

Al-Qur'an Sebagai Metode Terapi Penyakit (Shifa') di Masa Pandemi Covid-19

Khoirul Anam

Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
anam@syariah.uin-malang.ac.id

Aunur Rofiq

Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
aunur@perbankansyariahfe.uin-malang.ac.id

Abstract

This study aims to find out a review of the disease and the factors that influence it according to the Qur'an al-Karim, and secondly, to find out the Qur'an as a method of disease therapy (shifa') for believers during the covid pandemic. 19. The type of research is library research, with a thematic analytical approach (Tahlili Maudhu'i), which is an approach that seeks to understand the meaning or purpose of the verses textually and contextually. Research conclusions: 1) disease according to the Qur'an is an abnormal condition or condition in a person that can interfere and damage his physical, mental and spiritual health (spirit and body), because it is influenced by dietary factors, psychological pressure or mental spiritual and the influence of jinn and shaytan (ain and magic) and qulub which includes aql, nafs and spirit are the main sources. 2) according to the Qur'an, the method of treating disease for believers is: a) by repenting or returning to Allah who controls qulub (repentance nasuha and doing good deeds), namely regretting all bad deeds that have been done, trying hard to improve themselves and fulfill their rights and obligations, such as worshipping properly, associating with pious people, being kind, generous and forgiving with sincere and sincere intentions for the sake of Allah SWT. b) regulate a healthy and quality diet (halal thayyiban) and avoid all that is prohibited, including israf. c) Reading or listening to the verses of the Qur'an (ruqyah)

Keyword: Al-Qur'an, Disease, Shifa'

Abstrak

Al-Qur'an adalah pedoman hidup bagi manusia, bahkan dinyatakan secara khusus sebagai hudan, shifa' dan rahmah bagi orang-orang beriman. Namun terkait konteksnya dengan penyakit dan metode terapinya secara spesifik tidak dijelaskan secara rinci oleh al-Qur'an, sehingga membutuhkan penafsiran dan penjelasan untuk dapat memahaminya. Untuk itu perlu dilakukan penelitian: 1) Bagaimana tinjauan

penyakit dan faktor-faktor yang mempengaruhinya menurut al-Qur'an alKarim?. 2) Bagaimana al-Qur'an sebagai metode terapi penyakit (shifa') bagi orang-orang beriman di masa pandemic covid 19?. Jenis penelitiannya adalah kepustakaan (library research), dimana sumber datanya diambil dari kitab-kitab, buku-buku, jurnal-jurnal dan lain sebagainya yang terkait dengan ayat-ayat maradh, faktor-faktor yang mempengaruhinya dan ayat-ayat shifa' beserta ayat-ayat lain yang melingkupinya dengan pendekatan analitik tematik. Kesimpulan penelitian: 1) penyakit menurut al-Qur'an adalah suatu kondisi atau keadaan upnormal pada diri seseorang yang dapat mengganggu dan merusak kesehatan fisik, mental dan spiritualnya (jiwa dan raganya), karena dipengaruhi oleh faktor pola makan, tekanan psikis atau mental spiritual dan pengaruh jin serta syetan ('ain dan sihir) dan qulub yang meliputi aql, nafs dan ruh adalah sumber utamanya. 2) menurut al-Qur'an, metode terapi penyakit bagi orang-orang beriman adalah: a) dengan bertaubat atau kembali kepada Allah yang mengendalikan qulub (taubatan nasuha dan beramal sholeh). b) mengatur pola makannya yang sehat dan berkualitas (halalan thayyiban) dan menghindarkannya dari semua yang dilarang, termasuk israf. c) Membaca atau mendengarkan ayat-ayat al-Qur'an (ruqyah).

Kata kunci : Al-Qur'an, Penyakit, Shifa'.

A. Pendahuluan

Al-Qur'an adalah *Kalamullah* yang diturunkan kepada nabi Muhammad SAW. melalui perantara malaikat Jibril selama kurang lebih 23 tahun sebagai petunjuk paripurna kehidupan dan penyempurna bagi *shari'at* para nabi dan rasul, bahkan dalam konteks ini secara spesifik dan tegas Allah SWT. yang menyatakannya sendiri sebagai *hudan, shifa'* dan *rahmah* bagi orang-orang beriman¹. Orang beriman adalah orang yang percaya dan menerima dengan sepenuh hati tanpa ada keraguan sedikitpun terhadap apa yang diturunkan oleh Allah SWT. kepadanya nabi-Nya, kemudian berusaha dengan sekuat tenaga untuk dapat mewarisi dan mewujudkan dalam kehidupannya.

Artinya al-Qur'an tidak hanya sekedar diimani dalam bentuk tektualnya saja, tetapi benar-benar dapat diwujudkan dalam bentuk kehidupan nyata sebagai sebuah solusi terbaik atau *problem solving* atas semua permasalahan termasuk penyakit yang dihadapi oleh manusia, apalagi al-Qur'an telah dideklarasikan secara khusus sebagai

¹ Al-Qur'an, 8: 82 dan 41: 44

hudan, shifa' dan *rahmah* bagi orang-orang beriman dalam bentuknya yang tidak terbatas oleh dimensi ruang dan waktu (*ism mashdar*)². Sebagaimana dikatakan oleh Aswadi, bahwa *shifa'* tidak hanya berdimensi spiritual, tetapi juga berdimensi psikologis, fisiologis dan sosiologis³.

Di tengah-tengah pandemi covid 19 yang hampir merata di seluruh dunia dan telah memakan sekian banyak korban jiwa serta tidak diketahui sampai kapan akan berahir, benar-benar telah membuat rasa cemas, takut bahkan putus asa bagi sebagian orang, karena pandemi covid 19 tidak hanya berdampak ekonomis, tetapi juga berdampak psikologis dan sosiologis, bahkan menurut Yanuarita dan Haryati dikatakan sebagai pemicu petaka sosial baru bagi masyarakat.⁴ Dalam kondisi seperti ini keimanan seorang mukmin benar-benar diuji dan dipertaruhkan, demikian pula al-Qur'an sebagai sandaran dan pedoman hidupnya harus dapat dibuktikan agar tahan uji untuk dapat menambah kebenaran dan kemukzijatannya.⁵

Al-Qur'an sebagai kitab suci umat Islam pada dasarnya meliputi tiga unsur ajaran fundamental, yaitu: aqidah, shari'ah dan akhlak dan ketiganya merupakan unsur yang saling bersinergi dan bertautan satu sama lainnya sebagai suatu kesatuan ajaran yang utuh dan *kaffah*. Namun terkadang ketiga unsur integratif yang saling berkelindan sebagai suatu ajaran yang utuh dan sempurna tersebut seringkali dipahami secara parsial dan belum banyak direfleksikan keberadaannya secara *kaffah* oleh mayoritas orang-orang beriman, sehingga pandemi covid 19 dalam kaitannya dengan keimanan dapat menjadi ujian terberat bagi mereka.

² *Al-Syifa'* adalah kata dalam bentuk *ism mashdar* yang berasal dari *syafa-yusyfi-syifa'* yang berarti obat penawar'. Penyebutan kata "*syifa'*" dalam bentuk ini tidak terikat oleh waktu-waktu tertentu, sebagaimana bentuknya dalam *fi'il madhi* yang terikat oleh masa lampau atau *fi'il mudhori* yang terikat oleh masa sekarang atau yang akan datang.

³ Aswadi, *Konsep Syifa dalam Al-Qur'an*, (Sidoarjo: CV Dwiputra Pustaka Jaya, 2015), hlm. 1

⁴ Heylen Amildha Yanuarita & Sri Haryati, Pengaruh Covid 19 Terhadap Kondisi Sosial Budaya di Kota Malang dan Konsep Strategis dalam Penanganannya (Jurnal IlmiahWidya Sosiopolitik E-ISSN 2685-457)

⁵ Al-Qur'an, 2: 23, 24.

Begitulah orang-orang beriman diuji pada tingkat kualitas spiritual dan intelektualitasnya, agar dapat merasakan pentingnya *bertadabbur* dan *berta'ammul* dengan pedoman hidupnya (al-Qur'an) serta dapat mewarisi nilai-nilai ajarannya yang mulia dan agung. Bagi yang mampu memahami dan merealisasikan ketiga konsep dasar al-Qur'an tersebut secara baik, benar dan konsisten, maka Allah akan menjaminkannya hidup sehat secara jasmani dan rohani, bahkan dapat meraih kebahagiaan hakiki di dunia dan akhirat (*muflihun*). Begitu pula sebaliknya, kegagalan dalam memahami dan merefleksikannya dapat berdampak kepada kegagalan hidup di dunia dan akhirat dan untuk itulah al-Qur'an diturunkan.

Dalam kaitannya dengan kondisi covid 19 yang berdampak luas dan tidak menentu seperti sekarang ini diperlukan adanya penelitian tentang bagaimana al-Qur'an dapat menjadi solusi atau shifa bagi orang-orang beriman. Berkaitan dengan hal tersebut perlu dirumuskan masalah yaitu pertama, bagaimana tinjauan penyakit dan faktor-faktor yang mempengaruhinya menurut al-Qur'an?, kemudian kedua, bagaimana al-Qur'an sebagai metode terapi penyakit (*shifa'*) di masa pandemi covid 19 bagi orang-orang beriman?

B. Metode Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian kepustakaan (*library research*), dimana sumber data penelitiannya diambil dari literatur kepustakaan atau sumber tertulis baik buku, kitab, kamus, jurnal maupun sumber tertulis lainnya yang berkaitan dengan permasalahan yang akan diterliti, yaitu ayat-ayat al-Qur'an yang terkait dengan maradh, faktor-faktor yang mempengaruhinya dan ayat-ayat shifa' beserta ayat-ayat lain yang melingkupinya. Adapun pendekatan penelitian yang digunakan adalah pendekatan analitik tematik (*Tahlili Maudhu'i*), yaitu suatu pendekatan yang berusaha untuk memahami makna atau maksud dari ayat-ayat tersebut secara tektual maupun kuntekstual dengan menggunakan analisis kebahasaan, , *asbabu al-nuzul*, *munasabtu al-ayat* dan konteksnya dengan ayat-ayat yang lain. Sedangkan pendekatan tematik dilakukan guna menghimpun sumber

data yang setema dalam ayat-ayat tersebut secara sistematis sehingga hasil penelitiannya dapat dilaporkan secara terstruktur.

Sumber data yang digunakan dalam penelitian ini adalah sumber data primer dan sumber data sekunder. Sumber data primernya adalah al-Qur'an al-Karim dan terjemahannya (Departemen Agama RI Al-Qur'an Terjemah Perkata 2007), *Jami' al-Bayan fi Ta'wil al-Qur'an* karya Ibn Jarir at-Thabari, *Mafâtiḥ al-Ghaib* karya Fakhruddin al-Razi, *Tafsir Al-Misbah* karya M. Quraisy Shihab dan kitab-kitab tafsir yang lain. Sedangkan sumber data skundernya terdiri dari kitab-kitab hadits, seperti Shohih Bukhori, Shohih Muslim dan kitab-kitab kamus, seperti *al-Mufradat fi Gharib al-Qur'an* karya Raghīb al-Asfahani, *Lisan al-'Arab* karya Ibn Manzhur, *Mu'jam Maqayis al-Lughah* karya Ibn Faris, *Taj al-'Arush* karya Muhammad bin Muhammad bin Abd Rozzaq Al-Husaini dan lain sebagainya.

C. Pembahasan

Tinjauan penyakit dan faktor-faktor yang mempengaruhinya menurut al-Qur'an

Makan dan minum merupakan kebutuhan mendasar manusia yang paling pokok, dimana kuantitas dan kualitasnya dapat mempengaruhi baik tidaknya kondisi fisik, mental maupun spiritual seseorang. Oleh karena itu banyak ayat al-Qur'an dan al-Sunnah yang memberikan perhatian secara khusus dan serius kepada masalah ini. Sebagaimana Firman Allah SWT. dibawah ini:

وَكُلُوا مِمَّا رَزَقَكُمُ اللَّهُ حَلَالًا طَيِّبًا وَاتَّقُوا اللَّهَ الَّذِي أَنْتُمْ بِهِ مُؤْمِنُونَ⁶

“Dan makanlah kamu sekalian dari apa yang telah Allah berikan kepadamu sebagai rezeki yang halal dan baik dan bertaqwalah kepada Allah yang kamu beriman kepadaNya”.

Ayat di atas memerintahkan untuk makan secara *halālan ṭayyiban* dan perintah-perintah tersebut juga dikaitkan dengan perintah untuk

⁶ al-Qur'an, 5:88.

bertaqwa kepada Allah, bersyukur dan menjauhi langkah-langkah syetan. Konteks ketiga hal tersebut dan hubungannya dengan perintah mengkonsumsi makanan yang *halālan ṭayyiban* adalah agar tetap terjalin adanya hubungan timbal balik yang seimbang antara pemberi dan yang diberi dengan cara bertaqwa, bersyukur dan tidak *israf* sehingga keterkaitan hubungan itu tidak hanya sebatas dapat memenuhi unsur kebutuhan dhoir tetapi juga unsur kebutuhan bathin/spiritual.

Faktor Psikis dan Mental Spiritual

Masalah kesehatan manusia selain karena dipengaruhi oleh pola makannya juga dipengaruhi oleh kondisi psikisnya. Gangguan psikis dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya adalah faktor genetik atau bawaan sejak lahir, bayi dari ibu hamil yang terpapar virus atau bahan kimia, adanya keluarga yang memiliki riwayat gangguan jiwa/genetis, pengaruh stres, pernah mengalami pelecehan atau trauma psikologis, cedera otak berat/saraf, memiliki kondisi medis serius dan lain-lain, termasuk juga karena faktor berhubungan dengan orang lain yang tidak menyenangkan/memuaskan seperti diperlakukan tidak adil, diperlakukan semena-mena, cinta tidak terbalas, kehilangan seseorang yang dicintai, kehilangan pekerjaan dan lain sebagainya.⁷

Gangguan jiwa adalah gangguan dalam cara berpikir (cognitive), kemauan (volition), emosi (affective), tindakan (psychomotor).⁸ Hal ini terjadi karena adanya manifestasi dari bentuk penyimpangan perilaku akibat adanya distorsi emosi sehingga ditemukan ketidakwajaran dalam bertingkah laku.⁹ Menurut Maramis orang dengan gangguan jiwa memiliki masalah pada pola pikir, kemauan, emosi dan tindakan.¹⁰ Depkes RI (2000) mengartikan gangguan jiwa sebagai suatu perubahan pada fungsi jiwa yang

⁷ Djamaludin Ancok, *Psikologi Islam* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2001), 6.

⁸ Iyus Yosep, *Keperawatan Jiwa*, (Bandung: Rafika Aditama, 2007), 25.

⁹ Abdul Nasir dkk., *Dasar-Dasar Keperawatan Jiwa*, (Jakarta: Salemba Medika, 2011), 8.

¹⁰ Rusdi Maramis, *Buku Saku Diagnosis Gangguan Jiwa PPDG/JIII* (Jakarta: FK. Unika Atmajaya, 2010), 12

menyebabkan adanya gangguan pada fungsi jiwa, yang menimbulkan penderitaan pada individu dan atau hambatan dalam melaksanakan peran sosial. Sedangkan menurut American Psychiatric Association, gangguan mental adalah gejala atau pola dari tingkah laku psikologi yang tampak secara klinis yang terjadi pada seseorang dari berhubungan dengan keadaan distress (gejala yang menyakitkan) atau ketidakmampuan (gangguan pada satu area atau lebih dari fungsi-fungsi penting) yang meningkatkan risiko terhadap kematian, nyeri, ketidakmampuan atau kehilangan kebebasan yang penting dan tidak jarang respon tersebut dapat diterima pada kondisi tertentu.¹¹

Dari berbagai pengertian di atas dapat disimpulkan, bahwa gangguan jiwa merupakan kumpulan dari keadaan-keadaan yang tidak normal, baik yang berhubungan dengan fisik maupun mental.¹² Gangguan jiwa merupakan jenis penyakit yang sifatnya sangat kompleks, dipengaruhi oleh banyak faktor. Diantaranya menurut Maramis adalah sebagai berikut:¹³ *Pertama*, Faktor somatik: yaitu adanya gangguan pada neurofisiologi, neuroanatomi, dan neurokimia termasuk pada tingkat perkembangan, kematangan, serta pre dan perinatal.

Kedua, Faktor psikogenik: yaitu adanya interaksi ibu, anak, peranan ayah, hubungan dalam keluarga serta pekerjaan. Selain itu adanya faktor intelegensi, perkembangan emosi, konsep diri dan pola adaptasi akan mempengaruhi kemampuan individu untuk menghadapi suatu masalah. *Ketiga*, Faktor sosial budaya: yaitu cara pola asuh, ekonomi dan kelompok minoritas seperti diskriminasi fasilitas kesehatan, kesejahteraan, ras dan keagamaan.

Sedangkan menurut Stuart, gangguan jiwa dipengaruhi oleh:¹⁴ *Pertama*, Faktor Biologis yang meliputi: a) Keturunan: penyebab gangguan jiwa masih belum diketahui secara pasti akan tetapi terjadinya gangguan jiwa sangat ditunjang oleh faktor lingkungan

¹¹ American Psychiatric Association, *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*, 4 ed, Edition (Washington DC.: American Psychiatric Association, 1994).

¹² Yosep, *Keperawatan Jiwa*, 48.

¹³ Maramis, *Buku Saku Diagnosis Gangguan Jiwa PPDG/JIII*, 17.

¹⁴ Stuart. G.W., *Buku Saku Keperawatan Jiwa, ed. 5 EGC*. (Jakarta: 2013).

yang tidak sehat. b) Jasmani: gangguan jiwa yang terjadi berhubungan dengan bentuk tubuh seseorang. Misalnya individu yang bertubuh gemuk cenderung menderita psikosa manic depresif sedangkan individu yang bertubuh kurus biasanya menderita skizofrenia. c) Temperamen: seseorang yang peka/sensitive biasanya memiliki masalah pada kejiwaan, ketegangan dan cenderung mengalami gangguan jiwa. d) Cidera tubuh: seseorang yang memiliki penyakit tertentu seperti penyakit jantung, kanker dan sebagainya dapat menyebabkan murung dan sedih. Demikian juga pada seseorang yang memiliki cacat tubuh dapat menyebabkan rasa rendah diri.

Kedua, Faktor Psikologis: Pengalaman yang pernah dialami seperti kegagalan, frustrasi, dan keberhasilan yang merubah sikap, kebiasaan dan sifatnya. *Ketiga*, Faktor presipitasi: situasi dimana individu tidak mampu menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Misalnya lingkungan dan stressor dapat mempengaruhi gambaran diri dan hilangnya bagian badan, tindakan operasi, proses patologi penyakit, perubahan struktur dan fungsi tubuh, proses tumbuh kembang dan prosedur tindakan serta pengobatan. Dalam psikologi Islam, Jamaluddin menyebutkan faktor gangguan jiwa karena faktor organik, kelainan saraf dan gangguan pada otak.¹⁵

Penyakit selain disebabkan oleh faktor pola makan dan kondisi psikis atau kejiwaan seseorang, juga dapat dipengaruhi oleh faktor jin dan syaithan, seperti penyakit *‘ain*. *‘Ain* adalah kata istilah bahasa Arab yang berasal dari kata *‘ana-ya-inu* yang artinya *nazrah* atau tatapan mata. Hal ini didasarkan kepada hadits yang diriwayatkan oleh Aishah dan Ummi Salamah, bahwasanya Rasulullah SAW. Bersabda:

عن عائشة رَضِيَ اللهُ عَنْهَا، قَالَتْ: أَمَرَني النَّبِيُّ (صلى اللهُ عليه وسلم) أَنْ يُسْتَرْقَى مِنَ الْعَيْنِ. - عن
أُمِّ سَلَمَةَ أَنَّ النَّبِيَّ (صلى اللهُ عليه وسلم) رَأَى فِي بَيْتِهَا جَارِيَةً فِي وَجْهِهَا سَفْعَةٌ، فَقَالَ: اسْتَرْقُوا
لَهَا، فَإِنَّ بِهَا النَّظْرَةَ.¹⁶

¹⁵ Ancok, *Psikologi Islam*.

¹⁶ Ibnu Bathal, *Sharh Sahih al-Bukhari*, jilid IX, hlm. 429

“Dari Aisyah RA. berkata: Nabi memerintahkannya untuk meruqyah penyakit ‘ain – Dari Ummi Salamah bahwasanya Nabi melihat seorang Jariah/budak di rumahnya terdapat saf·ah di wajahnya, maka Nabi bersabda: Ruqyahlah untuknya, karena ia telah terkena ‘ain/nazrah.

Ain atau *nazrah* adalah tatapan mata seseorang yang dipenuhi rasa pesona/kagum, dibarengi dengan rasa iri dan benci terhadap orang yang dilihat atau orang yang dipandang. Perlakuan *ta·jub* yang dibarengi dengan rasa benci dan hasad dapat mengirim atau menghantarkan sinyal racun jiwanya kepada orang yang dilihat atau orang yang dipandang melalui panah shetan.¹⁷ Oleh karena itu *‘ainun* disebut juga dengan *‘ainun la‘matun* yang berarti mata syetan.¹⁸

Jadi penyakit *‘ain* adalah jenis penyakit yang disebabkan oleh rasa kagum seseorang terhadap seseorang yang dilihatnya tanpa menyebut nama Allah, dan atau dibarengi dengan rasa dengki/*hasad* yang dimanfaatkan oleh shetan untuk menghantarkan racun panah hasad kepada obyek sasarannya, sehingga menimbulkan penyakit. Atau dengan kata lain, Penyakit *‘ain* adalah penyakit yang timbul pada diri seseorang akibat sebuah kata-kata pujian tanpa menyebut nama Allah dan atau yang disertai dengan rasa dengki/*hasad*, yang kemudian direspon oleh setan untuk meniupkan racun buhulnya atau panah *‘ain* dan mengenai sasarannya sehingga menimbulkan reaksi-reaksi negatif pada fisik atau mental. Penyakit *‘ain* ini termasuk jenis penyakit yang sangat berbahaya, sebagaimana dikatakan oleh Rasulullah SAW. bahwa *‘ain* adalah penyebab kematian terbanyak setelah qadha’ dan qadarnya Allah SWT.

¹⁷ Lihat: *al-Nihāyah*, sebagaimana diceritakan oleh Ibnul Atsir: “Dikatakan bahwa Fulan terkena ‘Ain, yaitu apabila musuh atau orang-orang dengki memandangnya lalu pandangan itu mempengaruhinya hingga menyebabkannya jatuh sakit.”

¹⁸ Hamzah, *Qomusika: Arab – Melayu - Inggris, Kamus Klasik Kontemporer*, 946.

Rasulullah SAW. bersabda:

أَكْثَرُ مَنْ يَمُوتُ مِنْ أُمَّتِي بَعْدَ قِضَاءِ اللَّهِ وَقَدْرِهِ بِالْعَيْنِ¹⁹

“Kebanyakan dari ummatku mati setelah qadha dan qadar Allah SWT. adalah karena pengaruh pandangan mata jahat”. (HR.Bukhari).

Penyakit ‘ain ini sangat berbahaya, karena selain tidak kasat oleh mata juga terdapat dalam aliran darah manusia yang perannya sangat vital bagi organ tubuhnya. Darah yang tercemar oleh jin dan shaitan akan menyebabkan banyak gangguan bagi kesehatan manusia, sebagaimana tercemarnya darah oleh bakteri dan racun-racun (toksin) yang masuk karena faktor pola makan yang salah.

Al-Qur’an sebagai Metode Terapi Penyakit (*shifa’*) di Masa Pandemic Covid 19

Dasar terapi qur’ani mengacu kepada ketentuan al-Qur’an yang mengatakan bahwa al-Qur’an adalah shifa’ bagi orang-orang beriman. Selain itu adalah pernyataan hadits yang mengatakan bahwa pada setiap penyakit terdapat obat yang dapat menyembuhkannya kecuali *al-haram* atau penyakit tua.

Rasulullah SAW. bersabda:

حَدَّثَنَا حَفْصُ بْنُ عَمَرَ النَّمِرِيُّ، حَدَّثَنَا شُعْبَةُ، عَنْ زِيَادِ بْنِ عِلَاقَةَ عَنْ أَسَامَةَ بْنِ شَرِيكٍ، قَالَ: أَتَيْتُ رَسُولَ اللَّهِ (صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ) وَأَصْحَابَهُ كَأَنَّمَا عَلَى رُؤُوسِهِمُ الطَّيْرُ، فَسَلَّمْتُ ثُمَّ قَعَدْتُ، فَجَاءَ الْأَعْرَابُ مِنْ هَاهُنَا وَهَاهُنَا، فَقَالُوا: يَا رَسُولَ اللَّهِ (صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ)،

¹⁹ Al-Bani, *Ṣaḥīḥ al-Jāmi’ al-Shagīr wa Jiyadatuhu*, Hadits No. 1217 (tt.: al-Maktab al-Islami, 1420. H.). Hadis ini dihasankan oleh al-Hafidz Ibn Hajar dalam kitab: *al-Fath*, 10/214, al-Shakhawi dalam kitab: *Maqāsid al-Ḥasanah*, 470, al-Bani dalam *Silsilat al-Ṣaḥīḥah*, 747.

أَتَدَاوَى فَقَالَ: (تَدَاوَوْا، فَإِنَّ اللَّهَ عَزَّ وَجَلَّ لَمْ يَصْغِ دَاءً إِلَّا وَضَعَ لَهُ دَوَاءً غَيْرَ دَاءٍ وَاحِدٍ الْهَرَمُ)

20

Ketentuan dalam pernyataan hadits tersebut di atas mengandung beberapa implikasi positif bagi kesehatan manusia, yaitu: 1) manusia dituntut untuk berobat jika sakit dan hukumnya adalah wajib. 2) meyakini adanya obat bagi setiap penyakit dapat menimbulkan imun serta membantu untuk segera sembuh dari penyakitnya. 3) menggugah dan memotivasi para ahli kesehatan untuk terus berusaha mencari obat yang sesuai dengan penyakitnya.

Mengingat adanya faktor-faktor penting yang mempengaruhi terjadinya penyakit pada diri manusia yang disebabkan oleh kelalaian, kecerobohan dan kasalahannya, baik karena faktor pola makan, tekanan psikis dan pengaruh jin atau syetan, maka manusia harus mengembalikan dan memperbaiki faktor utama yang menjadi sumber masalahnya, yaitu *qalb*, *aql*, *nafs* dan *ruh* yang dimilikinya.

Aql, *nafs* dan *ruh* adalah potensi terbesar manusia yang ada pada tataran psikis, mental dan spiritualnya dan perannya sangat vital bagi kesehatannya. Oleh karena itu pendekatan yang tepat dan sesuai dengan kajian dan pembahasannya di atas untuk dapat digunakan sebagai teori terapinya adalah dengan cara menggabungkan antara dua teori terapi sekaligus, yaitu teori psikologi dan spiritual islami. Penggabungan antara dua teori tersebut dikenal dengan Terapi Psikospiritual Islami, yaitu suatu pengobatan atau penyembuhan psikologis yang dilakukan secara sistematis berdasarkan konsep ajaran al-Qur'an dan al-Sunnah.

Konsep dasarnya adalah bahwa keimanan dan ketaqwaan kepada Allah adalah modal utama bagi orang beriman dalam mengentaskan berbagai permasalahan hidup yang dihadapi, seperti stress, depresi dan gangguan-gangguan kejiwaan lainnya, bahkan dianggap dapat mengantarkan hidup sehat, bahagia dan berkualitas dunia akhirat,

²⁰ Abu Daud, *Sunan Abi Daud*, ditahkiq oleh Shu'aib Arnauth, Muhammad Kamil Balla (Beirut: Dār al-Risālah al-Alamiyyah, 2009), 5.

karena iman dan taqwa adalah kekuatan fundamental yang sangat berarti bagi upaya perbaikan pemulihan diri dari berbagai gangguan penyakit dan problem hidup yang dialami.

Hal ini didasarkan kepada doktrin al-Qur'an yang menyatakan, bahwa semakin tinggi tingkat spritualitas seseorang, maka semakin tenteram hatinya.²¹ Atau dengan kata lain, jika seseorang telah mencapai titik tertinggi dalam spiritualnya, maka dia akan merasa merdeka, tenteram dan bahagia.²²

Pada dasarnya terapi psikospiritual islami tidak hanya sekedar menyembuhkan gangguan penyakit *qulub* dan psikologis, tetapi yang lebih substansial adalah membangun sebuah kesadaran diri (*self awareness*), karena itu orang-orang yang terlibat dalam terapi psikospiritual islami tidak hanya sekedar menginginkan kesembuhan, tetapi juga bertujuan untuk mencari makna hidup dan mengaktualisasi diri.

Dengan demikian sasaran terapi psikospiritual islami yang dianggap paling utama dan yang pertama dalam kajian penelitian ini adalah kalbu (*qalb*), akal (*aql*) dan *nafs*, karena merupakan hal yang paling urgen dan sangat menentukan bagi kondisi kesehatan manusia, bahkan cara kerjanya secara psikologis dan fisiologis saling terkait erat satu sama lainnya.

Dari sini pula dikatakan, bahwa munculnya konflik, stress, depresi, ketidak bahagiaan dan penyakit-penyakit lainya yang menyebabkan prilaku menyimpang atau abnormal adalah karena adanya gangguan atau penyakit, seperti keresahan, kegelisahan dan ketidaktenangan yang bersumber dalam *qulub* manusia.

Nabi Muhammad SAW. bersabda:

إن في الجسد مضغة إذا صلحت صلح الجسد كله وإذا فسدت فسد الجسد كله ألا وهي القلب
(رواه البخاري).

²¹ Al-Qur'an, (2), 1-5

²² Sumadi Suryabrata, *Psikologi Kepribadian* (Bandung: Rajawali Pers, 1983), hlm. 91.

“*Sesungguhnya dalam jasad atau tubuh terdapat segumpal darah (mudhghah), yang apabila ia baik maka baik pula seluruh jasad dan apabila ia rusak, maka rusak pula seluruhnya dan ketahuilah bahwa itu adalah hati (qolb)*”.

Qulub sebagaimana yang telah dijelaskan dan sesuai dengan namanya adalah pangkal, pusat dan sentral yang di dalamnya terdiri dari tiga unsur utama yaitu nafs, aql dan ruh yang sistem kerjanya saling terkoneksi dan selalu terjadi tarik-menarik antara kutub kebaikan dan kutub kefasikan.

Dengan demikian konsep Terapi Spiritual Islami dalam konteks penelitian ini adalah identik dengan konsep *Tazkiyyat al-Nafs*, yaitu: *takhalli* (tahap pensucian diri), *tahalli* (tahap pengembangan diri), dan *tajalli* (tahap penemuan diri). *Tazkiyyat al-Nafs* terdiri dari dua kata, yaitu: *tazkiyyah* dan *nafs*. *Tazkiyyah* dari kata *tazakka* (Bahasa Arab) yang diartikan suci, pensucian, atau pembersihan.²³ Kata *tazkiyyah* identik dengan kata *ṭaharah* yang berarti penyucian. Namun untuk kata *ṭahara* memiliki arti membersihkan sesuatu yang bersifat jasadiy, seperti membersihkan tubuh dari kotoran dan najis. Sedangkan *tazkiyah* membersihkan sesuatu yang bersifat immateri (psikis), seperti membersihkan fikiran, perasaan dan nafsu jahat.²⁴

Kesimpulan

Dari pemaparan, uraian, dan analisis data-data terkait ayat-ayat maradh, faktor-faktor yang mempengaruhi dan metode terapinya menurut al-Qur'an di atas, maka dapat disimpulkan hasil penelitiannya sebagai berikut: Pertama, Penyakit menurut al-Qur'an adalah suatu kondisi atau keadaan upnormal pada diri seseorang yang dapat mengganggu dan merusak kesehatan fisik, mental dan spiritualnya (jiwa dan raganya), karena dipengaruhi oleh faktor pola makan, tekanan psikis atau mental spiritual dan pengaruh jin serta

²³ Dahlan Tamrin, *Tasawuf Irfani Tutup Nasut Buka Lahut*. (Malang: UIN Maliki Press, 2010), hlm.: 85

²⁴ Taufik, H. 2011. *Tazkiyah al-Nafs: Konsep Pendidikan Sufistik dalam Upaya Membangun Akhlak*. Tadris. Volume 6 Nomor 2: 203-223, hal: 204

syetan (‘ain dan sihir) dan qulub yang meliputi aql, nafs dan ruh adalah sumber utamanya. Kedua, Menurut al-Qur’an, metode terapi penyakit bagi orang-orang beriman adalah: a) dengan bertaubat atau kembali kepada Allah yang mengendalikan qulub (taubatan nasuha dan beramal sholeh), yaitu menyesali semua perbuatan buruk yang pernah dilakukan, berusaha keras untuk memperbaiki diri dan memenuhi hak-hak dan kewajiban-kewajibannya, seperti beribadah dengan benar, bergaul dengan orang-orang sholeh, berbaik sangka, berjiwa pemurah dan pema’af dengan niat yang tulus dan ikhlas karena Allah SWT. b) mengatur pola makannya yang sehat dan berkualitas (halalan thayyiban) dan menghindarkannya dari semua yang dilarang, termasuk israf. c) Membaca atau mendengarkan ayat-ayat al-Qur’an (ruqyah)

Daftar Pustaka

- Abdul Nasir dkk., *Dasar-Dasar Keprawatan Jiwa*, Jakarta: Salemba Medika, 2011
- Abdul Malik Abdulkarim Amrullah, *Tafsir al-Azhar*, Jakarta: PT Pustaka Panjimas, 1983
- Abu al-Husain Muslim bin al-Hajjaj bin Muslim al-Qushayri al-Naisaburi, *al-Jāmi‘ al-Ṣaḥīḥ Ṣaḥīḥ Muslim*, Vol. VII., Bairut: Dar al-Afaq al-Jadidah, t.th.
- Abu Daud, *Sunan Abi Daud*, Beirut: Dār al-Risālah al-Alamiyyah, 2009
- Abu Hayyan, *Tafsir Bahr al-Muhīt*, Libnan: Dār al-kutub al-‘ilmiyyah, 1993
- Abu Naim Ahmad bin Abdillah bin Ahmad bin Ishaq bin Musa bin Mahran al-Ashbahaniy, *Al-Ṭibb al-Nabawiy*, cet. I, jilid I, t.t.: Dār Ibn Hazm, 2006
- Abu Saud Muhammad Ibn Muhammad al-Ammary, *Tafsir Ibn Sa‘ūd ‘wa Irshād al-‘Aql al-Salīm ilā Marāya al-Qur‘ān al-Karīm*, jilid 1, Beirut: Dār Ihyā’i al-Turath al Arabiy, t.th.

- Ahmad Bin Hambal, *Musnad Ahmad bin Hambal*, Beirut: Alam al-Kutub, 1998
- Ahmad Mukhtar Abd al-Hamid Umar, *Mu'jam al-Lughah al-Arabiyyah al-Mua'shirah*, tt. Alam al-Kutub, 2008
- Al-Ghazali, *Ihyā' 'Ulūmuddīn IV*, Semarang: Al-Syifa', 1993
- Al-Ghazali, *Keajaiban-Keajaiban Hati*, Bandung: Karisma, 2000
- Al-Ghazali, *Arba'in al-Ghazali*, Alih Bahasa oleh M. Said Zu'di, Yogyakarta: Pustaka Sufi, 2002
- Al-Razi, *Mafatih al-Ghaib*, Beirut: Dar Ihya al-Turats al-Arabiyy, 1420. H.
- American Psychiatric Association, *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*, 4 ed, Edition, Washington DC.: American Psychiatric Association, 1994
- Aswadi, *Konsep Shifa dalam Al-Qur'an*, Sidoarjo: CV. Dwiputra Pustaka Jaya, 2015
- Al-Suyuthi, *al-Minhāj al-Sāwiy*, hal: 307.
- Dahlan Tamrin, *Tasawuf Irfani Tutup Nasut Buka Lahut*, Malang: UIN Maliki Press, 2010
- Dasuqi Ahmad Muhammad Abd al-Halim, "Al-Mā'u wa al-Ruqyah al-Shar'iyah" *al-sharq al-awsat*. Ed. 9683 (Jun, 2005).
- Djamaludin Ancok, *Psikologi Islam*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2001
- Fakhruddin al-Razi, *Mafatih al-Ghaib*, jilid 12, Beirut: Daar Ihya' al-Turats al-Araby, t.th.
- Fairuz Anady, *Başāir Dhawy al-Tamyiz*, 5/96
- Hamzah, *Qomusika: Arab – Melayu - Inggris, Kamus Klasik Kontemporer*, 1405-1406.

- Hasan Izzu al-Din Husain Ibnu Abd al-Fatah Ahmad Jamal, *Mu'jam wa Tafsir Lughawy Li Kalimat al-Qur'an*, Mesir: Al-Hai'ah al-Mashriyyah al-Ammah li al-Kitab, 2008
- Hans Wehr, *A Dictionary of Modern Written Arabic*, Edited by J Milton Cowan, Beirut: Librairie Du Liban, 1980
- Heylen Amildha Yanuarita & Sri Haryati, "Pengaruh Covid 19 Terhadap Kondisi Sosial Budaya di Kota Malang dan Konsep Strategis dalam Penanganannya", *Jurnal Ilmiah Widya Sosiopolitik* E-ISSN 2685-457.
- Hasan Ali Karimah, *Al-Mu'jam al-Mufarras li Alfāz al-Qur'an al-Karim*, hal. 132.
- Ibn Bathal Abu al-Hasan Ali bin Half, *Sharah Ṣaḥīḥ al-Bukhāriy*, Riyad: Dār al-Nashr Maktabat al-Rushd, 2003
- Ibn Kathir, *Tafsir al-Qur'an al-Adhim*, t.t.: Dar al-Thayyibah Linnasr wa al-Tauzi', 1999
- Istighfarotur Rahmaniyyah, *Pendidikan Etika: Konsep Jiwa dan Etika Perspektif Ibnu Miskawaih dalam Kontribusinya di Bidang Pendidikan*, Malang: UIN Maliki Press, 2010
- Iyus Yosep, *Keperawatan Jiwa*, Bandung: Rafika Aditama, 2007.
- Masaro Emoto, *The True Power of Water: Hikmah air dalam Olah Jiwa*. Terj. Azam Translator, Jakarta: MO publishing, 2006
- Maramis, *Buku Saku Diagnosis Gangguan Jiwa PPDGJIII*, 17.
- Moh. Sholeh, *Terapi Sholat Tahajud Menyembuhkan berbagai Penyakit*, Jakarta: Hikmah, 2006
- Muhammad Fuad Abdul Baqi, *Al-Mu'jam Al-Mufahras Li Alfaz Al Qur'an Al Karim*, Beirut: Dar Al Marefah, 2010
- Muhammad Fuad Abd al-Baqi, *Al-Mu'jam al-Mufahras li al-Fāz al-Qur'ān*, Beirut: Dār al-Fikri, 1992

- Quraisy Syihab, *Tafsir al-Mishbah, Pesan, Kesan dan Keserasian al-Qur'an*, Jakarta: Lentera Hati, 2002
- Rusdi Maramis, *Buku Saku Diagnosis Gangguan Jiwa PPDGJIII*, Jakarta: FK. Unika Atmajaya, 2010
- Rusdi Maslim, *Gejala Depresi, Diagnosa Gangguan Jiwa Rujukan Ringkas Dari PPDGJ III.*, Jakarta: Bagian Ilmu Kedokteran Jiwa FK Unika Atmajaya, 2002
- Sa'id Hawa, *Mensucikan Jiwa*, Jakarta: Pena Pundi Aksara, 2007
- Shaikh Gulam Muin al-Din, *Pneyembuhan Cara Sufi*, Terj. Arif Rahmat, Yogyakarta: Yayasan Bintang Budaya, 2002
- Slamet & Markam, *Psikologi Klinis*, Jakarta: Universitas Indonesia Press, 2003
- Soekamto, *Teori Belajar dan Model-model Pembelajaran*, Jakarta: Universitas Terbuka, 1997
- Stuart. G.W., *Buku Saku Keperawatan Jiwa, ed. 5 EGC.*, Jakarta: 2013
- Sumadi Suryabrata, *Psikologi Kepribadian*, Bandung: Rajawali Pers, 1983