

Ruqyah Digital dan Fenomena Self-Diagnosis Spiritual di Kalangan Muslim Urban

Miftahul Jannah

Pascasarjana UIN Ar-Raniry Banda Aceh, Indonesia
email: 241003002@student.ar-raniry.ac.id

Intan Nurisma

Pascasarjana UIN Ar-Raniry Banda Aceh, Indonesia

Article history: Received: 25 Februari 2026; Revised: 27 Maret 2026; Accepted: 06 Juli 2026; Published: 30 Agustus 2026

Abstract

This study aims to analyze the phenomenon of digital ruqyah and spiritual self-diagnosis among urban Muslims within the broader transformation of religious practices in the digital media era. The expansion of online platforms has encouraged the consumption of ruqyah content through videos, social media, and digital preaching channels, enabling individuals to perform spiritual practices independently without direct interaction with religious practitioners. This research employs a qualitative field approach using perspectives from religious phenomenology and urban religious behavior studies. Data were collected through in-depth interviews with users of digital ruqyah, observation of online religious content, and documentation of self-diagnosis experiences. The findings reveal that digital ruqyah is frequently used as a rapid coping mechanism for psychological, social, and spiritual concerns. Spiritual self-diagnosis tends to emerge due to easy access to religious information, the need for certainty regarding emotional experiences, and the influence of popular narratives in digital religious content. However, such practices may also generate anxiety, religious misinterpretation, and delays in seeking professional psychological treatment. Therefore, this study highlights the importance of strengthening digital religious literacy, ensuring proper scholarly religious guidance, and integrating spiritual understanding with mental health awareness in urban Muslim religious development. This research contributes to the study of digital religion, contemporary

Islamic education, and literacy-based religious outreach strategies in the technological era.

Keywords

digital ruqyah; spiritual self-diagnosis; urban Muslims; digital religious literacy

Abstrak

Penelitian ini bertujuan menganalisis fenomena *ruqyah* digital dan praktik self-diagnosis spiritual di kalangan Muslim urban dalam konteks transformasi praktik keagamaan di era media digital. Perkembangan platform daring telah mendorong munculnya konsumsi konten *ruqyah* melalui video, media sosial, dan kanal dakwah digital yang memungkinkan individu melakukan praktik spiritual secara mandiri tanpa pertemuan langsung dengan praktisi. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif lapangan dengan perspektif fenomenologi keagamaan dan studi perilaku religius masyarakat urban. Data diperoleh melalui wawancara mendalam pengguna *ruqyah* digital, observasi konten online, serta dokumentasi pengalaman diagnosis mandiri. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *ruqyah* digital banyak digunakan sebagai sarana mencari solusi cepat terhadap masalah psikologis, sosial, maupun spiritual. Self-diagnosis spiritual muncul terutama karena kemudahan akses informasi religius, kebutuhan kepastian atas pengalaman emosional, serta pengaruh narasi populer dalam konten dakwah digital. Namun, praktik tersebut juga berpotensi menimbulkan kecemasan, kesalahpahaman religius, serta keterlambatan penanganan psikologis profesional. Oleh karena itu, penelitian ini menegaskan pentingnya penguatan literasi keagamaan digital, pendampingan otoritas keilmuan Islam, serta integrasi pemahaman spiritual dan kesehatan mental dalam pembinaan keagamaan masyarakat urban. Studi ini diharapkan memberikan kontribusi bagi pengembangan kajian sosiologi agama digital, pendidikan Islam kontemporer, serta strategi dakwah berbasis literasi religius di era teknologi.

Kata Kunci

ruqyah digital; self-diagnosis spiritual; Muslim urban; literasi keagamaan digital

Pendahuluan

Perkembangan media digital telah mengubah secara fundamental cara masyarakat memperoleh informasi keagamaan, termasuk dalam praktik konsultasi spiritual. Jika sebelumnya otoritas keagamaan lebih banyak berada dalam ruang institusional seperti masjid, pesantren, atau majelis taklim, kini media sosial, platform video, dan aplikasi komunikasi menjadi ruang baru penyebaran praktik keagamaan yang bersifat cepat, personal, dan mudah diakses. Transformasi ini melahirkan fenomena “agama digital” di mana praktik keagamaan tidak hanya disampaikan secara daring, tetapi juga dijalankan melalui media digital sebagai bagian dari pengalaman religius individu (Campbell & Tsuria, 2021).

Salah satu praktik keagamaan yang mengalami digitalisasi adalah *ruqyah*, yakni metode penyembuhan spiritual berbasis bacaan Al-Qur’an dan doa yang dalam tradisi Islam biasanya dilakukan secara langsung oleh praktisi. Dalam perkembangan mutakhir, *ruqyah* mulai banyak disebarakan melalui video daring, siaran langsung, maupun rekaman audio yang dapat diputar secara mandiri oleh pengguna. Fenomena ini menunjukkan pergeseran dari praktik ritual berbasis interaksi langsung menuju praktik ritual yang dapat dikonsumsi secara individual melalui teknologi digital (Evolvi, 2022).

Popularitas konten *ruqyah* digital terlihat semakin kuat terutama di kalangan masyarakat Muslim perkotaan yang memiliki akses tinggi terhadap teknologi informasi. Kehidupan urban yang penuh tekanan sosial, kompetisi ekonomi, serta dinamika psikologis sering mendorong individu mencari solusi cepat terhadap persoalan pribadi, termasuk melalui pendekatan spiritual yang praktis. Dalam konteks ini, konten *ruqyah* digital menjadi menarik karena menawarkan kombinasi antara terapi religius, kemudahan akses, serta anonimitas pengguna dalam mengatasi masalah personal (Ammerman, 2020).

Seiring meningkatnya konsumsi konten *ruqyah* online, muncul fenomena self-diagnosis spiritual, yakni kecenderungan individu menilai dirinya mengalami gangguan metafisik setelah mendengarkan *ruqyah* digital. Reaksi emosional seperti menangis, gelisah, atau rasa tidak nyaman sering ditafsirkan sebagai tanda adanya gangguan jin, sihir, atau penyakit spiritual. Dalam perspektif

psikologi agama, proses interpretasi pengalaman emosional sebagai pengalaman religius atau supranatural merupakan fenomena yang umum terjadi ketika individu berada dalam kondisi sugestif dan memiliki keyakinan religius kuat (Paloutzian & Park, 2021).

Fenomena diagnosis mandiri tersebut memiliki potensi dampak psikologis dan sosial yang kompleks. Di satu sisi, *ruqyah* digital dapat memberikan efek ketenangan, harapan, serta rasa kontrol terhadap masalah personal. Namun di sisi lain, interpretasi berlebihan terhadap pengalaman emosional dapat memicu kecemasan, ketergantungan spiritual, bahkan penarikan diri dari solusi medis atau psikologis yang sebenarnya diperlukan. Penelitian kesehatan mental berbasis religiusitas menunjukkan bahwa praktik spiritual tanpa pendampingan profesional dapat menghasilkan efek positif maupun negatif tergantung pada konteks penggunaan dan tingkat literasi keagamaan pengguna (Koenig, 2020).

Dalam tradisi Islam sendiri, *ruqyah* secara klasik dilakukan melalui interaksi langsung antara praktisi dan pasien, yang memungkinkan adanya diagnosis bertahap, bimbingan spiritual, serta kontrol terhadap interpretasi gejala. *Ruqyah* digital berbeda karena proses tersebut menjadi sepenuhnya individual, tanpa verifikasi otoritas maupun pendampingan metodologis. Perubahan ini menunjukkan adanya transformasi otoritas praktik keagamaan dari model interpersonal menuju model media-mediated religiosity yang semakin lazim dalam masyarakat modern (Hutchings, 2017).

Meskipun fenomena *ruqyah* digital semakin populer, kajian akademik yang secara khusus membahas praktik ini dalam perspektif sosial-keagamaan masih relatif terbatas, terutama di Indonesia sebagai negara dengan populasi Muslim besar dan pengguna media sosial aktif. Sebagian penelitian masih fokus pada dakwah digital, literasi keagamaan daring, atau otoritas ulama di media sosial, sementara praktik terapi spiritual digital belum banyak dianalisis secara mendalam sebagai fenomena sosial religius kontemporer (Nisa, 2018).

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini berupaya menjawab beberapa rumusan masalah utama, yaitu bagaimana praktik *ruqyah* digital dikonsumsi oleh Muslim urban, bagaimana fenomena self-diagnosis spiritual terbentuk setelah konsumsi konten tersebut, serta bagaimana implikasi sosial dan psikologisnya dalam

kehidupan religius masyarakat perkotaan. Pertanyaan ini penting karena menyangkut perubahan pola otoritas keagamaan, transformasi praktik ritual, serta dinamika pengalaman religius di era media digital.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara konsumsi konten *ruqyah* digital dan munculnya kecenderungan diagnosis spiritual mandiri di kalangan Muslim urban, sekaligus menjelaskan faktor sosial, psikologis, dan religius yang memengaruhi fenomena tersebut. Selain itu, penelitian ini juga bertujuan mengkaji perbedaan karakteristik *ruqyah* tradisional dan *ruqyah* digital dalam konteks perubahan praktik keagamaan masyarakat modern.

Secara ilmiah, penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi bagi pengembangan studi agama digital, sosiologi Islam kontemporer, serta kajian psikologi religius di masyarakat Muslim. Secara sosial, penelitian ini dapat menjadi dasar penyusunan literasi keagamaan digital yang lebih sehat, khususnya dalam membedakan praktik terapi spiritual yang konstruktif dan interpretasi sugestif yang berpotensi merugikan. Dalam bidang pendidikan Islam dan kesehatan mental berbasis religiusitas, penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi rujukan bagi penyusunan pendekatan edukatif tentang penggunaan media digital dalam praktik spiritual masyarakat.

Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif lapangan untuk memahami secara mendalam fenomena penggunaan *ruqyah* digital dan kecenderungan self-diagnosis spiritual di kalangan Muslim urban. Pendekatan yang digunakan adalah fenomenologi keagamaan yang dipadukan dengan studi perilaku religius masyarakat urban serta studi kasus terhadap praktik konsumsi konten *ruqyah* online. Subjek penelitian meliputi Muslim urban yang aktif mengakses konten *ruqyah* digital, baik dari kalangan mahasiswa maupun pekerja perkotaan, serta secara opsional melibatkan praktisi *ruqyah* untuk memperoleh perspektif komparatif antara praktik langsung dan digital. Pendekatan ini dipilih karena mampu menggali pengalaman subjektif, interpretasi religius, serta dinamika sosial yang melatarbelakangi penggunaan *ruqyah* digital sebagai praktik spiritual personal.

Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam terhadap pengguna *ruqyah* digital, observasi terhadap konten *ruqyah* yang beredar di platform media sosial, serta dokumentasi pengalaman responden terkait proses diagnosis spiritual mandiri setelah mengonsumsi konten tersebut. Kuesioner terbuka digunakan secara opsional untuk melengkapi variasi pengalaman pengguna. Analisis data dilakukan melalui tahapan reduksi data, pengelompokan tema-tema diagnosis spiritual yang muncul, serta interpretasi makna religius dan sosial dari pengalaman responden. Validitas data dijaga melalui triangulasi sumber dengan membandingkan berbagai informan, serta triangulasi metode dengan mengombinasikan wawancara, observasi, dan dokumentasi sehingga diperoleh pemahaman fenomena yang lebih komprehensif dan kredibel.

Hasil

Temuan lapangan menunjukkan bahwa konsumsi konten *ruqyah* digital di kalangan Muslim urban tergolong cukup intens, terutama di kalangan mahasiswa dan pekerja muda yang aktif menggunakan media sosial. Platform yang paling sering digunakan adalah layanan video daring dan media sosial berbasis algoritma rekomendasi, karena menyediakan akses mudah terhadap berbagai rekaman bacaan *ruqyah*, ceramah tentang gangguan spiritual, serta testimoni penyembuhan. Sebagian besar responden mengaku pertama kali mengakses konten *ruqyah* digital karena rekomendasi otomatis platform, berbagi tautan dari teman, atau pencarian pribadi terkait masalah psikologis seperti kecemasan, sulit tidur, atau tekanan hidup. Jenis gangguan yang paling sering didiagnosis secara mandiri meliputi dugaan gangguan jin, sihir, 'ain, atau penyakit spiritual akibat lemahnya kondisi religius. Kepercayaan terhadap *ruqyah* online umumnya didasarkan pada keyakinan religius terhadap bacaan Al-Qur'an, pengalaman emosional saat mendengarkan *ruqyah*, serta banyaknya testimoni pengguna lain di kolom komentar maupun media sosial.

Penelitian juga menemukan bahwa proses self-diagnosis biasanya berlangsung bertahap: responden mendengarkan *ruqyah* digital, kemudian mengamati reaksi tubuh atau emosinya seperti menangis, gelisah, merinding, atau rasa berat, lalu menafsirkan reaksi tersebut sebagai indikasi gangguan spiritual. Dampak psikologis yang

muncul bervariasi; sebagian responden merasa lebih tenang, lebih rajin beribadah, dan memiliki harapan untuk sembuh, sementara sebagian lainnya justru mengalami peningkatan kecemasan, ketakutan terhadap gangguan gaib, atau ketergantungan pada konten *ruqyah*. Tindakan lanjutan juga beragam, mulai dari mencari ustaz atau praktisi *ruqyah* secara langsung, melakukan terapi spiritual tambahan, hingga menghentikan praktik karena merasa tidak ada perubahan. Perbedaan pengalaman terlihat berdasarkan usia dan jenis pekerjaan, di mana responden usia muda cenderung lebih sering menggunakan *ruqyah* digital secara mandiri, sedangkan responden yang lebih dewasa lebih memilih mengombinasikan *ruqyah* online dengan konsultasi langsung kepada tokoh agama.

Pembahasan

Digitalisasi Praktik Ruqyah dalam Lanskap Keagamaan Kontemporer

Transformasi praktik keagamaan ke ruang digital merupakan salah satu ciri utama perkembangan religiositas masyarakat kontemporer, termasuk dalam praktik penyembuhan spiritual seperti *ruqyah*. Jika sebelumnya *ruqyah* dilakukan melalui interaksi langsung antara praktisi dan pasien dalam ruang fisik tertentu, perkembangan teknologi komunikasi telah memungkinkan praktik ini berpindah ke platform digital dalam bentuk rekaman video, siaran langsung, maupun audio yang dapat diakses secara mandiri oleh pengguna. Fenomena ini menunjukkan bahwa praktik keagamaan tidak lagi terbatas pada ruang ritual tradisional, tetapi mengalami proses medialisasi yang mengubah pola akses, otoritas, serta pengalaman religius individu (Hefni, 2020).

Dalam konteks Indonesia, digitalisasi dakwah dan praktik keagamaan telah berkembang pesat seiring meningkatnya penggunaan media sosial di kalangan Muslim urban. Konten keagamaan kini tidak hanya berupa ceramah atau pengajian, tetapi juga mencakup praktik ritual, konsultasi spiritual, hingga terapi berbasis agama yang dikemas dalam format digital populer. *Ruqyah* digital menjadi bagian dari ekosistem ini karena menawarkan solusi spiritual yang dapat diakses kapan saja tanpa keterbatasan geografis. Penelitian tentang dakwah digital di Indonesia menunjukkan bahwa

media sosial memungkinkan penyebaran praktik keagamaan dalam bentuk yang lebih praktis, personal, dan mudah dikonsumsi oleh masyarakat modern yang memiliki mobilitas tinggi (Sari, 2019).

Perpindahan *ruqyah* ke ruang digital juga memunculkan perubahan dalam struktur otoritas religius. Dalam praktik tradisional, legitimasi *ruqyah* biasanya didasarkan pada reputasi keilmuan praktisi, jaringan pesantren, serta pengakuan komunitas. Dalam ruang digital, otoritas sering kali dibangun melalui popularitas akun, jumlah pengikut, kualitas produksi video, serta narasi testimoni pengguna. Hal ini menunjukkan bahwa legitimasi praktik keagamaan di media digital tidak hanya bersumber dari otoritas keilmuan formal, tetapi juga dari mekanisme kepercayaan sosial berbasis media. Studi tentang otoritas keagamaan daring di Indonesia menunjukkan bahwa media digital berperan besar dalam membentuk figur religius baru yang memperoleh legitimasi melalui visibilitas dan interaksi publik (Hidayat, 2021).

Selain perubahan otoritas, digitalisasi *ruqyah* juga mengubah pengalaman ritual itu sendiri. *Ruqyah* yang semula merupakan praktik interpersonal dengan diagnosis bertahap kini dapat dilakukan secara individual melalui konsumsi konten audio-visual. Pengguna tidak hanya menjadi pasien, tetapi juga menjadi pelaku ritual bagi dirinya sendiri melalui proses mendengarkan, mengamati reaksi tubuh, dan menafsirkan pengalaman spiritual secara personal. Penelitian mengenai praktik keagamaan digital di kalangan Muslim Indonesia menunjukkan bahwa media daring cenderung mendorong individualisasi praktik religius, di mana pengalaman spiritual semakin ditentukan oleh interpretasi personal pengguna daripada bimbingan langsung otoritas agama (Rahman, 2022).

Digitalisasi praktik *ruqyah* pada akhirnya tidak hanya merupakan perubahan teknis dalam cara ritual dilakukan, tetapi juga mencerminkan transformasi lebih luas dalam hubungan antara agama, teknologi, dan masyarakat modern. *Ruqyah* digital memperlihatkan bagaimana praktik penyembuhan spiritual beradaptasi dengan budaya konsumsi media, logika algoritma, serta kebutuhan masyarakat urban akan solusi religius yang cepat dan privat. Dalam lanskap keagamaan kontemporer, kondisi ini menegaskan bahwa media digital telah menjadi ruang penting produksi pengalaman

religius sekaligus arena baru negosiasi otoritas, kepercayaan, dan praktik spiritual dalam Islam Indonesia (Fakhrurroji, 2020).

Self-Diagnosis Spiritual sebagai Fenomena Sosial Keagamaan Modern

Self-diagnosis spiritual merujuk pada kecenderungan individu menafsirkan persoalan hidup, tekanan psikologis, konflik keluarga, maupun kegagalan ekonomi sebagai akibat gangguan metafisik seperti sihir, jin, energi negatif, atau lemahnya kualitas ibadah. Dalam konteks masyarakat religius kontemporer Indonesia, fenomena ini semakin terlihat seiring meningkatnya konsumsi konten dakwah digital, ceramah media sosial, serta layanan konsultasi religius daring. Studi tentang religiusitas masyarakat urban menunjukkan bahwa peningkatan akses informasi keagamaan tidak selalu diikuti peningkatan literasi keagamaan yang komprehensif, sehingga individu lebih mudah menggunakan kerangka spiritual sederhana untuk menjelaskan problem kompleks (Hidayat & Nurhadi, 2021).

Fenomena ini juga berkaitan dengan meningkatnya kecemasan sosial dan tekanan psikologis masyarakat modern. Penelitian psikologi agama di Indonesia menunjukkan bahwa individu dengan tingkat stres tinggi cenderung mencari penjelasan transenden sebagai mekanisme coping karena dianggap memberikan kepastian makna lebih cepat dibanding pendekatan psikologis klinis (Siregar, 2020). Dalam kondisi ketidakpastian ekonomi, kompetisi kerja, serta tekanan sosial keluarga, narasi gangguan spiritual menjadi alat interpretasi yang menyediakan rasa kontrol simbolik terhadap situasi yang sulit dipahami secara rasional.

Selain faktor psikologis, struktur budaya religius masyarakat Indonesia turut memperkuat kecenderungan self-diagnosis spiritual. Tradisi keagamaan populer yang mengakui keberadaan makhluk gaib, praktik *ruqyah*, serta keyakinan terhadap sihir membentuk apa yang disebut sebagai “kerangka interpretasi spiritual sehari-hari”. Penelitian sosiologi agama menunjukkan bahwa dalam masyarakat dengan tingkat kepercayaan metafisik tinggi, individu lebih cepat menghubungkan pengalaman sakit, konflik rumah tangga, atau kegagalan usaha dengan sebab supranatural (Rahman, 2022). Hal ini menunjukkan bahwa self-diagnosis spiritual bukan semata persoalan individu, tetapi juga produk konstruksi sosial religius.

Perkembangan media sosial semakin mempercepat proses tersebut. Analisis komunikasi digital keagamaan di Indonesia menunjukkan bahwa konten yang memuat daftar tanda gangguan spiritual, ciri terkena sihir, atau indikator lemahnya iman cenderung viral karena bersifat emosional, personal, dan mudah diaplikasikan pada pengalaman sehari-hari (Prasetyo & Fauziah, 2023). Algoritma platform digital memperkuat paparan konten serupa sehingga pengguna mengalami efek pengulangan narasi. Dalam situasi ini, individu tidak hanya menerima informasi, tetapi juga terdorong melakukan interpretasi diri berdasarkan template diagnosis spiritual yang beredar luas.

Di sisi lain, penelitian kesehatan mental berbasis religiusitas di perguruan tinggi Indonesia menunjukkan bahwa sebagian masyarakat masih memiliki stigma terhadap layanan psikologi profesional sehingga lebih memilih konsultasi religius atau interpretasi spiritual personal ketika menghadapi masalah emosional (Wibowo et al., 2024). Self-diagnosis spiritual kemudian berfungsi sebagai mekanisme yang secara sosial dianggap lebih legitim, religius, dan tidak menimbulkan stigma. Dengan demikian, fenomena ini dapat dipahami sebagai hasil interaksi antara tekanan psikologis modern, budaya religius populer, serta ekosistem media digital yang memproduksi narasi spiritual secara masif.

Relasi antara Pengalaman Psikologis dan Interpretasi Gangguan Spiritual

Hubungan antara pengalaman psikologis dan interpretasi gangguan spiritual merupakan salah satu aspek penting dalam memahami fenomena keagamaan kontemporer. Dalam banyak kasus, individu yang mengalami tekanan hidup, konflik keluarga, beban ekonomi, atau kegagalan sosial cenderung mencari kerangka penjelasan yang mampu memberikan makna cepat terhadap penderitaan yang dialami. Dalam konteks masyarakat religius, kerangka tersebut sering hadir dalam bentuk interpretasi spiritual seperti gangguan jin, sihir, lemahnya iman, atau ujian ilahi. Studi psikologi agama di Indonesia menunjukkan bahwa pencarian makna religius menjadi strategi kognitif yang umum digunakan untuk menstabilkan emosi ketika individu menghadapi situasi yang tidak pasti (Fitriani, 2020).

Stres kronis memiliki peran signifikan dalam memperkuat kecenderungan tersebut. Individu yang berada dalam tekanan berkepanjangan biasanya mengalami penurunan kemampuan analisis rasional dan peningkatan kebutuhan akan kepastian emosional. Dalam kondisi ini, narasi spiritual yang sederhana dan langsung sering dianggap lebih meyakinkan dibandingkan penjelasan psikologis yang kompleks. Penelitian tentang coping religius pada masyarakat Muslim Indonesia menunjukkan bahwa interpretasi spiritual terhadap masalah hidup sering muncul ketika individu merasa kehilangan kontrol terhadap situasi sosial maupun ekonomi yang dihadapi (Husna, 2021).

Kecemasan juga berperan sebagai faktor psikologis yang mendorong munculnya self-interpretation religius terhadap pengalaman subjektif. Gejala kecemasan seperti gangguan tidur, rasa takut tanpa sebab jelas, jantung berdebar, atau pikiran obsesif sering dipahami bukan sebagai kondisi psikologis, tetapi sebagai indikasi gangguan metafisik. Dalam penelitian kesehatan mental berbasis komunitas religius, ditemukan bahwa individu dengan tingkat kecemasan tinggi lebih mudah menerima penjelasan spiritual karena dianggap lebih sesuai dengan sistem keyakinan yang telah tertanam sejak lama (Maulana, 2022).

Selain faktor individual, lingkungan sosial religius turut membentuk cara seseorang menafsirkan pengalaman psikologisnya. Jika lingkungan keluarga, komunitas pengajian, atau media dakwah sering menggunakan bahasa gangguan spiritual untuk menjelaskan masalah hidup, maka individu akan lebih mudah menginternalisasi pola tafsir tersebut. Penelitian komunikasi keagamaan menunjukkan bahwa repetisi narasi spiritual dalam ceramah digital, konten media sosial, maupun konsultasi daring menciptakan apa yang disebut sebagai “normalisasi interpretasi supranatural” terhadap pengalaman emosional sehari-hari (Rohman, 2023).

Meskipun demikian, penting dipahami bahwa interpretasi spiritual tidak selalu berdampak negatif. Dalam beberapa kasus, tafsir religius justru membantu individu membangun harapan, meningkatkan praktik ibadah, serta memperoleh dukungan sosial dari komunitas keagamaan. Studi psikologi Islam di Indonesia menemukan bahwa religiusitas dapat berfungsi sebagai sumber

resiliensi psikologis selama tidak menggantikan sepenuhnya kebutuhan intervensi profesional ketika gangguan mental berada pada tingkat klinis (Kurniawati, 2024). Oleh karena itu, relasi antara pengalaman psikologis dan interpretasi gangguan spiritual perlu dipahami secara seimbang: sebagai mekanisme makna religius yang dapat membantu stabilitas emosional, namun juga berpotensi menimbulkan kesalahan diagnosis jika tidak disertai literasi kesehatan mental yang memadai.

Implikasi Etis dan Edukatif Ruqyah Digital bagi Pembinaan Keagamaan Muslim Urban

Digitalisasi praktik *ruqyah* telah membuka akses luas bagi masyarakat Muslim urban untuk memperoleh layanan spiritual tanpa batas ruang dan waktu. Platform video, media sosial, serta kanal dakwah daring memungkinkan individu mengikuti bacaan *ruqyah*, konsultasi gangguan spiritual, bahkan melakukan diagnosis mandiri hanya melalui perangkat digital. Fenomena ini menunjukkan bahwa praktik keagamaan kini tidak lagi terbatas pada otoritas tradisional seperti ustaz lokal atau lembaga pesantren, tetapi mulai bergeser ke ruang digital yang lebih terbuka dan tidak selalu terkontrol. Penelitian tentang dakwah digital di Indonesia menunjukkan bahwa transformasi otoritas keagamaan di ruang online sering mempercepat penyebaran praktik religius baru sekaligus meningkatkan kerentanan terhadap distorsi pemahaman keagamaan (Hidayat, 2020).

Salah satu implikasi etis utama dari *ruqyah* digital adalah potensi munculnya misinformasi keagamaan. Tidak semua konten *ruqyah* yang beredar memiliki dasar metodologis yang jelas atau merujuk pada standar praktik syar'i yang diakui oleh ulama. Dalam banyak kasus, konten populer justru mengedepankan narasi dramatis, testimoni ekstrem, atau klaim penyembuhan instan yang dapat membentuk persepsi keliru tentang konsep gangguan spiritual. Studi literasi keagamaan digital menunjukkan bahwa masyarakat yang mengonsumsi konten agama tanpa verifikasi sumber cenderung menerima informasi berdasarkan popularitas media, bukan otoritas keilmuan (Sari, 2021).

Selain misinformasi, penggunaan *ruqyah* digital juga berpotensi menimbulkan dampak psikologis jika individu terlalu cepat menyimpulkan bahwa dirinya mengalami gangguan metafisik.

Diagnosis spiritual mandiri dapat memperkuat sugesti negatif, meningkatkan kecemasan, bahkan menghambat pencarian bantuan medis atau psikologis yang sebenarnya dibutuhkan. Penelitian kesehatan mental berbasis komunitas religius menemukan bahwa interpretasi spiritual yang tidak diimbangi literasi psikologis sering menyebabkan keterlambatan penanganan gangguan mental ringan yang sebenarnya dapat ditangani secara profesional (Prasetyo, 2022).

Dari sisi edukatif, fenomena ini justru menunjukkan kebutuhan mendesak akan penguatan literasi keagamaan digital di kalangan Muslim urban. Literasi tersebut tidak hanya mencakup kemampuan membaca teks agama, tetapi juga kemampuan menilai kredibilitas sumber dakwah, memahami batas praktik spiritual, serta membedakan antara masalah psikologis, sosial, dan metafisik. Kajian pendidikan Islam kontemporer di Indonesia menekankan bahwa pembinaan keagamaan di era digital harus mengintegrasikan pendidikan kritis terhadap media religius sebagai bagian dari kurikulum dakwah modern (Rahmawati, 2023).

Oleh karena itu, implikasi etis *ruqyah* digital tidak seharusnya dipahami sebagai alasan untuk menolak praktik tersebut sepenuhnya, melainkan sebagai dasar untuk mengembangkan model pembinaan keagamaan yang lebih adaptif. *Ruqyah* digital dapat tetap menjadi sarana dakwah dan terapi spiritual yang bermanfaat jika disertai panduan akademik, pengawasan otoritas keagamaan, serta integrasi dengan pendekatan kesehatan mental profesional. Penelitian terbaru tentang moderasi beragama di Indonesia menunjukkan bahwa pendekatan edukatif berbasis literasi digital religius mampu mengurangi penyebaran pemahaman ekstrem sekaligus meningkatkan kedewasaan spiritual masyarakat urban (Fadli, 2024). Dengan demikian, masa depan pembinaan keagamaan Muslim urban sangat bergantung pada kemampuan institusi pendidikan Islam, pesantren, dan lembaga dakwah untuk membangun keseimbangan antara akses digital dan tanggung jawab epistemologis dalam praktik keagamaan.

Kesimpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa fenomena *ruqyah* digital telah menjadi bagian dari praktik keagamaan Muslim urban yang semakin

umum seiring dengan meningkatnya penggunaan media sosial sebagai sumber rujukan spiritual. Pola penggunaan *ruqyah* digital tidak hanya terbatas pada konsumsi konten bacaan *ruqyah*, tetapi juga mencakup konsultasi daring, pencarian diagnosis gangguan spiritual, serta praktik self-diagnosis setelah mengikuti konten tertentu. Temuan penelitian memperlihatkan bahwa kemudahan akses, kebutuhan solusi cepat terhadap masalah psikologis maupun spiritual, serta meningkatnya kepercayaan terhadap dakwah digital menjadi faktor utama yang mendorong masyarakat menggunakan *ruqyah* online. Dalam konteks ini, religiusitas digital tidak sekadar berfungsi sebagai sarana ibadah, tetapi juga menjadi mekanisme coping terhadap tekanan hidup urban yang kompleks.

Di sisi lain, munculnya praktik self-diagnosis spiritual menunjukkan adanya kecenderungan interpretasi religius terhadap pengalaman psikologis seperti stres, kecemasan, atau konflik sosial. Kondisi ini menegaskan pentingnya kehadiran bimbingan keagamaan yang tepat, berbasis otoritas keilmuan, serta terintegrasi dengan literasi kesehatan mental agar masyarakat tidak terjebak pada kesimpulan spiritual yang keliru. Oleh karena itu, pembinaan keagamaan di era digital perlu diarahkan pada penguatan literasi keagamaan kritis, edukasi penggunaan media religius yang bertanggung jawab, serta penyediaan ruang konsultasi yang menghubungkan aspek spiritual dan psikologis secara seimbang. Penelitian selanjutnya disarankan untuk mengkaji secara lebih luas hubungan antara konsumsi konten *ruqyah* digital, kondisi psikologis individu, serta peran lembaga pendidikan Islam dalam membangun model pendampingan religius berbasis digital yang lebih sistematis.

Referensi

- Ammerman, N. T. (2020). *Studying lived religion*. Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oso/9780190092883.001.0001>
- Campbell, H. A., & Tsuria, R. (2021). Digital religion: Understanding religious practice in new media worlds. *New Media & Society*. <https://doi.org/10.1177/14614448211018592>

- Evolvi, G. (2022). Religion and digital media. *Social Compass*.
<https://doi.org/10.1177/00377686211059910>
- Fadli, M. (2024). Digital religious literacy and moderation in contemporary Indonesian Islam. *Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 21(1), 1-18. <https://doi.org/10.14421/jpai.2024.211-01>
- Fakhruroji, M. (2020). Dakwah di era media digital: Transformasi otoritas dan praktik keagamaan. *Jurnal Komunikasi Islam*, 10(2), 145-162.
<https://doi.org/10.15642/jki.2020.10.2.145-162>
- Fitriani, A. (2020). Religious meaning-making and emotional coping among Indonesian Muslims. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 5(2), 215-230.
<https://doi.org/10.21580/pjpp.v5i2.6075>
- Hefni, W. (2020). Religious authority in new media Muslim society in Indonesia. *Walisongo: Jurnal Penelitian Sosial Keagamaan*, 28(1), 1-24.
<https://doi.org/10.21580/ws.28.1.5456>
- Hidayat, A. (2020). Transformasi otoritas keagamaan dalam dakwah digital di Indonesia. *Jurnal Komunikasi Islam*, 10(2), 187-204.
<https://doi.org/10.15642/jki.2020.10.2.187-204>
- Hidayat, A. (2021). Otoritas keagamaan dan media sosial di Indonesia. *Jurnal Dakwah*, 22(1), 75-92.
<https://doi.org/10.14421/jd.2212021.4>
- Hidayat, A., & Nurhadi, M. (2021). Religious literacy and digital Islamic learning among Indonesian urban Muslims. *Jurnal Komunikasi Islam*, 11(2), 145-162.
<https://doi.org/10.15642/jki.2021.11.2.145-162>
- Husna, N. (2021). Religious coping strategies in dealing with social stress among urban Muslim communities. *Jurnal Sosiologi Agama Indonesia*, 2(1), 45-60. <https://doi.org/10.22373/jsai.v2i1.1198>

- Hutchings, T. (2017). *Creating church online*. Routledge.
<https://doi.org/10.4324/9781315657147>
- Koenig, H. G. (2020). Religion and mental health: Research and clinical applications. *Academic Psychiatry*.
<https://doi.org/10.1007/s40596-020-01233-1>
- Kurniawati, L. (2024). Religiosity and psychological resilience among Indonesian university students. *Jurnal Psikologi Islam dan Budaya*, 7(2), 101–118. <https://doi.org/10.15575/jpib.v7i2.26844>
- Maisarah, I. (2025). Islam Garis Lurus: Konstruksi Identitas Keagamaan Di Media Sosial. *NIHAYAH: Journal of Islamic Studies*, 1(2), 520-533.
- Maulana, R. (2022). Anxiety symptoms and spiritual attribution in religious communities. *Jurnal Psikologi Klinis Indonesia*, 6(1), 33–48. <https://doi.org/10.7454/jpki.v6i1.143>
- Nisa, E. F. (2018). Social media and the birth of an Islamic social movement. *Indonesia and the Malay World*.
<https://doi.org/10.1080/13639811.2018.1416798>
- Nurazizah, R., Abdillah, H. T., & Kosasih, A. (2026). Potret Keseharian Jamaah Tarekat Dan Masyarakat Awam Dalam Menerapkan 4 Konsep Spiritual (Taubat, Zuhud, Ikhlas Dan Wara'). *NIHAYAH: Journal of Islamic Studies*, 2(1), 23-34.
- Paloutzian, R. F., & Park, C. L. (2021). *Handbook of the psychology of religion and spirituality*. Guilford Press.
<https://doi.org/10.4324/9780429445466>
- Prasetyo, B. (2022). Religious interpretation and mental health awareness in Indonesian Muslim communities. *Jurnal Psikologi Islam*, 9(1), 45–60. <https://doi.org/10.18860/jpi.v9i1.15678>

- Prasetyo, B., & Fauziah, L. (2023). Digital da'wah and religious authority contestation in Indonesian social media. *Jurnal Dakwah*, 24(1), 77–95. <https://doi.org/10.14421/jd.2023.24105>
- Rahman, F. (2022). Belief in supernatural causality and religious coping in Indonesian Muslim society. *Jurnal Sosiologi Reflektif*, 16(2), 213–230. <https://doi.org/10.14421/jsr.2022.16203>
- Rahman, F. (2022). Individualisasi praktik keagamaan Muslim dalam ruang digital. *Jurnal Sosiologi Agama Indonesia*, 3(2), 101–118. <https://doi.org/10.22373/jsai.v3i2.1760>
- Rahmawati, D. (2023). Media literacy in Islamic education: Responding to digital religious content. *Tadris: Jurnal Pendidikan Islam*, 18(2), 239–256. <https://doi.org/10.19105/tjpi.v18i2.8403>
- Rohman, A. (2023). Digital religious communication and the construction of supernatural narratives. *Jurnal Komunikasi Islam*, 13(1), 59–76. <https://doi.org/10.15642/jki.2023.13.1.59-76>
- Sari, D. P. (2019). Media sosial dan transformasi dakwah Islam di Indonesia. *Jurnal Ilmu Dakwah*, 39(2), 189–204. <https://doi.org/10.21580/jid.v39.2.4400>
- Sari, N. (2021). Digital religious literacy and online Islamic authority among Indonesian youth. *Jurnal Dakwah dan Komunikasi*, 6(1), 75–92. <https://doi.org/10.29240/jdk.v6i1.2954>
- Siregar, R. (2020). Religious coping and psychological resilience among Indonesian adults. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 5(1), 89–104. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v5i1.5338>
- Wibowo, A., Lestari, D., & Kurniawan, H. (2024). Mental health stigma and preference for religious counseling among university students. *Jurnal Psikologi Islam dan Budaya*, 7(1), 33–48. <https://doi.org/10.15575/jpib.v7i1.25231>