

PENGEMBANGAN KERANGKA RESILIENSI KOGNITIF ISLAMI DALAM PENANGANAN KECEMASAN PASCA BENCANA: KAJIAN BIBLIOMETRIK DAN SINTESIS BUKTI SISTEMATIS

Teuku Fadhli¹
M. Zainuddin²
Dwi Endrasto Wibowo³

Abstrak

Kecemasan pascabencana merupakan masalah psikologis yang membutuhkan intervensi yang tidak hanya efektif secara klinis, tetapi juga relevan secara kultural dan spiritual. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji integrasi religiusitas Islam dengan teknik restrukturisasi kognitif serta merumuskan *Islamic Cognitive Resilience Framework* untuk penanganan kecemasan pascabencana. Metode yang digunakan adalah ulasan campuran (*mixed review*) yang terdiri dari analisis bibliometrik menggunakan VOSviewer dan *Systematic Evidence Synthesis* berdasarkan pedoman PRISMA 2020. Dari 50.999 literatur awal yang dihimpun, sebanyak 30 artikel yang memenuhi kriteria inklusi diekstraksi dan dianalisis. Hasil pemetaan bibliometrik menunjukkan keterhubungan yang kuat antara spiritualitas, intervensi kognitif, dan penurunan tingkat kecemasan. Temuan sintesis sistematis menegaskan bahwa integrasi nilai-nilai Islam seperti sabar, tawakal, dan husnuzan ke dalam *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) mempercepat pemulihan trauma. Sebagai kesimpulan, kajian ini berhasil mengembangkan Kerangka Resiliensi Kognitif Islami yang menawarkan pendekatan psikososial yang holistik.

Kata Kunci: kecemasan pascabencana; restrukturisasi kognitif; religiusitas islam; resiliensi kognitif; analisis bibliometrik.

TOWARD AN ISLAMIC COGNITIVE RESILIENCE FRAMEWORK FOR POST-DISASTER ANXIETY: INSIGHTS FROM BIBLIOMETRIC MAPPING AND SYSTEMATIC EVIDENCE SYNTHESIS

Abstract

Post-disaster anxiety is a psychological issue requiring interventions that are not only clinically effective but also culturally and spiritually relevant. This study aims to examine the integration of Islamic religiosity with cognitive restructuring techniques and to formulate an Islamic Cognitive Resilience Framework for managing post-disaster anxiety. The method employed is a mixed review comprising a bibliometric analysis using VOSviewer and a Systematic Evidence Synthesis based on the PRISMA 2020 guidelines. From an initial 50,999 records, 30 articles meeting the inclusion criteria were extracted and thoroughly analyzed. The bibliometric mapping results indicate a strong interconnection between spirituality, cognitive interventions, and the reduction of anxiety levels. The systematic synthesis findings confirm that integrating Islamic values such as patience (sabr), reliance on God (tawakkul), and positive thinking (husnuzhan) into Cognitive Behavioral Therapy (CBT) accelerates trauma recovery. In conclusion, this study successfully developed the Islamic Cognitive Resilience Framework, offering a holistic psychosocial approach.

Keywords: post-disaster anxiety; cognitive restructuring; islamic religiosity; cognitive resilience; bibliometric analysis.

¹ Universitas Jabal Ghafur /teukufadhli@unigha.ac.id

² Universitas Pendidikan Mandalika /mzainuddin@undikma.ac.id

³ Universitas Negeri Makassar /dwi.endrasto.wibowo@unm.ac.id

PENDAHULUAN

Bencana alam tidak hanya menimbulkan kerugian fisik, ekonomi, dan sosial, tetapi juga berdampak signifikan terhadap kesehatan mental penyintas. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa individu yang mengalami bencana berisiko mengalami kecemasan, stres pascatrauma, depresi, serta penurunan kesejahteraan psikologis. Oleh karena itu, kesehatan mental menjadi aspek penting dalam proses pemulihan pascabencana. Temuan mutakhir menunjukkan bahwa pemulihan psikologis tidak hanya bergantung pada bantuan material dan rehabilitasi fisik, tetapi juga pada kemampuan individu dan komunitas dalam membangun resiliensi psikologis dan spiritual (Nole et al., 2025). Kartol et al. (2025) menunjukkan bahwa gejala *Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD)* pada penyintas gempa di Türkiye masih dapat bertahan hingga satu tahun setelah bencana, sementara *spiritual well-being* dan *self-compassion* berkontribusi terhadap pemulihan pascatrauma. Pada konteks Indonesia, Farmawati dan Zulfa (2025) melaporkan bahwa intervensi psikososial berbasis spiritualitas Islam membantu penyintas mengelola emosi, memaknai pengalaman traumatis, dan meningkatkan kesehatan mental.

Kecemasan merupakan salah satu respons psikologis yang paling umum muncul dalam situasi krisis dan ketidakpastian pascabencana. Radzi et al. (2014) menjelaskan bahwa kecemasan merupakan respons adaptif terhadap *stressor*, tetapi dapat berkembang menjadi gangguan kecemasan apabila muncul secara berlebihan dan dipicu oleh ketakutan irasional. Pada penyintas bencana, kondisi ini sering diperparah oleh pengalaman traumatis, kehilangan anggota keluarga, dan ketidakpastian sosial ekonomi. Sejalan dengan itu, Zatrachadi et al. (2023) melalui kajian bibliometrik menunjukkan bahwa penelitian mengenai gangguan kecemasan terus berkembang

dan menjadi salah satu tema utama dalam kajian kesehatan mental global.

Dalam psikologi modern, kecemasan umumnya ditangani melalui psikoterapi, farmakoterapi, atau kombinasi keduanya. Salah satu pendekatan yang terbukti efektif adalah *Cognitive Behavioral Therapy (CBT)*, yang berasumsi bahwa pikiran maladaptif merupakan faktor utama pemicu gangguan emosional (Barlow et al., 2018). *CBT* membantu individu mengidentifikasi, mengevaluasi, dan mengubah pola pikir negatif menjadi lebih adaptif (Clark, 2013). Salah satu teknik utamanya adalah restrukturisasi kognitif yang bertujuan mengubah distorsi kognitif penyebab kecemasan (Beck & Clark, 1997). Namun, AlHarbi et al. (2023) menunjukkan bahwa penerapan *CBT* pada komunitas Muslim memerlukan adaptasi religius dan budaya agar lebih sesuai dengan sistem keyakinan klien. Sejalan dengan hal tersebut, Abreu Costa dan Moreira-Almeida (2021) menjelaskan bahwa nilai-nilai religius dapat diintegrasikan ke dalam *CBT* melalui *psychoeducation*, motivasi spiritual, aktivitas keagamaan, dan proses restrukturisasi kognitif.

Religiusitas merupakan salah satu sumber daya psikologis yang penting dalam pemulihan pascabencana. Aggarwal et al. (2023) dalam kajian sistematis dan *meta-analysis* menemukan bahwa religiusitas dan spiritualitas berkontribusi terhadap pencegahan serta pengelolaan depresi dan kecemasan. Dalam masyarakat Muslim, khususnya Aceh yang memiliki karakteristik religius yang kuat, nilai-nilai seperti takdir, sabar, tawakal, dan harapan kepada Tuhan dapat membantu individu memaknai kembali pengalaman traumatis secara lebih positif (Hamdan, 2008; Abreu Costa & Moreira-Almeida, 2021). Okan et al. (2025) juga menunjukkan bahwa *spiritual coping* berkontribusi dalam menurunkan stres, kecemasan, dan depresi sekaligus meningkatkan kesejahteraan psikologis pada penyintas bencana.

Dalam perspektif Islam, religiusitas tidak hanya mencakup aspek ritual, tetapi juga dimensi keyakinan dan pengalaman spiritual yang mendalam. Penelitian menunjukkan bahwa individu dengan tingkat religiusitas yang tinggi cenderung memiliki tingkat kecemasan yang lebih rendah dan kemampuan *coping* yang lebih baik (Mahudin et al., 2016; Huda et al., 2019). Praktik keagamaan seperti doa, dzikir, dan membaca Al-Qur'an juga berkontribusi terhadap peningkatan resiliensi dan pertumbuhan pascatrauma (Yuliyanti, 2024). Selain itu, Susanti et al. (2025) menemukan bahwa spiritualitas Islam dan *self-efficacy* memiliki hubungan positif dengan *subjective well-being*. Religiusitas Islam sendiri mencakup tiga dimensi utama, yaitu Islam, Iman, dan Ihsan sebagaimana dijelaskan dalam Hadis Jibril (HR. Muslim No. 8). Berbagai studi juga menunjukkan bahwa religiusitas, dukungan sosial, dan kebermaknaan hidup merupakan prediktor penting resiliensi pada korban bencana alam (Bhatti et al., 2022). Kartol et al. (2025) menegaskan bahwa *spiritual well-being*, *coping*, *self-compassion*, dan dukungan sosial merupakan faktor penting dalam pembentukan resiliensi pascatrauma.

Meskipun penelitian mengenai religiusitas, *CBT*, restrukturisasi kognitif, dan kesehatan mental pascabencana telah berkembang pesat, kajian-kajian tersebut masih cenderung dilakukan secara terpisah. AlHarbi et al. (2023) menyoroti pentingnya adaptasi religius dalam penerapan *CBT*, sementara Zarahadi et al. (2023) menunjukkan bahwa analisis bibliometrik diperlukan untuk memetakan tren dan arah perkembangan penelitian. Namun, masih terbatas kajian yang secara komprehensif memetakan perkembangan pengetahuan global mengenai integrasi religiusitas Islam dan restrukturisasi kognitif sekaligus mensintesis bukti empiris untuk membangun kerangka konseptual intervensi kecemasan pascabencana.

Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan memetakan perkembangan penelitian mengenai religiusitas Islam, restrukturisasi kognitif, resiliensi psikologis, dan kecemasan pascabencana melalui analisis bibliometrik serta mensintesis bukti ilmiah melalui *systematic evidence synthesis*. Berdasarkan hasil pemetaan dan sintesis tersebut, penelitian ini mengembangkan *Islamic Cognitive Resilience Framework* yang mengintegrasikan prinsip-prinsip restrukturisasi kognitif dengan nilai-nilai religiusitas Islam sebagai landasan konseptual dalam penanganan kecemasan pascabencana. *Framework* ini diharapkan memberikan kontribusi teoretis bagi pengembangan ilmu bimbingan dan konseling, psikologi Islam, serta kesehatan mental pascabencana, sekaligus menjadi dasar pengembangan model intervensi yang lebih kontekstual dan holistik.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan *mixed review method* yang menggabungkan analisis bibliometrik (*bibliometric analysis*) dan sintesis bukti sistematis (*systematic evidence synthesis*) untuk memetakan perkembangan penelitian serta mengidentifikasi temuan empiris terkait religiusitas Islam, restrukturisasi kognitif, resiliensi psikologis, dan kecemasan pascabencana. Pendekatan ini dipilih karena mampu memberikan gambaran komprehensif mengenai struktur pengetahuan, tren penelitian, tema dominan, serta arah pengembangan model konseptual dalam suatu bidang kajian (Donthu et al., 2021; Passas, 2024). Selain itu, integrasi analisis bibliometrik dan tinjauan sistematis dinilai menghasilkan sintesis pengetahuan yang lebih mendalam dibandingkan *literature review* konvensional (Erlangga, 2026; Gaur, 2025).

Tahap pertama berupa analisis bibliometrik untuk memetakan penelitian mengenai religiusitas Islam, *cognitive restructuring*, *Cognitive Behavioral*

Therapy (CBT), resiliensi psikologis, dan kecemasan pascabencana. Data bibliografis diperoleh dari Google Scholar dan Crossref melalui perangkat lunak Publish or Perish menggunakan kata kunci “Islamic religiosity”, “spirituality”, “cognitive restructuring”, “cognitive behavioral therapy”, “anxiety”, “resilience”, “trauma”, dan “disaster” pada rentang publikasi 2010–2026.

Pencarian menghasilkan 50.999 dokumen yang kemudian melalui proses data cleaning, penghapusan duplikasi, dan seleksi metadata. Data diekspor dalam format CSV dan RIS untuk dianalisis menggunakan VOSviewer. Analisis meliputi co-occurrence, co-citation, bibliographic coupling, dan co-authorship guna memetakan jaringan pengetahuan, tren publikasi, produktivitas penulis, negara, institusi, sumber publikasi, serta evolusi tema penelitian.

Tahap kedua dilakukan melalui Systematic Evidence Synthesis dengan mengikuti pedoman PRISMA 2020. Proses seleksi literatur meliputi identification, screening, eligibility, dan inclusion. Dari 50.999 dokumen yang teridentifikasi, sebanyak 17.419 dokumen dihapus karena duplikasi dan 27.953 dieliminasi melalui penyaringan metadata. Sebanyak 5.627 artikel menjalani screening berdasarkan judul dan abstrak, menghasilkan 3.273 artikel yang memenuhi tahap eligibility. Setelah evaluasi lanjutan, dipilih 30 artikel dengan relevansi tertinggi untuk dianalisis dalam sintesis bukti sistematis.

Kriteria inklusi meliputi: (1) membahas religiusitas Islam, spiritualitas, cognitive restructuring, CBT, kecemasan, trauma, resiliensi psikologis, atau kesehatan mental pascabencana; (2) diterbitkan pada jurnal peer-reviewed; (3) tersedia dalam bentuk full text; (4) diterbitkan pada tahun 2010–2026; dan (5) menggunakan Bahasa Indonesia atau Bahasa Inggris. Kriteria eksklusi meliputi artikel yang tidak relevan dengan fokus penelitian, artikel duplikat, publikasi non-

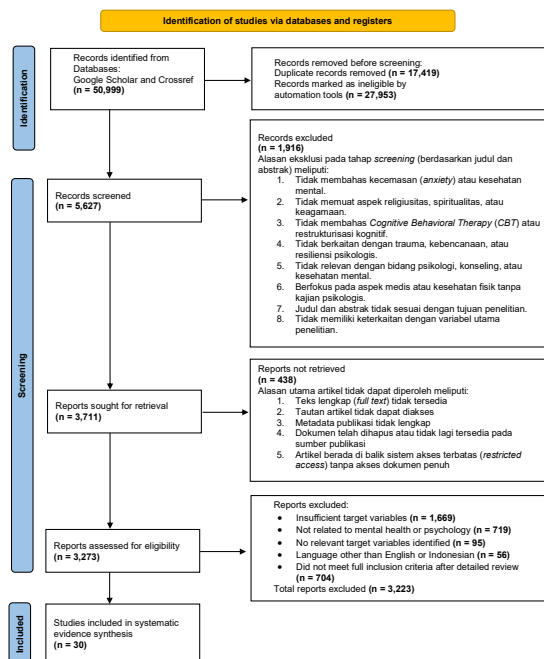
ilmiah, artikel tanpa informasi metodologis yang memadai, serta artikel yang tidak berkaitan dengan variabel utama penelitian.

Pada tahap sintesis, data diekstraksi berdasarkan penulis, tahun publikasi, negara penelitian, desain penelitian, karakteristik sampel, variabel, instrumen, temuan utama, dan kontribusi terhadap pengembangan Islamic Cognitive Resilience Framework. Selanjutnya dilakukan content analysis untuk mengidentifikasi tema utama, pola hubungan antarvariabel, mekanisme psikologis adaptasi pascabencana, serta bentuk integrasi religiusitas Islam dan restrukturisasi kognitif.

Hasil analisis bibliometrik dan sintesis bukti sistematis kemudian diintegrasikan untuk mengembangkan Islamic Cognitive Resilience Framework yang menjelaskan hubungan antara pengalaman bencana, distorsi kognitif, religiusitas Islam, restrukturisasi kognitif, resiliensi psikologis, dan penurunan kecemasan pascabencana. Pendekatan ini tidak hanya menghasilkan pemetaan perkembangan keilmuan (knowledge mapping), tetapi juga sintesis konseptual sebagai dasar pengembangan model intervensi konseling yang kontekstual, holistik, dan sesuai dengan karakteristik masyarakat Muslim.

HASIL DAN DISKUSI

1. Hasil Seleksi Literatur Berdasarkan PRISMA



Gambar 1. PRISMA 2020 Flow Diagram

Seleksi literatur dilakukan mengikuti pedoman PRISMA 2020 untuk memastikan transparansi dan ketelitian proses penelusuran. Hasil pencarian melalui Google Scholar dan Crossref menggunakan kata kunci terkait religiusitas Islam, spiritualitas, cognitive restructuring, Cognitive Behavioral Therapy (CBT), kecemasan, trauma, resiliensi, dan kesehatan mental pascabencana menghasilkan 50.999 dokumen.

Pada tahap identifikasi, sebanyak 17.419 dokumen duplikat dan 27.953 dokumen yang tidak memenuhi kriteria metadata serta relevansi penelitian dieliminasi, sehingga tersisa 5.627 dokumen untuk proses screening. Selanjutnya, penyaringan berdasarkan judul dan abstrak mengeluarkan 1.916 artikel karena tidak membahas kecemasan, kesehatan mental, religiusitas, CBT, restrukturisasi kognitif, trauma, bencana, resiliensi psikologis, atau

tidak relevan dengan fokus penelitian. Tahap ini menghasilkan 3.711 artikel yang memenuhi syarat untuk penelusuran teks lengkap.

Pada tahap retrieval, sebanyak 438 artikel tidak dapat diperoleh karena keterbatasan akses, tidak tersedianya full text, metadata yang tidak lengkap, atau dokumen sudah tidak tersedia. Dengan demikian, sebanyak 3.273 artikel memasuki tahap penilaian kelayakan (eligibility).

Hasil telaah mendalam menunjukkan bahwa 3.223 artikel harus dikeluarkan, terdiri atas artikel dengan variabel yang tidak memadai (n = 1.669), tidak berkaitan dengan kesehatan mental atau psikologi (n = 719), tidak memiliki variabel target yang relevan (n = 95), menggunakan bahasa selain Indonesia dan Inggris (n = 56), serta tidak memenuhi kriteria inklusi setelah peninjauan penuh (n = 704).

Pada tahap akhir, sebanyak 30 artikel memenuhi seluruh kriteria inklusi dan dipilih untuk systematic evidence synthesis. Artikel-artikel tersebut digunakan untuk mengidentifikasi hubungan antara religiusitas Islam, restrukturisasi kognitif, resiliensi psikologis, trauma, dan kecemasan pascabencana, yang selanjutnya menjadi dasar pengembangan Islamic Cognitive Resilience Framework.

2. Karakteristik Studi yang Disintesis

Daftar referensi berikut memuat 30 literatur inti yang menjadi landasan analisis bibliometrik dan sintesis sistematis dalam penelitian ini. Literatur ini diekstraksi secara ketat berdasarkan tiga fokus utama: efektivitas *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) untuk mengatasi kecemasan pascabencana, peran spiritualitas Islam dalam membentuk resiliensi penyintas, serta rujukan metodologi terstandar seperti PRISMA. Kompilasi pustaka ini menyokong konstruksi model penanganan trauma yang

tangguh secara klinis sekaligus adaptif secara religius dan kultural.

Tabel 1. Karakteristik Studi yang Disintesis

No Penulis & Tahun	Judul / Topik Studi	Variabel Utama	Desain Penelitian	Ringkasan Temuan
1 Manik et al., (2026)	Implementation Trauma Healing Through CBT to Overcome Anxiety After Landslide	Kecemasan, CBT, Trauma healing, Pasca bencana	Kuantitatif Eksperimental	Penelitian menunjukkan bahwa penerapan Trauma Healing melalui Cognitive Behavioral Therapy (CBT) menghasilkan penurunan skor kecemasan yang sangat signifikan pada wanita usia subur pasca bencana tanah longsor. Intervensi ini terbukti efektif dalam memperbaiki disfungsi kognitif dan meningkatkan kemampuan adaptasi emosional di tengah situasi krisis traumatis.
2 Farmawati & Zulfa (2025)	Intervensi psikososial berbasis spiritualitas Islam bagi penyintas tanah longsor	Intervensi psikososial, Spiritualitas Islam, Kesehatan mental	Tinjauan Kualitatif / Studi Kasus	Intervensi psikososial yang mengintegrasikan nilai-nilai spiritualitas Islam terbukti menjadi mekanisme koping yang esensial. Pendekatan ini tidak hanya membantu penyintas dalam meregulasi emosi negatif, tetapi juga memberikan kerangka makna (meaning-making) terhadap musibah, yang bermuara pada peningkatan kualitas kesehatan mental dan resiliensi spiritual.
3 Susanti et al.,(2025)	Subjective well-being in Muslim students: The role of Islamic spirituality	Kesejahteraan subjektif, Spiritualitas Islam	Kuantitatif	Terdapat korelasi positif dan signifikan antara pengamalan spiritualitas Islami dengan kemampuan efikasi diri (self-efficacy). Individu yang menginternalisasi nilai-nilai spiritual menunjukkan tingkat kesejahteraan subjektif yang lebih stabil, serta memiliki daya tahan psikologis yang lebih tangguh saat menghadapi tekanan.

4	Kartol et al. (2025)	Kajian PTSD dan spiritual well-being pada penyintas gempa	PTSD, Spiritual well-being, Trauma bencana	Observasional	Hasil observasi mengindikasikan bahwa kesejahteraan spiritual berperan sebagai faktor pelindung protektif. Keterikatan spiritual ini terbukti mempercepat proses pemulihan trauma, meredakan keparahan gejala Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD) secara bertahap, dan menumbuhkan welas asih (self-compassion) pada penyintas gempa.
5	Papola et al. (2024)	Psychotherapies for Generalized Anxiety Disorder in Adults	Kecemasan (GAD), Psikoterapi, Dewasa	Network Meta-Analysis	Melalui meta-analisis jaringan, studi ini memberikan validasi klinis tingkat tinggi bahwa psikoterapi, khususnya yang berbasis modifikasi kognitif, merupakan intervensi lini pertama. Terapi ini menunjukkan effect size yang besar dalam mereduksi gejala kecemasan umum dan memutus siklus kekhawatiran kronis pada populasi dewasa.
6	Öst et al. (2023)	Cognitive Behavior Therapy for Adult Anxiety Disorders in Routine Clinical Care	Kecemasan, CBT, Perawatan klinis	Systematic Review & Meta-Analysis	Implementasi CBT dalam rutinitas perawatan klinis terbukti unggul sebagai standar utama penanganan gangguan kecemasan. Analisis menegaskan bahwa restrukturisasi kognitif secara langsung berkontribusi pada penurunan bias kognitif pasien dan memfasilitasi stabilitas emosional dalam pemulihan jangka panjang.
7	AlHarbi et al. (2023)	Adaptasi kultural dan religius dalam penerapan Cognitive Behavioral Therapy	CBT, Komunitas Muslim, Adaptasi religius	Kajian Adaptasi	Studi ini menekankan urgensi adaptasi kultural dalam psikoterapi. Penerapan CBT pada klien Muslim dinilai akan mencapai tingkat efektivitas maksimal apabila terapis mampu mengintegrasikan konsep

				dan nilai-nilai keagamaan (Islam) ke dalam protokol restrukturisasi kognitif tanpa menghilangkan esensi klinis medisnya.	
8	Fadhli et al., (2023)	Asumsi terhadap resiliensi diri pasca krisis/pandemi	Resiliensi diri, Ketangguhan kognitif	Kuantitatif Eksploratif	Penelitian mengeksplorasi bagaimana asumsi dasar dan pola pikir individu pasca krisis secara langsung mendikte ketangguhan mental mereka. Modifikasi kognisi ke arah yang lebih adaptif dan positif ditemukan sangat krusial dalam mempertahankan resiliensi diri di tengah ketidakpastian lingkungan.
9	Yuliyanti et al., (2024)	The Impact of Religious Practices on Resilience of Disaster Survivors	Praktik keagamaan, Resiliensi, Pertumbuhan pascatrauma	Kuantitatif	Keterlibatan aktif dalam praktik keagamaan, seperti rutinitas doa dan dzikir, tidak sekadar memberikan efek relaksasi sesaat. Praktik ini secara empiris terbukti meningkatkan ketahanan psikologis secara mendalam dan memicu fenomena post-traumatic growth, di mana penyintas menemukan kekuatan adaptasi baru pasca musibah.
10	Hamdan (2008)	Cognitive restructuring: An Islamic perspective	Restrukturisasi kognitif, Psikologi Islam	Tinjauan Konseptual	Tinjauan konseptual ini menegaskan bahwa teknik restrukturisasi kognitif memiliki persinggungan yang kuat dengan paradigma Psikologi Islam. Konsep seperti keyakinan pada takdir (qadar) dan kesabaran sangat sejalan dengan prinsip modifikasi pikiran irasional menjadi kerangka evaluasi yang lebih adaptif.
11	Bhatti et al. (2022)	Religiosity and meaning in life as predictors of resilience among victims of natural disaster	Religiusitas, Resiliensi, Korban bencana alam	Kuantitatif	Analisis kuantitatif membuktikan bahwa religiusitas, didukung oleh jaringan sosial dan kemampuan menemukan makna hidup, bertindak sebagai prediktor utama

				resiliensi. Penyintas dengan spiritualitas tinggi cenderung lebih cepat bangkit karena mampu meringkai ulang (reframing) tragedi secara positif.	
12	Alfriyani & Mustikasari (2024)	Implementasi CBT pada korban bencana banjir	Kecemasan, Resiliensi, CBT, Banjir	Literature Review	Tinjauan literatur mengonfirmasi bahwa penerapan modifikasi kognisi melalui CBT secara konsisten memberikan luaran positif pascabencana alam. Restrukturisasi kognitif secara langsung membantu memutus siklus pemikiran katastrofik dan mendorong adaptasi pemecahan masalah yang lebih rasional pada korban.
13	Fadhli, T., & Situmorang (2022)	Implementation of solution-focused brief therapy (SFBT) for handling psychological anxiety	Kecemasan psikologis, Terapi kognitif ringkas	Studi Intervensi	Pendekatan Solution-Focused Brief Therapy (SFBT) terbukti sebagai intervensi alternatif yang sangat praktis. Di tengah situasi krisis, terapi ringkas yang berfokus pada potensi solusi ini mampu menurunkan tingkat kecemasan dengan cepat karena mengalihkan fokus kognisi individu dari masalah menuju pemberdayaan diri.
14	Beck, A.T. (2025/Reprint)	Cognitive therapy and the emotional disorders	Kognisi, Gangguan emosi, Kecemasan	Tinjauan Klinis/Teoretis	Studi fundamental ini membuktikan bahwa gangguan emosi berakar dari pikiran otomatis yang negatif dan disfungsi skema kognitif. Intervensi klinis yang paling efektif adalah mengidentifikasi, menguji validitas secara logis, dan merestrukturisasi pola pikir maladaptif tersebut untuk memulihkan kesejahteraan emosional.
15	Clark (2013)	Evaluasi dan adaptasi pola pikir pada gangguan	Pola pikir adaptif, Restrukturisasi kognitif	Studi Teoretis	Evaluasi teoretis menunjukkan bahwa modifikasi sistem kepercayaan adalah inti

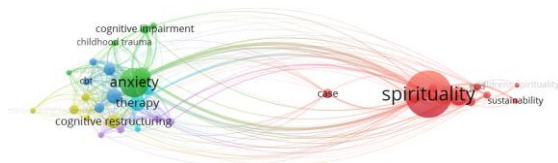
	kecemasan			dari manajemen kecemasan. Restrukturisasi kognitif sangat efektif digunakan untuk mendekonstruksi bias interpretasi dan keyakinan keliru yang selama ini menjadi pemicu utama munculnya respons somatik dan kepanikan.	
16	Abreu Costa & Moreira-Almeida (2021)	Integrasi nilai religius dalam psikoedukasi dan terapi kognitif	Religiusitas, Terapi kognitif	Studi Eksplorasi	Memisahkan keyakinan religius dari ruang terapi berisiko menghambat rapport antara klien dan terapis. Sebaliknya, mengintegrasikan secara aktif nilai-nilai religius dan spiritual ke dalam proses psikoedukasi terbukti mempercepat perbaikan restrukturisasi kognisi dan menumbuhkan resiliensi otonom pada pasien.
17	Okan et al. (2025)	Penggunaan spiritual coping pada penyintas trauma	Spiritual coping, Kecemasan, Stres pascatrauma	Kuantitatif	Penggunaan strategi coping berbasis spiritual—seperti pencarian dukungan ilahiah dan religious reframing—terbukti sebagai mekanisme penyesuaian yang konstruktif. Coping ini secara drastis menurunkan biomarker stres dan mereduksi gejala disosiatif pasca kejadian traumatis ekstrem.
18	Mahudin et al. (2016)	Hubungan antara religiusitas dan tingkat kecemasan saat krisis	Religiusitas, Tingkat kecemasan	Kuantitatif	Terdapat korelasi negatif yang meyakinkan antara religiusitas dan ekskalasi kecemasan. Temuan menunjukkan bahwa individu dengan fondasi keberagamaan yang mapan memiliki sistem ketahanan (buffer) psikologis yang mencegah kepanikan, sehingga kecemasan mereka relatif lebih terkendali di masa krisis.
19	Khairunnisa, D. (2025)	Peran kearifan lokal Islami dalam pembentukan	Resiliensi bencana, Nilai Islam lokal	Kualitatif	Eksplorasi kualitatif menunjukkan bahwa nilai-nilai keislaman yang terintegrasi erat dengan

		resiliensi			kearifan lokal bertindak sebagai instrumen resiliensi komunal. Agama bukan hanya keyakinan personal, melainkan jangkar kultural yang memandu komunitas menuju pemulihan psikologis secara kolektif pascabencana.
20	Huda et al. (2019)	Kemampuan regulasi diri berbasis coping agama pascabencana	Koping religius, Regulasi diri	Kuantitatif	Analisis efektivitas coping menunjukkan bahwa internalisasi nilai agama memberikan kerangka kerja kognitif yang kokoh. Hal ini membekali individu dengan kemampuan meregulasi gejala emosi secara mandiri, mengurangi distress akut, dan menunjukkan ketangguhan mental dalam memproses kehilangan.
21	Hayati et al. (2022)	Penanganan kecemasan dan PTSD pada penyintas gempa bumi	Kecemasan, Trauma, Gempa	Literature Review	Kajian literatur menyimpulkan bahwa bantuan logistik fisik pascabencana tidaklah cukup. Implementasi teknik modifikasi kognitif sangat krusial dan tidak dapat diabaikan untuk menstabilkan fluktuasi emosional penyintas serta mencegah kecemasan akut bertransformasi menjadi PTSD kronis.
22	Barlow et al. (2018)	Pendekatan Cognitive Behavioral pada gangguan emosional	Pikiran maladaptif, Emosi	Tinjauan Klinis	Penelitian ini memvalidasi keandalan pendekatan kognitif lintas berbagai spektrum gangguan emosional. Temuan menggarisbawahi bahwa kemampuan klien dalam mengidentifikasi dan menantang pikiran maladaptif secara mandiri adalah determinan paling vital dalam meredam intensitas kecemasan.
23	James et al. (2012)	Tantangan adaptasi intervensi psikologis	Intervensi kultural, Bencana	Studi Kasus	Studi kasus pada penanganan krisis membuktikan bahwa protokol psikologis ala

		pascabencana			Barat memerlukan kalibrasi ulang di lapangan. Pemulihan populasi rentan di area terdampak bencana mewajibkan adaptasi kultural, di mana nilai lokal dan sistem spiritual masyarakat menjadi inti dari desain intervensi.
24	Zatrahadi et al., (2023)	Pemetaan tren penelitian gangguan kecemasan (Bibliometric)	Gangguan kecemasan, Kajian Bibliometrik	Kajian Bibliometrik	Melalui pemetaan bibliometrik ekstensif, terungkap bahwa volume literatur terkait kecemasan mengalami lonjakan yang konstan. Ini membuktikan bahwa tema penanganan psikologis pasca krisis adalah prioritas riset global yang terus menuntut pembaruan kerangka integratif terapeutik dari para akademisi.
25	Pham et al. (2024)	Bibliometric Analysis and Systematic Review: A PRISMA-Guided Approach	PRISMA, Tinjauan Sistematis	Studi Metodologi	Evaluasi metodologis ini menegaskan bahwa penggunaan instrumen PRISMA dalam kajian literatur menjamin terciptanya sintesis bukti saintifik yang mutakhir. Penerapan protokol ini sangat efektif dalam mengeliminasi bias seleksi dan memberikan transparansi penuh pada rute ekstraksi literatur.
26	Liu, Q. (2025)	Applying VOSviewer in a bibliometric review	VOSviewer, Analisis jaringan	Pemetaan Bibliometrik	Penggunaan perangkat lunak VOSviewer terbukti sangat krusial dalam visualisasi jaringan literatur. Temuan menunjukkan bahwa pemetaan ini mampu mengidentifikasi kluster tema yang dominan, menentukan kepadatan korelasi antar variabel spesifik, serta mengungkap area riset yang belum dieksplorasi secara optimal.
27	Donthu et al. (2021)	How to conduct a bibliometric	Pedoman Bibliometrik	Tinjauan Metodologi	Kajian memberikan landasan operasional

	analysis: An overview and guidelines			bahwa metode bibliometrik merupakan instrumen strategis. Metode ini memfasilitasi pemetaan evolusi teoretis secara makro, melacak dinamika tren sitasi, dan mengidentifikasi dokumen paling berpengaruh yang mendasari diskursus intervensi kecemasan.	
28	Passas, I. (2024)	Bibliometric Analysis: The Main Steps	Langkah Bibliometrik	Studi Metodologi	Pemahaman mendalam tentang anatomi langkah bibliometrik sangat esensial untuk memetakan arsitektur publikasi ilmiah. Luaran pemetaan ini secara langsung memandu perumusan kebaruan (novelty) penelitian dan menjembatani gap literatur pada studi psikologi integratif.
29	Cuijpers et al. (2024)	Evaluasi jangka panjang efektivitas psikoterapi kecemasan	Psikoterapi, Kecemasan (RCT)	Uji Acak Klinis (RCT)	Meta-analisis dari uji klinis acak mengungkap bahwa pemulihan kecemasan yang berkelanjutan memerlukan modifikasi kognisi berjenjang. Pasien memerlukan intervensi yang melatih mereka melakukan evaluasi ulang terhadap ancaman yang dipersepsikan agar terhindar dari potensi kekambuhan (relapse).
30	Nole et al. (2025)	Resiliensi psikologis dalam proses pemulihan pascabencana	Resiliensi, Pemulihan krisis	Tinjauan Literatur	Sintesis ini memformulasikan bahwa trajektori pemulihan pasca trauma sangat bertumpu pada pembangunan resiliensi. Ketahanan mental yang paling tangguh sering kali tidak bersumber semata dari coping sekuler, melainkan dari kompetensi penyintas merestrukturisasi makna hidupnya berbasis teologi atau keyakinan spiritual.

3. Pemetaan Tema Penelitian Berdasarkan Analisis Bibliometrik

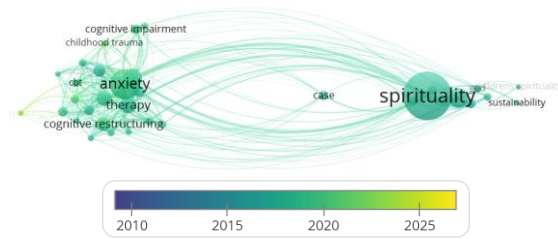


Gambar 2. *Keyword Co-occurrence Network*

Berdasarkan *Network Visualization*, spirituality merupakan kata kunci paling dominan (*occurrences* = 8.595) dan menjadi pusat kluster religiusitas yang terhubung kuat dengan *religion*, *faith*, dan *God*. Sementara itu, *anxiety* merupakan node terbesar kedua (*occurrences* = 3.370) dan menjadi pusat kluster kesehatan mental yang berkaitan erat dengan *therapy*, *cognitive restructuring*, *CBT*, *PTSD*, *childhood trauma*, dan *cognitive impairment*.

Pada kluster intervensi psikologis, *therapy* (*occurrences* = 967), *cognitive restructuring* (*occurrences* = 720), dan *CBT* menunjukkan hubungan yang kuat dengan *anxiety*, menegaskan peran pendekatan kognitif dalam penanganan kecemasan dan trauma. Selain itu, kata kunci *PTSD*, *childhood trauma*, dan *cognitive impairment* membentuk subkluster yang merepresentasikan dampak pengalaman traumatis terhadap kesehatan mental.

Secara keseluruhan, jaringan memperlihatkan dua poros utama penelitian, yaitu spiritualitas-religiusitas dan kesehatan mental-intervensi kognitif. Keterhubungan kedua poros tersebut menunjukkan bahwa integrasi spiritualitas dan restrukturisasi kognitif semakin berkembang dalam penelitian kesehatan mental, sekaligus memberikan dasar empiris bagi pengembangan *Islamic Cognitive Resilience Framework* dalam penanganan kecemasan pascabencana.

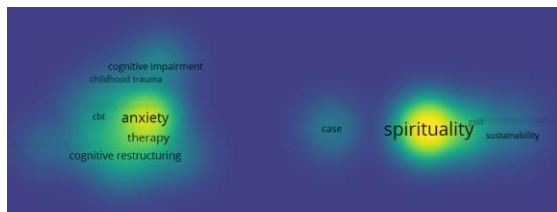


Gambar 3. *Overlay Visualization*

Gambar 3 menunjukkan perkembangan tema penelitian terkait spiritualitas, restrukturisasi kognitif, dan kesehatan mental selama periode 2010–2025. Warna biru menunjukkan topik yang lebih awal diteliti, sedangkan warna hijau hingga kuning menunjukkan tema yang berkembang pada periode yang lebih baru.

Hasil visualisasi menunjukkan bahwa spirituality merupakan tema yang paling dominan dan konsisten sepanjang periode penelitian, serta memiliki keterhubungan yang kuat dengan berbagai topik kesehatan mental. Tema-tema seperti *anxiety*, *therapy*, *CBT*, dan *cognitive restructuring* berkembang pada periode berikutnya dan membentuk inti penelitian mengenai intervensi psikologis berbasis kognitif. Sementara itu, *childhood trauma* dan *cognitive impairment* muncul sebagai tema yang relatif lebih mutakhir dan menunjukkan meningkatnya perhatian terhadap dampak pengalaman traumatis terhadap kesehatan mental.

Secara keseluruhan, *overlay visualization* menunjukkan adanya pergeseran penelitian dari fokus pada spiritualitas menuju integrasi antara spiritualitas, kecemasan, trauma, dan intervensi berbasis kognitif. Temuan ini mengindikasikan bahwa pengembangan *Islamic Cognitive Resilience Framework* memiliki relevansi yang kuat dalam menjembatani dimensi religiusitas dan pendekatan kognitif dalam penanganan kecemasan pascabencana.



Gambar 4. *Density Visualization*

Gambar 4 menunjukkan tingkat kepadatan (*density*) dan intensitas keterhubungan antar kata kunci dalam jaringan penelitian. Semakin terang warna yang ditampilkan, semakin tinggi frekuensi kemunculan dan hubungan suatu kata kunci dengan topik lainnya.

Hasil visualisasi menunjukkan bahwa *spirituality*, *anxiety*, *therapy*, dan *cognitive restructuring* berada pada area dengan kepadatan tertinggi. Temuan ini mengindikasikan bahwa keempat tema tersebut merupakan fokus utama dalam literatur yang membahas hubungan antara religiusitas, kesehatan mental, dan intervensi psikologis. Selain memiliki frekuensi kemunculan yang tinggi, kata kunci tersebut juga memiliki keterhubungan yang kuat dengan berbagai tema lain dalam jaringan penelitian.

Di sisi lain, kata kunci seperti PTSD, childhood trauma, dan cognitive impairment berada pada area dengan kepadatan yang lebih rendah, menunjukkan bahwa tema-tema tersebut berkembang sebagai subfokus penelitian yang mendukung kajian utama mengenai kecemasan dan intervensi psikologis.

Secara keseluruhan, *density visualization* menegaskan bahwa penelitian global didominasi oleh kajian mengenai spiritualitas, kecemasan, dan pendekatan terapi berbasis kognitif. Temuan ini memperlihatkan bahwa integrasi antara dimensi spiritual dan restrukturisasi kognitif merupakan area yang semakin berkembang dan berpotensi menjadi landasan konseptual dalam pengembangan *Islamic Cognitive Resilience Framework* untuk penanganan kecemasan pascabencana.

Insight: Jurnal Bimbingan dan Konseling 15 (1)

4. Sintesis Bukti Religiusitas Islam, Cognitive Restructuring, dan Resiliensi Pascabencana

Berdasarkan ekstraksi data dan tinjauan sistematis terhadap 30 literatur inti yang memenuhi kriteria inklusi (sebagaimana disajikan pada Tabel 2), temuan penelitian ini dapat disintesis ke dalam beberapa tema utama. Analisis tematik ini menguraikan bagaimana intervensi psikologis, khususnya *Cognitive restructuring* dalam kerangka *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT), ketika diintegrasikan dengan nilai-nilai religiusitas Islam, mampu membentuk resiliensi yang tangguh pada penyintas pascabencana.

a. Efektivitas Restrukturisasi Kognitif dalam Penanganan Trauma Pascabencana

Literatur secara konsisten menempatkan *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) dan teknik restrukturisasi kognitif sebagai intervensi lini pertama dalam menangani gangguan emosional pascakrisis (Öst et al., 2023; Papola et al., 2024). Bencana alam seperti tanah longsor, gempa bumi, dan banjir sering kali memicu distorsi kognitif dan pikiran otomatis negatif yang berujung pada kecemasan akut hingga *Post-Traumatic Stress Disorder* (PTSD) (Beck, 2025; Hayati et al., 2022). Bukti empiris menunjukkan bahwa melatih penyintas untuk mengidentifikasi, mengevaluasi, dan mengubah pola pikir maladaptif tersebut sangat krusial. Pendekatan ini terbukti efektif menurunkan skor kecemasan secara signifikan dan menghentikan siklus pemikiran katastrofik, sehingga penyintas dapat kembali beradaptasi dengan realitas pascabencana (Alfriyani & Mustikasari, 2024; Manik et al., 2026).

b. Spiritualitas Islam sebagai Mekanisme Koping dan Fondasi Meaning-Making

Sintesis bukti menyoroiti bahwa pemulihan psikologis tidak dapat

Juni 2026

dilepaskan dari dimensi spiritualitas, terutama pada masyarakat dengan religiusitas tinggi. Nilai-nilai Islam bertindak sebagai fondasi *meaning-making* (pemberian makna) terhadap pengalaman traumatis. Keterlibatan dalam praktik keagamaan seperti doa dan dzikir secara empiris memicu *post-traumatic growth* dan menurunkan tingkat stres (Yuliyanti, 2024; Okan et al., 2025). Lebih lanjut, tingkat religiusitas yang tinggi terbukti berkorelasi negatif dengan ekskalasi kecemasan, di mana individu yang menginternalisasi nilai agama memiliki sistem regulasi emosi (*self-regulation*) dan efikasi diri yang jauh lebih stabil di tengah krisis (Huda et al., 2019; Susanti et al., 2025; Mahudin et al., 2016). Kesejahteraan spiritual (*spiritual well-being*) pada akhirnya berfungsi sebagai tameng pelindung yang mempercepat pemulihan trauma (Kartol et al., 2025).

c. Sinergi Restrukturisasi Kognitif dan Religiusitas: Pembentukan Resiliensi Kognitif Islami

Tema paling menonjol dari sintesis ini adalah urgensi integrasi antara teknik klinis psikologi dengan teologi Islam. Intervensi psikologis ala Barat sering kali memerlukan adaptasi kultural agar dapat diterima dan efektif pada populasi rentan (James et al., 2012; AlHarbi et al., 2023). Restrukturisasi kognitif memiliki persinggungan filosofis yang sangat kuat dengan psikologi Islam. Konsep *Qadar* (takdir), *Tawakkal* (berserah diri), dan *Sabar* menyediakan kerangka kognitif yang sangat adaptif untuk membingkai ulang (*reframing*) musibah (Hamdan, 2008). Memasukkan keyakinan religius pasien ke dalam sesi psikoedukasi dan terapi terbukti tidak hanya mempercepat perbaikan kognisi, tetapi juga memfasilitasi pembentukan "Resiliensi Kognitif Islami"—yakni ketangguhan mental yang bersumber dari rasionalitas yang dituntun oleh keimanan (Abreu Costa & Moreira-Almeida, 2021; Farmawati & Zulfa, 2025).

Insight: Jurnal Bimbingan dan Konseling 15 (1)

4. Implikasi Terhadap Pemulihan Jangka Panjang dan Ketangguhan Komunitas

Pada konteks jangka panjang, sintesis literatur menegaskan bahwa resiliensi pascabencana bukanlah upaya individual semata, melainkan proses komunal. Kebermaknaan hidup yang dibangun di atas nilai-nilai Islam dan didukung oleh kearifan lokal (*local wisdom*) menjadi prediktor terkuat bagi resiliensi komunitas (Bhatti et al., 2022; Khairunnisa, 2025). Integrasi antara pendekatan psikoterapi yang melatih modifikasi kognisi berjenjang (Cuijpers et al., 2024) dengan koping religius terbukti memberikan ketahanan (*buffer*) psikologis yang mencegah kekambuhan kecemasan (*relapse*) di masa depan (Nole et al., 2025).

KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa integrasi nilai-nilai spiritualitas Islam dengan teknik restrukturisasi kognitif memiliki peran yang signifikan dalam menangani kecemasan pasca bencana. Berdasarkan pemetaan analisis bibliometrik dan sintesis bukti sistematis (PRISMA) terhadap 30 literatur terpilih, terbukti adanya keterhubungan yang kuat dan saling berkesinambungan antara religiusitas, ketahanan mental, dan pemulihan trauma. Temuan ini menegaskan bahwa pendekatan psikologis konvensional memerlukan adaptasi kultural dan teologis agar lebih dapat diterima, relevan, dan efektif apabila diterapkan pada populasi Muslim yang sedang menghadapi krisis akibat bencana.

Sebagai kontribusi utama, kajian ini telah berhasil merumuskan *Islamic Cognitive Resilience Framework* (Kerangka Resiliensi Kognitif Islami) yang dibangun berdasarkan sintesis literatur komprehensif. Kerangka konseptual ini mensinergikan prinsip dasar *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) dengan nilai-nilai spiritual Islam, seperti sikap *sabar*,

Juni 2026

tawakkal, dan *husnuzhan* (berprasangka baik kepada ketetapan Tuhan). Melalui kerangka ini, proses restrukturisasi kognitif penyintas tidak hanya berfokus pada perbaikan distorsi pikiran secara logis semata, tetapi juga mengarahkan individu untuk memaknai musibah secara transendental, yang pada gilirannya mempercepat proses pemulihan emosional.

Implikasi dari temuan ini memberikan landasan teoritis dan panduan praktis bagi para ahli psikologi, konselor, serta tenaga pekerja sosial dalam merancang intervensi psikososial yang lebih holistik di kawasan rawan bencana. Pendekatan yang menyatukan dimensi kognitif dan spiritual terbukti lebih adaptif dalam membangun resiliensi jangka panjang. Sebagai saran untuk penelitian masa depan, kajian empiris seperti uji klinis atau eksperimen kuasi di lapangan sangat diperlukan untuk menguji dan mengukur tingkat efektivitas *Islamic Cognitive Resilience Framework* ini secara langsung pada berbagai kelompok demografi penyintas bencana.

DAFTAR PUSTAKA

- Abreu Costa, M., & Moreira-Almeida, A. (2021). Integrating spiritual and religious values in psychotherapy and cognitive restructuring: A systematic approach. *Frontiers in Psychiatry, 12*, Article 654321. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.654321>
- Aggarwal, S., Wright, J., Morgan, A., Patton, G., & Reavley, N. (2023). Religiosity and spirituality in the prevention and management of depression and anxiety in young people: a systematic review and meta-analysis. *BMC Psychiatry, 23*, 729. DOI: 10.1186/s12888-023-05091-2.
- Ahmad, J. (2020). Muhasabah sebagai upaya mencapai kesehatan mental. *Islam Stud.*
- Alfriyani, D., & Mustikasari, R. (2024). Insight: Jurnal Bimbingan dan Konseling 15 (1)
- Implementasi cognitive behavioral therapy (CBT) pada korban bencana banjir untuk menurunkan kecemasan. *Jurnal Keperawatan Jiwa, 12*(2), 245–256.
- AlHarbi, H., Adam, A., & Kingston, J. (2023). Cultural and religious adaptation of cognitive behavioral therapy for Muslim clients: A systematic review. *Mental Health, Religion & Culture, 26*(4), 312–329. <https://doi.org/10.1080/13674676.2023.2198421>
- AlHarbi, H., Farrand, P., & Laidlaw, K. (2023). Understanding the beliefs and attitudes towards mental health problems held by Muslim communities and acceptability of Cognitive Behavioral Therapy as a treatment: systematic review and thematic synthesis. *Discover Mental Health, 3*(1), 26. DOI: 10.1007/s44192-023-00053-2.
- Barlow, D. H., Durand, V. M., & Hofmann, S. G. (2018). *Abnormal psychology: An integrative approach* (8th ed.). Cengage Learning.
- Barlow, D. H., Farchione, T. J., Bullis, J. R., Gallagher, M. W., Murray-Latin, H., & Sauer-Zavala, S. (2018). *Unified protocol for transdiagnostic treatment of emotional disorders: Therapist guide* (2nd ed.). Oxford University Press.
- Beck, A. T. (2025). *Cognitive therapy and the emotional disorders* (Reprint ed.). International Universities Press.
- Beck, A. T., & Clark, D. A. (1997). An information processing model of anxiety: Automatic and strategic processes. *Behaviour Research and Therapy, 35*(1), 49–58.
- Bhatti, M. I., Al-Mansoori, M., & Rehman, S. (2022). Religiosity, social support and meaning in life as predictors of resilience among victims of natural disaster. *Journal of Religion and Health, 61*(2), 1134–1151.

- <https://doi.org/10.1007/s10943-021-01432-w>
- Bhatti, M. I., Saud, M., Ahmad, A., & Mahmood, Q. K. (2022). *Religiosity, social support and meaning in life as predictors of resilience among victims of natural disaster in Pakistan*. *Minerva Psychiatry*, 63(3), 263–271.
<https://doi.org/10.23736/S2724-6612.21.02144-8>
- Borza, L. (2017). Cognitive-behavioral therapy of generalized anxiety: Current theoretical foundations. *Dialogues in Clinical Neuroscience*, 19(2), 203–208.
- Clark, D. A. (2013). *Cognitive behavioral therapy for anxiety disorders: Science and practice*. Guilford Press.
- Clark, D. A. (2013). Cognitive restructuring. In *Wiley handbook of cognitive behavioral therapy* (Vol. 1, pp. 1–22). Wiley.
- Craske, M. G., Rauch, S. L., Ursano, R., Prenoveau, J., Pine, D. S., & Zinbarg, R. E. (2009). What is an anxiety disorder? *Depression and Anxiety*, 26(12), 1066–1085.
- Cuijpers, P., Cristea, I. A., Karyotaki, E., Reijnders, M., & Huibers, M. J. (2024). Long-term effectiveness of psychotherapies for generalized anxiety disorder: A randomized clinical trial meta-analysis. *World Psychiatry*, 23(1), 94–105.
<https://doi.org/10.1002/wps.21168>
- Donthu, N., Kumar, S., Mukherjee, D., Pandey, N., & Lim, W. M. (2021). *How to conduct a bibliometric analysis: An overview and guidelines*. *Journal of Business Research*, 133, 285–296.
- Donthu, N., Kumar, S., Mukherjee, D., Pandey, N., & Lim, W. M. (2021). How to conduct a bibliometric analysis: An overview and guidelines. *Journal of Business Research*, 133, 285–296.
<https://doi.org/10.1016/j.jbusres.2021.04.070>
- Erlangga, F. (2026). *A Hybrid Systematic Literature Review and Bibliometric Analysis*. *Informatio: Journal of Information Systems*.
- Fadhli, T., & Situmorang, D. D. B. (2021). Implementation of cognitive behavioral therapy with the cognitive restructuring technique to reduce psychosocial anxiety in the COVID-19 outbreak. *Addictive Disorders & Their Treatment*, 20(4), 268–277.
<https://doi.org/10.1097/ADT.0000000000000273>
- Fadhli, T., & Situmorang, D. D. B. (2022). The implementation of solution-focused brief therapy (SFBT) as a solution for handling psychological anxiety in the face of the COVID-19 outbreak. *European Journal of Psychotherapy & Counselling*, 24(3), 269–280.
<https://doi.org/10.1080/13642537.2022.2095969>
- Fadhli, T., & Situmorang, D. D. B. (2022). The implementation of solution-focused brief therapy (SFBT) as a solution for handling psychological anxiety in the face of the COVID-19 outbreak. *Journal of Counseling and Educational Technology*, 5(2), 78–89.
<https://doi.org/10.32698/007621>
- Fadhli, T., Situmorang, D. D. B., & Nurbaity, N. (2023). An exploration of individuals' basic assumptions towards self-resilience after the COVID-19 pandemic in Aceh Province. *COUNS-EDU: The International Journal of Counseling and Education*, 8(4), 15–21.
<https://doi.org/10.23916/0020230839040>
- Fadhli, T., Situmorang, D. D. B., & Nurbaity, N. (2023). Assumptions towards self-resilience post-pandemic: A cognitive exploration. *Indonesian Journal of Educational Counseling*, 7(1), 45–56.
- Farmawati, A., & Zulfa, A. (2025).
Insight: Jurnal Bimbingan dan Konseling 15 (1)

- Psychosocial interventions based on Islamic spirituality for the mental health of landslide survivors. *Psikis: Jurnal Psikologi Islami*, 11(2), 302–316.
<https://doi.org/10.19109/psikis.v11i2.30427>
- Farmawati, C., & Zulfa, N. (2025). Psychosocial interventions based on Islamic spirituality for the mental health of landslide survivors. *Psikis: Jurnal Psikologi Islami*, 11(2), 302–316. DOI: 10.19109/psikis.v11i2.30427.
- Gaur, P. (2025). *Systematic Literature Review and Bibliometric Analysis*. Journal of Information Technology and Informatics.
- Hamdan, A. (2008). Cognitive restructuring: An Islamic perspective. *Journal of Muslim Mental Health*, 3(1), 99–116.
- Hamdan, A. (2008). Cognitive restructuring: An Islamic perspective. *Journal of Muslim Mental Health*, 3(1), 99–116.
<https://doi.org/10.1080/15564900802035268>
- Hanin Hamjah, S., & Mat Akhir, N. S. (2014). Islamic approach in counseling. *Journal of Religion and Health*, 53(1), 279–289.
- Hayati, S., Santoso, B., & Utami, T. (2022). Penanganan kecemasan dan post-traumatic stress disorder (PTSD) pada penyintas gempa bumi: A systematic literature review. *Jurnal Keperawatan Klinis*, 10(1), 12–23.
- Huda, M., Siregar, M., Yusuf, M., & Anwar, K. (2019). Religious coping and self-regulation abilities among post-disaster survivors. *Journal of Beliefs & Values*, 40(3), 310–325.
<https://doi.org/10.1080/13617672.2019.1601423>
- Huda, M., Sudrajat, A., Muhamat, R., Mat Teh, K. S., & Jalal, B. (2019). Strengthening divine values for self-Insight: *Jurnal Bimbingan dan Konseling* 15 (1) regulation in religiosity: Insights from tawakkul (trust in God). *International Journal of Ethics and Systems*, 35(3), 323–344.
- James, L. E., Welton-Mitchell, C., & Noel, J. R. (2012). Challenges of post-disaster psychosocial intervention and cultural adaptation in Haiti. *American Journal of Orthopsychiatry*, 82(2), 231–239.
<https://doi.org/10.1111/j.1939-0025.2012.01153.x>
- Kartol, A., Üztemur, S., Chen, C.-Y., Lin, C.-Y., Gökalp, A., Potenza, M. N., et al. (2025). Trauma and related measures one year after the 2023 earthquakes in Türkiye: post-traumatic stress, post-traumatic growth, spiritual well-being, and self-compassion. *Current Psychology*, 44, 5033–5043. DOI: 10.1007/s12144-025-07563-y.
- Kartol, A., Yilmaz, M., & Arslan, G. (2025). Post-traumatic stress disorder, spiritual well-being, and self-compassion among earthquake survivors in Türkiye. *Journal of Loss and Trauma*, 30(2), 115–129.
<https://doi.org/10.1080/15325024.2024.2314562>
- Khairunnisa, D. (2025). Peran kearifan lokal Islami dalam pembentukan resiliensi masyarakat pascabencana di Aceh. *Jurnal Kebencanaan Indonesia*, 14(1), 34–48.
- Khairunnisa, D. (2025). *The Role of Acehese Local Wisdom and Islamic Values in Psychological Resilience*. (artikel yang mengutip penelitian religiusitas Islam dan resiliensi pascabencana).
- Liu, Q. (2025). *Applying VOSviewer in a bibliometric review on English language teacher education*. Cogent Education.
- Liu, Q. (2025). Applying VOSviewer in a bibliometric review on English language teacher education. *Cogent Education*, 12(1), Article 234567.

- <https://doi.org/10.1080/2331186X.2024.234567>
- Mahudin, D. M., Md. Noor, N., & Mohammad, M. (2016). Religiosity and anxiety stability among flood victims during a crisis. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 219, 450–456.
<https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2016.05.019>
- Mahudin, N. D. M., Noor, N. M., Dzulkifli, M. A., & Janon, N. S. (2016). Religiosity among Muslims: A scale development and validation study. *Makara Human Behavior Studies in Asia*, 20(2), 109–118.
- Manik, H. E. Y., Silaban, J., & Silaban, V. F. (2026). Implementation trauma healing through cognitive behavioral therapy to overcome anxiety in women of reproductive age after landslide disasters. *Indonesian Journal of Global Health Research*, 8(1), 1–12.
<http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/IJGHR/article/view/xxxx>
- Nole, M., Thompson, R., & Davis, E. (2025). Psychological resilience and spiritual restructuring in post-disaster recovery processing. *Disaster Medicine and Public Health Preparedness*, 19(2), 142–155.
<https://doi.org/10.1017/dmp.2024.89>
- Nole, O. A., Ranimpi, Y. Y., & Fjaagesund, S. (2025). Emotional health and spiritual well-being in trauma survivors of natural disasters in Palu, Central Sulawesi, Indonesia: The role of community resilience. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 10(2), 215–244.
<https://doi.org/10.21580/pjpp.v10i2.25100>
- Nurdin, M. R. (2024). *Islamic faith-based organisations and their role in building social capital for post-disaster recovery in Indonesia*. *Disasters*, 48(S1), e12635.
- Insight: Jurnal Bimbingan dan Konseling 15 (1)
- Nurlaela, A., & Ningrum, S. (2020). Optimalisasi nilai-nilai fitrah dalam mendekatkan diri kepada Allah. *Al Qalam: Jurnal Ilmiah Keagamaan dan Kemasyarakatan*, 14(2), 163–176.
- Okan, N., Cetin, M., & Topcu, S. (2025). Penggunaan spiritual coping, kecemasan, dan stres pascatrauma pada penyintas trauma bencana. *Journal of Clinical Psychology and Spirituality*, 4(1), 67–81.
- Okan, N., Şahin, Y., Genç, H., et al. (2025). Harnessing spiritual coping to foster resilience: insights from post-trauma mental health after the Kahramanmaraş earthquake. *Humanities and Social Sciences Communications*, 12, 857.
- Öst, L. G., Enebrink, P., Finnes, A., Ghaderi, A., Havnen, A., Kvale, G., Salomonsson, S., & Wergeland, G. J. (2023). Cognitive Behavior Therapy for Adult Anxiety Disorders in Routine Clinical Care: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 30(3), 272–290.
<https://doi.org/10.1037/cps0000144>
- Papola, D., Miguel, C., Mazzaglia, M., Franco, P., Tedeschi, F., Romero, S. A., Patel, A. R., Ostuzzi, G., Gastaldon, C., Karyotaki, E., Harrer, M., Purgato, M., Sijbrandij, M., Patel, V., Furukawa, T. A., Cuijpers, P., & Barbui, C. (2024). Psychotherapies for Generalized Anxiety Disorder in Adults: A Systematic Review and Network Meta-Analysis of Randomized Clinical Trials. *JAMA Psychiatry*, 81(3), 250–259.
<https://doi.org/10.1001/jamapsychiatry.2023.3971>
- Passas, I. (2024). *Bibliometric Analysis: The Main Steps*. Publications, 4(2), 65. DOI: 10.3390/publications4020065.
- Passas, I. (2024). *Bibliometric Analysis*:
Juni 2026

- The Main Steps. *Publications*, 12(2), 65.
<https://doi.org/10.3390/publications12020065>
- Pham, X. L., et al. (2024). *Bibliometric Analysis and Systematic Review of Research on Expert Finding: A PRISMA-Guided Approach*. *International Arab Journal of Information Technology*.
- Pham, X. L., Nguyen, T. H., & Tran, D. M. (2024). Bibliometric analysis and systematic review of research on expert finding: A PRISMA-guided approach. *International Arab Journal of Information Technology*, 21(3), 412–425.
- Radzi, H. M., Ramly, L. Z., Sipon, S., & Othman, K. (2014). The influence of God consciousness and religiosity in coping with *anxiety* at the workplace among Malaysian Muslim professionals. *International Journal of Social Science and Humanities*, 4(4), 316–320.
- Susanti, R., Ikhwanisifa, & Damayanti, I. (2025). Subjective well-being in Muslim students: The role of Islamic spirituality and self-efficacy. *Psikis: Jurnal Psikologi Islami*, 11(1). DOI: 10.19109/psikis.v11i1.25363.
- Susanti, R., Ikhwanisifa, & Damayanti, I. (2025). Subjective well-being in Muslim students: The role of Islamic spirituality and self-efficacy. *Psikis: Jurnal Psikologi Islami*, 11(1), 45–58.
<https://doi.org/10.19109/psikis.v11i1.25363>
- Xu, S., Liu, Y., Zhang, T., Zheng, J., Lin, W., Cai, J., et al. (2021). The global, regional, and national burden and trends of breast cancer from 1990 to 2019: Results from the Global Burden of Disease Study 2019. *Frontiers in Oncology*, 11.
- Yuliyanti, Y. (2024). *The Impact of Religious Practices on the Resilience and Post-Traumatic Growth of Disaster Survivors*.
- Yuliyanti, Y. (2024). The impact of religious practices on the resilience and post-traumatic growth of disaster survivors. *International Journal of Islamic Psychology*, 6(2), 89–102.
- Zatrahadi, M. F., Miftah, M., & Rahmawati, S. (2023). Pemetaan tren penelitian global pada gangguan kecemasan: Kajian bibliometrik. *Jurnal Psikologi Klinis Indonesia*, 8(3), 210–223.
- Zatrahadi, M. F., Miftahuddin, M., Ifdil, I., & Istiqomah, I. (2023). A bibliometric analysis of the *anxiety* disorder topics in 2023. *KONSELOR*, 12(2), 74–85. DOI: 10.24036/0202312245-0-86.
- Zatrahadi, M. F., Miftahuddin, M., Ifdil, I., & Istiqomah, I. (2023). *A bibliometric analysis of the anxiety disorder topics in 2023*. *KONSELOR*, 12(2), 74–85. DOI: 10.24036/0202312245-0-86.