

# **Pengaruh Media Sosial terhadap Penyakit ‘Ain: Analisis Hadis dan Implikasinya bagi Kesehatan Mental Mahasiswa Ilmu Hadis UIN Sumatera Utara**

Jihan Aprilia Lubis<sup>1</sup>, Fadhilah Is<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan, e-mail: jihan0406213015@uinsu.ac.id

<sup>2</sup>Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan, e-mail: fadhilah.is@uinsu.ac.id

## ***Histori Naskah***

*Diserahkan:*  
18-08-2025

*Direvisi:*  
24-08-2025

*Diterima:*  
25-08-2025

## ***Keywords***

: *Social Media; ‘Ain Disease; Prophetic Hadith; Student Health; Spiritual Control*

## ***ABSTRACT***

*The phenomenon of social media as a modern interaction space has opened up vast opportunities for the dissemination of information, but on the other hand, it has also become a potential medium for the emergence of the disease of ‘ain, namely disorders caused by hasad or jealous views accompanied by admiration, as mentioned in several hadith. Among students of Hadith Studies at UIN North Sumatra, excessive use of social media without spiritual control has the potential to open a gap for the negative influence of ‘ain, which is not only spiritual but also has an impact on physical and psychological health. This study aims to examine the influence of social media on the disease of ‘ain from the perspective of hadith and analyze its impact on student health. The research method used is qualitative with a descriptive-analytical approach, observation, interviews, and documentation as data collection techniques, as well as content analysis to interpret the meaning of texts and phenomena. The results show that students who tend to share personal achievements excessively on social media experience psychosomatic symptoms such as anxiety, sleep disorders, headaches, and intense feelings of anxiety, especially after receiving negative comments or excessive expressions of admiration from others. The Prophet’s hadiths demonstrate that evil is a reality capable of killing and harming, so its prevention through remembrance of God (dhikr), protective prayers (ta‘āwwuż), and spiritual strengthening is strongly emphasized. In conclusion, using social media without spiritual awareness can increase the risk of evil, and efforts to foster religious guidance based on hadith on campus are needed to increase students’ preventive and protective awareness.*

## ***ABSTRAK***

Fenomena media sosial sebagai ruang interaksi modern telah membuka peluang luas bagi penyebaran informasi, namun di sisi lain juga menjadi medium potensial munculnya penyakit ‘ain, yakni gangguan akibat pandangan hasad atau iri yang disertai kekaguman, sebagaimana disebutkan dalam sejumlah hadis. Di kalangan mahasiswa Ilmu Hadis UIN Sumatera Utara, penggunaan media sosial yang berlebihan tanpa kontrol spiritual berpotensi membuka celah bagi pengaruh negatif ‘ain yang tidak hanya bersifat spiritual tetapi juga berdampak pada kesehatan fisik dan psikologis. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji pengaruh media sosial terhadap penyakit ‘ain dari perspektif hadis serta menganalisis dampaknya terhadap kesehatan mahasiswa. Metode penelitian yang digunakan adalah kualitatif dengan pendekatan deskriptif-analitis, observasi, wawancara, dan dokumentasi sebagai teknik pengumpulan data, serta analisis isi untuk menafsirkan makna teks dan fenomena. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa yang cenderung membagikan pencapaian pribadi secara berlebihan di media sosial mengalami gejala psikosomatis seperti kecemasan, gangguan tidur, sakit kepala, serta perasaan was-was yang intens, terutama setelah menerima komentar negatif atau ekspresi kekaguman berlebihan dari orang lain. Hadis-hadis Nabi menunjukkan bahwa ‘ain adalah kenyataan yang dapat membunuh dan menyakiti, sehingga pencegahannya melalui zikir, doa perlindungan (ta‘āwwuż), serta penguatan spiritual sangat ditekankan. Kesimpulannya, penggunaan media sosial tanpa kesadaran spiritual dapat memperbesar risiko penyakit ‘ain, dan perlu upaya pembinaan keagamaan berbasis hadis di lingkungan kampus guna meningkatkan kesadaran preventif dan protektif mahasiswa.

## ***Kata Kunci***

: *Studi Hadis; Tradisi Takjil; Sedekah Ramadan; Ukhuwah Islamiyah; Praktik Keagamaan*

## ***Corresponding Author***

: Jihan Aprilia Lubis, e-mail: jihan0406213015@uinsu.ac.id

## PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi informasi yang begitu pesat telah mengantarkan media sosial menjadi bagian tak terpisahkan dalam kehidupan masyarakat modern, khususnya kalangan mahasiswa (Harahap et al., 2024). Platform digital seperti Instagram, TikTok, dan Facebook tidak hanya menjadi sarana komunikasi dan hiburan, tetapi juga menjadi ajang eksistensi diri melalui unggahan foto, video, serta aktivitas sehari-hari yang dikemas secara estetik dan ideal (Nazmi et al., 2025). Fenomena ini menghadirkan dimensi baru dalam cara manusia membangun citra diri, namun pada saat yang sama menimbulkan kekhawatiran terhadap dampak negatif yang mungkin ditimbulkan, termasuk potensi timbulnya penyakit *'ain*. Dalam Islam, *'ain* dikenal sebagai penyakit yang muncul akibat pandangan hasad atau kekaguman berlebihan seseorang terhadap orang lain, yang diyakini dapat menimbulkan dampak fisik dan psikis yang nyata (Al-Qārī, 2002). Konsep *'ain* tidak hanya dibicarakan dalam ranah teologis atau supranatural, tetapi juga memiliki relevansi yang signifikan terhadap aspek kesehatan dan psikososial, khususnya di era keterbukaan informasi dan ekspose diri yang tinggi melalui media sosial.

Kecenderungan mahasiswa untuk menampilkan pencapaian pribadi, gaya hidup, serta aspek fisik secara terbuka di media sosial sering kali memancing reaksi berupa pujian yang tidak disertai zikir atau kekaguman yang berlebihan tanpa mengingat kepada Allah (Kaya & Bicen, 2016). Fenomena semacam ini menjadi penting untuk dikaji secara ilmiah, terlebih ketika muncul pada kelompok masyarakat yang memiliki intensitas tinggi dalam penggunaan media sosial seperti mahasiswa. Mahasiswa Ilmu Hadis, sebagai kelompok akademik yang memiliki kedekatan dengan literatur keislaman, semestinya memiliki kesadaran terhadap bahaya penyakit *'ain*, namun pada praktiknya tidak sedikit di antara mereka yang turut larut dalam budaya eksposur digital tanpa pertimbangan nilai-nilai spiritual yang terkandung dalam hadis (Rosyad & Alif, 2023).

Survei yang dilakukan oleh Gandana & Oktaviandy (2021) di Indonesia menunjukkan bahwa penggunaan media sosial di kalangan mahasiswa menduduki angka yang sangat tinggi. Laporan dari Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) tahun 2023 mencatat bahwa lebih dari 85% mahasiswa di Indonesia aktif menggunakan media sosial setiap hari, dengan rata-rata waktu penggunaan mencapai lebih dari 4 jam per hari. Aktivitas yang dominan dilakukan antara lain membagikan foto pribadi, menampilkan capaian akademik, dan berbagi kegiatan sosial (Hasibuan et al., 2024). Meski memberikan ruang aktualisasi diri dan jaringan sosial yang luas, aktivitas semacam ini juga membuka celah terhadap munculnya penyakit *'ain* apabila tidak disertai dengan pemahaman spiritual yang memadai.

Beberapa kajian terdahulu telah mengupas hubungan antara media sosial dan dampaknya terhadap dimensi spiritual maupun psikologis individu, namun belum secara spesifik menyoroti keterkaitan antara media sosial dan penyakit *'ain* dalam perspektif hadis. Studi oleh Cataldo et al. (2021) mengkaji pengaruh eksistensi media sosial terhadap gangguan spiritual generasi muda, dengan temuan bahwa eksposur berlebihan terhadap konten pribadi meningkatkan potensi kecemburuan sosial, tetapi tidak mengaitkan secara langsung dengan konsep penyakit *'ain* menurut hadis. Penelitian oleh Nurfajriyani et al. (2025) membahas hadis-hadis terkait *'ain*, namun terbatas pada aspek spiritual dan pengobatan syar'i tanpa mengaitkan dengan fenomena kontemporer media sosial. Kajian lainnya oleh Malak et al. (2022) meneliti perilaku mahasiswa dalam menampilkan pencapaian di media sosial dan korelasinya dengan tingkat stres, namun tidak memasukkan indikator hadis sebagai kerangka analisis. Sementara itu, kajian oleh Latif et al. (2021) mengangkat bahaya riya dan hasad dalam platform daring, tetapi tidak menyertakan tinjauan hadis secara mendalam. Dari beberapa kajian di atas tampak bahwa masih terdapat kesenjangan dalam mengintegrasikan pemahaman hadis tentang

penyakit *'ain* dengan fenomena kontemporer penggunaan media sosial serta dampaknya terhadap kesehatan psikologis mahasiswa, khususnya mahasiswa Ilmu Hadis yang memiliki akses langsung terhadap sumber keislaman otoritatif.

Berdasarkan kesenjangan tersebut, penelitian ini dirumuskan untuk menjawab beberapa masalah utama, yaitu: bagaimana hadis-hadis menjelaskan konsep penyakit *'ain*; bagaimana mahasiswa Ilmu Hadis UIN Sumatera Utara menggunakan media sosial; dan sejauh mana penggunaan media sosial mempengaruhi kesehatan mereka dalam konteks risiko terkena penyakit *'ain*. Berangkat dari masalah yang dirumuskan, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis integratif antara literatur hadis tentang *'ain* dengan realitas penggunaan media sosial oleh mahasiswa, serta mengkaji dampaknya terhadap kesehatan spiritual dan psikologis mereka. Argumen awal yang mendasari pentingnya penelitian ini adalah bahwa mahasiswa Ilmu Hadis, meskipun memiliki akses terhadap pemahaman keislaman, tetap rentan terhadap gangguan penyakit *'ain* akibat paparan berlebihan di media sosial yang membuka ruang bagi hasad dan pandangan negatif dari orang lain. Kontribusi yang diharapkan dari penelitian ini adalah memperkaya khazanah keilmuan hadis dengan pendekatan kontekstual-kontemporer, menyediakan pemahaman aplikatif bagi mahasiswa tentang bahaya media sosial dalam perspektif sunnah, serta memberikan rekomendasi edukatif dan preventif dalam lingkungan akademik berbasis nilai-nilai Islam.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif-analitis untuk mengkaji pengaruh media sosial terhadap penyakit *'ain* dalam perspektif hadis serta dampaknya terhadap kesehatan mahasiswa Ilmu Hadis UIN Sumatera Utara. Sumber data dalam penelitian ini terdiri atas data primer dan data sekunder; data primer diperoleh melalui wawancara mendalam dengan mahasiswa yang mengalami gangguan kesehatan yang diduga terkait dengan paparan media sosial dan fenomena penyakit *'ain*, sedangkan data sekunder diperoleh dari kajian literatur, baik berupa kitab-kitab hadis, syarah hadis, jurnal ilmiah, artikel keislaman, maupun referensi ilmiah lain yang relevan. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi partisipatif, wawancara semi-terstruktur, dan dokumentasi terhadap aktivitas media sosial yang menunjukkan indikasi pemicu penyakit *'ain*, seperti unggahan berlebihan yang dapat memicu iri, dengki, atau kekaguman ekstrem. Data yang dikumpulkan kemudian dianalisis secara kualitatif dengan tahapan reduksi data, penyajian data, serta penarikan kesimpulan, di mana setiap informasi dianalisis berdasarkan kerangka pemahaman hadis dan dikaitkan dengan dampak psikologis dan fisik terhadap kesehatan mahasiswa. Validitas data diperkuat dengan teknik triangulasi sumber dan metode untuk menjamin keabsahan temuan, sehingga hasil penelitian ini dapat menggambarkan secara utuh relasi antara paparan media sosial, penyakit *'ain*, dan urgensi literasi hadis dalam membangun kesadaran perlindungan diri di kalangan mahasiswa.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **A. Pemahaman Mahasiswa tentang Penyakit *'Ain* dalam Hadis**

Fenomena penggunaan media sosial oleh mahasiswa Ilmu Hadis UIN Sumatera Utara memperlihatkan kecenderungan yang tinggi terhadap aktivitas berbagi konten visual yang menonjolkan identitas dan pencapaian pribadi. Mayoritas informan menunjukkan bahwa media sosial telah menjadi ruang aktualisasi diri, baik melalui unggahan swafoto, dokumentasi capaian akademik maupun religius, serta gaya hidup sehari-hari yang dianggap inspiratif atau menarik. MH, salah satu informan yang memahami konsep hadis tentang *'ain*, mengungkapkan bahwa dirinya cukup selektif dalam mengunggah foto-foto pribadi, terutama setelah

mengetahui adanya potensi bahaya dari pandangan hasad atau kekaguman berlebihan dari orang lain. Ia menyatakan, “Saya tidak ingin mengundang pandangan yang bisa berdampak buruk, jadi saya lebih berhati-hati.” Sebaliknya, KNS, yang belum memahami konsep *‘ain* secara utuh, mengaku rutin mengunggah aktivitas sehari-hari seperti pencapaian dalam organisasi dan swafoto dengan kutipan motivasi. Ia tidak mengaitkan aktivitas tersebut dengan risiko apapun, melainkan melihatnya sebagai bentuk ekspresi diri.

FR, yang juga memahami hadis *‘ain*, menjelaskan bahwa ia merasa waswas setiap kali mengunggah sesuatu yang berkaitan dengan keberhasilannya, sebab ia pernah mendengar pengalaman orang lain yang jatuh sakit setelah memperlihatkan pencapaian di media sosial. Ia mengaku lebih nyaman membagikan konten-konten dakwah ketimbang memperlihatkan aspek personal hidupnya. Sementara itu, AA, informan perempuan yang belum pernah mempelajari hadis *‘ain*, justru melihat media sosial sebagai sarana membangun eksistensi dan jaringan sosial. Ia kerap mengunggah gaya berpakaian, lokasi liburan, dan hasil makeup dengan alasan estetika. Perspektif ini mencerminkan adanya ketidaksadaran terhadap potensi dampak batin dari perhatian atau kekaguman orang lain yang berlebihan. NAS, yang cukup mendalami ilmu hadis, menunjukkan pola penggunaan media sosial yang lebih moderat. Ia berpendapat bahwa tidak semua hal layak dibagikan, terlebih hal-hal yang menyangkut kebahagiaan atau capaian pribadi, karena bisa memicu iri hati atau kekaguman yang tidak disertai doa kebaikan. Ia menjelaskan bahwa hadis *‘ain* memberikan peringatan tentang bahayanya pandangan yang tidak disertai zikir atau pujian terhadap Allah.

MRA juga termasuk mahasiswa yang memahami hadis tentang *‘ain*, dan ia menyatakan bahwa dirinya pernah mengalami pengalaman tidak mengenakkan setelah mengunggah foto saat memenangkan lomba pidato tingkat provinsi. Tidak lama setelah unggahan tersebut, ia merasa lemas, sulit tidur, dan pikirannya terganggu tanpa sebab medis yang jelas. Ia mengaitkan gejala tersebut dengan kemungkinan terkena *‘ain* karena terlalu percaya diri memamerkan kemenangan. SS, yang baru mengenal konsep *‘ain*, mengaku bahwa sebelumnya ia merasa media sosial adalah ruang aman untuk mengekspresikan diri, namun setelah mengikuti diskusi di kelas hadis, ia mulai berpikir ulang tentang kebiasaan berbagi swafoto dan aktivitas pribadi secara berlebihan. Ia menyebutkan bahwa dirinya pernah mengalami kesulitan tidur dan rasa cemas yang tidak wajar usai mendapatkan banyak komentar positif di Instagram atas foto wisudanya. Ia menyimpulkan bahwa ada kemungkinan faktor non-medis yang memengaruhi kondisi tersebut.

Temuan wawancara menunjukkan indikasi kuat adanya perilaku mahasiswa yang secara tidak sadar memicu penyakit *‘ain* melalui aktivitas di media sosial. Unggahan yang menonjolkan keberhasilan pribadi, kecantikan, gaya berpakaian, dan bahkan pencapaian religius seperti sertifikat hafalan Al-Quran, dapat menjadi pemicu kekaguman orang lain yang tidak disertai dengan rasa syukur atau doa, dan ini sesuai dengan deskripsi klasik tentang *‘ain* dalam hadis (Al-Qārī, 2002). MH menambahkan bahwa riya dan *‘ujub* menjadi gerbang utama yang membuka celah bagi *‘ain*, karena seseorang menjadi terlalu terobsesi terhadap citra diri di mata publik. FR menyatakan bahwa media sosial sangat rentan membuat orang jatuh pada sikap *‘ujub* karena selalu menantikan pujian. Pandangan ini kontras dengan perspektif KNS dan AA, yang memandang aktivitas tersebut sebagai wajar dan tidak berbahaya selama tidak menyakiti orang lain.

Gejala yang dilaporkan oleh para informan terkait kemungkinan dampak *‘ain* mencakup aspek psikologis dan fisik. Beberapa mahasiswa mengaku mengalami perasaan cemas tanpa sebab yang jelas, tubuh terasa letih, dan hilangnya semangat belajar setelah unggahan mereka mendapatkan atensi besar. MRA menyebutkan bahwa ia sempat mengalami penurunan konsentrasi yang drastis menjelang ujian setelah mendapatkan pujian berlebihan

atas postingan ceramahnya. NAS mengungkapkan bahwa ia pernah mengalami rasa kantuk berlebihan dan enggan bersosialisasi setelah mendapatkan komentar negatif terselubung dari teman terhadap postingan hafalan Al-Qurannya. Gejala seperti sulit fokus, gangguan tidur, dan kelelahan fisik tanpa diagnosa medis yang konkret merupakan manifestasi yang kerap dikaitkan dengan penyakit *'ain* dalam literatur keislaman klasik. Meski demikian, tidak semua informan menyadari hubungan langsung antara gejala tersebut dan dampak dari pandangan orang lain. AA, misalnya, menafsirkan rasa lelah dan mudah marahnya sebagai akibat stres akademik, bukan pengaruh metafisik.

Pemahaman mahasiswa tentang sebab-sebab non-medis dari gejala yang mereka alami terbagi menjadi dua kelompok besar, yakni mereka yang memiliki literasi hadis cukup baik dan mereka yang tidak. MH, FR, NAS, dan MRA yang memiliki pemahaman terhadap hadis *'ain* cenderung mengaitkan pengalaman fisik dan emosional tertentu dengan pengaruh spiritual. Mereka percaya bahwa gangguan yang tidak terdeteksi secara medis bisa berasal dari pandangan hasad atau kekaguman yang tidak disertai keberkahan. MRA menyatakan, "Bukan tidak logis kalau kita percaya ada penyakit yang datang bukan karena virus, tapi karena hati orang." Sebaliknya, KNS, AA, dan SS yang belum sepenuhnya memahami hadis *'ain* lebih cenderung menisbahkan gejala yang mereka alami kepada faktor lingkungan, kelelahan belajar, atau tekanan psikologis. SS bahkan sempat berkonsultasi ke klinik untuk mengatasi sulit tidur dan kecemasan, meski tidak ditemukan masalah medis yang spesifik.

Perbandingan persepsi antara mahasiswa yang memahami hadis *'ain* dan yang tidak menunjukkan adanya korelasi antara literasi keislaman dengan kewaspadaan terhadap risiko spiritual dalam penggunaan media sosial. Informan yang memiliki pengetahuan terhadap hadis tentang *'ain* lebih berhati-hati dalam membagikan konten pribadi dan memiliki kecenderungan melakukan proteksi diri melalui doa, zikir, atau membatasi eksposur di media sosial. Mereka juga lebih cepat mengaitkan kondisi kesehatan emosional atau fisik yang aneh dengan kemungkinan pengaruh spiritual. Sebaliknya, mahasiswa yang belum memahami hadis tersebut lebih mengandalkan penjelasan medis dan psikologis atas gejala yang mereka alami, dan cenderung menormalisasi aktivitas pamer pencapaian di media sosial sebagai bagian dari tren generasi digital. Perbedaan ini mengindikasikan bahwa literasi hadis bukan hanya berkaitan dengan aspek ibadah ritual, tetapi juga memainkan peran penting dalam membentuk pola pikir dan kehati-hatian dalam kehidupan digital.

Secara keseluruhan, hasil observasi ini memperlihatkan bahwa perilaku media sosial mahasiswa Ilmu Hadis UIN Sumatera Utara memiliki kecenderungan untuk menjadi sarana ekspresi diri yang tidak selalu disadari sebagai pemicu risiko spiritual seperti *'ain*. Temuan ini menegaskan pentingnya edukasi keagamaan yang tidak hanya bersifat tekstual tetapi juga kontekstual, agar pemahaman terhadap hadis dapat diaplikasikan secara relevan dalam kehidupan kontemporer. Literasi hadis tentang *'ain* mampu meningkatkan sensitivitas mahasiswa terhadap dampak non-medis dari aktivitas digital yang mereka lakukan, sekaligus mendorong kesadaran akan pentingnya menjaga niat, membatasi eksposur diri, dan memperbanyak doa sebagai bentuk proteksi spiritual. Pemahaman ini sangat penting dalam era media sosial yang menjadikan citra diri sebagai komoditas utama, sehingga ketahanan spiritual menjadi aspek yang perlu diperkuat melalui pengajaran hadis yang aplikatif dan responsif terhadap dinamika zaman.

## B. Penyakit *'Ain* dalam Perspektif Hadis

Penyakit *'ain* merupakan fenomena spiritual yang mendapat perhatian besar dalam Islam, khususnya melalui hadis-hadis Nabi secara eksplisit. Secara terminologis, *'ain* berasal dari bahasa Arab yang berarti "mata" (Zakariyā, 1979), namun dalam konteks penyakit ini,

istilah tersebut merujuk pada efek negatif yang ditimbulkan oleh pandangan mata yang disertai rasa takjub, iri, hasad, atau bahkan pujian berlebihan tanpa menyertakan zikir atau doa perlindungan. Penyakit *'ain* diyakini dapat menyerang seseorang secara fisik maupun psikis, meskipun tidak terdapat kontak fisik langsung dengan pelakunya (Al-Jawziyyah, 1999). Karakteristik utama penyakit ini adalah munculnya gangguan yang tidak dapat dijelaskan secara medis, seperti tubuh terasa lemas, timbulnya kecemasan, berkurangnya semangat hidup, menurunnya daya konsentrasi, serta rasa sakit atau gangguan kesehatan lainnya yang mendadak dan misterius (Al-Sindī, 1998).

Hadis-hadis Nabi memberikan landasan teologis yang kuat tentang keberadaan dan bahaya penyakit *'ain*. Salah satu hadis yang paling *masyhūr* adalah riwayat dari Ibn 'Abbās, bahwa Rasulullah bersabda, "Penyakit *'ain* itu benar adanya, seandainya ada sesuatu yang dapat mendahului takdir, niscaya penyakit *'ain*-lah yang akan mendahuluinya" (Muslim, 1955). Hadis ini menegaskan bahwa kekuatan penyakit *'ain* memiliki pengaruh sangat besar, bahkan sampai pada tingkat seolah-olah mampu mengubah takdir, meskipun dalam teologi Islam tidak ada yang bisa mendahului ketetapan Allah. Ulama seperti al-Nawawī (1976) dalam *al-Minhāj* menjelaskan bahwa ungkapan tersebut adalah bentuk hiperbolik (*mubalaghah*) untuk menunjukkan betapa kuatnya dampak penyakit *'ain* terhadap fisik maupun psikis seseorang. Al-Nawawī menegaskan bahwa hadis ini merupakan dalil eksplisit yang mengakui realitas pengaruh pandangan mata secara spiritual yang dapat menyebabkan mudarat kepada orang lain.

Al-Qurtubī (1964) menambahkan bahwa penyakit *'ain* bukan sekadar mitos atau sugesti, melainkan bagian dari *sunnatullāh* yang bekerja dalam dimensi batin dan metafisika. Menurutnya, pengaruh *'ain* terjadi melalui pandangan mata yang disertai kondisi hati tertentu, seperti hasad, kagum berlebihan, atau kekaguman yang tidak dibarengi dengan doa. Ia mengklasifikasikan pengaruh *'ain* ke dalam dua jenis, yaitu *'ain* yang disebabkan oleh orang yang memiliki sifat hasad dan ingin mencelakakan, dan *'ain* yang disebabkan oleh kekaguman yang tulus namun tidak disertai doa keberkahan. Pemahaman ini memperluas makna hadis menjadi tidak hanya sebagai bentuk peringatan terhadap niat buruk, tetapi juga terhadap kekaguman yang tidak hati-hati.

Hadis lain yang juga menjadi dasar penting dalam pembahasan tentang *'ain* adalah riwayat dari Sahl bin Ḥunaif yang diceritakan oleh Ibn Mājah (2014), bahwa Rasulullah pernah memerintahkan seseorang yang menyebabkan Sahl terkena *'ain* untuk mandi, lalu air mandinya digunakan untuk membasuh Sahl, dan setelah itu ia pun sembuh. Hadis ini dinilai *ḥasan* oleh al-Albānī (1995) dan menunjukkan bahwa Nabi tidak hanya mengakui keberadaan penyakit *'ain*, tetapi juga memberikan solusi praktis dalam bentuk ruqyah dan penggunaan air mandi orang yang menyebabkan *'ain* sebagai media penyembuhan. Al-Qarāfī (1998) dalam kitab *al-Furūq* menjelaskan bahwa air mandi orang yang menyebabkan *'ain* digunakan sebagai bentuk simbolik pengembalian energi negatif yang dipancarkan melalui pandangan. Praktik ini menjadi dasar bagi beberapa metode ruqyah tradisional yang masih dipertahankan hingga kini, khususnya dalam pengobatan Islam klasik.

Ibn Ḥajar al-'Asqalānī (1970) dalam *Fath al-Bārī* menekankan bahwa kasus Sahl bin Ḥunaif merupakan contoh konkret bagaimana pandangan yang tidak disertai doa keberkahan dapat menimbulkan gangguan fisik. Ia menjelaskan bahwa penyakit *'ain* dapat menyerang secara tiba-tiba dan menyakitkan, bahkan hingga menyebabkan kematian, sebagaimana diriwayatkan dalam beberapa atsar sahabat. Ibn Ḥajar juga menjelaskan bahwa penyakit ini bisa muncul tanpa disadari, bahkan oleh pelaku yang tidak berniat mencelakakan.

Al-Mubārakfūrī (1993) dalam *Tuḥfah al-Ahwāzī*, ketika menjelaskan hadis-hadis tentang *'ain*, menyoroti pentingnya pencegahan melalui zikir dan doa sebagai bentuk pelindung

dari energi negatif. Ia menyatakan bahwa makna “*al-‘Aynu ḥaqqun*” menunjukkan pengakuan syariat terhadap realitas metafisik yang bekerja secara tak terlihat namun memiliki pengaruh nyata. Penyakit ‘*ain*, menurutnya, merupakan bentuk ujian sekaligus peringatan agar manusia tidak bersikap takjub terhadap diri sendiri dan tidak lalai menyebut nama Allah ketika melihat sesuatu yang menakjubkan. Ia juga menekankan pentingnya ikhtiar lahir dan batin dalam menghadapi penyakit ini, sebab Islam tidak pernah memisahkan antara sebab-sebab rasional dan spiritual.

Al-Qaṣṭalānī (1996) dalam *Irsyād al-Sārī* menjelaskan bahwa kekuatan ‘*ain* berasal dari jiwa yang kuat dalam memancarkan pengaruh batin, baik yang berniat jahat maupun tidak. Menurutnya, sebagian orang memiliki potensi ‘*ain* yang lebih besar karena faktor spiritualitas negatif yang terkandung dalam jiwanya. Ia menegaskan bahwa pencegahan penyakit ‘*ain* sangat dianjurkan melalui pembacaan zikir pagi dan petang, seperti ayat Kursi, *al-Mu‘awwizātayn*, dan al-Fatihah. Perlindungan ini bukan hanya untuk menangkal ‘*ain* dari luar, tetapi juga mencegah diri sendiri dari menjadi sumber ‘*ain* bagi orang lain.

Penjelasan para ulama tentang penyakit ‘*ain* menunjukkan bahwa Islam memiliki pendekatan yang holistik terhadap gangguan kesehatan, yang mencakup dimensi lahir dan batin. Penyakit ini tidak dapat diabaikan sebagai sugesti semata, tetapi juga tidak boleh dibesarkan hingga mengarah pada sikap paranoid atau menyalahkan orang lain tanpa dasar. Pendekatan Nabi dalam menghadapi penyakit ‘*ain* mengedepankan keseimbangan antara ikhtiar spiritual, seperti doa dan ruqyah, serta kesadaran sosial untuk tidak memancing kekaguman atau kecemburuan secara berlebihan.

Kesadaran terhadap keberadaan penyakit ‘*ain* juga mendorong penguatan akhlak dalam bermedia sosial, yaitu dengan menjauhkan diri dari riya’, ‘*ujub*, dan pamer, serta membiasakan diri untuk mendoakan kebaikan ketika melihat keberhasilan orang lain. Islam mengajarkan bahwa setiap keburukan dapat dicegah dengan doa dan zikir, sementara kebaikan yang tidak disertai dengan rasa syukur dan rendah hati justru bisa menjadi bumerang (Al-Gazālī, 2009). Penyakit ‘*ain* menjadi pelajaran penting bahwa kekuatan spiritual dalam Islam tidak bersifat abstrak belaka, melainkan nyata dan memiliki pengaruh langsung terhadap kesehatan dan keberlangsungan hidup manusia. Dengan demikian, hadis-hadis tentang ‘*ain* bukan hanya peringatan, tetapi juga petunjuk yang mengarahkan umat kepada kehidupan yang lebih waspada, bersyukur, dan saling mendoakan dalam kebaikan.

### C. Strategi Proteksi Diri Berdasarkan Hadis

Strategi proteksi diri terhadap penyakit ‘*ain* mencakup tindakan spiritual dan etika sosial yang saling melengkapi. Hadis-hadis Nabi memberikan petunjuk jelas mengenai pentingnya doa sebagai perisai batin dari gangguan yang bersifat metafisik seperti ‘*ain*. Salah satu doa yang diriwayatkan secara khusus untuk perlindungan adalah doa yang dibacakan Rasulullah kepada cucunya, Ḥasan dan Ḥusayn, sebagaimana diriwayatkan oleh al-Tirmizī (1975) yang artinya “Aku mohonkan perlindungan untuk kalian berdua dengan kalimat-kalimat Allah yang sempurna, dari segala gangguan setan, binatang berbisa, dan pandangan mata yang jahat (‘*ain*).” Al-Mubārakfūrī (1993) menjelaskan bahwa redaksi doa ini menunjukkan keluasan proteksi spiritual yang mencakup seluruh aspek bahaya yang tidak kasat mata, termasuk penyakit ‘*ain*. Menurutnya, pembacaan doa secara rutin merupakan bentuk penjagaan batiniah yang diakui dalam syariat.

Sejalan dengan itu, Al-Quran juga disebut sebagai *syifā‘* (penyembuh) dalam berbagai ayat yang menegaskan fungsinya tidak hanya sebagai petunjuk hidup, tetapi juga penawar batin dan ruhani. Allah berfirman dalam Surah al-Isra’ ayat 82: “Dan Kami turunkan dari Al-Quran sesuatu yang menjadi penyembuh dan rahmat bagi orang-orang yang beriman...” Menurut

Sayyid Quthb (2004), ayat ini menegaskan bahwa pembacaan Al-Quran, khususnya ayat-ayat pelindung seperti Ayat Kursi, Surah al-Falaq, dan al-Nās, memiliki kekuatan spiritual sebagai tameng terhadap penyakit lahir maupun batin, termasuk gangguan ‘ain. Selain itu, al-Qurtubī (1964) dalam *al-Jāmi‘ li Ahkām al-Qur‘ān* menjelaskan bahwa kata *syifā* dalam ayat tersebut mencakup penyembuhan fisik dan spiritual, di mana Al-Quran berfungsi sebagai obat bagi penyakit syirik, keraguan, dan kelalaian hati, serta bisa menjadi sebab turunnya kesembuhan dari penyakit jasmani dengan izin Allah. Hal ini menunjukkan bahwa Al-Quran memiliki dimensi penyembuhan yang bersifat holistik, menjangkau seluruh aspek kehidupan manusia.

Pembiasaan membaca zikir pagi dan petang yang mencakup ayat-ayat pelindung seperti ayat Kursi, surah al-Falaq, dan al-Nas juga termasuk strategi proteksi diri yang disyariatkan oleh Nabi. Al-Nawawī (1994) dalam *al-Aẓkār* menekankan keutamaan zikir harian untuk menjaga keselamatan jiwa dari segala bahaya yang tidak terlihat. Ia menyebut bahwa bacaan tersebut tidak hanya menjadi tameng spiritual, tetapi juga pembentuk kesadaran akan keberadaan Allah sebagai pelindung utama. Dalam konteks kekinian, mahasiswa seperti Habib dan Nurul yang telah memahami hadis tentang ‘ain mengaku rutin membaca zikir perlindungan sebagai bagian dari disiplin spiritual mereka. Mereka menjadikan doa sebagai benteng utama ketika harus membagikan hal-hal pribadi di media sosial, dan selalu menyertai setiap unggahan dengan harapan agar tidak mengundang kekaguman yang berlebihan.

Dalam hal ini, hadis mengenai doa di waktu pagi menjadi penting sebagai bagian dari pencegahan. Nabi bersabda: Ucapkanlah ketika waktu pagi; (Maha Suci Allah dan segala puji bagi Allah, tidak ada kekuatan kecuali dengan perantara Allah. Apa yang dikehendaki maka akan terjadi, dan apa yang tidak dikehendaki maka tidak akan terjadi). Sesungguhnya orang yang mengucapkannya saat pagi, ia akan terjaga hingga datang waktu sore. Dan barangsiapa mengucapkannya saat sore, maka ia akan terjaga hingga datang waktu pagi” (Abī Dāwud, 1993). Al-Khatṭābī (1997) dalam *Ma‘ālim al-Sunan* menekankan bahwa zikir tersebut merupakan bagian dari *hiṣn al-Muslim* (benteng seorang Muslim), yang memiliki fungsi menjaga diri dari segala bentuk gangguan, baik yang tampak maupun tidak tampak. Dalam konteks pencegahan ‘ain, doa ini berfungsi sebagai tameng batin yang memperkuat ruhani seseorang dengan tawakkal dan kesadaran akan kekuasaan mutlak Allah.

Selain aspek doa, etika dalam berinteraksi dan berbagi di ruang publik, termasuk media sosial, juga menjadi bagian integral dari strategi proteksi diri dalam Islam. Hadis Nabi menekankan prinsip “Barang siapa yang beriman kepada Allah dan hari akhir, hendaklah ia berkata yang baik atau diam” (Al-Bukhārī, 1993). Ibn Baṭāl (2003) menjelaskan bahwa hadis ini mencakup seluruh bentuk komunikasi, baik verbal maupun nonverbal, termasuk ekspresi diri yang berlebihan atau pamer di ruang publik. Dalam konteks media sosial, prinsip ini dapat dimaknai sebagai panduan untuk bersikap bijak dalam membagikan informasi pribadi dan pencapaian. Mahasiswa seperti Rozi dan Rifai yang memahami dampak ‘ain menyatakan bahwa mereka berusaha menahan diri untuk tidak mengunggah momen-momen yang berpotensi memicu iri atau takjub dari orang lain, dan lebih memilih konten yang bermanfaat secara umum seperti dakwah atau edukasi keislaman.

Nabi juga pernah menasihati para sahabat agar merahasiakan nikmat yang sedang diterima, kecuali dalam kondisi yang benar-benar aman dari potensi hasad. Hal ini diperkuat oleh hadis riwayat al-Tabrānī (1994) bahwa Rasulullah bersabda, “Mintalah pertolongan dalam menyelesaikan kebutuhan kalian dengan menyembunyikannya (tidak menampakkannya), karena setiap orang yang diberi nikmat pasti akan dihasad” Al-Munāwī (1994) dalam *Fayḍ al-Qadīr* menegaskan bahwa ketersembunyian nikmat adalah bentuk perlindungan dari bahaya hasad dan ‘ain. Praktik ini relevan dengan kebiasaan mahasiswa seperti Nurul dan Yani yang mulai menyadari bahwa membagikan pencapaian pribadi di media sosial tanpa perlindungan

spiritual dan kesadaran etis dapat mengundang gangguan yang tak terduga. Pengakuan ini memperlihatkan korelasi antara pemahaman hadis dengan perubahan perilaku digital yang lebih berhati-hati.

Implikasi dari hadis-hadis tersebut menuntut adanya pembinaan spiritual yang terstruktur bagi mahasiswa, khususnya di lingkungan akademik keislaman seperti Fakultas Ushuluddin. Pembinaan ini tidak hanya berupa peningkatan hafalan dan pemahaman hadis, tetapi juga penerapan nilai-nilai spiritual ke dalam kehidupan sehari-hari. Mahasiswa yang telah memahami konsep *'ain*, seperti Habib dan Rifai, memperlihatkan kesiapan mental yang lebih baik dalam menghadapi dinamika sosial media dan tekanan psikologis, sebab mereka memiliki kesadaran bahwa tidak semua gejala harus dicari penjelasan medis, melainkan juga perlu dilihat dari perspektif batiniah. Kesadaran ini menjadi dasar penting bagi pembentukan karakter religius yang tahan terhadap pengaruh lingkungan dan gangguan non-fisik.

Pembinaan spiritual berbasis hadis dapat dilakukan melalui penguatan mata kuliah aplikatif seperti Hadis *Tarbawī* dan Hadis *Mawdū'ī* dengan pendekatan kontekstual. Mahasiswa tidak hanya diajak memahami teks hadis secara literal, tetapi juga diajak untuk menafsirkan relevansinya dalam kehidupan digital dan sosial modern (Miski, 2021). Hal ini selaras dengan kebutuhan aktual mahasiswa yang hidup dalam era keterbukaan informasi dan interaksi global melalui media sosial. Dalam wawancara yang dilakukan, sebagian mahasiswa seperti Avissina dan Khoirun Nisa menyadari adanya perubahan persepsi mereka terhadap penyakit *'ain* setelah mendapatkan penjelasan dari dosen dan teman sekelas tentang bahaya pamer dan pentingnya zikir perlindungan. Perubahan ini menunjukkan bahwa strategi pembinaan berbasis hadis memiliki dampak positif terhadap pola pikir dan perilaku mahasiswa.

Integrasi antara pemahaman hadis dan strategi perlindungan spiritual juga dapat dimaksimalkan melalui program-program bimbingan rohani yang menekankan pentingnya menjaga hati dan niat dalam setiap tindakan. Mahasiswa yang terbiasa membaca zikir dan doa perlindungan akan lebih mampu menghadapi tekanan akademik maupun sosial dengan tenang. Pengalaman mahasiswa seperti Rozi dan Nurul membuktikan bahwa ketika mereka mengalami gejala fisik dan psikis yang tidak dapat dijelaskan oleh medis, mereka tidak langsung panik, melainkan menghadapinya dengan pendekatan spiritual melalui doa dan introspeksi diri. Sikap ini menjadi bukti bahwa pembinaan berbasis hadis tidak hanya bersifat teoritis, melainkan memiliki dampak nyata terhadap ketahanan pribadi. Hal ini diperkuat oleh hasil studi yang dilakukan oleh Rochdiat et al. (2019), yang menunjukkan bahwa mahasiswa yang rutin mengikuti kajian keislaman dan mengamalkan zikir harian memiliki tingkat stres yang lebih rendah dan resiliensi psikologis yang lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa yang tidak terlibat dalam aktivitas spiritual tersebut. Temuan ini membuktikan bahwa pendekatan spiritual berbasis hadis dapat berfungsi sebagai strategi preventif dan kuratif dalam menghadapi dinamika kehidupan kampus yang kompleks.

Etika bermedia sosial yang berbasis pada nilai-nilai hadis juga dapat ditanamkan melalui budaya akademik yang mendorong mahasiswa untuk menjadikan media sosial sebagai sarana dakwah, edukasi, dan penguatan *ukhūwah*. Mahasiswa yang memahami nilai hadis tentang *'ain* akan lebih selektif dalam memilih konten yang dibagikan, menghindari pamer, serta lebih sering menyertakan doa keberkahan ketika memberikan komentar terhadap unggahan orang lain. Kebiasaan ini akan menciptakan ekosistem digital yang sehat dan saling melindungi, sesuai dengan semangat hadis Nabi yang mengajarkan agar umat Islam saling menjaga dan tidak menimbulkan bahaya bagi sesama. Sebuah studi yang dilakukan oleh Andika & Anwar (2025) menunjukkan bahwa mahasiswa yang aktif mengikuti kajian hadis digital cenderung menunjukkan perilaku bermedia sosial yang lebih etis, seperti menghindari ujaran kebencian, tidak menyebarkan konten provokatif, dan lebih sering menggunakan media

sosial untuk menyebarkan pesan keagamaan yang positif. Temuan ini memperkuat pentingnya internalisasi nilai-nilai hadis dalam budaya digital kampus sebagai strategi konkret membentuk kesadaran bermedia sosial yang bertanggung jawab dan penuh keberkahan.

Pembentukan kebiasaan spiritual dan etis tersebut sejalan dengan visi pendidikan Islam yang menekankan aspek *tazkiyah al-Nafs* dan *tarbiyah rūḥiyah*. Mahasiswa yang dibimbing dengan pendekatan hadis akan memiliki kesadaran bahwa setiap perilaku memiliki dimensi ukhrawi yang perlu diperhatikan, termasuk dalam penggunaan teknologi modern. Penyakit '*ain* menjadi pengingat bahwa tidak semua gangguan berasal dari dunia fisik, dan bahwa kehidupan manusia harus dijaga dengan perlindungan spiritual yang bersumber dari wahyu dan sunnah. Oleh karena itu, strategi proteksi diri berdasarkan hadis Nabi menjadi bagian penting dalam pendidikan karakter mahasiswa agar tumbuh sebagai insan akademik yang kuat secara intelektual, spiritual, dan sosial.

## PENUTUP

Media sosial memiliki potensi besar menjadi medium penyebab penyakit '*ain* apabila digunakan tanpa kontrol spiritual dan etika berbagi yang berlandaskan ajaran Islam. Unggahan swafoto, capaian pribadi, serta gaya hidup yang dipamerkan tanpa disertai perlindungan doa dan niat yang ikhlas, dapat memicu kekaguman atau hasad orang lain yang berujung pada gangguan spiritual. Penyakit '*ain* tidak hanya berdampak pada aspek batiniah, tetapi juga memengaruhi kesehatan fisik dan psikologis mahasiswa, sebagaimana terlihat dari gejala-gejala seperti kelelahan, kecemasan, sulit fokus, dan penurunan semangat yang tidak dapat dijelaskan oleh penyebab medis. Dalam konteks ini, pemahaman mendalam terhadap hadis-hadis Nabi tentang '*ain* dan penerapan strategi preventif-protektif seperti zikir, doa perlindungan, serta pembatasan eksposur diri secara berlebihan menjadi solusi yang signifikan bagi mahasiswa agar tetap sehat secara jasmani dan rohani. Perbedaan respons mahasiswa yang memahami hadis dengan yang tidak memperlihatkan pentingnya literasi keagamaan dalam menghadapi tantangan spiritual era digital. Oleh karena itu, diperlukan bimbingan spiritual berbasis hadis yang terstruktur dan kontekstual di lingkungan kampus, baik melalui kurikulum maupun kegiatan pembinaan rohani. Bimbingan tersebut akan menjadi fondasi penting untuk membentuk karakter mahasiswa yang tangguh menghadapi dinamika media sosial, serta memperkuat ketahanan spiritual mereka dalam menjaga diri dari potensi gangguan seperti penyakit '*ain* yang semakin relevan dalam kehidupan kontemporer. Namun, kajian ini memiliki keterbatasan karena masih bersifat konseptual dan belum didukung oleh data empiris lapangan yang lebih luas, sehingga penelitian selanjutnya disarankan untuk mengeksplorasi pengalaman nyata mahasiswa melalui pendekatan kualitatif maupun kuantitatif, guna memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif dan aplikatif terkait dampak media sosial terhadap munculnya penyakit '*ain* dan strategi pencegahannya dalam kehidupan akademik.

## REFERENCES

- Al-‘Asqalānī, A. bin ‘Alī bin Ḥajar. (1970). *Fath al-Bārī*. al-Maktabah al-Salafiyah.
- Al-Albānī, M. N. (1995). *Silsilah al-Aḥādīṣ al-Ṣaḥīḥah*. Maktabah al-Ma’ārif.
- Al-Bukhārī, A. ‘Abdillāh M. bin I. (1993). *Ṣaḥīḥ al-Bukhārī* (M. D. Al-Bugā (ed.)). Dār Ibnu Kaṣīr.
- Al-Gazālī, A. Ḥāmid M. bin M. (2009). *Iḥyā’ ‘Ulūm Al-Dīn* (M. Zuhri, M. Mochtar, & M. Misbah (eds.)). CV. Asy Syifa’.
- Al-Jawziyyah, M. bin A. B. bin A. bin S. S. al-D. I. Q. (1999). *al-Wābil al-Ṣayyib min al-Kalm al-Ṭayyib*. Dār al-Ḥadīṣ.
- Al-Khaṭṭābī, A. S. Ḥamad bin M. (1997). *Ma’ālim al-Sunan*. Dār al-Kutb al-Ilmiyyah.
- Al-Mubārakfūrī, A. al-‘Ulā M. ‘Abdurrahmān bin ‘Abdurrahīm. (1993). *Tuḥfat al-Aḥwāzī bi Syarḥ Jāmi’ al-Tirmizī*. Dār al-Kutb al-‘Ilmiyyah.
- Al-Munāwī, ‘Abdurraūf. (1994). *Fayḍ al-Qadīr*. Dar al-Kutub al-Alamiyyah.
- Al-Naisābūrī, A. al-Ḥusain M. bin al-Ḥajjāj al-Q. (1955). *Ṣaḥīḥ Muslim* (M. F. ‘Abd Al-Bāqī (ed.)). Muṣṭafā al-Bābī al-Ḥalabī.
- Al-Nawawī, A. Z. M. Y. bin S. (1976). *Al-Minhāj Syarḥ Ṣaḥīḥ Muslim Bin Al-Ḥajjāj*. Dār Iḥyā’ al-Turāṣ al-‘Arābī.
- Al-Nawawī, A. Z. M. Y. bin S. (1994). *Al-Azḳār*. Dār al-Fikr.
- Al-Qaraḍāwī, Y. (2017). *Fiqh al-Ushrah*. Dār al-Syāmilah.
- Al-Qarāfī, A. al-‘Abbās S. al-D. A. bin I. bin ‘Abd al-R. al-M. (1998). *al-Furūq*. ‘Ālim al-Kutub.
- Al-Qārī, ‘Alī bin Muḥammad Abū al-Ḥasan Nūruddīn al-Mullā. (2002). *Mirqāt al-Mafātīḥ Syarḥ Misykāt al-Maṣābīḥ*. Dār al-Fikr.
- Al-Qaṣṭalānī, S. A. al-‘Abbās A. bin M. asy-S. (1996). *Irsyād al-Sārī li Syarḥ Ṣaḥīḥ al-Bukhārī*. Dār al-Kutub al-‘Ilmiyyah.
- Al-Qurṭubī, A. ‘Abdillāh M. bin A. al-A. (1964). *al-Jāmi’ li Aḥkām al-Qur’ān* (A. Al-Birdūnī & I. Aṭṭīsy (eds.)). Dār al-Kutb al-Miṣriyyah.
- Al-Sijistānī, A. D. S. bin al-A. bin I. bin B. bin S. bin ‘Amr al-A. (1993). *Sunan Abī Dāwud* (M. M. ‘Abd Al-Ḥamīd (ed.)). al-Maktabah al-Iṣriyyah.
- Al-Sindī, A. al-Ḥasan M. bin ‘Abd al-H. al-T. N. al-D. (1998). *Ḥāsiyyah al-Sindī ‘alā Sunan Ibnu Mājah*. Dār al-Jail.
- Al-Ṭabrānī, S. bin A. bin A. bin M. al-L. al-S. A. al-Q. (1994). *al-Mu’jam al-Kabīr*. Maktabah Ibnu Taimiyyah.
- Al-Tirmizī, M. bin ‘Īsā bin S. bin M. bin al-Ḍaḥḥāk A. ‘Īsa. (1975). *Sunan al-Tirmizī* (A. M. Syākir & M. F. ‘Abd Al-Bāqī (eds.)). Muṣṭafā al-Bābī al-Ḥalabī.
- Andika, R., & Anwar, L. (2025). The Urgency of Abandoning Negative Content on Social Media: A Hadith Review on Benefits and Priorities. *AMK : Abdi Masyarakat UIKA*, 4(1), 55–63. <https://doi.org/10.32832/amk.v4i1.2671>
- Asy-Sya’rāwī, M. M. (1997). *Khawāṭirī Al-Qur’ān Al-Karīm Tafṣīr Asy-Sya’rāwī*. Akhbār al-Yaum.
- Baṭāl, A. A.-Ḥasan ‘Alī bin K. bin ‘Abd A.-M. I. (2003). *Syarḥ Ṣaḥīḥ Al-Bukhārī* (A. T. Y. bin Ibrāhīm (ed.)). Maktabah al-Rashd.
- Cataldo, I., Lepri, B., Neoh, M. J. Y., & Esposito, G. (2021). Social Media Usage and Development of Psychiatric Disorders in Childhood and Adolescence: A Review. *Frontiers in Psychiatry*, 11, 1–15. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.508595>
- Durkheim, É. (2022). *Etude des faits sociaux selon Durkheim*. Editions Le Mono.
- Gandana, I., & Oktaviandy, R. (2021). Social Media use among Indonesia’s Generation Z: A Case of University Students in Bandung, West Java. *Komunitas*, 13(2), 168–178.

- <https://doi.org/10.15294/komunitas.v13i2.28856>
- Harahap, A. P., Syahriza, R., & Faza, A. M. (2024). The Transformation of Understanding Hadith in the Post-Multimedia Era: Balancing Technological Advancements with Tradition Preservation. *Jurnal Living Hadis*, 9(2), 1–21. <https://doi.org/10.14421/livinghadis.2024.5798>
- Hasibuan, M. H., Harahap, A. P., & Hanifah, A. (2024). The Role of The Prophet in Educating Children and its Implementation in Preventing Gadget Addiction in Children. *SANGKÉP: Jurnal Kajian Sosial Keagamaan*, 7(2), 309–330. <https://doi.org/10.20414/sangkep.v7i2.11159>
- Kaya, T., & Bicen, H. (2016). The effects of social media on students' behaviors; Facebook as a case study. *Computers in Human Behavior*, 59, 374–379. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.02.036>
- Khaldūn, 'Abdurrahmān bin Ibnu. (1981). *Tārīkh Ibnu Khaldūn*. Dār al-Fikr.
- Latif, K., Weng, Q., Pitafi, A. H., Ali, A., Siddiqui, A. W., Malik, M. Y., & Latif, Z. (2021). Social comparison as a double-edged sword on social media: The role of envy type and online social identity. *Telematics and Informatics*, 56, 101470. <https://doi.org/10.1016/j.tele.2020.101470>
- Mājah, A. 'Abdillāh M. bin Y. I. (2014). *Sunan Ibnu Mājah* (M. F. 'Abd Al-Bāqī (ed.)). Dār al-Ṣadīq.
- Malak, M. Z., Shuhaiber, A. H., Al-amer, R. M., Abuadas, M. H., & Aburoomi, R. J. (2022). Correlation between psychological factors, academic performance and social media addiction: model-based testing. *Behaviour & Information Technology*, 41(8), 1583–1595. <https://doi.org/10.1080/0144929X.2021.1891460>
- Miski. (2021). *Pengantar Metodologi Penelitian Hadis Tematik*. CV Maknawi.
- Nazmi, K., Rahmi, T., & Harahap, A. P. (2025). Keutuhan Harmoni Rumah Tangga Perspektif Hadis: Menghindari Stigma Sosial di Aplikasi Tiktok Sebagai Standar Kebahagiaan Keluarga. *Al Qalam: Jurnal Ilmiah Keagamaan Dan Kemasyarakatan*, 19(1), 358–375. <https://doi.org/10.35931/aq.v19i1.4358>
- Nurfajriyani, Latukau, R. E. P., Yasir, M., & Al-Nussairi, W. F. (2025). The Concept of 'Ain (Evil Eye) in the Qur'an and Hadith: Implications for Mental Health in Contemporary Era. *Al-Karim: International Journal of Quranic and Islamic Studies*, 3(1), 105–124. <https://doi.org/10.33367/al-karim.v3i1.5385>
- Quṭhb, S. (2004). *Tafsīr Fī Zilāl Al-Qur'ān* (A. Yasin, A. H. al Kattani, I. A. Shomad, H. Heftri, A. D. Bashori, A. A. 'Izzi, S. Rahman, Hidayatullah, Bakrun, Z. Bashiran, Fauzan, M. Labib, Tajuddin, M. Hamzah, & Syihabuddin (eds.)). Gema Insani.
- Ramadan, T. (2009). *Islam, the West and the Challenges of Modernity*. The Islamic Foundation.
- Rochdiat, W. M., Herstu, E., & Lestiawati, E. (2019). Dhikr As Nursing Intervention To Reduce Stress in Health Science Students. *Indones. Nurs. J. Educ. Clin.*, 4(1), 1–8. <https://doi.org/10.24990/INJEC.V4I1.222>
- Rosyad, S., & Alif, M. (2023). Hadis di Era Digital: Tantangan dan Peluang Penggunaan Teknologi dalam Studi Hadis. *Jurnal Ilmu Agama: Mengkaji Doktrin, Pemikiran, Dan Fenomena Agama*, 24(2), 185–197. <https://doi.org/10.19109/jia.v24i2.18979>
- Zakariyā, A. Ḥusain A. bin F. bin. (1979). *Mu'jam Maqāyis al-Lughah*. Dār al-Fikr.