siak. *Instructional Development Journal (IDJ)*, 5(3), 321–324. <http://ejournal.uin-suska.ac.id/index.php/IDJ>
- Fadillah, E. N., & Amin, N. (2021). Hubungan antara Konsep Diri dengan Penyesuaian Diri terhadap Ketenangan Jiwa Santri Baru di Pondok Pesantren Sunan Drajat Lamongan Tahun 2020. *Conseils: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam*, 1(1), 1–9.

PENGARUH PENDEKATAN PSIKOTERAPI ISLAMI DALAM DAKWAH TERHADAP KETENANGAN JIWA MAD'U

- Khodirun, A. (2024). Konsep Ketenangan Jiwa Dan Relevansinya Terhadap Pola Berpikir (Menurut Imam Al-Ghazali Kitab Ihya' Ulumuddin). *Eduthink : Jurnal Pemikiran Islam*, 05(02), 79–91.
- Muhammad, R. (n.d.). PRINSIP-PRINSIP METODE DAKWAH MENURUT AL-QURAN. 4(15), 1007–1022.
- Nafis, C. (2017). Metode Dakwah di Era Modern. *Cholilnafis.Com*, 23(2), 36–48. <https://cholilnafis.com/2017/11/02/860/>
- Nuha Nabila Aswari, C. C. (2024). Journal of Da ' wah. *Journal of Da'wah*, 3, 101–113. <https://ejournal.iainkerinci.ac.id/index.php/dakwah/article/view/4356>
- Nurhasanah, & Noviani, D. (2024). Peran Ayat-Ayat Al- Qur ' an dalam Pembentukan Karakter Spiritual : Tinjauan Psikologi Islam The Role of Al-Qur ' an Verses in the Formation of Spiritual Character : A Review of Islamic Psychology. *Kolaboratif Sains*, 7(12), 4924–4935. <https://doi.org/10.56338/jks.v7i12.6445>
- Puja+Dikusuma+Mardiana-Revisi+Busyro. (n.d.).
- Ridla, M. R., Rifa'i, A., & Suisyanto. (2017). Pengantar Ilmu Dakwah: Sejarah, Perspektif, dan Ruang Lingkup. In *Metode Dakwah*.
- Saifuddin, A. (2022). Peluang dan Tantangan Psikoterapi Islam. *Buletin Psikologi*, 30(1), 22. <https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.67715>
- Seprianto, S., Warsah, I., & Purnama, D. (2023). Psikoterapi Islam Dan Implikasinya Dalam Bimbingan Dan Konseling. *Muhafadzah*, 2(2), 49–60. <https://doi.org/10.53888/muhafadzah.v2i2.587>
- Sukandar, W. (2025). *Psikoterapi Dan Konseling Islam : Analisis Pendekatan Psikoterapi Dan Konseling Dalam Al-Qur ` an Surat Al-Baqarah Ayat 1-5 Untuk Mewujudkan Kesejahteraan Psikologis Psychotherapy and Islamic Counseling : Analysis of Psychotherapy and Counseling Approache*. 8(2), 851–868.
- Zamri, I. H. M. (2022). Seminar Dakwah & Wahdah Al-Ummah 2022, Interaksi Dakwah di Malaysia Merentas Zaman , 14-15 Julai 2022, Fakultas Pengajian Islam, UKM. *Jurnal Universiti Kebangsaan Malaysia*, 14–15.