KARTIKA: Jurnal Studi Keislaman, Vol. 6 No. 4 November 2026, 6439-6453
ISSN: 2810-0573 (online), https://lptnunganjuk.com/ojs/index.php/kartika

Konsep Kemudaratan dalam Hadis Lā Ḍarar wa Lā Ḍirār dan Wacana Terapi Kontemporer: Studi Interdisipliner

Muhammad Barnaba Ridho Ilahi, Sofiatus Soliha
Institut Agama Islam Wali Songo Situbondo, Indonesia
Email: muhbarnaba@gmail.com

Abstract

This study aims to analyze the phenomenon of therapy speak through the concept of harm in the hadith lā ḍarar wa lā ḍirār using an interdisciplinary approach to Ma'ānī al-Ḥadīth. It employs a qualitative library-based method by examining the hadith's wording and transmission, classical commentaries, Islamic jurisprudential literature, and contemporary scholarship on therapy speak. The findings indicate that the principle of lā ḍarar wa lā ḍirār emphasizes the importance of preventing harm in interpersonal relationships but does not automatically justify every claim to personal boundaries or the psychological labeling of others. The use of terms such as toxic and gaslighting requires consideration of relational contexts, the grounds for judgment, proportionality, and the consequences for all parties involved. The analysis also highlights the need to distinguish self-protection against harm from the use of therapeutic language to evade responsibility or discredit others. This study offers an ethical framework grounded in hadith interpretation for evaluating therapeutic language in a context-sensitive and proportionate manner while emphasizing the importance of moral responsibility in interpersonal communication.

Keywords: *Ma'ānī al-Ḥadīth, lā ḍarar wa lā ḍirār, therapy speak, harm, interpersonal communication.*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan menganalisis fenomena *therapy speak* melalui konsep kemudaratan dalam hadis *lā ḍarar wa lā ḍirār* dengan pendekatan interdisipliner *Ma'ānī al-Ḥadīth*. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif berbasis studi kepustakaan dengan menelaah redaksi dan riwayat hadis, syarah ulama, literatur fikih, serta kajian kontemporer mengenai *therapy speak*. Hasil analisis menunjukkan bahwa prinsip *lā ḍarar wa lā ḍirār* menekankan pentingnya pencegahan kemudaratan dalam hubungan interpersonal, tetapi tidak dapat dijadikan pembenaran otomatis atas setiap klaim batas personal (*boundaries*) atau pelabelan psikologis terhadap orang lain. Penggunaan istilah seperti *toxic* dan *gaslighting* perlu mempertimbangkan konteks relasi, dasar penilaian, proporsionalitas tindakan, dan konsekuensinya bagi pihak-pihak yang terlibat. Analisis ini juga menunjukkan bahwa perlindungan diri dari kemudaratan perlu dibedakan dari penggunaan bahasa terapeutik untuk menghindari tanggung jawab atau mendiskreditkan pihak lain. Kajian ini menawarkan kerangka etis berbasis pemahaman hadis untuk mengevaluasi penggunaan bahasa terapeutik secara kontekstual dan proporsional, sekaligus menegaskan pentingnya tanggung jawab moral dalam komunikasi interpersonal.

Kata Kunci: *Ma'ānī al-Ḥadīth*, *lā ḍarar wa lā ḍirār*, *therapy speak*, kemudaratan; komunikasi interpersonal.

Copyright: © 2026. The Author(s).
KARTIKA: Jurnal Studi Keislaman is licensed under a Creative Commons Attribution- NonCommercial 4.0 International License

A. Pendahuluan

Perkembangan penggunaan istilah psikologi dalam komunikasi sehari-hari memunculkan fenomena *therapy speak*, yaitu penggunaan bahasa psikoterapi secara dangkal atau tidak tepat di luar konteks profesional. Istilah seperti *toxic*, *boundaries*, dan *gaslighting* dapat membantu seseorang menjelaskan pengalaman emosional, tetapi juga berpotensi menjadi alat pelabelan dan pembenaran tindakan. Isern Mas dan Almagro menjelaskan bahwa fenomena ini menimbulkan persoalan epistemik dan etis, termasuk pengaburan makna istilah psikologis dan penghindaran tanggung jawab.[1] Dalam studi hadis, pendekatan psikologi juga dapat memperkaya pemahaman terhadap hadis dengan mempertimbangkan kondisi manusia.[2] Kedua kajian tersebut membuka ruang dialog antara kritik terhadap penggunaan bahasa terapeutik dan pemahaman hadis secara interdisipliner.

Persoalan utama *therapy speak* bukan terletak pada penggunaan istilah psikologi itu sendiri, melainkan pada ketepatan makna dan konteks penggunaannya. Bahasa terapeutik dapat mendukung perlindungan diri, tetapi juga dapat menyederhanakan konflik apabila digunakan untuk menetapkan kesalahan pihak lain tanpa pertimbangan yang memadai. Isern Mas dan Almagro menguraikan risiko tersebut melalui kritik terhadap penggunaan bahasa psikoterapi sebagai otoritas untuk membenarkan penilaian normatif.[3] Sementara itu, kajian *Ma'ānī al-Ḥadīth* menekankan pentingnya menelaah makna hadis dengan memperhatikan sumber dan konteks penjelasannya. Dengan demikian, fenomena ini membutuhkan kerangka yang dapat mempertimbangkan makna, konteks, dan tanggung jawab dalam menilai tindakan interpersonal.

Salah satu landasan yang relevan untuk mengkaji persoalan tersebut ialah hadis *lā ḍarar wa lā ḍirār*, yang menjadi dasar penting pembahasan kemudaratan dalam tradisi Islam.[4] Riwayat hadis ini dapat ditelusuri dalam Sunan Ibn Mājah, sedangkan pengembangan prinsip kemudaratan dapat ditemukan dalam literatur kaidah fikih. Anjeli, Anita, dan Sari mengkaji penerapan kaidah tersebut dalam persoalan uang kuliah tunggal, sementara Idris dan Anita membahas penerapannya dalam konteks kedokteran modern.[5] Kedua penelitian itu

[1] Carme Isern-Mas and Manuel Almagro, "Unmasking Therapy-Speak," *Theoretical Medicine and Bioethics* 46, no. 6 (December 2025): 465–89

[2] Andi Darussalam Tajang, "Pendekatan Psikologi Dalam Studi Hadis (Sebuah Pengantar)," *Jurnal Ushuluddin: Media Dialog Pemikiran Islam* 22, no. 1 (August 2020).

[3] Radhie Munadi, "Berjabat Tangan dalam Perspektif Hadis (Suatu Kajian Maanil Hadis)," *Jurnal Ushuluddin: Media Dialog Pemikiran Islam* 23, no. 2 (August 2021).

[4] "Sunan Ibn Majah 2340 - The Chapters on Rulings - كتاب الأحكام - Sunnah.Com - Sayings and Teachings of Prophet Muhammad (صلى الله عليه و سلم)," accessed October 23, 2026, https://sunnah.com/ibnmajah:2340.

[5] Devia Anjeli, Kurnaemi Anita, and Hijrayanti Sari, "Penerapan Uang Kuliah Tunggal (UKT) Perspektif Kaidah Fikih Lā Ḍarar Wa Lā Ḍirār : Determination of Single Tuition Fee from Lā Ḍarar Wa Lā Ḍirar Perspective.," *AL-QIBLAH: Jurnal Studi Islam Dan Bahasa Arab* 3, no. 4 (July 2024): 760–8, ; Muhammad Nirwan Idris and Kurnaemi Anita, "Analisis Implementasi Kaidah Fikih Lā Ḍarar Wa Lā Ḍirār Dalam Kedokteran Modern Pada Kasus Tindakan Operasi: Analysis of the Implementation of the Fiqh of Lā Ḍarar Wa Lā Ḍirār in

menunjukkan bahwa prinsip kemudaratan digunakan untuk menilai persoalan kontemporer. Namun, penerapannya pada penggunaan bahasa psikologis dalam komunikasi interpersonal masih memerlukan analisis tersendiri.

Penerapan prinsip kemudaratan perlu membedakan ketidaknyamanan, konflik, dan tindakan yang benar-benar menimbulkan kerugian. Penetapan batas personal dapat menjadi bentuk perlindungan diri, tetapi tidak otomatis membenarkan setiap penilaian atau tindakan terhadap orang lain. Penelitian Anjeli dan rekan-rekannya serta Idris dan Anita memperlihatkan penerapan kaidah kemudaratan dalam konteks yang berbeda, sedangkan Isern-Mas dan Almagro menyoroti risiko etis penggunaan bahasa terapeutik.[6] Dialog ketiga kajian ini membantu merumuskan persoalan penelitian: bagaimana menilai klaim kemudaratan tanpa mengabaikan konteks, proporsionalitas, dan tanggung jawab interpersonal.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan *Ma'ānī al-Ḥadīth* untuk menelaah hadis *lā ḍarar wa lā ḍirār* melalui redaksi riwayat, penjelasan ulama, dan pengembangan konsep kemudaratan dalam literatur fikih. Pendekatan ini tidak menjadikan hadis sekadar slogan untuk membenarkan penilaian psikologis, tetapi menempatkannya dalam tradisi interpretasi yang relevan. Kajian *Ma'ānī al-Ḥadīth* dan pendekatan psikologi dalam studi hadis memberikan landasan untuk mempertemukan pemahaman normatif hadis dengan kritik kontemporer terhadap penggunaan bahasa terapeutik.[7] Melalui dialog tersebut, penelitian ini berupaya mengembangkan pembacaan hadis yang peka terhadap persoalan komunikasi interpersonal.

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif berbasis studi kepustakaan dengan sumber primer berupa riwayat hadis dan penjelasan ulama, serta sumber sekunder berupa artikel akademik tentang *therapy speak*, kaidah kemudaratan, dan metodologi studi hadis. Analisis dilakukan melalui pembacaan tekstual dan kontekstual, penelaahan konsep kemudaratan, serta analisis konseptual-komparatif. Berdasarkan metode tersebut, penelitian ini menjawab dua pertanyaan: pertama, bagaimana konsep kemudaratan dalam hadis *lā ḍarar wa lā ḍirār* dipahami melalui pendekatan *Ma'ānī al-Ḥadīth*; kedua, bagaimana konsep tersebut dapat digunakan untuk mengkritisi penggunaan *therapy speak* ketika bahasa terapeutik dipakai untuk

Modern Medical in Case of Surgical Action," *NUKHBATUL 'ULUM: Jurnal Bidang Kajian Islam* 6, no. 1 (June 2020): 50–76,

[6] Anjeli, Anita, and Sari, "Penerapan Uang Kuliah Tunggal (UKT) Perspektif Kaidah Fikih Lā Ḍarar Wa Lā Ḍirār"; Tajang, "Pendekatan Psikologi Dalam Studi Hadis (Sebuah Pengantar)"; Isern-Mas and Almagro, "Unmasking Therapy-Speak."

[7] Tajang, "Pendekatan Psikologi Dalam Studi Hadis (Sebuah Pengantar)."

melabeli orang lain atau mengaburkan tanggung jawab.[8] Rumusan ini mengembangkan dialog interdisipliner tanpa menganggap bahwa seluruh penggunaan bahasa terapeutik bersifat keliru.

C. Hasil dan Pembahasan

1. Landasan Hadis *Lā Ḍarar wa Lā Ḍirār* dan Pemaknaan Kemudaratan

Hadis *lā ḍarar wa lā ḍirār* merupakan salah satu landasan normatif penting dalam pembentukan prinsip pencegahan dan penghilangan kemudaratan dalam hukum Islam. Redaksi hadis ini memuat dua unsur yang saling berkaitan, yakni larangan menimbulkan kemudaratan dan larangan membalas kemudaratan dengan tindakan yang merugikan. Hadis tersebut diriwayatkan antara lain dalam Sunan Ibn Mājah dan Sunan Abī Dāwūd.[9] Dalam perkembangan fikih, kandungan hadis ini kemudian menjadi dasar bagi kaidah *al-ḍarar yuzāl* (kemudaratan harus dihilangkan).[10] Luqman Zakariyah membahas kaidah tersebut sebagai bagian dari prinsip penghilangan kemudaratan dalam hukum Islam, sedangkan Sukrija Ramic menguraikan sejumlah kaidah turunan yang digunakan untuk menentukan cara menangani kerugian.[11] Dengan demikian, hadis ini memiliki kedudukan penting bukan hanya sebagai larangan etis, melainkan juga sebagai landasan penalaran hukum.

Secara konseptual, kemudaratan tidak dapat dipahami hanya sebagai kerugian material atau cedera fisik. Dalam penerapan kaidah fikih, penilaian terhadap kemudaratan berkaitan dengan keadaan yang dihadapi, pihak-pihak yang terdampak, dan akibat yang mungkin timbul dari suatu tindakan. Kajian Akel I. Kahera dan Omar Benmira tentang penerapan prinsip *lā ḍarar wa lā ḍirār* dalam praktik hukum masyarakat Maghrib menunjukkan bahwa prinsip tersebut digunakan oleh para ahli hukum untuk mempertimbangkan konflik yang tidak seluruhnya dijelaskan secara terperinci oleh teks.[12] Sementara itu, penelitian Samirah al-Farisi, Nurullah Kurt, dan Mohd Bakhit Hj Ali memperlihatkan bagaimana kaidah utama ini dikembangkan menjadi prinsip-prinsip

[8] Isern-Mas and Almagro, "Unmasking Therapy-Speak"; Munadi, "Berjabat Tangan dalam Perspektif Hadis (Suatu Kajian Maanil Hadis)"; Idris and Anita, "Analisis Implementasi Kaidah Fikih Lā Ḍarar Wa Lā Ḍirār Dalam Kedokteran Modern Pada Kasus Tindakan Operasi."

[9] "Sunan Ibn Majah 2340 - The Chapters on Rulings - كتاب الأحكام - Sunnah.Com - Sayings and Teachings of Prophet Muhammad (صلى الله عليه و سلم)."

[10] "6 Legal Maxim Regarding Elimination of Harm: 'No Injury/Harm Shall Be Inflicted or Reciprocated' (Lā Ḍarar Wa-Lā Ḍirār) in: Legal Maxims in Islamic Criminal Law: Theory and Applications," accessed October 23, 2026, https://brill.com/display/book/9789004304871/B9789004304871_007.xml.

[11] Šukrija Ramić, "The Second General Sharia – Legal Principle: There Is No Inflicting of Harm or Repaying One by Inflicting Harm (Lā Darere ve Lā Dirār)," *Zbornik Radova Islamskog Pedagoškog Fakulteta Univerziteta u Zenici* 2, no. 1 (December 2003): 81–99, https://doi.org/10.51728/issn.2637-1480.2004.81.

[12] "(PDF) Damages in Islamic Law: Maghribī Muftīs and the Built Environment (9th-15th Centuries C.E.)," accessed October 23, 2026, https://www.researchgate.net/publication/233684014_Damages_in_Islamic_Law_Maghribi_Muftis_and_the_Built_Environment_9th-15th_Centuries_CE.

turunan untuk menangani persoalan medis.[13] Kedua kajian tersebut memperlihatkan bahwa penilaian kemudaratan membutuhkan pertimbangan kontekstual, bukan sekadar penggunaan label bahwa suatu tindakan merugikan.

Dua unsur dalam redaksi hadis tersebut juga perlu dibaca secara cermat. Larangan menimbulkan kemudaratan menekankan bahwa seseorang tidak boleh melakukan tindakan yang merugikan pihak lain, sedangkan larangan membalas kemudaratan mengingatkan bahwa kerugian yang dialami tidak dengan sendirinya membenarkan tindakan balasan yang sama-sama merugikan. Ramic menjelaskan prinsip turunan bahwa kemudaratan tidak boleh dihilangkan dengan kemudaratan yang setara, serta bahwa kemudaratan yang lebih besar dapat dihindari melalui pilihan yang lebih ringan.[14] Prinsip ini menunjukkan bahwa upaya melindungi diri atau menyelesaikan konflik tetap memerlukan pertimbangan terhadap cara yang ditempuh dan konsekuensinya. Namun, penjelasan ini tidak berarti bahwa seseorang wajib bertahan dalam situasi yang membahayakan dirinya; yang dinilai adalah bagaimana tindakan perlindungan dan penyelesaian masalah dilakukan tanpa mengabaikan batas-batas etis dan hukum yang relevan.

Dalam pendekatan *Ma'ānī al-Ḥadīth*, pemaknaan hadis tidak cukup berhenti pada penerjemahan redaksi, tetapi perlu menghubungkan teks dengan penjelasan ulama dan persoalan yang hendak dianalisis. Dalam penelitian ini, pembacaan tersebut digunakan untuk membedakan prinsip normatif hadis dari penerapannya pada situasi tertentu. Kajian Kahera dan Benmira memperlihatkan bahwa penerapan prinsip kemudaratan dalam tradisi hukum memerlukan penalaran terhadap keadaan konkret, sedangkan Zakariyah menunjukkan bahwa prinsip tersebut mempunyai tempat tersendiri dalam konstruksi kaidah hukum Islam.[15] Oleh karena itu, penerapan hadis pada fenomena komunikasi kontemporer harus dilakukan sebagai proses analisis, bukan dengan langsung menyamakan setiap ketidaknyamanan emosional dengan kemudaratan yang telah terbukti. Pembedaan ini menjadi landasan untuk mengkaji penggunaan *therapy speak* pada subbagian berikutnya.

2. Konstruksi Konsep Kemudaratan dalam Tradisi Fikih

Dalam tradisi fikih, prinsip kemudaratan dikembangkan melalui kaidah *al-ḍarar yuzāl*, yang berarti kemudaratan harus dihilangkan. Kaidah ini memberikan dasar bagi

[13] Samirah al-farisi, Nurullah Kurt, and Mohd Ali, " القواعد المندرجة تحت قاعدة 'لا ضرر ولا ضرار' وتطبيقاتها في المسائل الطبية The Sub-Principles Derived from the Legal Maxim 'No Harm and No Harassment' and Their Applications in Medical Issues," *Al-Basirah Journal* 9 (June 2020): 67–80.

[14] Ramić, "The Second General Sharia – Legal Principle."

[15] "6 Legal Maxim Regarding Elimination of Harm: 'No Injury/Harm Shall Be Inflicted or Reciprocated' (Lā Ḍarar Wa-Lā Ḍirār) in: Legal Maxims in Islamic Criminal Law: Theory and Applications."

penilaian terhadap tindakan yang menimbulkan kerugian sekaligus membantu menentukan langkah yang patut ditempuh untuk mencegah atau mengurangi akibat buruknya. Akan tetapi, penghilangan kemudaratan bukan berarti setiap tindakan yang dianggap merugikan harus dihadapi dengan tindakan balasan atau dihilangkan tanpa mempertimbangkan akibat lain. Furi Handayani, dalam kajiannya tentang kaidah *raf' al-ḥaraj* dan *daf' al-ḍarar*, menunjukkan pentingnya memahami kedua prinsip tersebut dalam hubungan dengan pertimbangan hukum dan kemaslahatan.[16] Dengan demikian, kaidah kemudaratan menuntut penilaian yang mempertimbangkan keadaan konkret, bukan sekadar pernyataan subjektif bahwa suatu tindakan menimbulkan ketidaknyamanan.

Salah satu persoalan penting dalam penerapan kaidah kemudaratan adalah adanya kemungkinan konflik antara dua kepentingan yang sama-sama perlu diperhatikan. Tindakan untuk mengurangi satu bentuk kerugian dapat menimbulkan kerugian lain apabila dilakukan tanpa mempertimbangkan proporsionalitas. Karena itu, penilaian hukum memerlukan pertimbangan mengenai tingkat kerugian, pihak yang menanggung akibatnya, dan pilihan tindakan yang tersedia. Kajian Abolfazl Alishahi Ghalehjughi dan rekan-rekannya mengenai penyeimbangan dua hak dalam fikih Imamiyah memperlihatkan bahwa prinsip *lā ḍarar wa lā ḍirār* berkaitan dengan persoalan bagaimana hak-hak yang berhadapan dapat dipertimbangkan secara bersamaan.[17] Perspektif ini penting karena konflik interpersonal tidak selalu dapat diselesaikan dengan menempatkan satu pihak sebagai sumber masalah dan pihak lain sebagai pihak yang sepenuhnya benar.

Prinsip tersebut juga membantu membedakan tindakan perlindungan diri dari tindakan yang sekadar memindahkan beban kerugian kepada orang lain. Seseorang dapat memiliki alasan yang sah untuk menjauh dari hubungan yang membahayakan atau menetapkan batas dalam interaksi sosial. Namun, klaim perlindungan diri perlu dibedakan dari penggunaan label psikologis untuk merendahkan, membungkam, atau menghindari tanggung jawab terhadap tindakan sendiri. Abdulkarim Alahmed dan Jibo Salisu Muhammad, dalam pembahasan mengenai penerapan prinsip *lā ḍarar wa lā ḍirār* pada ranah pendidikan dan sosial, menekankan relevansi prinsip tersebut bagi pencegahan berbagai bentuk kemudaratan, termasuk yang berdampak psikologis dan

[16] Furi Handayani, "The Maxims of Raf'u Al-Haraj and Daf'u Al-Darar: Comparing Islamic and Western Legal Principles," *Syiar Hukum : Jurnal Ilmu Hukum* 24, no. 1 (June 2026): 49–64.

[17] ابوالفضل علیشاهی قلعه‌جوقی et al., "آموزه‌های فقه مدنی 16 و کاربردهای آن در فقه امامیه," مبانی حجیتی «جمع بین حقین», no. 30 (December 2024): 183–204, https://doi.org/10.30513/cjd.2023.4805.1810.

sosial.[18] Meskipun konteks kajian mereka tidak secara khusus membahas *therapy speak*, gagasan bahwa kemudaratan perlu dicegah dalam relasi sosial memberikan landasan untuk mengembangkan analisis pada komunikasi interpersonal.

3. Wacana *Therapy speak* dalam Komunikasi Kontemporer

Fenomena *therapy speak* memperlihatkan bagaimana istilah yang berkembang dalam psikoterapi memasuki komunikasi sehari-hari dan memperoleh fungsi baru di luar lingkungan klinis. Istilah seperti *toxic, gaslighting*, trauma, dan *boundaries* digunakan untuk menggambarkan pengalaman emosional, menafsirkan perilaku orang lain, serta menetapkan batas dalam hubungan interpersonal. Perluasan penggunaan ini tidak selalu bermasalah karena bahasa psikologis dapat membantu individu mengenali pengalaman dan mengomunikasikan kebutuhan emosionalnya. Namun, persoalan muncul ketika istilah tersebut digunakan tanpa memperhatikan makna konseptualnya atau ketika penilaian subjektif disampaikan seolah-olah merupakan kesimpulan psikologis yang pasti. Jessica S. Robles menunjukkan bahwa percakapan tentang kesehatan mental di media sosial turut membentuk pemahaman bersama mengenai makna, identitas, dan otoritas dalam wacana kesehatan mental.[19] Dengan demikian, *therapy speak* perlu dipahami sebagai praktik komunikasi yang maknanya dibentuk melalui interaksi sosial, bukan semata-mata sebagai pilihan kosakata individual.

Media sosial menjadi ruang penting bagi penyebaran bahasa kesehatan mental karena memungkinkan pengalaman personal, informasi profesional, dan penilaian publik beredar dalam satu lingkungan komunikasi. Penelitian Alina Pavlova dan Pauwke Berkers terhadap diskursus kesehatan mental di Twitter menunjukkan bahwa percakapan digital dapat membuka ruang solidaritas dan memperluas keragaman pembicaraan mengenai kesehatan mental. Pada saat yang sama, diskursus tersebut juga dapat memunculkan stigma dan membentuk hierarki mengenai topik atau pengalaman yang dianggap layak memperoleh perhatian. Simon Lindgren dan Anna Johansson, melalui analisis terhadap 600 unggahan Instagram bertema kesehatan mental, menemukan bahwa praktik komunikasi di platform tersebut cenderung mengutamakan narasi pemulihan individual dan tanggung jawab pribadi, meskipun terdapat pula bentuk komunikasi yang menegosiasikan atau menentang kecenderungan tersebut.[20] Temuan-temuan ini

[18] Ahmed Abdulhakim Abdulkarim Alahmed and Salihu Musa Jibo, "قاعدة لا ضرر ولا ضرار وتطبيقاتها التربوية والاجتماعية: The Principle of 'No Harm and No Reciprocating Harm' and Its Educational and Social Applications," *Al-Hikmah: International Journal Of Islamic Studies And Human Sciences* 8, no. 3 (August 2025): 414–35.

[19] Jessica S. Robles, "The Social Construction of Mental Health Facts in Social Media Language," *Social Media + Society* 11, no. 2 (April 2025): 20563051251348122, https://doi.org/10.1177/20563051251348122.

[20] Alina Pavlova and Pauwke Berkers, "Mental Health Discourse and Social Media: Which Mechanisms of Cultural Power Drive Discourse on Twitter," *Social Science & Medicine* 263 (October 2020): 113250.

menunjukkan bahwa bahasa terapeutik dalam ruang digital tidak terlepas dari budaya platform dan norma sosial yang memengaruhi cara pengalaman emosional dipahami.

Salah satu persoalan yang perlu diperhatikan ialah penerapan istilah terapeutik tanpa pemahaman yang memadai mengenai konteks asalnya. Emma L. Jaya dan rekan-rekannya meneliti pandangan pengguna media sosial terhadap terapis yang berperan sebagai influencer kesehatan mental.[21] Penelitian tersebut mengidentifikasi manfaat berupa akses informasi yang mudah dan dukungan emosional, sekaligus kekhawatiran mengenai kredibilitas konten, salah tafsir, penerapan informasi yang tidak tepat, dan ketiadaan hubungan terapeutik yang bersifat personal. Temuan ini tidak membuktikan bahwa pengguna media sosial secara umum menyalahgunakan istilah psikologi, tetapi menunjukkan bahwa informasi kesehatan mental yang dilepaskan dari konteks individual dapat dipahami dan diterapkan secara berbeda dari maksud awalnya. Dalam konteks *therapy speak*, persoalan ini relevan ketika istilah psikologis digunakan untuk menafsirkan perilaku orang lain tanpa pengetahuan yang cukup mengenai situasi, pengalaman, dan hubungan yang sedang berlangsung.

Berdasarkan kajian tersebut, *therapy speak* dapat dianalisis melalui tiga persoalan komunikasi yang saling berkaitan. Pertama, persoalan semantik, yakni kemungkinan pergeseran makna istilah psikologis ketika digunakan secara populer. Kedua, persoalan epistemik, yakni klaim pengetahuan tentang kondisi atau motif orang lain yang belum tentu didukung oleh dasar yang memadai. Ketiga, persoalan etis, yakni dampak penggunaan istilah tersebut terhadap pihak yang diberi label dan terhadap tanggung jawab para pihak dalam suatu konflik. Ketiga persoalan ini merupakan kerangka analitis yang disusun dalam penelitian ini berdasarkan dialog dengan literatur tentang diskursus kesehatan mental dan komunikasi digital: ketiganya bukan klasifikasi baku yang diklaim berasal dari satu penelitian terdahulu.[22] Kerangka ini memungkinkan analisis yang lebih seimbang: penggunaan istilah terapeutik dapat membantu mengartikulasikan pengalaman yang nyata, tetapi juga dapat menyederhanakan konflik apabila diperlakukan sebagai vonis terhadap orang lain.

Berdasarkan uraian tersebut, konsep kemudaratan dalam tradisi fikih dapat digunakan sebagai kerangka evaluatif, bukan sebagai alat untuk mengesahkan semua klaim kerugian secara otomatis. Penggunaan kerangka ini dalam kajian *therapy speak* memerlukan pembedaan antara pengalaman subjektif seseorang, tindakan yang secara

[21] "Full Article: 'It Feels like Free Help and Advice at My Fingertips': Social Media Users' Perspectives on Therapists as Mental Health Influencers – a Thematic Analysis of Open-Ended Questionnaire Responses," accessed October 23, 2026, https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/03069885.2025.2544203.

[22] Robles, "The Social Construction of Mental Health Facts in Social Media Language."

argumentatif dapat dinilai merugikan, dan respons yang dipilih untuk menghadapinya.[23] Pembedaan ini tidak dimaksudkan untuk meremehkan pengalaman emosional atau menolak hak seseorang untuk menetapkan batas personal. Sebaliknya, pembedaan tersebut memungkinkan analisis yang lebih seimbang: perlindungan terhadap diri sendiri tetap penting, tetapi cara menyampaikan dan menjalankannya juga perlu dipertimbangkan dari segi akibat, proporsionalitas, serta tanggung jawab terhadap pihak lain.[24] Kerangka inilah yang akan digunakan untuk menelaah fenomena *therapy speak* pada subbagian berikutnya.

4. Dialog Interdisipliner: Menilai Klaim Kemudaratan dalam *Therapy speak*

Dialog antara kajian *ma'ānī al-ḥadīth* dan wacana *therapy speak* perlu dimulai dengan membedakan pengalaman seseorang dari penilaian yang dilekatkan pada pengalaman tersebut.[25] Dalam komunikasi sehari-hari, seseorang dapat menggunakan istilah psikologis untuk menjelaskan rasa tidak nyaman, pengalaman konflik, atau relasi yang dianggap merugikan.[26] Penggunaan istilah tersebut tidak dengan sendirinya membuktikan adanya kemudaratan, tetapi juga tidak dapat langsung dianggap sebagai bentuk manipulasi. Penilaian memerlukan perhatian terhadap konteks, pola perilaku, dampak yang dialami, serta hubungan antara pihak-pihak yang terlibat. Dengan demikian, perspektif hadis tidak diarahkan untuk menghakimi bahasa psikologis sebagai sesuatu yang negatif, melainkan untuk menelaah apakah klaim kemudaratan memiliki dasar yang memadai dan bagaimana klaim itu digunakan dalam relasi sosial.

Perspektif interdisipliner juga perlu memperhitungkan kemungkinan terjadinya ketidakadilan epistemik, yakni keadaan ketika pengalaman seseorang tidak dipercaya, diremehkan, atau tidak memperoleh ruang untuk dijelaskan dengan bahasanya sendiri. Ross G. White dan koleganya menunjukkan bahwa komunikasi mengenai kesejahteraan dan penderitaan psikologis melibatkan perbedaan cara memahami pengalaman, sumber otoritas, serta bahasa yang digunakan untuk mengungkapkannya. Perbedaan tersebut dapat menimbulkan ketidakadilan apabila satu cara memahami pengalaman dianggap sah secara mutlak, sementara cara lain ditolak tanpa pemeriksaan yang memadai.[27] Dalam konteks *therapy speak*, temuan ini memberikan dua peringatan sekaligus: istilah psikologis tidak seharusnya digunakan untuk membungkam pihak lain, tetapi bahasa

[23] Handayani, "The Maxims of Raf'u Al-Haraj and Daf'u Al-Darar."

[24] "6 Legal Maxim Regarding Elimination of Harm: 'No Injury/Harm Shall Be Inflicted or Reciprocated' (Lā Ḍarar Wa-Lā Ḍirār) in: Legal Maxims in Islamic Criminal Law: Theory and Applications."

[25] "Sunan Ibn Majah 2340 - The Chapters on Rulings - كتاب الأحكام - Sunnah.Com - Sayings and Teachings of Prophet Muhammad (صلى الله عليه و سلم)."

[26] "Communication about Distress and Well-Being: Epistemic and Ethical Considerations.

[27] Ross G. White et al., "Communication about Distress and Well-Being: Epistemic and Ethical Considerations," *Transcultural Psychiatry* 59, no. 4 (August 2022): 413–24.

psikologis seseorang juga tidak semestinya diremehkan hanya karena pihak lain menganggapnya berlebihan.

Di sisi lain, penggunaan istilah psikologis dapat menjadi problematis apabila label digunakan sebagai pengganti penjelasan mengenai perilaku konkret. Misalnya, menyebut seseorang *toxic*, manipulatif, atau melanggar batas pribadi belum cukup untuk menerangkan bentuk tindakan, situasi yang melatarinya, dan akibat yang ditimbulkan. Label tersebut mungkin membantu seseorang mengenali pengalaman yang merugikan, tetapi dapat pula menutup ruang klarifikasi ketika dipakai sebagai putusan final terhadap karakter orang lain. Anna Drożdżowicz dan J. P. Grodniewicz, dalam kajian mereka mengenai ketidakadilan epistemik dalam psikoterapi, membahas bagaimana relasi yang melibatkan perbedaan otoritas pengetahuan dapat memengaruhi kemampuan seseorang memahami dan menjelaskan dirinya sendiri.[28] Secara analitis, persoalan ini relevan bagi *therapy speak*: bahasa yang dimaksudkan untuk membangun kesadaran diri dapat kehilangan fungsi reflektifnya ketika dipakai untuk menetapkan identitas pihak lain secara sepihak.

Berdasarkan dialog tersebut, artikel ini mengusulkan tiga pertanyaan analitis untuk menilai klaim kemudaratan dalam *therapy speak*. Pertama, apakah kemudaratan yang diklaim dapat dijelaskan melalui tindakan, konteks, dan dampak yang relevan, bukan semata-mata melalui ketidaknyamanan sesaat?[29] Kedua, apakah respons terhadap kemudaratan itu proporsional, sehingga upaya melindungi diri tidak otomatis berubah menjadi pembenaran untuk merugikan atau mempermalukan pihak lain? Ketiga, apakah komunikasi yang digunakan tetap membuka ruang klarifikasi dan tanggung jawab timbal balik, tanpa meniadakan hak seseorang untuk menetapkan batas terhadap perilaku yang benar-benar merugikan?[30] Ketiga pertanyaan ini merupakan kerangka analitis yang disintesis dalam penelitian ini melalui dialog antara prinsip *Lā Ḍarar wa Lā Ḍirār* dan literatur tentang komunikasi serta keadilan epistemik: kerangka tersebut bukan klasifikasi baku yang dikutip dari satu sumber tertentu.

5. Reinterpretasi Hadis *Lā Ḍarar wa Lā Ḍirār* terhadap Praktik *Therapy speak*

Penerapan prinsip *Lā Ḍarar wa Lā Ḍirār* terhadap wacana *therapy speak* memerlukan pembacaan yang mempertimbangkan hubungan antara tindakan, dampak, dan tanggung jawab. Dalam tradisi hukum Islam, kaidah ini menjadi landasan untuk

[28] "Full Article: Epistemic Injustice and Psychotherapy," accessed October 23, 2026, https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/09515089.2025.2519320.

[29] Roisin Mooney et al., "Using Participatory Action Research Methods to Address Epistemic Injustice within Mental Health Research and the Mental Health System," *Frontiers in Public Health* 11 (March 2023).

[30] "Full Article: Epistemic Injustice in Psychiatric Research and Practice," accessed October 23, 2026, https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/09515089.2022.2156333.

mencegah dan menghilangkan kemudaratan, sekaligus menolak tindakan membalas kerugian dengan menimbulkan kerugian lain. Luqman Zakariyah menjelaskan kedudukan kaidah tersebut dalam pembahasan kaidah hukum Islam dan penerapannya.[31] Sementara itu, Akel I. Kahera dan Omar Benmira menunjukkan bahwa prinsip *Lā Ḍarar wa Lā Ḍirār* digunakan oleh para ahli hukum Mālikī untuk mempertimbangkan persoalan kerugian dalam konflik domestik dan lingkungan sosial.[32] Berdasarkan landasan tersebut, artikel ini menggunakan kaidah hadis sebagai orientasi normatif untuk mengevaluasi penggunaan bahasa psikologis dalam relasi interpersonal, bukan sebagai instrumen untuk menetapkan diagnosis atau menentukan kesalahan psikologis seseorang.

Pertama, prinsip tersebut dapat diterapkan untuk menilai penggunaan label psikologis sebagai pengganti penjelasan atas tindakan konkret. Sebutan seperti *toxic*, *narcissistic*, atau gaslighting dapat membantu seseorang mengartikulasikan pengalaman relasional yang dianggap merugikan. Namun, istilah tersebut menjadi problematis apabila dipakai sebagai kesimpulan final tanpa penjelasan mengenai perilaku, konteks, dan dampaknya. Carme Isern-Mas dan Manuel Almagro mengidentifikasi risiko penggunaan *therapy speak* secara tidak tepat, termasuk pengaburan makna istilah psikoterapi, patologisasi perilaku, pendiskreditan pihak lain, dan penghindaran tanggung jawab.[33] Temuan ini memperlihatkan bahwa istilah psikologis tidak selalu digunakan semata-mata untuk menjelaskan pengalaman; dalam keadaan tertentu, istilah tersebut dapat berfungsi sebagai alat untuk mengarahkan penilaian terhadap orang lain. Dalam kerangka *Lā Ḍarar wa Lā Ḍirār*,[34] penggunaan label karenanya perlu dinilai berdasarkan ketepatan makna, konteks pemakaian, serta kemungkinan dampaknya terhadap pihak yang diberi label.

Kedua, prinsip tersebut dapat digunakan untuk membedakan batas pribadi (personal boundaries) dari upaya mengendalikan orang lain. Batas pribadi dapat menjadi sarana untuk melindungi diri dari perilaku yang merugikan. Akan tetapi, istilah boundaries juga dapat digunakan secara tidak tepat apabila preferensi pribadi dinyatakan sebagai kewajiban mutlak yang harus dipenuhi orang lain. Isern-Mas dan Almagro membahas bagaimana bahasa psikoterapi, termasuk istilah batas pribadi, dapat mengalami pergeseran makna ketika dipindahkan dari konteks profesional ke komunikasi sehari-hari dan bahkan digunakan untuk membenarkan tuntutan tertentu.[35] Berdasarkan temuan

[31] "6 Legal Maxim Regarding Elimination of Harm: 'No Injury/Harm Shall Be Inflicted or Reciprocated' (Lā Ḍarar Wa-Lā Ḍirār) in: Legal Maxims in Islamic Criminal Law: Theory and Applications."

[32] et al., "مبانی حجیتی «جمع بین حقین» و کاربردهای آن در فقه امامیه" علیشاهی قلعه‌جوقی.

[33] Isern-Mas and Almagro, "Unmasking Therapy-Speak."

[34] "Sunan Ibn Majah 2340 - The Chapters on Rulings - كتاب الأحكام - Sunnah.Com - Sayings and Teachings of Prophet Muhammad (صلى الله عليه و سلم)."

[35] Isern-Mas and Almagro, "Unmasking Therapy-Speak."

tersebut, artikel ini membedakan batas pribadi sebagai penjelasan mengenai tindakan yang akan diambil seseorang untuk menjaga dirinya dari tuntutan yang berupaya mengendalikan pihak lain. Pembedaan ini merupakan hasil analisis konseptual penelitian, bukan definisi klinis yang berlaku mutlak. Dalam perspektif hadis, perlindungan diri tetap perlu dihargai, tetapi klaim perlindungan tersebut tidak otomatis membenarkan tindakan yang menimbulkan kemudaratan bagi orang lain.

Ketiga, prinsip hadis relevan untuk mengevaluasi penggunaan bahasa psikologis sebagai sarana menghindari tanggung jawab. Istilah kesehatan mental dapat membantu seseorang menjelaskan keterbatasan emosional, kebutuhan untuk mengambil jarak, atau alasan untuk menghentikan interaksi yang tidak aman. Namun, penggunaan istilah tersebut tidak dengan sendirinya menyelesaikan persoalan tanggung jawab dalam suatu relasi. Salah satu risiko e*tis therapy speak*, terutama ketika istilah psikologis digunakan untuk menyajikan posisi normatif seolah-olah merupakan fakta yang netral.[36] Oleh karena itu, penilaian terhadap suatu tindakan perlu memperhatikan keadaan yang melatarbelakanginya, tingkat risiko yang dihadapi, kewajiban yang relevan, dan dampaknya terhadap pihak lain. Pemutusan komunikasi, misalnya, tidak dapat langsung dinilai salah karena mungkin diperlukan untuk melindungi diri; sebaliknya, alasan kesehatan mental juga tidak otomatis menghapus seluruh konsekuensi moral dari tindakan yang dilakukan.[37] Penilaian harus tetap kontekstual dan proporsional.

Keempat, penerapan prinsip *Lā Ḍarar wa Lā Ḍirār* harus menghindari penyangkalan terhadap pengalaman kemudaratan psikologis. Kritik terhadap penyalahgunaan istilah psikologis tidak berarti bahwa pengalaman penderitaan seseorang boleh diremehkan atau dianggap tidak sah. Penggunaan bahasa psikoterapi dalam komunikasi sehari-hari juga memiliki sisi positif, antara lain meningkatkan kesadaran mengenai kesehatan mental dan membuka ruang bagi pengalaman yang sebelumnya sulit diungkapkan.[38] Namun, penggunaan yang tidak tepat dapat menimbulkan ketidakadilan epistemik ketika kesaksian seseorang didiskreditkan melalui label atau penilaian psikologis yang tidak berdasar. Dengan demikian, ada dua hal yang harus dijaga secara bersamaan: pengalaman seseorang perlu diberi ruang untuk dijelaskan, sedangkan interpretasi atas pengalaman itu tetap terbuka untuk diperiksa secara hati-hati. Pendekatan ini mencegah kritik terhadap *therapy speak* berubah menjadi alasan untuk mengabaikan

[36] White et al., "Communication about Distress and Well-Being."
[37] Pavlova and Berkers, "Mental Health Discourse and Social Media."
[38] "Full Article: 'It Feels like Free Help and Advice at My Fingertips': Social Media Users' Perspectives on Therapists as Mental Health Influencers – a Thematic Analysis of Open-Ended Questionnaire Responses."

penderitaan, sekaligus mencegah pengakuan terhadap pengalaman subjektif dijadikan pembenaran otomatis bagi setiap tuduhan.

Keempat penerapan tersebut menunjukkan bahwa kontribusi *ma'ānī al-ḥadīth* terhadap kajian *therapy speak* dapat dirumuskan melalui tiga orientasi: ketepatan dalam mengidentifikasi kemudaratan, proporsionalitas dalam meresponsnya, dan tanggung jawab atas dampak tindakan terhadap pihak lain. Rumusan ini merupakan sintesis analitis penelitian ini, bukan klasifikasi yang secara eksplisit disusun oleh satu penelitian terdahulu. Dasar normatifnya bertumpu pada pembahasan kaidah *Lā Ḍarar wa Lā Ḍirār* oleh Zakariyah.[39] Melalui sintesis tersebut, prinsip hadis tidak digunakan untuk menentukan secara otomatis siapa yang benar atau salah dalam konflik interpersonal, melainkan sebagai orientasi untuk menilai tindakan, konteks, dan konsekuensi secara bertanggung jawab.[40] Pendekatan ini juga menegaskan batas penggunaan hadis: ia dapat memberikan kerangka etis bagi komunikasi, tetapi tidak menggantikan pemeriksaan klinis atau penilaian profesional dalam persoalan kesehatan mental.

Dengan kerangka itu, prinsip *Lā Ḍarar wa Lā Ḍirār* tidak ditempatkan sebagai alat untuk menentukan siapa yang secara mutlak benar atau salah dalam setiap konflik interpersonal. Prinsip tersebut lebih tepat digunakan sebagai orientasi normatif untuk menilai tindakan yang berpotensi menimbulkan kerugian, cara seseorang merespons kerugian, dan kemungkinan munculnya kemudaratan baru dari respons tersebut.[41] Penggunaannya dalam pembacaan *therapy speak* juga harus tetap proporsional: konflik biasa tidak selalu merupakan tindakan merugikan, rasa tidak nyaman tidak selalu menandakan pelanggaran, dan penetapan batas pribadi tidak otomatis berarti menyakiti pihak lain. Sebaliknya, istilah psikologis yang terdengar meyakinkan tidak dengan sendirinya menjadikan suatu tuduhan benar. Penilaian etis memerlukan pemeriksaan terhadap tindakan dan konteks, sekaligus penghormatan terhadap pengalaman pihak-pihak yang terlibat.

D. Kesimpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa prinsip hadis *Lā Ḍarar wa Lā Ḍirār* dapat menjadi landasan etis untuk mengevaluasi fenomena *therapy speak* secara proporsional dan kontekstual. Penilaian terhadap kemudaratan tidak cukup didasarkan pada ketidaknyamanan subjektif, tetapi juga perlu mempertimbangkan pengalaman psikologis, konteks relasi, dampak tindakan, dan

[39] "6 Legal Maxim Regarding Elimination of Harm: 'No Injury/Harm Shall Be Inflicted or Reciprocated' (Lā Ḍarar Wa-Lā Ḍirār) in: Legal Maxims in Islamic Criminal Law: Theory and Applications."

[40] "Full Article: Epistemic Injustice and Psychotherapy."

[41] Idris and Anita, "Analisis Implementasi Kaidah Fikih Lā Ḍarar Wa Lā Ḍirār Dalam Kedokteran Modern Pada Kasus Tindakan Operasi."

proporsionalitas respons. Temuan ini menegaskan bahwa *therapy speak* memiliki dimensi ambivalen: dapat membantu individu mengenali pengalaman emosional dan menetapkan batas pribadi, tetapi juga berpotensi memicu pelabelan sepihak, menghambat klarifikasi, dan mengaburkan tanggung jawab interpersonal.

Kontribusi konseptual penelitian ini terletak pada sintesis *ma'ānī al-ḥadīth*, kaidah fikih *Lā Ḍarar wa Lā Ḍirār*, dan kajian kontemporer tentang komunikasi kesehatan mental melalui tiga orientasi analitis, yaitu ketepatan mengidentifikasi kemudaratan, proporsionalitas respons, dan tanggung jawab atas dampak tindakan. Kerangka ini merupakan sintesis analitis penelitian, bukan klasifikasi baku dalam literatur sebelumnya, serta tidak dimaksudkan untuk menggantikan penilaian profesional dalam persoalan kesehatan mental. Penelitian ini terbatas pada studi kepustakaan dan analisis konseptual. Penelitian selanjutnya perlu menguji relevansi kerangka tersebut melalui analisis wacana digital atau penelitian lapangan untuk memahami penggunaan *therapy speak* dalam komunikasi interpersonal di Indonesia.

Referensi

Alahmed, A. A. A., & Jibo, S. M. (2025). قاعدة لا ضرر ولا ضرار وتطبيقاتها التربوية والاجتماعية: The principle of "no harm and no reciprocating harm" and its educational and social applications. *Al-Hikmah: International Journal of Islamic Studies and Human Sciences, 8*(3), 414–435.

Anjeli, D., Anita, K., & Sari, H. (2024). Penerapan uang kuliah tunggal (UKT) perspektif kaidah fikih lā ḍarar wa lā ḍirār: Determination of single tuition fee from lā ḍarar wa lā ḍirār perspective. *Al-Qiblah: Jurnal Studi Islam dan Bahasa Arab, 3*(4), 760–781. https://doi.org/10.36701/qiblah.v3i4.1652

Drożdżowicz, A., & Grodniewicz, J. P. (2025). Epistemic injustice and psychotherapy. *Philosophical Psychology*. https://doi.org/10.1080/09515089.2025.2519320

Farisi, S. A., Kurt, N., & Mohd Ali. (2020). القواعد المندرجة تحت قاعدة "لا ضرر ولا ضرار" وتطبيقاتها في المسائل الطبية: The sub-principles derived from the legal maxim "no harm and no harassment" and their applications in medical issues. *Al-Basirah Journal, 9*(2), 67–80. https://doi.org/10.22452/basirah.vol9no2.5

Grist, R., Wood, R., During, C., O'Brien, Z., & Jay, E. L. (2025). "It feels like free help and advice at my fingertips": Social media users' perspectives on therapists as mental health influencers—A thematic analysis of open-ended questionnaire responses. *British Journal of Guidance & Counselling*. https://doi.org/10.1080/03069885.2025.2544203

Handayani, F. (2026). The maxims of raf'u al-haraj and daf'u al-darar: Comparing Islamic and Western legal principles. *Syiar Hukum: Jurnal Ilmu Hukum, 24*(1), 49–64. https://doi.org/10.29313/shjih.v24i1.10886

Idris, M. N., & Anita, K. (2020). Analisis implementasi kaidah fikih lā ḍarar wa lā ḍirār dalam kedokteran modern pada kasus tindakan operasi: Analysis of the implementation of the fiqh of lā ḍarar wa lā ḍirār in modern medical in case of surgical action. *Nukhbatul 'Ulum: Jurnal Bidang Kajian Islam, 6*(1), 50–76. https://doi.org/10.36701/nukhbah.v6i1.100

Isern-Mas, C., & Almagro, M. (2025). Unmasking therapy speak. *Theoretical Medicine and Bioethics, 46*(6), 465–489. https://doi.org/10.1007/s11017-025-09730-5

Kahera, A. I., & Benmira, O. (1998). Damages in Islamic law: Maghribī muftīs and the built environment (9th–15th centuries C.E.). *Islamic Law and Society, 5*(2), 131–164. https://doi.org/10.1163/1568519982599544

Mooney, R., Dempsey, C., Brown, B. J., Keating, F., Joseph, D., & Bhui, K. (2023). Using participatory action research methods to address epistemic injustice within mental health research and the mental health system. *Frontiers in Public Health, 11*, Article 1075363. https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1075363

Munadi, R. (2021). Berjabat tangan dalam perspektif hadis (Suatu kajian ma'ānī al-ḥadīth). *Jurnal Ushuluddin: Media Dialog Pemikiran Islam, 23*(2). https://doi.org/10.24252/jumdpi.v23i2.23212

Pavlova, A., & Berkers, P. (2020). Mental health discourse and social media: Which mechanisms of cultural power drive discourse on Twitter. *Social Science & Medicine, 263*, Article 113250. https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2020.113250

Ramić, Š. (2004). The second general Sharia–legal principle: There is no inflicting of harm or repaying one by inflicting harm (lā ḍarara wa lā ḍirār). *Zbornik Radova Islamskog Pedagoškog Fakulteta Univerziteta u Zenici, 2*(1), 81–99. https://doi.org/10.51728/issn.2637-1480.2004.81

Robles, J. S. (2025). The social construction of mental health facts in social media language. *Social Media + Society, 11*(2), Article 20563051251348122. https://doi.org/10.1177/20563051251348122

Spencer, L., Carel, H., & Kidd, I. J. (2023). Epistemic injustice in psychiatric research and practice. *Theoretical Medicine and Bioethics*. https://doi.org/10.1080/09515089.2022.2156333

Sunan Ibn Majah 2340: The chapters on rulings. (n.d.). *Sunnah.com*. https://sunnah.com/ibnmajah:2340

Tajang, A. D. (2020). Pendekatan psikologi dalam studi hadis (Sebuah pengantar). *Jurnal Ushuluddin: Media Dialog Pemikiran Islam, 22*(1). https://doi.org/10.24252/jumdpi.v22i1.15482

White, R. G., Fay, R., Chiumento, A., Giurgi-Oncu, C., & Phipps, A. (2022). Communication about distress and well-being: Epistemic and ethical considerations. *Transcultural Psychiatry, 59*(4), 413–424. https://doi.org/10.1177/13634615221082795

بختیاری, ابوالحسن. (2024). مبانی حجیتی «جمع بین حقین» و کاربردهای آن در فقه امامیه. *آموزه‌های فقه مدنی, 16*(30), 183–204. https://doi.org/10.30513/cjd.2023.4805.1810 & ,علیشاهی قلعه‌جوقی, ابوالفضل, طائی, فریبا, ناصری, شیما