

PENDEKATAN PSIKOTERAPI NABAWI BERASASKAN PARADIGMA KECERDASAN KENABIAN DALAM MENINGKATKAN KESEJAHTERAAN MENTAL

THE NABAWI PSYCHOTHERAPY APPROACH BASED ON THE PROPHETIC INTELLIGENCE PARADIGM IN ENHANCING MENTAL WELL-BEING

Shahril Nizam Zulkipli^{1*}

Ishak Suliaman²

Mohd Syukri Zainal Abidin³

Wan Kamal Nadzif Wan Jamil⁴

Amin Che Ahmat⁵

¹Akademi Pengajian Islam Kontemporari (ACIS), UiTM Cawangan Perak Kampus Tapah, Malaysia.
(E-mail: shah4107@uitm.edu.my, amin132@uitm.edu.my)

²Akademi Pengajian Islam, Universiti Malaya, Kuala Lumpur, Malaysia.
(Email: ishakhs@um.edu.my)

³Akademi Pengajian Islam, Universiti Malaya, Kuala Lumpur, Malaysia.
(Email: syukri1990um.edu.my)

⁴Akademi Pengajian Islam Kontemporari (ACIS), UiTM Cawangan Perak Kampus Seri Iskandar, Malaysia.
(E-mail: wanka238@uitm.edu.my)

⁵Akademi Pengajian Islam Kontemporari (ACIS), UiTM Cawangan Perak Kampus Tapah, Malaysia.
(E-mail: amin132@uitm.edu.my)

*corresponding author

Article history

Received date : 19-6-2025

Revised date : 20-6-2025

Accepted date : 25-7-2025

Published date : 15-8-2025

To cite this document:

Zulkipli, S. N., Suliaman, I., Zainal Abidin, M. S., Wan Jamil, W. K. N., & Che Ahmat, A. (2024). Pendekatan psikoterapi nabawi berasaskan paradigma kecerdasan kenabian dalam meningkatkan kesejahteraan mental. *Journal of Islamic, Social, Economics and Development (JISED)*, 10 (75), 455 – 465.

Abstrak: Konsep kecerdasan kenabian merupakan pendekatan psikoterapi Nabawi sebagai suatu bentuk intervensi psikospiritual bersumberkan al-Quran dan al-Hadith dengan mengetengahkan profil nabi sebagai model ikonik yang telah berjaya mengoptimumkan potensi kejiwaan dalam segenap aspek kehidupan. Dalam konteks dunia moden yang sarat dengan krisis makna dan tekanan mental, ia sering menjadi perbincangan para ahli psikologi kerana boleh membawa kepada pelbagai masalah psikosomatik dan penyakit jiwa seperti perasaan sedih, runsing, gelisah, bimbang dan murung yang keterlaluan. Pendekatan psikoterapi konvensional pula tidak dapat menawarkan kaedah rawatan secara menyeluruh. Justeru, kajian bertujuan untuk mengetengahkan paradigma kecerdasan kenabian merangkumi elemen ketauhidan uluhiyyah, rububiyyah, ‘ubudiyyah dan khuluqiyyah yang di lihat mampu membimbing proses penyembuhan jiwa melalui pemahaman konsep dan praktikal psikoterapi Nabawi sebagai terapi pembangunan spiritual, penyembuhan psikologi dan pencernaan kognitif berasaskan tauhid dan nilai-nilai Rabbani. Metodologi kajian yang digunakan adalah

melalui pendekatan kualitatif secara analisis dokumen menggunakan kajian kepustakaan untuk membina kerangka konsep kecerdasan kenabian sebagai suatu pendekatan yang boleh diaplikasikan dalam psikoterapi Nabawi. Kajian mendapati bahawa paradigma kecerdasan kenabian memiliki potensi yang telah dianugerahkan oleh Allah SWT kepada para rasul, nabi dan orang soleh dengan dimensi kecerdasan ruhaniyyah, kecerdasan intelektual, kecerdasan berjuang dan kecerdasan emosi yang merupakan satu pendekatan unggul dalam mencapai kesejahteraan holistik yang lestari dan berakar pada nilai-nilai Ilahi. Integrasi kecerdasan kenabian dalam intervensi psikospiritual berupaya membentuk insan sejahtera yang memperoleh pemahaman keagamaan secara menyeluruh, menghidupkan semangat dalam praktis keagamaan dan keduniaan untuk diri dan orang lain, membangun integriti diri, mempermudah interaksi spiritual dan sosial, bijak dalam mencari solusi terhadap mehnah dan rintangan kehidupan di samping kemampuan yang kuat dalam menghadapi berbagai kesulitan hidup.

Kata kunci: Kecerdasan kenabian, psikoterapi Islam, psikoterapi Nabawi.

Abstract: *The concept of prophetic intelligence forms the basis of the Nabawi psychotherapy approach—a psychospiritual intervention rooted in the Qur'an and Hadith. This approach foregrounds the prophetic model as an iconic representation of optimized psychological and spiritual potential across all dimensions of life. In today's modern context, which is saturated with crises of meaning and mental health pressures, this model is gaining increasing attention among psychologists, particularly due to its potential in addressing a range of psychosomatic disorders and mental illnesses such as excessive sadness, anxiety, restlessness, worry, and depression. Conventional psychotherapy, in many cases, falls short in offering a holistic and integrative treatment framework. This study aims to introduce the paradigm of prophetic intelligence encompassing the elements of ulūhiyyah (Divine Oneness), rubūbiyyah (Divine Lordship), 'ubūdiyyah (Servitude), and khuluqīyyah (Moral Conduct). These elements are seen as capable of guiding the process of inner healing through a deepened understanding of Nabawi psychotherapy, which integrates spiritual development, psychological healing, and cognitive transformation grounded in tawhīd (monotheism) and divine values. Methodologically, this research employs a qualitative design through document analysis using a library-based approach to construct the conceptual framework of prophetic intelligence as an applicable model within Nabawi psychotherapy. Findings indicate that the paradigm of prophetic intelligence, as divinely bestowed upon the Prophets, Messengers, and the righteous, integrates multiple dimensions—spiritual, intellectual, motivational, and emotional intelligence. These components collectively represent a distinguished model in achieving sustainable and holistic well-being rooted in divine principles. The integration of prophetic intelligence into psychospiritual intervention holds promise in nurturing holistic human development, fostering comprehensive religious understanding, reviving intrinsic motivation in both religious and worldly practices, strengthening personal integrity, enhancing spiritual-social interactions, and cultivating resilience and adaptability in the face of life's adversities.*

Keywords: *Prophetic intelligence, Islamic psychotherapy, Nabawi psychotherapy.*

Pendahuluan

Penghayatan terhadap syariat Islam diyakini dapat mempengaruhi dari sudut pembinaan jiwa yang sihat seterusnya memberikan keamanan, kedamaian dan kesejahteraan kepada mental. Kesihatan mental adalah situasi di mana seorang individu menyedari potensinya boleh berdaya tindak terhadap tekanan kehidupan, boleh bekerja dengan produktif dan boleh menyumbang kepada masyarakat dengan daya berfikir, merasa dan bertindak, cara menghadapi masalah dan mengatasinya, di samping membina interaksi dengan orang lain (WHO, 2025). Ia merupakan antara faktor yang menyumbang kepada tingkat produktiviti individu dalam era globalisasi yang menuntut agar manusia bergerak lebih pantas untuk mencapai kemajuan (Samsudin & Hong, 2016). Budaya kompetitif dan sikap daya saing boleh dinilai dari sudut positif. Namun, pada masa yang sama ia juga boleh menimbulkan masalah, bebanan dan tekanan kepada individu (Sipon, S. & Hussin, R., 2019; Sumari, 2014). Islam telah memberikan perhatian khusus terhadap aspek kesihatan insan. Konsep perubatan yang dipelopori oleh baginda Nabi SAW telah membina suatu rangka kesihatan yang sempurna meliputi setiap aspek kesihatan dan kaedah rawatan kerohanian (Rahman, 1998). Dalam sorotan kajian-kajian lepas, kaedah psikoterapi Islam berpotensi untuk merawat permasalahan kesihatan mental seperti kemurungan, kehibaan, kecelaruan kebimbangan, kegelisahan, tekanan perasaan dan sebagainya. Ia merupakan terapi yang paling asas dalam mewujudkan kebahagiaan, kesihatan mental dan keperibadian Islam berasaskan keimanan dan ketakwaan kepada Allah SWT (Zulkipli et al., 2023).

Psikoterapi Nabawi adalah usaha islamisasi ilmu melalui pencerahan dan aplikasi nilai al-Quran dan al-Hadith. Ia merupakan suatu usaha menangani persoalan psikologi dengan mengintegrasikan pendekatan psikologi dan pendekatan spiritual (Mardiyah, 2016). Maka, pendekatan Islam dalam rawatan psikoterapi adalah sebagai titik kajian empirikal manusia dalam hubungannya dengan spiritual. Psikoterapi seperti ini boleh membangun psikologi manusia menjadi tenang, tenteram, selesa dan secara disadari mahupun tidak mampu mewujudkan kesihatan mental (Rajab, 2006b). Sunnah Nabi SAW umpamanya telah menjadi rujukan terbaik dalam menumpukan pembangunan nilai modal insan dari aspek psikologi (Al-Jayusi, 2007). Menurut Sa'id Hawwa (1999), ia merupakan suatu sistem yang sempurna dalam menyelesaikan permasalahan hidup manusia bagi mendepani arus kehidupan semasa. Demikian juga, kesihatan rohani menjadi asas utama untuk melahirkan kecerdasan kenabian (*prophetic intelligent*) yang memiliki potensi yang telah dianugerahkan oleh Allah SWT kepada para rasul, nabi dan orang soleh merangkumi kecerdasan *ruhaniyah*, kecerdasan intelektual, kecerdasan berjuang dan kecerdasan emosi (Adz-Dazkiey, 2005). Baginda SAW sebagai penyembuh kepada psikologi dan kognitif dengan mengajar umatnya hubungan terhadap Allah SWT, menggalakkan untuk mengikuti sunnahnya, membangkitkan kesedaran bertuhan, keikhlasan jiwa, tawakal kepada Allah SWT, menghindari perkara memudaratkan, kekuatan doa dan ibadah, menjalinkan ukhuwah, *a'mal al-Nafs*, *riyadah al-Nafs* dalam usaha menyucikan dan melembutkan hati, memperkasakan potensi dan kebolehan kognitif, penyembuhan dengan nutrisi pemakanan, mementingkan kualiti ibadah dengan menjaga stamina dan sebagainya dilihat mampu membina penawar kerohanian kepada masalah kesihatan mental (Farshoukh, 2019). Malah, Ibn Qayyim (1993) menekankan terapi jiwa perlu disandarkan kepada para rasul kerana tiada wasilah lain untuk merawatnya kecuali dengan mengikuti mereka (al-Jawzi, 1993). Beliau juga menjelaskan psikoterapi yang dapat menyembuhkan pelbagai penyakit adalah berbalik kepada sentuhan dan kekuatan hati, sandaran dan tawakal kepada Allah SWT, patuh, tunduk, berdoa, taubat dan memohon ampunan kepadaNya (al-Jawzi, 2000).

Tinjauan Literatur

Penelitian terhadap sumber ilmiah sebelum ini menjadi suatu keutamaan dalam memperhalusi setiap maklumat yang diperoleh untuk mengenal pasti jurang sesuatu kajian (*gap of research*). Ini penting bagi memfokuskan perincian terhadap kajian baharu yang dapat meningkatkan nilai dan kualiti kajian berbanding kajian-kajian lepas. Berdasarkan kepada tajuk kajian, pengkaji telah memilih untuk melakukan sorotan kajian berasaskan kepada tema tertentu dengan menggunakan kaedah *historical review* (USC Library, 2019).

Anis 'Adilah et al. (2023) dan Suriani Sudi et al. (2022) mengetengahkan kajian psikospiritual Nabawi. 'Adilah et al. (2023) menghuraikan konsep psikospiritual Nabawi dengan memilih 13 elemen psikospiritual dalam kitab Tasawuf Moden Hamka iaitu perlu bergaul dengan orang budiman, sentiasa berfikir, menjaga syahwat, bekerja dengan teratur, melihat kekurangan diri sendiri, mengawal marah dan lain-lain. Elemen-elemen ini seterusnya digunakan bagi mengenal pasti hadith-hadith yang berkaitan melalui kajian tematik. Suriani Sudi et al. (2022) pula membawakan empat buah hadith yang melatari psikospiritual Nabawi untuk diterapkan dalam proses pemulihan transgender. Daripada hadith tersebut, empat elemen yang diuraikan iaitu sabar, *raja*, *khawf* dan penghayatan agama. Seterusnya, Abu Dzar et al. (2023) berserta Wan Hilmi dan Hidayah (2020) telah menggariskan pendekatan psikologi Nabawi sebagai intervensi menangani kemurungan. Kajian kualitatif melalui analisis dokumen ini menggariskan pendekatan Nabi SAW bagi menangani kesedihan yang melampau, pengasingan diri, rasa tersisih, rasa tidak dihargai, difitnah, mencedera atau membunuh diri dan sebagainya. Kajian Abu Dzar et al. (2023) menyenaraikan lima buah hadith, manakala Wan dan Hidayah (2020) dengan lapan hadith. Pendekatan Nabawi yang diuraikan ialah melalui penerapan nilai sabar, dorongan untuk bersosial dalam komuniti, berlapang dada, bersangka baik dengan setiap kesulitan yang dialami, keyakinan dalam penyembuhan, zikir dan tafakur kepada Allah SWT, bacaan ayat suci al-Quran, makanan berkhasiat, penggunaan ayat-ayat *ruqyah*, penjagaan solat, berpuasa dan melaksanakan amalan-amalan sunat.

Analisis terhadap keseluruhan artikel menemukan kajian yang menumpukan kepada perbincangan hadith dalam membangunkan kaedah rawatan berteraskan kenabian. Namun, kesemua kajian tidak menyentuh berkaitan paradigma kecerdasan kenabian sebagai suatu asas yang boleh diamati bagi mengaplikasikan kaedah terapi bersifat kenabian. Maka, kajian ini secara khusus menghuraikan kerangka konsep kecerdasan kenabian agar dapat diperkembangkan dalam kajian mendatang.

Kesihatan Mental Nabi Muhammad SAW

Pada prinsipnya, para nabi dan rasul merupakan pelopor teoretikal dalam praktis kehidupan dengan visi, etika dan paradigma untuk membangunkan umat Islam dari segenap aspek kehidupan (Abidin, 2013). Dalam bicara kesihatan mental berteraskan kenabian, dua perkara utama yang perlu diberikan perhatian iaitu kesihatan mental Nabi Muhammad SAW, berserta Nabi Muhammad SAW sebagai rujukan penyembuhan psikologi dan kognitif.

Dengan merumuskan hadith-hadith nabi yang pelbagai, kesihatan mental Nabi Muhammad SAW sebagai ciri ikonik dapat dilihat melalui karismatik dan rupa paras, kebersihan dan keterampilan, tutur bicara yang menekankan penerimaan minda dan hati, sifat merendah diri, etika dan pengurusan, sederhana dalam pemakanan, sabar dan toleransi, murah hati, bersemangat dan berupaya memotivasikan orang lain, sikap belas kasihan, berlaku adil, amalan keagamaan yang kuat, berkeperibadian tinggi dan sentiasa positif. Seterusnya ciri Nabi SAW sebagai rujukan penyembuhan psikologi dan kognitif adalah melalui kaedah menghubungkan

manusia dengan Allah SWT, memperkuat hubungan manusia dengan baginda SAW, membezakan tingkatan manusia sebagai tidak beriman, munafik, Muslim, beriman dan *muhsinin*, menyucikan hati para sahabat dengan amal ibadah, menjadi contoh dalam pelaksanaan ibadah, membangunkan jiwa manusia dengan sikap prihatin dan mengambil berat, menyediakan penawar yang sesuai bagi sesuatu penyakit sama ada jasmani atau rohani, memelihara hubungan kekeluargaan, membangunkan potensi dan kebolehan akal, penyembuhan dengan nutrisi (pemakanan), menggalakkan produktiviti dan menguatkan stamina (solat malam), merapatkan jurang sosial dan mencerna daya fikir (Farshoukh, 2019).

Hamdani Bakran Adz-Zakiey merupakan antara tokoh yang telah mempopularkan paradigma profetik atau kenabian (paradigma Nabawi) dalam wacana psikologi Islam. Menurut beliau, paradigma kenabian bersandarkan kepada prinsip keimanan di mana seorang Muslim wajib meyakini bahawa Allah SWT mengutuskan para rasulNya untuk menyampaikan kebahagiaan, kesejahteraan, kedamaian dan keamanan yang hakiki secara zahir dan batin untuk kejayaan dunia dan akhirat. Justeru, pengutusan baginda Nabi SAW adalah untuk menyucikan akidah umat Islam daripada kemusyrikan, membangunkan akhlak dan keperibadian umat manusia dengan acuan ketuhanan, mengajarkan kepada umat manusia membentuk hubungan yang baik dengan Allah SWT, hubungan yang harmoni dengan manusia, memelihara alam semesta dan mengeluarkan manusia daripada kesesatan jahiliah kepada petunjuk kebenaran (adz-Dzakiey, 2012). Firman Allah SWT:

﴿٦٢﴾ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْ أَوْلِيَاءَ اللَّهِ لَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ

Terjemahan: *Ketahuilah! Sesungguhnya wali-wali Allah, tidak ada kebimbangan (dari sesuatu yang tidak baik) terhadap mereka, dan mereka pula tidak akan berdukacita.*

(Yunus 10: 62)

Daripada Suhayb RA berkata, Rasulullah SAW bersabda:

عَجَبًا لِأَمْرِ الْمُؤْمِنِ إِنَّ أَمْرَهُ كُلَّهُ خَيْرٌ وَلَيْسَ ذَاكَ لِأَحَدٍ إِلَّا لِلْمُؤْمِنِ إِنْ أَصَابَتْهُ سَرَاءٌ شَكَرَ فَكَانَ خَيْرًا لَهُ وَإِنْ أَصَابَتْهُ ضَرَاءٌ صَبَرَ فَكَانَ خَيْرًا لَهُ

Terjemahan: *Sungguh menakjubkan keadaan seorang mukmin. Seluruh urusannya itu baik. Ini tidaklah didapati kecuali pada seorang mukmin. Jika mendapatkan kesenangan, maka ia bersyukur. Itu baik baginya. Jika mendapatkan kesusahan, maka ia bersabar. Itu pun baik baginya.*

(HR Muslim)

Bertitik tolak daripada kelemahan psikologi Barat yang tidak dapat memenuhi keperluan psikologi secara komprehensif, Hamdani Bakran menegaskan bahawa eksistensi, potensi dan keperibadian rabbani yang sempurna menumbuhkan citra kenabian untuk diteladani oleh seluruh umat manusia khususnya umat Islam. Ajaran Islam melalui sumber al-Quran dan al-Hadith hadir ke tengah umat manusia sebagai solusi yang bersifat *syumul* dalam rangka untuk menjawab segala persoalan kehidupan dan menyelamatkan manusia daripada kegelapan, kegagalan, membawa kesejahteraan, keharmonian, kedamaian dan kebahagiaan di dunia dan akhirat (Kusumastuti, 2020). Oleh itu, psikologi Nabawi adalah ilmu yang membahaskan mengenai keadaan jiwa (hakikat dan martabat jiwa) dan gejala jiwa (tingkah laku, sikap dan perwatakan) daripada individu yang berjaya mencapai tahap terbaik dalam melaksanakan evolusi dan transformasi diri melalui pemahaman dan pengamalan syariat secara total

bersumberkan al-Quran, al-Sunnah dan pandangan hikmah dalam kalangan orang soleh (adz-Dzakiey, 2012).

Baginda Nabi SAW sebagai sumber pembangunan ilmu psikologi berdasarkan kepada perkara berikut (Adz-Dzakiey, 2012; Abidin, 2013):

- a) Kemuliaan perilaku, perbuatan, sikap, sifat, tindakan dan keterampilan yang ditonjolkan Nabi SAW.
- b) Kedekatan Nabi SAW di sisi Allah SWT melahirkan amal-amal ibadah yang sempurna.
- c) Kecerdasan dan ketajaman potensi akal baginda Nabi SAW dan upaya baginda dalam menyampaikan ilmu pengetahuan, memimpin dan menyelesaikan segala persoalan mengenai kekeluargaan, masyarakat dan negara.
- d) Menyampaikan rahmat ke sekalian alam menunjukkan kesempurnaan Nabi SAW menyebarkan kasih sayang dan hubungan yang harmoni sesama manusia.

Kesimpulannya, hakikat kenabian menyimpulkan tiga perihal yang menjadi asas kepada psikologi Nabawi iaitu (Adz-Dzakiey, 2012; Abidin, 2013):

- a) Beriman kepada para nabi merupakan kewajiban yang terkandung di dalam prinsip keimanan. Mengingkarinya boleh merosakkan iman dan mengundang kemurkaan Allah SWT.
- b) Setiap perkataan, sikap, perbuatan dan tindakan Nabi SAW merupakan sumber hukum.
- c) Baginda Nabi SAW merupakan suri teladan terbaik dan sempurna sama ada secara batiniah mahupun lahiriah merangkumi kecerdasan fizikal, mental, spiritual dan moral. Sewajarnya setiap yang beriman meneladani baginda Nabi SAW dalam bersyahadah, membangunkan upaya diri secara optimum, mengetahui dan menginsafi hakikat diri, melakukan penyucian jiwa, serta mengembangkan potensi *al-'Aql*, *al-Qalb* dan pancaindera yang akhirnya menumbuhkan individu yang kukuh dalam kesejahteraan dan perilaku terpuji.

Berdasarkan kepada perkara tersebut, psikologi Nabawi meletakkan Nabi SAW sebagai model rabbani untuk mencapai kualiti kehidupan sebagai insan kamil (Rothman, 2018). Biarpun psikologi Nabawi yang digagaskan ini secara umumnya sama dengan kajian psikologi Islam yang lain, namun memiliki keistimewaan tersendiri apabila memfokuskan kepada kecerdasan kenabian dalam menumbuhkan potensi hakiki insan (Abidin, 2013). Kesihatan rohani menjadi asas utama untuk melahirkan kecerdasan kenabian yang memiliki potensi yang telah dianugerahkan oleh Allah SWT kepada para rasul, nabi dan orang soleh.

Paradigma Kecerdasan Kenabian

Kecerdasan Kenabian (*prophetic intelligence*) didefinisikan sebagai potensi atau kemampuan berinteraksi, berkomunikasi, menyesuaikan diri, memahami dan mengambil pengajaran dan hikmah dari kehidupan di langit dan bumi, rohani dan jasmani di samping dunia dan akhirat dengan sentiasa mengharapkan bimbingan daripada Allah SWT dalam berhadapan dengan rintangan kehidupan. Empat potensi ketauhidan yang boleh digariskan untuk membangun kecerdasan kenabian bagi memacu kehidupan manusia yang cekal dalam menghadapi ujian kehidupan (Fadilah, L., 2018, Adz-Dzakiey, 2012, Adz-Dzakiey, 2005).

Potensi Ketauhidan *Uluhiyyah*

Potensi ketauhidan *uluhiyyah* adalah kemampuan berkeyakinan kuat bahawa Allah SWT tempat bergantungnya segala makhluk. Kemampuan ini berupaya membimbing hamba yang sentiasa bermunajat kepada Allah SWT, memahami hakikat wahyu dan alam. Hasilnya dapat melahirkan kecerdasan *ruhaniyyah* (*spiritual intelligence*). Pemahaman terhadap kecerdasan ini berupaya melahirkan individu yang mengenal Allah SWT dengan perasaan cinta, merasai kehadiran dan pengawasan Allah SWT, bersifat *siddiq* (jujur), bersifat amanah, *amr al-Ma'ruf wa nahy al-Munkar*, ikhlas melaksanakan tuntutan agama, istiqamah dan teguh melaksanakan perintah Allah SWT, selalu bersyukur sama ada melalui lisan dan perbuatan di samping merasa malu dengan perbuatan dosa (Fadilah, L., 2018; Adz-Dzakiey, 2005).

Potensi Ketauhidan *Rububiyyah*

Potensi ketauhidan *rububiyyah* adalah kemampuan berkeyakinan kuat bahawa Allah SWT yang Maha Pencipta, yang Maha Memiliki, yang Maha Mendidik, yang Maha Mengatur, yang Maha Memperbaiki, yang Maha Menyembuhkan dan lain-lain. Kemampuan ini menyebabkan seorang hamba dapat merenung, bermuhasabah dan mencari hikmah di sebalik pesanan Ilahi dan melakukan kebaikan sejagat. Hasil penghayatan terhadap aspek ketauhidan tersebut dapat menghasilkan individu yang memiliki kecerdasan intelektual (*intellectual intelligence*) dengan daya pemikiran yang selari dengan hati nurani, buah pemikiran yang mudah difahami, diamalkan dan dihayati, buah fikiran yang mampu menganalisis hakikat dan hikmah daripada suatu permasalahan, kejadian dan peristiwa di samping buah fikiran yang dapat mencari solusi terhadap permasalahan, kejadian, peristiwa (Fadilah, L., 2018; Adz-Dzakiey, 2005).

Potensi Ketauhidan '*Ubudiyyah*

Potensi ketauhidan '*ubudiyyah* adalah kemampuan berkeyakinan kuat bahawa segala ibadah seperti solat, puasa, zikir, berdoa, berdakwah, berjihad dan lain-lain hanya dapat dilaksanakan dengan kekuatan, pertolongan dan keizinan Allah SWT. Maka, segala ibadah adalah daripada Allah SWT, dengan Allah SWT, bersama Allah SWT, atas keizinan Allah SWT, dalam pengetahuan Allah SWT, untuk Allah SWT dan kepada Allah SWT. Kemampuan ini melahirkan hamba yang bersifat juang yang tinggi dalam menghadapi rintangan kehidupan dan bersaing dalam meraih kejayaan. Keyakinan terhadap aspek ketauhidan ini menghasilkan individu yang memiliki kecerdasan berjuang (*adversity intelligence*) dengan sentiasa bersikap sabar melalui kekuatan jiwa dalam menghadapi cabaran hidup, bersikap optimis dan pantang menyerah dengan meyakini bahawa kesulitan pasti dapat diselesaikan dengan baik selagi adanya kebergantungan dengan Allah SWT, berjiwa besar dengan kekuatan untuk mengakui kesalahan, kekurangan dan kekhilafan diri dan semangat jihad untuk mencipta perdamaian, mewujudkan kebaikan dan keadilan serta jihad dengan pengorbanan harta, jiwa, tenaga, waktu dan sebagainya (Fadilah, L., 2018; Adz-Dzakiey, 2005).

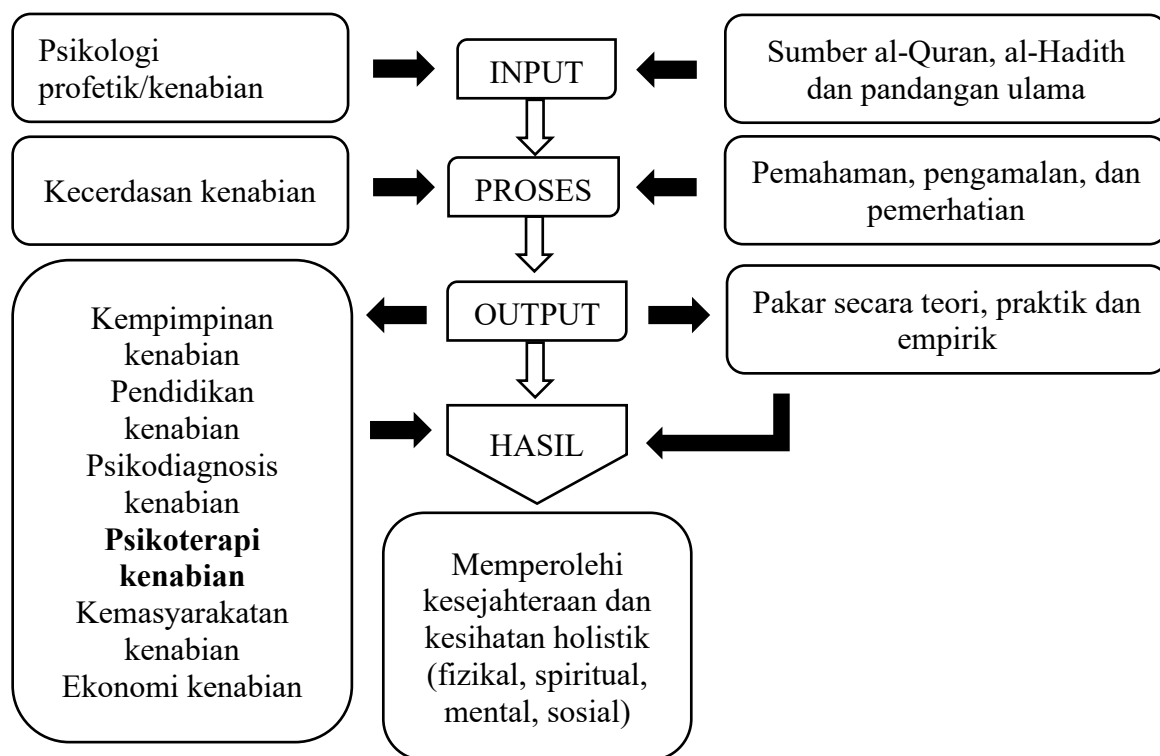
Potensi Ketauhidan *Khuluqiyyah*

Potensi ketauhidan *khuluqiyyah* adalah kemampuan berkeyakinan kuat bahawa berperilaku dengan akhlak yang mulia atau akhlak buruk hakikatnya adalah daripada keizinan Allah SWT. Kemampuan ini mewujudkan perasaan takut melakukan larangan Allah SWT dan merasai kemanisan ibadah, kesedaran untuk melakukan kebaikan sejagat, menghadirkan sikap dan perilaku mulia dan berusaha untuk mewujudkan keindahan dalam kehidupannya. Keyakinan seperti ini menghasilkan individu yang memiliki kecerdasan emosi (*emotional intelligence*) dengan sentiasa menebarkan kasih sayang sesama makhluk, bersahabat dengan orang soleh, memahami keadaan dan perasaan orang lain, menghargai dan menghormati orang lain, *muraqabah* dan *muhasabah* dengan menghitung diri, berwaspada terhadap kesalahan yang

dilakukan pada masa lampau, memperbaikinya pada masa kini dan tetap teguh di atas jalan kebenaran (Fadilah, L., 2018; Adz-Dzakiey, 2005).

Kesan daripada eksistensi kecerdasan kenabian dalam diri akan mengembangkan individu yang (1) memperoleh pemahaman keagamaan secara holistik, (2) menghidupkan semangat dalam praktis keagamaan dan keduniaan untuk diri dan orang lain, (3) membangun integriti diri (4) mempermudah interaksi spiritual dan sosial, (5) bijak dalam mencari solusi terhadap mehnah dan tribulasi kehidupan (6) Kemampuan yang kuat dalam menghadapi berbagai kesulitan hidup (Fadilah, L., 2018; Adz-Dzakiey, 2005).

Secara praktis, psikologi Nabawi melibatkan beberapa tahap iaitu bersumberkan al-Quran, hadith dan pandangan ulama dengan menjadikan profil Nabi SAW sebagai model. Diteruskan dengan proses memahami, mengamal dan memerhati sumber tersebut berasaskan kecerdasan kenabian. Perkara ini dapat melahirkan individu yang mahir secara teori, praktik mahupun empirik meliputi kepimpinan, pendidikan, kemasyarakatan, ekonomi, politik dan lain-lain ala Nabi SAW. Hasilnya, individu yang berupaya mencapai kesihatan dan kesejahteraan yang holistik dalam segenap aspek.



Rajah 1: Model Psikologi Profetik/Psikologi Nabawi

Sumber: Abidin, (2013).

Menyentuh mengenai psikoterapi Nabawi pula, Farmawati (2021) mendefinisikannya sebagai suatu teknik atau prosedur psikoterapi yang bersifat kenabian iaitu melalui pendekatan al-Quran dan al-Hadith dengan potensi penyembuhan terhadap gangguan mental, spiritual, moral dan fizikal sehingga berupaya membangunkan sumber daya dan kesejahteraan psikologi. Mansyur dan Gismin (2020) pula menjelaskan psikoterapi Nabawi ialah terapi mental Islam atau terapi agama yang nilainya diambil daripada teladan Baginda SAW yang memaknai hidup manusia dengan tujuan dan panduan. Seterusnya Kusumastuti (2019) berpandangan, psikoterapi Nabawi

adalah aplikasi teknik atau prosedur psikoterapi kenabian yang mempunyai kesan penyembuhan ke atas gangguan kejiwaan melalui bimbingan al-Quran dan al-Hadith berdasarkan dua tahap pengubatan iaitu pengubatan psikologi terhadap penyakit yang dapat diamati gejalanya dan dirasakan oleh pesakit seperti perasaan gelisah, kemurungan, kehiba-an, marah dan lain-lain, di samping pengubatan psikologi terhadap penyakit yang tidak dapat diamati gejalanya dan dirasakan pesakit tetapi memberi kesan berbahaya apabila dapat merosakkan hati seseorang seperti penyakit kebodohan, ragu-ragu dan syahwat. Kajian berkaitan psikoterapi Nabawi adalah bertujuan untuk mengajarkan manusia mengenai hakikat dirinya yang bersifat rohaniah dan tidak terpisah daripada Allah SWT, mengajarkan manusia mengenai kewujudan Allah SWT yang tidak menyerupai sesuatu pun dalam kalangan makhlukNya, mengajarkan manusia agar mencapai kesihatan yang menyeluruh merangkumi kesihatan fizikal, mental, spiritual, dan sosial, seterusnya mengajarkan manusia agar dapat mengembangkan potensi diri dengan meneladani baginda Nabi SAW. Hasilnya adalah untuk mengetahui kaedah penyucian jiwa dan pengukuhan keyakinan kepada Allah SWT, mendapatkan ilmu mengenai gejala kejiwaan yang telah diimplementasikan baginda Nabi SAW, mendapatkan keredaan dan kasih sayang Allah SWT pada setiap tingkah laku dan perbuatan, mencapai kesihatan yang holistik mencakupi kesihatan fizikal, mental, spiritual serta sosial dan dapat mengembangkan potensi manusia dengan meneladani kecerdasan baginda Nabi SAW (Siregar, 2014).

Kesimpulan

Secara keseluruhannya, konsep kecerdasan kenabian yang berakar daripada prinsip ketauhidan *uluhiyyah*, *rububiyyah*, *'ubudiyyah* dan *khuluqiyyah* merupakan asas yang kukuh dalam pendekatan psikoterapi Nabawi. Pendekatan ini berperanan sebagai intervensi psikospiritual yang bersifat menyeluruh, holistik dan transformatif dalam menangani cabaran kesihatan mental kontemporari yang semakin kompleks. Dengan menjadikan Rasulullah SAW sebagai model unggul dalam aspek rohani, intelektual, emosi dan daya juang, pendekatan ini mampu memperkasakan kesejahteraan insan secara seimbang dan bersepadu. Melalui penghayatan terhadap nilai-nilai kenabian dan penyesuaian kaedah penyembuhan berdasarkan wahyu Ilahi, pendekatan psikoterapi Nabawi menyediakan kerangka rawatan yang tidak hanya bersifat pencegahan dan pemulihan, bahkan turut mencakupi aspek pembangunan potensi diri dan pengukuhan jati diri insan. Oleh itu, pendekatan ini bukan sekadar alternatif kepada psikoterapi konvensional, bahkan merupakan satu bentuk intervensi Islamik yang mampu menyatukan dimensi jasmani, akal dan rohani secara harmonis serta memberi sumbangan signifikan terhadap pembentukan masyarakat madani yang sejahtera berteraskan nilai-nilai Rabbani.

Rujukan

- Abidin, M. Z. (2013). *Psikologi profetik dalam kaca mata filsafat ilmu: Studi pemikiran K.H. Hamdani Bakran Adz Zakiey*. IAIN Antasari Press.
- Abu Dzar et al. (2023). Pendekatan psikologi nabawi sebagai intervensi menangani depresi dalam kalangan masyarakat, *Journal of Islamic, Social, Economics and Development (JISED)*, 8(59), 372-383.
- Adz-Dzakiey, H. B. (2005). *Prophetic intelligence: Kecerdasan kenabian menumbuhkan potensi hakiki melalui pengembangan kesehatan ruhani* (Edisi ke-1). Penebit Islamika.
- Adz-Dzakiey, H. B. (2012). *Psikologi kenabian: Prophetic psychology* (Edisi ke-5). Fajar Media Press.
- Ibn al-Jawzī, A. Q. (1993). *Al-Ṭibb al-Nabawī*. Manṣhūrāt Dār Maktabah al-Ḥayāh. Al-Jawzi, I. Q. (2000). Bekal menuju ke akhirat: *zad al-ma'ad*, terj. Kathur Suhardi. (ed. ke-2). Jakarta: Pustaka Azzam.
- Al-Jayusi, A. M. (2007). Al-bina' al-naḥsiy li al-muslim fī ḍaw'i al-sunnah al-nabawīyyah wa ab'ādah al-ḥadāriyyah. In *Prosiding Mu'tamar al-Sunnah al-Nabawīyyah fī al-Dirāsāt al-Mu'āṣirah*, Universiti Yarmouk, Jordan.
- Anis 'Adilah et al. (2023). Psikospiritual nabawi dalam kitab tasawuf moden karya Buya Hamka. *International Journal of Education, Psychology and Counselling (IJEPC)*, 8(52), 452-460.
- Fadilah, L. (2018). *Konsep prophetic intelligence (kecerdasan kenabian) dalam pendidikan Islam perspektif Hamdani Bakran Adz Dzakiey* (Disertasi sarjana, Universiti Islam Negeri Raden Intan Lampung). Fakultas Tarbiyah dan Keguruan.
- Farmawati, C. (2021). Psikoterapi profetik: Tujuh sunnah harian Rasulullah SAW (Ed. Arif Wibowo). PT. Nasya Expanding Management.
- Farshoukh, M. (2019). Prophetic mental health. *Journal al-'Abqari*, 17, 75-96.
- Hawwa, S. (1999). *Tarbiyyatuna al-rūḥiyyah* (Cet. ke-6). Dār al-Salām.
- Kementerian Kesihatan Malaysia. (2025, Januari 8). *Kesihatan mental dan kesihatan fizikal*. Portal Rasmi Kementerian Kesihatan Malaysia. http://www.moh.gov.my/moh/resources/Penerbitan/Rujukan/NCD/Kesihatan20Mental/Kesihatan_Mental_Kesihatan_Fizikal.pdf
- Kusumastuti, W., Isbakhi, A. F., & Baiti, S. N. (2020). Efektivitas psikoterapi profetik terhadap kesejahteraan psikologis pada warga binaan pemaasyarakat. *Jurnal Psikologi Universitas Muhammadiyah Lampung*, 2(1), 94-111.
- Mansyur, A. Y., & Gismin, S. S. (2020). Model psikoterapi profetik anti korupsi berdasarkan kajian tafsir tematik Ali Imran (3): 161-164. Dalam A. Rusdi & Subandi (Eds.), *Psikologi Islam: Kajian teoritik dan penelitian empirik*. Asosiasi Psikologi Islam.
- Mardiyah, D. A. (2016). Terapi psikospiritual dalam kajian sufistik. *Jurnal Khazanah: Jurnal Studi Islam dan Humaniora*, 14(2), 234-244.
- Mukodi. (2022). Kecerdasan kenabian: studi pemikiran Hamdani Bakran Adz-Dzakiey. *Jurnal Penelitian Pendidikan* 1(2), 138-152.
- Rahman, M. M. A. (1998). Islam dan perubatan: Satu kajian umum mengenai ṭibb nabawi. *Jurnal Usuluddin*, 7, 185-192.
- Rajab, K. (2006a). Islam dan psikoterapi moden, *Jurnal Afkar*, 7, 133-156.
- Rajab, K. (2006b). Psikoterapi Islam dan pengaplikasiannya dalam kesihatan mental (Tesis kedoktoran, Universiti Malaya, Kuala Lumpur).
- Rothman, A. (2018). An Islamic theoretical orientation to psychotherapy. In C. Y. al-Karam (Ed.), *Islamically integrated psychotherapy: Uniting faith with professional practice*. Templeton Press.

- Samsudin, S. & Hong, K. T. C. (2016). Hubungan antara tahap kesihatan mental dan prestasi pelajar sarjana muda: satu kajian di Universiti Utara Malaysia. *Jurnal Sains Kesihatan Malaysia*, 14(1), 11-16.
- Sipon, S., & Hussin, R. (2019). *Teori kaunseling dan psikoterapi*. Penerbit USIM.
- Siregar, A. H. (2014). Psikologi kenabian dalam menghidupkan keperibadian diri. *Wahana Inovasi*, 3(2), 274-287.
- Sumari, M., Abdul Manaf, N. H., Ghazali, N. M., Ibrahim, F., Ismail, S., & Ahmad, N. A. (2014). *Teori kaunseling dan psikoterapi*. Penerbit Universiti Malaya.
- Suriani Sudi et al. (2022). Spiritual individu menurut psikospiritual nabawi untuk pemulihan golongan LGBT untuk pemulihan golongan LGBT. *Journal of Islamic Social Sciences and Humanities (Al-Abqari)*, 27, 81-94.
- USC Libraries. (2019, December 31). *Research guide*. USC Libraries. <https://libguides.usc.edu/writingguide/literaturereview>
- Wan Hilmi Wan Abdullah & Hidayah Zaki. (2020). Gejala kemurungan: kaedah rawatan melalui pengubatan *al-Tibb al-Nabawiy*. *Jurnal Islam Dan Masyarakat Kontemporari*, 21(3), 223-228.
- Wazir, R., Sudi, S., Awang, A. H., Saleh, N. M., Usman, A. H., & Rosman, S. Z. (2019). Analisis literatur sistematik terhadap keperluan modul psikospiritual nabawi bagi pencegahan dadah golongan berisiko. *Makalah dibentangkan dalam 6th International Research Management & Innovation Conference (IRMIC 2019), Kolej Universiti Islam Selangor*.
- World Health Organization. (2024, January 8). *Mental health*. https://www.who.int/features/factfiles/mental_health/en/
- Zulkipli, S. N., Suliaman, I., Abidin, M. S. Z., Anas, N. & Jamil, W. K. N. W. (2023). Psikoterapi nabawi sebagai rawatan komplementari kejiwaan dalam menangani isu kesihatan mental. *ISLAMIYYAT*, 45(1), 195-213.