

LAMPIRAN A

IJIN PENELITIAN



UMY

UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH
YOGYAKARTA

Lingkar Islam

**DOKTOR (S3) PSIKOLOGI
PENDIDIKAN ISLAM**

No. : 21/C.2.III/PPS/PPI/I/2018
Lamp. : -
Hal : *Permohonan Izin Penelitian*

Yogyakarta, 25 Januari 2019

Kepada : Kepada Yth.
Pimpinan Asosiasi Ruqyah Syar' I Indonesia (ARSYI)
Di Tempat

Assalamu'alaikum wr. wb.

Disampaikan dengan hormat, sehubungan dengan rencana penelitian disertai bagi mahasiswa kami:

Nama : **Dra. Retno Anggraeni, M.Si.Psikolog.**
Program Studi : S3 Psikologi Pendidikan Islam
NIM : 2012201014
Judul Penelitian : *Pendidikan Kesehatan dalam Praktek Terapi Nabawi bagi Psikosomatik*

Dengan ini kami mohon izin melaksanakan penelitian di Institusi yang Bapak/Ibu pimpin bagi mahasiswa kami tersebut yang akan dilaksanakan pada tanggal 17 Januari sd. 17 Februari 2019.

Demikian permohonan ini kami sampaikan, atas perhatian dan perkenannya diucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum wr. wb.

Ketua Program Studi,



Dr. Abu Madiid, M.Ag.

NIK: 19610304198812113006

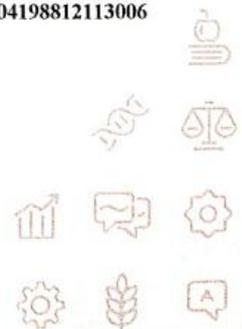
ADDRESS

Kampus Terpadu UMY
Gedung Pascasarjana
Jl. Lingkar Selatan • Tamantirto
Kasihan • Bantul • Yogyakarta 55183

CONTACT

Phone : +62 274 387656 ext 267 • Hunting
Fax : +62 274 387646
Email : s3@umy.ac.id

www.s3jpl.umy.ac.id



**UMY**UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH
YOGYAKARTA
*Unggul & Islami***DOKTOR (S3) PSIKOLOGI
PENDIDIKAN ISLAM**

No. : 20/C.2.III/PPS/PPI/I/2018
Lamp. : -
Hal : *Permohonan Izin Penelitian*

Yogyakarta, 25 Januari 2019

Kepada : Kepada Yth.
Pimpinan International Islamic Medicine Foundation (IIMF)
Di Tempat

Assalamu'alaikum wr. wb.

Disampaikan dengan hormat, sehubungan dengan rencana penelitian disertai bagi mahasiswa kami:

Nama : **Dra. Retno Anggraeni, M.Si.Psikolog.**
Program Studi : S3 Psikologi Pendidikan Islam
NIM : 2012201014
Judul Penelitian : *Pendidikan Kesehatan dalam Praktek Terapi Nabawi bagi Psikosomatik*

Dengan ini kami mohon izin melaksanakan penelitian di Institusi yang Bapak/Ibu pimpin bagi mahasiswa kami tersebut yang akan dilaksanakan pada tanggal 01 Februari sd. 30 April 2019.

Demikian permohonan ini kami sampaikan, atas perhatian dan perkenannya diucapkan terima kasih.

*Wassalamu'alaikum wr. wb.***Ketua Program Studi,****Dr. Abd. Madiid, M.Ag.**

NIK. 19610304198812113006

ADDRESS

Kampus Terpadu UMY
Gedung Pascasarjana
Jl. Lingkar Selatan • Tamantirto
Kasihan • Bantul • Yogyakarta 55183

CONTACT

Phone : +62 274 387656 ext 267 •Hunting
Fax : +62 274 387646
Email : s3@umy.ac.id

www.s3ppl.umy.ac.id

**UMY**UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH
YOGYAKARTA

Unggul & Istim

**DOKTOR (S3) PSIKOLOGI
PENDIDIKAN ISLAM**

No. : 23/C.2.III/PPS/PPI/I/2018
Lamp. : -
Hal : *Permohonan Izin Penelitian*

Yogyakarta, 25 Januari 2019

Kepada : Kepada Yth.
Pimpinan Persatuan Bekam Indonesia (PBI)
Di Tempat

Assalamu'alaikum wr. wb.

Disampaikan dengan hormat, sehubungan dengan rencana penelitian disertasi bagi mahasiswa kami:

Nama : **Dra. Retno Anggraeni, M.Si.Psikolog.**
Program Studi : S3 Psikologi Pendidikan Islam
NIM : 2012201014
Judul Penelitian : *Pendidikan Kesehatan dalam Praktek Terapi Nabawi bagi Psikosomatik*

Dengan ini kami mohon izin melaksanakan penelitian di Institusi yang Bapak/Ibu pimpin bagi mahasiswa kami tersebut yang akan dilaksanakan pada tanggal 01 Februari sd. 30 April 2019.

Demikian permohonan ini kami sampaikan, atas perhatian dan perkenannya diucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum wr. wb.

Ketua Program Studi,

**Dr. Abd. Madiid, M.Ag.**

NIK: 19610304198812113006

ADDRESS

Kampus Terpadu UMY
Gedung Pascasarjana
Jl. Lingkar Selatan • Tamantirto
Kasihan • Bantul • Yogyakarta 55183

CONTACT

Phone : +62 274 387656 ext 267 •Hunting
Fax : +62 274 387646
Email : s3@umy.ac.id

www.s3ppl.umy.ac.id



PERKUMPULAN BEKAM INDONESIA

Pengurus Daerah D.I. Yogyakarta

Sekretariat : Hikari Holistic Gg. Pandega Wreksa no. 13B, Manggung, Caturtunggal,
Depok, Sleman

No : 02/RKM/PBI-DIY/III/2019
Lampiran : -
Perihal : Rekomendasi Pelaksanaan Penelitian

Yth. Rekan-rekan Anggota PBI
di Daerah Istimewa Yogyakarta

Assalamu'alaikum warrahmatullahi wabarakatuh,

Beserta surat ini, kami informasikan kepada rekan-rekan anggota Perkumpulan Bekam Indonesia yang beraktivitas di wilayah DIY, bahwa mahasiswi S3 dengan data diri sebagai berikut:

Nama : Dra. Retno Anggraini, M.Si. Psikolog
No. KTP : 3471035409600001
Alamat Rumah : Jl. Pengok Kidul no. 32
Institusi Akademik : Universitas Muhammadiyah Yogyakarta
Program Studi : S3 Psikologi Pendidikan Islam
No Induk Mahasiswa : 2012201014

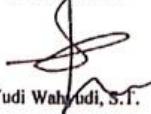
Telah mendapatkan rekomendasi dari PBI Pengurus Daerah Yogyakarta untuk melakukan penelitian dengan judul *Pendidikan Kesehatan dalam Praktek Terapi Nabawi bagi Psikosomatik* terhadap anggota-anggota PBI. Semoga bisa terjalin hubungan kerja sama yang baik antara peneliti dan anggota-anggota PBI selaku subjek penelitian, dengan seizin anggota PBI.

Demikian kami berikan surat rekomendasi ini, atas perhatiannya, kami ucapkan terima kasih.

Yogyakarta, 20 Maret 2019

Hormat Kami,

Ketua PBI DIY


Yudi Wahyudi, S.T.

Sekretaris PBI DIY


Muhammad Irfan, S.Sos.



UMY

UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH
YOGYAKARTA

Unggul & Islami

DOKTOR (S3) PSIKOLOGI PENDIDIKAN ISLAM

No. : 117/C.2.III/PPS/PPI/III/2019
Lamp. : -
Hal : *Permohonan Izin Penelitian*

Yogyakarta, 16 Maret 2019

Kepada : Kepada Yth.
Pimpinan Paguyuban Penyehat Tradisional (BATTRA)
Di Tempat

Assalamu'alaikum wr. wb.

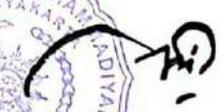
Disampaikan dengan hormat, sehubungan dengan rencana penelitian disertai bagi mahasiswa kami:

Nama : **Dra. Retno Anggraeni, M.Si.Psikolog.**
Program Studi : S3 Psikologi Pendidikan Islam
NIM : 2012201014
Judul Penelitian : *Pendidikan Kesehatan dalam Praktek Terapi Nabawi bagi Psikosomatik*

Dengan ini kami mohon izin melaksanakan penelitian di Institusi yang Bapak/Ibu pimpin bagi mahasiswa kami tersebut yang akan dilaksanakan pada tanggal 16 Maret sd. 30 April 2019.

Demikian permohonan ini kami sampaikan, atas perhatian dan perkenannya diucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum wr. wb.

Ketua Program Studi,

Dr. Abd. Madjid, M.Ag.
NIK. 19610304198812113006

ADDRESS

Kampus Terpadu UMY
Gedung Pascasarjana
Jl. Lingkar Selatan • Tamantirto
Kasihan • Bantul • Yogyakarta 55183

CONTACT

Phone : +62 274 387656 ext 267 •Hunting
Fax : +62 274 387646
Email : s3@umy.ac.id

www.s3ppi.umy.ac.id



LAMPIRAN B

ALAT PENELITIAN

**LEMBAR INFORMASI DAN FORMULIR PERSETUJUAN
INFORMAN**

Informed Consent Form (ICF)

JUDUL PENELITIAN:

Pendidikan Kesehatan Dalam Praktek Terapi Nabawi Bagi Psikosomatik di Yogyakarta

PENELITI UTAMA:

Retno Anggraini

PROMOTOR DAN KO-PROMOTOR:

Prof. Dr. Muhammad Chirzin, M.AG; Dr. Muhammad Anis, M.A

Terima kasih telah membaca lembar informasi ini. Informasi ini dimaksudkan untuk membantu Bapak/Ibu/Saudara dalam memutuskan apakah bersedia atau tidak bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian ini. Bapak/Ibu/Saudara dipersilakan menanyakan semua hal yang belum dipahami terkait penelitian ini, setelah mengerti dan memahaminya, kami berharap Bapak/Ibu/Saudara akan bersedia dan setuju untuk berpartisipasi sebagai informan, dan kami akan meminta Bapak/Ibu/Saudara untuk menandatangani formulir persetujuan sebagai tanda bukti kesediaan berpartisipasi dalam penelitian ini. Terima kasih.

1. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk berusaha memperoleh jawaban tentang:

- 1) Konsep Terapi Nabawi dalam Al Qur'an dan Al Hadits.
- 2) Konsep pendidikan kesehatan dalam Terapi Nabawi.
- 3) Penerapan Pendidikan Kesehatan dalam praktek Terapi Nabawi bagi pasien psikosomatik.

2. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian ini adalah di Yogyakarta

3. Informan Penelitian

Informan penelitian ini meliputi institusi: International Islamic Medicine Foundation (IIMF); Paguyuban Penyehat Tradisional

(BATTRA); Paguyuban Bekam Indonesia (PBI), dan tempat-tempat Praktek Terapi Nabawi di Yogyakarta.

4. Izin Penelitian

Izin Penelitian dari Program Pendidikan Psikologi Islam Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

5. Proses Penelitian

Bapak/Ibu/Saudara kami mohon berpartisipasi dan menjadi informan penelitian ini. Kami akan melakukan wawancara setelah Bapak/Ibu/Saudara menyatakan setuju dan menandatangani persetujuan untuk berpartisipasi dalam penelitian ini.

Pertanyaan yang akan kami ajukan meliputi Pendidikan Kesehatan dalam Praktek Terapi Nabawi, dan data-data kelayan/pasien yang pernah ditangani, serta informasi tentang institusi tempat bekerja Bapak/Ibu/Saudara.

Pelaksanaan wawancara akan memerlukan waktu 60-90 menit. Bapak/Ibu/Saudara tidak harus menjawab pertanyaan tertentu jika tidak berkenan dan boleh berhenti setiap saat. Dengan sepengetahuan dan seijin Bapak/Ibu/Saudara, kami akan merekam pelaksanaan wawancara ini untuk memastikan bahwa kami mengerti yang Bapak/Ibu/Saudara sampaikan. Apabila Bapak/Ibu/Saudara tidak setuju untuk kami rekam wawancara ini, kami akan membuat catatan tertulis.

Kami juga akan melakukan pengumpulan data melalui dokumen catatan terapi yang terpilih sebagai lokasi penelitian ini untuk data yang berkaitan dengan psikosomatik, seperti penyakit hipertensi, hiperkolesterolemia, dan stres, serta data lain yang terkait.

6. Manfaat bagi Informan

Bapak/Ibu/Saudara akan mendapatkan manfaat pribadi secara langsung berupa informasi kesehatan dan terapi nabawi sesuai kondisi pribadi, serta cara-cara pengelolaan kesehatan nabawiyah yang dapat dilakukan secara mandiri.

Partisipasi Bapak/Ibu/Saudara pada penelitian ini merupakan sumbangan besar terhadap perkembangan ilmu pengetahuan khususnya dalam ranah kebijakan publik dengan harapan besar dapat membantu

Pemerintah Indonesia dalam upaya meningkatkan mutu pelayanan kesehatan bagi seluruh warga Indonesia.

7. Risiko bagi Informan

Bapak/Ibu/Saudara tidak akan menerima risiko apapun dengan berpartisipasi dalam penelitian ini.

8. Kerahasiaan Data

Semua data yang dikumpulkan dalam penelitian ini akan dijaga kerahasiaannya dan sesuai dengan ketentuan hukum yang berlaku. Semua data hanya akan digunakan untuk kepentingan penelitian ini.

9. Pembatalan Partisipasi

Bapak/Ibu/Saudara memiliki hak untuk membatalkan keputusan untuk berpartisipasi dalam penelitian ini. Keputusan untuk membatalkan keputusan Bapak/Ibu/Saudara untuk berpartisipasi dalam penelitian ini dapat dilakukan setiap saat (kapan saja) tanpa ada sanksi atau keberatan apapun dari kami.

10. Biaya

Penelitian ini bersifat mandiri dan sukarela. Bapak/Ibu/Saudara tidak akan dikenakan biaya apapun untuk berpartisipasi dalam penelitian ini juga tidak akan menerima pembayaran apapun dengan ikut serta dalam penelitian ini. Apabila Bapak/Ibu/Saudara berkenan menerima, akan diberikan cinderamata berupa buku “Panduan Kesehatan Nabawi” dan “Bahaya New Age Movement” sebagai tanda terima kasih atas partisipasi Bapak/Ibu/Saudara sebagai informan dalam penelitian ini.

11. Tim yang dapat dihubungi

Segala pertanyaan Anda terkait penelitian ini dapat diajukan kepada Peneliti Utama: Retno Anggraini melalui telpon/sms/WhatsApp ke nomer 08999310099.

Apakah ada hal-hal yang Bapak/Ibu/Saudara ingin tanyakan terkait penelitian ini?

RAHASIA
Hanya untuk Penelitian

FORMULIR PERSETUJUAN INFORMAN

Nama Informan :
Jenis Kelamin :
Usia :
Pendidikan terakhir :
Instansi :
Jabatan :
Lama menjabat :
Lama bekerja :
Alamat :
 Desa/Kelurahan :
 Kecamatan :
 Kota/Kabupaten :
 Provinsi :
Nomor telpon/HP :

1) Persetujuan Informan untuk berpartisipasi dalam penelitian ini*

Setuju

Tidak Setuju

Tanggal _____ / _____ / 2019

2) Persetujuan Informan untuk merekam suara selama proses wawancara*

Setuju

Tidak Setuju

** beri tanda √ pada kotak yang dipilih*

(diisi oleh pewawancara)

Nama Pewawancara :
Tanggal Wawancara : / / 2019
Waktu Wawancara : pukul s.d
Lokasi Wawancara :

Tanda tangan Pewawancara :

Catatan:

TERAPI NABAWI Questionnaire

Kepada Bapak, Ibu, Saudara-saudara yang dirahmati Allah.
Assalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh

BISMILLAHIRRAHMANIRRAHIM.

Dalam rangka penelitian dan pengabdian masyarakat, kami mengharap partisipasi Bapak, Ibu, Saudara , baik sebagai pemerhati, terapis, pembelajar maupun klien/pasien, untuk merespon kuesioner di tautan ini.

Data tersebut bersifat rahasia dan InsyaAllah akan berguna bagi pengembangan ilmu Kesehatan Tradisional & Terapi Nabawi.

Bila ada yg ingin dikonsultasikan, bisa whatsapp pribadi.

Atas kesediaan, ketulusan dan pengorbanan waktu Bapak, Ibu, Saudara, kami mengucapkan : Terimakasih dan Jazakumullah khairan katsiira.

Mohon bantuannya untuk dishare via whatsapp pribadi ke sesama muslim dari daerah, jaringan, yang Bapak, Ibu, Saudara ketahui.

Silakan isi form di bawah ini

1. Apakah saudara seorang muslim ?

Mark only one oval.

Ya

Tidak

Other: _____

2. Pernahkan berobat ke Terapi Tradisional ? Terapi apakah ?

3. **Kapankah ? Apa keluhan saudara saat itu ?**

4. **Apakah sebelumnya sudah ke Dokter/RS ?**

5. **Apakah Terapi Tradisional berhasil mengobati saudara ?**

Mark only one oval.

- Ya
- Tidak
- Mungkin
- Other: _____

6. **Nama saudara:.....Usia:.....tahun**

7. **Nomor WhatsApp:**

8. **Apakah saudara juga seorang Terapis ? Jenis Terapi apa saja ?**

9. **Apakah Saudara/i memahami Thibbun Nabawi (Terapi Nabawi) ?**

Mark only one oval.

- Tidak paham
- Paham
- Other: _____

10. Jenis Terapi Nabawi yang Saudara/i ketahui adalah:

11. Apakah yg mendorong saudara menjadi terapis ?

12. Sertifikat pelatihan terapi apa saja yang Saudara/i miliki?

13. Menurut pendapat saudara, dalam hal apakah PP 103/2014 tentang Pelayanan Kesehatan Tradisional yang perlu disempurnakan ?

**14. Sudahkah saudara siap melaksanakan Peraturan Pemerintah tersebut ?
Dalam hal apa sajakah ?**

15. Sejak Saudara/i praktik , berapa orang yang sudah saudara tolong ?

16. Penyakit-penyakit apa saja yang pernah Saudara/i hadapi ?

17. Pernahkah saudara gagal dalam mengobati ? Mengapa ?

18. Penyakit seperti apakah Psikosomatik itu?

19. **Apakah ketidak-taatan dalam beragama menyebabkan sakit ?**

Mark only one oval.

- Iya
 Mungkin
 Ragu-ragu
 Tidak

20. **Apakah sakit bisa disebabkan oleh hubungan silaturahmi yang bermasalah?**

Mark only one oval.

- Iya
 Mungkin
 Ragu-ragu
 Tidak

21. **Apakah masalah ribawi menjadi salah satu sumber penyakit ?**

Mark only one oval.

- Iya
 Mungkin
 Ragu-Ragu
 Tidak

22. **Jin/syetan adalah salah satu penyebab seseorang sakit ? Bagaimana cara mengobatinya ?**

23. **Apakah setiap penyakit berhubungan dengan kebiasaan buruk dalam makan dan minum?**

Mark only one oval.

- Iya
 Mungkin
 Ragu-Ragu
 Tidak

24. **Apakah syirik bisa menyebabkan sakit ? Mengapa ? Bagaimana mengatasinya ?**

25. **Apakah setiap penyakit berhubungan dengan masalah kebiasaan berpikir negatif?**

Mark only one oval.

- Iya
 Mungkin
 Ragu-Ragu
 Tidak

26. **Apakah halal/haramnya rejeki berpengaruh pada kesehatan ?**

Mark only one oval.

- Iya
 Mungkin
 Ragu-Ragu
 Tidak

27. **Masalah Sedekah ada hubungannya dengan kondisi sakit. Benarkah ? Mengapa demikian ?**

28. **Pentingkah Pendidikan Kesehatan Islam bagi kehidupan sehari-hari ?**

Mark only one oval.

- Iya
 Mungkin
 Ragu-Ragu
 Tidak

29. **Siapakah yang saudara andalkan dalam usaha penyembuhan ?**

30. **Khusus untuk Terapis: Berapa persen kira-kira klien yang berhasil Saudara/i obati dan menyatakan ada perbaikan/sembuh?**

31. **Apakah ketika berobat / praktek, Saudara/i juga mendapat/memberi pendidikan atau nasehat ?**

Mark only one oval.

Ya

Tidak

32. **Apa saja nasehat yang Saudara/i sampaikan atau yang saudara dapat ?**

Contoh: sebab penyakitnya, cara menghindari sakit, cara mencari pertolongan, hubungan penyakit dengan ibadah, dll.

33. **Apakah berobat dengan metode Tradisional Terapi nabawi adalah mahal ?
Berapa rupiah kah tarif yang layak ?**

34. Sejahterakah kehidupan saudara?

35. Cita-cita ataupun harapan yang akan datang ?

Powered by
 Google Forms

LAMPIRAN C

AYAT-AYAT QUR'AN DAN HADIS TENTANG KESEHATAN

**TABEL AYAT AL-QURAN TENTANG KESEHATAN
(SAKIT, SEHAT, SEMBUH/OBAT)**

AYAT-AYAT AL MARAD

NO	NAMA SURAT/MAKNA	TERJEMAHAN
1.	Asy-Syu'arā/26: 80 T.Jalalain: (Dan apabila aku sakit. Dialah yang menyembuhkan aku)	“Dan apabila aku sakit, Dialah yang menyembuhkan aku” (asy-Syu'ara'/26 :80)
2.	Al-Baqarah/2: 10 T.Jalalain: (Dalam hati mereka ada penyakit) berupa keragu-raguan dan kemunafikan yang menyebabkan sakit atau lemahnya hati mereka. (Lalu ditambah Allah penyakit mereka) dengan menurunkan Alquran yang mereka ingkari itu.	“Dalam hati mereka ada penyakit, lalu ditambah Allah penyakitnya; dan bagi mereka siksa yang pedih, disebabkan mereka berdusta.” (Al-Baqarah/2: 10)
3.	Al- Maidah/5: 52 T.Jalalain: (Maka kamu lihat orang-orang yang di dalam hati mereka ada penyakit) yakni lemah akidahnya seperti Abdullah bin Ubai gembong munafik itu	“Maka kamu akan melihat orang-orang yang ada penyakit dalam hatinya (orang-orang munafik) bersegera mendekati mereka (Yahudi dan Nasrani), seraya berkata: "Kami takut akan mendapat bencana". Mudah-mudahan Allah akan mendatangkan kemenangan (kepada Rasul-Nya), atau sesuatu keputusan dari sisi-Nya. Maka karena itu, mereka menjadi menyesal terhadap apa yang mereka rahasiakan dalam diri mereka.” (al- Maidah/5: 52)
4.	Al-Anfāl/8: 49 T.Jalalain: (Ingatlah ketika orang-orang munafik dan orang-orang yang ada penyakit di dalam hatinya berkata,) lemah keyakinan ("Mereka itu ditipu) yakni kaum Muslimin (oleh agamanya) sebab mereka mau keluar untuk berperang sekalipun jumlah mereka sedikit sedangkan jumlah musuh yang dihadapinya sangat besar bilangannya.	“(Ingatlah), ketika orang-orang munafik dan orang-orang yang ada penyakit di dalam hatinya berkata: "Mereka itu (orang-orang mukmin) ditipu oleh agamanya". (Allah berfirman): "Barangsiapa yang bertawakal kepada Allah, maka sesungguhnya Allah Maha Perkasa lagi Maha Bijaksana.” (al-Anfāl/8: 49)
5.	At-Taubah/9:125 T.Jalalain: (Dan adapun orang-orang yang di dalam hati mereka ada penyakit) lemah keyakinan (maka	“Dan adapun orang-orang yang di dalam hati mereka ada penyakit, maka dengan surat itu bertambah kekafiran mereka, disamping

	dengan surah ini bertambah kekafiran mereka di samping kekafirannya)	kekafirannya (yang telah ada dan mereka mati dalam keadaan kafir.” (at-Taubah/9:125)
6.	Al-Hajj/22: 53 T.Jalalain: (Agar Dia menjadikan apa yang ditiupkan oleh setan itu sebagai cobaan) yakni musibah (bagi orang-orang yang di dalam hatinya ada penyakit) perselisihan dan kemunafikan (dan yang kasar hatinya) orang-orang musyrik; hati mereka kasar dan keras tidak mau menerima barang yang hak.	“Agar Dia menjadikan apa yang dimasukkan oleh syaitan itu, sebagai cobaan bagi orang-orang yang di dalam hatinya ada penyakit dan yang kasar hatinya. Dan sesungguhnya orang-orang yang zalim itu, benar-benar dalam permusuhan yang sangat.” (Al-Hajj/22: 53)
7.	An-Nūr/24: 50 T.Jalalain: (Apakah di dalam hati mereka ada penyakit) yakni kekafiran (atau karena mereka ragu-ragu) mereka meragukan kenabiannya (ataukah karena mereka takut kalau-kalau Allah dan Rasul-Nya berlaku zalim kepada mereka?)	“Apakah (ketidak datangan mereka itu karena) dalam hati mereka ada penyakit, atau (karena) mereka ragu-ragu ataukah (karena) takut kalau Allah dan rasul-Nya berlaku zalim kepada mereka? Sebenarnya, mereka itulah orang-orang yang zalim.” (an-Nūr/24: 50)
8.	Al-Ahzāb/33: 12, 32,60 T.Jalalain: (12) Ingatlah (ketika orang-orang munafik dan orang-orang yang berpenyakit dalam hatinya berkata) yakni penyakit lemah keyakinannya: "Allah dan rasul-Nya tidak menjanjikan akan mendapat pertolongan Allah (melainkan tipu daya.)" (32) (Hai istri-istri Nabi! Kamu sekalian tidaklah seperti segolongan di antara wanita yang lain, jika kalian bertakwa kepada Allah, karena sesungguhnya kalian adalah wanita-wanita yang agung. (Maka janganlah kalian tunduk dalam berbicara) dengan kaum laki-laki (sehingga berkeinginan orang yang ada penyakit dalam hatinya) yakni perasaan nifaq, ucapkanlah perkataan yang baik tanpa tunduk. (60) (Sesungguhnya jika) huruf Lam bermaksud Qasam/sumpah (tidak berhenti orang-orang munafik) dari kemunafikan mereka (orang-orang yang berpenyakit dalam hati mereka)	“Dan (ingatlah) ketika orang-orang munafik dan orang-orang yang berpenyakit dalam hatinya berkata: "Allah dan Rasul-Nya tidak menjanjikan kepada kami melainkan tipu daya.” (12) “Hai istri-istri Nabi, kamu sekalian tidaklah seperti wanita yang lain, jika kamu bertakwa. Maka janganlah kamu tunduk dalam berbicara sehingga berkeinginanlah orang yang ada penyakit dalam hatinya dan ucapkanlah perkataan yang baik.” (32) “Sesungguhnya jika tidak berhenti orang-orang munafik, orang-orang yang berpenyakit dalam hatinya dan orang-orang yang menyebarkan kabar bohong di Madinah (dari menyakitimu), niscaya Kami perintahkan kamu (untuk memerangi) mereka, kemudian mereka tidak menjadi tetanggamu (di Madinah) melainkan dalam waktu yang

	disebabkan telah melakukan perbuatan zina (dan orang-orang yang menyebarkan kabar bohong di Madinah)	sebentar.” (60) (al-Ahzāb/33: 12, 32,60)
9	<p>Muhammad/47: 20, 29 T.Jalalain: (20)(Maka apabila diturunkan suatu surah yang muhkam) tiada suatu ayat pun darinya yang dimansukh (dan disebutkan di dalamnya perintah perang) anjuran untuk berperang bagi kalian (kalian lihat orang-orang yang di dalam hatinya ada penyakit) berupa keragu-raguan dalam memeluk agamamu, mereka adalah orang-orang munafik; maksudnya mereka takut menghadapi peperangan dan sangat benci kepadanya. (29) (Atau apakah orang-orang yang ada penyakit dalam kalbunya mengira bahwa Allah tidak akan menampakkan kedengkian mereka) kepada Nabi saw. dan orang-orang mukmin?.</p>	<p>“Dan orang-orang yang beriman berkata: "Mengapa tiada diturunkan suatu surat?"Maka apabila diturunkan suatu surat yang jelas maksudnya dan disebutkan di dalamnya (perintah) perang, kamu lihat orang-orang yang ada penyakit di dalam hatinya memandang kepadamu seperti pandangan orang yang pingsan karena takut mati, dan kecelakaanlah bagi mereka.” (20) “atau apakah orang-orang yang ada penyakit dalam hatinya mengira bahwa Allah tidak akan menampakkan kedengkian mereka?” (29) (Muhammad/47: 20, 29)</p>
10	<p>Al-Muddaṣṣir/74: 31 T.Jalalain: (supaya orang-orang yang diberi Alkitab dan orang-orang mukmin itu tidak ragu-ragu) yaitu orang-orang yang beriman bukan dari kalangan mereka; tentang bilangan malaikat-malaikat penjaga neraka itu (dan supaya orang-orang yang di dalam hatinya ada penyakit) berupa keragu-raguan; mereka berada di Madinah (dan orang-orang kafir mengatakan) yaitu orang-orang kafir Mekah: ("Apakah yang dikehendaki Allah dengan hal ini) yakni bilangan ini (sebagai suatu perumpamaan?) mereka menamakannya sebagai perumpamaan, karena hal itu amat aneh didengar oleh mereka. Lafal Matsalan berkedudukan sebagai Haal atau kata keterangan keadaan.</p>	<p>“Dan tiada Kami jadikan penjaga neraka itu melainkan dari malaikat: dan tidaklah Kami menjadikan bilangan mereka itu melainkan untuk jadi cobaan bagi orang-orang kafir, supaya orang-orang yang diberi Al-Kitab menjadi yakin dan supaya orang yang beriman bertambah imannya dan supaya orang-orang yang diberi Al Kitab dan orang-orang mukmin itu tidak ragu-ragu dan supaya orang-orang yang di dalam hatinya ada penyakit dan orang-orang kafir (mengatakan): "Apakah yang dikehendaki Allah dengan bilangan ini sebagai suatu perumpamaan? "Demikianlah Allah membiarkan sesat orang-orang yang dikehendaki-Nya dan memberi petunjuk kepada siapa yang dikehendaki-Nya. Dan tidak ada yang mengetahui tentara</p>

		Tuhanmu melainkan Dia sendiri. Dan Saqar itu tiada lain hanyalah peringatan bagi manusia.” (al-Muddaṣṣir/74: 31)
--	--	--

NO	NAMA SURAT/MAKNA	TERJEMAHAN
11	An-Nūr/24: 61 T.Jalalain: Makna ayat ini ialah, bahwa kalian diperbolehkan makan dari rumah-rumah orang-orang yang telah disebutkan, sekalipun para pemiliknya tidak hadir atau sedang tidak ada di rumah, jika memang kalian telah yakin akan kerelaan mereka terhadap sikap kalian itu (Tidak ada dosa bagi kalian makan bersama-sama mereka) yakni berbarengan dengan mereka (atau sendirian) tidak bersama-sama. Lafal Asytaan ini adalah bentuk jamak dari kata Syatta, artinya sendiri-sendiri atau berpisah-pisah. Ayat ini diturunkan berkenaan dengan seseorang yang merasa berdosa jika ia makan sendirian. (maka apabila kalian memasuki rumah-rumah) milik kalian sendiri yang tidak ada penghuninya (hendaklah kalian memberi salam kepada diri kalian sendiri) katakanlah! "Assalaamu 'Alainaa Wa Alaa `Ibaadillaahish Shaalihiiin" yang artinya, "Keselamatan semoga dilimpahkan kepada diri kami dan hamba-hamba Allah yang saleh". Sesungguhnya para Malaikat yang akan menjawab salam itu. Jika ternyata di dalam rumah-rumah itu terdapat penghuninya, maka berilah salam kepada mereka.	“Tidak ada halangan bagi orang buta, tidak (pula) bagi orang pincang, tidak (pula) bagi orang sakit, dan tidak (pula) bagi dirimu sendiri, makan (bersama-sama mereka) dirumah kamu sendiri atau dirumah bapak-bapakmu, dirumah ibu-ibumu, dirumah saudara-saudaramu yang laki-laki, di rumah saudaramu yang perempuan, dirumah saudara bapakmu yang laki-laki, dirumah saudara bapakmu yang perempuan, dirumah saudara ibumu yang laki-laki, dirumah saudara ibumu yang perempuan, dirumah yang kamu miliki kuncinya atau dirumah kawan-kawanmu. Tidak ada halangan bagi kamu makan bersama-sama mereka atau sendirian. Maka apabila kamu memasuki (suatu rumah dari) rumah-rumah (ini) hendaklah kamu memberi salam kepada (penghuninya yang berarti memberi salam) kepada dirimu sendiri, salam yang ditetapkan dari sisi Allah, yang diberi berkat lagi baik. Demikianlah Allah menjelaskan ayat-ayatnya(Nya) bagimu, agar kamu memahaminya.” (An-Nūr/24: 61)
12	Al-Fath/48: 17 T.Jalalain: dapat dibaca Yudkhillu atau Nudkhillu, kalau dibaca Nudkhillu artinya, niscaya Kami akan memasukkannya (ke dalam surga yang mengalir di bawahnya sungai-sungai dan barang siapa yang	“Tiada dosa atas orang-orang yang buta dan atas orang yang pincang dan atas orang yang sakit (apabila tidak ikut berperang). Dan barangsiapa yang taat kepada Allah dan Rasul-Nya; niscaya Allah akan memasukkannya ke

	berpaling niscaya akan diazab-Nya) dapat dibaca Yu'adzdzibhu atau Nu'adzdzibhu, kalau dibaca Nu'adzdzibhu artinya, niscaya Kami akan mengazabnya (dengan azab yang pedih.).	dalam surga yang mengalir di bawahnya sungai-sungai dan barang siapa yang berpaling niscaya akan diazab-Nya dengan azab yang pedih.” (al-Fath/48: 17)
--	---	---

NO	NAMA SURAT/MAKNA	TERJEMAHAN
13	<p>Al-Baqarah/2: 184-185, 196</p> <p>T.Jalalain: (184) (bagi orang-orang yang) (tidak sanggup melakukannya) disebabkan usia lanjut atau penyakit yang tak ada harapan untuk sembuh (maka hendaklah membayar fidyah) (185) (Maka barang siapa yang menyaksikan) artinya hadir (di antara kamu di bulan itu, hendaklah ia berpuasa dan barang siapa sakit atau dalam perjalanan, lalu ia berbuka, maka wajib baginya berpuasa sebanyak hari yang ditinggalkannya itu pada hari yang lain)</p> <p>(196) (Dan barang siapa di antara kamu sakit atau ada gangguan pada kepalanya) berkutu dan pusing, lalu ia bercukur di waktu ihram (maka hendaklah ia membayar fidyah), (yaitu berpuasa) selama tiga hari (atau bersedekah) sebanyak tiga sukat makanan pokok penduduk itu kepada enam orang fakir miskin (atau berkurban), artinya menyembelih kambing.</p>	<p>“(yaitu) dalam beberapa hari yang tertentu. Maka barangsiapa diantara kamu ada yang sakit atau dalam perjalanan (lalu ia berbuka), maka (wajiblah baginya berpuasa) sebanyak hari yang ditinggalkan itu pada hari-hari yang lain. Dan wajib bagi orang-orang yang berat menjalankannya (jika mereka tidak berpuasa) membayar fidyah, (yaitu): memberi makan seorang miskin. Barangsiapa yang dengan kerelaan hati mengerjakan kebajikan, maka itulah yang lebih baik baginya. Dan berpuasa lebih baik bagimu jika kamu mengetahui.</p> <p>(Beberapa hari yang ditentukan itu ialah) bulan Ramadhan, bulan yang di dalamnya diturunkan (permulaan) Al Quran sebagai petunjuk bagi manusia dan penjelasan-penjelasan mengenai petunjuk itu dan pembeda (antara yang hak dan yang bathil). Karena itu, barangsiapa di antara kamu hadir (di negeri tempat tinggalnya) di bulan itu, maka hendaklah ia berpuasa pada bulan itu, dan barangsiapa sakit atau dalam perjalanan (lalu ia berbuka), maka (wajiblah baginya berpuasa), sebanyak hari yang ditinggalkannya itu, pada hari-hari yang lain. Allah menghendaki kemudahan bagimu, dan tidak menghendaki kesukaran bagimu. Dan hendaklah kamu mencukupkan bilangannya dan</p>

		hendaklah kamu mengagungkan Allah atas petunjuk-Nya yang diberikan kepadamu, supaya kamu bersyukur.” (Al-Baqarah/2: 184-185, 196)
--	--	---

NO	NAMA SURAT/MAKNA	TERJEMAHAN
14	<p>An-Nisa’/4: 43, 102</p> <p>T.Jalalain: (102) (Dan jika kamu sakit) yakni mengidap penyakit yang bertambah parah jika kena air sedangkan kamu dalam keadaan junub atau berhadas besar. (maka bertayamumlah kamu) artinya ambillah setelah masuknya waktu salat (tanah yang baik) maksudnya yang suci, lalu pukullah dengan telapak tanganmu dua kali pukulan (maka sapulah muka dan tanganmu) berikut dua sikumu.</p> <p>(102) (Dan tak ada salahnya bagimu meletakkan senjata-senjatamu kalau kamu mendapat gangguan dari hujan atau kamu dalam keadaan sakit) sehingga kamu tidak membawanya. Ini menunjukkan wajibnya membawa senjata di kala tak ada halangan, dan merupakan salah satu di antara kedua pendapat Syafii.</p>	<p>“Hai orang-orang yang beriman, janganlah kamu shalat, sedang kamu dalam keadaan mabuk, sehingga kamu mengerti apa yang kamu ucapkan, (jangan pula hampiri mesjid) sedang kamu dalam keadaan junub, terkecuali sekedar berlalu saja, hingga kamu mandi. Dan jika kamu sakit atau sedang dalam musafir atau datang dari tempat buang air atau kamu telah menyentuh perempuan, kemudian kamu tidak mendapat air, maka bertayamumlah kamu dengan tanah yang baik (suci); sapulah mukamu dan tanganmu. Sesungguhnya Allah Maha Pemaaf lagi Maha Pengampun.”</p> <p>(An-Nisa’/4: 43, 102)</p>
15	<p>Al-Maidah/5:6</p> <p>T.Jalalain: (apabila sakit) yang akan bertambah parah dengan menyentuh air (atau dalam perjalanan) musafir (atau kamu kembali dari tempat buang air) artinya berhadas (atau menyentuh wanita) hal ini telah dibicarakan dulu pada surah An-Nisa (lalu kamu tidak memperoleh air) yakni setelah mencarinya (maka bertayamumlah) dengan mencari (tanah yang baik) tanah yang bersih (sapulah muka dan tanganmu) beserta kedua siku (dengan tanah itu) dengan dua kali pukulan.</p>	<p>“Hai orang-orang yang beriman, apabila kamu hendak mengerjakan shalat, maka basuhlah mukamu dan tanganmu sampai dengan siku, dan sapulah kepalamu dan (basuh) kakimu sampai dengan kedua mata kaki, dan jika kamu junub maka mandilah, dan jika kamu sakit atau dalam perjalanan atau kembali dari tempat buang air (kakus) atau menyentuh perempuan, lalu kamu tidak memperoleh air, maka bertayammumlah dengan tanah yang baik (bersih); sapulah mukamu dan tanganmu dengan tanah itu. Allah tidak hendak menyulitkan kamu, tetapi Dia</p>

		hendak membersihkan kamu dan menyempurnakan nikmat-Nya bagimu, supaya kamu bersyukur.” (al- Maidah: 6)
--	--	--

NO	NAMA SURAT/MAKNA	TERJEMAHAN
16	At-Taubah/9:91 T.Jalalain: (Tiada dosa atas orang-orang yang lemah) yakni orang-orang jompo (atas orang-orang yang sakit) seperti orang buta dan orang yang sakit parah yang tak sembuh-sembuh untuk berjihad (apabila mereka berlaku ikhlas kepada Allah dan Rasul-Nya) sewaktu ia tidak pergi berjihad, yaitu tidak menimbulkan kekacauan dan rasa takut kepada orang-orang lain dan tetap menaati peraturan.	“Tiada dosa (lantaran tidak pergi berjihad) atas orang-orang yang lemah, orang-orang yang sakit dan atas orang-orang yang tidak memperoleh apa yang akan mereka nafkahkan, apabila mereka berlaku ikhlas kepada Allah dan Rasul-Nya. Tidak ada jalan sedikitpun untuk menyalahkan orang-orang yang berbuat baik.” (at-Taubah/9: 91)
17	Al-Muzzammil/73:20 T.Jalalain: (akan ada di antara kalian orang-orang yang sakit dan orang-orang yang berjalan di muka bumi), amat berat bagi mereka hal-hal yang telah disebutkan tadi menyangkut salat malam. Akhirnya Allah memberikan keringanan kepada mereka, yaitu mereka diperbolehkan melakukan salat malam sebatas kemampuan masing-masing. Kemudian ayat ini dinasakh oleh ayat yang mewajibkan salat lima waktu (maka bacalah apa yang mudah dari Alquran) sebagaimana yang telah disebutkan di atas (dan dirikanlah salat) fardu (tunaikanlah zakat dan berikanlah pinjaman kepada Allah) seumpamanya kalian membelanjakan sebagian harta kalian yang bukan zakat kepada jalan kebajikan (pinjaman yang baik) yang ditunaikan dengan hati yang tulus ikhlas.	“Sesungguhnya Tuhanmu mengetahui bahwasanya kamu berdiri (sembahyang) kurang dari dua pertiga malam, atau seperdua malam atau sepertiganya dan (demikian pula) segolongan dari orang-orang yang bersama kamu. Dan Allah menetapkan ukuran malam dan siang. Allah mengetahui bahwa kamu sekali-kali tidak dapat menentukan batas-batas waktu-waktu itu, maka Dia memberi keringanan kepadamu, karena itu bacalah apa yang mudah (bagimu) dari Al Quran. Dia mengetahui bahwa akan ada di antara kamu orang-orang yang sakit dan orang-orang yang berjalan di muka bumi mencari sebagian karunia Allah; dan orang-orang yang lain lagi berperang di jalan Allah, maka bacalah apa yang mudah (bagimu) dari Al Quran dan dirikanlah sembahyang, tunaikanlah zakat dan berikanlah pinjaman kepada Allah pinjaman yang baik. Dan kebaikan apa saja yang kamu perbuat untuk dirimu

		niscaya kamu memperoleh (balasan)nya di sisi Allah sebagai balasan yang paling baik dan yang paling besar pahalanya. Dan mohonlah ampunan kepada Allah; sesungguhnya Allah Maha Pengampun lagi Maha Penyayang.”
18	Al-Ahzab/ 33: 57 T.Jalalain: (Sesungguhnya orang-orang yang menyakiti Allah dan Rasul-Nya) mereka adalah orang-orang kafir, mereka mensifati Allah dengan sifat-sifat yang Dia Maha Suci daripadanya, yaitu mempunyai anak dan mempunyai sekutu, kemudian mereka mendustakan rasul-Nya. (Allah akan melaknatinya di dunia dan di akhirat) yakni menjauhkannya dari rahmat-Nya (dan menyediakan baginya siksa yang menghinakan) siksaan yang menghinakan yaitu neraka.	“Sesungguhnya orang-orang yang menyakiti Allah dan Rasul-Nya. Allah akan melaknatinya di dunia dan di akhirat, dan menyediakan baginya siksa yang menghinakan.
19	Al.Ahzab/ 33: 58 T.Jalalain: (Dan orang-orang yang menyakiti orang-orang Mukmin dan Mukminat tanpa kesalahan yang mereka perbuat) yaitu menuduh mereka mengerjakan hal-hal yang tidak mereka lakukan (maka sesungguhnya mereka telah memikul kebohongan) melancarkan tuduhan bohong (dan dosa yang nyata) yakni perbuatan yang nyata dosanya.	“Dan orang-orang yang menyakiti orang-orang yang mukmin dan mukminat tanpa kesalahan yang mereka perbuat, maka sesungguhnya mereka telah memikul kebohongan dan dosa yang nyata.
20	At-Taubah/ 6: 61 T.Jalalain: (Di antara mereka) orang-orang munafik (ada yang menyakiti Nabi) dengan mencelanya dan menyampaikan perkataannya kepada kaum munafikin (dan mereka mengatakan) bilamana mereka dicegah dari perbuatan tersebut supaya jangan menyakiti nabi ("Nabi mempercayai semua apa yang didengarnya.") yakni Nabi selalu mendengar apa yang dikatakan kepadanya dan selalu menerimanya. Bilamana kami bersumpah	“Di antara mereka (orang-orang munafik) ada yang menyakiti Nabi dan mengatakan: "Nabi mempercayai semua apa yang didengarnya". Katakanlah: "Ia mempercayai semua yang baik bagi kamu, ia beriman kepada Allah, mempercayai orang-orang mukmin, dan menjadi rahmat bagi orang-orang yang beriman di antara kamu". Dan orang-orang yang menyakiti Rasulullah itu, bagi mereka azab yang pedih.

<p>kepadanya bahwa kami tidak menyatakannya, maka dia mempercayai kami. (Katakanlah,) "Ia (mempercayai) mendengarkan (semua yang baik bagi kalian) bukannya mendengarkan hal-hal yang buruk (ia beriman kepada Allah, mempercayai) artinya selalu percaya (orang-orang mukmin) atas semua berita yang telah disampaikan mereka, akan tetapi ia tidak mempercayai orang-orang selain mereka. Huruf lam di sini adalah lam zaidah; dimaksud untuk memberikan pengertian yang membedakan antara iman karena sadar dan iman karena faktor lainnya (dan menjadi rahmat) bila dibaca rafa' maka diathafkan kepada lafal udzunun, dan bila dibaca jar maka diathafkan kepada lafal khairin (bagi orang-orang yang beriman di antara kalian." Dan orang-orang yang menyakiti Rasulullah itu, bagi mereka siksa yang pedih).</p>	
---	--

AYAT-AYAT SYIFA

NO	NAMA SURAT/MAKNA	TERJEMAHAN
1.	Al-Isrā'/17 : 82 T.Jalalain: (Dan Kami turunkan dari huruf min di sini menunjukkan makna bayan atau penjelasan (Alquran suatu yang menjadi penawar) dari kesesatan (dan rahmat bagi orang-orang yang beriman) kepadanya.	“Dan kami turunkan dari al-Quran (sesuatu) yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman sedangkan bagi orang zalim (al-Qur’an itu) hanya akan menambah kerugian.” (al-Isrā’/17 : 82)
2.	Yūnus/10 : 57 T.Jalalain: Alquran (dan penyembuh) penawar (bagi penyakit-penyakit yang ada di dalam dada) yakni penyakit akidah yang rusak dan keragu-raguan (dan petunjuk) dari kesesatan (serta rahmat bagi orang-orang yang beriman) kepadanya.	“Wahai manusia! Sungguh telah datang kepadamu pelajaran (al-Qur’an) dari Tuhanmu, penyembuh bagi penyakit-penyakit yang ada dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang yang beriman.” (Yūnus/10 : 57)
3.	Fuṣṣilat/41 : 44 T.Jalalain: (Katakanlah, "Alquran ini bagi orang-orang yang beriman adalah petunjuk) dari kesesatan (dan penawar) dari kebodohan. (Dan orang-orang yang tidak beriman pada telinga mereka ada sumbatan) penutup, sehingga mereka tidak dapat mendengar (sedangkan Alquran itu suatu kegelapan bagi mereka) karena itu mereka tidak dapat memahaminya.	“Dan sekiranya al-Qur’an Kami jadikan sebagai bacaan dalam bahasa selain bahasa Arab, niscaya mereka mengatakan: "Mengapa tidak dijelaskan ayat-ayatnya?" Apakah patut (al-Quran) dalam bahasa selain bahasa Arab, sedang (rasul,) orang Arab? Katakanlah: "al-Quran adalah petunjuk dan penyembuh bagi orang-orang yang beriman. Dan orang-orang yang tidak beriman pada telinga mereka ada sumbatan, dan (al-Quran) itu merupakan kegelapan bagi mereka. Mereka itu adalah (seperti) orang-orang yang dipanggil dari tempat yang jauh.” (Fuṣṣilat/41 : 44)

NO	NAMA SURAT/MAKNA	TERJEMAHAN
4.	<p>An-Nahl/16 : 69 T.Jalalain: (Dari perut lebah itu keluar minuman) yakni berupa madu (yang bermacam-macam warnanya di dalamnya terdapat obat yang menyembuhkan bagi manusia) dari berbagai macam penyakit. Menurut suatu pendapat dikatakan dari sebagian penyakit saja karena ditunjukkan oleh pengertian ungkapan lafal syifaauun yang memakai nakirah. Atau sebagai obat untuk berbagai macam penyakit bila digabungkan dengan obat-obat lainnya. Aku katakan bila tidak dicampur dengan obat yang lain, maka sesuai dengan niat peminumnya.</p>	<p>“Kemudian makanlah dari segala (macam) buah-buahan lalu tempuhlah jalan Tuhanmu yang telah dimudahkan (bagimu). dari perut lebah itu ke luar minuman (madu) yang bermacam-macam warnanya, di dalamnya terdapat obat yang menyembuhkan bagi manusia. Sungguh pada yang demikian itu benar-benar terdapat tanda (kebesaran Tuhan) bagi orang-orang yang berpikir.” (an-Nahl/16 : 69)</p>
5.	<p>At-Taubah/9 : 14 T.Jalalain: (Perangilah mereka niscaya Allah akan menyiksa mereka) Allah pasti akan membunuh mereka (dengan perantaraan tangan kalian dan Allah akan menghinakan mereka) Dia akan membuat mereka hina melalui cara penahanan dan penindasan (dan menolong kalian terhadap mereka serta melegakan hati orang-orang yang beriman) melalui apa yang telah dilakukan oleh Bani Khuzaah terhadap mereka yang merusak perjanjian.</p>	<p>“Perangilah mereka, niscaya Allah akan menyiksa mereka dengan (perantaraan) tanganmu dan Dia akan menghinakan mereka dan menolongmu(dengan kemenangan) atas mereka, serta melegakan hati orang-orang yang beriman.” (at-Taubah/9 : 14)</p>
6.	<p>At-Taubah/9: 109 T.Jalalain: ungkapan ayat ini merupakan tamtsil/perumpamaan yang paling baik, yaitu menggambarkan pembangunan mesjid yang berdasarkan bukan kepada takwa, kemudian akibat-akibat yang akan dialaminya.</p>	<p>“Maka Apakah orang-orang yang mendirikan bangunan (masjid) atas dasar taqwa kepada Allah dan keridhaan-(Nya) itu yang baik, atukah orang-orang yang mendirikan bangunannya di tepi jurang yang runtuh, lalu (bangunannya) itu roboh bersama-sama dengan dia ke dalam neraka Jahannam? Allah tidak memberi petunjuk kepada orang-orang yang zalim.” (at-Taubah/9: 109)</p>

NO	NAMA SURAT/MAKNA	TERJEMAHAN
7.	<p>Āli- Imrān/3: 103 T.Jalalain: hai golongan Aus dan Khazraj (ketika kamu) yakni sebelum Islam (bermusuh-musuhan, maka dirukunkan-Nya) artinya dihimpun-Nya (di antara hatimu) melalui Islam (lalu jadilah kamu berkat nikmat-Nya bersaudara) dalam agama dan pemerintahan (padahal kamu telah berada dipinggir jurang neraka) sehingga tak ada lagi pilihan lain bagi kamu kecuali terjerumus ke dalamnya dan mati dalam kekafiran (lalu diselamatkan-Nya kamu daripadanya) melalui iman kalian.</p>	<p>“Dan berpegangteguhlah kamu semuanya kepada tali (agama) Allah, dan janganlah kamu bercerai berai, dan ingatlah nikmat Allah kepadamu ketika kamu dahulu (masa Jahiliyah) bermusuhan, lalu Allah mempersatukan hatimu, sehingga dengan karunia-Nya kamu menjadi bersaudara; sedangkan pada waktu itu berada di tepi jurang neraka, lalu Allah menyelamatkan kamu dari sana. Demikianlah Allah menerangkan ayat-ayat-Nya kepadamu, agar kamu mendapat petunjuk.” (Ali Imran/3: 103)</p>
8.	<p>Al-Baqarah: 201 T.Jalalain: Ini merupakan lukisan tentang keadaan orang-orang musyrik dan keadaan orang-orang beriman, tujuannya ialah supaya kita mencari dua macam kebaikan dunia dan akhirat, sebagaimana telah dijanjikan akan beroleh pahala</p>	<p>“Ya Tuhan kami, berilah kami kebaikan di dunia dan kebaikan di akhirat dan peliharalah kami dari siksa neraka.” (AI-Baqarah : 201)</p>
9.	<p>Hud/11: 15-16 T.Jalalain: Menurut suatu pendapat ayat ini ditujukan kepada orang-orang yang berbuat ria atau pamer (niscaya Kami berikan kepada mereka balasan pekerjaannya dengan sempurna)</p>	<p>“Barangsiapa yang menghendaki kehidupan dunia dan perhiasannya, niscaya Kami berikan kepada mereka balasan pekerjaan mereka di dunia dengan sempurna dan mereka di dunia itu tidak akan dirugikan. Itulah orang-orang yang tidak memperoleh di akhirat, kecuali neraka dan lenyaplah di akhirat itu apa yang telah mereka usahakan di dunia dan sia-sialah apa yang telah mereka kerjakan “ (Hud: 15-16)</p>
10.	<p>Al-Qashas/28: 67 T.Jalalain: Orang yang bertobat dari kemusyrikan (dan beriman) kepada keesaan Allah yakni melaksanakan perbuatan-perbuatan yang difardukan</p>	<p>“Adapun orang yang bertaubat dan beriman, serta mengerjakan amal yang saleh, semoga dia termasuk orang-orang yang beruntung” (AI-Qashash: 67)</p>

NO	NAMA SURAT/MAKNA	TERJEMAHAN
11.	An-Nur/24: 56 T.Jalalain: (Dan dirikanlah salat, tunaikanlah zakat, dan taatlah kepada Rasul, supaya kalian diberi rahmat) mudah-mudahan kalian diberi rahmat.	“Dan dirikanlah sembahyang, tunaikanlah zakat, dan taatlah kepada rasul, supaya kamu diberi rahmat.” (An-Nur:56)
12.	Lukman/31: 4-5 T.Jalalain: lafal ayat ini berkedudukan menjadi bayan atau penjelasan bagi lafal muhsiniin, maksudnya orang-orang yang berbuat kebaikan itu adalah orang-orang yang mendirikan salat (menunaikan zakat dan mereka yakin akan adanya hari akhirat) lafal hum yang kedua merupakan pengukuh makna bagi lafal hum yang pertama.	“(yaitu) orang-orang yang mendirikan shalat, menunaikan zakat dan mereka yakin akan adanya negeri akhirat. Mereka itulah orang-orang yang tetap mendapat petunjuk dari Tuhannya dan mereka itulah orang-orang yang beruntung” (Lukman:4-5)
13.	An-Nisa/4: 14 T.Jalalain: ada dua versi dengan memakai ya dan ada pula dengan memakai nun (ke dalam api neraka, kekal ia di dalamnya dan baginya) di dalamnya (siksa yang menghinakan) di samping mencitukan hati. Pada kedua ayat terdapat lafal man sedangkan pada khaalidiina makna atau artinya..	“Dan barangsiapa yang mendurhakai Allah dan Rasul-Nya dan melanggar ketentuan-ketentuan-Nya, niscaya Allah memasukkannya ke dalam api neraka sedang ia kekal di dalamnya; dan baginya siksa yang menghinakan” (An-Nisa: 14)
14.	Al A'raf/7: 35 T.Jalalain: lafal immaa merupakan gabungan antara in syarthiah dan maa zaaidah atau tambahan (datang kepadamu rasul-rasul, maka siapa yang bertakwa) menjauhkan diri dari kemusyrikan (dan mengadakan perbaikan) amal perbuatannya (tidaklah ada kekhawatiran terhadap mereka dan tidak pula mereka bersedih hati) di akhirat kelak.	“Hai anak-anak Adam, jika datang kepadamu rasul-rasul daripada kamu yang menceritakan kepadamu ayat-ayat-Ku, maka barangsiapa yang bertakwa dan mengadakan perbaikan, tidaklah ada kekhawatiran terhadap mereka dan tidak (pula) mereka bersedih hati” (Al A'raf: 35)
15.	As-Syams/91: 7-11 T.Jalalain: sekalipun bentuk lafalnya Mufrad tetapi makna yang dimaksud adalah Jamak (serta penyempurnaannya) maksudnya kesempurnaan ciptaannya; (Maka Allah mengilhamkan kepada jiwa itu kefasikan dan ketakwaannya)	“Dan jiwa serta penyempurnaannya (ciptaannya). Maka Allah mengilhamkan kepada jiwa itu (jalan) kefasikan dan ketakwaannya. Sesungguhnya beruntunglah orang yang mensucikan jiwa itu. Dan sesungguhnya merugilah orang

	maksudnya Allah menjelaskan kepadanya jalan kebaikan dan jalan keburukan. (orang yang menyucikannya) yakni menyucikan jiwanya dari dosa-dosa.	yang mengotorinya” (As-Syams/91:7-11)
--	---	--

NO	NAMA SURAT/MAKNA	TERJEMAHAN
16.	Al-A’raf/7: 179 T.Jalalain: (mereka itu sebagai binatang ternak) dalam hal tidak mau mengetahui, melihat dan mendengar (bahkan mereka lebih sesat) dari hewan ternak itu sebab hewan ternak akan mencari hal-hal yang bermanfaat bagi dirinya dan ia akan lari dari hal-hal yang membahayakan dirinya tetapi mereka itu berani menyuguhkan dirinya ke dalam neraka dengan menentang (mereka itulah orang-orang yang lalai).	“Dan sesungguhnya Kami jadikan untuk (isi neraka Jahannam) kebanyakan dari jin dan manusia, mereka mempunyai hati, tetapi tidak dipergunakannya untuk memahami (ayat-ayat Allah) dan mereka mempunyai mata (tetapi) tidak dipergunakannya untuk melihat (tanda-tanda kekuasaan Allah), dan mereka mempunyai telinga (tetapi) tidak dipergunakannya untuk mendengar (ayat-ayat Allah). Mereka itu sebagai binatang ternak, bahkan mereka lebih sesat lagi. Mereka itulah orang-orang yang lalai” (Al-A’raf: 179)
17.	Yusuf/12: 53 T.Jalalain: hawa nafsu (selalu menyuruh) banyak menyuruh (kepada kejahatan kecuali orang) lafal maa di sini bermakna man, yaitu orang atau diri (yang diberi rahmat oleh Rabbku) sehingga terpeliharalah ia dari kesalahan-kesalahan.	“Dan aku tidak membebaskan diriku dari kejahatan, karena sesungguhnya nafsu itu selalu menyuruh kepada kejahatan, kecuali nafsu yang diberi rahmat oleh tuhanku. Sesungguhnya Tuhanku Maha Pengampun lagi Maha Penyayang” (Yusuf/12:53)
18.	Al-Fajr/89: 27-30 T.Jalalain: (Hai jiwa yang tenang) atau yang aman, dimaksud adalah jiwa yang beriman. (Kembalilah kepada Rabbmu) perkataan ini diucapkan kepadanya sewaktu ia menjelang mati; yakni kembalilah kamu kepada perintah dan kehendak-Nya. Jiwa yang beriman itu merasa puas dan diridai;	“Hai jiwa yang tenang. Kembalilah kepada Tuhanmu dengan hati yang puas lagi diridhaiNya. Lalu masuklah ke dalam jamaah hamba-hamba-Ku dan masuklah ke dalam Surga-Ku” (Al-Fajr/89:27-30)
19.	Ar-Ra’du/13: 28 T.Jalalain: (Yaitu orang-orang yang beriman dan yang merasa tenang)	“Yaitu orang-orang yang beriman dan hatinya menjadi tenteram dengan mengingat Allah, ingatlah

	tenteram (hati mereka dengan mengingat Allah) mengingat janji-Nya. (Ingatlah, hanya dengan mengingat Allahlah hati menjadi tenteram) yakni hati orang-orang yang beriman.	hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenang” (Ar-Ra’du:28)
--	---	---

NO	NAMA SURAT/MAKNA	TERJEMAHAN
20.	Al-baqarah/2: 269 T.Jalalain: (Allah memberikan hikmah), artinya ilmu yang berguna yang dapat mendorong manusia untuk bekerja dan berkarya (kepada siapa yang dikehendaki-Nya dan barang siapa yang telah diberi hikmah itu, maka sungguh ia telah diberi kebaikan yang banyak) karena hikmah itu akan menuntunnya kepada kebahagiaan yang abadi.	“Allah menganugerahkan al hikmah (kefahaman yang dalam tentang Al Quran dan As Sunnah) kepada siapa yang dikehendaki-Nya. Dan barangsiapa yang dianugerahi hikmah, ia benar-benar telah dianugerahi karunia yang banyak. Dan hanya orang-orang yang berakallah yang dapat mengambil pelajaran (dari firman Allah).” (Al-Baqarah/2:269)
21.	Al-Qiyamah/75: 2 T.Jalalain: Jawab Qasam tidak disebutkan; lengkapnya, Aku bersumpah dengan nama hari kiamat dan dengan nama jiwa yang banyak mencela, bahwa niscaya jiwa itu pasti akan dibangkitkan.	“Dan aku bersumpah dengan jiwa yang amat menyesali (dirinya sendiri).” (Al-Qiyamah/75:2)
22.	Al-Hadid/57: 20 T.Jalalain: (Ketahuilah, bahwa sesungguhnya kehidupan dunia itu hanyalah permainan dan suatu yang melalaikan, perhiasan). (Dan di akhirat ada azab yang keras) bagi orang-orang yang lebih memilih keduniaan (dan ampunan dari Allah serta keridaan-Nya) bagi orang-orang yang lebih memilih akhirat daripada dunia. (Dan kehidupan dunia ini tidak lain) maksudnya bersenang-senang dalam dunia ini tiada lain (hanyalah kesenangan yang menipu).	“Ketahuilah, bahwa sesungguhnya kehidupan dunia ini hanyalah permainan dan suatu yang melalaikan, perhiasan dan bermegah-megah antara kamu serta berbangga-bangga tentang banyaknya harta dan anak, seperti hujan yang tanam-tanamannya mengagumkan para petani; kemudian tanaman itu menjadi kering dan kamu lihat warnanya kuning kemudian menjadi hancur. Dan di akhirat (nanti) ada azab yang keras dan ampunan dari Allah serta keridhaan-Nya. Dan kehidupan dunia ini tidak lain hanyalah kesenangan yang menipu.” (Al-Hadid/57:20)
23.	An-Nazi’at/79: 37-41 T.Jalalain: Orang yang melampaui batas yakni orang kafir.	“Adapun orang yang melampaui batas, dan lebih mengutamakan kehidupan dunia, maka

	Sesungguhnya nerakalah tempat tinggal bagi dia. Dan adapun orang yang menahan nafsu amarahnya yang menjerumuskan ke dalam kebinasaan disebabkan memperturutkan kemauannya, sesungguhnya surgalah tempat tinggalnya.	sesungguhnya nerakalah tempat tinggal(nya), Dan adapun orang-orang yang takut kepada kebesaran Tunannya dan menahan diri dari keinginan hawa nafsunya, maka sesungguhnya syurgalah tempat tinggal(nya).” (An-Nazi’at/79:37-41)
--	---	--

NO	NAMA SURAT/MAKNA	TERJEMAHAN
24.	Asy-Syura/42: 20 T.Jalalain: dilipatgandakan pahalanya yaitu satu kebaikan dibalas dengan sepuluh kebaikan dan bahkan lebih dari itu (dan barang siapa yang menghendaki keuntungan di dunia, Kami berikan kepadanya sebagian dari keuntungan dunia) tanpa dilipatgandakan (dan tidak ada baginya suatu bagian pun di akhirat.).	“Barang siapa yang menghendaki keuntungan di akhirat akan Kami tambah keuntungan itu baginya dan barang siapa yang menghendaki keuntungan di dunia Kami berikan kepadanya sebagian dari keuntungan dunia dan tidak ada baginya suatu bahagianpun di akhirat.” (Asy-Syura/42:20)
25.	Al-Baqarah/2: 38 T.Jalalain: (datang petunjuk-Ku kepada kalian) berupa Kitab dan rasul, lalu ia beriman kepada-Ku dan beramal serta taat kepada-Ku (niscaya tak ada kekhawatiran atas mereka dan tidak pula mereka berduka cita), yakni di akhirat kelak, karena mereka akan masuk surga.	“Kemudian jika datang petunjuk-Ku kepadamu, maka barang siapa yang mengikuti petunjuk-Ku, niscaya tidak ada kekhawatiran atas mereka, dan tidak (pula) mereka bersedih hati” (Al-Baqarah/2:38)
26.	Yunus/10: 62-63 T.Jalalain: Tidak ada kekhawatiran terhadap mereka dan tidak pula mereka bersedih hati di akhirat nanti. (Yaitu orang-orang yang beriman dan mereka selalu bertakwa) kepada Allah dengan menjalankan perintah-Nya dan menjauhi larangan-Nya.	“Ingatlah, sesungguhnya wali-wali Allah itu, tidak ada kekhawatiran terhadap mereka dan tidak (pula) mereka bersedih hati.(Yaitu) orang-orang yang beriman dan mereka selalu bertakwa.” (Yunus/10:62-63)
27.	Az-Zumar/39: 53 T.Jalalain: janganlah kalian putus asa (dari rahmat Allah. Sesungguhnya Allah mengampuni dosa-dosa semuanya) bagi orang yang bertobat dari kemusyrikan. (Sesungguhnya Dialah Yang Maha Pengampun lagi Maha Penyayang.).	“Allah menganugerahkan al hikmah (kefahaman yang dalam tentang Al Quran dan As Sunnah) kepada siapa yang dikehendaki-Nya. Dan barangsiapa yang dianugerahi hikmah, ia benar-benar telah dianugerahi karunia yang banyak. Dan hanya orang-orang yang berakallah yang dapat

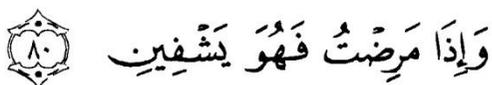
		mengambil pelajaran (dari firman Allah).” (Az-Zumar/39:53)
28.	Al-A’raf,/7: 36 T.Jalalain: (mendustakan ayat-ayat Kami dan menyombongkan diri) berlaku takabur (terhadapnya) sehingga mereka tidak mau percaya kepadanya (mereka itu penghuni-penghuni neraka; mereka kekal di dalamnya).	“Dan orang-orang yang mendustakan ayat-ayat Kami dan menyombongkan diri terhadapnya, mereka itu penghuni-penghuni neraka, mereka kekal di dalamnya.”(Al -A’raf,: 36)

NO	NAMA SURAT/MAKNA	TERJEMAHAN
29.	Al-Furqan/25: 63 T.Jalalain: (yaitu orang-orang yang berjalan di atas bumi dengan rendah hati) dengan tenang dan rendah diri (dan apabila orang-orang jahil menyapa mereka) mengajak mereka berbicara mengenai hal-hal yang tidak disukainya (mereka mengucapkan kata-kata yang mengandung keselamatan) perkataan yang menghindarkan diri mereka dari dosa.	“Dan hamba-hamba Tuhan yang Maha Penyayang itu (ialah) orang-orang yang berjalan di atas bumi dengan rendah hati dan apabila orang-orang jahil menyapa mereka, mereka mengucapkan kata-kata (yang keselamatan).” (al Furqan/25: 63)
30.	Yusuf/12: 87 T.Jalalain: artinya carilah berita tentang keduanya dan jangan putus harapan dari rahmat-Nya (Sesungguhnya tiada berputus asa dari rahmat Allah melainkan kaum yang kafir.”) Lalu mereka berangkat menuju ke negeri Mesir.	“Dan jangan kamu berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya tiada berputus asa dari rahmat Allah, melainkan kaum yang kafir.” (Yusuf/12:87)
31.	Al-Hadid/57:23 T.Jalalain: Allah swt. menjelaskan yang demikian itu supaya janganlah (kalian berduka cita) bersedih hati (terhadap apa yang luput dari kalian, dan supaya kalian jangan terlalu gembira) artinya gembira yang dibarengi dengan rasa takabur, berbeda halnya dengan gembira yang dibarengi dengan rasa syukur atas nikmat	“upaya kamu jangan berduka cita terhadap apa yang luput dari kamu, dan supaya kamu jangan terlalu gembiraterhadap apa yang diberikan-Nya kepadamu. Dan Allah tidak menyukai setiap orang yang sombong lagi membanggakan diri.” (Al-Hadid/57:23)
32.	Az-Zumar/39: 73 T.Jalalain: Dan dibawahnya orang-orang yang bertakwa ke dalam surga serta dibukakannya pintu-pintu surga	“Dan orang-orang yang bertakwa kepada Tuhan dibawa ke dalam surga berombong-rombongan (pula). Sehingga apabila mereka

	sebelum mereka datang, hal ini sebagai penghormatan buat mereka.	sampai ke syurga itu sedang pintu-pintunya telah terbuka dan berkatalah kepada mereka penjaga-penjaganya: “Kesejahteraan (dilimpahkan) atasmu. Berbahagialah kamu! maka masukilah syurga ini, sedang kamu kekal di dalamnya.” (Az-Zumar/39:73)
--	--	--

HADITS TENTANG KESEHATAN

Manusia diciptakan di dunia ini untuk menjadi khalifah dan beribadah kepada Allah S.W.T. Tanpa kesehatan kedua amanah tersebut tidak akan bisa dilaksanakan dengan optimal. Islam mempunyai pandangan tersendiri tentang kesehatan, yang tertuang dalam al Qur'an dan hadits. Allah Yang Hidup dan Yang Maha Mengetahui segala perkara hamba-hamba-Nya. Dia yang memberikan manfaat dan kemudharatan. Dia pula yang berkuasa memberikan penyakit, dan Dia pula yang paling berkuasa menyembuhkan serta memberi obatnya. Firman Allah SWT dalam Al-Qur'an Surat Asy-Syuraa ayat 80:



“Dan apabila aku sakit, maka Dialah yang menyembuhkan” (Q.S. Asy-Syu'ar/26:80)

Islam memerintahkan kita untuk berobat dan melarang kita pasrah tanpa melakukan usaha dan ikhtiar maksimal karena usaha dan ikhtiar berobat sama sekali tidak bertentangan dengan sikap tawakal. Secara terminologi hadits diartikan sebagai sesuatu yang disandarkan kepada Nabi baik berupa perkataan, perbuatan, atau persetujuan, dan sifat-sifatnya, baik sifat fisik (*khalqiyah*) dan sifat perangai (*khuluqiyah*), baik yang berkaitan dengan hukum atau tidak. Kedudukan hadist merupakan sumber hukum kedua dalam ajaran islam setelah al-Qur'an. hal ini dimaklumi karena beberapa alasan sebagai berikut.¹

1. Fungsi hadist yang merupakan penjelas dan tambahan terhadap al-Qur'an
2. Mayoritas sunnah relatif kebenarannya.

¹ Departeman Agama RI. Islam untuk Disiplin Ilmu Kedokteran dan Kesehatan
1. 4th ed. Jakarta: Departemen Agama RI; 2002

Mengenai kesehatan, di dalam hadits didapatkan tentang nilai-nilai, etika, tujuan, tata cara pemiliharaannya, ataupun tata cara mengobati penyakit ketika sedang tidak sehat (sakit). Diantara hadist-hadist tentang kesehatan adalah sebagai berikut:

1. Perintah untuk berobat

Setiap penyakit pasti ada obatnya, walaupun sebagian penyakit belum ditemukan obatnya. Dan segala hal yang ada di dunia ini berasal dari Allah, termasuk penyakit. Oleh karena itu, agama islam sangat memotivasi dan mendorong umatnya terus berusaha untuk mendapatkan obat terhadap segala penyakit yang ia alami, dan aspek yang terpenting adalah kehalalan obat tersebut, karena islam sangat melarang umatnya untuk berobat dengan hal-hal yang dilarang oleh agama selama masih ada obat lain dan tidak dalam keadaan darurat. Hal ini tercantum dalam beberapa hadist nabi, diantaranya:

عن جابر بن عبد الله لِكُلِّ دَاءٍ دَوَاءٌ، فَإِذَا أَصَابَ الدَّوَاءُ
الدَّاءَ، بَرَأَ بِإِذْنِ اللَّهِ عَزَّ وَجَلَّ

“Setiap penyakit pasti memiliki obat. Bila sebuah obat sesuai dengan penyakitnya maka dia akan sembuh dengan seizin Allah Subhanahu wa Ta’ala.” (HR. Muslim)

عن اسامة: كُنْتُ عِنْدَ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ،
وَجَاءَتِ الْأَعْرَابُ، فَقَالَ: يَا رَسُولَ اللَّهِ، أُنْتَدَاوَى؟ فَقَالَ:
نَعَمْ يَا عِبَادَ اللَّهِ، تَدَاوَوْا، فَإِنَّ اللَّهَ عَزَّ وَجَلَّ لَمْ يَضَعْ دَاءً
إِلَّا وَضَعَ لَهُ شِفَاءً غَيْرَ دَاءٍ وَاحِدٍ. قَالُوا: مَا هُوَ؟ قَالَ:
الْهَرَمُ

Aku pernah berada di samping Rasulullah Shallallahu ‘alaihi wa sallam. Lalu datanglah serombongan Arab dusun. Mereka bertanya, “Wahai Rasulullah, bolehkah kami berobat?” Beliau menjawab: “Iya, wahai para hamba Allah, berobatlah. Sebab Allah Subhanahu wa Ta’ala tidaklah

meletakkan sebuah penyakit melainkan meletakkan pula obatnya, kecuali satu penyakit.” Mereka bertanya: “Penyakit apa itu?” Beliau menjawab: “Penyakit tua.” (HR. Ahmad, Al-Bukhari dalam Al-Adabul Mufrad, Abu Dawud, Ibnu Majah, dan At-Tirmidzi, beliau berkata bahwa hadits ini hasan shahih.

إِنَّ اللَّهَ أَنْزَلَ الدَّاءَ وَالِدَوَاءَ وَجَعَلَ لِكُلِّ دَاءٍ دَوَاءً فَتَدَاوُوا
وَلَا تَدَاوُوا بِحَرَامٍ

“Sesungguhnya Allah telah menurunkan penyakit dan obatnya, demikian pula Allah menjadikan bagi setiap penyakit ada obatnya. Maka berobatlah kalian dan janganlah berobat dengan yang haram.” (HR. Abu Dawud dari Abud Darda` radhiallahu ‘anhu)

2. Larangan meminta kesembuhan selain kepada Allah atau berikhtiar dengan cara-cara syirkiah

عَنْ أَبِي سَعِيدٍ قَالَ كَانَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ : يَتَعَوَّذُ مِنَ
الْجَانِ وَعَيْنِ الْإِنْسَانِ حَتَّى نَزَلَتِ الْمُعَوِّذَتَانِ فَلَمَّا نَزَلَتَا
أَخَذَ بِهِمَا وَتَرَكَ مَاسِيَا هُمَا. رواه الترمذی

Dari Abi Sa'id, dia berkata bahwa Rasulullah SAW senantiasa meminta perlindungan dari beberapa Jin dan penyakit 'ain manusia sampai turunlah surat al-mu'awidatani, ketika kedua ayat itu telah turun maka nabi meminta perlindungan dengan kedua ayat tersebut dan meninggalkan yang selainnya. (HR. At-Tirmidzi)

3. Larangan berobat dengan hal yang kotor atau haram

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ قَالَ قَالَ نَهَى رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ
وَسَلَّمَ عَنْ الدَّوَاءِ الْخَبِيثِ

Dari Abu Hurairah, beliau berkata: Rasulullah saw. melarang berobat menggunakan sesuatu yang kotor/najis. (HR. Abu Daud Turmudzi, Ahmad bin Hambal, dan Ibn Majah)

سَأَلَ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ عَنِ الْخَمْرِ فَذَمَّهَا أَوْ
 كَرِهَ أَنْ يَصْنَعَهَا فَقَالَ إِنَّمَا أَصْنَعُهَا لِلدَّوَاءِ فَقَالَ إِنَّهُ لَيْسَ
 بِدَوَاءٍ وَلَكِنَّهُ دَاءٌ

“Dia pernah bertanya kepada Nabi shallallahu ‘alaihi wasallam mengenai khamar, maka beliau pun melarangnya atau benci membuatnya. Lalu dia berkata, “Saya membuatnya hanya untuk obat.” Maka beliau bersabda, “Khamar itu bukanlah obat, akan tetapi dia adalah penyakit.” (HR. Muslim no. 1984)

4. Perintah untuk menjaga hati

Hati bukan sekedar segumpal darah yang tidak ada gunanya, tetapi hati adalah penggerak segala kehidupan manusia. Apabila hati seseorang rusak atau terganggu oleh sesuatu, maka seluruh tubuh akan menerima efeknya. Ibnu Qoyyim Al Jauziyah menjelaskan dalam kitab beliau Ath-Thibbun Nabawi bahwa penyakit dapat diklasifikasikan menjadi dua jenis, yaitu:

1) Penyakit Hati

Allah SWT menyebutkan tentang penyakit hati dalam Al-qur’an surat Al-Mudatsir 31:

... وَلَيَقُولَ الَّذِينَ فِي قُلُوبِهِمْ مَرَضٌ وَالْكَافِرُونَ مَاذَا أَرَادَ اللَّهُ بِهَذَا
 مَثَلًا ...

“Supaya orang-orang yang di dalam hatinya ada penyakit dan orang-orang kafir (mengatakan): “Apakah yang dikehendaki Allah dengan bilangan ini sebagai suatu perumpamaan?” (Q.S. Al-Mudatsir/74:31)

Tentang penyakit keragu-raguan Allah SWT menyebutkan dalam Al-Baqarah ayat 10 sebagai berikut:

فِي قُلُوبِهِمْ مَرَضٌ فَزَادَهُمُ اللَّهُ مَرَضًا وَلَهُمْ عَذَابٌ أَلِيمٌ بِمَا كَانُوا
يَكْذِبُونَ ﴿١٠﴾

“Dalam hati mereka ada penyakit, lalu ditambah Allah penyakitnya; dan bagi mereka siksa yang pedih, disebabkan mereka berdusta.” (Q.S. Al-Baqarah/2:10)

Dan terkait penyakit syahwat yang termasuk penyakit hati, Allah SWT menyebutkan dalam surat Al-Ahzab 32;

يٰۤاَيُّهَا النِّسَاءُ اللَّيِّئَاتِ لَسْتُنَّ كَأَحَدٍ مِّنَ النِّسَاءِ ۚ إِنِ اتَّقَيْتُنَّ فَلَا تَخْضَعْنَ
بِالْقَوْلِ فَيَطْمَعَ الَّذِي فِي قَلْبِهِ مَرَضٌ وَقَلْنَ قَوْلًا مَّعْرُوفًا ﴿٣٢﴾

“Hai isteri-isteri Nabi, kamu sekalian tidaklah seperti wanita lain, jika kamu bertakwa. Maka janganlah kamu tunduk dalam berbicara sehingga berkeinginanlah orang yang ada penyakit dalam hatinya dan ucapkanlah perkataan yang baik.” (QS. Al-Ahzab/33:32)

2) Penyakit Jasmani

Penyakit jasmani juga disebutkan dalam Al-Qur’an yaitu dalam Surat An-Nur ayat 61;

لَيْسَ عَلَى الْأَعْمَى حَرَجٌ وَلَا عَلَى الْأَعْرَجِ حَرَجٌ وَلَا عَلَى الْمَرِيضِ حَرَجٌ ... ﴿٦١﴾

“Tidak ada halangan bagi orang buta, tidak (pula) bagi orang pincang, tidak (pula) bagi orang sakit, ...” (QS. An-Nur/24/61)

Dua jenis penyakit tersebut telah menjadikan setiap manusia akan adanya keterkaitan yang erat antara sumber-sumber Ilahiyyah dan kauniyyah atau alamiyah, yang karenanya tidak dapat dipisah-pisahkan

antara kesehatan rohani dan kesehatan jasmani.² Seperti sabda Rasulullah SAW yang berbunyi:

أَلَا وَإِنَّ فِي الْجَسَدِ مُضْغَةً إِذَا صَلَحَتْ صَلَحَ الْجَسَدُ كُلُّهُ وَإِذَا فَسَدَتْ فَسَدَ الْجَسَدُ كُلُّهُ أَلَا وَهِيَ الْقَلْبُ (اللفظ لالبخاري)

Ketahuiilah bahwa dalam diri ini terdapat segumpal daging, jika dia baik maka baiklah seluruh tubuh ini dan jika dia buruk, maka buruklah seluruh tubuh; ketahuilah bahwa dia adalah hati (jantung). (HR al-Bukhari dan Muslim -redaksi lafazh dari al-Bukhari-)

5. Anjuran untuk makan dan minum secukupnya

عَنْ مِقْدَامِ بْنِ مَعْدِيكَرِبٍ قَالَ سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ -صلى الله عليه وسلم- يَقُولُ « مَا مَلَأَ آدَمِيٌّ وَعَاءً شَرًّا مِنْ بَطْنٍ بِحَسْبِ ابْنِ آدَمَ أَكْلَاتُ يُقْمَنَ صُلْبَهُ فَإِنْ كَانَ لَا مَحَالَةَ فَتُلْتُ لِطَعَامِهِ وَتُلْتُ لِشَرَابِهِ وَتُلْتُ لِنَفْسِهِ

Dari Miqdam bin Ma'dikariba berkata: Saya pernah mendengar Rasulullah SAW bersabda “tidak ada bejana yang diisi oleh manusia yang lebih buruk dari perutnya, cukuplah baginya memakan beberapa suapan sekedar dapat menegakkan tulang punggungnya (memberikan tenaga), jika tidak bisa demikian, maka hendaklah ia memenuhi sepertiga lambungunya untuk makanan, sepertiga untuk minuman dan sepertiga untuk bernafas” (HR. At-Tirmidzi)

² Buku panduan pengajaran bekam

6. Larangan meniup makanan atau minuman

عَنْ ابْنِ عَبَّاسٍ أَنَّ النَّبِيَّ -صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ- نَهَى
أَنْ يُتَنَفَّسَ فِي الْإِنَاءِ أَوْ يُنْفَخَ فِيهِ

Dari Ibn 'Abbas "Bahwa Rasulullah Shalallahu 'Alaihi Wasallam Telah Melarang Bernafas Di Dalam Bejana Atau Melarang Untuk Meniup Padanya." (HR. At-Tarmidzi)

7. Perihal Kebersihan

- a. Perintah cuci tangan

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ أَنَّ النَّبِيَّ -صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ- قَالَ « إِذَا اسْتَيْقَظَ أَحَدُكُمْ
مِنْ نَوْمِهِ فَلَا يَغْمِسْ يَدَهُ فِي الْإِنَاءِ حَتَّى يَغْسِلَهَا ثَلَاثًا
فَإِنَّهُ لَا يَدْرِي أَيْنَ بَاتَتْ يَدُهُ

Dari Abu Hurairah radhiya allāh 'anh, sesungguhnya Nabi Muhammad shallallahu 'alaihi wa sallam bersabda: "Jika salah seorang diantara kalian bangun dari tidurnya, maka janganlah ia membenamkan tangannya ke dalam bejana sehingga ia mencucinya tiga kali, karena ia tidak tahu dimanakah tangannya waktu tidur itu berada." (HR. Imam Muslim)

- b. Larangan buang air di tempat yang tergenang

عَنْ جَابِرٍ عَنِ رَسُولِ اللَّهِ -صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ- أَنَّهُ نَهَى عَنِ الْبَوْلِ فِي
الْمَاءِ الرَّائِدِ

Dari Jubair ra dari Nabi SAW, sesungguhnya Nabi melarang kencing di air yang tidak mengalir. (HR an-Nasa'i).

8. Anjuran Mencukur Bulu Kemaluan

وَقَتْنَا فِي قِصِّ الشَّارِبِ وَتَقْلِيمِ الْأَظْفَارِ وَتَنْفِ الْإِبْطِ
وَحَلْقِ الْعَانَةِ أَنْ لَا نَنْزُكَ أَكْثَرَ مِنْ أَرْبَعِينَ لَيْلَةً

“Nabi -Shallallahu ‘alaihi wa sallam- telah menetapkan waktu bagi kami dalam mencukur kumis, memotong kuku, mencabut bulu ketiak, dan mencukur bulu kemaluan, yaitu agar kami tak membiarkannya lebih dari 40 malam”.[HR. Muslim (258), Abu Dawud (4200), At-Tirmidziy (2759), An-Nasa’iy (14), dan Ibnu Majah (295)]

9. Anjuran mencabut Bulu Ketiak

Nabi sangat menjaga kebersihan badan terutama dari bau yang menyebabkan terganggunya orang lain, salah satu sumber bau badan adalah ketiak, mencabut bulu ketiak merupakan upaya untuk menjaga tubuh senantiasa bersih.

مَنْ أَكَلَ مِنْ هَذِهِ الشَّجَرَةِ الْمُنْتِنَةِ فَلَا يَقْرَبَنَّ مَسْجِدَنَا فَإِنَّ
الْمَلَائِكَةَ تَأْذَى مِمَّا يَتَأَذَى مِنْهُ الْإِنْسُ

“Barang siapa yang memakan pohon (tanaman) yang busuk ini, maka janganlah ia mendekati masjid kami, karena malaikat terganggu oleh sesuatu yang mengganggu manusia”. [HR. Muslim dalam Kitab Al-Masajid (1252)]

10. Anjuran memotong Kuku

Kebiasaan memanjangkan kuku banyak dilakukan oleh orang-orang kafir dan fasik serta menyalahi sunnah Rasulullah.

مَنْ تَشَبَّهَ بِقَوْمٍ فَهُوَ مِنْهُمْ

“Barang siapa yang menyerupai suatu kaum maka dia termasuk kaum tersebut” (HR. Abu Dawud (4031), Ahmad (5114), Ath-Thobroniy dalam Al-Ausath (8327), Ibnu Manshur dalam As-Sunan (2370). Di-hasan-kan oleh Al-Albaniy dalam Takhrij Al-Misykah (4347)

11. Anjuran mencukur Kumis

أُحْفُوا الشَّوَارِبَ وَأَعْفُوا اللَّحَى

“Potonglah (tepi) kumis, dan biarkanlah (panjangkan) jenggot”. [HR. Al-Bukhoriy (5553), dan Muslim (259)]

12. Perintah berkhitan

Khitan (*circumcisis*) adalah memotong kulup (*praeputtium glnsdis*). Dilakukan agar kepala zakar (*glans penis*) terbuka selamanya. Khitan pada laki-laki maupun perempuan sudah dikenal jauh sebelum abad Masehi mulai. Menurut Herodotus, selain mesir, juga Syiria dan berbagai bangsa Asia melakukan kebiasaan tersebut. Secara medis, khitan sangat bermanfaat bagi kesehatan, karena dengannya penis lebih mudah dibersihkan, dan statistik menunjukkan bahwa orang yang dikhitan lebih jarang menderita kanker penis.

Di Amerika Serikat, penderita kanker penis mencapai 1-3% diantar tumor ganas pada pria, sedangkan di daerah Israel, anak harus di khitan pada umur 2 minggu pertama, dan hasilnya kanker penis jarang ditemukan. Hadist yang memerintahkan berkhitan diantaranya:

الْفِطْرَةُ خَمْسٌ (أَوْ خَمْسٌ مِنَ الْفِطْرَةِ) الْخِتَانُ
وَإِسْتِحْدَادُ وَتَقْلِيمُ الْأَظْفَارِ وَنَتْفُ الْإِبْطِ وَقَصُّ الشَّارِبِ

“Fithrah itu ada lima: khitan, mencukur bulu kemaluan, memotong kuku, mencabut bulu ketiak, dan mencukur kumis”. [HR. Al-Bukhoriy (5889), Muslim (257), Abu Dawud (4198), dan An-Nasa'iy (9)]

أَلِقْ عَنْكَ شَعْرَ الْكُفْرِ وَاخْتَتِنِ

“Buanglah darimu rambut kekufuran, dan berkhitanlah”. [HR. Abdur Razzaq (9835 & 19224), Ahmad (15470), Abu Dawud (356), Al-Baihaqiy (781 & 17335), Ath-Thobroniy dalam Al-Kabir (982). Hadits ini di-hasan-kan oleh Syaikh Al-Albaniy dalam Ash-Shohihah (2977)]

13. Perintah untuk menjauhi penyakit

أن أبا هريرة قال : إن رسول الله صلى الله عليه و سلم
قال (لا عدوى) قال أبو سلمة بن عبد الرحمن
سمعت أبا هريرة : عن النبي صلى الله عليه و سلم
قال (لا تُوردوا الممرض على المصحح)

Dari Abu Hurairah r.a dia berkata bahwa Rasulullah SAW pernah bersabda: “ la ‘adwa (tidak ada penyakit menular). Abu Salah bin ‘Abdurrahman berkata: ‘Saya mendengar Abu Hurairah berkata’: ‘Dari Nabi SAW bersabda: ”Janganlah kalian campur hewan sakit dengan yang masih sehat.” (HR. Al-Bukhari)

إِذَا سَمِعْتُمْ بِالطَّاعُونَ فِي أَرْضٍ فَلَا تَدْخُلُوهَا ، وَإِذَا وَقَعَ
بِأَرْضٍ وَأَنْتُمْ بِهَا فَلَا تَخْرُجُوا مِنْهَا

“Jika kalian mendengar ada wabah penyakit di suatu daerah maka kalian jangan memasuki daerah tersebut, dan jika wabah tersebut mengenai suatu daerah dan kalian berada di dalamnya maka janganlah kalian keluar dari daerah tersebut.” (HR. Al-Bukhari)

عَنْ عَائِشَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهَا أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ
عَلَيْهِ وَسَلَّمَ كَانَ إِذَا أَتَى مَرِيضًا أَوْ أَتَى بِهِ قَالَ أَذْهَبُ
الْبَاسَ رَبَّ النَّاسِ اشْفِ وَأَنْتَ الشَّافِي لَا شِفَاءَ إِلَّا
شِفَاؤُكَ شِفَاءً لَا يُغَادِرُ سَقَمًا

Dari ‘Aisyah r.a. bahwa Rasulullah SAW ketika menjenguk orang sakit atau ada orang sakit yang mendatangi beliau maka Nabi berdoa “Pergilah penyakit yang parah, Wahai Tuhan semua manusia, Sembuhkanlah sungguh Engkau

Dzat Yang Menyembuhkan, tidak ada kesembuhan kecuali kesembuhan yang berasal dari-Mu yaitu kesembuhan yang tidak meninggalkan sakit sedikitpun” (HR. Al-Bukhari)

14. Anjuran berolahraga

عَنْ عُقْبَةَ بْنِ عَامِرٍ قَالَ سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ -صلى الله عليه وسلم- يَقُولُ : « إِنَّ اللَّهَ عَزَّ وَجَلَّ يُدْخِلُ بِالسَّهْمِ الْوَاحِدِ ثَلَاثَةَ نَفَرٍ الْجَنَّةَ : صَانِعَهُ يَحْتَسِبُ فِي صَنْعَتِهِ الْخَيْرَ وَالرَّامِيَ بِهِ وَمُنْبِلَهُ وَارْمُوا وَارْكَبُوا وَأَنْ تَرْمُوا أَحَبُّ إِلَيَّ مِنْ أَنْ تَرْكَبُوا لَيْسَ مِنَ اللَّهْوِ إِلَّا ثَلَاثٌ : تَأْدِيبُ الرَّجُلِ فَرَسَهُ وَمَلَأَعْبَتُهُ أَهْلَهُ وَرَمِيَهُ بِقَوْسِهِ وَنَبْلِهِ وَمَنْ تَرَكَ الرَّمْيَ بَعْدَ مَا عَلِمَهُ رَغْبَةً عَنْهُ فَإِنَّهَا نِعْمَةٌ . « تَرَكَهَا . » أَوْ قَالَ : « كَفَرَهَا . »

Dari ‘Uqbah bin ‘Amr berkata: “Saya mendengar Rasulullah SAW bersabda ‘Sesungguhnya Allah SWT akan memasukan tiga kelompok ke dalam Sorga karena sebab panah satu, yaitu pembuat panah yang mengharapkan kebaikan dari panah buatannya, pemanah dan pelontar anak panah, maka memanahlah dan naikilah (kuda) kalian semuanya, adapaun memanah lebih aku sukai dari pada naik kuda. Bukanlah suatu lahw kecuali pada tiga hal; Seorang yang mengajari kudanya, permainannya terhadap istrinya dan permainan busur dan anak panahnya, barang siapa meninggalkan olahraga panah setelah mempelajarinya karena benci maka (ketahuilah) bahwa sesungguhnya ia adalah suatu nikmat yang telah dia tinggalkan’ atau Nabi berkata ‘yang telah ia kufuri.’ (HR. Abu Daud)

15. Pengobatan Nabi (*thibb an-nabawi*)

عَنْ ابْنِ عَبَّاسٍ : عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ (الشِّفَاءُ فِي ثَلَاثَةٍ فِي شَرْطَةٍ مَحْجَمٍ أَوْ شَرْبَةِ عَسَلٍ أَوْ كَيْتَةِ بِنَارٍ وَأَنَا أَنْهَى أُمَّتِي عَنِ الْكَيْ)

Dari Ibnu 'Abbas, dari Nabi Muhammad SAW bersabda: "Obat terdapat dalam tiga hal, yaitu pada ketentuannya tukang bekam, minuman madu, atau besi yang dipanaskan, akan tetapi aku melarang umatku berobat menggunakan besi yang dipanaskan" (HR. Al-Bukhari)

خَرَجْنَا وَمَعَنَا غَالِبُ بْنُ أَبَجَرَ فَمَرَضَ فِي الطَّرِيقِ
فَقَدِمْنَا الْمَدِينَةَ وَهُوَ مَرِيضٌ فَعَادَهُ ابْنُ أَبِي عَتِيقٍ فَقَالَ
لَنَا عَلَيْكُمْ بِهَذِهِ الْحَبِيبَةِ السَّوْدَاءِ فَخَذُوا مِنْهَا حَمْسًا أَوْ
سَبْعًا فَاسْحَقُوهَا ثُمَّ أَقْطَرُوهَا فِي أَنْفِهِ بِقَطْرَاتِ زَيْتٍ فِي
هَذَا الْجَانِبِ وَفِي هَذَا الْجَانِبِ فَإِنَّ عَائِشَةَ حَدَّثَتْنِي أَنَّهَا
سَمِعَتْ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَقُولُ إِنَّ هَذِهِ الْحَبَّةَ
السَّوْدَاءَ شِفَاءٌ مِنْ كُلِّ دَاءٍ إِلَّا مِنْ السَّامِ قُلْتُ وَمَا السَّامُ
قَالَ الْمَوْتُ

Telah menceritakan kepada kami Abdullah bin Abu Syaibah telah menceritakan kepada kami 'Ubaidullah telah menceritakan kepada kami Isra'il dari Manshur dari Khalid bin Sa'd dia berkata; Kami pernah bepergian yang di antaranya terdapat Ghalib bin Abjar, di tengah jalan ia jatuh sakit, ketika sampai di Madinah ia masih menderita sakit, lalu Ibnu Abu 'Atiq menjenguknya dan berkata kepada kami; Hendaknya kalian memberinya habbatus sauda' (jintan hitam), ambillah lima atau tujuh biji, lalu tumbuklah hingga halus, setelah itu teteskanlah di hidungnya di sertai dengan

tetesan minyak sebelah sini dan sebelah sini, karena sesungguhnya Aisyah pernah menceritakan kepadaku bahwa dia mendengar Nabi shallallahu 'alaihi wasallam bersabda: Sesungguhnya habbatus sauda' ini adalah obat dari segala macam penyakit kecuali saam. Aku bertanya; Apakah saam itu? beliau menjawab: Kematian.. (HR. al-Bukhari dan Muslim)

عَنْ عُمَرَ قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ -ﷺ : ائْتَدِمُوا بِالزَّيْتِ
وَادَّهِنُوا بِهِ فَإِنَّهُ يَخْرُجُ مِنْ شَجَرَةٍ مُبَارَكَةٍ

Dari 'Umar, beliau berkata bahwa Nabi Muhammad SAW pernah bersabda: “Berobatlah dengan minyak zaitun dan minyakilah dengannya, karena ia berasal dari pohon yang penuh barakah”

عن أبي سعيد : أَنَّ رَجُلًا أَتَى النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ
وَسَلَّمَ فَقَالَ أَخِي يَشْتَكِي بَطْنَهُ فَقَالَ اسْقِهِ عَسَلًا ثُمَّ أَتَى
الثَّانِيَةَ فَقَالَ اسْقِهِ عَسَلًا ثُمَّ أَتَاهُ الثَّلَاثَةَ فَقَالَ اسْقِهِ عَسَلًا
ثُمَّ أَتَاهُ فَقَالَ قَدْ فَعَلْتُ فَقَالَ صَدَقَ اللَّهُ وَكَذَّبَ بَطْنُ أَخِيكَ
اسْقِهِ عَسَلًا فَسَقَاهُ فَبُرَأَ

Dari Abi Sa'id: “Ada seseorang menghadap Nabi Shallallahu 'alaihi wa sallam, ia berkata: ‘Saudaraku mengeluhkan sakit pada perutnya.’ Nabi berkata: ‘Minumkan ia madu.’ Kemudian orang itu datang untuk kedua kalinya, Nabi berkata: ‘Minumkan ia madu.’ Orang itu datang lagi pada kali yang ketiga, Nabi tetap berkata: ‘Minumkan ia madu.’ Setelah itu, orang itu datang lagi dan menyatakan: ‘Aku telah melakukannya (namun belum sembuh juga malah bertambah mencret).’ Nabi bersabda: ‘Allah Mahabener dan perut saudaramu itu dusta. Minumkan lagi madu.’ Orang itu meminumkannya lagi,

maka saudaranya pun sembuh.” (HR. Al-Bukhari dan Muslim –redaksi dari al-Bukhari-)

عَنْ عَائِشَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهَا : عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ
وَ سَلَّمَ قَالَ (الْحُمَّى مِنْ فَيْحِ جَهَنَّمَ فَأَبْرِدُوهَا بِالْمَاءِ)

Diceritakan dari ‘Aisyah r.a. bahwa Nabi Muhammad SAW pernah bersabda: Panas demam itu berasal dari didihan api neraka jahanam, karena itu dinginkanlah panasnya dengan air. (HR. al-Bukhari dan Muslim)

عَنْ بِنِ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ عَبَّاسٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا قَالَ : اِحْتَجَمَ النَّبِيُّ
صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ وَأَعْطَى الْحَجَّامَ أَجْرَهُ وَلَوْ عَلِمَ
كَرَاهِيَةَ لَمْ يُعْطِهِ

Dari Ibnu Abbas, beliau berkata, “Nabi shallallahu ‘alaihi wa sallam berbekam dan memberikan upah kepada tukang bekam. Seandainya Nabi shallallahu ‘alaihi wa sallam mengetahui bahwa hal tersebut terlarang, tentu Nabi shallallahu ‘alaihi wa sallam tidak akan memberi upah kepadanya.” (Hr. Bukhari, no. 2159)

HADITS LANDASAN RUQYAH¹

1. Berobat dengan bacaan Al Qur'an adalah bagian dari mengamalkan Al Qur'an sebagaimana Rasulullah shallallahu alaihi wa sallam meniup kedua tangannya dengan membaca Al Iklash, Al Falaq, dan An Nas disaat beliau sakit menjelang wafatnya, kemudian beliau mengusapkan kedua tangannya ke seluruh tubuhnya. Dari Aisyah ra berkata : “Bahwa Nabi shallallahu alaihi wa sallam pernah meniup untuk dirinya dalam keadaan sakit menjelang wafatnya dengan bacaan Al Mu'awwidzat, surat Al Iklash dan Al Mu'awwidzatain. Maka ketika beliau kritis, akulah yang meniupkan bacaan itu dan aku usapkan kedua tangannya ke tubuhnya karena keberkahan tangannya.” (HR. Bukhari, Muslim).

2. Al Malak Jibril as diutus oleh Allah untuk meruqyah Nabi shallallahu alaihi wa sallam ketika sakit : Dari Aisyah ra berkata : “Rasulullah shallallahu alaihi wa sallam apabila sakit, jibril meruqyahnya. Ia berkata : “Dengan nama Allah, dia membebaskanmu, dan dari setiap penyakit dia menyembuhkanmu, dan dari setiap orang yang dengki ketika dengki, dari setiap orang yang punya mata berbahaya.” (HR. Muslim, dalam Syarah An Nawawi 4/1718)

3. Para shahabat juga memahami bahwa Al Qur'an adalah obat, maka ketika Abu Sa'id Al Khudry ra meruqyah pimpinan kaum yang terkena gigitan ular berbisa dengan membacakan Al Fatihah dan mengumpulkan ludahnya kemudian meludahkannya, hadiah sekelompok kambing dan disampaikan kepada Rasulullah shallallahu alaihi wa sallam beliau menyambut : “Kenapa kamu tahu bahwa ia (al Fatihah) itu ruqyah ?” Kemudian beliau bersabda : “Sungguh kalian benar, buatlah untukku satu bagian bersama kalian !” kemudian Nabi shallallahu alaihi wa sallam tertawa.” (HR. Bukhari dan Muslim). Secara jelas Nabi shallallahu alaihi wa sallam bersabda : “Fatihatul kitab obat untuk segala penyakit.” (HR. Ad Darimy)

4. Memohon ruqyah tanpa bergantung kepada orang lain bukanlah sesuatu yang tercela. Dari „Aisyah ra berkata : “Rasulullah shallallahu

¹Akhmad, Perdana. *Memahami Ruqyah Syar'iyah dan Ruqyah Gadungan (Syirkyyah)*

alaihi wa sallam pernah memerintahkan aku agar aku minta diruqyah dari ain (pandangan mata yang berbahaya).” (HR.Bukhari 7/23 dan Muslim dengan Syarah An Nawawi 4/184)

5. Nabi shallallahu alaihi wa sallam biasa memberikan pelayanan ruqyah bagi para shahabatnya, ketika ada yang sakit. Dari Aisyah ra berkata : “Rasulullah shallallahu alaihi wa sallam apabila ada orang sakit diantara kami, beliau menyentuhnya dengan tangan kanannya, kemudian beliau berkata : Hilangkanlah sakit, wahai Tuhan manusia, dan sembuhkanlah, Engkaulah Maha Penyembuh. Tidak ada kesembuhan kecuali kesembuhan dari-Mu, kesembuhan tanpa meninggalkan rasa sakit.” (HR.Bukhari dan Muslim)

6. Nabi shallallahu alaihi wa sallam meruqyah dengan tanah dan ludah bagi orang yang sakit. Dari „Aisyah ra berkata : “Bahwa Nabi shallallahu alaihi wa sallam pernah membacakan bagi orang yang sakit : “Dengan nama Allah, inilah tanah bumi kami, dengan ludah sebagian kami, orang sakit kami disembuhkan, dengan izin Tuhan kami.” (HR. Bukhari, Fathul Bari 10/208)

7. Diriwayatkan bahwa Abu Sa’id al-Khudri telah dipatuk ular dengan membacakan surah al-Fatihah dan perbuatannya ini dibenarkan oleh Rasulullah shallallahu alaihi wa sallam.

8. Muslim telah meriwayatkan dari Anas ibn Malik bahwa Rasulullah shallallahu alaihi wa sallam telah memperbolehkan ruqyah terhadap orang yang terkena sihir, racun, dan borok dirusuk. An-Nawawi, mengenai hadits dari Anas ini mengatakan ”Bukanlah maksudnya disini bahwa ruqyah hanya diperbolehkan pada ketiga keadaan tersebut. Dalam hadits ini, Beliau hanya ditanya tentang yang lainnya, tentu beliau pun mengizinkan pula.”

9. Dari Mathar bin Abdur Rahman, ia berkata: “Telah diceritakan kepadaku ummu Abbad dari bapaknya bahwa kakeknya Az-Zari pergi menemui Rasulullah shallallahu alaihi wa sallam dengan membawa anaknya yang gila, diceritakan Rasulullah shallallahu alaihi wa sallam memukul punggung anak itu seraya berkata ”Keluarlah hai musuh Allah” Kemudian anak itu menatap dengan pandangan sehat tidak seperti sebelumnya.”

10. Dari jabir bin Abdullah, ia berkata: “Kami pernah keluar bersama Rasulullah shallallahu alaihi wa sallam dalam perang Dzatur Riqq”. Ada wanita membawa anaknya yang dikuasai syaithan, maka Rasulullah shallallahu alaihi wa sallam berkata ”Deatkanlah anak itu padaku”. Kemudian Rasulullah shallallahu alaihi wa sallam membuka mulutnya dan meludah kedalam mulut anak itu seraya berkata ”pergilah musuh Allah”.

11. Dari Ibnu Abbas bahwa wanita datang membawa anaknya pada Rasulullah shallallahu alaihi wa sallam dan berkata ”Wahai rasul, ia terkena penyakir gila”. Kemudian Rasulullah shallallahu alaihi wa sallam memantrainya (meruqyah) dan mengusap dadanya, lalu anak itu muntah dan keluar dari mulutnya seperti binatang kecil lalu bergerak. (kami tim ruqyah sering mendapati pasien muntah ketika dibacakan ayat-ayat ruqyah dan mengeluarkan berbagai macam benda aneh).

12. Diriwayatkan dari „Utsman ibn Abi al-„Ash ats-Tsaqafi mengenai terapy ruqyah untuk mengobati penyakit fisik bahwa ia berkata,”Aku telah datang kepada Rasulullah shallallahu alaihi wa sallam mengadukan sebuah penyakit yang hampir saja membinasakanku. Maka beliau Rasulullah shallallahu alaihi wa sallam berkata kepadaku, ”letakkanlah tanganmu di atas bagian tubuhmu yang sakit, lalu bacakanlah:“Dengan nama Allah (7kali) aku berlindung kepada Allah dan kodrat-Nya dari kejahatan berbagai penyakit, baik penyakit yang sedang menimpaku maupun yang akan datang.” Utsman ibn Abi al-Ash melanjutkan, “Maka aku amalkan petunjuk Rasulullah tersebut sehingga Allah SWT menghilangkan penyakit itu dariku.”

13. Diriwayatkan dari Fudhalah ibn Ubaid al-Anshari bahwa ia berkata,”Rasulullah shallallahu alaihi wa sallam telah mengajarkan sebuah ruqyah kepadaku dan menyuruhku untuk mempraktekkan ruqyah tersebut untuk mengobati orang lain. Ruqyah tersebut berbunyi:”Ya Tuhan kami,Tuhan yang nama-Mu suci di langit.Urusan-Mu terdapat di langit dan di bumi.ya Allah, sebagaimana urusam?Mu terdapat dilangit,maka turunkanlah rahmat-Mu kepada kami.Ya Allah,Tuhannya orang-orang yang baik!Ampunilah dosa-dosa kami,hilangkanlah penyakit yang menimpa kami,dan turunkanlah rahmat serta obat dari-Mu untuk menyembuhkan penyakit yang

diderita si fulan ini agar ia sembuh dari penyakitnya.”Fudhalah ibn Ubaid meneruskan, “Baliau shallallahu alaihi wa sallam menyuruhku untuk membacakan doa tersebut sebanyak tiga kali, kemudian dilanjutkan dengan membaca mu’awwidzatain (surah al-Falaq dan an-Nas) sebanyak tiga kali juga.”

14. Diriwayatkan mengenai terapy ruqyah untuk mengobati gangguan kejiwaan bahwa Ubay ibn Ka’ab berkata: Ketika aku berada di dekat Rasulullah shallallahu alaihi wa sallam datanglah seorang Arab Badui menemui beliau seraya berkata: “Wahai nabi Allah! Sesungguhnya saudaraku sedang sakit. “Apa sakitnya” balas Beliau. Ia menjawab, ”Ia kerasukan Jin, wahai nabi Allah.” Kata Rasulullah shallallahu alaihi wa sallam lagi, “Bawa saudaramu itu kesini!” Maka orang itu pun membawa saudaranya itu dihadapan baliau. Maka Rasulullah shallallahu alaihi wa sallam meminta perlindungan kepada Allah untuk diri saudaranya itu dengan membacakan surah Al-Fatihah, empat ayat pertama dari surah Al-Baqarah, dua ayat pertengahan darinya, yaitu ayat yang ke-163 dan ke-164, ayat Kursi, dan tiga ayat yang terakhir dari surat Al-Baqarah tersebut. Kemudian ayat yang ke-18 dari surah Ali-Imran, ayat yang ke-54 dari surah al-A‘araf, ayat yang ke-116 dari surah al-Mu’minun, ayat yang ketiga dari surah al-Jin, sepuluh ayat pertama dari surah ash-Shaffat, ayat yang ke-18 dari surah Ali Imran, tiga ayat terakhir dari surah al-Hasyr, surah al-Ikhlash, dan mu’awwidzatain (surah Al-Aalaq dan An-Nas). ”Ubay ibn ka’ab menambahkan, ”Andaikata Rasulullah shallallahu alaihi wa sallam tidak mengajarkan hal itu kepada kita, niscaya binasalah kita. Maka, segala puji bagi Allah, Tuhan semesta alam, yang telah mengutus RasulNya sebagai rahmat bagi sekalian alam. Didalam fatwa nomor 8016 tertanggal 22/1/1405 dari badan Riset ilmu, Fatwa, Da’wah dan bimbingan agama, kerajaan Saudi Arabiya, disebutkan, ”Boleh meruqyah dengan membacakan Al-Qur’an, dzikir-dzikir, dan doa-doa yang datang dari Nabi Muhammad shallallahu ‘alaihi wa sallam untuk melindungi diri dari kejahatan jin dan setan, atau untuk mengobati penyakit-penyakit yang disebabkan jin dan setan tersebut.”

TANAMAN, BUAH DALAM AL-QURAN

Ditemukan lebih dari 60 ayat di Al-Quran yang membahas buah-buahan dari berbagai sisinya. Sementara kurang dari sepuluh ayat yang terkait dengan biji-bijian yang terdiri dari serelia dan kacang-kacangan.

1. Nabi Ibrahim Alaihi Salam berdo'a dua kali untuk penduduk Makkah dan anak keturunannya, dalam kedua do'a tersebut disertai permintaan agar mereka diberi buah-buahan (QS 2 :126 dan 14:37).
2. Do'a inipun dikabulkan oleh Allah untuk keturunan nabi Ibrahim dan penduduk Makkah secara keseluruhan (QS 28:57).
3. Ketika Allah membentangkan bumi, yang kemudian diisikannya adalah buah-buahan dan kurma, baru kemudian biji-bijian dan bunga-bunga (QS 55-10-12).
4. Allah bahkan memberi petunjuk dimana menanam buah yang paling baik – yaitu di dataran tinggi (QS 2 :265) , dan secara umum di daerah-daerah yang banyak hujannya (7:57; 14:32; 23:19; 35:27).
5. Allah juga memberi petunjuk bagaimana agar pohon berbuah banyak, secara fisik adalah dengan menggembala di lokasi kebun buah (QS 16:10-11).
6. “Dia menumbuhkan bagi kamu dengan air hujan itu tanam-tanaman; zaitun, korma, anggur dan segala macam buah-buahan. Sesungguhnya pada yang demikian itu benar-benar ada tanda (kekuasaan Allah) bagi kaum yang memikirkan.” [QS: an-Nahl: 11]. Buah terbaik untuk ini yang sampai 7 kali disebut di Al-Quran yaitu buah zaitun.
7. Dan secara ruhiyah menanam buah dianggap meningkatkan ketakwaan. (QS 13:35).

“Perumpamaan syurga yang dijanjikan kepada orang-orang yang takwa ialah (seperti taman); mengalir sungai-sungai di dalamnya; buahnya tak henti-henti sedang naungannya (demikian pula). Itulah tempat kesudahan bagi orang-orang yang bertakwa, sedang tempat kesudahan bagi orang-orang kafir ialah neraka.” [QS: Ar-Ra'd [13:35]

8. Dalam sejumlah ayat Allah memberi petunjuk yang sangat detil bagaimana kebun buah seharusnya disusun (QS 6:99; 6:141; 13:4; 16:11 dan 18:32).
9. Allah juga memberi kabar buah tertentu sebagai rezeki yang baik seperti kurma dan anggur (16:67), buah kurma bahkan dapat menjadi obat galau yang efektif karena menghadirkan rasa bahagia (QS 19:23-26). Nabi Muhammad Saw: “Tidak akan lapar penghuni rumah yang memiliki kurma.” (HR Muslim).
10. Negeri yang baik dipenuhi kebun buah yang dimakan penduduknya (QS 34:15) sedangkan negeri yang berpaling dari petunjukNya pohon-pohonnya berbuah yang tidak enak dimakan manusia (QS 34:16).
11. Buah-buahan juga menjadi makanan utama di kehidupan yang abadi di akhirat nanti baik yang di surga maupun yang di neraka.
 - Yang di surga diberi kebun-kebun buah yang mudah dipetik (QS 55:54; 69:23; 76:14), secara umum dari aneka buah-buahan , secara khusus kurma dan delima (QS 55:68), juga pisang (QS 56:29) dan aneka buah yang banyak yang tidak berhenti berbuah (QS 56 :32-33).
 - Yang di neraka juga diberi buah , buahnya adalah buah zaqqum – yang seperti tembaga yang mendidih di dalam perut (QS 44:43-45).
12. Perintah khusus untuk memperhatikan buah ketika pohon sedang berbuah dan ketika buah itu menjadi masak (QS 6 :99),
13. Allah juga mengisyaratkan selain buah- kita juga makan sayur atau tanaman bernutrisi tinggi (QS 80:28) , secara khusus tanaman di awal pertumbuhan atau kecambah (QS 22:5) yang proteinnya bisa mencapai 13.1 %.

LAMPIRAN D

1. DATA KUESIONER
2. WAWANCARA, OBSERVASI
PARTISIPAN, DISKUSI *WHATSAPP*
GROUP, WHATSAPP PRIBADI

Karena besarnya jumlah halaman data dalam format *excel* sebanyak 188 lembar kuesioner dan data *whatsapp* bersifat rahasia, maka disimpan di dalam *google drive*. Bagi yang membutuhkan informasinya dapat menghubungi peneliti di retnoangrainiumy19@gmail.com atau 08999310099

**WHATSAPP GROUP DISCUSSION
BERSAMA SUNNAH IIMF YOGYAKARTA
MEMILAH DAN MEMILIH YANG HALAL DAN TAYYIB**

KETENTUAN UMUM DISKUSI

1. Diskusi diadakan tiap hari Sabtu selama 90-120 menit.
2. Waktu diskusi disesuaikan dengan narasumber.
3. Jika narasumber menghendaki jadwal lain selain yang disampaikan oleh admi, kami persilakan untuk mengajukan jadwal yang diinginkan.
4. Pada jam diskusi, narasumber bisa memilih
 - a. Diinvite oleh admin ke grup atau
 - b. Pertanyaan di grup diteruskan oleh admin ke narasumber dan sebaliknya untuk jawaban
5. Pada H-1 (Jum'at), narasumber mengirimkan materi (bebas dalam bentuk teks maupun PDF ke admin)
6. Panjang materi 2-3 halaman A4
7. Isi materi harap menyesuaikan dengan kisi-kisi pembahasan yang kamu siapkan sebagai berikut (terlampir)
8. Narasumber diperkenankan untuk mengajukan perubahan judul maupun merevisi kisi-kisi pembahasan

MATERI 1. PENGANTAR

23 Maret 2019

Narasumber : dr. Riska, MScPH

Kisi-kisi pembahasan:

- Definisi halal dan tayyib
- Perbedaan halal dan tayyib
- Ikhtiar sehat dengan memilih yang halal dan tayyib
- Produk dan jasa halal & tayyib untuk rumah tangga

MATERI 2. TOXIN AT OUR HOME

30 Maret 2019

Narasumber : Deasi Srihandi

Kisi-kisi pembahasan:

- Potensi toksin di rumah (KHUSUS untuk peralatan)
- How to detox your home

MATERI 3. FOOD ADDITIVES : Pengawet, Perasa, Penyedap, Pewarna. Is our food safe?

6 April 2019

Narasumber : Deasi Srihandi

Kisi-kisi pembahasan:

- Memperkenalkan 4P
- Menginformasikan bahaya 4P bagi kesehatan (jangka pendek dan jangka panjang)
- Alternatif alami

MATERI 4. DNA Change! Genetically Modified Organism for food?

13 April 2019

Narasumber : Deasi Srihandi

Kisi-kisi pembahasan :

- What is GMO?
- Bahan makanan GMO yang beredar di Indonesia
- Menginformasikan potensi bahayanya bagi kesehatan (jangka pendek dan jangka panjang)

MATERI 5. Cantik dengan kosmetik halal & tayyib

20 April 2019

Narasumber : dr. Faridha Ilyas, SpKK

Kisi-kisi pembahasan:

- Potensi bahan berbahaya pada kosmetik
- Menginformasikan dampaknya bagi kesehatan (jangka pendek dan jangka panjang)
- Bagaimana memilih kosmetik yang aman?

MATERI 6. Farmasi Syariah, Mungkinkah?

27 April 2019

Narasumber: Joko Rinanto, S. Farm, Apt

Kisi-kisi pembahasan:

- Menginformasikan keadaan sistem farmasi Indonesia
- Memperkenalkan beberapa pabrik obat terbesar di Indonesia dan pemiliknya
- Menjelaskan potensi kemandirian obat Indonesia, khususnya herbal
- Bagaimana peluang umat muslim menguasai bisnis obat herbal?

MATERI 7. Know your medication!

4 Mei 2019

Narasumber: Nurul Qurrota A'yun, S. Farm, Apt

Kisi-kisi pembahasan:

- Memperkenalkan bahan baku obat
- Menjelaskan kategori obat generik dst
- Menjelaskan potensi haram pada obat
- Menjelaskan cara memilih obat yang lebih 'aman'
- Menjelaskan perbedaan obat kimia dan obat herbal
- Menjelaskan efek samping obat secara umum

MATERI 8. Berjama'ah Membangun Kemandirian Ekonomi Umat

11 Mei 2019

Narasumber: Avip Vivarullah, SE*

- Mengapa umat muslim harus mandiri secara ekonomi
- Motivasi untuk belanja produk lokal yang dibuat oleh sesama muslim

MATERI 9. Pendidikan Syar'I Untuk Si Buah Hati

18 Mei 2019

Narasumber: Retno Anggraini

Kisi-kisi pembahasan:

- Menjelaskan pentingnya pendidikan sejak usia dini
- Menanamkan tauhid kepada anak
- Ancama penggerusan aqidah pada anak
- Kiat-kiat memilih sekolah yang sesuai dengan fitrah anak

MATERI 10. PENUTUP

25 Mei 2019

DATA *WHATSAPP*
(GRUP DAN PRIBADI)

1. IIMF (PUSAT) & YOGYAKARTA
2. RUQYAH
3. PBI
4. BATTRA & HATTRA
5. INFORMAN PENELITIAN

LAMPIRAN E

**PENDIDIKAN KESEHATAN
INDIVIDU DAN MASYARAKAT
DAN TERAPI NABAWI**

1. PENDIDIKAN KESEHATAN ISLAMI ONLINE
2. TERAPI QURAN FOLLOW THE LINE
3. RUQYAH
4. TERAPI HIJAMAH (BEKAM)
5. TERAPI (OBAT DAN MAKANAN
TUNGGAL YANG DISEBUTKAN
NABI SAW)

PENDIDIKAN KESEHATAN ISLAMI dan TERAPI NABAWI

I. PBI (Perkumpulan Bekam Indonesia)

Tak kenal tak sayang Apakah Bekam sekedar tradisi ?

Dokter Zaidul Akbar Ketua Umum PBI

dr. Zaidul Akbar Jurusan Sehat Rasulullah

<https://www.youtube.com/watch?v=KjWAlAEAs60>

dr. Zaidul Akbar - Jurusan Sehat Rasulullah Ep. 1

<https://www.youtube.com/watch?v=OTq1pwqjj1g>

dr. Zaidul Akbar - Jurusan Sehat Rasulullah Ep. 2

<https://www.youtube.com/watch?v=GAbkngT4dUw>

dr. Zaidul Akbar - Tips Memulai Jurusan Sehat Rasulullah

<https://www.youtube.com/watch?v=pbYBGQA0uQA>

dr. Zaidul Akbar - Jurusan Sehat Rasulullah Jaman Now

<https://www.youtube.com/watch?v=CS5DXlgtHOc>

II. Kajian Riset Bekam Sunnah 2019, oleh dr Agus R., M.Biomed., MA (Dewan Pakar PBI)

AsSabil Channel - 139 rb subscriber

Bagian 1

<https://www.youtube.com/watch?v=iJIP4GwjN-I&feature=youtu.be>

Bagian 2

<https://www.youtube.com/watch?v=stk6NIta25s&feature=youtu.be>

Bagian 3

<https://www.youtube.com/watch?v=5sz3SjogwD4&feature=youtu.be>

Bagian 4

<https://www.youtube.com/watch?v=7HmwUBmD6L0&t=50s>

PENDIDIKAN KESEHATAN ISLAMI

KULIAH ONLINE USTADZ KATHUR SUHARDI (PBI)

1. <https://youtu.be/x8h7szqnD2g>
2. <https://youtu.be/BqdrNOrY-Lo>
3. <https://youtu.be/8JLZ1m1Q9xE>
4. <https://youtu.be/6TDuVUIBtLg>
5. <https://youtu.be/9pIQmumus>
6. <https://youtu.be/iJIP4GwjN-I> (dokter Agus)
7. <https://youtu.be/YgpUg8bFbfo> (h. Ismail)
8. <https://youtu.be/e1uCO0zvKko>
9. <https://youtu.be/8svNIyQ3OTw>
10. <https://youtu.be/FILeJI-YQZ4>
11. <https://youtu.be/c0prcWeRHZA>
12. <https://youtu.be/LRiTHaYXVLO>
13. https://youtu.be/gBI6SWEw_8w
14. <https://youtu.be/zw8RC99rJ8k>
15. <https://youtu.be/EVq3bibLW2Q>
16. <https://youtu.be/uQVZALCTaHc>
17. https://youtu.be/gBI6SWEw_8w
18. <https://youtu.be/EVq3bibLW2Q>
19. <https://youtu.be/N7n4bPzpxU>
20. <https://youtu.be/o6Bf1DXTnuk>
21. <https://youtu.be/o6Bf1DXTnuk> (Pengantar Bekam Syartoh Steril)
21. <https://youtu.be/2uQAjx2S4EI>
22. <https://youtu.be/2uQAjx2S4EI> (Klinik Bekam As Sabil)
23. <https://youtu.be/sTxQx9C3nYU>

RUQYAH USTADZ ROSYAD ONLINE

1. <https://youtu.be/hr6F2mOsH7A>
2. <https://youtu.be/PPYE3zBaM5g>
3. <https://youtu.be/3YX8sLt-CAQ>
4. <https://youtu.be/6TDuVUIBtLg> (Ustadz Kathur dan Ustadz Rosyad)
5. <https://youtu.be/jMk2igjBbUM>

Menulis Al-Qur'an Metode Follow The Line¹ (YASINAMAL)¹

Menurut Bachir, metodologi dalam membaca Al-Qur'an memang begitu revolusioner. Namun temuan cara mudah membaca Al-Qur'an itu seperti melupakan banyak orang bahwa sebuah kegiatan membaca sama sekali tak bisa dilakukan tanpa adanya tulisan. Eksistensi tulisan dalam kerangka membaca menjadi terlupakan oleh karena keberadaannya dianggap "sudah dengan sendirinya" sedemikian rupa sehingga padanya tak perlu dipikirkan dan diupayakan berbagai kreativitas bentuk pendekatan bagi pewujudan tulisan tersebut. Maka, banyak orang bisa membaca Al-Qur'an dengan relatif mudah berkat jasa temuan metode pemudahan membaca di satu sisi, namun orang masih saja "tidak bisa menulis" di sisi lainnya. Ini tentu saja tak bisa diterima oleh karena ada kaitan yang erat antara membaca dan menulis seperti yang sudah disampaikan tersebut.

Celah yang tak terpikirkan soal menulis inilah yang menjadi inspirasi bagi munculnya metode menulis "*follow the line*" ini. Secara harfiah, *follow the line* adalah mengikuti garis. Dalam pelaksanaan teknis, seseorang diminta mengikuti garis dari huruf Al-Qur'an yang sudah tercetak transparan dan sudah *ditaskhif* kebenaran penulisannya sesuai cara penulisan huruf arab yang seharusnya. Secara teknis, *follow the line* adalah mengikuti tulisan yang sudah ada. Namun selain efek motorik dan *skill* menulis, menungknkan efek positif pada aspek psikologis, sosiologis, kultural, bahkan hingga ruhaniah bisa dicapai dengan menulis Al-Qur'an metode *Follow The Line* ini.

Khususnya akan membangun karakter: jujur, bertanggung jawab, mawas diri, hati-hati, teliti, disiplin, konsisten, fokus, taat, tenang, sabar, telaten, cerdas, ulet, mandiri, tenang, suci, tangguh, ikhlas, cinta, dan tenang. Menulis Al-Qur'an dengan cara "*follow the line*" ini adalah sebuah titik awal untuk memulai budaya "menuliskan Al-Qur'an". Sebuah cita-cita besar yang harus didukung oleh semua umat Islam. Bukankah selain Al-Qur'an sebagai pandangan hidup ia juga harus

¹Yasinamal adalah Yayasan Indonesia Menulis Al-Qur'an, yang beralamat di Laweyan Solo. Taufik Husain Remington

menjadi pegangan hidup untuk kemudian diwujudkan dalam dataran implementasi menjadi jalan hidup?²

Menulis Al-Qur'an Sebagai Gerakan Budaya

Farzain menjelaskan bahwa tulisan adalah “kendaraan dari maksud”. Maksud Allah yang tersembunyi dibalik teks kalimat Al-Qur'an tentu bersifat multidimensional, setiap ayat Al-Qur'an selalu bisa diinterpretasikan oleh siapapun sesuai dengan tingkat daya baca seseorang, latar belakang pemikirannya serta dari sudut pandangnya, dan lain sebagainya. Melalui menulis teks Al-Qur'an ini satu sisi bagian dari multidimensi maksud Allah yang tersimpan dibalik suatu teks Al-Qur'an, dapat diharapkan dibukakan oleh Allah secara personal pada saat melakukan penulisan. Hal tersebut InsyaAllah sudah merupakan harta yang tak ternilai.³

Al-Qur'an Sumber Inspirasi

Pertanyaan tentang mengapa dulu orang begitu terinspirasi dengan Al-Qur'an dalam segala perilaku kehidupannya, sementara sekarang tidak, adalah masalah penting yang perlu direnungkan dan disadari. Adanya teknologi percetakan yang semakin canggih, secara kuantitas Al-Qur'an saat ini dipastikan jauh lebih banyak dan indah dalam tampilannya dibanding dengan jaman keemasan Islam yang lalu. Dahulu ketika belum ada percetakan seseorang yang menginginkan Al-Qur'an harus menulis dengan tangannya sendiri. Merenungkannya secara mendalam akan memahami titik persoalannya. Ketika belum ditemukan mesin cetak sehingga Al-Qur'an harus ditulis dengan tangan, maka pada saat itu terbentuk “kedekatan emosional bahkan total” antara subyek (penulis) dengan obyek yang ditulis yaitu Al-Qur'an. Kedekatan total sedemikian rupa menjadikan adanya perubahan pada diri penulis.

² Bachir adalah Ketua Dewan Pembina Yasinamal

³Farzain adalah salah satu ketua Yayasan Yasinamal

Membentuk Pola Pikir

Sebuah upaya perlu dilakukan untuk membangun sebuah pola pikir yang utuh yang mengintegrasikan antara kejasmanian yang terukur dengan keruhanian yang tak terukur.

Informasi yang dimasukan ke dalam pikiran seseorang secara repetitif akan membentuk pola, di mana pola itulah yang nantinya akan menjadi dasar pijak untuk berfikir. Dalam terminologi komputasi hal ini bisa dinamakan OS (*Operating System*). File inilah yang membentuk sistem kebenaran tertentu yang akan menentukan apakah seseorang akan melihat sesuatu sebagai hal yang benar atau salah, Inilah yang dinamakan jalan pikiran atau pola pikir. Jadi informasi yang dimasukkan secara repetitif dalam pikiran manusia akan menentukan karakteristik jalan pikirannya. Atas dasar inilah maka menulis Al-Qur'an 30 Juz memang dirancang sebagai titik awal atau menginstalasi agar seseorang memiliki karakteristik dan pola pikir yang berbasis dalam Al-Quran.

Menulis dengan tangan menjaga otak tetap tajam hingga tua

Menulis tangan adalah olahraga bagi otak. Merupakan latihan psikomotorik halus yang baik bagi lansia yang ingin kognitifnya tetap berfungsi baik. Studi pada tahun 2008 menemukan bahwa orang dewasa lebih mudah mengenali karakter-karakter huruf Cina, Arab dan simbol-simbol matematika atau not musik yang ditulis dengan tangan ketimbang yang ditulis dengan komputer.

Metode Follow The Line:

- Membangun 20 karakter
- Membentuk pola pikir Qur'ani
- Mengembalikan 18 kesadaran

Memulai di pagi hari dengan hal yang baik maka selanjutnya akan kita tuai kebaikan hingga malam hari. Mari kita biasakan menulis Al-Qur'an 15 menit sebelum kerja, untuk mendapatkan kualitas yang lebih baik.

Tujuan

- Terjadi perubahan perilaku
- Rutinitas membentuk karakter suka melakukan kebaikan dengan ajek
- Meningkatkan berbagai potensi (kemampuan)
- Pembiasaan menulis, psikomotorik halus yang terlatih

Kemampuan Individu

- Khatam menulis Al-Qur'an 30 juz
- Lancar & benar membaca Al-Qur'an
- Terampil menulis khat Arab
- Memiliki Al-Qur'an tulisan sendiri
- Akrab dengan Al-Qur'an

Hasil Positif Pemerintah

- Menjaga tradisi ulama
- Diterima semua unsur masyarakat

Keuntungan Pemerintah

- Menjadi program penunjang K13
- Didukung oleh undang-undang
- Tersedia anggaran pemerintah
- Terukur tanpa melalui ujian
- Portofolio bagi siswa
- Tidak memerlukan investasi fasilitas baru
- Menjadi gerakan budaya dan moralitas





DR. Din Syamsuddin dan DR. Haedar Nasir

¹ Bud Budi, 'TOR Menulis QFTL Untuk Pendidikan', *Informasi*, 1.100 (2010), 0–60.

TERAPI QUR'AN DI MALAYSIA

Lokman (2013) yang merupakan pelopor Al-Hidayah Center telah menerbitkan 2 buku untuk memperkenalkan terapi-terapi dalam Al-Qur'an. Penggunaan Al-Qur'an untuk mengobati penyakit fisik sangat menonjol di antara praktisi di Malaysia mereka berfokus pada ruqyah (membaca ayat-ayat Al-Quran di bagian tubuh pasien atau dibacakan pada air) dan menggunakan makanan dan jamu tertentu. Al-Banna (2010), telah menguraikan aturan pengobatan Al-Qur'an untuk penyakit fisik. Kesamaan antara Lokman dan Al-Banna adalah dalam hal implementasi konsep Al-Qur'an sebagai obat, terutama untuk penyakit fisik, namun ayat yang digunakan masing-masing berbeda untuk penyakit yang sama. Tabel ... menjelaskan jumlah bab dan ayat dalam Al-Qur'an yang digunakan oleh praktisi untuk mengobati kanker.¹

Di bawah ini memberikan informasi macam-macam dan jumlah surat serta ayat dari Al-Qur'an yang digunakan oleh praktisi untuk Penyakit Kanker. Informasi ini memberikan dorongan untuk melakukan penelitian lebih lanjut dalam penggunaan ayat qur'an untuk berbagai penyakit secara spesifik. Dapat diduga keharusan adanya relevansi makna-makna tafsir masing-masing ayat dengan penyakit-penyakit yang diderita manusia, hanya saja manusia punya keterbatasan dalam mendapatkan dan mengerti makna setiap ayat-Nya. Dan hal tersebut menjadi tantangan ilmuwan untuk terus melakukan penelitian dan bekerjasama dengan berbagai profesinya masing-masing.

Tabel di halaman berikutnya.

¹ Mohamed Akhiruddin Ibrahimi, Ahmad Shahir Mohd Shahii & Robiatul Adawiyah Mohd, 'Concept of Shifa in Al Quran Islamic Medicine Approach in Healing Physical Disorder', Al-Qanatir, 6.2 (2017)

Table 1.1 Verses in Al-Quran which used to treat cancer disease²

Hj. Lokman Abdul Hamid Pusat Rawatan Al-Hidayah	Ustaz Rafli Sabirin Pusat Rawatan Spesialis Al-Quran dan Herba Alfin	Sheikh Mustafa Al-Banna Pengarang Kitab At-Toqoh Asy-Syifaiyyah fi Al-Quran Al-Karim	Dr. Haron Din Darussyifa'	
Al-Anbiya', 38-50	Al-Fatihah, 1-7	Al-Fatihah, 1-7	Al-Qalam, 1-2	
Hud, 60-80		Al-Baqarah 285-286		
An-Nahl, 90-110	Al-Ikhlash, 1-4	Al-Baqarah, 60		
Al-Qasas, 66-88		Al-Baqarah, 74		
Ibrahim, 9-22	Al-Falaq, 1-6	Al-An'am, 95-96		
Al-Kahfi, 38-60		Al-A'araf, 143		
Yunus, 55-89	An-Nas, 1-6	Ibrahim, 26		
Al-Furqaan, 12-28		Al-Isra', 81-82		
Al-A'raf, 101-127	Al-Baqarah, 180	Al-Kahfi, 98		
Al-Ahzab, 18-30		Maryam, 89-90		
Al-Anfal, 59-69	Al-Fil, 1-5	Thaha, 97		
Al-Maidah, 58-70		Thaha, 105-107		
Al-An'am, 127-137	Ar-Ra'd, 31	Al-Anbiya', 18		
Al-Ghafir, 67-77		Asy-Syura, 24		
Al-Anbiya', 89-112	Thaha, 105	Ad-Dukhan, 12		
As-Syu'ara, 185-227		Al-Qamar, 11-12		
An-Naml, 11-26	Al-Hasyir, 21-24	Al-Waqi'ah, 1-6		
An-Nahl, 119-128		Al-Haqqah, 13-14		
Thaha, 91-110		Al-Insan, 5-6		
An-Nur, 55-64		Al-Mursalat, 1-10		
Al-Isra', 71-96				
Al-Hajj, 57-72				
Az-Zumar, 42-53				
Al-Maidah, 82-140				
As-Saffat, 66-140				

² Ibrahim, *et al.*

TERAPI RUQYAH UNTUK 'AIN

Syaikh Abu Al-Barra' Usamah bin Yasin Al- Ma'ani	KH. R. Rosyadi	TIM Ruqyah Learning Center
<ol style="list-style-type: none"> 1. Mandi 2. Ruqyah Syar'iyah 3. Wudhu 4. Pelempar 'Ain mendoakan keberkahan 5. Takbir tiga kali 6. Mengucap kalimat "Masyaa Allah laa quwwata illa billah" 7. Meminta perlindungan Allah dari 'ain 8. Dzikir dan berdoa 9. Menggunakan benda-benda yang mubah 10. Menyembunyikan kecantikan/ketampanan yang dimiliki 11. Berbuat baik kepada orang yang bisa melempar 'ain 12. Sabar kepada pelempar 'Ain dan tidak memusuhinya 13. Menjaga pelaksanaan rencana dan kebutuhan dengan cara merahasiakan 14. Tindakan pencegahan dari perilaku 'ain dan mengucilkannya 15. Melalui perkara- perkara yang bisa diindra yang ditetapkan berdasarkan pengalaman 	<ol style="list-style-type: none"> A. Meminta perlindungan Allah B. Bertakwa kepada Allah C. Bersabar terhadap orang yang dengki D. Bertawakkal kepada Allah E. Memurnikan tauhid dan keikhlasan kepada Allah F. Bertaubat dari dosa-dosa G. Menerima apa yang telah Allah takdirkan <ol style="list-style-type: none"> 1. Meredam rasa dengki dan hasud dari orang yang berbuat dengki dan membalas kebaikan 2. Bersedekah dan melakukan amal kebaikan 3. Tidak takut atas kedengkian dan tidak merisaukannya 	<ol style="list-style-type: none"> A. Berlindung kepada Allah dari kejahatan B. Bertakwa kepada Allah C. Bersabar atas musuhnya D. Bertawakkal kepada Allah E. Memurnikan tauhid untuk Allah F. Memurnikan Taubat untuk Allah G. Bertaqarrub dan mengikhlasakan diri untuk Allah <ol style="list-style-type: none"> 1. Memadamkan kedengkian permusuhan dan gangguan orang dengan berbuat baik kepadanya 2. Bersedekah dan berbuat kebajikan semampunya 3. Mengosongkan hati dengan tidak memikirkannya
Al-Fatihah: 1-7	Al-Fatihah: 1-7	Al-Falaq: 1-5
Al-Baqarah: 1-5	Al-Baqarah: 285-286	Ibrahim: 39
Al-Baqarah: 102	Al-Ikhlash: 1-4	Ghafir: 56
Al-Baqarah: 109	Al-Falaq: 1-5	Ali-Imran: 120

Al-Baqarah: 163-164	An-Nas: 1-6	Al-Hajj: 60
Al-Baqarah: 222	Ayat Kursi	Ath-Thalaq: 3
Al-Baqarah: 255		Shaad: 82-83
Al-Baqarah: 266		Al-Hijr: 42
Al-Baqarah: 285-286		An-Nahl: 99-100
Ali Imran: 18-19		Yusuf: 24
Ali Imran: 26-27		Al-Jumu'ah: 4
Ali Imran: 190-200		Asy-Syu'ara: 30
An-Nisa': 54		Ali-Imran: 165
An-Nisa': 56		Fussilat: 34-36
An-Nisa': 168-169		Al-Qashas: 54
Al-A'raf: 54		Yunus: 107
Al-A'raf: 179		
Al-Anfal: 50-51		
Ibrahim: 15-17		
Ibrahim: 42-52		
Al-Isra': 81-82		
Al-Kahfi: 39-41		
Maryam: 68-72		
Al-Hajj: 19-22		
Al-Mukminun: 97-108		
Al-Mukminun: 115-116		
An-Nur: 35		
Yasiin: 1-12		
Ash-Shaffat: 1-10		
Ash-Shaffat: 158		
Ad-Dukhan: 43-49		
Al-Ahqaf: 29-32		
Muhammad: 4		
Al-Fath: 29		
Ar-Rahman: 1-13		
Al-Waqi'ah: 41-56		
Al-Hasyr: 21-24		
Al-Qalam: 51-52		
Al-Haqqah: 19-37		
Al-Jin: 1-11		
Al-Buruj: 10		
Ath-Thariq: 1-17		
Az-Zalzalah: 1-8		

Al-Kafirun: 1-6		
Al-Ikhlâs:1-4		
Al-Falaq: 1-5		
An-Nas: 1-6		
<i>A'udzu billahi wa qudratihi min syarri ma ajidu wa uhadziru</i> (Shahih Muslim: 2202)		“Ya Allah aku berlindung kepada-Mu dari berbuat syirik kepada-Mu sedangkan aku mengetahuinya, dan aku minta ampun kepada-Mu atas apa-apa yang tidak aku ketahui” (HR. Ahmad dan lainnya, lihat Shahihul Jami’ 3/233, dan Shahihut Targhib wat Tarhib oleh Al-Albani 1/19)
<i>Adzhibil ba’sa rabban naasi isyfi wa anta syaafi laa syifaa’a illa syifaa’uka syifaa’a laa yughaadiru saqama</i> (Shahih Bukhari: 5743)		
<i>Adzhibil ba’sa rabban naasi biyadika syifaa’u laa kaa syifa lahu illaa anta</i> (Shahih Bukhari: 5744)		
<i>Bismillahi a’uudzu bi ‘izzatillahi wa qudratihi min syarri maa ajidu min waj’ii</i> (Sunan At-Tirmidzi: 3840)		
<i>As’alullah al ‘azhim rabb al arsyi al ‘azhim an yasyfiyaka</i> (Sunan Abu Dawud: 3106)		
<i>Bismillahi arqiikha min kulli syai’in yu’dzika min syarri kulli nafsini au’ainini au hasidini allahu yasyfiika bismillah arqiika</i> (Shahih Muslim: 2186)		
<i>A’uudzu bi kalimaatillaahit taammati min kulli syaitaani wa haammatin wa min kuli’ainini laammah</i> (Shahih Bukhari: 3371)		
<i>A’udzu bi kalimatillahi taammatiillati laa yujawizuhunna barrun wala fajirun, min syarri maa kholaq wa dzarua wa baraa</i>		

<p><i>wa min syarri ma yanzil minas samaai wa min syarri ma ya'ruju fihaa wa min syarri ma dzaroa fil ardli wa min syarri ma yakhruju minha wamin syarri fitnatil laili wan nahaari wa min syarri kulli thoriqun illaa thooriqon yathruqu bi khoirin ya rohman (Imam ath-Thabraniy: 631)</i></p>		
<p><i>Bismillahi yubriika, wa min kulli daa-in yusyifika, wa min syarri hasidin idza hasad, wa syarri kulli dzi'ainin (Shahih Muslim: 2185)</i></p>		

BEKAM
INFORMASI DARI USTADZ KATHUR SUHARDI
(Klinik As Sabil, Pimpinan IIMF, Penasehat PBI)

Catatan Penting dari:
SATURDAY, JANUARY 25, 2014
Titik Hijamah Nabawi di Kepala



Ilustrasi Bekam Insisi

Nama-nama titik bekam Nabawi di kepala ada 4 macam, 3 titik disebutkan dengan nama-nama yang spesifik dan 1 titik tanpa nama yang spesifik.

Kali ini kita membahas tentang titik nabawi yang ada di kepala, silahkan disimak lebih lengkapnya. yakni:

1. Ummu mughits
2. Al-Haammah
3. Al-Yaafuukh
4. Di kepala tanpa disebutkan posisi dan namanya

Nama-nama titik bekam di kepala ini bersumber dari hadits Rasulullah Shallallahu Alaihi wa Sallam, dan bukan dari seseorang selain beliau.

1. Titik Ummu Mughits (induk penolong) atau Al-Mugitsah (penolong) atau A-Munqidzah (Penyelamat) atau An-Nafi'ah (Yang bermanfaat).

مقدم رأسه عن ابن عمر أن رسول الله صلى الله عليه و سلم كان يحتجم هذا الحجم في
ويسميه أم مغيث

Dari Ibnu Umar, bahwa Rasulullah pernah berobat dengan hijamah ini di bagian atas kepala beliau dan titik ini disebut ummu mughits. (Diriwayatkan Al-Khathib dalam Tarikh Baghdad, 13/95. Menurut Syaikh Al-Albany dalam Shahihul-Jami', nomer 4928, bahwa hadits ini hasan. Penjelasanannya disampaikan dalam As-Silsilah Ash-Shahihah, 2/392).

2. Titik Al-Yafukh.

عن أبي هريرة أن أبا هند حرم النبي ﷺ في اليافوخ فقال النبي ﷺ يا بني بياضة أنكحوا أبا هند وأنكحوا إليه وقال وإن كان في شيء مما تداونون به خير فالحجامة.

Dari Abu Hurairah Radhiyallahu Anhu, bahwa Abu Hindun pernah menghijamah Nabi Shallallahu Alaihi wa Sallam di titik Al-Yafukh, lalu Nabi Shallallahu Alaihi wa Sallam bersabda, “Wahai Bani Bayadhah, nikahkanlah Abu Hindun dan nikahkan wanita kalian dengannya.” Beliau juga bersabda, “Kalaulah dalam sebagian pengobatan yang kalian lakukan ada manfaatnya, maka itu adalah Hijamah.” (Diriwayatkan Abu Daud, hadist nomer 2102. Hadist hasan menurut Al-Albany).

3. Titik Al-Haammah.

عن أبي كبشة الأنماري قال كثير إنه حدثه أن النبي ﷺ كان يحتجم على هامته وبين كتفيه وهو يقول من أهرق من هذه الدماء فلا يضره أن لا يتداوى بشيء لشيء (3484) صحيح ابن ماجة: تحقيق الألباني 3859 (سنن أبي داود)

Dari Abu Kabsyah Al-Anmary, Katsir berkata bahwa dia mengabarkan bahwa Nabi Shallallahu Alaihi wa Sallam pernah meminta hijamah dipuncak kepalanya dan diantara kedua pundaknya, seraya bersabda, ”Siapa yang mengeluarkan darah ini, maka tidak ada yang membahayakannya sekiranya dia tidak melakukan pengobatan dengan sesuai untuk mengobati suatu penyakit.” (Diriwayatkan Abu Daud dalam Sunannya, 3859, dishahihkan Syaikh Al-Albany dalam Shahih Ibnu Majah, 3484).

4. Di Kepala tanpa ada penetapan nama dan posisinya.

قَالَتْ مَا كَانَ أَحَدٌ يَسْتَنكِى إِلَى رَسُولِ اللَّهِ ﷺ -عَنْ سَلْمَى خَادِمِ رَسُولِ اللَّهِ ﷺ- أَخْضِبُهُمَا «وَلَا وَجَعًا فِي رِجْلَيْهِ إِلَّا قَالَ «اِحْتَجِمُ» وَجَعًا فِي رَأْسِهِ إِلَّا قَالَ ﷺ -عبد الله بن حسن عند الألباني وصحيح في الهدي النبوي في الطب د حم) .» (جار الله بن إبراهيم آل جار الله)

Dari Salma, pembantu Rasulullah Shallallahu Alaihi wa Sallam, dia berkata, “Tak seorang pun mengadukan sakit kepalanya kepada Rasulullah Shallallahu Alaihi wa Sallam melainkan Beliau bersabda, “Mintalah hijamah.” Dan, tidak ada yang mengadukan sakit di kakinya melainkan Beliau bersabda, “Balurlah.” (Diriwayatkan Abu Daud dan Al-

Hakim. Hadist hasan menurut Syaikh Al-Albany, dinyatakan Shahih dalam Al-Hadyun-Nabawi fi Ath-Thibb, karangan Abdullah Bin Jarullah Bin Ibrahim Alu Jarullah).

Penjelasan tentang posisi masing-masing dari titik-titik Nabawi di kepala ini akan dilanjutkan dalam uraian episode berikutnya, meliputi posisi anatomis dari masing-masing, apakah ada kesamaan dari semua titik dan apa pula manfaatnya.

WEDNESDAY, JANUARY 22, 2014

Dimanakah Posisi Titik Ummu Mughits Yang Tepat?



Ilustrasi Tengkorak Tampak Atas

Hampir tak ada **hajim/pembekam** yang tak mengenal titik **Ummu mughits** dan bahkan titik di kepala ini menjadi titik andalan, terutama untuk semua keluhan di kepala, gangguan CNS, psikologis, menguatkan hapalan, menghindarkan pikun, juga untuk menyertai ruqyah, dll.

Pertanyaannya, sebenarnya dimana titik yang benar ummu mughits, induk penolong ini?

Dalam lafazh riwayat Ath-Thabrany disebutkan di "muqaddam ar-ra's", artinya di kepala bagian depan atau an-nashiyah, di bagian jambul. Dalam lafazh riwayat Ibnu Jarir disebutkan di "wasath ar-ra's", di bagian tengah kepala. Ini ulasan dari sisi bahasa.

Bicara anatomi, lebih baik bicara yang lebih pasti, minimal mendekati kepastian, posisi dimana? Contohnya begini, posisi **ummu mughits** itu dengan cara menarik garis antara telinga kanan dan kiri, tepat di tengah-tengahnya. Nah, ini belum mendekati yang pasti. Berarti belum bisa dikatakan pembicaraan yang lebih anatomis.

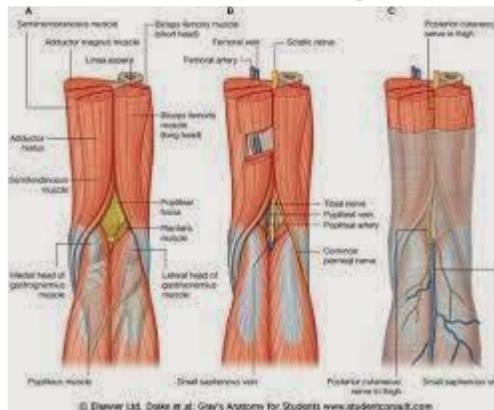
Apakah **Ummu Mughits** ini juga sama dengan titik "al-hammah" dan "al-yaafuukh", yang sama-sama di kepala semuanya?

Dengan niat ikhlas insya Allah, bahan ini perlu didiskusikan, dan dengan niat ikhlas pula ana ingin menyentil relung hati semua ikhwan dan akhawat, masih terlalu banyak masalah hijamah yang menjadi PR bersama, dan bahwa hijamah ini bukan semata urusan sedot sana sedot sini, tak boleh diremehkan dan dianggap remeh, kecuali kita sendiri yang membuat hijamah ini menjadi remeh.

Silahkan partisipasi semua praktisi hijamah yang mengakses bahan diskusi ini.

WEDNESDAY, JANUARY 15, 2014

Pro Kontra Titik Bekam di Lutut - Prolog



Ilustrasi Otot

Barakallah fiikum wahai para pegiat hijamah, yang pro dan yang kontra tentang **titik bekam** di lutut belakang yang ana posting Senen malam. Ana tak bicara tentang satu atau dua pahala bagi yang salah atau benar itjihadnya, karena banyak pihak dan obyek manusia yang terlibat dengan ijihad ini. Dan, insya Allah akan ada kejutan-kejutan lain. Kita harus siap menghadapi kenyataan, meski terasa pahit, kenyataan di lapangan yang sejak lama sangat sangat dan amat mengganjal, bagaimana cara menyatukan ikhwan dan akhawat pegiat Thibb Nabawi?

Ini baru satu masalah, hanya satu titik di satu tempat. Belum titik lain, belum masalah antisepsi, desinfeksi, limbah B3, APD, kalau perlu sampai ke lembaga pengawas rumah bekam, dan mungkin masih tersisa ribuan masalah hijamah yang menunggu untuk disatukan, walau mungkin harus diperdebatkan lebih dahulu. Sebenarnya sich hanya ada dua pendapat untuk tiap masalah, setuju atau tidak setuju. Tapi buntut dari setuju dan tak setuju ini bercabang banyak.

Siapakah kita menerima dan menghadapi realita ini? Belum lagi kalau di sana nanti ada penumpang-penumpang gelap dengan kulit abu-abu, muka abu-abu dan pakaiannya pun berwarna abu-abu, dijamin lebih heboh.

Belajar bisa dari mana pun dan dari siapa pun. Tapi kalau belajar cara mengenakan handscoen yang baik hanya dari tulisan, dari gambar, termasuk pula dari FB, mungkin, kayaknya siapa pun bisa main bola hanya dengan melihat di tv atau belajar cara memegang stik golf hanya dari membaca buku. Contoh riil, sederhana dan mudah, seorang pembekam yang tak terbiasa mengangkat tangan ke atas (layaknya orang berdoa) setelah mengenakan handscoen, agar tetap steril dan tidak bersentuhan dengan baju pembekam umpamanya, jangan harap dia akan peduli terhadap sikap yang semestinya dilakukan. Ini berkaitan dengan skil, lalu jadilah karakter, attitude.

Insya Allah akan ana lemparkan lagi aneka realita bekam di dunia nyata dan bukan sekedar di dunia maya, dengan maksud agar mata kita terbuka, dan terutama mata hati, mata pikiran. Silahkan buka mata, buka telinga, bukan pikiran, dan yang pasti... buka laptop atau komputer, hp juga boleh.

Ditunggu pula dari yang lain, biar tambah gayeng.

Pendapat ana tentang bekam di lutut belakang, mohon ditunggu. Ini baru **prolog**. Baraka Allah fiik.

MONDAY, JANUARY 20, 2014

Bahaya Bekam di Lutut Belakang - Analisis dan Kesimpulan



Bahaya Bekam di Lutut Belakang

Sebuah analisis dan kesimpulan

Bahasan ini lanjutan dari 3 edisi posting sebelumnya. Ada yang pro dan ada yang kontra. Itu lumrah dan biasa. Yang tak biasa adanya pasien yang benar-benar mengalami efek paralisis setelah **bekam di lutut belakang** dari area posterior fossa poplitea.

Di sisi lain, ada praktisi hijamah yang ketagihan membekam pasien di **lutut belakang**. Karena begitu yakinnya tak berekses negatif. Itu

murni berdasarkan pengalaman pribadinya. Alasan semangat mendakwahkan Thibb Nabawi tentu bukan merupakan alasan untuk kasus spesifik, dan alasan pendakwaan mempersulit pelaksanaan Sunnah juga bukan merupakan alasan. Artinya, itu alasan yang terlalu umum. Mungkin praktisi hijamah juga perlu belajar sedikit-sedikit tentang kaidah ushuliyah syar'iyah, biar handal.

Mungkin ada analisis penyebab kelumpuhan karena efusi cairan synovial (bukan enzim lo) melewati membran synovial. Mungkin saja. Wallahu a'lam, perlu penelitian dengan tingkat resiko yang tinggi, karena obyeknya harus benar-benar lutut manusia.

Tapi karena efek negatif (kelumpuhan) berkaitan dengan fungsi motorik di tungkai bawah, berarti dapat dikaji lewat fungsi saraf. Jelasnya kelainan fungsi saraf yang dikaitkan dengan adanya inflamasi saat **bekam**. Apalagi regenerasi saraf terjadi sangat lambat atau bahkan hampir tak ada. Sensorik atau motorikkah, atau kedua-duanya?

Yang pasti, ada dua kubu yang bertentangan. Pertanyaannya, mana yang benar? Apa alasan larangan titik bekam ini?

Ini merupakan rintisan pemikiran yang diharapkan memberikan bekal pencerahan kepada semua praktisi hijamah tanpa kecuali.

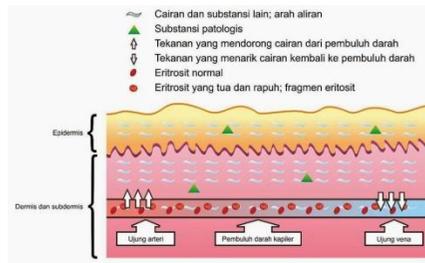
Ini baru prolog. Uraianya (naskah 5 halaman), silahkan baca di assabil-holyholistic.com, relatif lengkap, beserta kajian anatomis, saraf sensorik, kesimpulan, saran-saran, dll.

Yang pasti, sejak awal team Assabil beserta para alumninya (lebih dari 21.000) tak pernah membekam dan dianjurkan bekam di titik lutut belakang, karena sejak awal pula sudah ada pendekatan kajian anatomis fisiologis, kecuali yang terlalu kreatif dan pemberani. Wallahu a'lam

Ini bahan diskusi, ruang bertukar pendapat, rintisan pemikiran (ketimbang tak ada yang memulai) dan diharapkan bermanfaat bagi praktisi hijamah, pasien dan umat. Kebenaran hanya berasal dari Allah semata.

SUNDAY, APRIL 6, 2014

Bekam Insisi dan Bekam Jarum - Bagian 7



Substansi Kulit

Benar seperti usulan seorang Ikhwan, diskusi bekam metode insisi dan tusukan harus dihentikan, tak ada gunanya diperpanjang. Tapi tunggu dulu, berhentinya di jalur mana? Sebab jika menyangkut iman, tak terasa ternyata kita bisa berada di luar jalur iman.

Karena kita mengusung Thibb Nabawi atau Thibb Islami, tentu harus dikembalikan kepada Al-Qur'an dan As-Sunnah. Dalam perkara hijamah, kita kembalikan kepada Sunnah Nabi yang sudah sangat terang, seterang sinar matahari di siang hari bagi orang yang dapat melihat. Jadi, iman ini merupakan kunci pertama. Sementara kunci kedua terletak pada kata "syarthah mihjam" torehan, sayatan, insisi alat bekam.

Dalam hadits yang lalu sudah disampaikan matan "syarthoh mihjam" dan tak ada kata lain dalam sistem pengeluaran darah hijamah yang disebutkan di seluruh hadits dan kitab-kitab syuruh kecuali dengan metode syarthoh.

Dalam kamus Al-Mawrid disebutkan makna syarthoh adalah hyphent (-), tanda baca yang biasanya disebut strip, yaitu bentuk yang menggaris. Kata kerjanya syaratha, berarti incise, menyayat, menoreh. Dalam Kitab Kamus modern lain disebutkan makna syaqq, artinya membelah, mengiris. Bentuk sayatan, torehan, belahan dan irisan beda dengan tusukan yang membentuk titik.

Dalam kitab Mirqatul-Mafatih dalam Bab Kitab Ath-Thibb war-Ruqa disebutkan pengertian syarthoh yang merupakan bentuk fa'lah, artinya asy-syaqq, membelah, mengiris. Dalam kitab Faidhul-Qadir, Al-Imam Al-Qurthuby menjelaskan makna syarthoh mihjam adalah al-hadidah al-lati yusyrotu biha, pisau besi yang digunakan untuk menyayat. Ini hanya sebagian kecil dari hamparan uraian kata ini dalam kitab-kitab hadits.

Kata syarthoh ini dikuatkan lagi dengan uraian lain bahwa alat yang

digunakan dalam proses hijamah Nabawi adalah syafrah, yakni as-sikkin, pisau.

Dengan cara berpikir bodoh-bodohan saja, sepertinya Rasulullah tak sembarangan memilih metode syarthoh. Ada hikmah, ada rahasia yang sangat besar dari pemilihan metode ini. Padahal zaman beliau pun sudah ada jarum. Kalaulah kemudian pada saat ini muncul tafsir “yang penting keluar darah”, maka tak tahu apakah tafsir ini juga atas dasar pemikiran bodoh-bodohan saja?

Sehubungan dengan masalah-masalah teknis, terutama sandungan undang-undang penggunaan alat kedokteran, maka sebenarnya sandungan tidak hanya itu saja. Seorang ikhwan di Blora pernah kesandung masalah serupa hingga ke meja hijau. Namun alhamdulillah dapat dituntaskan berkat bantuan teman-teman yang lain. Bahkan kata “pasien” pun “haram” digunakan kecuali oleh kalangan medis. Lalu antum bicara atas nama siapa dan mewakili siapa? Jelasnya, membela siapa dan menyerang siapa? Alhamdulillah, dua kali mengurus STPT, Jakarta Timur dan Jakarta Selatan serta sekali dalam survey keamanan bekam, semua lancar-lancar saja. Bahkan Dinkes Jaksel anjurkan Assabil untuk ditingkatkan status menjadi klinik. Kalaulah masalah undang-undang ini pun tetap menjadi sandungan, ada cara lain yang tak perlu diungkap di sini.

Kesimpulan:

1. Jika Allah dan Rasul-Nya sudah menetapkan suatu perkara, tak ada lagi pilihan lain bagi Mukmin dan Mukminah dalam urusan mereka (Al-Ahzab: 36)
2. Kata syarthoh mihjam, merupakan jenis kata zhahir dan bukan musykil. Maknanya sudah langsung dapat dipahami dan tidak ada yang tersamar.
3. Penjelasan dalam kitab-kitab syuruh hadits juga amat gamblang
4. Terkadang kepentingan tertentu dapat mengalihkan seseorang dari poin satu
5. Ketidaktahuan tentang sesuatu tidak bisa dijadikan alasan untuk menolak sesuatu itu. Solusinya keluar dari ketidaktahuan (kebodohan).
6. Hal-hal yang terkait dengan alat insisi, metodenya, termasuk efek buruknya, sandungan undang-undang alat kedokteran, izin, legalitas, merupakan perkara-perkara teknis, dan masalah-masalah teknis seperti inilah yang terkadang dibuat alat pengalih dari inti.
7. Ada kajian anatomis fisiologis di balik metode syarthah ini, yang njlimet, berat dan insya Allah tak ringan. Tunggu sebagian

uraiannya di bagian mendatang. Uraian lengkap hingga mekenismenya dan ilustrasi gambarnya akan diungkap habis di buku yang masih dalam proses, lengkap dengan nilai tekanan hidrostatik kapiler ujung arteri, tekanan hidrostatik interstisial, tekanan osmotik plasma, dan tekanan osmotik interstisial, sehingga diketahui gaya total yang menyebabkan cairan berpindah dari kapiler ujung arteri menuju jaringan interstisial. Begitu pula nilai tekanan hidrostatik kapiler ujung vena sehingga diketahui nilai gaya total sebesar 7 mmHg yang menyebabkan cairan berpindah dari jaringan interstisial menuju kapiler ujung vena, dalam kondisi hemostatis

8. Optimalisasi mekanisme ini hanya terjadi dengan bekam metode syarhoth mengenai kapiler, bukan dengan tusukan jarum yang ujungnya mengenai arteriol, venule, arteri atau vena muskularis kecil, yang membuat darah yang keluar lebih banyak darah normal.

Wa Allah a'lam bi ash-shawab. Yang benar datang dari Allah, yang salah berasal dari diri yang lemah ini.

MONDAY, MARCH 24, 2014

Memiringkan Lancing Device Untuk Bekam



Ilustrasi Lancing Device

Sejak awal praktik hijamah di Assabil tak menggunakan lancet, karena sejak awal pula Assabil melaksanakan hijamah benar-benar berdasarkan pendekatan As-Sunnah yang khalis, pure Nabawi. Lupa kapan tepatnya. Tapi kalau tak salah, tahun 2007. Kami berdiskusi dengan satu dua dokter tentang metode tusukan lancet. Berdasarkan pendekatan anatomi kulit, kami mencari formula penggunaan lancet untuk pengeluaran darah hijamah. Kesimpulan dari diskusi ini, kami melakukan tusukan lancet bukan dengan menegakkan lancing device, tapi memiringkannya sekitar 30 - 40 derajat dari permukaan kulit. Metode-metode ini kami sampaikan di pelatihan untuk membandingkan antara metode insisi dan tusukan.

Kami yang tak menggunakan lancet, masih menyempatkan diri mencoba-coba dan bereksperimen tentang penggunaan lancet, sekedar iseng dan coba-coba bagaimana kaifiyahnya yang lebih efektif. Tak tahu, apakah sebelum itu sudah ada yang mencoba cara ini atau belum? Kalaulah kemudian cara ini dijadikan kiat oleh para praktisi bekam yang masih dan hanya menggunakan lancet dan sekaligus sebagai alibi penggunaannya, tentu saja ana tak bisa komentar. Atau adakah yang mau kasih saran atau komentar tentang hal ini?

WEDNESDAY, JANUARY 29, 2014

Sistem Pemusnahan Limbah B3 Bekam

Limbah Berbahaya

Anda boleh pilih salah satu atau salah dua dari cara-cara berikut ini ketika Anda memusnahkan **limbah B3 bekam**, jenis limbah kategori infeksius dan bahkan dangerous infeksius, karena ada limbah cair berupa darah, ada benda padat dari logam seperti lancet dan/atau pisau bedah:

1. Menyerahkan limbah kepada pasien, agar pasien memusnahkan sendiri
2. Langsung membuang semua limbah ke bak sampah
3. Membuang semua **limbah bekam** ke sungai
4. Membakar semua limbah seperti di sekitar pekarangan secara manual
5. Membakar semua limbah di area yang jauh dari pemukiman secara manual
6. Membakar semua limbah di insenerator secara manual yang masih mengeluarkan asap
7. Memendam semua limbah ke dalam lubang di tanah pada area khusus lalu mengurugnya dengan tanah dan memberi tanda khusus.
8. Membakar semua limbah dengan insenerator khusus tanpa polutan asap
9. Kerja sama dengan puskesmas/rumah sakit dengan cara menyerahkan limbah ke sana secara berkala
10. Ditampung di TPA khusus lalu diambil perusahaan yang bergerak secara khusus dalam bidang pemusnahan limbah B3

Kalau Anda sebagai **praktisi bekam**, kalau boleh dianggap sebagai ujian, sekali lagi kalau, andai, Anda boleh memilih berapa pun nilai ujian Anda. Mau nilai A? Boleh pilih 8-10. Kalau Anda termasuk jenis mahasiswa yang berpiikir “yang penting lulus”, atau “masih ada waktu”, atau “masih ada kesempatan remed”, mungkin perlu usaha keras mendongkrak nilai untuk dapat diterima sebagai calon “profesional”.

SATURDAY, FEBRUARY 1, 2014

Penggunaan Tisu Dalam Bekam - Bagian 2



Ilustrasi Tissue

Memilih Tisu ataukah Kasa Steril?

Seorang menteri meminta bekam. Dia ditawari, pengelap darahnya pilih kasa steril atau tisu Pak? Tanpa ba bi bu dia memilih kasa steril. Seorang dokter ditawari hal yang sama. Dia pun pilih kasa steril. Seorang paramedis ditawari hal yang sama. Dia pilih kasa steril. Seorang dosen ditawari hal yang sama. Dia memilih kasa steril. Seorang pengusaha ditawari hal yang sama. Dia memilih kasa steril. Seorang Guru SD ditawari hal yang sama. Dia memilih kasa steril. Seorang tukang batu ditawari hal yang sama. Dia bingung, tak bisa memilih dan mengapa harus memilih?

Seorang pemulung ditawari hal yang sama. Setelah diam beberapa saat, bukannya menjawab atau memilih, justru dia balik bertanya, “Bekam yang gratis pakai apa Ustadz? Kalau tisunya banyak berkilo-kilo, biar kubawa saja sekalian.”

THURSDAY, JANUARY 23, 2014

Contoh Soal Ujian Bekam Profesional



Contoh Soal Ujian Bekam Profesional

1. Sebaiknya bekam di sekeliling lutut dihindari karena dapat mengakibatkan:
 - a. Reumatoid
 - b. Artritis reumatoid
 - c. Paralysis
 - d. Artritis gout
2. Di lutut antara femur dan tibia ada bantalan sendi yang lembut disebut:
 - a. Bursa
 - b. Bursa efek
 - c. Fossa
 - d. Fossa poplitea
3. Pengobat harus bertanggung jawab terhadap tindakannya, disebutkan dalam:
 - a. Al-Qur'an
 - b. Al-Qur'an dan As-Sunnah
 - c. As-Sunnah
 - d. Perkataan Shahabat dan ulama
4. "Tungkai bawah" dalam istilah anatomi adalah:
 - a. Bawah lutut hingga pergelangan kaki
 - b. Telapak kaki bagian belakang
 - c. Bawah mata kaki
 - d. Betul semua
5. Sebagian orang tak mengalami efek kelumpuhan setelah bekam di lutut dan sebagian ada yang mengalaminya. Hal ini diakibatkan oleh:
 - a. Gangguan sistem saraf pusat
 - b. Kelambanan regenerasi saraf

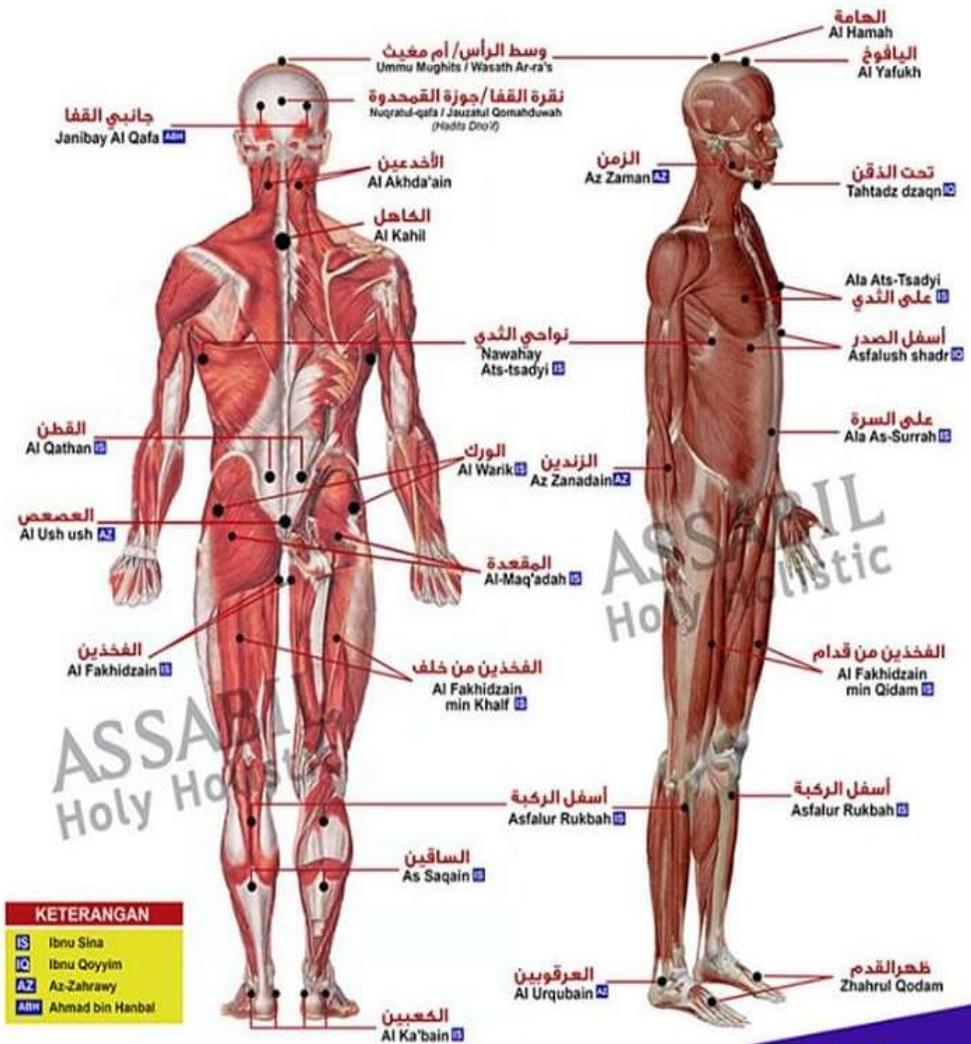
- c. Kerusakan sel saraf
- d. Sensitifitas saraf

Mengisi kekosongan dengan ilmu yang insya Allah bermanfaat, untuk meningkatkan profesionalitas pengobatan hijamah, yang merupakan bagian dari Thibb Nabawi, sehingga hijamah tak dianggap sebelah mata.

Ini hanya sekedar contoh soal dalam lingkup materi anatomi yang berhubungan erat dengan hijamah. Ini pun baru sekitar lutut, dan ini pu hanya sebagian kecil saja dari bahasan bekam di lutut. Bisa juga dimasukkan dalam materi "kontra indikasi**hijamah**". Maka siapa bilang bahwa pengobatan **bekam** itu hanya sebatas urusan ngekop dan mengeluarkan darah?

Bagaimana menurut pendapat antum Ikhwan dan Akhawat praktisi hijamah?

Titik-titik Bekam Menurut Dokter Muslim Terdahulu



www.assabil-holyholistic.com

ASSABIL
Holy Holistic

TITIK BEKAM NABI

SOP Bekam PBI tidak merekomendasi penggunaan alat bekam elektrik dengan metode vacum (menyedot dengan mesin bekam) karena pertimbangan faktor hygenitas dan estika terapi. Titik Nabawi atau titik Sunnah yang telah disebutkan dalam BAB IV adalah titik bekam yang diajarkan dalam buku panduan PBI¹. Pengetahuan tentang titik-titik tersebut diperoleh melalui penelusuran riwayat pengalaman empiris Rasulullah Saw yang berhubungan dengan masalah hijamah (baik sebagai klien yang dibekam, saksi, atau merekomendasikannya), sebagai berikut:

1. *Ummu Mughits*

Untuk kasus: Meningkatkan konsentrasi, menguatkan ingatan dan hafalan, gangguan intelegensi, anak-anak berkebutuhan khusus, domensia, gangguan degenerative, stroke, pusing migrain, nyeri kepala, infertilitas, depresi, gangguan sihir.

Cara penetapan lokasi anatominya adalah :

Posisi titik Ummu Mughits di bagian tengah atas dari kepala.² Yakni pertemuan dua garis tengah kepala dari depan ke belakang dan garis lurus antara kedua telinga, yaitu pada sagittal suture di depan posteriorfontanelle mengenai parietal foramen.

Dasar hadis:

Dari Ibnu Umar Radhiyallahu Anhuma, dia berkata, “Rasulullah Shallallahu Alaihi wa Sallam biasa meminta hijamah/bekam di kepala Beliau yang disebut Ummu Mughits”. (Ditakhrij Al-Khathib di dalam kitab Tarikh Baghdad, 13/95, ditakhrij Al-

¹ (Tim Bidang Diklat dan Litbang PBI, 2019). Hlm. 37-43.

² Syarah Mashabih As-Sunnah Lil-Iman Al-Baghawy, Muhammad Bin Izzuddin Abdu-Latif bin Abdul-Aziz bin Aminuddin bin Firisyta (meninggal 854 H), tahqiq Nuruddin Thalib, Idarah Ats-Tsaqfah Al-Islamiyyah, cet. 1, 1433H/2012 M. Lihat pula Aunul-Ma’bud Syarh Sunan Abu Daud, Muhammad Syamsul-Haqq Al-‘Azhim Abady Abu Ath-Thayyib, Darul-Kutub Al-Ilmiyyah, Beirut, 1415 M., 10/242.

*Albany sebagai hadis hasan dimdalam kitab Shahih Al-Jami', hadis nomer 4928).*³

Penjelasan :

Sesuai dengan matan hadis ini dan sebagaimana yang dijelaskan dalam kitab-kitab syuruh, bahwa posisi titik di kepala ini bersifat bebas, yang disesuaikan dengan keluhan, gejala klinis dan keadaan pasien. Logikanya, titik di kepala dapat dilakukan di kening atau di wajah. Fungsinya tak jauh berbeda dengan fungsi titik di Ummu Mughits.

Pengingat:

Area bekam di kepala harus bersih dan hygenis tanpa ada rambut agar proses pembersihan darah bekam nyaman dan sempurna.

2. Al-Haammah

Untuk kasus: Serupa dengan kegunaan titik *ummu mughits*.

Cara penetapan posisi anatomi:

Ada beberapa pengertian tentang makna *hammad*. Secara umum ketika disebut *hammad*, maka artinya kepala. Bagian kepala manapun. Tapi makna yang lebih khusus adalah *wasathur-ra's* (bagian tengah kepala) atau *a'la ar-ra's* (bagian paling atas dari kepala).⁴

Catatan:

- a. Meski terdapat dua penjelasan mengenai Titik Ummu Mughits dan Al-Hammah, dua titik tersebut terletak pada posisi yang sama sekaligus manfaat yang sama.
- b. Melakukan bekam pada titik di kepala mengharuskan area bekam yang bersih dan hygenis tanpa adanya rambut pada area

³ Al-Jami' Ash-Shahih Lis-Sunan wal-Masanid, Shuhaib Abdul -Jabbar, 2014 M., 13/78. Lihat pula : Al-Mu'jamul-Ausath, Abul-Qasim Sulaima bin Ahmad Ath-Thabrany, tahqiq Thariq bin Audillah bin Muhammad dan Abdul-Muhsin bin Ibrahim Al-Husainy, Darul-Haramain, Cairo, 1415 H., 8/16, hadis nomer 7817.

⁴ Mathali' Al-Anwar 'Ala Shahhah Al-Atsar, Ibrahim bin Yusuf bin Adham Al-Wahrany Al-Hamazy Abu Ishaq Ibnu Qurqul (mwninggal tahun 569 H), Wizarah Al-Auqaf wasy-su'u Al-Islamiyyah, Qathar, 2012 M., 6/105; Syarh Mashabih As-Sunnah Lil-Imam Al-Baghawy. Muhammad bin Izzuddin Abdul-latif bin Abdul-Aziz bin Aminuddin bin Firisyta Ar-Rumy Al-Karmany, Idaratuts-Tsaqafah Al-Islamiyyah, cet. 1, 2012 M/1433 H, 6/146.

tersebut, karena akan menyulitkan saat proses pembersihan darah bekam.

Dasar hadis:

“Dari Ibnu Abi Kabsyah Al-Anmary, bahwa dia pernah menyampaikan hadis, bahwa Nabi Shallallahu Alaihi wa Sallam pernah meminta hijamah/bekam di titik hammah Beliau dan diantara kedua pundak, seraya bersabda, “Barangsiapa mengeluarkan darah dari bagian ini, maka dia tidak perlu berobat dengan pengobatan lain untuk menyembuhkan suatu penyakit.”” (Ditakhrij Abu Daud, 3861, 3862; dan Ibnu Majah, 3484).⁵

3. Al-Yafukh

Cara penetapan lokasi anatomi :

Pertemuan tulang kepala bagian depan dan belakang, pada posisi ubun-ubun saat kecil yang bergerak-gerak. Ada pula yang berpendapat, posisi antara al-hammah (ummu mughits) dan kening.⁶ Kegunaan titik al-Yafukh adalah sebagai penguat dari titik Ummu Mughits.

Dasar hadis:

“Dari Abu Hurairah, bahwa Abu Hindun pernah membekam Nabi Shallallahu Alaihi wa Sallam di titik al-yafukh, lalu Nabi Shallallahu Alaihi wa Sallam bersabda, “Wahai Bani Bayadhah, nikahkanlah Abu Hindun dan carikanlah istri untuknya.” Beliau juga bersabda, “Kalaulah dalam suatu pengobatan yang kalian lakukan ada manfaat, maka manfaat itu ada pada hijamah/bekam.” (Ditakhrij Abu Daud, 2104).⁷

⁵ Sunan Abi Daud, Abu Daud Sulaiman bin Al-Asy'ats As-Sijistany, Darul Kitab Al-Araby, Beirut, 2/2, Nomer 3862, dan Sunan Ibnu Majah, Muhammad bin Yazid Abu Abdullah Al-Qazwainy, ditahqiq Muhammad Fu'ad Abdul-Baqy, Darul-Fikr, Beirut, 2/1152, hadis nomer 3484.

⁶ Al-Musnad Ash-Shahih Al-Mukharraj Ala Shahih Muslim, Abu Awanah Ya'kub bin Ishaq Al-Isfirayainy (meninggal tahun 316 H), Tahqiq Fariq minal-bahitsin di Kulliyatul-Hadits wad-Dirasat Al-Islamiyyah bil-Jami'ah Al-Islamiyyah, Maktabah Jami'ah Al-Islamiyyah, Saudi Arabia, cet. 1 2014 M/1435 H. Lihat pula An-Nihayah fi Gharibil-Hadits 5/291.

⁷ Sunan Abi Daud, Abu Daud Sulaiman bin Al-Asy'ats As-Sijistany, Darul Kitab Al-Araby, Beirut, 2/197, nomer 2104, dihasankan Syekh Nashiruddin Al-Albany di kitab Shahih wa Dha'if Sunan Abi Daud, Hadis nomer 2102.

4. Ar-Ra's

Cara penetapan lokasi anatomi:

Pengertian “ar-ra’s” atau kepala yang dimaksud adalah bagian kepala yang ditumbuhi rambut yaitu pada titik selain Ummu Mughits atau Al-Hammah. Pembekaman pada area kepala dibatasi maksimal 3 (tiga) titik termasuk titik utama yaitu Ummu Mughits atau Al-Hammah dan Al-Yafukh, pelaksanaannya sebaiknya tidak sekaligus tetapi bergantian atau mengikuti pada kekuatan klien (sesuai kebutuhan).

Dasar hadis:

“Dari Ibnu Abbas bahwa Rasulullah Shallallahu Alaihi wa Sallam pernah meminta hijamah/bekam di kepala ketika Beliau sedang berihram karena sakit yang dialami di kepala Beliau.” (Ditakhrij Abu Daud, 1838, dishahihkan Nashiruddin Al-Albany daam Shahih wa Dhaif Sunan Abi Daud, 4/336).⁸

5. Akhda'in (Urat Leher kiri dan kanan)

Untuk kasus : Seluruh keluhan pada kepala, nyeri pada wajah, sakit telinga, tenggorokan nyeri dan serak, sakit gigi, pusing, punggung dan leher kaku/nyeri, TBC kelenjar limfe, muka bengkak, tuli mendadak, rahang kaku, gondongan, radang tenggorokan, tengkuk kaku pegel, melancarkan sirkulasi darah ke kepala.

Cara penetapan lokasi anatomi :

Sebagaimana disebutkan dalam kitab Syarhul-Mashabih, posisinya terletak di sepanjang dua sisi leher di antara kedua pundak di bawah tumbuh rambut. Sementara didalam kitab Al-Nafatih fi Syarhil-Mashabih disebutkan bahwa posisinya pada pembuluh darah bagian belakang leher saat dilakukan bekam. Sementara didalam kitab Tuhfatul-Ahwadzy disebutkan bahwa posisinya pada dua pembuluh darah di samping leher.⁹

⁸ Sunan Abi Daud, Abu Daud Sulaiman bin Al-Asy'ats As-Sijistany, Darul Kitab Al-Araby, Beirut, 2/105, nomer 1838, dihasankan Syeikh Nashiruddin Al-Albany di kitab Shahih wa Dha'if Sunan Abi Daud, Hadis nomer 1836.

⁹ Sunan Abi Daud, Abu Daud Sulaiman bin Al-Asy'ats As-Sijistany, Darul Kitab Al-Araby, Beirut, 4/2, Nomer 3862, dan Sunan Ibnu Majah, Muhammad bin Yazid Abu Abdullah Al-Qazwainy, ditahqiq Muhammad Fu'ad Abdul-Baqy, Darul-Fikr, Beirut, 2/1152, hadis nomer 3484, dishahihkan Syeikh Nashiruddin Al-Albany didalam kitab As-Silsilah, hadis nomer 907.

Catatan:

Dalam penentuan titik al-akhda'ain disini ada dua pendapat, yakni dileher samping dan di bagian belakang leher. Karena di bagian samping leher terdapat pusat kelenjar getah bening, maka sebaiknya posisi ini dihindari, sehingga pilihannya adalah di bagian leher belakang.

Dasar hadis:

“Dari Anas, bahwa Nabi SAW pernah meminta bekam di tiga titik yakni (dua titik) di akhda'ain dan (satu titik) di kahil.” (HR. Abu Daud, 3862 dan Ibnu Majah, 3483, dan Ahmad, 12212).¹⁰

6. Al-Kaahil (Punuk)

Untuk kasus:

Semua penyakit dan keluhan, melancarkan sirkulasi darah, ketegangan pada leher dan pundak, pusing, migrain, nyeri kepala, semua gangguan dikepala, gangguan jantung, dan gangguan paru-paru.

Cara penetapan lokasi anatomi:

Bagian atas dari tulang punggung yang bersambung ke leher, merupakan sepertiga teratas dari tulang punggung yang terdiri dari enam ruas. Dalam penjelasan lain, kahil merupakan pertemuan antara pundak.¹¹ Nama lainnya adalah ats-tsabaj, al-katad atau al-mudzammar.

Pengingat:

Kontra indikasi jika titik kaahil mengenai vertebra cervicalis, dapat mengakibatkan kesemutan di lidah, bengkak di pipi dan bahkan kesulitan bicara yang bersifat temporal, walau tidak semua orang mengalami efek ini.

Dasar hadis:

¹⁰ Syarh Mashabihis-Sunnah, Muhammad bin ‘Izzuddin Abdul-Lathif bin Abdul-Aziz bin Aminuddin bin Firisyta Ar-Rumy Al-Karmany Abnul-Malak (meninggal tahun 854 H), tahqiq ketua lajnah Nurridin Thalib, Idarah Ats-Tsaqafah Al-Islamiyyah, cet. 1, 1433 H/2012 M., 5/105, nomer 3518. Tuhfatul-Ahwadzy bi Syarh Jami’ At-Tirmidzy, Muhammad Abdurrahman bin Abdurrahim Al-Mubarakfury Abul-Ala, Darul-Kutub Al-Imiyyah, Beirut, 6/174.

¹¹ Tuhfatul-Ahwadzy bi Syarh Jami’ At-Tirmidzy, Muhammad bin Abdurrahman bin Abdurrahim Al-Mubarakfury Abul-Ala Darul-Kutub Al-Ilmiyah, Beirut, 10/85.

Dari Anas, bahwa Nabi SA W pernah meminta bekam di tiga titik, yakni (dua titik) di akhda 'ain dan (satu titik) di kahil. (HR. Abu Daud, 3862, Tirmidzy, Ibnu Majah, 3483, dan Ahmad, 12212. Dishahihkan Nashiruddin Al-Albany di dalam kitab As-Silsilah Ash Shahihah, 907).¹²

7. Azh-Zhahr

Definisi punggung menurut kamus Bahasa Indonesia S. Wojowasito¹³ adalah bagian belakang tubuh dari tengkuk sampai pantat dan menurut KBBIV adalah bagian belakang tubuh manusia dari leher sampai tulang ekor.

Mengacu pada definisi diatas bisa dijabarkan bahwa punggung adalah bagian belakang tubuh manusia yang dimulai dari daerah setelah leher (tengkuk) terus kebawah hingga daerah pantat bahkan hingga bagian tulang ekor. Area tersebut cukup luas sehingga titik-titik bekam yang mencangkup daerah punggung bisa cukup banyak. SOP Bekam PBI memberikan rekomendasi pengambilan titik bekam pada daerah punggung paling banyak (maksimal) adalah sejumlah 8 titik.

Untuk kasus: Gangguan jantung, sesak nafas, nyeri punggung atas dan bawah, spondylosis, spondylitis, gangguan lambung, gangguan liver, syaraf kejepit/HNP, scoliosis, encok.

Cara penetapan lokasi anatomi:

Cara penentuan titiknya adalah engan mengambil titik berpasangan kanan dan kiri, posisi diambil dua jari dari sebelah luar tulang belakang.

Titik tersebut yaitu:

- a. Azh-Zahrul A'la, posisi pada titik belikat.
- b. Azh-Zahrul Washati, posisi sekitar organ liver dan lambung.
- c. Al-Qathanul Alawi, posisi disamping ruas tulang lumbar 1 dan lumbar 2.

¹² Sunan Abi Daud, Abu Daud Sulaiman bin Al-Asy'ats As-Sijistany, Darul Kitab Al-Araby, Beirut, 4/2, Nomer 3862, dan Sunan Ibnu Majah, Muhammad bin Yazid Abu Abdullah Al-Qazwainy, ditahqiq Muhammad Fu'ad Abdul-Baqy, Darul-Fikr, Beirut, 2/1152, hadis nomer 3484, dishahihkan Syeikh Nashiruddin Al-Albany didalam kitab As-Silsilah, hadis nomer 907.

¹³ Wojowasito, Kamus Bahasa Indonesia – Penerbit Shinta Dharma Bandung 1972.

- d. Al-Qathanul Sufla, posisi samping tulang ekor bagian atas kanan dan kiri.

Dasar hadis:

“Dari Jabir bin Abdullah bahwa Rasulullah Shallallahu Alaihi wa Sallam pernah meminta hijamah dibagian punggung atau pantat samping, Beliau saat sedang berihram karena rasa sakit yang dialami dibagian tersebut.” (Ditakhrij Al Imam Ahmad, 14857).¹⁴

8. Al-Warik (Panggul)

Untuk kasus: Stroke, pegal dan kaku pada panggul, syaraf kejepit/HNP, spondylosis, spondylitis.

Cara penetapan lokasi anatomi :

Al-Warik adalah organ tubuh berada di atas paha Jalasa ‘ala warikihi. artinya duduk di atas panggul pada laleral illium kanan dan kiri. Pertemuan otot gluteus maximus dengan gluteus medias bawah, kiri dan kanan. Yaitu pada bagian panggul kiri dan kanan.

Dasar hadis:

Dari Jabir bin Abdullah, bahwa Nabi SAW meminta hijamah pada bagian panggul saat sedang berihrom karena rasa sakit yang dialami di bagian tersebut. (Hadits shahih riwayat Abu DaudAn-Nasa'y dan Ibnu Majah)¹⁵

9. Zharul Qadam (punggung kaki)

Secara harfiah artinya adalah punggung telapak kaki kiri dan kanan. Zhahrul-Qadam berarti punggung telapak kaki, karena makna zhahr adalah punggung, dan makna al-Qadam adalah telapak kaki.

Kegunaan : Nyeri haid, pendarahan, bisul, gatal pada daerah genital dan anus, lelah kaki.

Cara penetapan lokasi anatomi:

1 (satu) jari di atas lipatan pertemuan antara ibu jari kaki dan telunjuk kaki.

¹⁴ Ditakhrij Al-Imam Ahmad, hadis nomer 14857. Tidak ditemukan takhrij tentang hadis ini. Menurut Al-A'zhamy, isnadnya shahih, sebagaimana disebutkan dalam Shahih Ibnu Khuzaiman.

¹⁵ Ditakhrij Al-Imam Ahmad, hadis nomer 14820, 15097. Tidak ditemukan takhrij tentang hadis ini. Menurut Al-A'zhamy, isnadnya shahih, sebagaimana disebutkan dalam Shahih Ibnu Khuzaiman.

Catatan:

Hati-hati pada pembuluh yang ada denyutnya, lebih aman dekat ke arah jempol kaki. Hindari terkena arteri dorsalis pedis.

Dasar hadis:

Dari Anas bin Malik, bahwa Rasulullah SAW meminta hijamah ketika beliau sedang ihram di bagian punggung telapak kaki karena sakit di bagian tersebut. (Ditakhrij Ahmad, 16282, Abu Daud, 1836, 1837. Dishahihkan Syaikh Nashiruddin Al-Albany di dalam shahih wa Dha'if Sunan Abu Daud, 1837).¹⁶

A. Titik-titik yang sebelumnya juga direkomendasikan:

Katifain (Bahu kiri dan kanan)

Untuk kasus: leher kaku, nyeri bahu pundak, lengan tak dapat diangkat mastitis (radang kelenjar susu), Masuk angin, Batuk pilek, Stroke dll

Cara penetapan lokasi anatomi:

Ada perbedaan pendapat, titik ini langsung di pundak atau bahu, posisinya di bahu kanan kiri di atas scapula hingga ke clavicle, ataukah di antara kedua pundak kanan dan kiri yang berarti sama dengan titik kaahil? Wallohu a 'lam bish shawab.

Dasar hadis:

Dari Ibnu Abbas, dia berkata, bahwa Rasulullah SAW meminta hijamah di tiga titik. di akhda "ain dan di antara kedua pundak. "
(HR. Abu Daud, Sahih)

B. Titik bekam menurut ulama dan dokter muslim terdahulu

Para ulama muslim terdahulu yang menekuni bidang pengobatan juga mengembangkan dan membuat titik-titik bekam dengan nama-nama tertentu seperti: 'alal najib, an-nuqrah atau al-qata, az-zaman, tahta adz-dzaqn, alas-surrah, al-qathan al-'ush'ush, as-saqain, al-'urqubain dan lain-lain.

C. Titik Bekam Berdasarkan Kajian Anatomi Fisiologi Tubuh

Selain titik bekam sunnah atau titik-titik nabawi. penentuan titik bekam juga terkadang mengikut titik berdasarkan keluhan pada organ

¹⁶ Ditakhrij Ahmad, hadis nomer 16282; Abu Daud, hadis nomer 1836, 1837. Dishahihkan Syaikh Nashiruddin Al-Albany di Shahih wa Dha'if Sunan Abi Daud, hadis nomer 1837.

tertentu. Kajian mengenai penentuan titik berdasarkan keluhan organ mengacu pada keterampilan dan pengetahuan yang lebih mendalam mengenai kajian ilmu tentang tubuh manusia dan hal tersebut tidak dibahas dalam buku panduan Standar Operasional Prosedur Perkumpulan Bekam Indonesia.

GAMBAR ANATOMI TITIK HIJAMAH MODERN

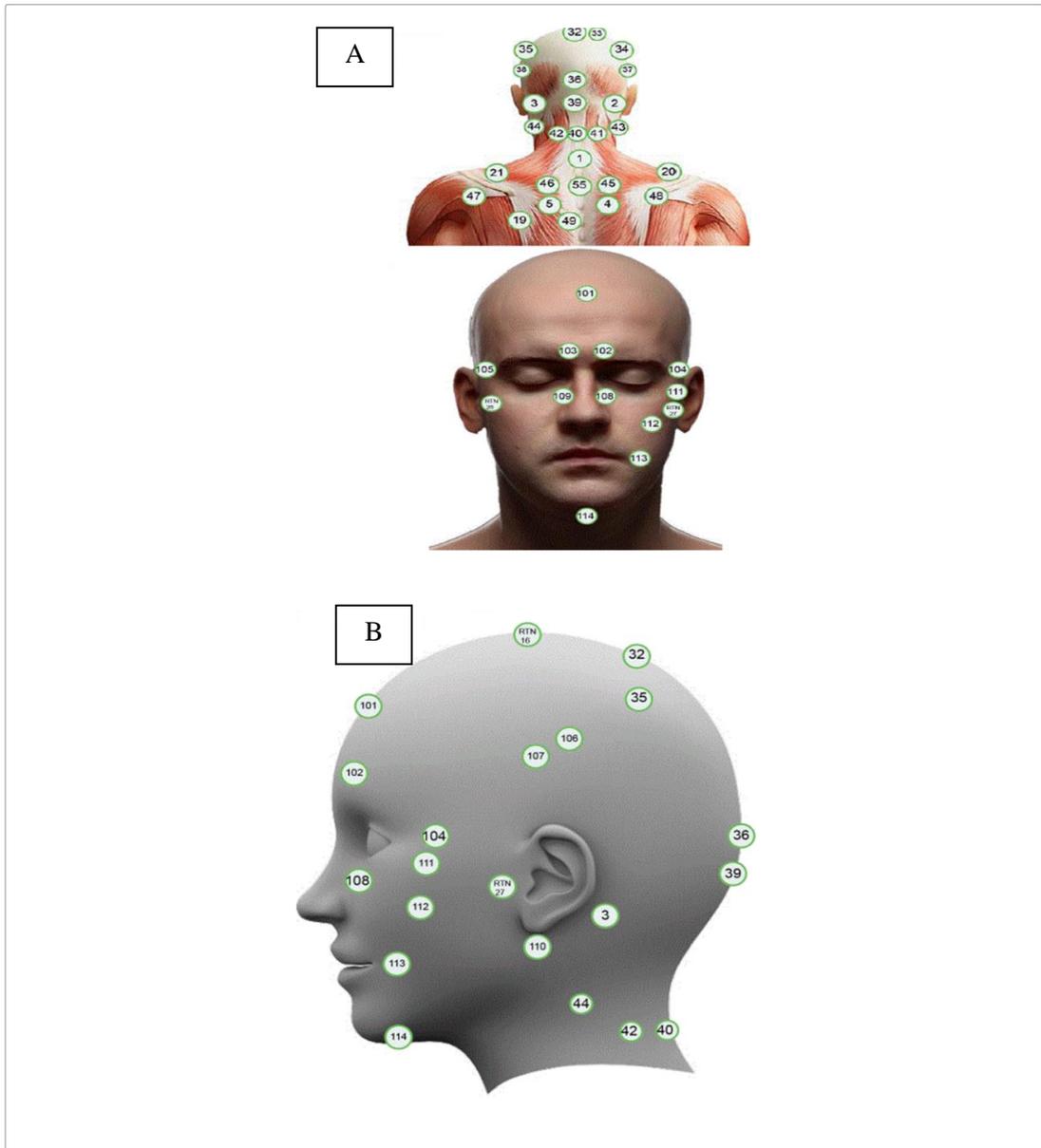


Figure 1: Anatomical sites for practicing Al-hijamah at head and neck regions. a. Back of head and neck [66], b. [67] and c [68]. Face region- d. Lateral aspect of skull [69].

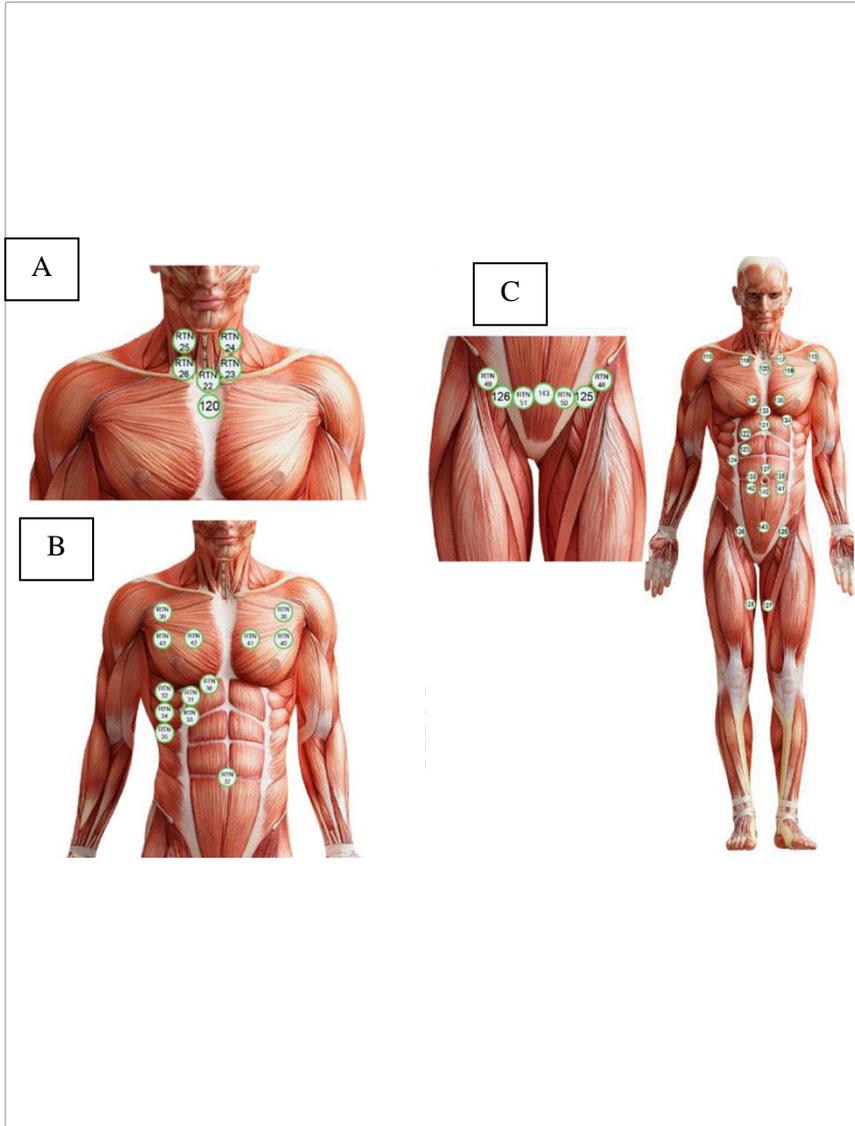


Figure 2: Anatomical sites for practicing Al-hijamah at frontal aspect of chest, abdomen and pelvis regions. a-b [70] and c [67].

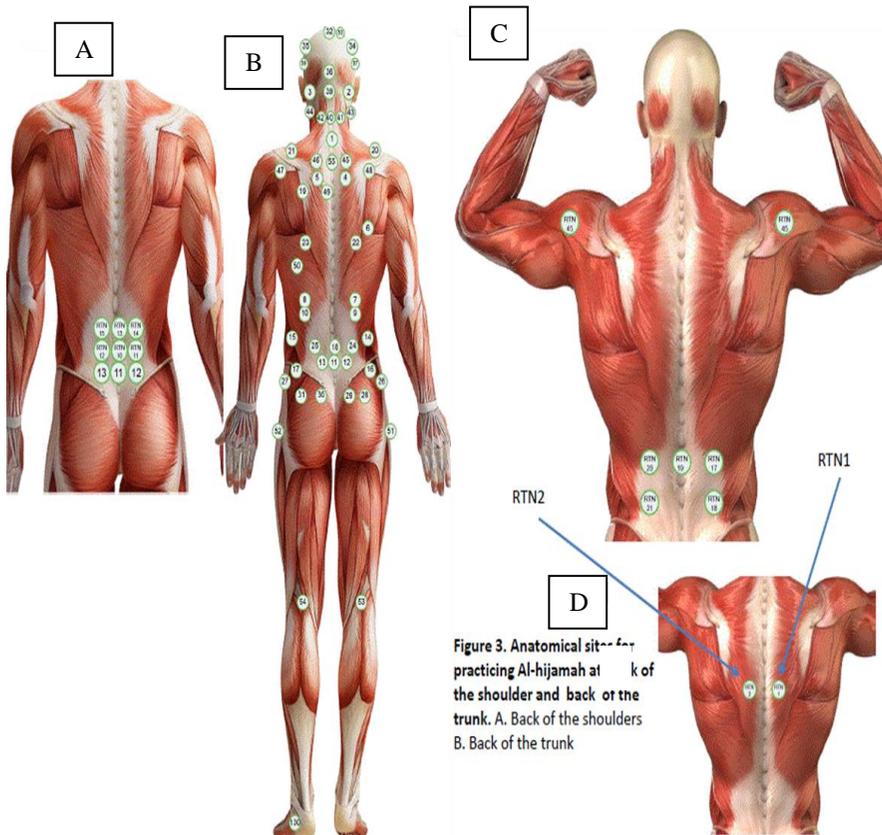


Figure 3. Anatomical sites for practicing Al-hijamah at back of the shoulder and back of the trunk. A. Back of the shoulders B. Back of the trunk

Figure 3: Anatomical sites for practicing Al-hijamah at back region (back of trunk) and at back of lower limbs. a-b [66], c [71] and d [66].



Figure 4. Anatomical sites for practicing Al-hijamah limb regions.
 A. At the forearm and shoulders
 B. At the shoulder joint.
 C. At the legs
 D. At knee and heel joints

figure 4: Anatomical sites for practicing Al-hijamah at points in upper and lower limbs. a. at ventral aspect of upper limb [72]. b. at dorsal aspect of upper limb [73]. c. at ventral aspect of knee joint [74]. d. at medial aspect of lower limb [75]. e. at lateral aspect of lower limb [76].

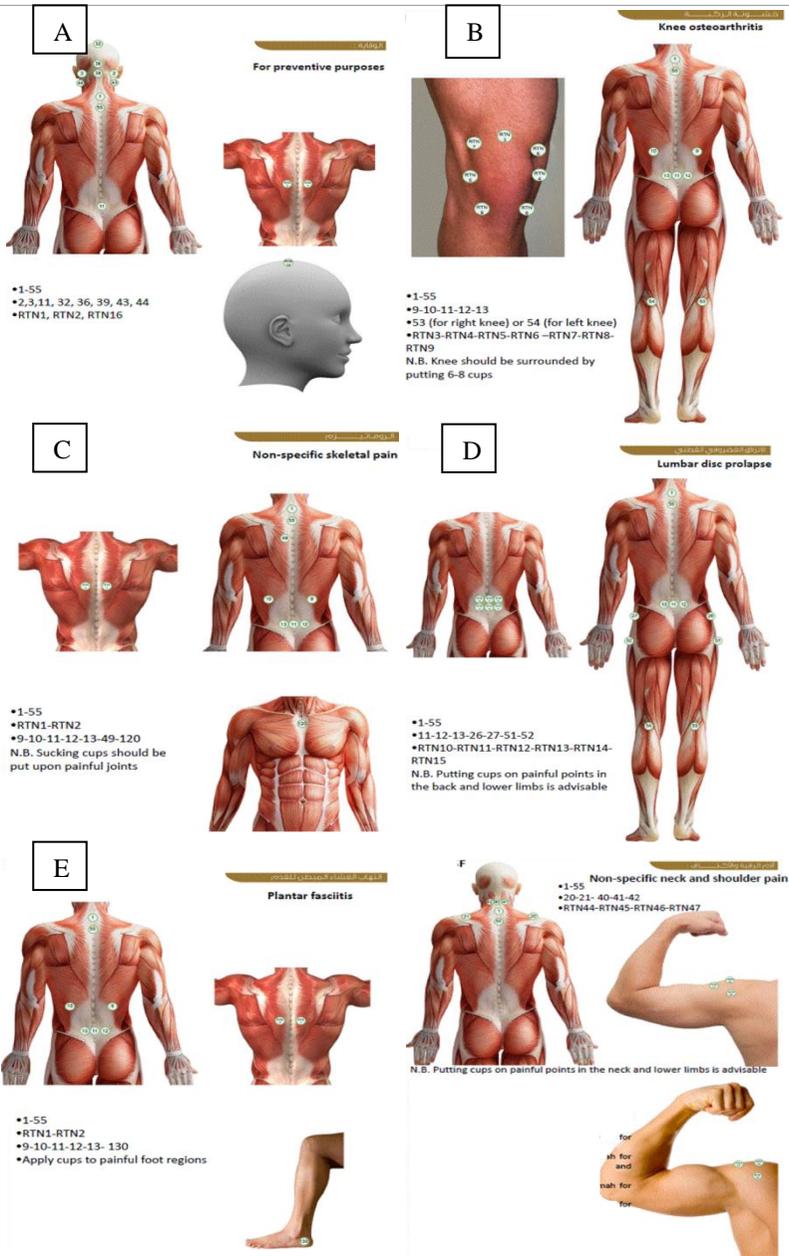


Figure 5: Anatomical sites for practicing Al-hijamah for treating Musculoskeletal pain conditions. a. Anatomical points for performing Al-hijamah for treating knee osteoarthritis. b. Anatomical points for performing Al-hijamah for treating simple arthralgia, arthritis and musculoskeletal pain. c. Anatomical points for performing Al-hijamah for treating lumbar disc prolapse. d. Anatomical points for performing Al-hijamah for treating neck and shoulder pain. e. Anatomical points for performing Al-hijamah for treating plantar fasciitis.

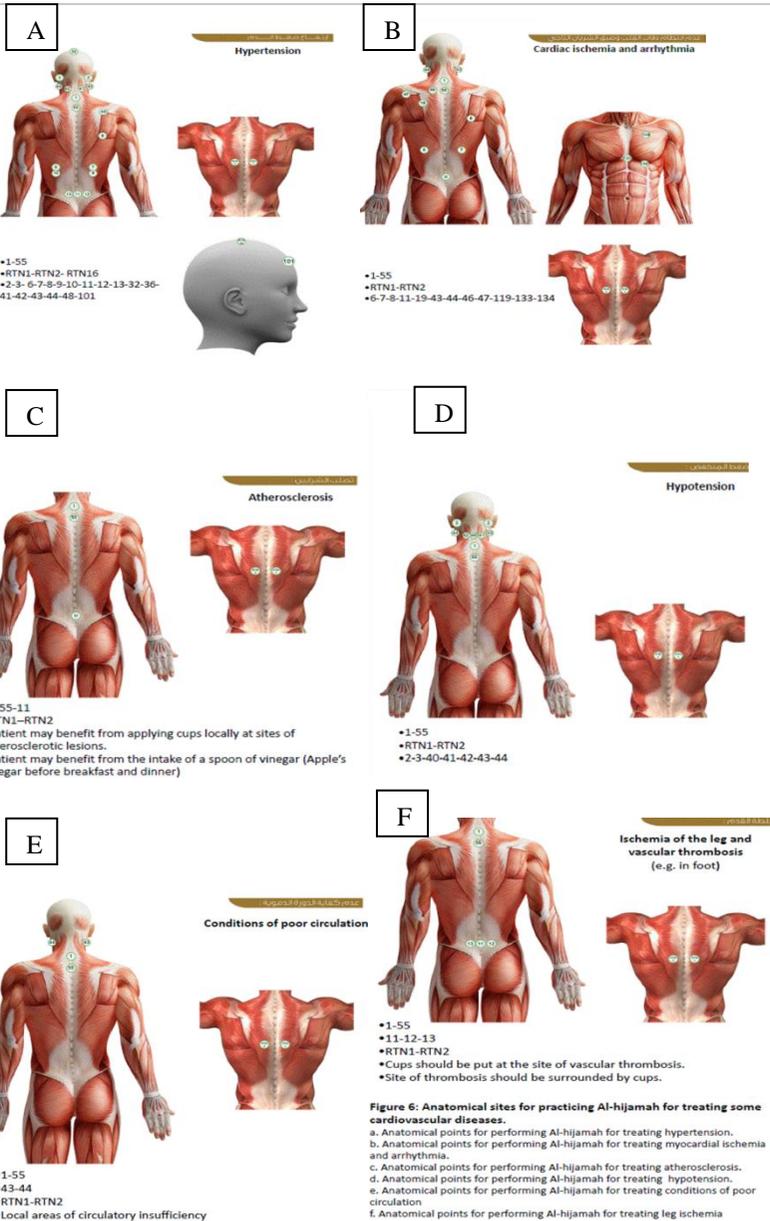


Figure 6: Anatomical sites for practicing Al-hijamah for treating some cardiovascular diseases.
 a. Anatomical points for performing Al-hijamah for treating hypertension.
 b. Anatomical points for performing Al-hijamah for treating myocardial ischemia and arrhythmia.
 c. Anatomical points for performing Al-hijamah for treating atherosclerosis.
 d. Anatomical points for performing Al-hijamah for treating hypotension.
 e. Anatomical points for performing Al-hijamah for treating conditions of poor circulation
 f. Anatomical points for performing Al-hijamah for treating leg ischemia

Figure 6: Anatomical sites for practicing Al-hijamah for treating some cardiovascular diseases. a. Anatomical points for performing Al-hijamah for treating hypertension. b. Anatomical points for performing Al-hijamah for treating myocardial ischemia and arrhythmia. c. Anatomical points for performing Al-hijamah for treating atherosclerosis. d. Anatomical points for performing Al-hijamah for treating hypotension.

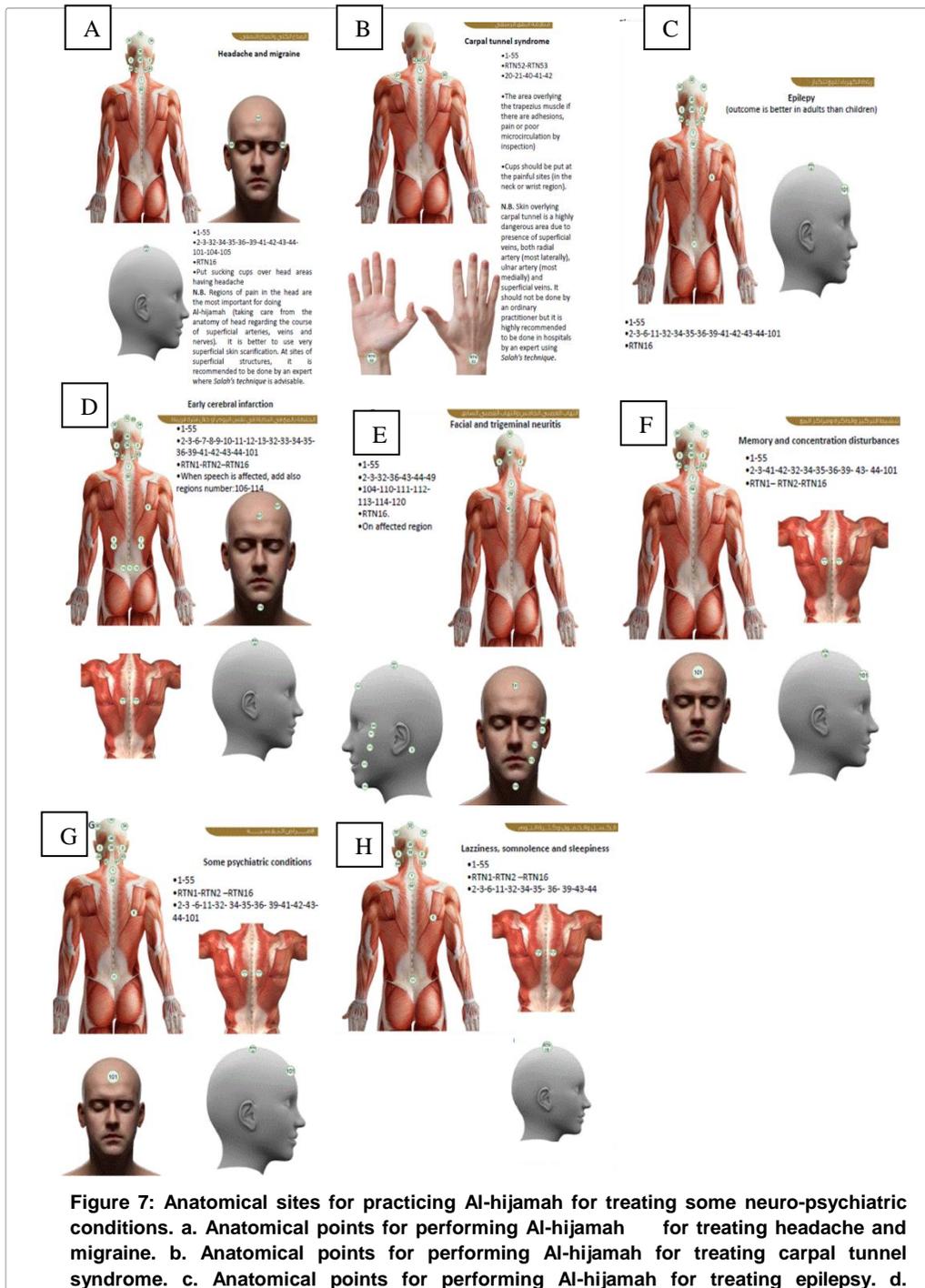


Figure 7: Anatomical sites for practicing Al-hijamah for treating some neuro-psychiatric conditions. a. Anatomical points for performing Al-hijamah for treating headache and migraine. b. Anatomical points for performing Al-hijamah for treating carpal tunnel syndrome. c. Anatomical points for performing Al-hijamah for treating epilepsy. d. Anatomical points for performing Al-hijamah for treating early cerebral infarction. e. Anatomical points for performing Al-hijamah for treating trigeminal neuralgia, trigeminal neuritis and facial neuritis. f. Anatomical points for performing Al-hijamah for treating laziness, lassitude and somnolence. g. Anatomical points for performing Al-hijamah for treating impaired memory and concentration. h. Anatomical points for performing Al-hijamah for treating some psychiatric conditions

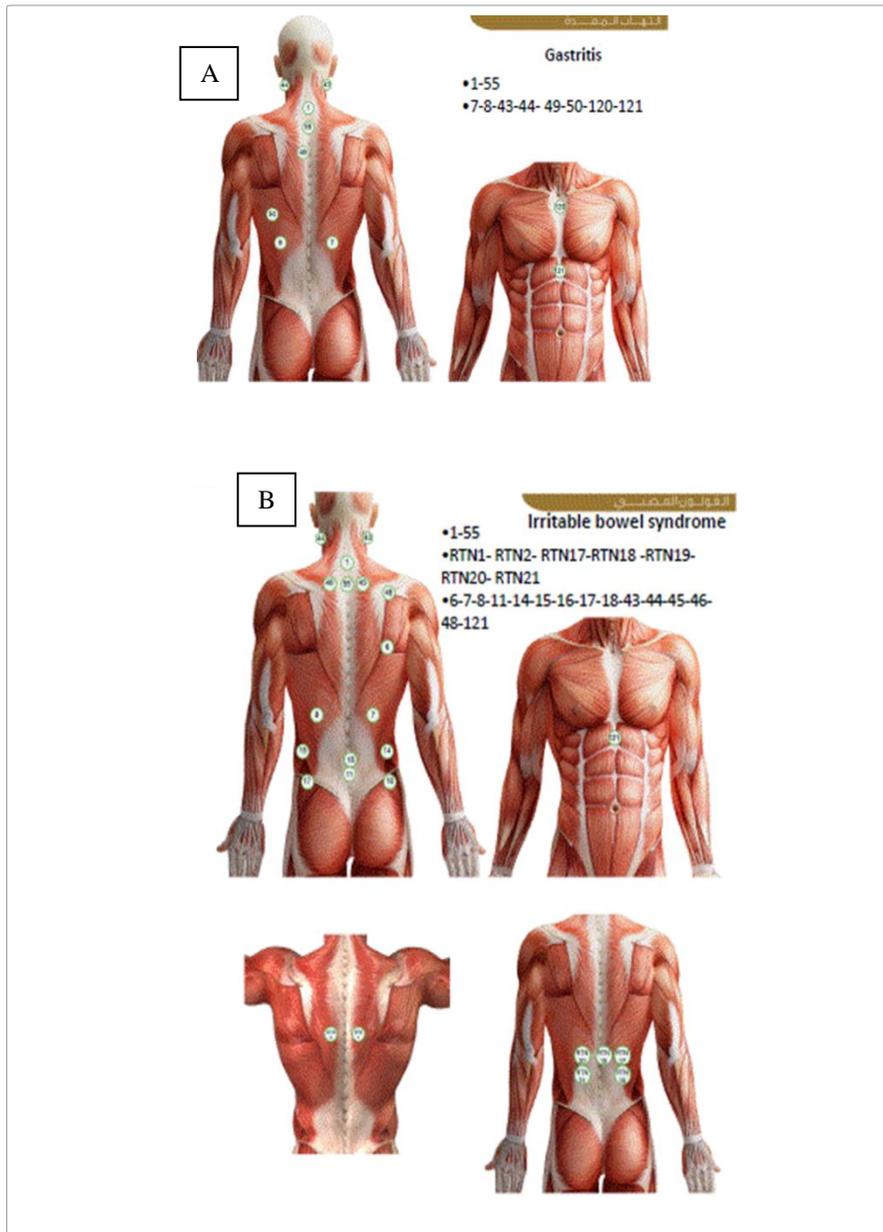


Figure 8: Anatomical sites for practicing Al-hijamah for treating some gastrointestinal diseases. a. Anatomical points for performing Al-hijamah for treating gastritis. b. Anatomical points for performing Al-hijamah for treating irritable bowel syndrome.

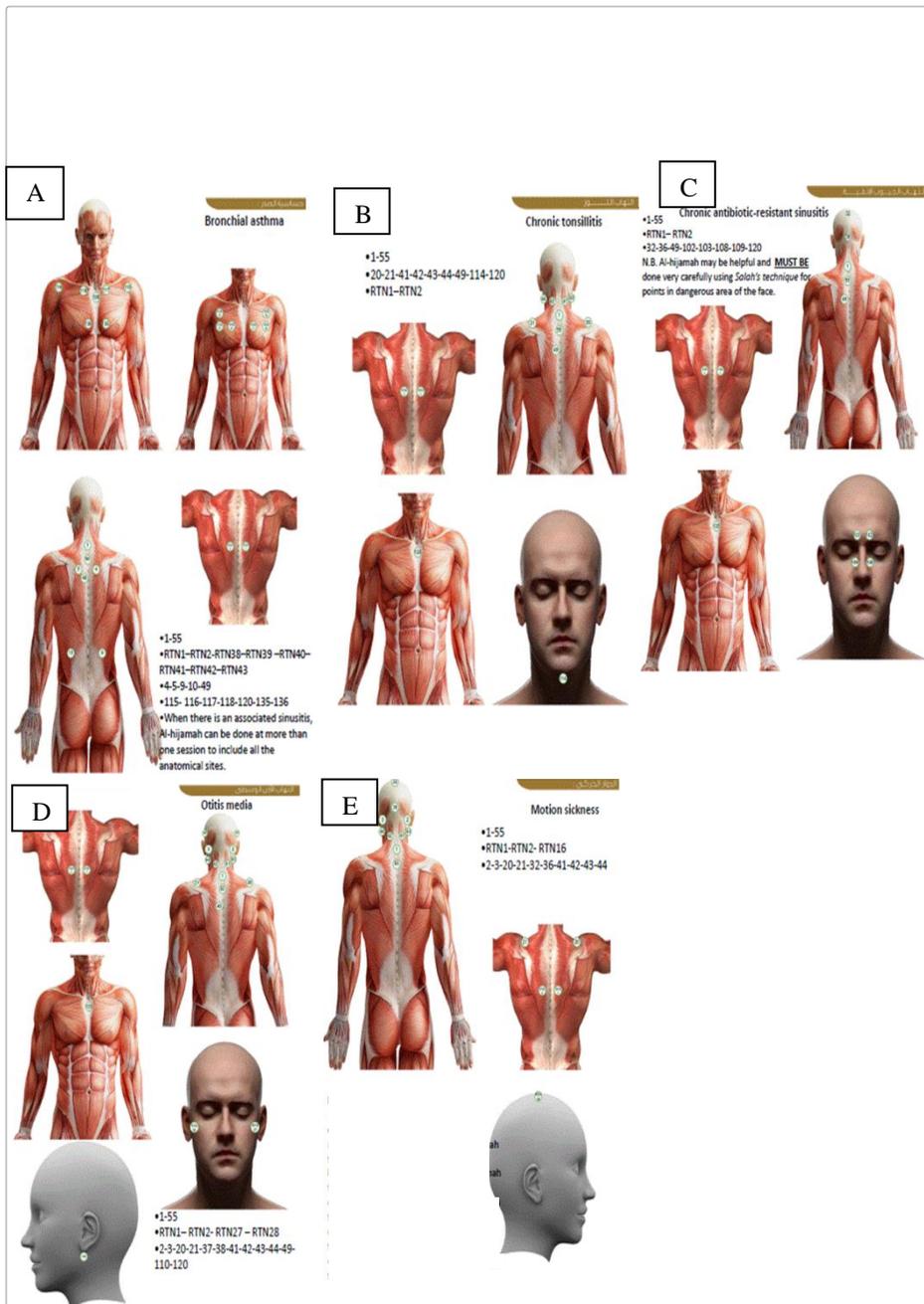


Figure 9: Anatomical sites for practicing Al-hijamah for treating respiratory and ENT diseases. a. Anatomical points for performing Al-hijamah for treating bronchial asthma. b. Anatomical points for performing Al-hijamah for treating motion sickness. c. Anatomical points for performing Al-hijamah for treating tonsillitis. d. Anatomical points for performing Al-hijamah for treating sinusitis. e. Anatomical points for performing Al-hijamah for treating otitis media

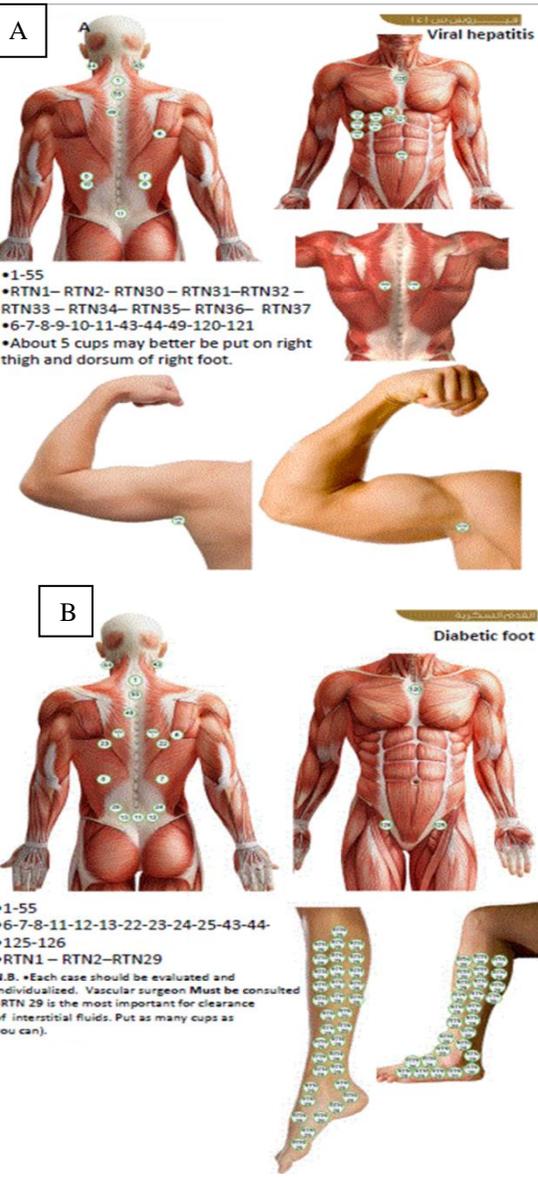


Figure 10: Anatomical sites for practicing Al-hijamah for treating infections and infectious diseases. a. Anatomical points for performing Al-hijamah for treating hepatitis viral infections b. Anatomical points for performing Al-hijamah for treating diabetic foot

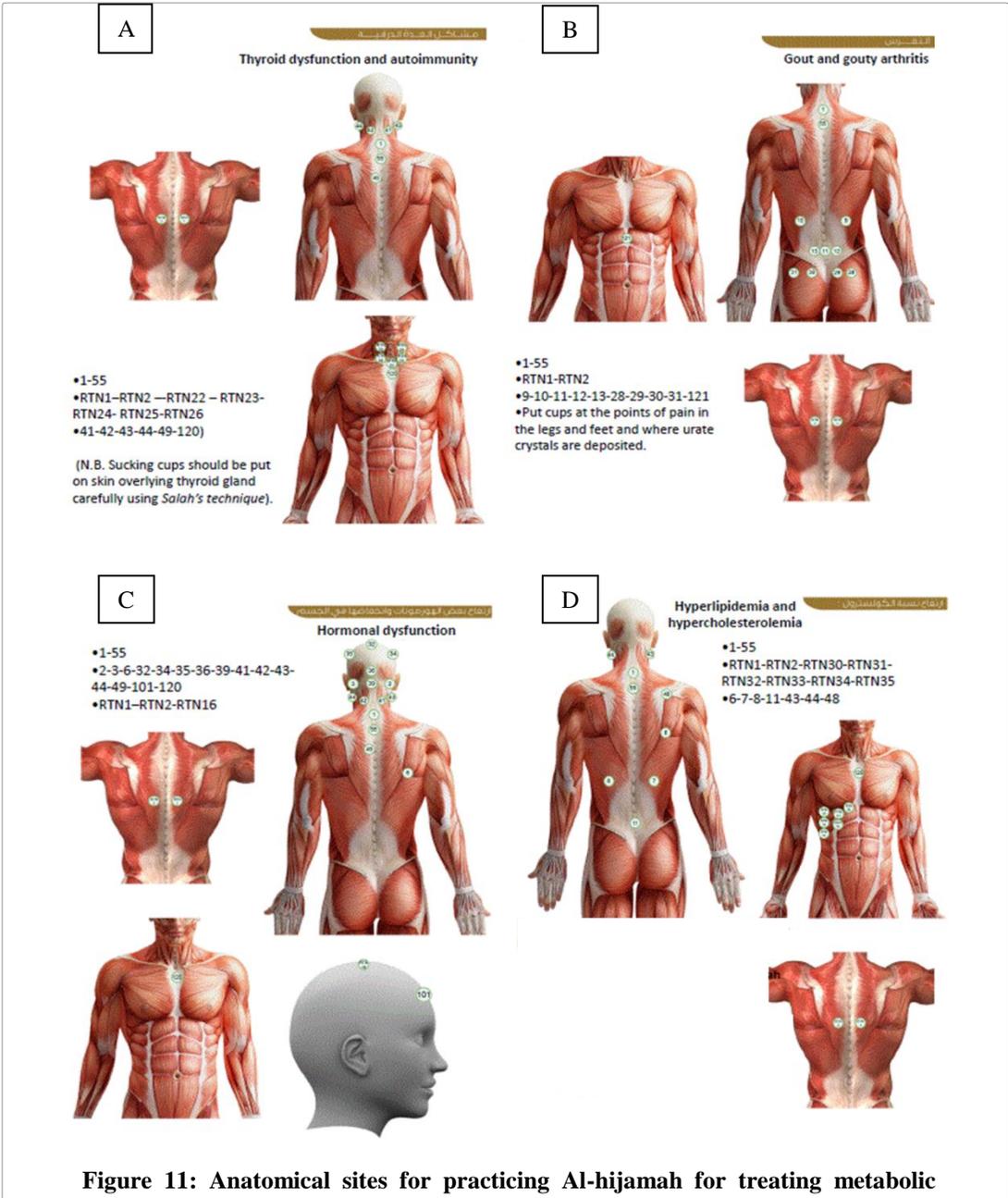


Figure 11: Anatomical sites for practicing Al-hijamah for treating metabolic conditions. a. Anatomical points for performing Al-hijamah for treating thyroid dysfunction b. Anatomical points for performing Al-hijamah for treating gout and gouty arthritis c. Anatomical points for performing Al-hijamah for treating conditions Of hormonal dysfunction. d. Anatomical points for performing Al-hijamah for treating hypercholesterolemia.

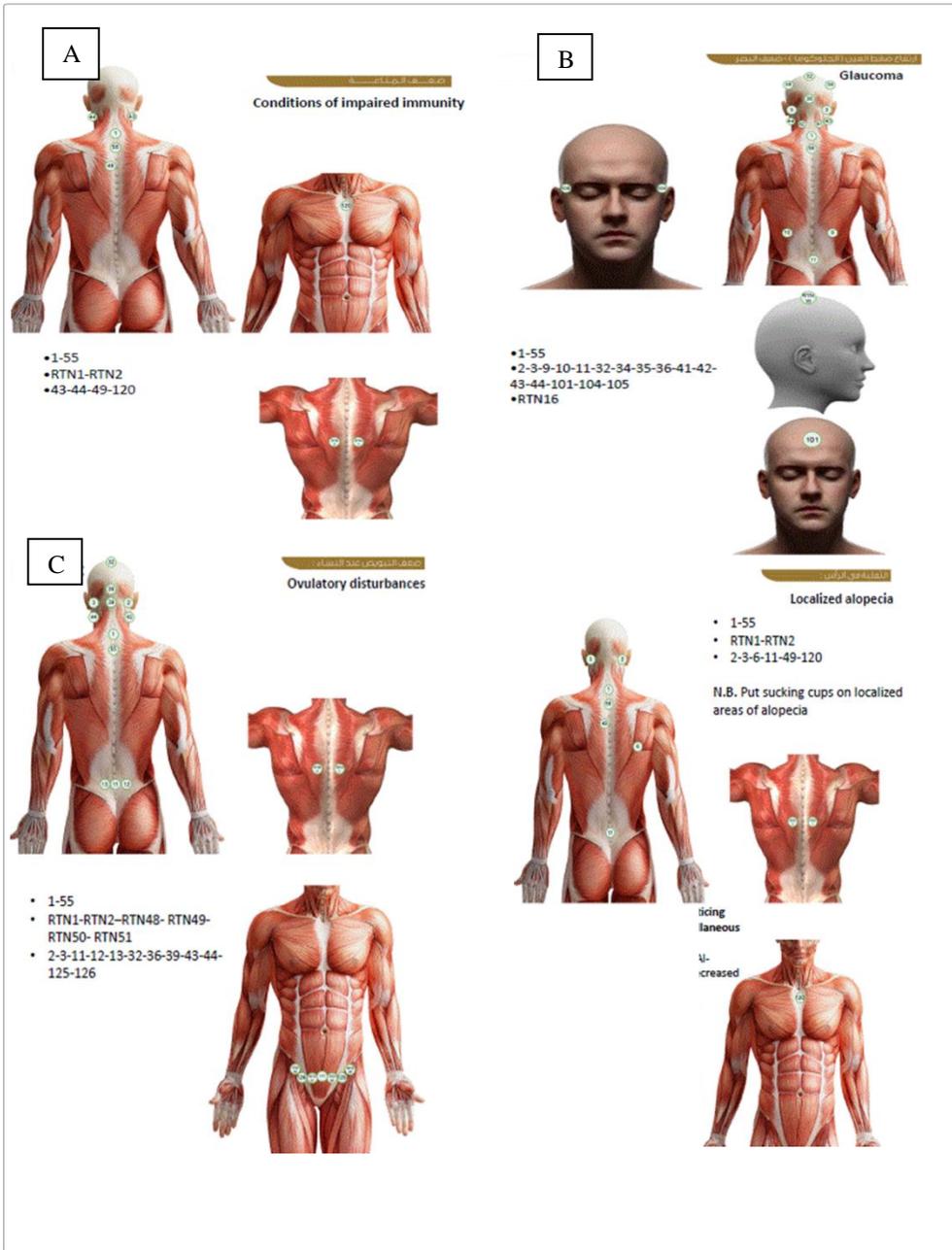


Figure 12: Anatomical sites for practicing Al-hijamah for treating some miscellaneous conditions a. Anatomical points for performing Al-hijamah for treating conditions of decreased immunity b. Anatomical points for performing Al-hijamah for treating alopecia (localized alopecia). c. Anatomical points for performing Al-hijamah for treating glaucoma.

Citation: Mahmoud HS, Abou-El-Naga M, Omar NAA, El-Ghazzawy HA, Fathy YM, et al. (2013) Anatomical Sites for Practicing Wet Cupping Therapy (Al-Hijamah): In Light of Modern Medicine and Prophetic Medicine. *Altern Integ Med* 2: 138. doi:[10.4172/2327-5162.1000138](https://doi.org/10.4172/2327-5162.1000138)

Submit your next manuscript and get advantages of OMICS Group submissions

Unique features:

- User friendly/feasible website-translation of your paper to 50 world's leading languages
- Audio Version of published paper
- Digital articles to share and explore

Special features:

- 350 Open Access Journals



OBAT (TERAPI) DAN MAKANAN TUNGGAL YANG DISEBUTKAN OLEH NABI^{1,2,3}

Huruf	No	Nama			Qur'an	Hadits	Keterangan	
		Arab	Indonesia	Inggris				
Hamzah	1	Itsmid	Itsmid	Ithmid		√	membersihkan kotoran mata, menjernihkan pandangan dan selaput mata, mengobati mata rabun, menumbuhkan bulu mata	
	2	Atrujj/Utraj	Sitron	Citrus		√	Memutihkan gigi kuning, membersihkan karang gigi, mencegah bau mulut	
	3	Aruzz	Nasi	Rice		√	Sumber energi, Tinggi kandungan nutrisi, Mencegah kanker	
	4	Arz	Beras Ketan	Glutinous rice		√	Mencegah anemia, Membentuk sel jaringan,,menu- njang daya tahan tubuh	
	5	Idzakhir	Serai	Lemongrass		√	mengurangi penyumbatan, melancarkan buang air besar dan kecil, menghancurkan batu ginjal	
	Ba	6	Biththikh	Semangka	Watermelon		√	mencukupi kebutuhan gizi, Kesehatan jantung, Menghidrasi tubuh
		7	Balh	Kurma Muda	Fresh date		√	Menjaga Kesehatan Mata, Kaya akan zat besi, Baik untuk Ibu hamil

¹ Ibn Qayyim al Jauziyaa, 'The Prophetic Medicine (Metode Pengobatan Nabi)', ed. by Tim Griya Ilmu (Jakarta: GRIYA ILMU, 2015). hlm 373-522

² M I H Farooqi, Mohammed Iqtedar, and Husain Farooqi, 'List of Quranic and Prophetic Plants'.

³ Bassem Y. Sheikh and others, 'Prophetic Medicine as Potential Functional Food Elements in the Intervention of Cancer: A Review', *Biomedicine & Pharmacotherapy*, 95 (2017), 614–48 <<https://doi.org/10.1016/j.biopha.2017.08.043>>.

Huruf	No	Nama			Qur'an	Hadits	Keterangan
		Arab	Indonesia	Inggris			
	9	Baidh	Telur	Egg		√	Menyuplai nutrisi bagi tubuh, Menyehatkan jantung, tidak meningkatkan jumlah kolesterol dalam darah
	10	Bashal	Bawang Merah	Onion	√	√	Meningkatkan kesehatan jantung. Menurunkan kadar gula darah. Menyehatkan pencernaan Mencegah kanker
	11	Badzinjan	Terong	Eggplant		√	Mengendalikan kadar kolesterol, Meningkatkan fungsi otak. Mencegah kanker
Ta	12	Tamr	Kurma	Date		√	Kesehatan tulang, Kesehatan pencernaan Melawan stres dan depresi, Memberikan energi
	13	Tien	Buah Tin	Fig	√	√	Menambah tenaga dan energi. Mencerahkan kulit Membantu pengobatan diabetes Menurunkan tekanan darah tinggi Mencegah penyakit jantung koroner
	14	Talbinah	Gandum	Wheat		√	Membantu pencernaan. Menurunkan tingkat kolesterol. Menurunkan tekanan darah tinggi dan gula darah. Mengontrol berat badan. Mencegah perut buncit.

Huruf	No	Nama			Qur'an	Hadits	Keterangan
		Arab	Indonesia	Inggris			
	16	Tsaum	Bawang Putih	Garlic		√	Menurunkan kolesterol, Menjaga kesehatan jantung, Menurunkan tekanan darah, Baik untuk penderita diabetes, Mencegah alzheimer dan demensia, Mencegah kanker
	17	Tsarid	Roti Gandum dengan Daging Kuah	Tharid		√	Mencegah serangan jantung, Mengatasi depresi, Mengurangi rasa lapar
Jim	18	Jummar	Jantung Pokok Kurma			√	Mencegah risiko diabetes, Meningkatkan kesehatan tulang, Mencegah anemia, Meningkatkan kesehatan jantung, Menangkal radikal bebas, Menjaga kesehatan otak
	19	Jubn	Keju	Cheese		√	Baik untuk kesehatan gigi, Mencegah kanker, Menjaga berat badan seimbang, Menguatkan tulang
Haa	20	Hinna	Inai	Henna		√	Obat bisul, Meredakan nyeri tulang, Menghentikan pendarahan, Mencegah penyakit cacar

Huruf	No	Nama			Qur'an	Hadits	Keterangan
		Arab	Indonesia	Inggris			
	22	Harir	Sutera	Silk		√	Sebagai bahan dasar kosmetik seperti kapas pembersih, spon bedak, dan lain-lain. Untuk keperluan kedokteran seperti perban.
	23	Hurf	Seledri Air	Cress		√	Menurunkan tekanan darah, Mencegah kanker, Melancarkan pencernaan, Meredakan nyeri haid, Mengusir nyamuk
	24	Hulbah	Kelabat	Fenugreek		√	Menjaga kadar gula darah tetap normal, Menjaga kesehatan jantung, Mengatasi radang dan infeksi, Mencegah penyakit otak, Membantu mengendalikan berat badan, Booster ASI alami
Kha	25	Khubz	Roti	Bread		√	menurunkan kolesterol dan baik dikonsumsi bagi penderita diabetes, mengandung antioksidan dan fitoestrogen yang baik untuk mencegah penyakit jantung dan kanker.
	26	Khall	Cuka	Vinegar		√	Membantu menurunkan berat badan, Mengatur kadar gula dalam darah, Mengatasi sembelit, maag, asam ambung, dan gangguan pencernaan

Huruf	No	Nama			Qur'an	Hadits	Keterangan
		Arab	Indonesia	Inggris			
Dal	28	Duhn	Minyak Rambut	Hair Oil		√	Mengatasi masalah kerontokan, Menumbuhkan rambut, Menghilangkan ketombe, Menebalkan dan menyuburkan rambut
Dzal	29	Dzarirah	Minyak Wangi Dzarirah	Calamus		√	Sifatnya yang panas dan kering berguna mengatasi jerawat, radang lambung, liver dan kekurangan cairan tubuh, bahkan dapat pula menguatkan jantung.
	30	Dzubaab	Lalat	Fly		√	untuk mengobati luka borok atau korengan yang menahun. untuk membersihkan kulit mati dan daerah-daerah yang terinfeksi, membunuh bakteri yang ada dan merangsang penyembuhan atau penutupan luka.
	31	Dzahab	Emas	Gold		√	Mengurangi kerutan, garis halus, noda hitam, merangsang sel kulit mati, mencegah penuaan dini, mencerahkan kulit, mengobati alergi
Ra	32	Ruthab	Kurma Masak yang Belum Dijemur	Rutab		√	Membantu produksi ASI, Pencegah Kanker, Mengatasi Anemia, Mengatasi Sembelit, Perawatan Kecantikan Kulit

Huruf	No	Nama			Qur'an	Hadits	Keterangan
		Arab	Indonesia	Inggris			
	33	Raihan	Daun Kemangi/ Daun Ruku- Ruku	Sweet Basil	√	√	Mampu mengatasi jerawat, Menyehatkan sistem pencernaan, Mempercepat penyembuhan luka, Mencegah stres, Memiliki sifat antiradang dan antikanker
	34	Rumman	Delima	Pomegranate	√	√	Meringankan nyeri arthritis dan nyeri persendian, Menurunkan tekanan darah, Meningkatkan kekebalan tubuh, Melawan infeksi virus dan bakteri, Menahan lapar, Mencegah kanker, Menurunkan risiko penyakit Alzheimer, Meningkatkan gairah seks dan kesuburan
Zai	35	Zait	Zaitun	Olive	√	√	Mencegah dan mengurangi risiko kanker, Melancarkan aliran darah, Mengontrol kolesterol, Mencegah dan mengurangi risiko penyakit jantung, Mengontrol tekanan darah, Menebalkan tulang dan mencegah osteoporosis, Meredakan peradangan kulit

Huruf	No	Nama			Qur'an	Hadits	Keterangan
		Arab	Indonesia	Inggris			
	36	Zubdah	Sari Mentega	Butter		√	Sumber Antioksidan, Kaya Akan Vitamin K, Menjaga Kesehatan Jantung Dan Pembuluh Darah, Serta Melawan Kanker, Mencegah Infeksi Jamur, Menyehatkan Mata, Menjaga Kesehatan Pencernaan, Baik Untuk Pertumbuhan & Perkembangan
	37	Zabib	Kismis	Raisins		√	Menyehatkan gigi, Menyembuhkan sembelit, Mengobati anemia, Merawat mata, Memperkuat tulang, Meningkatkan libido, Membersihkan pencernaan
	38	Zanjabil	Jahe	Ginger	√	√	Membantu melancarkan pencernaan makanan, bagus untuk liver, membantu kebeningan penglihatan, dan menguatkan libido seksual.
Sin	39	Sana	Jati Cina / Tiongkok	Senna		√	untuk mengatasi sembelit atau konstipasi, membersihkan kotoran di usus besar atau isi perut sebelum menjalani operasi.
	40	Safarjal	Sejenis Jambu Biji	Quince		√	Mengurangi Hipertensi, Mengatasi Diabetes, Menyehatkan Tiroid, Mengoptimalkan Penglihatan, Sebagai obat demam dan batuk, Untuk Perawatan Kulit

Huruf	No	Nama			Qur'an	Hadits	Keterangan
		Arab	Indonesia	Inggris			
	41	Siwak	Kayu Siwak	Miswak		√	Membersihkan gigi, menguatkan gusi, melemaskan lidah, mencegah tumbuhnya karang gigi, menyegarkan bau mulut
	42	Samn	Minyak Samin/ Minyak Hewani	Ghee		√	Mencegah risiko kanker, Membantu pencernaan, Vitamin otak, sebagai pelembab alami, Mengatasi lemak membandel
	43	Samak	Ikan	Fish		√	Menambah berat badan, menambah produksi sperma dan mempertahankan keseimbangan suhu badan.
	44	Silq	Sayur Rebus	Beet-Root		√	Melawan penyakit rambut rontok, noda-noda hitam di kulit (kerusakanpigmen) karena sinar ultra violet
Syin	45	Syuniz	Al-Habbah As-Sauda	Black seeds		√	Memperkuat sistem kekebalan tubuh dari serangan virus, kuman dan bakteri, Mempertahankan tubuh dari serangan kanker dan HIV, Meningkatkan fungsi otak, Menyembuhkan berbagai jenis penyakit pernapasan, Mengatasi gangguan tidur dan stress, Sebagai antihistamin & antialergi

Huruf	No	Nama			Qur'an	Hadits	Keterangan
		Arab	Indonesia	Inggris			
	46	Syubrum	Kacang Kedelai	Soybean		√	Antioksidan, Mengurangi resiko penyakit jantung, Mencegah osteoporosis, Membalikkan efek endometriosis, Mencegah kanker, Mengatasi gejala menopause
	47	Sya'ir	Gandum Grest	Barley		√	Membantu pencernaan, Menurunkan tingkat kolesterol, Menurunkan tekanan darah tinggi dan gula darah, Mengontrol berat badan, Mencegah perut buncit
	48	Syawiyy	Daging Panggang	Roast Beef		√	Membantu membangun otot. Ayam adalah salah satu sumber protein non vegetarian, Menjaga kesehatan tulang. Selain kandungan protein hewani yang cukup tinggi, ayam juga memiliki beberapa mineral, seperti fosfor dan kalsium, Meredakan stres, Mengurangi gejala PMS, Meningkatkan kekebalan tubuh, Meningkatkan kesehatan jantung
	49	Syahm	Gajih	Tallow		√	Menghilangkan gangguan tenggorokan semacam suara serak dan mengobati infeksi usus.

Huruf	No	Nama			Qur'an	Hadits	Keterangan
		Arab	Indonesia	Inggris			
Shaad	50	Shalat	Shalat	Prayer		√	Menghindari tubuh manusia dari serangan penyakit, Meningkatkan aktivitas anggota tubuh seseorang dan mentalnya, Menghilangkan penyakit hati kepada orang lain serta sifat dengkiya, Sarana untuk memohon pertolongan kepada Allah untuk mendapatkan kebaikan dunia dan akhirat
	51	Shabr	Ketabahan	Patience		√	Adaptasi akan semakin mudah, Sangat Toleransi Terhadap Frustrasi, Mengurangi akibat buruk dari stres, Lebih sulit untuk jatuh sakit, Membantu individu untuk melihat kesempatan lebih jernih
	52	Shabir	Mayones	Mayonnaise		√	Hydrator kulit, Sebagai conditioner rambut, Melembutkan bagian lutut dan siku, Menyejukkan kulit yang mengalami peradangan, Membunuh kutu rambut, Kulit mati pada kaki yang terkelupas

Huruf	No	Nama			Qur'an	Hadits	Keterangan
		Arab	Indonesia	Inggris			
	53	Shaum	Puasa	Fasting		√	Membersihkan Racun (detoksifikasi), Mengistirahatkan Sistem Pencernaan, Mengatasi Peradangan, Mengurangi Gula Darah, Membantu Mengatasi Kegemukan, Menurunkan Tekanan Darah Tinggi, Membantu menurunkan Berat Badan, Diet Sehat.
Dhaad	54	Dhabb	Biawak Padang Pasir	Dabb Lizard		√	Menyembuhkan Penyakit Gatal, Menyembuhkan Penyakit Kulit, Menyembuhkan Sesak Napas Atau Asma, Menghaluskan Kulit
	55	Dhifda'	kodok	Frog		√	mencegah asma dan impotensi, Mencegah Bronkitis, Mengatasi Kerusakan Stroke, Baik Untuk Penderita Diabetes, Mengatasi Kanker
Tha	56	Thaib	Minyak Wangi	Perfume		√	Meningkatkan suasana hati, Membuat diri lebih menarik, Meningkatkan rasa percaya diri, Meningkatkan kesehatan, Mengobati insomnia, Obat sakit kepala

Huruf	No	Nama			Qur'an	Hadits	Keterangan
		Arab	Indonesia	Inggris			
	57	Thin	Tanah Liat	Clay		√	Sebagai obat untuk sakit perut, pengurang rasa sakit di luka, Sebagai detox tubuh, untuk mengencangkan kulit dan memuluskan kulit jika digunakan sebagai masker atau lulur tubuh.
	58	Thalh	Pohon Pisang	Banana		√	menyembuhkan gangguan di dada, paru-paru, mengobati batuk, menyembuhkan infeksi ginjal dan kandung kemih
	59	Thal'	Mayang	Date Palm Pollen		√	Menambah stamina tubuh dan sangat bermanfaat untuk lambung.
'Ain	60	'Inab	Anggur	Grape	√	√	Menambah berat badan, mengandung gizi yang tinggi dan bagus.
	61	'Asal	Madu	Honey		√	Mencegah kanker dan penyakit jantung, sebagai Antibakteri dan antijamur, untuk Meningkatkan kinerja atletik, Mengurangi iritasi batuk dan tenggorokan, Pengaturan gula darah
	62	'Ajwah	Kurma Ajwa	Ajwa Dates		√	Mencukupi kebutuhan nutrisi, Mencegah penyakit jantung, Mencegah osteoporosis dan menjaga kesehatan tulang, Mencegah osteoporosis dan menjaga kesehatan tulang

Huruf	No	Nama			Qur'an	Hadits	Keterangan
		Arab	Indonesia	Inggris			
	63	'Anbar	Ikan Paus	Whale		√	Meningkatkan Fungsi Otak, Baik Untuk Pertumbuhan Anak, Menyehatkan jantung, Baik Untuk Ibu Hamil, Menyembuhkan Luka Bakar, Mengurangi Tekanan Darah
	64	'Ud	Kayu Cendana	Sandalwood		√	Bahan Baku Mebel, sebagai obat herbal seperti anti inflamasi, mencegah disentri, sebagai pembersih saat menstruasi berlangsung, Antiseptik, Bahan Parfum wewangian, menghilangkan noda hitam pada wajah, mencegah jerawat, membersihkan minyak, Aroma Terapi
	65	'Adas	Kacang Adas	Lentil	√	√	Mengatur tekanan darah, Mengurangi kadar air berlebih, Menurunkan tekanan darah tinggi, Menurunkan berat badan, Mencegah kanker, Menjaga kesehatan penglihatan
Ghin	66	Ghaits	Hujan	Rain		√	Mengobati masalah pencernaan, menyehatkan rambut, menyehatkan kulit, mencegah jerawat dan bisul, anti kanker, menenangkan

Huruf	No	Nama			Qur'an	Hadits	Keterangan
		Arab	Indonesia	Inggris			
Faa	67	Fatihatul Kitab	Surat Al-Fatihah	Al-Fatiha		√	obat dari penyakit kesombongan dapat menghilangkan penyakit-penyakit hati, dengan mengingatkan seorang hamba akan kedudukan ikhals yang merupakan semulia-mulianya kedudukan, untuk penyakit badan
	68	Faghiyah	Bunga Inai	Henna		√	Mempercepat penyembuhan luka bakar, anti pendarahan, anti virus, menyembuhkan kulit pecah-pecah, mengurangi infeksi, sebagai pewarna rambut
	69	Fidhdhah	Perak	Silver		√	untuk menjaga keawetan wajah dan tubuh, terdapat banyak silver ion yang berfungsi untuk membunuh kuman bakteri, zat anti-oxidan pada perak diserap oleh tubuh dan mengeluarkan racun dari tubuh.
Qaf	70	Qur'an	Kitab Al-Qur'an	Holy Kooran		√	penyembuh, penawar dan obat bagi segala penyakit hati maupun tubuh.
	71	Qitstsa	Mentimun	Cucumber	√	√	Menyembuhkan kejang pada lambung dan infeksi kandung kemih, biji mentimun dapat melancarkan urine; daunnya dibalutkan untuk menyembuhkan

							luka
--	--	--	--	--	--	--	------

Huruf	No	Nama			Qur'an	Hadits	Keterangan
		Arab	Indonesia	Inggris			
	72	Qusth	Kayu Bahar Wangi/ Cendana Laut	Costus		√	Mengeluarkan Racun, Mencegah Penyakit Menular, Melancarkan Peredaran Darah, Menyembuhkan Asam Urat, Menjaga Stamina Tubuh
	73	Qashabus Sukkar	Tebu	Cane		√	Merawat kulit, Kepadatan tulang, Menurunkan kadar kolesterol, Mengendalikan tekanan darah, Menjaga kesehatan ginjal
Kaaf	74	Kitab Lil Humma	Rajah untuk Demam			√	Imam Ahmad tidak bersikap ekstrim melarang. Namun, beliau berkata bahwa Ibnu Mas'ud (sahabat nabi) amat tidak suka dengan pengobatan seperti itu.
			Ruqyah untuk Susah Melahirkan			√	Menulis rajah QS. Al-Insyiqaq: 1-4. Banyak ulama memberikan kelonggaran hukum untuk dituliskannya Al-Qur'an, bahkan meyakini itu sebagai bentuk penyembuhan yang diperbolehkan oleh Allah.
			Ruqyah/Rajah untuk Sakit Mimisan			√	Ibnu Taimiyah seringkali menuliskan rajah QS. Hud: 44 untuk banyak orang sakit, Alhamdulillah, banyak yang sembuh. Namun, terlarang (haram) menulis rajah ini

							dengan darah mimisan karena termasuk barang najis.
			Rajah untuk Tetanus			√	Bisa dituliskan QS. Al-Baqarah: 266 dan QS. Al-Hadid: 28.
			Rajah untuk Mengobati Demam Segitiga			√	Bisa dituliskan, " <i>Bismillah Farrat, Bismillah Marrat, Bismillahi Qallat.</i> "

			Rajah untuk Sakit Gigi			√	Bisa dituliskan QS. Al-An'am: 13.
			Rajah untuk Sakit Bisul			√	Bisa dituliskan QS. Thaha: 105-107.
	75	Kam'ah	Jamur Truffle	Truffle Mushrom		√	Membesarkan otot, Melancarkan peredaran darah, Meringankan sakit kepala, Mencegah kanker, Mengurangi radang tenggorokan
	76	Kabbats	Buah Pohon Araak yang Masak	Miswak Tree Fruit		√	Menguatkan lambung, membantu pencernaan, membersihkan dahak, menyembuhkan sakit pinggang, membersihkan kandung kemih dan melancarkan urine.
	77	Katm	Pohon Lada Hitam	Black Pepper Plant		√	Melancarkan sistem pencernaan, Mencegah kanker, Melawan bakteri, Membuat kulit sehat, Meredakan sakit gigi, Mengatasi tukak lambung
	78	Karam	Pohon Anggur	Grape Tree		√	Mencegah kanker, Melawan penuaan dini, Menjaga kesehatan otak, Meredakan gejala alergi dan peradangan, Menurunkan kadar

							kolesterol
	79	Karafs	Daun Seledri	Celery		√	Sifatnya panas dan kering, bisa membuka penyumbatan pada lever dan limpa, bersifat lembab dan bermanfaat untuk lambung dan lever yang dingin, memperlancar buang air kecil, mengatasi <i>dysmenorrhea</i> bahkan menghancurkan batu ginjal, mampu memacu stamina, berkhasiat untuk mengobati Halitosis (bau mulut).
Laam	81	Lahm	Daging	Meat	√	√	Daging bermacam-macam. Masing-masing berbeda-beda tergantung asal dan karakternya. Akan dijelaskan di bawah ini masing-masing manfaatnya.
		Adl-dlokniyyu	Daging Domba	Lamb		√	Menambah darah bersih yang memperkuat tubuh bagi orang yang pencernaannya baik, memperbaiki metabolisme dingin dan stabil, menguatkan daya ingat dan daya hapal.
		Lahm Dan Saghir	Daging Kambing Muda	Lamb		√	Mudah dicerna karena mengandung energi susu, bisa mengencerkan kotoran, sesuai dengan kebanyakan orang pada kondisi secara umum, lebih lembut dari daging unta.
		Lahmi Albaqar	Daging Sapi	Beef		√	Daging paling bergizi dan paling baik, paling lezat dan paling

							berkhasiat, terutama daging anak sapi.
		Lahmu Alhisan	Daging Kuda	Horse Meat		√	Bersifat panas dan kering, tebal dan agak hitam, berbahaya dan tidak cocok untuk badan yang halus.
		Lahm Al'iibil	Daging Unta	Camel Meat		√	Daging anak unta termasuk daging paling enak dan paling berkhasiat, bahkan juga paling banyak gizinya, tentunya bagi yang sudah terbiasa memakannya. Sama sekali tidak berbahaya dan tidak menyebabkan penyakit apapun.
		Dhab	Daging Biawak Padang Pasir	Egyptian dabb lizard		√	Sifat daging ini panas dan kering, bisa meningkatkan gairah seks.
		Lahm Alghazal	Daging Kijang	Barking Deer Meat		√	Binatang buruan terbaik, paling enak dagingnya, sifatnya panas dan kering, bermanfaat bagi tubuh yang stabil dan sehat.
		Lahm Alghazal	Daging Rusa	Venison		√	Sifat panas dan kering, mengeringkan tubuh, cocok untuk tubuh lembab.
		Lahm 'Arnab	Daging Kelinci	Rabbit Meat		√	Bersifat panas dan kering, memperkuat otot perut, memperlancar buang air kecil, menghancurkan batu ginjal, membantu mengatasi kedinginan.
		Lahm Hamar Alwahsh	Daging Keledai Liar	Donkey Meat		√	Bersifat kering dan panas, banyak mengandung gizi, bisa menambah darah kental dan merah, lemaknya

							berkhasiat untuk mengobati sakit gigi, angin duduk, serta angina yang mengganggu ginjal.
			Daging Janin Ternak			√	Daging ini tidak bagus, karena banyak darah mengendap di situ, namun hukumnya tidak haram.
		Al-Basthurma	Daging Dendeng	Beef Jerky		√	Termasuk makanan awetan terbaik, bisa menguatkan tubuh tapi juga bisa menimbulkan gatal, memperbaiki sistem metabolisme yang panas.
	82	Lahmu Attuyur	Daging Burung	Bird Meat		√	Ringan di lambung, mudah dicerna, bagus untuk pencernaan, menambah sumsum dan hormon, menjernihkan suara, memperbaiki warna kulit, memperkuat intelegensi, menambah darah segar.
			Daging Duraj			√	Ringan, mudah dicerna, menghasilkan darah netral, bisa melemahkan penglihatan jika konsumsi berlebihan
		Lahmu Assamani	Daging Puyuh	Quail Meat		√	Menambah darah dan mudah dicerna
		Lahm Alawz	Daging Angsa	Goose Meat		√	Panas dan kering, miskin gizi, tidak baik kecuali bagi yang sudah terbiasa, tidak banyak ampas
		Lahmu Albati	Daging Bebek	Duck Meat		√	Sedikit nilai gizinya, kaya serat, namun susah dicerna, tidak baik untuk lambung

		Lahmu Turkey	Daging Kalkun	Turkey Meat		√	Panas dan kering, agak sulit dicerna, berkhasiat untuk penggemar olahraga dan orang yang kecapekan.
		Lahmu Alnuwris	Daging Camar	Seagull Meat		√	Kering dan panas, menambah darah hitam, cocok untuk orang yang kelelahan atau pekerja berat
			Daging Anak Burung			√	Dagingnya panas dan kering, bisa mengeraskan kotoran, menambah stamina, kuahnya justru bisa melunakkan kotoran, memperkuat sendi tulang, memperkuat gairah syahwat.
			Ikan Biru	Bluefish			
		Zaghlul	Daging Merpati	Squab		√	Berkhasiat untuk wanita, baik untuk ginjal dan menambah darah
		Suayaftalit	Burung Seriti	Swiftlet		√	Menghasilkan unsur hitam pada darah, mempersulit buang air besar, rendah gizinya, bekhasiat mengobati penyakit busung lapar
		Lahmu Jundub	Daging Belalang	Grasshopper Meat		√	Sifatnya kering dan panas, mempermudah buang air kecil atau mengobati anyang-anyangan, mengobati ambeien
	83	Laban	Susu	Milk	√	√	Melembabkan tubuh yang kering, memberi suntikan gizi yang baik, membebaskan dari rasa waswas, murung, dan berbagai penyakit karena unsur hitam dalam tubuh, memperbaiki ion tubuh setelah

							berhubungan intim, cocok untuk penderita sakit dada, paru-paru, TBC.
		Halibul Ghanami	Susu Domba	Sheep Milk		√	Jenis susu yang paling kental dan lembab, mengandung lemak dan protein lebih banyak dari kambing dan sapi, mampu mendinginkan badan.
		Halibul Maeiz	Susu Kambing	Goat Milk		√	Sifatnya lembut dan netral, bisa melemaskan otot perut, melembabkan tubuh yang kering, mengobati luka tenggorokan, batuk kering, dan pendarahan.
		Halibul Baqarati	Susu Sapi	Cow Milk		√	Menambah gizi dan menyuburkan badan, bisa juga mengendorkan otot perut secara stabil.
		Halibul Ibili	Susu Unta	Camel Milk		√	Unta merupakan salah satu binatang ternak yang artinya termasuk di dalamnya khasiat tentang susu binatang ternak
		Luban	Kemenyan Arab	Olibamun/ Frankincense		√	Menghilangkan penyakit lupa, menghangatkan tubuh, menghentikan pendarahan dan membersihkannya, mengatasi sakit perut dan mules, membantu pencernaan, mengusir angina, mengobati sakit mata, memperkuat lambung yang lemah
Mim	84	Maa	Air	Water		√	Bersifat dingin dan lembab, bisa

							meredam panas, menjaga kelembaban tubuh, menggantikan sel tubuh yang rusak, dan melembutkan makanan sehingga mampu menembus pembuluh darah
		Maa-u Muthlaj	Air Es dan Air Embun	Ice Water & Dew Water		√	Air es bersifat tajam dan mengandung uap
		Maa-ul Bikri	Air Sumur dan Air Selokan	Well Water & Sewer Water			Kedua jenis air yang tidak bisa diminum langsung, sebelum terkena udara dan terendapkan satu malam atau proses lainnya
		Maa-u Zamzam	Air Zamzam	Zamzam Water		√	Dengan izin Allah, dapat memberikan kesembuhan dari beberapa penyakit, menjadi lebih kuat bahkan sebagai pengganti makan selama berhari-hari
		Miah Alnahr Alnayl	Air Sungai Nil	Nile Water		√	Jenis air yang paling ringan, paling lembut, paling tawar, dan paling manis
		Maaul Bahri	Air Laut	Sea Water		√	Mencegah berbagai penyakit kulit
	85	Misk	Kesturi	Musk		√	Menentramkan dan memperkuat jiwa, menguatkan organ tubuh bagian dalam, memacu panas tubuh alami, baik untuk orang berabun senja, jantung berdebar, memperindah putih mata dan menghilangkan kelembabannya, menolak racun, mengobati akibat

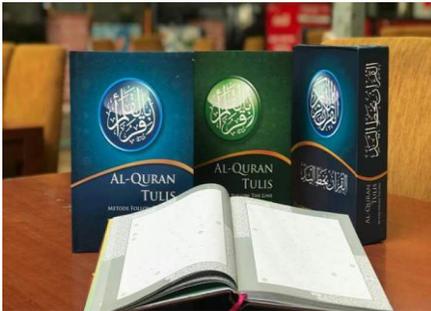
							gigitan ular berbisa, bisa sebagai obat penenang.
	86	Milh	Garam	Salt		√	Mengandung unsur pembersih, unsur pengemulsi, penghilang lender berat, penyerap dan unsur yang memperkuat tubuh, mencegah bau busuk dan kerusakan, serta berkhasiat mengobati kudis bernanah.
Nun	87	Nakhl	Pokok Kurma	Date-palm	√	√	
	88	Narjis	Bunga Bakung	Narcissus		√	Mematangkan luka bernanah, membersihkan kotoran koreng, mengobati pilek dingin, memperkuat jantung dan otak, mengobati epilepsi anak.
	89	Nurah	Blossom			√	Masker tubuh
	90	Nabq	Buah Pohon Bidara	Jujube		√	Menyembuhkan radang, menguatkan lambung dan empedu dan sebagai gizi yang bagus untuk tubuh.
Haa	91	Hindiba	Sejenis Sayur	Chicory		√	Menyehatkan lambung, mengobati niqris (encok), mengatasi sengatan kalajengking.
Wawu	92	Warus	Sejenis sesame/wijen	Pseudo-Saferon		√	Obat sakit pinggang, berguna untuk penyakit gatal, eksim, dan jerawat, juga mengobati campak.
	93	Wasmah	Woad	Indigo		√	Menghitamkan rambut

Yaa	94	Yaqthien	Labu Manis	Gourd	√	√	Menghilangkan dahaga, menyembuhkan pening kepala, menurunkan panas badan dan menyembuhkan radang selaput otak.
-----	----	----------	------------	-------	---	---	---

LAMPIRAN F

DOKUMENTASI

PRAKTIK TERAPI DENGAN METODE QUR'AN FOLLOW THE LINE



KITAB QUR'AN FOLLOW THE LINE 30 JUZ. Dr. Utzman Husain Thaha. Dr. Utzman Husain Thaha menulis lebih dari 13 Mushaf al-Quran, dengan model penulisan Utsmani, model penulisan yang dibakukan pada masa sahabat Utzman bin Affan R.a. Beliau lahir di kota Aleppo Syria tahun 1934 dan hingga kini berhasil menyanggah berbagai gelar akademik dalam ilmu syariah dan memiliki ijazah khusus dalam bidang khat atau kaligrafi Arab.



MATERI DAN MANFAAT MENULIS QUR'AN FOLLOW THE LINE



PROGRAM PENDIDIKAN KARAKTER UNTUK ANAK-ANAK DAN PROGRAM TERAPI UNTUK ORANG TUA

PERSATUAN BEKAM INDONESIA (PBI)



Logo Perkumpulan Bekam Indonesia (PBI).



Ujian Standarisasi Bekam Nasional. Tanggal 13-14 Juli 2019.



Training Standarisasi profesi 22-23 Juni 2019 (PBI).



Training dasar, PBI.



Rapat PBI Yogyakarta, Di rumah Bu Ksirini tanggal 4 Mei 2019.



Pelantikan pengurus PBI DIY di Rumah Sakit Al Hidayah dilakukan oleh Ketua PBI Pusat, Dr. Zaidul Akbar tanggal 30 September 2018.

BEKAM TRADISIONAL



Bekam Tradisional Tanduk Sapi Pasar Legi Kotagede Yogyakarta (pasien: Suhartomo Terapis: Amirudin), 2019.



Pengobatan Bekam dengan di Tanduk Sapi di Masjid Malioboro, kompleks DPRD dan Provinsi DIY.



Bekam Tradisional di Arab, Indonesia, Cina.

**BAPAK HAJI ISMAIL (HERBA PENAWAR AL-WAHIDAH
INTERNASIONAL – TURI YOGYAKARTA)**



HPAI, bersama Pak Haji Ismail.
Training HPA Internasional di
Malaysia, tanggal 20 April 2017.



HPA MERAPI TRAINING CENTER
di Sleman Yogyakarta. Pusat Pendidikan
Kesehatan Terapi Nabawi, berbasis MLM
Syari'ah.



IIMF (INTERNATIONAL ISLAMIC MEDICINE FONDATION)



IIMF Co-meet di Hotel Grand Dafam Rohan, Yogyakarta pada 12-14 Oktober 2018.



IIMF dan Fakultas Vokasi UMY. Menandatangani MOU, tanggal 13 Oktober 2018.



Kuliah Pakar IIMF di UMY.



Salah satu Kitab Pengobatan Kuno yang dipelajari di WAG IIMF.



PERPATRI



Bapak Lesgianto (Pembina PERPATRI usat) dalam Musyawarah Kerja Nasional PERPATRI di UC UGM tanggal 30 Maret 2019.



Ustadz Zaenul Arifin (TMJ) bersama Bapak Lesgianto (Pembina PERPATRI Pusat), Gedung UC UGM tanggal 30 Maret 2019.



Resistensi Hattra Terhadap PP. 103 tanggal 10 Januari 2019. Ke gedung DPR semua organisasi termasuk fasdu dan bekam.



ASOSIASI RUQYAH SYAR'I INDONESIA (ARSYI)



Munas ARSYI di Gedung PUSDIKLAT PU, Yogyakarta 16-18 November 2018.



ARSYI PUTRI



Ustadz Perdana Ahmad (kanan)



Ustadz Wahyudi Widodo (tengah)



Bersama Ustadz Musdar Bustamam Tambusai (ARSYI & MATAIR)



Pendidikan Kesehatan Masyarakat oleh Ustad Nadif Khalyani. Tanggal 8 Januari 2019.

Bedah buku Lalat Sampah di Masjid Jogokariyan pada Ahad, 13 Januari 2019.

MELINDUNGI DIRI DAN MENGHANCURKAN SIHIR PADA TPS DENGAN RUQYAH SYAR'ITYAH

GRATIS

MATERI:
1.) SABTU
 • Ilmiah dan Ruqyah
 • Praktek Ruqyah berpasangan
 • Praktek Ruqyah berkelompok
 • Praktek peserta meruqyah peserta lain yg terkena gangguan jin/sihr

2.) MINGGU
 • Adu Dan Sihir Penghalang Rezeki
 • Cara Menyihir Sihir Pada TPS
 • Perlindungan Diri Dan Do'a Dari SIHIR Pada TPS
 • Ruqyah Massal

Pemateri
Muhammad Hafidz & Rudi Abu Azka
 Komunitas Cinta Ruqyah (KCR) Tangerang
 HSANA MODISTE ARBY

Catatan penting
 • Peserta tidak menyediakan makan siang.
 • Jamaah diharapkan masing-masing membawa: Plastik kresek, Air mineral galon/botol, Perlemang apam sholat (Mukena bagi Perempuan)
 • Bawa semua Jinah-Jinam anda.

INSYAALLAH AKAN DILAKSANAKAN PADA

Sabtu & Ahad 2 & 3 Februari 2019M	08.00 Selesai	Masjid Al-Falah Karangmojo Jl. Karangmojo Kidul No.1, Ploso Karangmojo Gunung Kidul	Informasi Heru 0878 8189 0960 Arya 0856 818 353 653 Hafidz 0866 4754 048
--	--------------------------------	--	--



Pelatihan Ruqyah dan Ruqyah Massal gratis yang diselenggarakan oleh komunitas cinta Ruqyah dimasjid Al Falah Wonosari, pada Ahad 3 Februari 2019.

KAJIAN HIJRAH AL QUR'AN SEBAGAI SYIFA'

USTADZ KH. RIYADH ROSYADI
 BAWA INFO TERBAIK

INSYA ALLAH
JUMAT, 15 MARET 2019
 16.00 - 17.30 WIB

TEMPAT PANGGUNG UTAMA
JOGJA ISLAMIC FAIR

#8 JOGJA Islamic Fair

14-18 MARET '19
GOR UNY
SYAHKAB



KH. Riyadh Rosyadi di Jogja Islamic Fair di GOR UNY. Tanggal 15 Maret 2019.



THE 4th INTERNATIONAL CONFERENCE on QUALITY and EVIDENCE BASED in PROPHETIC MEDICINE
Abu Dhabi Rotana Beach Hotel, United Arab Emirates

اليوم الأول ٢٩ جماد الثاني ١٤٤١ هـ Day 1 February 23, 2020

8:00 -03:30	Registration التسجيل		الجلسة الأولى :-
Session 1	Phoenix dactylifera dates & Ajwa research		أبحاث عن التمور و العجوة
Chairpersons:	Prof. Tawfik Khoja	Prof. Tarek Jamal	رؤساء الجلسة : أ.د. توفيق خوجة أ.د. طارق جمال
TIME	Lecture		Speakers
9:00- 9:10	Welcome remark Program Overview	كلمة الترحيب نظرة عامة على جدول المؤتمر	أ.د محمد فهمي نكتور بافتحة ، من مركز تونس Dr. Mohamed Fahmy , Lotus Holistic أ.د. سعد الجاعوني ، جامعة الملك عبد العزيز رئيسة ومشرفة كرسي و مركز الطب النبوي للأبحاث Prof. Soad Al Jaouni , MD, FRCP King Abdulaziz University(KAU), Kingdom Saudi Arabia (KSA)
9:10 - 9:30	Metabolic analysis of various Phoenix dactylifera dates: Nutritional value	القيمة الغذائية لمختلف أنواع التمور القيمة الغذائية لمختلف أنواع التمور	أ.د. سامي سليم - جامعة الجوف - السعودية Prof. Samy A. Selim , PhD Genomics and Microbiology Jouf University, KSA
9:30- 9:50	Effects of Phoenix dactylifera Ajwa in Evidence-Based Medicine to Improve the Quality of life	فائدة عودة المدينة الشبية في البحوث الطبية وبراءات الاختراع لتحسين جودة الحياة فائدة عودة المدينة الشبية في البحوث الطبية وبراءات الاختراع لتحسين جودة الحياة	أ.د. سعد الجاعوني ، جامعة الملك عبد العزيز Prof. Soad Al Jaouni , MD, FRCP Consultant Hematology/ Ped.Oncology KAU, KSA
9:50 - 10 : 05	Discussion	نقاش	
10:05 - 10: 30	Coffee Break استراحة القهوة		
Session 2 :	Advance Research in Prophetic Medicine		الجلسة الثانية : أبحاث مختلفة في الطب النبوي
Chairpersons:	Prof. Saad Al Mehayawi		رئيس الجلسة : أ.د. سعد المحيوي
TIME	Lecture		Speakers
10:30 - 10: 50	Anticancer, anti-inflammatory, antioxidant and anti-Angiogenic activities of diosgenin isolated from Costus speciosus (Koen.)	تأثير نبات القسط الهندي على السرطان و الالتهابات ، ومضادات الأكسدة Anticancer, anti-inflammatory, antioxidant and anti-Angiogenic activities of diosgenin isolated from Costus speciosus (Koen.)	أ.د. سامي سليم - جامعة الجوف - السعودية Prof. Samy A. Selim , PhD Medical Microbiology Jouf University - KSA
10:45 - 11: 10	Impact of Nanotechnology on the future of pharmaceuticals and Nutraceutical: The Road toward precision Medicines	محاضرة رئيسية I مستخلصات الطب النبوي ذات النشاط الحيوي وتأثيرها على تطوير التقنيات الحيوية المتناهية الصغر التحسين الفعالية الصيدلانية Impact of Nanotechnology on the future of pharmaceuticals and Nutraceutical: The Road toward precision Medicines	أ.د. شاكور موسى ، جامعة أيني ، أمريكا المدير التنفيذي ورئيس مركز أبحاث الدوائية Prof. Shaker Mousa , PhD, MBA, FACC, FACB, FNAI Prof. of Pharmacology , Chairman & Executive Vice President The Pharmaceutical Research Institute Albany College of Pharmacy and Health Sciences, USA
11:10 -12:00	حفل الافتتاح Opening Ceremony		
12:00 -1 : 30	Prayer and lunch break استراحة الصلاة		
Session 3	Evidence based research on wet cupping (Hijama)		الجلسة الثالثة : أبحاث مدعومة عن الحجامة
Chairpersons:	Dr. Kaleem ULLAH and	Dr. Mohamed Fahmy	رؤساء الجلسة : أ.د. كليم الله أ.د. محمد فهمي أ.د. سنول دان ، معهد العلوم الطبية الأساسية تأثير الحجامة على تخطيط الدماغ و القلب
1:30 - 1:50	Effect of Wet cupping on Brain and EEG.	تأثير الحجامة على تخطيط الدماغ و القلب	Prof. Dr. Senol DANE , MD, PhD Dean of Basic Medical Sciences Nile University of Nigeria
1:50 - 2:10	Challenges in the Professionalisation and Standardization of Cupping Therapy a UK perspective	التحديات في الاحتراف وتوحيد العلاج بالحجامة من منظور المملكة المتحدة البريطانية Challenges in the Professionalisation and Standardization of Cupping Therapy a UK perspective	أ.د. أمير شيخ ، ماسلق الجمعية البريطانية للحجامة Dr. Amir Sheikh , MBBS, BSc, DRCOG, IFM-CP, MRCPG, Family Medicine Regulatory Affairs lead in the British Cupping Society (BCS)
2:00 - 2:25	Discussion	نقاش	
Session 4	Evidence based research on wet cupping (Hijama)		الجلسة الرابعة : البحوث المستمدة حول الحجامة

TERAPI NABAWI DI DUNIA INTERNASIONAL

**PAGUYUBAN PENGOBAT TRADISIONAL (BATTRA) YOGYAKARTA
PENYEHAT TRADISIONAL (HATTRA) YOGYAKARTA**



Rekomendasi Yankestrad Yogyakarta Untuk membuka Kedokteran Tradisional, kurikulum baru

Dr Kintoko, Apt



Materi Acara Litbangkes Yankestrad Dinkes Yogyakarta April 2018

SILATURRAHIM
PBI YOGYAKARTA-DINKES DIY

Griya Sehat
Abi Faig
PRAKTEK BERSAMA BATTRA

Griya ABI FAIQ Jalan Pengok Kidul 32 Baciro Gondokusuman
Yogyakarta
Alamat googlemaps : <http://bit.ly/abifaig>
08987259901 / 08999310099



Dinding sertifikat HATTRA



Terapi tulang dengan MPS Dima



Bekam dengan peralatan modern

DENGAN PARA PAKAR dari IIMF
(Ustad Kathur Suhardi, Dr Sagiran, Ustad Afif, Dr Riska, Ustadzah Aminah, dll).



LAMPIRAN G

PANDUAN
PSIKOTERAPI INSANI

**PANDUAN
PSIKOTERAPI INSANI**

**(Pendidikan Kesehatan, Terapi Qur'an; Qur'an Follow The Line,
Dzikir, Ruqyah, Hijamah)**

Oleh:

Retno Anggraini

KATA PENGANTAR



Alhamdulillah Robbil ‘Alamin. Allah SWT menciptakan makhluk dan membimbingnya kepada kebenaran dan kebahagiaan, dengan mengutus Muhammad saw untuk menjadi tauladan terbaik bagi kehidupan. Islam adalah jalan dan petunjuk hidup yang diridhoiNya, sejak manusia belum dilahirkan sampai ajal menjelang, dalam keadaan lapang maupun sempit, miskin atau kaya, jaga dan tidur, juga ketika sakit. Ketika melaksanakan tuntunan Islam dengan taat dan istiqomah manusia akan bahagia, sejahtera, sehat wal’afiat, dunia dan akhirat.

Nabi saw mewariskan *Al Thibb al Nabawi*, pendekatan masalah kesehatan meliputi psikologi-fisiologi-sosial dan spiritual-religijs, yang berupa berbagai terapi seperti shalat, do’a ruqyah, dzikir, puasa, sedekah, berbagai herbal nabi, makanan dan minuman khusus seperti madu, air zam-zam, kurma, air yang diberi do’a, susu unta, susu kambing, daging yang diperam dengan ramuan khusus, olah raga, renang, dan bekam cara nabi yang disebut *hijamah*, dan sebagainya.

Buku panduan ini disusun berdasarkan beberapa buku ajar terapi nabawiyah karya: Depag¹, Gahzali, Ibnu Qayyim, Kasmui², Ismail & Norhayati³, Suhardi & Syafaah⁴, dan karya tulis ulama ilmuwan yang relevan dengan tujuan penulisan buku Panduan ini. Didalamnya diusahakan untuk menjelaskan dengan sesederhana dan se-"Indonesia" mungkin berbagai istilah yang aslinya berbahasa asing, agar mudah dipahami dan dilaksanakan.

Yogyakarta, 16 Desember 2019
Retno Anggraini

PENDAHULUAN

Dalam buku Pskoterapi, Pendekatan konvensional dan Kontemporer⁵ dijelaskan bahwa psikoterapi adalah perawatan dengan menggunakan alat-alat psikologis terhadap permasalahan yang berasal dari kehidupan emosional dimana seorang ahli secara sengaja menciptakan hubungan profesional dengan pasien, dengan tujuan yaitu: (1) menghilangkan, mengubah atau menemukan gejala-gejala yang ada, (2) memperantarai perbaikan pola tingkah laku yang rusak, dan (3) meningkatkan pertumbuhan serta perkembangan kepribadian yang positif. Essensi psikoterapi adalah sebagai suatu bentuk bantuan yang diberikan seseorang kepada orang lain yang mempunyai problema psikologis.

Di dalam psikologi dikenal istilah psikosomatis, somatisasi dan somatoform atau *Nafs jadiyah* atau *Nafs biologiyah* yang intinya adalah suatu bentuk gangguan mental (psikopatologi) yang melibatkan dimensi fisik, psikologis atau sosial dan spiritual-religijs.⁶ Masalah psikologis yang integral transendental demikian membutuhkan pendekatan yang tauhidi seperti Psikoterapi Insani.

Psikoterapi Insani merupakan suatu pendekatan untuk mengatasi masalah individu, dengan tujuan untuk menyeimbangkan dan mengembalikan kondisi sebagaimana fitrahnya, yaitu sebagai insan yang diciptakan Allah SWT dengan sempurna. Psikoterapi ini terdiri beberapa teknik dari *al Thibb al Nabawi*, yaitu sinergi dari konseling kesehatan dan agama, *hijamah* (bekam, *cupping therapy*), do'a ruqyah dan dzikir. Pelaksananya dapat seorang psikolog, dokter, tabib, ustadz, maupun paramedik, yang telah terlatih dan terbuka untuk bekerjasama dengan profesi lain yang relevan dan sesuai kebutuhan, untuk bersama-sama melaksanakan program.

Kekhasan utamanya adalah pada tatacara, etika, dan nilai-nilai Islam yang menjadi landasan metode. Pelaksanaan psikoterapi ini idealnya dihayati sebagai ibadah kepada Allah SWT, meneladani sunnah Rasulullah dalam pengobatan, dengan semangat untuk menebarkan kebahagiaan dan kesejahteraan bagi diri dan masyarakat lingkungannya.

Sebagai metode psikoterapi, Psikoterapi Insani dalam melakukan upaya pencegahan, pengobatan penyakit, peningkatan taraf kesehatan tubuh, serta proses rehabilitasi tubuh adalah dengan cara meningkatkan sistem, kapasitas dan fungsi potensi alami individu, dan lebih menekankan pada stimulasi dan dorongan untuk terjadinya perubahan positif pada pola hidup klien, pola makan, pola aktivitas, dan pola sosial, yang dilandasi spiritual-religi Islam.⁷ Psikoterapi insani dipraktikkan dengan semangat kemitraan dan keterbukaan. Terapis bertanggung jawab menolong sesuai kemampuannya dan klien bertanggung jawab menjalani terapi dan melakukan perubahan-perubahan yang disarankan terapis dan yang telah disetujuinya. Selanjutnya kedua belah pihak berserah diri kepadaNya atas keberhasilan terapi seiring dengan ikhtiar yang sungguh-sungguh.

Pembahasan selanjutnya adalah berisi hal-hal pokok yang harus diketahui pelaksana Psikoterapi Insani sekaligus bermuatan informasi yang harus disampaikan pada klien (pasien) dalam konseling sebagai berikut.

I. KESEHATAN DALAM ISLAM

Allah SWT tidak pernah menciptakan manusia dan dibiarkan begitu saja. Allah SWT menciptakan manusia lengkap dengan potensi fitrah insani yang sempurna dan membedakannya dengan makhluk yang lain. Tugas manusia adalah menjaga keseimbangan dan kemanfaatan semua potensi yang ada pada dirinya melalui hidup sehat, seimbang, penuh ketaatan dan untuk ibadah kepadaNya.⁸

Untuk itu Nabi saw, bukan saja menyampaikan petunjukNya tentang perikehidupan dan tata cara ibadah, tetapi juga banyak petunjuk praktis dan formula umum yang dapat digunakan sebagai *coping* menghadapi masalah dan penyakit, merupakan sebuah sistem dan metode pengobatan yang lengkap.⁹ Allah SWT telah menegaskan:

"Telah diciptakan bagi kalian semua segala apa yang ada di muka bumi ini." , "Dan di bumi terdapat tanda bagi kaum yang berpikir. Dan dalam diri kalian, mengabaikan-nya". (Q.s. adz-Dzariyat : 20-21)

Abdullah bin Mas'ud ra mengabarkan dari Nabi saw:

“Sesungguhnya Allah SWT tidaklah menurunkan penyakit kecuali Dia turunkan pula obatnya bersamanya. (Hanya saja) tidak mengetahui orang yang tidak mengetahuinya dan mengetahui orang yang mengetahuinya.” (HR. Ahmad 1/377, 413 dan 453. Dan hadits ini dishahihkan dalam Ash-Shahihah no. 451).

Shuhaib Ar-Rumi ra berkata, Rasulullah saw bersabda:

“Sungguh mengagumkan perkara seorang mukmin. Sungguh seluruh perkaranya adalah kebaikan. Yang demikian itu tidaklah dimiliki oleh seorangpun kecuali seorang mukmin. Jika ia mendapatkan kelapangan, ia bersyukur. Maka yang demikian itu baik baginya. Dan jika ia ditimpa kesusahan, ia bersabar. Maka yang demikian itu baik baginya.” (HR. Muslim no. 2999).

Dari ayat Qur'an dan Hadis tersebut jelaslah bahwa tugas manusia untuk mencari berbagai pengetahuan dan menemukan berbagai cara dan peluang untuk mengatasi masalah dan membangun kesehatan. Adz-Dzaky¹⁰ menjelaskan masalah, penderitaan, atau penyakit merupakan musibah dan ujian yang ditetapkannya atas hambaNya. Allah menjadikan sakit yang menimpa seorang mukmin sebagai penghapus dosa dan kesalahan, apabila diterima dengan kesabaran. Sabar tidak berarti hanya menerima saja tetapi berupaya terus-menerus dan bersungguh-sungguh untuk mendapatkan kesembuhan melalui cara-cara yang diridhoiNya.

Penyakit, Sehat dan Sakit

Penyakit yang dijelaskan di dalam Al-Qur'an dan Hadis ada dua macam. *Pertama* : penyakit hati, dibagi menjadi dua yaitu penyakit syubhat dan ragu-ragu, serta penyakit syahwat dan dosa, bentuk penyakit ini lebih ganas dan lebih berbahaya. *Kedua*: Penyakit badan yaitu yang bersifat fitrah, seperti rasa lapar, haus, dan lelah, dan penyakit-penyakit yang membutuhkan pemikiran, penelitian, percobaan dan pengalaman.¹¹

Syarif (2002) menjelaskan berbagai bentuk gangguan mental psikologis adalah berpangkal pada kalbu yang menjadi pusat dari diri manusia, karena salah satu arti kata qalb yaitu inti, pusat, sentral diri

manusia. Berbagai bentuk gangguan mental berpangkal dari kalbu yang didominasi oleh dorongan hawa nafsu negatif (iri, dengki, memaksakan kehendak, anti sosial, dorongan berbuat kejahatan) dengan kata lain mempunyai hati yang sakit.¹²

Hal ini sesuai dengan sabda Nabi saw yang menyatakan bahwa dalam diri manusia ada “segumpal daging” (menunjuk aspek fisik dari kalbu), yang jika “daging” itu baik atau sehat maka baiklah (sehatlah) seluruh diri manusia dan sebaliknya”, daging itu tidak lain adalah kalbu (aspek rohani manusia).

Pribadi sehat menurut Ghazali ditandai oleh berfungsinya iman sebagai penentu dalam kognitif, afektif dan psikomotorik sesuai dengan fitrahnya yang mengarah pada kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat kelak. Pribadi sehat akan mengarahkan manusia kepada mental yang sehat dalam hubungan vertikal dengan Tuhan dan hubungan horisontal, dengan sesama dan lingkungan alam. Meliputi mencintai Allah, bertaqwa, taat, bertobat bila salah atau berdosa, beramar ma’ruf nahi munkar, bermoral, beretika, tidak dzalim, batinnya kuat, berlaku sabar dan adil, berpikir positif, menjaga keseimbangan dunia akhirat, dan menjaga silaturahmi.

Pribadi sakit ditandai oleh iman tidak berfungsi penuh sebagai penentu atau pengendali perilaku kognitif, afektif dan psikomotorik. Pribadi tidak sehat ini dalam Al Qur’an digolongkan hamba yang tidak mendapat petunjuk dan tidak dicintai Allah. Mereka itu sesat karena tidak mau menggunakan akalanya, tidak memanfaatkan potensi yang diberikan Allah, melupakan Allah, dzalim, kafir, musyrik, syirik, munafiq, selalu mengikuti hawa nafsu, dan selalu berbuat kerusakan.¹³ Dapat dipahami ketika seseorang bermasalah secara spiritual-religijs, juga akan bermasalah secara sosial. Berkaitan *Nafs jadiyah* atau *Nafs biolojiyah*, maka seorang individu yang bermasalah secara spiritual-religijs, sosial dan mental-emosional juga dapat menjadi sakit secara fisik.

Pendidikan Kesehatan (Konseling)

Sesuai dengan keterangan tentang penyakit, kriteria pribadi sehat dan sakit di muka, maka selalu diperlukan konseling sebelum dilakukan

tindakan terapi, yang berfungsi untuk memahami, mencegah, mengentaskan, memelihara dan mengembangkan potensi positif klien.

Tujuan utama pendidikan islami khususnya adalah untuk pemberdayaan iman, mendorong dan membantu individu mengembalikan dirinya sesuai dengan fitrahnya, yaitu beragama tauhid, yang terikat perjanjian dengan Allah dan mengakui bahwa Allah itu Tuhannya. Selanjutnya menyadarkan bahwa individu telah dibekali dengan potensi akal, pendengaran, penglihatan, hati, dan petunjuk Ilahiyah, sebagai khalifah atau pemegang amanat untuk tugas keagamaan, dan sebagai Abdillah (pengabdikan) yang sekaligus juga diberi kebebasan untuk menentukan jalan hidupnya sesuai dengan fitrahnya, tetapi juga harus bertanggung jawab atas semua pilihan dan pebuatannya sebagai konsekuensi seorang khalifah.

Peran, Fungsi Terapis (Konselor) serta Hubungannya dengan Klien.

Terapis/ konselor dalam konseling Islami bisa berperan sebagai guru, mitra atau sahabat untuk bertukar pikiran, orang tua dan model. Konselor atau terapis adalah *uswah khasanah* (teladan yang baik), sebagaimana yang dicontohkan Nabi saw terhadap sahabat-sahabatnya. Untuk itu selain memenuhi syarat dan menguasai teknik konseling umum, terlebih dahulu konselor harus memahami diri sendiri sebelum memahami klien, paham agama dan menjalaninya dengan baik, sehingga dapat memberikan nasehat dan arahan yang benar sebagaimana tuntunan islam sekaligus sesuai dengan pribadi dan masalah klien.

Secara khusus dalam Terapi Nabawi, bisa saja konselor adalah juga pelaksana terapis *hijamah*, maka terapis harus sudah pernah dibekam, dan apabila konselor juga pelaksana terapi ruqyah, maka harus memenuhi syarat sebagai raqi yang paham dan hapal do'a-do'a dari Al-Qur'an, dan bagus bacaannya. Selain itu konselor juga harus menyadari kekurangannya sehingga siap merujuk atau bekerjasama dengan ahli lain sesuai kebutuhan terapi dan atas persetujuan klien.

Teknik dan Metode

Teknik yang bisa digunakan oleh konselor muslim dalam proses konseling adalah *bil hikmah* (melalui hikmah), mauidloh khasanah

(nasehat bijak) dan mujadalah (diskusi), sedangkan metode yang digunakan juga tetap mengacu pada hadist : Barang siapa melihat kemungkarannya maka rubahlah dengan tangannya, jika tidak mampu maka rubahlah dengan lisanmu, jika tidak mampu maka rubahlah dengan hatimu. Itulah selema-lemahnya iman.¹⁴ Artinya adalah di dalam memberikan bantuan, konselor dapat menggunakan berbagai cara yang relevan dengan tujuan dan masalahnya, juga sesuai dengan kemampuan.

II. THIBBN NABAWI

Pengertian

Departemen Agama (2003) menerangkan: *al-Thibb*, adalah bahasa Arab dari kata kedokteran yang secara praktis berarti pengobatan fisik (*al-jism*) dan jiwa (*al-nafs*), pakar atau praktisi pengobatan disebut tabib (*al-thabib*). *Al Thibb al Nabawi* berarti sistem pengobatan atau metode terapi warisan dari Nabi saw.

Pengobatan nabawi dapat diyakini dan bersifat pasti (*qath'i*) karena bersumber dari Illahi, berasal dari wahyu dan *misykat* nubuwah, serta kesempurnaan akal sehingga bisa diuji keilmiahannya. Rasulullah saw sebagai pembawa risalah sangat menekankan nilai-nilai yang diperlukan dalam menegakkan ilmu pengobatan yaitu bersumber pada al-Quran maupun hadits, serta “ayat-ayat Allah” yang berbentuk dan tergelar di jagad raya sebagai ayat *kauniyyat* (kealaman).¹⁵ Ini menunjukkan bahwa metode terapi nabawi adalah metode yang dapat terus dikembangkan sesuai kebutuhan dan perkembangan ilmu pengetahuan, selaras dengan kemampuan pemahaman umat. Bagi muslimin yang taat, yang mengutamakan keselamatan hakiki, maka metode ini bukan sekedar terapi alternatif, tetapi insyaAllah dapat menjadi metode terapi utama.

Syarat untuk menjadi terapis (tabib).

Beberapa hal prinsip bagi terapis nabawi adalah: muslim yang taat dengan niat untuk bermanfaat kepada umat yaitu untuk selamat menyelamatkan secara profesional. Peringatan penting yang harus selalu ditaati adalah Rasulullah saw menekankan pentingnya martabat atau sifat profesionalisme dalam berbagai bidang, khususnya di bidang

kesehatan karena menyangkut keselamatan dan kesejahteraan individu yang pada akhirnya dapat mempengaruhi keimanannya. Untuk menjadi terapis (tabib atau penghusada) nabawiyah seseorang harus mempelajari ilmu pengobatan itu dengan baik sebelum mempraktekkan. Tuntunan Rasulullah Saw dalam hal tersebut adalah:

“Siapapun yang memberikan pengobatan tetapi tidak mengetahui tentang obat patut dicela”. (HR. Abu Dawud).

“Barang siapa mengobati dan ia tidak pernah diketahui sebelum ini sebagai orang yang mengetahui ilmu perobatan, maka dia akan dimintai pertanggungjawaban”. (HR Abu Dawud, Nasa'i dan Ibnu Majah)

Selaras dengan hadis tersebut, maka pelaksana terapi *hijamah* maupun ruqyah haruslah sehat, menguasai ilmu bekam dan ruqyah, memiliki ilmu agama dan mentaatinya, mengerti psikologi (terutama konseling) dan ilmu kesehatan, selain memiliki akhlak yang terpuji, selalu meningkatkan iman dan taqwa, memahami etika profesi terapis, dan menyadari keterbatasan dirinya sehingga siap bekerjasama dengan ahli lain bilamana diperlukan.¹⁶

Kaidah Kesehatan dalam Terapi Nabawi

Adz-Dzahaby, salah satu penulis buku *al-Thibb al-Nabawi* menyatakan bahwa inti dari ilmu pengobatan Nabi saw adalah keterpaduan kesehatan pada diri seseorang yang meliputi aspek spiritual, mental (psikologis), fisik, dan moral.¹⁷

Perlu dicermati bahwa sebelum mengajarkan masalah pengobatan, Rasulullah saw lebih dahulu mengajarkan tentang pemeliharaan kesehatan sebagai perilaku pencegahan (preventif), dinamakan dengan *tibbun nabawi al-wiqā'i* (tindakan Nabi yang bersifat preventif). *Pertama*: menjaga kesehatan (QS.2:Al-Baqarah 184). *Kedua*: menjaga diri dari hal-hal yang membahayakan (QS.3: An-Nisa : 43). *Ketiga*: membuang zat-zat yang rusak (QS.2: Al-Baqarah : 196). Para dokter dan ulama seperti Ibnul Qayyim memperingatkan bahwa ada sepuluh hal, yang jika ditahan bisa menimbulkan penyakit ganas, yaitu : darah apabila tekanannya naik, mani jika telah memuncak (tidak tersalurkan), air kencing, berak, kentut, muntah, bersin, mengantuk, lapar dan haus.

Ibnu Qayyim menyebutkan 4 hal yang saling melengkapi dalam pendidikan kesehatan individual dan lingkungan masyarakat.

Pada tataran individual :

- a. menjaga kebersihan badan seperti wudhu, kebersihan kulit, kebersihan mulut, sunnah fitriah, dan lain-lain.
- b. mencegah datangnya penyakit badan dengan mengatur pola mengkonsumsi makanan dan kewajiban puasa, dan anjuran berolahraga.
- c. berobat dengan obat halal dan baik atau benar.
- d. iman dan pengaruhnya dalam pengobatan dari penyakit.

Pada tataran kesehatan lingkungan dan masyarakat:

- a. memperhatikan kebersihan lingkungan, jalan dan tempat-tempat umum, dan menghindari anjing kecuali darurat.
- b. memperhatikan dan berhati-hati dari sarana atau media penularan penyakit, terutama sterilisasi udara, air, dan makanan.
- c. menjaga kesehatan dengan cara mencegah penyebaran penyakit, seperti menghindari diri (al-‘Azl) dan penggunaan alat bersuci yang steril.
- d. pengharaman terhadap bangkai, darah, dan daging babi, minuman memabukkan, zina, liwath dan berbagai penyimpangan seksual lainnya.

Ada tiga cara dalam metode terapi nabawi: *Pertama*, menggunakan obat-obat tradisional. *Kedua*, menggunakan obat-obat yang diwahyukan. *Ketiga*, kombinasi dari kedua jenis pengobatan tersebut.¹⁸

Gagalnya Terapi Nabawi

Al Thibb al Nabawi bermanfaat efektif sebagai metode terapi hanya dengan izin Allah SWT, dilakukan dengan iman, ikhlas dan yakin, serta pemilihan terapi dan pelaksanaan yang tepat. Jabir ra membawakan hadits dari Rasulullah saw:

“*Setiap penyakit ada obatnya. Maka bila obat itu mengenai penyakit akan sembuh dengan izin Allah SWT.*” (HR. Muslim).

Gagal atau kurang efektifnya terapi itu juga dapat disebabkan karena faktor lemahnya terapis (penghusada, tabib), ataupun faktor

penerimaan atau respon klien. Dalam psikologi dikenal istilah profesionalisme terapis dan *negative mindset* atau *positive mindset* pada klien, yang sangat berpengaruh terhadap perilaku menerima ataupun menolak terapi. Pentingnya diberikan penyuluhan atau nasehat adalah untuk mengubah cara pandang klien yang negatif, memotivasi dan memberikan pilihan alternatif terapi-terapi yang sekiranya tepat untuknya, penjelasan tentang terapi serta konsekuensinya serta tanggungjawab klien secara pribadi untuk memperbaiki kondisinya.¹⁹

Al-Hafizh Ibnu Hajar Al-Asqalani ra berkata bahwa pengobatan seluruh penyakit dengan doa dan bersandar kepada Allah SWT lebih manjur serta lebih bermanfaat daripada obat-obatan, melalui dua perkara:

- 1). dari sisi orang yang menderita sakit, yaitu lurus niat atau tujuannya,
- 2). dari sisi orang yang mengobati, yaitu kekuatan bimbingan atau arahan dan kekuatan hatinya dengan takwa dan tawakkal.²⁰ *Wallahu a'lam.*

III. DO'A RUQYAH dan DZIKIR

Dzirkullah diperintahkan pada manusia dimanapun, kapanpun, dan dalam kondisi bagaimanapun, terutama di dalam shalat ataupun setelah shalat. Dalam Al Qur-an difirmankan:

“Maka apabila kamu telah menyelesaikan sholatmu, ingatlah Allah di waktu berdiri, di waktu duduk dan di waktu berbaring.” (QS an-Nisa“ [4]: 103.)

“Dan ingatlah Tuhanmu dalam dirimu dengan merendahkan diri dan rasa takut, dan dengan tidak mengeraskan suara, di waktu pagi dan petang, dan jangan kamu termasuk orang-orang yang lalai. “ (QS. al-A“raf [7]: 205.)

“Hai orang-orang yang telah beriman, berdzikirlah (dengan menyebut nama) Allah, dzikir yang sebanyak-banyaknya. Dan bertasbihlah kepadaNya di waktu pagi dan petang, Dialah yang memberi rahmat kepadamu dan para malaikat-Nya (memohonkan ampunan kepadamu), supaya Dia mengeluarkan kamu dari kegelapan kepada cahaya

(yang terang). Dan Dialah Yang Maha Penyayang kepada orang-orang yang beriman.” (Q.S. al-Ahzab [33]: 41-43)

Ayat-ayat di muka menjelaskan, bahwa manusia beriman setiap saat dan detik harus senantiasa mengingat Allah Swt, orang-orang yang lalai dan lupa mengingatNya dapat mengalami kehinaan, berbagai masalah dan mungkin berbentuk penyakit, ringan maupun berat.

Dzikrullah idealnya dilakukan dalam seluruh perilaku baik itu untuk tujuan ritual ibadah *mahdhah*, seperti shalat, membaca Al Quran, berdoa, juga perbuatan baik apapun yang ditujukan untuk mencari keridhaanNya seperti, mematuhi orang tua, menolong orang lain, menghindarkan diri dari kejahatan dan perbuatan dzalim, maupun dalam setiap perilaku untuk hidup sehari-hari (makan, minum, belajar, bekerja, dan sebagainya), maupun berobat. Tujuannya adalah untuk mendapatkan rahmat, kasih sayangNya, ampunan, cahaya petunjuk, dan menjadi orang yang beriman.²¹

Dzikir kepada Allah bukan hanya semata-mata mengucapkan Asma Allah didalam lisan atau di dalam pikiran dan hati. Akan tetapi dzikir kepada Allah adalah ingat kepada Asma, Dzat, dan SifatNya dengan sikap pasrah hidup dan mati hanya kepada-Nya, sehingga tidak ada lagi rasa khawatir, takut maupun gentar. Berserah diri menjadi kata kunci dalam memasuki pengalaman untuk mendekatkan diri kepada Allah Yang Maha Pengasih dan Penyayang dan menjadi cermin utama dalam menyikapi berbagai keadaan dalam kehidupan.²²

A. Tahapan Dzikir sebagai Psikoterapi

Abu Segara menjelaskan tugas terapis dalam psikoterapi dengan dzikir adalah mengkondisikan sedemikian rupa agar klien secara kognitif maupun afektif dapat melalui tahapan-tahapan sebagai berikut.

1. Tahap pembangkitan kesadaran individu sebagai hamba dan kesadaran kelemahan manusia. Dalam tahap ini seorang individu didorong untuk menyadari eksistensinya yang menciptakan, menguasai, dan mengatur seluruh kehidupannya dan menyadari tugasnya sebagai hamba yang ditugasi untuk hanya beribadah kepadaNya, tidak kepada yang selainNya. Individu sebelum berdzikir dan berdoa disunahkan dalam keadaan bersuci, kemudian bersikap mengakui seluruh dosa dan kesalahan yang pernah dilakukannya

sehingga memohon ampun dan bertobat. Sikap pada tahap ini adalah sikap merendahkan diri, introspeksi, dan mengagungkan Allah SWT..

2. Tahap kesadaran terhadap KekuasaanNya yang Maha Pengasih dan Penyayang, Tahap ini menumbuhkan keyakinan individu atas Maha Kuasanya Allah yang menciptakan dan mentakdirkan segala keadaan, yang memberi hidup dan mati, Dia yang memberi sembuh dan sakit. Pada tahap ini individu disadarkan bahwa gangguan mental atau penyakit sebagai takdir yang harus diterima sebagai bentuk kasih sayang Allah. Di balik penderitaan ada rencana besar bagi individu di antaranya yaitu untuk merontokkan, menghapuskan dosa dan meningkatkan derajatnya, serta memperbaiki segala sesuatu. Ketika individu telah mensikapi penderitaannya secara positif dan baik sangka padaNya maka kemudian dilanjutkan meminta dan memohon kesembuhan kepadaNya, karena Allah yang menciptakan penyakit Allah pula yang menyembuhkannya melalui ayat-ayatNya dan hukum sunatullah.

3. Tahap menunggu dan diam, dengan hati tetap mohon kepada Allah. Pada tahap ini pasrah kepada Allah dan tunduk pada kemauanNya dan kehendakNya, sekaligus membuka hati dan kepekaan seluruh indra untuk dapat menangkap maksud, jawaban Allah berupa hikmah dan ilham dalam berikhtiar meraih kesembuhan, dan siap menerima segala keadaan yang ditakdirkanNya dengan penuh rasa syukur.

Hal sangat penting yang harus diperhatikan adalah terbentuknya niat untuk berikhtiar penuh optimis dan harapan semua akan menjadi bertambah baik, dengan kepasrahan dan keyakinan serta persangkaan positif kepada Allah yang Maha Kasih Sayang akan menerima doanya, pengakuan dosanya, niat tobat, dan mengampuninya, serta mengabdikan permohonannya dalam berbagai bentuk sesuai kehendakNya.²³

B. Pelaksanaan Terapi Dzikir dan Do'a

Dzikir dilakukan klien secara pribadi, misalnya duduk diam sesudah shalat, sambil senam, atau melakukan sesuatu dengan pernafasan teratur, terapis juga mengajarkan dzikir selama proses terapi

hijamah, sedang apa saja, kapan saja dimana saja kecuali di tempat yang terlarang, misalnya di dalam kamar mandi.

1. Diawali dengan bersuci, maka sangat dianjurkan untuk menjaga selalu dalam keadaan suci.
2. Memosisikan diri untuk tenang, khusyuk, konsentrasi hanya kepada Allah SWT. Ketenangan akan lebih mudah didapat bila bernafas dengan teratur atau bergerak teratur.
3. Ucapkan hanya dalam hati maupun dengan lisan ayat-ayat dzikir dan permohonan dalam do'a (lihat lampiran Dzikir dan Doa Ruqyah).

1. Terapi Harian (*Self therapy* untuk penjagaan dan peningkatan imunitas jiwa)

WIRID MOHON PERTOLONGAN

(Formula Muhammad Chirzin)

Bismillahirrahmanirrahim

Dengan nama Allah Yang Maha Pemurah lagi Maha Penyayang.

Aku memulai wirid ini dengan menyebut nama Allah Yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang.

Aku melakukan munajat ini dengan mengharap ridha dan limpahan kasih sayang Allah yang tiada tara.

▪ Shalawat

Allahumma shalli 'ala Muhammad

Ya Allah, limpahkanlah shalawat atas Nabi Muhammad. (QS 33:56).

▪ Al-Fatihah (QS 1:1-7).

Dengan nama Allah Yang Maha Pemurah lagi Maha Penyayang.

Segala puji bagi Allah Tuhan Pemelihara alam semesta.

Yang Maha Pemurah lagi Maha Penyayang.

Penguasa Hari Perhitungan.

Engkaulah Yang kami sembah dan kepada-Mu kami mohon pertolongan.

Tunjukilah kami jalan yang lurus.

Jalan mereka yang telah Kauberi segala kenikmatan, bukan jalan mereka yang mendapat murka, dan bukan mereka yang sesat jalan.

▪ Al-Ikhlash

Katakanlah, "Dialah Allah, Yang Maha Esa.

*Allah, Yang Kekal, Yang Mutlak.
Dia tidak beranak, dan tidak diperanakkan.
Dan tak ada apa pun seperti Dia." (QS 112:1-4).*

▪ *Al-Falaq (QS 113:1-5).*

Katakanlah, aku berlindung kepada Tuhan Penguasa fajar.

Dari jahatnya apa yang Dia ciptakan.

Dari jahatnya gelap ketika membentang luas.

Dari jahatnya mereka yang mengerjakan perbuatan sihir.

Dan dari jahatnya orang yang dengki bila melakukan kedengkian.

▪ *An-Nas (QS 114:1-6).*

Katakanlah, aku berlindung kepada Tuhan Yang mengurus manusia.

Penguasa bagi manusia.

Tuhan bagi manusia.

Dari jahatnya pembisik yang menarik diri setelah berbisik.

Yang berbisik dalam hati manusia.

Dari golongan jin dan manusia.

▪ *Ayat Kursi (QS 2:255).*

Allah. Tiada tuhan selain Dia Yang Hidup, Yang berdiri sendiri, Abadi. Tak pernah terlena, tak pernah tidur. Milik-Nyalah segala yang di langit, segala yang di bumi. Siapakah yang dapat memberi perantaraan di hadapan-Nya tanpa izin-Nya? Dia mengetahui segala yang di depan mereka dan segala yang di belakang mereka. Mereka tak akan mampu sedikit pun menguasai ilmu-Nya kecuali yang dikehendaki-Nya. Singgasana-Nya meliputi langit dan bumi. Tiada memberatkan Dia menjaga dan memelihara keduanya. Dia Mahatinggi, Maha Agung.

▪ *Qulillahumma malikal mulki tu'til mulka man tasya'u wa tanzi'ul mulka mimman tasya'u wa tu'izzu man tasya'u wa tudzillu man tasya'u biyadikal khair innaka 'ala kulli syai'in qadir*

Katakanlah, "Ya Allah, Pemilik Kekuasaan, Kauberi kekuasaan kepada yang Engkau kehendaki dan Kaucabut kekuasaan dari siapa saja yang Engkau kehendaki; Engkau memberi kemuliaan kepada siapa yang Engkau kehendaki, dan Engkau memberi kehinaan kepada siapa yang Engkau kehendaki. Di tangan-Mu segala yang baik. Sungguh, Engkau berkuasa atas segalanya. (QS 3:26).

- *Wa makaru wa makarallahu wallahu khairul makirin.*
Mereka menyusun rencana makar, Allah juga membuat rencana; Allah Perencana terbaik. (QS 3:54).
- *Nashrun minallah wa fathun qarib.*
Pertolongan dari Allah dan kemenangan segera. (QS 61:13).
- *Waqul rabbi adkhillni mudkhala shidqin wa akhrijni mukhrajah shidqin waj'alli min ladunka sulthanah nashira. Wa qul ja'al haqqu wa zahaqal bathilu innal bathila kana zahuqa*
Katakanlah, "Tuhanku, masukkanlah aku ke jalan masuk yang benar dan terhormat, dan keluarkanlah aku dari jalan keluar yang benar dan terhormat; dan berilah aku dari pihak-Mu kekuasaan yang dapat menolongku. (QS 17:81).
- *Hasbunallah wa ni'mal wakil*
Allah cukup bagi kami sebagai Pelindung terbaik. (QS 3:173).
- *Ni'mal maula wa ni'mannashir*
Allah Pelindung terbaik dan Penolong terbaik. (QS 8:40).
- *Innallaha huwar-razzaqu dzul quwwatil matin*
Sungguh, Allah, Dialah Pemberi rezeki,- kekuasaan dan kekuatan-Nya kukuh tiada goyah untuk selamanya. (QS 51:58).
- *Rabbana afrigh 'alaina shabran wa tsabbit aqdamana wanshurna 'alal qaumil kafirin.*
Tuhan, limpahkanlah ketabahan kepada kami dan kokohkanlah langkah kami. Tolonglah kami dengan kemenangan menghadapi golongan kafir. (QS 2:250).
- *Rabbi najjini minal qaumizh-zhalimin*
Tuhan, selamatkanlah aku dari kaum yang zalim. (QS 28:21).
- *Rabbi inni lima anzalta ilayya min khairin faqir*
Tuhan, sungguh aku sangat mendambakan uluran kebaikan dari hadirat-Mu. (QS 28:24)
- *Rabbana la tu'akhidzنا in nasina au akhtha'نا. Rabbana wala tahmil 'alaina ishraqa kama hamaltahu 'alalladzina min qablina. Rabbana wala tuhammilna ma la thaqata lana bihi. Wa'fu 'anna waghfir lana warhamna anta maulana fanshurna 'alal qaumil kafirin*
Tuhan, janganlah menghukum kami jika kami lupa atau melakukan kesalahan. Tuhan, janganlah memikulkan kepada kami suatu beban berat seperti yang Engkau bebankan kepada mereka yang sebelum kami; Tuhan, janganlah memikulkan kepada kami beban yang tak mampu kami pikul; hapuskanlah

segala dosa kami, ampunilah kami, rahmatilah kami. Engkaulah Pelindung kami; tolonglah kami atas golongan kafir. (QS 2:286).

▪ *Rabbana atina min ladunka rahmah wa hayyi' lana min amrina rasyada*

Ya Tuhan, anugerahilah kami rahmat dari hadirat-Mu, dan dalam perkara kami berikanlah kepada kami jalan yang benar. (QS 18:10)

▪ *Rabbana atina fiddunya hasanah wa fil akhirati hasanah wa qina 'adzabannar*

Tuhan, berilah kami kebaikan di dunia ini, dan kebaikan di akhirat, serta lindungilah kami dari azab api neraka. (QS 2:201).

▪ *Alhamdu lillahi rabbil 'alamin*

Segala puji bagi Allah Tuhan Pemelihara alam semesta. (QS 10:10).

#Doa menghimpun tenaga & menuntun usaha.

#Bila Tuhan memberimu ujian yang lebih berat, Dia hendak meninggikan derajatmu. (Muhammad Chirzin)

2. RUQYAH

Berbeda dengan dzikir, terapi Ruqyah secara syar'i adalah do'a yang dibacakan oleh seseorang (raqi) untuk mengobati penyakit atau menghilangkan gangguan metafisik, untuk memohon perlindungan, dan lain sebagainya, menggunakan ayat-ayat Al-Qur'an dan yang bersumber dari hadits Rasulullah dan do'a yang tidak mengandung unsur. Ruqyah juga dapat dilakukan dengan bantuan perangkat audio (DVD/CD player).²⁴

Syarat dan Ketentuan Ruqyah

Para ulama sepakat membolehkan ruqyah dengan tiga syarat, yaitu:

1. Dengan mempergunakan firman Allah SWT (ayat-ayat Al-Qur'an) atau mempergunakan nama-nama dan sifat-sifat-Nya.
2. Mempergunakan bahasa Arab atau bahasa yang bisa dipahami maknanya.
3. Berkeyakinan bahwa zat ruqyah tidak berpengaruh apa-apa kecuali atas izin Allah *subhanahu wata'ala*.

Tatkala melakukan ruqyah harus diperhatikan ketentuan berikut:

- a) Ruqyah tidak mengandung unsur sihir dan kesyirikan.

- b) Ruqyah bukan upacara ritual seperti yang dilakukan oleh dukun, paranormal, orang pintar dan orang-orang yang segolongan dengan mereka, walaupun dia memakai sorban, peci dan lain sebagainya.
- c) Ruqyah tidak mempergunakan ungkapan yang tidak bermakna atau tidak dipahami maknanya, seperti tulisan atau gambar yang tidak jelas.
- d) Ruqyah tidak dengan cara yang diharamkan seperti dalam keadaan junub, di kuburan, di kamar mandi, dan lain sebagainya.
- e) Ruqyah tidak mempergunakan ungkapan yang diharamkan, seperti; celaan, cacian, laknat dan lain-lainnya.

Di dalam hadis diriwayatkan, Rasulullah Saw ketika meminta kesembuhan dan perlindungan kepada Allah untuk mengobati sahabatnya yang sakit dengan membacakan surah al-Fatihah, empat ayat pertama dari surah al-Baqarah, dua ayat pertengahan darinya, yaitu ayat yang ke-163 dan ke-164, ayat Kursi, dan tiga ayat yang terakhir dari surat al-Baqarah tersebut. Kemudian ayat yang ke-18 dari surah Ali 'Imran, ayat yang ke-54 dari surah al-A'araf, ayat yang ke-116 dari surah al-Mu'minin, ayat yang ketiga dari surah al-Jin, sepuluh ayat pertama dari surah ash-Shaffat, ayat yang ke-18 dari surah Ali 'Imran, tiga ayat terakhir dari surah al-Hasyr, surah al-Ikhlash, dan mu'awwidzatain (surah al-Falaq dan an-Naas).²⁵ Penghayatan, kesungguhan, harapan dan keyakinan, keikhlasan dan keridhoan menerima ketentuanNya adalah aspek penting dalam ruqyah. Dalam panduan ini dilengkapi beberapa formula do'a ruqyah yang dapat diberikan oleh raqi ketika terapi atau oleh klien/pasien untuk dibaca sendiri, sebagai *self therapy*.

Beberapa Alasan Ruqyah Berdasarkan Hadis yang Shahih.

Beberapa hadis meriwayatkan tentang ruqyah, satu di antaranya yang sangat terkenal adalah riwayat Bukhari yang mengisahkan bahwa Nabi Muhammad Saw meruqyah dirinya sendiri tatkala mau tidur dengan membaca surat al-Ikhlash, al-Falaq dan an-Naas. Hadis yang lain adalah:

Jabir Bin Abdillah ra berkata, “Seseorang di antara kami disengat kalajengking, kemudian Jabir berkata, “Wahai Rasulullah apakah saya boleh meruqyahnya? Maka beliau bersabda, “Barangsiapa di antara kalian yang sanggup memberikan manfaat kepada saudaranya, maka lakukanlah” (HR.Muslim).

Aisyah ra juga mengatakan, “Rasulullah saw memerintahkan padaku agar aku minta ruqyah dari pengaruh 'ain (mata yang dengki).” (HR.Muslim).

Dari Abu Sa'îd al-Khudhri ra, “Jibril mendatangi Nabi saw, lalu bertanya, “Wahai Muhammad apakah engkau mengeluh rasa sakit?” Beliau menjawab, “Ya!” Kemudian Jibril (meruqyahnya), “Bismillahi arqîka, min kulli syai`in yu`dzîka, min syarri kulli nafsin au 'aini hâsidin, Allahu yasyfika, bismillahi arqîka” (“Dengan nama Allah saya meruqyahmu, dari segala hal yang menyakitimu, dan dari kejahatan segala jiwa manusia atau mata pendengki, semoga Allah menyembuh kanmu, dengan nama Allah saya meruqyahmu”) (HR.Muslim).

'Aisyah ra berkata, “Biasanya Rasulullah saw apabila ada seorang yang mengeluh rasa sakit, beliau usap orang tersebut dengan tangan kanannya, kemudian berdo'a, “Hilangkanlah penyakit wahai Rabb manusia, sembuhkanlah karena Engkaulah sang penyembuh, tiada kesembuhan selain kesembuhan dari-Mu, kesembuhan yang tiada meninggalkan penyakit” (HR.Muslim).

Hadis lain meriwayatkan Utsman Bin Abil 'Ash ra datang menemui Rasulullah saw mengadukan rasa sakit pada tubuhnya yang dia rasakan semenjak masuk Islam, kemudian Rasulullah Saw berkata,

“Letakkanlah tanganmu pada tempat yang terasa sakit, kemudian bacalah; “Bismillahi” (dengan menyebut nama Allah) tiga kali, dan bacalah; “A'ûdzu billahi wa qudrotihi min syarri mâ ajidu wa uhâdziru” (aku berlindung dengan Allah dan dengan qudrat-Nya dari kejahatan yang aku dapati dan yang aku hindari) tujuh kali.” (HR.Muslim).

IV. AL HIJAMAH (BEKAM)

Pengertian

Kata "Hijamah" berasal dari bahasa Arab, dari kata *Al Hijmu* yang berarti pekerjaan membekam. *Al Hajjam* berarti ahli bekam. *Al Mihjam* atau *Al Mihjamah* adalah alat untuk bekam yang berupa tabung gelas. Definisi *hijamah* menurut bahasa adalah ungkapan tentang mengisap darah dan mengeluarkannya dari permukaan kulit, yang kemudian ditampung di dalam gelas *mihjamah*.

Jenis Hijamah dan Caranya

Jenis hijamah (bekam), cara dan manfaatnya dengan ringkas sebagai berikut:

1. Bekam kering atau bekam angin (*Hijamah Jaaffah*), yaitu menghisap permukaan kulit dan memijat tempat sekitarnya tanpa mengeluarkan darah kotor. Jenis ini ada tiga: a). Bekam kering baik bagi orang yang tidak tahan suntikan jarum dan takut melihat darah. Bekam ini sedotannya hanya sekali dan dibiarkan **selama 5 – 10 menit**. Kulit yang dibekam akan tampak merah kehitam-hitaman selama 3 hari. b). Bekam luncur, caranya dengan meng-kop pada bagian tubuh tertentu dan meluncurkan ke arah bagian tubuh yang lain. Teknik bekam ini biasa digunakan untuk pemanasan pasien, berfungsi untuk melancarkan peredaran darah, pelepasan otot, dan menyehatkan kulit. Bekam teknik ini sangat baik dilakukan sebelum melakukan bekam basah sebagai pendahuluan terapi sehingga pasien menjadi lebih siap. Bila dikombinasikan dengan pengamatan bahasa tubuh serta pengakuan pasien maka bekam luncur juga dapat dimanfaatkan untuk mendeteksi titik-titik bagian tubuh yang bermasalah. c). Bekam tarik, dilakukan seperti ditarik-tarik. Dibekam hanya beberapa detik kemudian kop ditarik dan ditempelkan lagi hingga kulit yang dibekam menjadi merah.

2. Bekam basah (*Hijamah Rothbah*), yaitu pertama melakukan bekam kering selama 3 menit, lalu kop dibuka dan dilanjutkan dengan menyayat permukaan kulit dengan pisau steril (*surgical blade*) kemudian kop dipasang dan disedot lagi untuk mengeluarkan darah kotor dari dalam tubuh.

Bekam basah berkhasiat untuk berbagai penyakit, terutama penyakit yang terkait dengan terganggunya sistem peredaran darah di

tubuh. Kalau bekam kering dapat menyembuhkan penyakit-penyakit ringan, maka bekam basah dapat menyembuhkan penyakit-penyakit yang lebih berat, akut, kronis ataupun yang degeneratif, seperti darah tinggi, kanker, asam urat, diabetes mellitus (kencing manis), kolesterol, dan osteoporosis., dan yang lainnya²⁶ (mahmoud)

Alasan Hijamah

Teknik pengobatan *hijamah* dilakukan untuk membuang darah kotor yang berbahaya dari dalam tubuh melalui bawah permukaan kulit atau darah statis yang menyumbat peredaran darah, yang menyebabkan sistem peredaran darah tidak dapat berjalan lancar. Darah kotor adalah darah yang mengandung endapan racun/zat kimia yang tidak bisa diurai oleh tubuh. Kondisi ini sedikit demi sedikit akan mengganggu kesehatan, baik fisik maupun mental, mengakibatkan lesu, murung, resah, linu, pusing, dan senantiasa merasa kurang sehat, cepat bosan, dan mudah naik pitam. Ditambah lagi dengan angin yang sulit dikeluarkan dari dalam tubuh, akibatnya tubuh akan mudah kena penyakit mulai dari yang akut seperti influenza sampai dengan penyakit degeneratif semacam stroke, darah tinggi, kanker, kencing manis, bahkan sampai dengan gangguan kejiwaan.

Toksid dalam tubuh manusia dapat berasal dari: pencemaran udara; makan siap saji (*fast food*) karena mengandung zat kimia seperti pengawet, pewarna, essence, penyedap rasa, dan sebagainya; hasil pertanian seperti pestisida (insektisida, fungisida, herbisida); kebiasaan buruk seperti merokok, makan tidak teratur, gizi tidak seimbang, terlalu panas atau dingin, terlalu asam, dan lain-lain; serta obat-obatan kimia.

Selain itu terdapat banyak faktor yang menyebabkan darah statis, yaitu:

- a. Kecelakaan sewaktu di dalam rahim dan sewaktu dilahirkan.
- b. Trauma penderitaan fisik, seperti kecelakaan, terseleo, berkelahi, kena cubit, kena tendang, kena rotan, dan sebagainya.
- c. Akibat perbuatan sendiri, seperti mengangkat beban berat, penggunaan pakaian ketat, ikat kepala yang berkepanjangan.
- d. Emosi; kemarahan, ketakutan, kesedihan, kesayuan, dan kerisauan menyebabkan pengeluaran adrenalin berlebihan yang dapat membahayakan metabolisme tubuh.

- e. Diet yang tidak seimbang, kegemukan, sering sembelit, dan polusi.²⁷

Titik-Titik Bekam Nabi

Titik bekam ini sebagaimana yang digunakan di dalam SOP PBI. Terapi ini juga tidak merekomendasi penggunaan alat bekam elektrik dengan metode vacum (menyedot dengan mesin bekam) karena pertimbangan faktor hygenitas dan estika terapi. Titik Nabawi atau titik Sunnah yang telah disebutkan dalam BAB IV adalah titik bekam yang diajarkan dalam buku panduan PBI¹. Pengetahuan tentang titik-titik tersebut diperoleh melalui penelusuran riwayat pengalaman empiris Rasulullah Saw yang berhubungan dengan masalah hijamah (baik sebagai klien yang dibekam, saksi, atau merekomendasikannya), sebagai berikut:

1. Ummu Mughits

Untuk kasus: Meningkatkan konsentrasi, menguatkan ingatan dan hafalan, gangguan intelejensi, anak-anak berkebutuhan khusus, domensia, gangguan degenerative, stroke, pusing migrain, nyeri kepala, infertilitas, depresi, gangguan sihir.

Cara penetapan lokasi anatominya adalah :

Posisi titik Ummu Mughits di bagian tengah atas dari kepala.² Yakni pertemuan dua garis tengah kepala dari depan ke belakang dan garis lurus antara kedua telinga, yaitu pada sagittal suture di depan posteriorfontanelle mengenai parietal foramen.

Dasar hadis:

Dari Ibnu Umar Radhiyallahu Anhuma, dia berkata, “Rasulullah Shallallahu Alaihi wa Sallam biasa meminta hijamah/bekam di kepala Beliau yang disebut Ummu Mughits”. (Ditakhrij Al-Khathib di dalam kitab Tarikh Baghdad, 13/95, ditakhrij Al-Albany sebagai hadis hasan dimdalam kitab Shahih Al-Jami’, hadis nomer 4928).³

¹ (Tim Bidang Diklat dan Litbang PBI, 2019). Hlm. 37-43.

² Syarah Mashabih As-Sunnah Lil-Iman Al-Baghawy, Muhammad Bin Izzuddin Abdu-Latif bin Abdul-Aziz bin Aminuddin bin Firisyta (meninggal 854 H), tahqiq Nuruddin Thalib, Idarah Ats-Tsaqfah Al-Islamiyyah, cet. 1, 1433H/2012 M. Lihat pula Aunul-Ma’bud Syarh Sunan Abu Daud, Muhammad Syamsul-Haqq Al-‘Azhim Abady Abu Ath-Thayyib, Darul-Kutub Al-Ilmiyyah, Beirut, 1415 M., 10/242.

³ Al-Jami’ Ash-Shahih Lis-Sunan wal-Masanid, Shuhaib Abdul-Jabbar, 2014 M., 13/78. Lihat pula : Al-Mu’jamul-Ausath, Abul-Qasim Sulaima bin Ahmad Ath-

Penjelasan :

Sesuai dengan matan hadis ini dan sebagaimana yang dijelaskan dalam kitab-kitab syuruh, bahwa posisi titik di kepala ini bersifat bebas, yang disesuaikan dengan keluhan, gejala klinis dan keadaan pasien. Logikanya, titik di kepala dapat dilakukan di kening atau di wajah. Fungsinya tak jauh berbeda dengan fungsi titik di Ummu Mughits.

Pengingat:

Area bekam di kepala harus bersih dan hygenis tanpa ada rambut agar proses pembersihan darah bekam nyaman dan sempurna.

2. Al-Hammah

Untuk kasus: Serupa dengan kegunaan titik *ummu mughits*.

Cara penetapan posisi anatomi:

Ada beberapa pengertian tentang makna *hammad*. Secara umum ketika disebut *hammad*, maka artinya kepala. Bagian kepala manapun. Tapi makna yang lebih khusus adalah *wasathur-ra's* (bagian tengah kepala) atau *a'la ar-ra's* (bagian paling atas dari kepala).⁴

Catatan:

- a. Meski terdapat dua penjelasan mengenai Titik Ummu Mughits dan Al-Hammah, dua titik tersebut terletak pada posisi yang sama sekaligus manfaat yang sama.
- b. Melakukan bekam pada titik di kepala mengharuskan area bekam yang bersih dan hygenis tanpa adanya rambut pada area tersebut, karena akan menyulitkan saat proses pembersihan darah bekam.

Dasar hadis:

“Dari Ibnu Abi Kabsyah Al-Anmary, bahwa dia pernah menyampaikan hadis, bahwa Nabi Shallallahu Alaihi wa Sallam pernah meminta hijamah/bekam di titik hammad Beliau dan diantara kedua pundak, seraya bersabda, “Barangsiapa mengeluarkan darah dari bagian ini, maka dia tidak perlu berobat dengan pengobatan lain untuk menyembuhkan suatu

Thabrany, tahqiq Thariq bin Audillah bin Muhammad dan Abdul-Muhsin bin Ibrahim Al-Husainy, Darul-Haramain, Cairo, 1415 H., 8/16, hadis nomer 7817.

⁴ Mathali' Al-Anwar 'Ala Shahhah Al-Atsar, Ibrahim bin Yusuf bin Adham Al-Wahrany Al-Hamazy Abu Ishaq Ibnu Qurqul (mwninggal tahun 569 H), Wizarah Al-Auqaf wasy-su'u Al-Islamiyyah, Qathar, 2012 M., 6/105; Syarh Mashabih As-Sunnah Lil-Imam Al-Baghawy. Muhammad bin Izzuddin Abdul-latif bin Abdul-Aziz bin Aminuddin bin Firisyta Ar-Rumy Al-Karmany, Idaratuts-Tsaqafah Al-Islamiyyah, cet. 1, 2012 M/1433 H, 6/146.

penyakit.”” (Ditakhrij Abu Daud, 3861, 3862; dan Ibnu Majah, 3484).⁵

Manfaat: pengobatan sakit kepala, pusing, vertigo, insomnia, gangguan penglihatan, menghilangkan pengaruh sihir, stroke dan lain-lain.

3. Al-Yafukh

Cara penetapan lokasi anatomi :

Pertemuan tulang kepala bagian depan dan belakang, pada posisi ubun-ubun saat kecil yang bergerak-gerak. Ada pula yang berpendapat, posisi antara al-hammah (ummu mughits) dan kening.⁶ Kegunaan titik al-Yafukh adalah sebagai penguat dari titik Ummu Mughits. Berperan dalam pengobatan epilepsi, pusing, sakit kepala, gangguan penglihatan, kejang, dan lain-lain.

Dasar hadis:

“Dari Abu Hurairah, bahwa Abu Hindun pernah membekam Nabi Shallallahu Alaihi wa Sallam di titik al-yafukh, lalu Nabi Shallallahu Alaihi wa Sallam bersabda, “Wahai Bani Bayadhah, nikahkanlah Abu Hindun dan carikanlah istri untuknya.” Beliau juga bersabda, “Kalaupun dalam suatu pengobatan yang kalian lakukan ada manfaat, maka manfaat itu ada pada hijamah/bekam.” (Ditakhrij Abu Daud, 2104).⁷

4. Ar-Ra’s

Cara penetapan lokasi anatomi:

Pengertian “ar-ra’s” atau kepala yang dimaksud adalah bagian kepala yang ditumbuhi rambut yaitu pada titik selain Ummu Mughits atau Al-Hammah. Pembekaman pada area kepala dibatasi maksimal 3 (tiga) titik termasuk titik utama yaitu Ummu Mughits atau Al-Hammah dan Al-Yafukh, pelaksanaannya sebaiknya tidak sekaligus tetapi bergantian atau mengikuti pada kekuatan klien (sesuai kebutuhan).

⁵ Sunan Abi Daud, Abu Daud Sulaiman bin Al-Asy’ats As-Sijistany, Darul Kitab Al-Araby, Beirut, 2/2, Nomer 3862, dan Sunan Ibnu Majah, Muhammad bin Yazid Abu Abdullah Al-Qazwainy, ditahqiq Muhammad Fu’ad Abdul-Baqy, Darul-Fikr, Beirut, 2/1152, hadis nomer 3484.

⁶ Al-Musnad Ash-Shahih Al-Mukharraj Ala Shahih Muslim, Abu Awanah Ya’kub bin Ishaq Al-Isfirayainy (meninggal tahun 316 H), Tahqiq Fariq minal-bahitsin di Kulliyatul-Hadits wad-Dirasat Al-Islamiyyah bil-Jami’ah Al-Islamiyyah, Maktabah Jami’ah Al-Islamiyyah, Saudi Arabia, cet. 1 2014 M/1435 H. Lihat pula An-Nihayah fi Gharibil-Hadits 5/291.

⁷ Sunan Abi Daud, Abu Daud Sulaiman bin Al-Asy’ats As-Sijistany, Darul Kitab Al-Araby, Beirut, 2/197, nomer 2104, dihasankan Syeikh Nashiruddin Al-Albany di kitab Shahih wa Dha’if Sunan Abi Daud, Hadis nomer 2102.

Dasar hadis:

“Dari Ibnu Abbas bahwa Rasulullah Shallallahu Alaihi wa Sallam pernah meminta hijamah/bekam di kepala ketika Beliau sedang berihram karena sakit yang dialami di kepala Beliau.” (Ditakhrij Abu Daud, 1838, dishahihkan Nashiruddin Al-Albany daam Shahih wa Dhaif Sunan Abi Daud, 4/336).⁸

5. Akhda'in (Urat Leher kiri dan kanan)

Untuk kasus : Seluruh keluhan pada kepala, nyeri pada wajah, sakit telinga, tenggorokan nyeri dan serak, sakit gigi, pusing, punggung dan leher kaku/nyeri, TBC kelenjar limfe, muka bengkak, tuli mendadak, rahang kaku, gondongan, radang tenggorokan, tengkuk kaku pegel, melancarkan sirkulasi darah ke kepala.

Cara penetapan lokasi anatomi :

Sebagaimana disebutkan dalam kitab Syarhul-Mashabih, posisinya terletak di sepanjang dua sisi leher di antara kedua pundak di bawah tumbuh rambut. Sementara didalam kitab Al-Nafatih fi Syarhil-Mashabih disebutkan bahwa posisinya pada pembuluh darah bagian belakang leher saat dilakukan bekam. Sementara didalam kitab Tuhfatul-Ahwadzy disebutkan bahwa posisinya pada dua pembuluh darah di samping leher.⁹

Catatan:

Dalam penentuan titik al-akhda'ain disini ada dua pendapat, yakni dileher samping dan di bagian belakang leher. Karena di bagian samping leher terdapat pusat kelenjar getah bening, maka sebaiknya posisi ini dihindari, sehingga pilihannya adalah di bagian leher belakang.

Dasar hadis:

“Dari Anas, bahwa Nabi SAW pernah meminta bekam di tiga titik yakni (dua titik) di akhda'ain dan (satu titik) di kahil.” (HR. Abu Daud, 3862 dan Ibnu Majah, 3483, dan Ahmad, 12212).¹⁰

⁸ Sunan Abi Daud, Abu Daud Sulaiman bin Al-Asy'ats As-Sijistany, Darul Kitab Al-Araby, Beirut, 2/105, nomer 1838, dihasankan Syeikh Nashiruddin Al-Albany di kitab Shahih wa Dha'if Sunan Abi Daud, Hadis nomer 1836.

⁹ Sunan Abi Daud, Abu Daud Sulaiman bin Al-Asy'ats As-Sijistany, Darul Kitab Al-Araby, Beirut, 4/2, Nomer 3862, dan Sunan Ibnu Majah, Muhammad bin Yazid Abu Abdullah Al-Qazwainy, ditahqiq Muhammad Fu'ad Abdul-Baqy, Darul-Fikr, Beirut, 2/1152, hadis nomer 3484, dishahihkan Syeikh Nashiruddin Al-Albany didalam kitab As-Silsilah, hadis nomer 907.

¹⁰ Syarh Mashabihis-Sunnah, Muhammad bin 'Izzuddin Abdul-Lathif bin Abdul-Aziz bin Aminuddin bin Firisyta Ar-Rumy Al-Karmany Abnul-Malak (meninggal tahun

6. Al-Kaahil (Punuk)

Untuk kasus:

Semua penyakit dan keluhan, melancarkan sirkulasi darah, ketegangan pada leher dan pundak, pusing, migrain, nyeri kepala, semua gangguan dikepala, gangguan jantung, dan gangguan paru-paru.

Cara penetapan lokasi anatomi:

Bagian atas dari tulang punggung yang bersambung ke leher, merupakan sepertiga teratas dari tulang punggung yang terdiri dari enam ruas. Dalam penjelasan lain, kahil merupakan pertemuan antara pundak.¹¹ Nama lainnya adalah ats-tsabaj, al-katad atau al-mudzammam.

Pengingat:

Kontra indikasi jika titik kaahil mengenai vertebra cervicalis, dapat mengakibatkan kesemutan di lidah, bengkak di pipi dan bahkan kesulitan bicara yang bersifat temporal, walau tidak semua orang mengalami efek ini.

Dasar hadis:

Dari Anas, bahwa Nabi SA W pernah meminta bekam di tiga titik, yakni (dua titik) di akhda 'ain dan (satu titik) di kahil. (HR. Abu Daud, 3862, Tirmidzy, Ibnu Majah, 3483, dan Ahmad, 12212. Dishahihkan Nashiruddin Al-Albany di dalam kitab As-Silsilah Ash Shahihah, 907).¹²

7. Azh-Zhahr

Definisi punggung menurut kamus Bahasa Indonesia S. WojoWasito¹³ adalah bagian belakang tubuh dari tengkuk sampai pantat dan menurut KBBI adalah bagian belakang tubuh manusia dari leher sampai tulang ekor.

Mengacu pada definisi diatas bisa dijabarkan bahwa punggung adalah bagian belakang tubuh manusia yang dimulai dari daerah setelah leher (tengkuk) terus kebawah hingga daerah pantat bahkan hingga bagian

854 H), tahqiq ketua lajnah Nurridin Thalib, Idarah Ats-Tsaqafah Al-Islamiyyah, cet. 1, 1433 H/2012 M., 5/105, nomer 3518. Tuhfatul-Ahwadzy bi Syarh Jami' At-Tirmidzy, Muhammad Abdurrahman bin Abdurrahim Al-Mubarakfury Abul-Ala, Darul-Kutub Al-Ilmiyyah, Beirut, 6/174.

¹¹ Tuhfatul-Ahwadzy bi Syarh Jami' At-Tirmidzy, Muhammad bin Abdurrahman bin Abdurrahim Al-Mubarakfury Abul-Ala Darul-Kutub Al-Ilmiyyah, Beirut, 10/85.

¹² Sunan Abi Daud, Abu Daud Sulaiman bin Al-Asy'ats As-Sijistany, Darul Kitab Al-Araby, Beirut, 4/2, Nomer 3862, dan Sunan Ibnu Majah, Muhammad bin Yazid Abu Abdullah Al-Qazwainy, ditahqiq Muhammad Fu'ad Abdul-Baqy, Darul-Fikr, Beirut, 2/1152, hadis nomer 3484, dishahihkan Syekh Nashiruddin Al-Albany didalam kitab As-Silsilah, hadis nomer 907.

¹³ WojoWasito, Kamus Bahasa Indonesia – Penerbit Shinta Dharma Bandung 1972.

tulang ekor. Area tersebut cukup luas sehingga titik-titik bekam yang mencakup daerah punggung bisa cukup banyak. SOP Bekam PBI memberikan rekomendasi pengambilan titik bekam pada daerah punggung paling banyak (maksimal) adalah sejumlah 8 titik.

Untuk kasus: Gangguan jantung, sesak nafas, nyeri punggung atas dan bawah, spondylosis, spondylitis, gangguan lambung, gangguan liver, syaraf kejepit/HNP, scoliosis, encok.

Cara penempatan lokasi anatomi:

Cara penentuan titiknya adalah engan mengambil titik berpasangan kanan dan kiri, posisi diambil dua jari dari sebelah luar tulang belakang.

Titik tersebut yaitu:

- a. Azh-Zahrul A'la, posisi pada titik belikat.
- b. Azh-Zahrul Washati, posisi sekitar organ liver dan lambung.
- c. Al-Qathanul Alawi, posisi disamping ruas tulang lumbar 1 dan lumbar 2.
- d. Al-Qathanul Sufla, posisi samping tulang ekor bagian atas kanan dan kiri.

Dasar hadis:

“Dari Jabir bin Abdullah bahwa Rasulullah Shallallahu Alaihi wa Sallam pernah meminta hijamah dibagian punggung atau pantat samping, Beliau saat sedang berihram karena rasa sakit yang dialami dibagian tersebut.” (Ditakhrij Al Imam Ahmad, 14857).¹⁴

8. Al-Warik (Panggul)

Untuk kasus: Stroke, pegal dan kaku pada panggul, syaraf kejepit/HNP, spondylosis, spondylitis.

Cara penempatan lokasi anatomi :

Al-Warik adalah organ tubuh berada di atas paha Jalasa ‘ala warikihi. artinya duduk di atas panggul pada laleral illium kanan dan kiri. Pertemuan otot gluteus maximus dengan gluteus medias bawah, kiri dan kanan. Yaitu pada bagian panggul kiri dan kanan.

Dasar hadis:

Dari Jabir bin Abdullah, bahwa Nabi SAW meminta hijamah pada bagian panggul saat sedang berihrom karena rasa sakit

¹⁴ Ditakhrij Al-Imam Ahmad, hadis nomer 14857. Tidak ditemukan takhrij tentang hadis ini. Menurut Al-A'zhamy, isnadnya shahih, sebagaimana disebutkan dalam Shahih Ibnu Khuzaiman.

yang dialami di bagian tersebut. (Hadits shahih riwayat Abu Daud An-Nasa'y dan Ibnu Majah)¹⁵

9. Zharul Qadam (punggung kaki)

Secara harfiah artinya adalah punggung telapak kaki kiri dan kanan. Zhahrul-Qadam berarti punggung telapak kaki, karena makna zhahr adalah punggung, dan makna al-Qadam adalah telapak kaki.

Kegunaan : Nyeri haid, pendarahan, bisul, gatal pada daerah genital dan anus, lelah kaki.

Cara penetapan lokasi anatomi:

1 (satu) jari di atas lipatan pertemuan antara ibu jari kaki dan telunjuk kaki.

Catatan:

Hati-hati pada pembuluh yang ada denyutnya, lebih aman dekat ke arah jempol kaki. Hindari terkena arteri dorsalis pedis.

Dasar hadis:

Dari Anas bin Malik, bahwa Rasulullah SAW meminta hijamah ketika beliau sedang ihram di bagian punggung telapak kaki karena sakit di bagian tersebut. (Ditakhrij Ahmad, 16282, Abu Daud, 1836, 1837. Dishahihkan Syaikh Nashiruddin Al-Albany di dalam shahih wa Dha'if Sunan Abu Daud, 1837).¹⁶

A. Titik-titik yang sebelumnya juga direkomendasikan:

Katifain (Bahu kiri dan kanan)

Untuk kasus: leher kaku, nyeri bahu pundak, lengan tak dapat diangkat mastitis (radang kelenjar susu), Masuk angin, Batuk pilek, Stroke dll

Cara penetapan lokasi anatomi:

Ada perbedaan pendapat, titik ini langsung di pundak atau bahu, posisinya di bahu kanan kiri di atas scapula hingga ke clavicle, ataukah di antara kedua pundak kanan dan kiri yang berarti sama dengan titik kaahil? Wallohu a 'lam bish shawab.

Dasar hadis:

¹⁵ Ditakhrij Al-Imam Ahmad, hadis nomer 14820, 15097. Tidak ditemukan takhrij tentang hadis ini. Menurut Al-A'zhamy, isnadnya shahih, sebagaimana disebutkan dalam Shahih Ibnu Khuzaiman.

¹⁶ Ditakhrij Ahmad, hadis nomer 16282; Abu Daud, hadis nomer 1836, 1837. Dishahihkan Syaikh Nashiruddin Al-Albany di Shahih wa Dha'if Sunan Abi Daud, hadis nomer 1837.

Dari Ibnu Abbas, dia berkata, bahwa Rasulullah SAW meminta hijamah di tiga titik. di akhda "ain dan di antara kedua pundak. "
(HR. Abu Daud, Sahih)

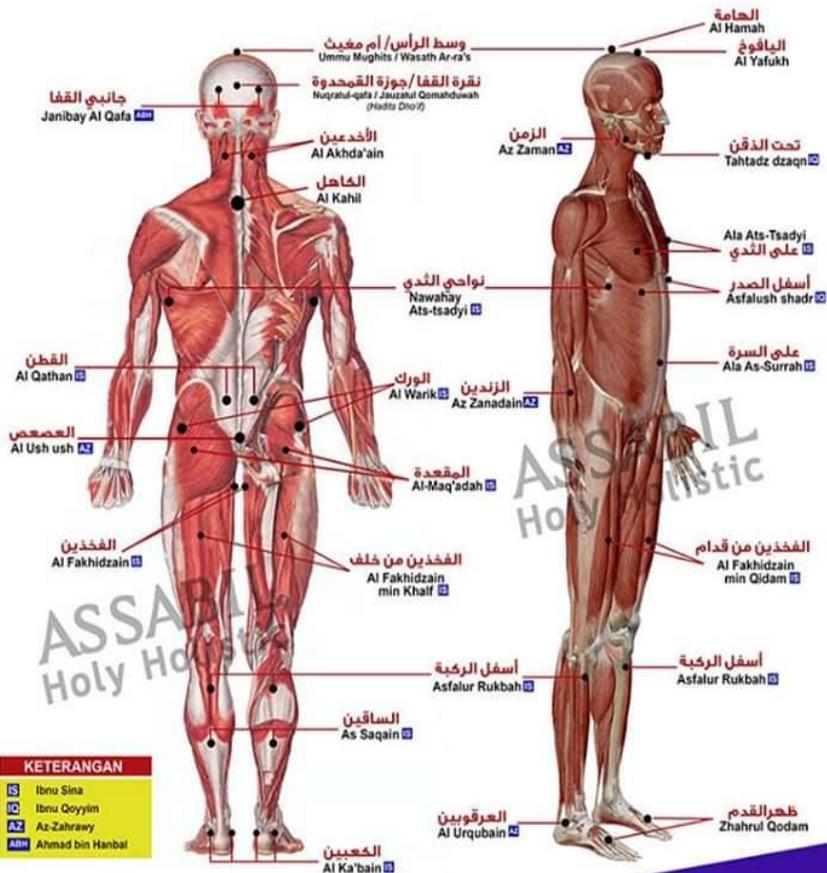
B. Titik bekam menurut ulama dan dokter muslim terdahulu

Para ulama muslim terdahulu yang menekuni bidang pengobatan juga mengembangkan dan membuat titik-titik bekam dengan nama-nama tertentu seperti: 'alal najib, an-nuqrah atau al-qata, az-zaman, tahta adz-dzaqn, alas-surrah, al-qathan al-'ush'ush, as-saqain, al-'urqubain dan lain-lain.

C. Titik Bekam Berdasarkan Kajian Anatomi Fisiologi Tubuh

Selain titik bekam sunnah atau titik-titik nabawi. penentuan titik bekam juga terkadang mengikut titik berdasarkan keluhan pada organ tertentu. Kajian mengenai penentuan titik berdasarkan keluhan organ mengacu pada keterampilan dan pengetahuan yang lebih mendalam mengenai kajian ilmu tentang tubuh manusia dan hal tersebut tidak dibahas dalam buku panduan Standar Operasional Prosedur Perkumpulan Bekam Indonesia.

TITIK-TITIK BEKAM MENURUT PARA DOKTER MUSLIM TERDAHULU



Titik Lain-lain

- a) Daerah sekitar pundak kiri dan kanan (Naa'is), yaitu daging lembut di pundak yang tegang ketika merasa takut. Bekam pada titik ini dapat bermanfaat untuk menetralsisir keracunan dan penyakit liver.
- b) Daerah punggung (di bawah tulang belikat), bekam di daerah ini banyak memiliki keistimewaan dan khasiatnya.

- c) Daerah punggung bagian bawah dan tulang ekor untuk penyakit pegal/nyeri di pinggang dan wasir.
- d) Di tempat-tempat yang dirasakan sakit atau titik sesuai anatomi tubuh dan masalahnya.²⁸

Selain titik-titik nabi tersebut, juga ada ahli bekam yang menentukan titik bekam berdasarkan patologi anatomi.²⁹ Memperhatikan titik-titik nabi maupun titik berdasar patologi anatomi, maka khusus untuk masalah imunitas, stres, hipertensi, dan kolesterol, sebagai masalah utama dan umum dalam kesehatan masyarakat dapat ditentukan titiknya adalah:

- berdasarkan titik nabi: Ummu Mughits, Kaahil, Naqroh dan Akhda'ain,

Titik – titik terlarang untuk dibekam

Pada dasarnya bekam dapat dilakukan di tempat mana saja, namun harus diingat ada bagian-bagian tubuh yang apabila dibekam dapat menimbulkan efek negatif. Titik bekam yang harus dihindari adalah area tubuh yang banyak simpul limpa (lymphatic system). Sistem limpa merupakan sistem penyingkiran sisa-sisa buangan metabolisme, bakteri jahat, sisa sel tubuh, dan bahan-bahan tidak terpakai lainnya dari jaringan dalam tubuh ke dalam nodus limpa dimana dimusnahkan oleh sel-sel immunity, seperti sel B, sel T, dan magrofag. Sistem limpa daerah limpatik yaitu daerah dimana terdapat pembuluh darah limpa yang memproduksi cairan limpatik untuk mengontrol sistem kekebalan tubuh, antara lain dada, leher bagian depan, ketiak, lengan depan bagian atas, pangkal paha, bagian persendiaan, tonsil tenggorokan, dan ulu hati.

Tempat-tempat terlarang untuk dibekam lainnya adalah lubang-lubang pada anggota tubuh yaitu: telinga, pusar, puting susu atau payudara, mata. area tubuh yang berdekatan dengan pembuluh besar, lokasi palpitasi, dan bagian tubuh yang ada varises, tumor, retak tulang, jaringan luka, cacar air dan sebagainya.

Secara lebih lengkap titik-titik terlarang sebagai berikut:

1. Inveksi baru, karena darah akan mengucur deras dan keluar terlalu banyak, sayatan yang tipis pada epidermis saja, darah bisa keluar banyak yang dapat mengakibatkan anemia.

2. Patella atau tempurung lutut
3. Tepat di sendi-sendi tulang
4. Tulang punggung kecuali di bagian bawah servikal dan bagian atas torakal serta bagian bawah lumbar.
5. Di bagian tubuh yang sangat sakit karena asam urat stadium tinggi
6. Bagian perut wanita hamil, kalaulah harus dihijamah, maka
7. Bagian tubuh yang sensitive dan banyak syaraf yang lembut, seperti pergelangan lengan tangan dalam, hal ini hanya sebatas untuk kehati-hatian.

Hal-hal penting yang harus diperhatikan

1. Setiap pasien dianjurkan untuk memiliki alat bekam sendiri. Kop atau tabung bekam tidak boleh digunakan untuk pasien lain pada penderita hepatitis, ODHA, dan penyakit menular lainnya.
2. *Hijamah* tidak dianjurkan terhadap:
 - a. Pasien yang fisiknya sangat lemah.
 - b. Penderita infeksi kulit yang merata.
 - c. Orang tua, jika mereka tidak sangat membutuhkannya.
 - d. Penderita dehidrasi (kekurangan cairan) (tidak boleh berbekam basah).
 - e. Penderita kanker darah.
 - f. Wanita yang sering mengalami keguguran kandungan.
 - g. Penderita Hepatitis A dan B apabila sedang dalam kondisi parah. Adapun bila kondisi sudah tidak parah atau penyakit tersebut merupakan penyakit menahun, maka tidak mengapa untuk diobati dengan bekam.
 - h. Pengidap penyakit kuning karena hepatitis.
 - i. Pasien yang melakukan cuci darah.
 - j. Pasien yang mengalami kelainan klep jantung, kecuali di bawah pengawasan dokter dan orang yang benar-benar ahli bekam.
 - k. Penderita demam tinggi, merasa kedinginan sementara suhu badannya sangat tinggi.
 - l. Wanita hamil pada 3 bulan pertama, apabila sangat membutuhkan dan kehamilan sudah lebih dari 3 bulan dapat dihijamah dari arah belakang atau punggung

3. *Hijamah* pada klien /pasien yang memiliki kondisi tertentu:
- Pembekaman terhadap pasien yang mengidap penyakit liver (hati) harus dilakukan secara sangat hati-hati
 - Pasien penyakit jantung, tidak boleh dilakukan terhadap pasien yang menggunakan peralatan bantu untuk mengatur detak jantung.
 - Pasien yang masih mengkonsumsi obat pelancar darah, kecuali dengan sangat hati-hati. Demikian pula terhadap orang yang kelelahan, sehingga ia beristirahat lebih dahulu.
 - Terhadap orang yang kesurupan, terkena sihir, guna-guna, dan sebagainya, kecuali terapis memiliki kemampuan atau keahlian menghadapi kasus-kasus semacam ini, atau bekerjasama dengan ahli lain
 - Penderita diabetes (kencing manis) atau pendarahan, kecuali terapis yang benar-benar ahli, tidak dengan sayatan, melainkan dengan tusukan ringan menggunakan jarum akupunktur.
 - Pada penderita dengan kelainan cairan lutut, dalam pembekaman jangan sampai gelas bekam dipasang pada daerah yang sakit, melainkan di sekitarnya.
 - Varises yang terjadi di betis, maka pembekaman dilakukan di kanan kiri varises secara hati-hati.
 - Untuk penderita tekanan darah rendah hendaklah daerah punggung bagian bawah tidak dibekam. Pembekaman hendaknya juga dilakukan satu demi satu, jangan dilakukan pembekaman sekaligus di dua tempat atau lebih secara bersamaan
 - Untuk penderita anemia, pembekaman dilakukan satu demi satu, sesuai dengan kesiapan kondisi tubuhnya.
 - Pengguna obat-obat perangsang tidak dianjurkan untuk dibekam, kecuali setelah meninggalkannya.
 - Terhadap orang yang baru memberikan donor darah kecuali setelah berlalu beberapa hari, tergantung kondisi kesehatannya. Demikian pula terhadap penderita vertigo, sampai keadaan dirinya rileks.

Berikut ini adalah daftar alat-alat pokok yang dibutuhkan untuk terapi *Hijamah*

Tabel 1. Alat-alat *hijamah*

No.	Nama alat/ bahan
1	<i>Cupping kit</i>
2	<i>Surgical blade</i> (pisau bedah steril) no. 11 dan no.15/pisau bekam/bisturi
3	<i>Scaple (Surgical blade handler)</i>
4	<i>Lancet</i> (jarum) dan <i>Lancing device</i> (Lancet pen)
5	Kapas hidrofil
6	Kassa hidrofil steril
7	<i>Handgloves</i> (sarung tangan)
8	Clemek bekam
9	<i>Face masker</i> Gunting stainless
10	Klem pean bengkok
11	Minyak Habbatus Sauda / Zaitun/ herbal Jawi
12	Poster titik bekam besar dan kecil
13	Antiseptik (betadine, Iodine, dan lain lain.)
14	Alkohol 70%
15	Sterilisator, Desinfektan (Bayclean, Hydrogen peroxide/H2O2)
16	Dipan atau kursi bekam
17	Teks Bacaan Do'a Ruqyah
18	<i>Player</i> program ruqyah

V. TATA CARA PSIKOTERAPI INSANI

Psikoterapi ini dirancang untuk dilaksanakan selama 7-10 hari, dengan minimal 2 kali pertemuan individual, meliputi pendidikan kesehatan dalam bentuk konseling berisi informasi kesehatan dan agama, hijamah dan do'a ruqyah serta dzikir, juga menulis *Qur'an Follow The Line* (QFTL).

Tabel 1. Pelaksanaan Psikoterapi Insani

TAHAP	Pertemuan I	Pertemuan II
I	<ul style="list-style-type: none"> - Administrasi umum - Pemeriksaan lengkap - Pemberian konseling islami 	<ul style="list-style-type: none"> - Pemberian konseling - Pemeriksaan tekanan darah dan kadar kolesterol, dll, sesuai keluhan
II	<ul style="list-style-type: none"> - Pengajaran dzikir - Penjelasan umum tentang <i>hijamah</i> dan doa ruqyah 	<ul style="list-style-type: none"> - Pemberian terapi <i>hijamah</i> dan do'a ruqyah sesuai indikasi pada titik yang berbeda
III	<ul style="list-style-type: none"> - Pemberian terapi <i>hijamah</i> dan do'a ruqyah sesuai hasil anamnesa dan diagnosa serta SOP 	<ul style="list-style-type: none"> - Pemeriksaan tekanan darah dan kadar kolesterol - Pemberian skala stres dan skala psikospiritual – relijius
IV	<ul style="list-style-type: none"> - Pemeriksaan tekanan darah dan kadar kolesterol dll, sesuai keluhan - Pemberian tugas untuk dilaksanakan secara mandiri: dzikir harian, memperbaiki ibadah, pola makan, perilaku, hubungan interpersonal dan menulis Qur'an MFTL harian minimal 1 halaman. - Membuat kesepakatan untuk pelaksanaan terapi kedua 	<ul style="list-style-type: none"> - Konseling singkat agar klien untuk memahami keseluruhan program, proses yang terjadi, dan hal – hal (perubahan positif atau kondisi) yang semestinya dipertahankan, dan yang seharusnya terus ditingkatkan secara mandiri. - Penjelasan tanda – tanda dan saat yang tepat untuk terapi lagi agar kondisi klien tidak memburuk.

Peralatan Psikoterapi Insani

Peralatan yang digunakan untuk melaksanakan program terapi ini terdiri dari beberapa macam, yaitu sebagai berikut.

1. Alat Psikologi :
 - a. Skala Psikospiritual-relijius dan Skala Stres
 - b. Kuesioner
 - c. Catatan Anamnesa dan diagnosa

- d. Catatan Konseling
2. Alat kedokteran : tensimeter, alat ukur kolesterol, trigliserid atau uji laboratorium, masker, *hand-gloves*, pisau bedah steril (*surgical blade*) no 15 dan atau 11, dan sterilisator.
3. Alat CAM (*complementer alternative medicine*): *computerized iridology analysis*, *accupoint electric measurement*, dan semacamnya
4. Alat *hijamah*: *cupping set* (Baik yang tanduk maupun yang modern)
5. Alat Terapi lain: *infra red*, dan *Micro computer hand accupunture*, dan media *Audiotherapy Ruqyah* dan Buku dzikir, Panduan menulis *Qur'an Follow The Line* (QFTL) dan buku medianya.

Standar Operasional Prosedur Psikoterapi Insani

1. Administrasi.
 - Mencatat Identitas Umum: Nama, alamat, usia, jenis kelamin.
 - Mencatat Identitas Keluarga: Kedudukan dan status dalam keluarga
2. Wawancara dan konseling
Menanyakan dan mendengarkan keluhan pasien, keluhan utama, keluhan tambahan lain, serta riwayat penyakit dan upaya yang pernah dilakukan.
3. Pemeriksaan Psikologi, selain melalui observasi langsung juga menggunakan Skala Stres dan Skala Psikospiritual-relijius
4. Pemeriksaan fisik
 - Pemeriksaan Umum: tekanan darah, nadi, suhu, pernafasan, lidah, iris mata, telapak tangan, dan lain lain
 - Pengamatan, pendengaran, dan penciuman dari daerah keluhan, dan dari masing-masing organ, serta Perabaan sekitar keluhan dan perabaan pada sekitar organ lain
5. Pemeriksaan Khusus
 - Pemeriksaan khusus: iris mata (iridologi), lidah, telinga, telapak tangan, dan lain-lain.
 - Pemeriksaan penunjang: hasil laboratorium, foto Rongent, dan lain lain dari hasil pemeriksaan RS/Puskesmas mitra.

6. Penentuan Diagnosa

- Menentukan jenis keluhan
- Menentukan jenis penyakit
- Menentukan letak penyakit
- Menentukan penyebab penyakit
- Bersama klien/pasien menentukan jenis teknik terapi (pengobatan)

7. Menentukan Titik *Hijamah*

- Titik yang sesuai dengan yang dikeluhkan
- Titik lain yang berpasangan dengan titik yang dikeluhkan
- Titik-titik khusus

8. Menentukan jenis *hijamah* dan melaksanakannya

- Bekam tanpa mengeluarkan darah (*hijamah jaffah* , bekam kering)
- Bekam dengan mengeluarkan darah (*hijamah Rothbah*, bekam basah)

9. Memberikan Terapi lain sebelum, ketika dan sesudah *hijamah*:

- Psikoterapi, terapi Do'a Ruqyah, Dzikir harian, mendampingi Terapi Menulis *Qur'an Follow The Line* (QFTL)
- Herbal nabi maupun herbal terstandar, suplemen
- Nasehat, tausiyah dan doa (Konseling Islami)

THE DIAGNOSTIC CRITERIA FOR PSYCHOSOMATIC RESEARCH (DCPR) VERSI REVISI ¹⁷

<i>Allostatic overload</i>	<i>Stress</i>
<i>Type A behavior</i> <i>Alexithymia</i>	<i>Personality</i>
<i>Hypochondriasis, Disease phobia, Thanatophobia, Health anxiety, Persistent somatization, Conversion symptoms, Anniversary reaction, Illness denial</i>	<i>Illness behavior</i>
<i>Demoralization, Irritable mood, Secondary somatic symptoms</i>	<i>Psychological manifestations</i>

STRESS

Tabel 1. ALLOSTATIC OVERLOAD

Kriteria A	Adanya sumber tekanan yang dapat diidentifikasi saat ini dalam bentuk peristiwa kehidupan baru-baru ini dan/atau stres kronis; stresor dinilai memberatkan atau melebihi keterampilan coping individu ketika hal itu dinilai sangat alamiah dan lingkungannya dievaluasi
Kriteria B	<p>Stresor dikaitkan dengan satu atau lebih dari tiga fitur berikut, yang terjadi dalam waktu enam bulan sejak timbulnya stresor;</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Setidaknya 2 dari gejala berikut: sulit tidur, tidur gelisah, bangun pagi terlampau awal, kurang energi, pusing, kecemasan umum, lekas marah, kesedihan, demoralisasi. 2. Penurunan signifikan dalam fungsi sosial atau pekerjaan 3. Penurunan signifikan dalam penguasaan lingkungan (perasaan kewalahan oleh tuntutan kehidupan sehari-hari)

¹⁷Terjemah R. Anggraini (2019) dari Fava, Giovanni A., Fiammetta Cosci, and Nicoletta Sonino. 2016. "Current Psychosomatic Practice." *Psychotherapy and Psychosomatics* 86 (1): 13–30. <https://doi.org/10.1159/000448856>.

PERSONALITY

Tabel 2. TIPE PERILAKU A

Kriteria A	Sedikitnya lima dari Sembilan karakteristik berikut muncul: <ol style="list-style-type: none">1. Tingkat keterlibatan yang berlebihan dalam pekerjaan dan kegiatan lain yang tunduk pada tenggat waktu2. Rasa penting dan mendesak yang sangat meresap3. Tampilan fitur motorik yang ekspresif (ucapan cepat dan eksplosif, gerakan tubuh tiba-tiba, ketegangan otot wajah, gerakan tangan) yang menunjukkan perasaan berada di bawah tekanan waktu4. Permusuhan dan siinisme5. Lekas marah6. Kecenderungan untuk mempercepat aktivitas fisik.7. Kecenderungan untuk mempercepat aktivitas mental8. Keinginan yang tinggi untuk berprestasi dan mendapat pengakuan9. Daya saing yang tinggi
------------	---

PERSONALITY

**Tabel 3. ALEXITHYmia: revised version of the DCPR
(criterion A is required)**

<i>1. Alexithymia</i>	
Kriteria A	<ol style="list-style-type: none">(1) Ketidakmampuan untuk menggunakan kata-kata yang tepat untuk menggambarkan emosi(2) Kecenderungan untuk mendeskripsikan secara detail untuk mengalihkan perasaan (mis. Keadaan di sekitar suatu peristiwa dan bukan perasaan)(3) Kurangnya kehidupan yang kaya fantasi(4) Konten pemikiran lebih terkait dengan peristiwa eksternal daripada fantasi atau emosi(5) Ketidaksadaran akan reaksi somatik umum yang menyertai pengalaman perasaan yang bervariasi(6) Ledakan tingkah laku afektif yang sesekali tetapi keras dan sering tidak tepat

ILLNESS BEHAVIOR

**Tabel 4. HYPOCHONDRIASIS: revised version of the DCPR
(criteria A–D are required)**

a. <i>Hypochondriasis</i> : Hipokondriasis (kriteria A – D diperlukan)	
Kriteria A	Ketakutan memiliki atau gagasan memiliki penyakit serius berdasarkan kesalahan interpretasi gejala tubuh
Kriteria B	Kesibukan tetap ada meskipun dengan evaluasi dan jaminan medis yang memadai. Kesempatan untuk diskusi dan klarifikasi
Kriteria C	Durasi gangguan paling tidak 6 bulan
Kriteria D	Keasyikan menyebabkan tekanan dan / atau gangguan sosial dan fungsi pekerjaan

ILLNESS BEHAVIOR

**Tabel 5. DISEASE PHOBIA: revised version of the DCPR
(criteria A–C are required)**

b. <i>Disease phobia</i> /Fobia penyakit: (kriteria A – C diperlukan)	
Kriteria A	Ketakutan yang terus-menerus dan tidak berdasar untuk menderita penyakit tertentu (mis. AIDS, kanker), dengan keraguan tetap ada meskipun ada jaminan memadai dari pemeriksaan medis
Kriteria B	Ketakutan cenderung untuk memanifestasikan diri dalam bentuk serangan dibanding dalam bentuk kekhawatiran kronis yang konstan seperti pada hypochondriasis; serangan panik mungkin terkait fitur
Kriteria C	Objek ketakutan tidak berubah seiring waktu, dan lamanya gejala melebihi 6 bulan

ILLNESS BEHAVIOR

**Tabel 6. THANATOPHOBIA: revised version of the DCPR
(criteria A–C are required)**

c. <i>Thanatophobia</i> (kriteria A – C diperlukan)	
Kriteria A	Setidaknya terjadi dua kali serangan dalam 6 bulan terakhir, seakan segera terjadi kematian dan / atau hukuman mati, tanpa berada dalam situasi yang mengancam atau dalam bahaya nyata; penilaian situasi yang memadai dan manajemen yang harus diikuti (jika ada) telah diberikan oleh dokter, dengan peluang untuk diskusi dan klarifikasi
Kriteria B	Ada ketakutan yang ditandai dan terus-menerus serta penghindaran berita yang mengingatkan pada kematian (mis.

	Pemakaman, pemberitahuan kematian); paparan rangsangan ini hampir selalu segera memicu respons kecemasan
Kriteria C	Menghindari, antisipasi cemas, dan kesusahan yang sangat mengganggu kemampuan

ILLNESS BEHAVIOR

Tabel 7. HEALTH ANXIETY: revised version of the DCPR (criteria A and B are required)

d. <i>Health anxiety</i> /Kecemasan kesehatan: (kriteria A dan B diperlukan)	
Kriteria A	Kecemasan umum tentang penyakit, kekhawatiran tentang rasa sakit, dan pengamatan yang teliti pada tubuh (kecenderungan untuk memperkuat sensasi somatik) dengan durasi kurang dari 6 bulan
Kriteria B	Kekhawatiran dan ketakutan menghadapi laporan kepastian kondisi medis yang tepat, meskipun kekhawatiran baru mungkin akan timbul setelah beberapa waktu.

ILLNESS BEHAVIOR

Tabel 9. CONVERSION SYMPTOMS: revised version of the DCPR (criteria A–C are required)

f. <i>Conversion symptoms</i> / Gejala konversi: (kriteria A – C diperlukan)	
Kriteria A	Satu atau lebih gejala atau defisit yang mempengaruhi fungsi motorik atau sensorik yang ditandai dengan kurangnya masuk akal secara anatomis atau fisiologis dan / atau tidak adanya tanda-tanda fisik yang diharapkan atau temuan laboratorium dan / atau manifestasi klinis yang tidak konsisten; jika timbul rangsangan otonom atau gejala tubuh persisten, gejala konversi jadi menonjol dan menyebabkan <i>disstress</i> dan / atau mencari perawatan medis dan / atau gangguan kualitas hidup
Kriteria B	Evaluasi medis yang tepat mengungkapkan tidak ada patologi organik untuk menjelaskan keluhan fisik
Kriteria C	Setidaknya 2 dari 4 karakteristik berikut harus ada: (1) Ambivalensi dalam pelaporan gejala (mis. Pasien tampak rileks atau tidak peduli saat ia menggambarkan gejala yang menyusahkannya) (2) fitur kepribadian Histerionik (ekspresi warna-warni dan dramatis, bahasa dan penampilan, ketergantungan yang menuntut, sangat sugestif, perubahan suasana hati yang cepat) (3) Pengendalian gejala oleh tekanan psikologis (pasien tidak

	mengetahui adanya hubungan tersebut) (4) Riwayat gejala fisik serupa yang dialami oleh pasien, diamati pada orang lain, atau diinginkan ada pada orang lain
--	--

ILLNESS BEHAVIOR

**Tabel 8. PERSISTENT SOMATIZATION: revised version of the DCPR
(criteria A and B are required)**

e. <i>Persistent somatization</i> / Somatisasi yang konsisten: (kriteria A dan B diperlukan)	
Kriteria A	Sindrom medis fungsional (fibromyalgia, kelelahan kronis, gangguan motilitas kerongkongan, dispepsia nonulcer, sindrom iritasi usus, nyeri dada atipikal, kandung kemih terlalu aktif) yang durasinya melebihi 6 bulan yang menyebabkan <i>distress</i> dan / atau mencari perawatan medis dan / atau mengakibatkan gangguan kualitas hidup
Kriteria B	Gejala rangsangan otonom yang melibatkan sistem organ lain (mis. Palpitasi, tremor, flushing, berkeringat) dan / atau efek samping yang berlebihan dari terapi medis, menunjukkan rendahnya ambang sensasi nyeri dan / atau sugestibilitas yang tinggi

ILLNESS BEHAVIOR

**Tabel 10. ANNIVERSARY REACTION: revised version of the DCPR
(criteria A–C are required)**

g. <i>Anniversary reaction</i> / Reaksi di hari istimewa: (kriteria A – C diperlukan)	
Kriteria A	Gejala rangsangan otonom (mis. Palpitasi, tremor, flushing, berkeringat) atau sindrom fungsional (mis. Sindrom iritasi usus, fibromyalgia, nyeri dada atipikal) atau gejala konversi yang menyebabkan <i>distress</i> dan / atau mencari perawatan medis dan / atau gangguan kualitas hidup
Kriteria B	Evaluasi medis yang tepat mengungkapkan tidak ada patologi organik untuk menjelaskan gejala fisik
Kriteria C	Gejala dimulai ketika pasien mencapai usia, atau pada saat ulang tahun, ketika orang tua atau anggota keluarga yang sangat dekat mengembangkan penyakit yang mengancam jiwa dan / atau meninggal; pasien tidak menyadari hubungan tersebut

ILLNESS BEHAVIOR

**Tabel 11. ILLNESS DENIAL: revised version of the DCPR
(criteria A and B are required)**

<i>h. Illness denial</i> /Penolakan penyakit: (kriteria A dan B diperlukan)	
Kriteria A	Penolakan gigih terhadap gangguan fisik yang membutuhkan perawatan (mis. Kurangnya kepatuhan, keterlambatan mencari pertolongan medis untuk gejala serius dan persisten, perilaku kontrafobik) sebagai reaksi terhadap gejala, tanda, diagnosis atau perawatan medis dari penyakit fisik
Kriteria B	Pasien telah diberikan penilaian yang memadai tentang situasi medis dan manajemen (jika ada) untuk diikuti, dengan kesempatan untuk diskusi dan klarifikasi.

PSYCHOLOGICAL MANIFESTATIONS

(MANIFESTASI PSIKOLOGIK):

**Tabel 12. DEMORALIZATION: revised version of the DCPR
(criteria A and B are required; criterion C is a specifier
for the presence of hopelessness)**

<i>Demoralization</i> /Demoralisasi: (kriteria A dan B diperlukan; kriteria C adalah spesial untuk adanya keputusan)	
Kriteria A	Keadaan perasaan yang ditandai oleh persepsi tidak mampu mengatasi beberapa masalah yang mendesak dan / atau kurangnya dukungan yang memadai dari orang lain (ketidakberdayaan); individu mempertahankan kapasitas untuk bereaksi
Kriteria B	Keadaan perasaan diperpanjang dan digeneralisasi (durasi minimal 1 bulan)
Kriteria C	Keadaan perasaan yang ditandai dengan kesadaran telah gagal memenuhi harapan yang terkait dengan keyakinan bahwa tidak ada solusi untuk masalah dan kesulitan saat ini (keputusan)

**Tabel 13. IRRITABLE MOOD: revised version of the DCPR
(criteria A and B are required)**

<i>Irritable mood</i> / Mood yang rentan: (kriteria A dan B diperlukan)	
Kriteria A	Kondisi perasaan yang ditandai dengan iritabilitas yang dapat dialami sebagai episode singkat (dalam keadaan tertentu) atau dapat diperpanjang dan digeneralisasi; itu membutuhkan upaya peningkatan kontrol atas amarah atau hasil ledakan kemarahan atau perilaku marah
Kriteria B	Pengalaman lekas marah selalu tidak menyenangkan, dan

	manifestasi nyata tidak memiliki katarsis berefek pada ledakan kemarahan yang dibenarkan.
--	---

Tabel 14. SOMATIC SYMPTOMS SECONDARY TO A PSYCHIATRIC DISORDER: revised version of the DCPR (criteria A–C are required)

Secondary somatic symptoms / gejala sekunder akibat gangguan somatik (kriteria A – C diperlukan)	
Kriteria A	Gejala somatik yang menyebabkan <i>distress</i> dan / atau mencari perawatan medis dan / atau gangguan kualitas hidup
Kriteria B	Evaluasi medis yang tepat mengungkapkan tidak ada patologi organik untuk menjelaskan keluhan fisik
Kriteria C	Gangguan kejiwaan (yang termasuk gejala somatik dalam manifestasinya) mendahului timbulnya gejala somatik (mis. Gangguan panik sebelum gejala jantung)

Tabel 15. MUATAN-MUATAN TERAPEUTIK NON-SPEKIFIK

Kemampuan terapis sepenuhnya berada dalam waktu yang spesifik	Attention Perhatian
Kesempatan bagi pasien untuk mendapatkan ventilasi (saluran) pemikiran dan perasaannya	Disclosure keterbukaan
Pengisian energi emosional, meningkatkan kepercayaan hubungan dengan orang yang ditolong	High arousal kesadaran tinggi
Penjelasan masuk akal tentang simptom-simptom atau gejala	Interpretation/ pemaknaan
Partisipasi aktif dari pasien dan terapis dalam satu ritual atau prosedur yang mereka percayai akan menjadi makna dari pemulihan kesehatan pasien	Ritual cara-cara

DETEKSI AWAL KASUS GANGGUAN JIN DI PELAYANAN KESEHATAN³⁰

ETIOLOGI GANGGUAN JIN

Penyebab	Uraian	
Jin Dzolim	jin di sekitar pasien yaitu di lingkungan tempat tinggal, tempat kerja, atau lokasi bepergian yang bermaksud jahat kepada pasien	
Sihir	Sihir Putih	menggunakan ritual campur aduk antara ritual Islami dengan ritual syirik, bahkan kelihatannya sangat

		Islami
	Sihir Hitam	menggunakan ritual aneh, terkadang tidak senonoh.
Penyakit 'Ain	pandangan mata orang/jin yang mengandung kekaguman dan/atau kedengkian kepada pasien.	

GEJALA MINOR

No.	Tanda dan Gejala Minor	Ya	Tidak
1.	Gangguan kesadaran (somnia, apatis, bahkan koma)		
2.	Gangguan pada sistem neuromuskuloskeletal, gastrointestinal, kardiovaskular, respirasi, nefro-urinari, reproduksi, hematologi, imunologi, dermatovenereologi, hingga sistem indra manusia.		
3.	Gejala GERD atau gastritis kronis (dengan/tanpa vomitus profuse)		
4.	Gejala cephalgia, myalgia, arthralgia, neuralgia		
5.	Gejala aritmia takikardi (denyut jantung ireguler)		
6.	Sakit angina		
7.	Stroke haemoragik		
8.	Gejala depresi, ansietas, panik, bipolar, halusinasi audiovisual, somatoform, somatisasi, fobia, paranoid, ketergantungan		
9.	Gangguan hubungan sosial, nafsu makan, seksual, emosional		
10.	Gangguan tidur (mimpi buruk, insomnia, hipersomnia, somnambulisme)		
11.	Muncul rasa malas ketika akan menjalankan ibadah		
12.	Berat/enggann menerima syariat Allah ta'ala		
13.	Ringan/mudah melakukan maksiat		
14.	Gangguan fisik/psikis yang hanya muncul sebelum/selama proses ibadah		
15.	Memiliki riwayat bersinggungan dengan dunia gaib (pasien/keluarga)		

Skoring SGR (Sikap, Gangguan Ibadah, Riwayat)

Materi	Nilai	Uraian	Ya	Tidak
Sikap (manifestasi medis dan psikis dengan skor 0-2)	0 (tidak ada manifestasi sama sekali)	Pasien sadar penuh, tidak merasa banyak gangguan, dan masih bisa beraktifitas fisik dengan baik. Status mental baik		
	1 (ada sedikit manifestasi fisik & psikis)	Fisik lemah, insomnia. Gangguan depresi/kecemasan Mengalami gejala minor.		
	2 (manifestasi fisik dan psikis berat)	Koma Mengamuk berat Ensefalopati, uremikum, HSS, stroke hemoragik, skizofrenia, keinginan bunuh diri		
Gangguan Ibadah	0 (tidak ada gangguan ibadah)	Pasien beragama Islam, lancar beribadah kepada Allah SWT, tidak ada sedikitpun keyakinan syirik dalam hatinya, dan punya optimisme tinggi.		
	1 (ada sedikit gangguan saat ibadah)	Ibadah tetap jalan seperti biasanya, namun pasien merasa terganggu dengan bisikan, penampakan, atau kesulitan mendapat kekhusyu'an. Gejala khas saat hendak ibadah tertentu.		
	2 (gangguan berat saat ibadah atau bahkan pasien sejak dulu)	sebelumnya rajin beribadah bisa jadi <i>stop</i> tidak beribadah sama sekali. hendak hijrah menuju kebaikan akan dibuat		

	tidak pernah ibadah sama sekali)	lumpuh, gila,		
Riwayat	0 (tidak ada riwayat bermasalah)	Tidak pernah bersinggungan dengan dunia gaib, dari keturunan juga tidak ada. Sejak awal berobat dengan pengobatan yang halal tanpa unsur kemusyrikan.		
	1 (ada sedikit riwayat bermasalah)	Pasien/keluarga menyimpan pusaka Pernah berobat ke seorang wali/orang pintar Pernah dibuka auranya/ pernah ikut aliran kebatinan		
	2 (Riwayat dunia gaib dan riwayat pengobatan sangat bermasalah)	Linglung Kental dengan kesyirikan, punya banyak pusaka Pernah ikut perguruan tenaga dalam		

GEJALA MAYOR

Dengan melakukan ruqyah syar'iyah diagnostik. Ruqyah ini bertujuan hanya untuk mendeteksi apakah gangguan itu berasal dari jin atau bukan, meskipun juga punya efek terapeutik

Materi	Uraian	Ya	Tidak
Gejala Kesurupan	Bipolar		
	Berubah kepribadian		
	Berperilaku seperti hewan		
	Pingsan		
	Mengamuk		

Gejala Non-Kesurupan	Mual		
	Muntah		
	Berkeringat		
	Menangis		
	Sendawa		
	Nyeri hebat		
	Rasa panas/kedinginan		
	Gemetar/menggigil		
	Mengantuk		
	Tidur		

Terapi Quran (Formula R. Rosyadi)

1. Diagnosis Sebelum Terapi Quran dengan RID (Ruqyah Indzar Da'awiy)

- Pergunakan Cek List 1 untuk mendeteksi gangguan. Semakin banyak yang ditandai maka semakin serius tingkat gangguan tersebut.

- Jika satu keluhan atau gejala sakit (symtom) disertai dengan minimal 3 tanda yang Masih (M) di Cek List 1 dan minimal 1 tanda di Cek List 2 baik Pernah (P) maupun Masih (M), maka “patut diduga” bahwa gejala itu diebabkan karena keberadaan makhluk Allah SWT dari jenis jin di dalam dirinya.

- Usahakan orang-orang terdekat (yang di rumah) juga mengisi data tersebut untuk mencari adanya korelasi jenis gangguan dengan penyebab.

- Pergunakan Cek List 2 untuk mendeteksi penyebab gangguan. Semakin banyak yang ditandai semakin serius (pekat) lapisan-lapisan pengganggunya. Jangan lupa penelusuran kepada Nasab dengan memaksimalkan mengisi (menandai) kolom-kolom yang ada.

Cara Mengisi:

1. Isi dengan huruf P (jika pernah) dan M (jika masih)
2. Jika P (pernah) maka sertakan pula kapan waktu terakhir
3. Jika M (masih) sebutkan kapan mulainya

Cek List 1 Tanda Gangguan

1. FISIK : Gangguan lama dan atau semakin parah baik dalam aktivitas biasa atau saat aktivitas padat	M/P	Keterangan waktu terjadinya
a Pusing sebagian atau keseluruhan, leher,		

	bahu berat atau kaku.		
b	Nyeri, panas atau terasa berat pada bagian persendian tertentu.		
c	Dada sesak atau panas.		
d	Cepat lesu, letih, dingin dan melemah.		
e	Sakit pada perut atau ulu hati.		
f	Jantung sering seperti ditusuk, berdebar keras atau tidak teratur sekalipun dalam kondisi biasa.		
g	Gangguan sekitar rahim, prostat.		
h	Sulit mendapatkan keturunan.		
i	Gangguan sekitar ginjal.		
j	Pandangan mata kabur/blur di saat tertentu.		
k	Sering kedutan di beberapa tempat dalam waktu cukup lama dan frekuensi yang cepat.		
l	Mendengar keras ketika tidur atau suara gigi bergesekan (kreot-kreot)		
m	Memiliki kekuatan fisik yang di luar kemampuan umumnya rata-rata manusia di usianya		
n	Dan sebagainya...		
2. PIKIRAN / JIWA		M/P	Keterangan Waktu Terjadinya
a	Mudah dan sering marah/tersinggung.		
b	Bingung, sulit konsentrasi.		
c	Sering bermimpi yang menakutkan.		
d	Ketika tidur sering ketindihan, kelindihan, ketindisan, ereup-ereup.		
e	Sering bermimpi bertemu dengan orang yang sama baik menakutkan atau “menyenangkan”.		
f	Sering bermimpi berada di suatu tempat yang dikenal atau di tempat asing.		
g	Sering mengigau (seperti berbicara sendiri).		
h	Dorongan kuat untuk melakukan perbuatan maksiat yang berulang-ulang.		
i	Takut, resah, gelisah, sedih, minder.		
j	Sulit tidur atau banyak tidur.		
k	Malas beraktivitas dalam kebaikan.		

l	Sering berprasangka buruk, was-was.		
m	Sering 'merendahkan' orang lain baik dalam sikap maupun bicara.		
n	Merasa ada yang mengikuti atau mengawasi.		
o	Merasa ada yang menemani atau mendampingi.		
p	Pernah atau sering mendengar suara letusan di atap atau sekitar rumah, suara pasir atau kerikil jatuh khususnya malam hari.		
q	Sering bisa “menebak” peristiwa yang pernah/akan terjadi.		
r	Bisa melihat/mendengar/mencium “sesuatu” (makhluk, aroma, atau benda) yang umumnya tidak terjadi oleh orang lain.		
s	Resah, takut, gelisah, benci atau marah dengan pembicaraan seputar Ruqyah.		
t	Dan sebagainya... (?)		
3. IBADAH		M/P	Keterangan Waktu Terjadinya
a	Sering berat saat melakukan ibadah, terburu-buru ingin cepat selesai.		
b	Sering lupa jumlah rakaat, lupa saat sujud yang dilakukan.		
c	Terasa berat/mengantuk setiap berdzikir atau membaca/mendengar Al-Quran atau ketika hadir dalam majelis pengajian.		
d	Sering sulit bangun pagi/subuh.		
e	Sering tidak yakin/was-was ketika berwudhu, mandi janabah.		
f	Sering batal ketika berwudhu.		
g	Sering terasa berat/sulit/sakit ketika menjalankan ibadah ramadhan.		
h	Dan sebagainya... (?)		
4. AKTIVITAS LAINNYA		M/P	Keterangan Waktu Terjadinya
a	“Terhalangi” rezekinya, sering gagal dalam usaha mencari nafkahnya.		
b	“Terhalangi” jodohnya.		

c	Dijauhi/dibenci rekan-rekannya.		
d	Dan sebagainya...(?)		
5. PENGARUH TERHADAP BARANG/BENDA/RUMAH		M/P	Keterangan Waktu Terjadinya
a	Rusak mesin: mobil, sepeda motor, mesin pabrik, dsb.		
b	'Terasa' angker/magis.		
c	Rumah sering banyak tikus/sering dimasuki ular, tokek, cicak, kecoa, dan banyak serangga dalam jumlah tidak wajar.		
d	Pohon 'tidak' bisa ditebang.		
e	Rumah sering bocor ditempat tertentu sekalipun sudah berulang kali diperbaiki.		

Cek List 2

(Analisa Penyebab)

Isi dengan huruf M ijika masih terasa/ada) dan dengan huruf P (jika pernah dan sekarang sudah tidak ada)

Keterangan:

Nasab: Garis keturunan

Kasab: Perbuatan, sesuatu yang dilakukan sendiri

1: Saya; 2: Suami/Istri; 3: Bapak/Ibu; 4: Kakek/Nenek; 5: Buyut, dst...

1. Dari dalam lingkungan (internal) diri sendiri dan keluarganya (NASAB-KASAB)					
Bentuk barang/perbuatan	1	2	3	4	5
“Pagar-pagar penjaga rumah/kantor/tempat usaha” (yang ditanam, digantung atau diikat di salah satu bagian bangunan).					
Memiliki benda-benda berikut ini: senjata tradisional /benda-benda pusaka/bertuah, alat tasbih (yang pernah/masih dipakai untuk wirid yang tidak sesuai syariat), batu-batuan (sebagai cincin atau koleksi lainnya), benda-benda antik/kuno, guci yang tidak digunakan pemanfaatannya selain hanya dipajang.					
Pagar atau Jimat-jimat/Rajah/Wifiq yang dituliskan atau dimasukkan di badan, dipakai/dibawa sebagai “ROMPI”, sapu tangan, ikat kepala, ikat pinggan, yang					

dimasukkan di dompet, di dalam peci/topi, dalam bentuk pulpen dan sebagainya.					
Gambar/lukisan makhluk bernyawa (manusia/hewan), patung, topeng, tokoh-tokoh kartun, karakter hewan buas dan simbol kekufuran dalam bentuk yang dipajang, boneka, spreng, pada pakaian, gantungan kunci, stiker atau souvenir, dan sebagainya.					
Amal-amal wirid atau dzikir yang tidak diajarkan Nabi Muhammad SAW yang tidak ada dalil 'resmi' yang bisa dipertanggungjawabkan, atau tidak sesuai dengan kaidah syariat seperti beberapa jenis "sholawat", doa-doa yang diwiridkan (diulang-ulang) dengan bilangan yang ditentukan dengan khasiat (fadhilah) tertentu yang tidak ada keterangan SHOHIIH secara ilmu keagamaan.					
Pernah atau masih aktif dengan ilmu kadigdayan/kanoragan/ tenaga dalam yang diperoleh melalui isian "susuk", pernafasan, wirid-wirid bacaan dsb.					
Pernah atau aktif dalam ilmu perdukunan, paranormal, dan sebagainya.					
Pernah atau masih aktif dengan Hipno (terapi, parenting, teaching, marketing, birthing, writing, dsb), SEFT, serta teknik lain yang terkait dengan konsentrasi pikiran, alam bawah sadar, kekuatan otak, dsb.					
Pernah membunuh ular di dalam rumah.					
Membuang air panas/menjatuhkan benda berat tanpa basmalah.					
Pernah membakar, menebang pohon, memangkas/membakar semak-semak tanpa membaca basmalah atau doa lainnya.					
Tinggal di ruangan yang pengap, lembab, kurang cahaya dan sirkulasi udara.					
Keturunan dari kerajaan/keraton, kebangsawanan.					
Ada kecenderungan warna tertentu atau kepada barang tertentu. Merasa lebih mantap/percaya diri jika menggunakannya.					
Sejak lama ada kecenderungan kuat kepada					

jenis cerita-cerita tertentu (horor, action, sedih)					
2. Sebab dari luar lingkungan (eksternal) penderita					
Penyebab	1	2	3	4	5
Termasuk dalam kelompok sihir: Pelet, santet atau tenung/teluh serta Sirep/Gendam.					
'Ainul-hasad (pandangan jahat) atau Nafsul-hasad (jiwa yang jahat).					
Dijadikan tumbal					

Persiapan Terapi

- a. Terapis (tabib) menyiapkan diri sendiri, dalam keadaan sehat, bersih, memiliki cukup waktu, mengenakan pakaian khusus (celemek praktek, masker, *handgloves*), berwudlu dan berdoa.
- b. Menyiapkan alat, sarana dan ruangan
 - 1) Mensterilkan alat dan bahan, dengan alat sterilisator dan cairan H₂O₂ serta alcohol.
 - 2) Mempersiapkan ruangan yang bersih, steril, terang dan cukup aliran udara dan tidak pengap, tetapi sebaiknya juga tidak ber AC dan tidak langsung terkena angin dari kipas angin.
- c. Menyiapkan Klien atau Pasien
 - 2) Pasien dijelaskan tentang bekam, efek yang terjadi, proses kesembuhan dan lain-lain.
 - 3) Pasien disiapkan mentalnya agar tidak gelisah dan takut, dibimbing untuk berdoa, dan dzikir.
 - 4) Pasien kemudian diminta untuk membaca dan menandatangani Lembar Persetujuan (*informed consent*).
 - 5) Pasien diminta untuk membersihkan tubuh dan khususnya kebersihan bagian tubuh yang akan dibekam dan berwudlu.

Pelaksanaan Terapi *Hijamah* dan do'a ruqyah

1. Memulai terapi dengan mengucapkan ta'awudz dan Basmallah, dan do'a penyembuhan (ruqyah) dengan niat untuk ikhtiar mengikuti sunnah nabi.
2. Menyiapkan kop ukuran sesuai kebutuhan dan alat penyedotnya (*hand pump*), pisau bedah steril (*surgical blade*) no 15 dan atau 11.

3. Membersihkan daerah titik bekam dengan desinfektan (misalnya. Iodin), atau minyak habbatus-sauda (minyak: herbal Jawi, But-but, Zaitun). Terapis berdoa dalam batin maupun diucapkan (*sir* atau *jahr*) dengan bacaan ruqyah dan terus berdzikir. Sangat penting untuk mengingatkan pasien agar selalu berdzikir dengan membaca minimal: "*Allahu huwa asyasyifa*" atau "*Allahu Huwasysyafi*" (Allah Yang Maha Menyembuhkan), atau membaca teks do'a ruqyah yang diberikan selama proses pembekaman supaya yakin bahwa hanya Allah SWT yang dapat menyembuhkan penyakit. Apabila sarananya ada juga dapat diputarkan CD program ruqyah dengan volume suara secukupnya.
4. Meletakkan satu kop (gelas bekam) di punggung bagian kanan, disedot secukupnya tidak terlalu kuat atau lemah, kemudian kop digeserkan ke seluruh punggung, tanpa melepas penyedotnya. Cara ini disebut "Bekam Luncur", untuk mendapatkan kelenturan kulit dan daging serta memberikan efek nyaman pada pasien, sekaligus untuk mendeteksi bagian-bagian yang dirasa klien bermasalah, sehingga didapatkan titik-titik tambahan yang juga harus dibekam.
5. Setelah bekam luncur selesai alat bekam diletakkan lagi di daerah titik-titik bekam yang sudah ditentukan, disedot secukupnya (terapis menanyakan kekuatannya pada klien) sehingga kop menempel kokoh tetapi tetap nyaman, kemudian tunggu 3-5 menit, demikian dilakukan satu persatu. Bagi pasien yang belum pernah dibekam maksimal 4 kop pada titik-titik utama. Tindakan ini juga berfungsi sebagai anestesi (pembiusan) lokal.
6. Kemudian kop dibuka dengan menarik tombol kecil di bagian atas agar udara dapat masuk, sehingga mudah diambil, kemudian dilakukan syartoh (penyayatan) menggunakan pisau steril (*surgical blade*), jumlah sayatan 5-15 untuk satu titik tergantung diameter kop yang dipakai, panjang sayatan 0,3-0,5 cm, tipis dan tidak boleh terlalu dalam dilakukan sejajar dengan garis tubuh. Salahsatu tanda bahwa sayatannya baik adalah

sesaat setelah disayat, kulit tidak mengeluarkan darah akan tetapi setelah disedot dengan alat maka darahnya baru keluar.

7. Penghisapan dilakukan kembali (tidak boleh terlalu kuat) dan “darah kotor” dibiarkan mengalir dalam kop dan ditunggu selama 3 - 5 menit.
8. Ambil kapas yang telah dibungkus kassa dan letakkan di bawah kop dengan tangan kiri, lalu perlahan kop dibuka, ditekan dan diarahkan agar darah masuk semua ke dalam kop dengan tangan kanan. Tahan kapas yang dilapisi kassa tersebut dengan tangan kiri sampai sisa darah habis dan bersihkan dengan kapas dilapisi kassa tersebut, lalu darah dibuang. Jika perlu dapat dilakukan penghisapan ulang seperti tadi maksimal 7 kali tanpa dilakukan pengulangan sayatan.
9. Bersihkan bekas luka dan oleskan minyak habbatus-sauda (minyak: herbal Jawi, But-but, Zaitun) yang steril.
10. Klien diberi air madu yang sebelum diminum dido’akan lebih dahulu.
11. Berdoa bersama klien dengan rasa syukur karena proses *hijamah* sudah selesai.
12. Penutup. Terapis memberikan informasi:
 - a. Cara merawat bekas sayatan hijamah, yaitu dengan diberi betadine atau minyak habbatus-sauda (minyak: herbal Jawi, But-but, Zaitun), umumnya bekas bekam akan hilang setelah 2-5 hari,
 - b. dimungkinkan ada reaksi penyembuhan (DOC) berupa ingin tidur, agak pusing, mual, buang angin, bersendawa, muntah, diare, kehausan, atau tidak mengalami apapun yang menonjol. Kondisi ini berbeda untuk setiap orang,
 - c. boleh makan setelah 1 jam, cukup istirahat, untuk mandi (boleh air hangat) 4 jam setelah terapi, menghindari hubungan suami-istri selama sehari, mengkonsumsi herbal nabi dan makan bergizi seimbang,
 - d. selain itu mengingatkan klien pada hal-hal penting yang telah disampaikan selama program berlangsung secara singkat, tugas-tugas yang disarankan untuk dilakukannya di rumah

- secara mandiri, seperti perubahan kebiasaan-kebiasaan negatif, pola makan, pola kerja dan istirahat, juga olah raga ringan tetapi rutin, dan yang paling penting adalah untuk memperbaiki pelaksanaan ibadah, dzikir, dan do'a ruqyah,
- e. mengingatkan klien untuk menghubungi terapis bilamana terjadi hal-hal yang tidak nyaman atau penting, serta kembali datang untuk menjalani terapi berikutnya sesuai jadwal yang telah disepakati.

METODE RID (RUQYAH INDZAR DA'AWI)

Meruqyah Dengan Metode Memberi Peringatan Dakwah
Formula Riyadh Rosyadi, Ketua Umum 'Forum Terapi Qur'an'
Indonesia

-Bismillah-

RID (Ruqyah Indzar Da'awi) adalah Ruqyah Syar'iyah dengan memberi peringatan kedakwaan dan sebagai salah satu cara untuk menterapi jika ada gejala gangguan seperti dalam cek list di atas yang terdapat 3 atau lebih yang diberi tanda M pada Cek List 1 dan minimal 1 yang diberi tanda P/M pada cek list 2.

RID dalam pelaksanaannya perlu memperhatikan SOP (Standar Operasional Prosedur) -nya.

Memahami Proses Seorang Terkena Gangguan

Seseorang itu bisa terkena gangguan jin pengganggu itu mirip sebagaimana proses seseorang terinfeksi virus demam berdarah.

Setidaknya ada 5 faktor yang menyebabkan seseorang berpeluang besar terkena infeksi, yaitu:

1. Virus
2. Nyamuk
3. Gigitan Nyamuk,
4. Media atau sarang nyamuk disekitar calon korban
5. Kondisi yang lemah calon korban yang terinfeksi.

Diantara kelimanya, 3 faktor pertama adalah faktor eksternal yang mengganggu. Sedangkan 2 faktor lainnya yaitu faktor keempat dan kelima adalah 2 faktor internal yang jika keduanya terdapat pada seseorang maka memberi peluang besar terkena infeksi/ gangguan. Dua faktor Internal yang harus diperhatikan:

1. Media di sekitar korban bisa tersedia dengan cara:

- a) Dibuat Sendiri: Faktor nasab, faktor kasab (perbuatan) maupun benda (Cek List 2).
- b) Dibuat orang lain: Buhul sihir, ikatan tumbal

Maka perbaikannya dengan,

- Hilangkan dengan memutus perjanjian, memutus bentuk ikatan yang menghubungkan.
- Berhenti atau bertaubat jika itu adalah perbuatan.
- Memodifikasi bendanya jika masih bisa dimanfaatkan dan
- Memusnahkan bendanya jika tidak mungkin lagi dimanfaatkan.

2. Kondisi lemah si korban

- a) Secara Spiritual: aqidah, ibadah, akhlak
- b) Secara Mental: Segala goncangan jiwa berupa sedih, takut, resah, khawatir, kecewa, malu, marah, benci, dendam, senang berlebihan, obsesi tinggi angan-angan dunia, dan sebagainya.

Maka perbaikannya dengan,

- Perbaiki diri dalam beragama secara aqidah, ibadah, akhlak.
- Pulihkan jiwa dengan menguatkan iman kepada takdir.
- Memaafkan dan meminta maaf.
- Dilanjutkan dengan istighfar dan dzikrullah yang sesuai keadaanya.

4 Langkah SOP RID TQ (Standar Operasional Prosedur)

1. Perbaiki faktor internal no1 dan 2 tadi (media dan kondisi lemah)
2. Sempatkan bershodaqoh dengan bentuk kebaikan apapun.

Misalnya:

- Dengan mendoakan orang lain,
 - Dengan harta,
 - Dengan ibadah-ibadah dan amal sosial lainnya.
3. Lakukan RID
 4. Lakukan Ikhtiar Nafs dan Terapi 'Ain

Langkah RID – cara 1

Mengawali RID, kita mulai dengan membaca ayat-ayat yang membantu kita meluruskan niat untuk memperbaiki diri dan mendakwahi makhluk yang Allah Subhanahu Wa Ta'ala takdirkan kebersamai kita melalui proses apapun.

qul haadzihī sabīlī ad'uu ilallah; 'alaa bashīratīn ana wa minattaba'anī; wa sub-haanallāhī wa maa ana mīnal-musyrikīn

“Katakanlah (Muhammad), inilah jalanku, aku dan orang-orang yang mengikutiku mengajak (kamu) kepada Allah dengan yakin, Maha Suci Allah, dan aku tidak termasuk orang-orang musyrik.” [QS. Yusuf (12): 108]

ud'u ilaa sabīlī rabbīka bil-hikmatī wal-mau'izhotil-hasanatī wa jaadilhim bil-latī hiya ahsan; inna rabbaka huwa a'lamu bīman dhalla 'an sabīlīhī wahuwa a'lamu bil-muhtadīn

“Serulah (manusia) kepada jalan Tuhanmu dengan hikmah dan pengajaran yang baik, dan berdebatlah dengan mereka dengan cara yang baik. Sesungguhnya Tuhanmu, Dialah yang lebih mengetahui siapa yang sesat dari jalan-Nya dan Ialah yang lebih mengetahui siapa yang mendapat petunjuk.” [QS. An-Nahl (16): 125]

wa man ahsanu qaulam mim man da'aa ilallāhī wa 'amīla shaalihaw wa qaala innanī mīnal muslimīn

“Dan siapakah yang lebih baik perkataannya daripada orang yang menyeru kepada Allah dan mengerjakan kebajikan dan berkata *sungguh, aku termasuk orang-orang muslim (yang berserah diri)*.” [QS. Fussilat (41): 33]

wa laa tastawīl hasanatu wa las- sayyī'ah; idfa' bil-latī hiya ahsanu fa idzal ladzī bainaka wa bainahuu 'adaawatun ka'annahuu waliyyun hamiim

“Dan tidaklah sama kebaikan dengan kejahatan. Tolaklah (kejahatan itu) dengan cara yang lebih baik, sehingga orang yang ada permusuhan antara kamu dan dia akan seperti teman yang setia.” [QS. Fussilat (41): 34]

wa maa yulaqqaahaa illal ladzīna shabaruu; wa maa yulaqqaahaa illa dzuu hazhhiin 'azhiim

“Dan (sifat-sifat yang baik itu) tidak akan dianugerahkan kecuali kepada orang-orang yang sabar dan tidak dianugerahkan kecuali kepada orang-orang yang mempunyai keberuntungan yang besar.” [QS. Fussilat (41): 35]

in uriidu illal ishlaaha mastatho'tu; wa maa taufīqī illa billah; 'alaihi tawakkltu wa ilaihi uniib

“...Aku hanya bermaksud (mendatangkan) perbaikan selama aku masih sanggup. Dan petunjuk yang aku ikuti hanya dari Allah. Kepada-Nya aku bertawakal dan kepada-Nya (pula) aku kembali.” [QS. Hud (11): 88]

Setelah itu kita memanjatkan permohonan doa hidayah serta ketetapan iman untuk diri kita dan pihak yang kita dakwahi (manusia dan jin jika diindikasikan ada).

Awali dengan pujian kepada Allah Subhanahu Wa Ta'ala dan shalawat, kemudian berdoa:

yaa muqaliibal quluubi tsabbit quluubanaa 'alaa diinika

Wahai yang membolak-balik hati, tetapkanlah hati kami pada agamaMu.

[HR. Ahmad: 25457, At-Tirmidzi: 3444]

yaa musharrifal quluubi sharrif quluubanaa 'alaa thaa'atika

Wahai yang mengarahkan hati, arahkan hati kami untuk taat kepadaMu. [HR. Ahmad: 6321]

ihdinash shiraathal mustaqiem

Tunjukilah kami jalan yang lurus [QS. Al-Fatihah (1): 6]

Saat Awal Memulai Terapi

1. Baca istirja' atas segala yang dialami/ dirasakan sebagai derita (musibah) ujian. Yaitu bacaan
...inna lillaahi wa innaa ilaihi raajiuun.
...Sesungguhnya kami milik Allah dan kepada-Nya kami kembali. [QS. Al-Baqarah (2): 156]
2. Baca istighfar atas segala yang lalai dan salah.
3. Memaafkan orang lain, jika terkait dengan rasa sakit/ marah/ kecewa/ malu atas perlakuan orang lain tersebut.
4. Mendoakan kebaikan mereka.

1. Analisa Dan Identifikasi Makhluk Jin

Anamnesis - Diagnosis. Pergunakan [Cek List 1 & 2](#).

Identitas: alamat/posisinya di tubuh kita, profesi/yang dikerjakannya, asal/sumber datangnya (nasab-kasab-sihir atau 'ain)

Dengan diawali Basmalah, panggil/serulah para makhluk Allah Subhanahu Wa Ta'ala itu sesuai dengan identitasnya yang sudah tergalil itu.

Beri penjelasan awal sebagaimana QS. Al-mukminun (23): 115-118;

أَفَحَسِبْتُمْ أَنَّمَا خَلَقْنَاكُمْ عَبَثًا وَأَنَّكُمْ إِلَيْنَا لَا تُرْجَعُونَ

Maka apakah kamu mengira, bahwa sesungguhnya Kami menciptakan kamu secara main-main (saja), dan bahwa kamu tidak akan dikembalikan kepada Kami?

فَتَعَالَى اللَّهُ الْمَلِكُ الْحَقُّ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْكَرِيمِ

Maka Maha Tinggi Allah, Raja Yang Sebenarnya; tidak ada ilah selain Dia, Robb (Yang mempunyai) 'Arsy yang mulia.

وَمَنْ يَدْعُ مَعَ اللَّهِ إِلَهًا آخَرَ لَا بُرْهَانَ لَهُ بِهِ فَإِنَّمَا حِسَابُهُ عِنْدَ رَبِّهِ إِنَّهُ لَا يُفْلِحُ الْكَافِرُونَ

Dan barangsiapa menyembah tuhan yang lain di samping Allah, padahal tidak ada suatu dalilpun baginya tentang itu, maka sesungguhnya perhitungannya di sisi Robb-nya. Sesungguhnya orang-orang yang kafir itu tiada beruntung.

وَقُلْ رَبِّ اغْفِرْ وَارْحَمْ وَأَنْتَ خَيْرُ الرَّاحِمِينَ

Dan katakanlah: "Ya Robb-ku berilah ampun dan berilah rahmat, dan Engkau adalah Pemberi rahmat Yang Paling baik".

2. Perlindungan

Jiwa kita dan para jin-nya sesuai dengan analisa identifikasi

Masing-masing bacaan berikut ditiupkan ke telapak tangan lalu diusapkan ke seluruh tubuh,

* **Alfatihah,**

* **Ayat kursi QS. Al-Baqoroh (2): 225;**

اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْحَيُّ الْقَيُّومُ لَا تَأْخُذُهُ سِنَّةٌ وَلَا نَوْمٌ لَهُ مَا فِي السَّمَاوَاتِ وَمَا فِي الْأَرْضِ مَنْ ذَا الَّذِي يَشْفَعُ عِنْدَهُ إِلَّا بِإِذْنِهِ يَعْلَمُ مَا بَيْنَ أَيْدِيهِمْ وَمَا خَلْفَهُمْ وَلَا يُحِيطُونَ بِشَيْءٍ مِنْ عِلْمِهِ إِلَّا بِمَا شَاءَ وَسِعَ كُرْسِيُّهُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضَ وَلَا يَئُودُهُ حِفْظُهُمَا وَهُوَ الْعَلِيُّ الْعَظِيمُ

Allah, tidak ada Tuhan (yang berhak disembah) melainkan Dia Yang Hidup kekal lagi terus menerus mengurus (mahluk-Nya); tidak mengantuk dan tidak tidur. Kepunyaan-Nya apa yang di langit dan di bumi. Tiada yang dapat memberi syafa'at di sisi Allah tanpa izin-Nya? Allah mengetahui apa-apa yang di hadapan mereka dan di belakang mereka, dan mereka tidak mengetahui apa-apa dari ilmu Allah melainkan apa yang dikehendaki-Nya. Kursi Allah meliputi langit dan bumi. Dan Allah tidak merasa berat memelihara keduanya, dan Allah Maha Tinggi lagi Maha Besar.

* **4 Qul, (Al-Kafirun, Al-Ikhlash, Al-Falaq, dan An-Naas) (3 kali)**

* **QS. Al-Isra' (17):45 (3 kali)**

وَإِذَا قَرَأْتَ الْقُرْآنَ جَعَلْنَا بَيْنَكَ وَبَيْنَ الَّذِينَ لَا يُؤْمِنُونَ بِالْآخِرَةِ حِجَابًا مَسْتُورًا

Dan apabila kamu membaca Al Quran niscaya Kami adakan antara kamu dan orang-orang yang tidak beriman kepada kehidupan akhirat, suatu dinding yang tertutup,

* **QS. Al-Kahfi (18): 97, (3 kali)**

فَمَا اسْطَاعُوا أَنْ يَظْهَرُوهُ وَمَا اسْتَطَاعُوا لَهُ نَقْبًا

Maka mereka tidak bisa mendakinya dan mereka tidak bisa (pula) melobanginya.

* **QS. Fatir (35): 43 (3 kali)**

اسْتَكْبَارًا فِي الْأَرْضِ وَمَكْرَ السَّيِّئِ ۚ وَلَا يَحِيقُ الْمَكْرُ السَّيِّئُ إِلَّا بِأَهْلِهِ ۚ فَهَلْ يَنْظُرُونَ إِلَّا سُنَّتَ الْأُولَىٰ ۗ فَلَنْ تَجِدَ لِسُنَّتِ اللَّهِ تَبْدِيلًا ۚ وَلَنْ تَجِدَ لِسُنَّتِ اللَّهِ تَحْوِيلًا

karena kesombongan (mereka) di muka bumi dan karena rencana (mereka) yang jahat. Rencana yang jahat itu tidak akan menimpa selain orang yang merencanakannya sendiri. Tiadalah yang mereka nanti-nantikan melainkan (berlakunya) sunnah (Allah yang telah berlaku) kepada orang-orang yang terdahulu. Maka sekali-kali kamu tidak akan mendapat penggantian bagi sunnah Allah, dan sekali-kali tidak (pula) akan menemui penyimpangan bagi sunnah Allah itu.

3. Istighfar Dan Taubat

Ajak juga para jin-nya

4. Memutus Akses-Hubungan

*Awali dengan *blocking* akses

QS. Al-Baqoroh (2): 18;

صُمُّ بُكْمٌ عُمَىٰ فَهُمْ لَا يَرْجِعُونَ

Mereka tuli, bisu dan buta, maka tidaklah mereka akan kembali (ke jalan yang benar).

QS. Al-Baqoroh (2): 171;

صُمُّ بُكْمٌ عُمَىٰ فَهُمْ لَا يَعْقِلُونَ...

...Mereka tuli, bisu dan buta, maka (oleh sebab itu) mereka tidak mengerti.

* **Putus/Cabut/Batalkan Perjanjian/Tugas**

QS. At-Taubah (9): 1;

بِرَاءةٍ مِنَ اللَّهِ وَرَسُولِهِ إِلَى الَّذِينَ عَاهَدْتُمْ مِنَ الْمُشْرِكِينَ

(Inilah pernyataan) pemutusan hubungan dari Allah dan Rasul-Nya (yang dihadapkan) kepada orang-orang musyrikin yang kamu (kaum muslimin) telah mengadakan perjanjian (dengan mereka).

QS. Al-Baqoroh (2): 166;

إِذْ تَبَرَأَ الَّذِينَ اتَّبَعُوا مِنَ الَّذِينَ اتَّبَعُوا وَرَأَوْا الْعَذَابَ وَتَقَطَّعَتْ بِهِمُ الْأَسْبَابُ

(Yaitu) ketika orang-orang yang diikuti itu berlepas diri dari orang-orang yang mengikutinya, dan mereka melihat siksa; dan (ketika) segala hubungan antara mereka terputus sama sekali.

QS. Yunus (10): 81-82;

فَلَمَّا أَلْقَوْا قَالَ مُوسَىٰ مَا جِئْتُمْ بِهِ السِّحْرُ إِنَّ اللَّهَ سَيُبْطِلُهُ إِنَّ اللَّهَ لَا يُصْلِحُ عَمَلَ الْمُفْسِدِينَ
Maka setelah mereka lemparkan, Musa berkata: "Apa yang kamu lakukan itu, itulah yang sihir, sesungguhnya Allah akan menampakkan ketidak benarannya" Sesungguhnya Allah tidak akan membiarkan terus berlangsungnya pekerjaan orang-orang yang membuat kerusakan.

وَيَحِقُّ اللَّهُ الْحَقَّ بِكَلِمَاتِهِ وَلَوْ كَرِهَ الْمُجْرِمُونَ

Dan Allah akan mengokohkan yang benar dengan ketetapan-Nya, walaupun orang-orang yang berbuat dosa tidak menyukainya).

QS. Ash-Shu'ara (26): 45;

فَأَلْقَىٰ مُوسَىٰ عَصَاهُ فَإِذَا هِيَ تَلْقَفُ مَا يَأْفِكُونَ

Kemudian Musa menjatuhkan tongkatnya maka tiba-tiba ia menelan benda-benda palsu yang mereka ada-adakan itu.

QS. Al-Anbiya (21): 30;

أَوَلَمْ يَرَ الَّذِينَ كَفَرُوا أَنَّ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضَ كَانَتَا رَتْقًا فَفَتَقْنَاهُمَا وَجَعَلْنَا مِنَ الْمَاءِ كُلَّ شَيْءٍ حَيٍّ أَفَلَا يُؤْمِنُونَ

Dan apakah orang-orang yang kafir tidak mengetahui bahwasanya langit dan bumi itu keduanya dahulu adalah suatu yang padu, kemudian Kami pisahkan antara keduanya. Dan dari air Kami jadikan segala sesuatu yang hidup. Maka mengapakah mereka tiada juga beriman?

2 Qul (Al-Falaq dan An-Naas)

5. Mendakwahi

Dengan ditadabburi, baca :

- Alfatihah,
- Ayat kursi (QS. Al-Baqoroh: 255)
- Ayat-ayat pilihan tertentu sesuai dengan identitas yang diketahui
- 3 Qul (Al-Ikhlâs, Al-Falaq, dan An-Naas)

6. Mengajak Berislam

Pakai telunjuk tauhid, tuntun mereka membaca:

Dua kalimat syahadat

Asyhadu an-Laa ilaaha illaLLaah wa Asyhadu anna Muhammadar RasuuluLLaah

Kalimat ridha

Rodhiitu biLLaahi Robbaa, wabil Islaami diinaa, wabi Muhammadin nabiiyaw wa rosuulaa

Doa hasanah

*Robbanaa aatinaa fid dun-yaa Hasanah wa Fil aakhiroti
Hasanah wa qinaa 'adzaaban naar*

7. Mengajak Bergabung Dalam Jamaah Yang Baik

- Yaitu jamaah yang taat ibadah, mempelajari agama dan berdakwah/berjuang di jalan Allah).
- Ajak berdoa dalam **QS. Al-Kahfi (18): 10**;

رَبَّنَا آتِنَا مِنْ لَدُنْكَ رَحْمَةً وَهَيِّئْ لَنَا مِنْ أَمْرِنَا رَشَدًا ...

"Wahai Tuhan kami, berikanlah rahmat kepada kami dari sisi-Mu dan sempurnakanlah bagi kami petunjuk yang lurus dalam urusan kami (ini)".

8. Menuntunnya Keluar

- Doa keluar: *Bismillaahi tawakkalnaa 'alallaah....dst*
- Ucapan salam.
- Perintahkan keluar.

* pakai telunjuk tauhid yang tadi untuk memutus/membuka/mengupas buhul-buhul yang mengikat/mengunci para jin itu di dalam tubuh.

Cara 2

Setelah tahap langkah 1 dan 2,

Lalu minta yang bersangkutan amalkan **F492** itu.

Formula 492 maksudnya adalah:

4 adalah dzikir yang 4 sebagaimana di *wazifah ma'tsurat*, masing-masing minimal **100x**.

1. *AstaghfiruLLaah haladzi Laa ilaaha illaa huwal
hayyul qoyyuumu wa atuubu ilaih.*
2. *Laa ilaaha illaLLoohu wahdahu laa syariikalah,
lahul mulku wa lahul hamdu yuhyii wa yumiiitu wa
huwa 'alaa kulli syai-in qodir.*
3. Tasbih tahmid tahlil takbir
4. Sholawat ibrahimiyyah tasyahud akhir

9 adalah QS. At-Taubah ayat 1 dan QS. Al-Baqoroh (2) ayat 166; sebagai ayat pemutus ikatan

لِلَّهِ وَرَسُولِهِ إِلَى الَّذِينَ عَاهَدْتُمْ مِنَ الْمُشْرِكِينَ

(Inilah pernyataan) pemutusan hubungan dari Allah dan Rasul-Nya (yang dihadapkan) kepada orang-orang musyrikin yang kamu (kaum muslimin) telah mengadakan perjanjian (dengan mereka).

[QS. At-Taubah (9): 1].

إِذْ تَبَرَّأَ الَّذِينَ اتَّبَعُوا مِنَ الَّذِينَ اتَّبَعُوا وَرَأَوْا الْعَذَابَ وَتَقَطَّعَتْ بِهِمُ الْأَسْبَابُ

(Yaitu) ketika orang-orang yang diikuti itu berlepas diri dari orang-orang yang mengikutinya, dan mereka melihat siksa; dan (ketika) segala hubungan antara mereka terputus sama sekali.

[QS. Al-Baqoroh (2): 166]

2 membaca QS. Al-Baqoroh

Jika terlalu berat bagi yang bersangkutan membaca semua surat Al-Baqoroh, diringkas saja menjadi 10 ayat surat Al-baqoroh yang disunnahkan.

*** Ayat 1 sd 5**

*** Ayat Kursi (255) + dua ayat sesudahnya (256-257)**

*** Dua ayat terakhir (284-286)**

Jika terasa ada sesuatu, dakwahi hingga akhir selesai tahapan.

VI. PENUTUP

Untuk meningkatkan profesionalitas sebaiknya para terapis *al Thibb al Nabawi* yang bukan berlatar belakang keilmuan medis, melengkapi diri dengan pengetahuan dan kemampuan untuk mendiagnosis dan mengapresiasi penyakit dengan menggunakan catatan/data medis berupa tekanan darah, kadar kolesterol, kadar asam urat, kadar gula darah. Karena itu perlu memiliki instrumen untuk mengukur tensi darah (tensimeter), kadar gula (glucometer), pengukur kolesterol, dan *uric acid* meter, *infra red*, dan *computerized iridology analysis*, *Micro computer hand accupunture*, dan sebagainya.

Jika tidak memiliki kemampuan tersebut, maka seorang praktisi nabawiyah idealnya bersifat terbuka untuk bekerjasama dengan berbagai profesi di bidang kesehatan dan kedokteran. Orientasi pelayanannya adalah memberi bantuan kepada pasien/klien seoptimal mungkin, diawali dengan tindakan sesederhana mungkin agar permasalahan pasien tidak bertambah berat akibat terbebani oleh berbagai terapi dan obat yang belum tentu relevan dan perlu diterapkan.³¹ Sekaligus sebaiknya tidak perlu mempraktekkan ilmu-ilmu yang tampaknya sangat efektif untuk men-terapi, tetapi sesungguhnya justru mencelakakan dan menyesatkan karena tidak sesuai dengan tuntunan kitab dan rasulNya, seperti penyaluran energi gaib, meditasi, dan pernafasan (Anggraini, 2006), serta ruq'yah yang disertai do'a dan cara-cara yang tidak berasal dari al-Qur'an dan Hadis (Fadlan, 2005; Anggraini, 2008).

Insyallah dengan ijinNya melalui niat dan cara-cara yang benar, Terapi Nabawi akan memberikan hasil positif dalam bentuk sehat wal 'afiat, dan yang lebih penting sehat secara rohani (psikologis, spiritual-relijius).

¹ Depag (2003),),

² Kasmui (2007),

³ Ismail & Norhayati (2003, 2004, 2006

⁴ Suhardi & Syafaah (2006)

⁵ (Subandi, 2002)

⁶ (Mubarok, 2000)

-
- ⁷ (Ismail & Norhayati, 2003; Susiyanto, 2006; adz-Dzaky, 2001, Irianto & Waluyo, 2004).
- ⁸ (Nashr, 2005; Adz-Dzaky, 2001; Hamdi, dkk, 2005).
- ⁹ (Najati, 2001)
- ¹⁰ Adz-Dzaky (2001)
- ¹¹ (Ibnu Qoyyim, 2004, 2005; Adz Dzaky, 2001).
- ¹² Syarif (2002)
- ¹³ Ghazali
- ¹⁴
- ¹⁵ (Ibnul Qayyim), 2004). (Depag, 2003).
- ¹⁶ Ismail & Norhayati (2003)
- ¹⁷ (Depag, 2003).
- ¹⁸ (Ismail & Norhayati, 2003). (Depag, 2003). Ibnu Qayyim 2004
- ¹⁹ Ismail & Norhayati (2003)
- ²⁰ (Fattah, 2004) Deppag 2003
- ²¹ (Syarif, 2002). (Najati, 2001;
- ²² Adz-Dzaky, 2001).
- ²³ Abu Segara (2006)
- ²⁴ (Fadlan,
- ²⁵ (Fadlan, 2005;
- ²⁶ Nashr (2005), Suhardi & Syafaah (2006), Kasmui (2007) maupun Umar (2008)
- ²⁷ Lebih lanjut, baik Nashr (2005), Suhardi & Syafaah (2006) maupun Umar (2008) menjelaskan tentang terapi *hijamah* sebagai berikut.
- ²⁸ PBI, 2019
- ²⁹ Kathur, Mahmoud
- ³⁰ Sagiran
- ³¹ (Kasmui, 2007).

LAMPIRAN H

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama : Hj. Retno Anggraini, Dra, M.Si, Psikolog
Tempat dan Tanggal Lahir : Yogyakarta, 14 September 1960
Jenis Kelamin : Perempuan
NIK : 210799002
NIDN : 0614096001
Fakultas/Jurusan : Psikologi/Psikologi Klinis
Bidang Ilmu/Keahlian : Psikologi
Kantor/Unit Kerja : Fakultas Psikologi Universitas Islam
Sultan Agung
Alamat Kantor : UNISSULA Jl. Raya Kaligawe Km.4
Kota : Semarang
Kode pos : 50112
Telepon : 024-6583584
Faksimile : 024-6582455
E-Mail : informasi@unissula.ac.id
<http://www.unissula.ac.id>
Alamat Rumah : Jl. Pengok Kidul 32 Baciro,
Gondokusuman
Kota : Yogyakarta
Telepon : 0274-566026
Handphone/WA : 08999310099
E-Mail : anggipsi@gmail.com

Riwayat Pendidikan:

a. SD : SD Negeri Ungaran Yogyakarta lulus 1972
b. SLTP : SLTP Negeri 5 Yogyakarta lulus 1975
c. SLTA : SLTA Negeri 3 Yogyakarta lulus 1979
d. Program Diploma : Sarjana Muda Psikologi lulus 1984
Universitas Gajah Mada
e. Program Sarjana : Sarjana Psikologi lulus 1989
Universitas Gajah Mada
f. Program Pascasarjana : Magister Sains Psikologi lulus 2004
Universitas Gajah Mada
g. Pendidikan saat ini : Program Pascasarjana Psikologi Pendidikan
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

Pengalaman Penelitian

- a. Judul Penelitian I : Penelitian Ciblek dan Prostitusi di Kota Semarang (Tim Pemerintah Kota Semarang). 2000
- b. Judul Penelitian II: Retardasi Mental Pada Masyarakat Semin Gunung Kidul di Yogyakarta (Tinjauan: Kondisi IQ dan Prestasi Belajar) (Tim IDAJI Jawa Tengah). 2003
- c. Judul Penelitian III : Retardasi Mental Pada Masyarakat Semin Gunung Kidul di Yogyakarta (Tinjauan: Gambaran IQ berdasarkan Jenis Kelamin) (Tim IDAJI Jawa Tengah). 2003
- d. Judul Penelitian IV : Stres dan Orientasi Motivasi Calon Haji serta Seni Pernafasan dengan Dzikir. 2003-2004
- e. Judul Penelitian V: Stimulasi Relijius Pasutri, Kecemasan Pra persalinan dan Kebutuhan Dukungan Sosial pada bu Hamil (Mandiri, DIKTI). 2006.
- f. Judul Penelitian VI : Ruqyah Syar'i sebagai Psikoterapi Indigenous (berlandaskan kearifan lokal) (Mandiri, UGM). 2008
- g. Judul Penelitian VII : Validitas dan Reliabilitas Iridologi (Diagnosa Selaput Pelangi Mata) sebagai Alat Deteksi Tingkat Stres (Dosen Muda DIKTI). 2008
- h. Judul Penelitian VIII : Model Psikoterapi berwawasan Indigenous (kearifan lokal) dengan Paradigma Holistik Islami (Hibah Bersaing DIKTI). 2009
- i. Judul Penelitian IX : Tinjauan Psikologi Klinis pada terapi *Cupping (blood letting, bekam)* (Unissula). 2009

Kegiatan Ilmiah

1. Juli – September 2000 : Cinta (Apakah Anda Seorang Yang Memilikinya?) Majalah Ilmiah Unissula Semarang Vol XII No 83
2. September 2001 :Psikologi Haji. LBMH Muhammadiyah Semarang
3. Januari 2002 : Petunjuk Praktis Ibadah Haji. KBIH Al Mabrur. Semarang

4. April – Juni 2003 : Aktualisasi Filsafat Ilmu dalam Pengembangan Psikologi, Majalah Ilmiah Unissula Semarang Vol XVII No 92
5. April – Juni 2003 : Psikologi Islam Bagi Pemula (Jiwa dalam Al Qur'an), Majalah Ilmiah Unissula Semarang Vol XVII No 92
6. 18 Agustus 2004 : Bukan Mama dan Papa Yang Sekolah, Kolom Keluarga Harian SUARA MERDEKA Semarang.
7. 18 September 2004: Belajar Al Qur'an Dalam Kandungan, Kolom Keluarga Harian SUARA MERDEKA Semarang
8. 31 Oktober 2004 : Kalau Tak Berpuasa, Jujur Sajalah, Kolom Keluarga Harian SUARA MERDEKA Semarang
9. November 2004 : Buku Ajar Interpretasi Grafis Fakultas Psikologi Unissula
10. Desember 2004 : Stres dan Orientasi Motivasi Calon Haji Serta Seni Pernafasan Dengan Dzikir Dalam Latihan Manasik Haji, Majalah RAGAM Politeknik Negeri Semarang, Volume 4 Nomor 3.
11. Februari 2006 : Prosiding Seminar Nasional Isu-isu Kontemporer dalam Psikologi, Universitas Ahmad Dahlan. "Seni pernafasan dengan Dzikir: Terapi Sufistik Transpersonal yang Tersesat-Menyesatkan". Yogyakarta
12. Februari 2006 : Prosiding Seminar Nasional Isu-isu Kontemporer dalam Psikologi, Universitas Ahmad Dahlan. "Faktor Religiusitas dalam Gagasan Pengasuhan Anak yang Holistik". Yogyakarta.
13. Oktober 2006: Hubungan Kekerasan Orang Tua terhadap Anak dengan Perilaku Agresif pada Siswa SMP Negeri II Ungaran. Jurnal Psikologi Proyeksi. Unissula. (I)1
14. Februari 2007: Prosiding Seminar Konferensi Nasional I Ikatan Psikologi Klinis – HIMPSI. "Stimulasi Relijius Pasutri, Kecemasan Pra-persalinan dan Kebutuhan Dukungan Sosial Ibu Hamil". Bandung.
15. Agustus 2007 : Prosiding Kongres II Asosiasi Psikologi Islami : Peran Psikologi Islami dalam Pengembangan Masyarakat. Aplikasi dan Implikasi Doa dalam Perspektif SALIC (*Spiritual Active Learning for Intelligency Cosmic*)

16. Agustus 2007 : Prosiding Kongres II Asosiasi Psikologi Islami : Peran Psikologi Islami dalam Pengembangan Masyarakat. Psikoterapi dengan Paradigma Holistik-Islami.
17. Desember 2008 : Prosiding Seminar Nasional 100 Tahun Program Pasca UGM, Ruqyah Syar'i sebagai Psikoterapi Indigenous (berlandaskan kearifan lokal), Yogyakarta
18. Desember 2009 : Buku Ajar: Terapi Holistik Islami (Psikofisiologi-sosial-spiritual-religius) & Penjelasan Singkat Hijamah, Ruqyah Syar'iyah dan Herbal. DIKTI

Kegiatan Presentasi. Tahun 2005 – , diantaranya:

1. September 2005: Seminar (Narasumber) ”Mengkaji Sisi Dunia Ghaib Ditinjau dari Sudut Pandang Syar’i dan Psikologis”. Universitas Islam Sultan Agung. Semarang.
2. September 2005: Seminar ”Sex Education”, OBRAS (obrolan Remaja Sehat) SMA Hidayatullah. Semarang.
3. Desember 2005: Training Akhir Tahun. ”Kilas Balik Prestasi 2005, Motivasi untuk 2006”. TELKOM DIVRE IV. Jateng. Semarang
4. Februari 2006 : Seminar Nasional Isu-isu Kontemporer dalam Psikologi (Narasumber), Universitas Ahmad Dahlan. Yogyakarta.
 - a. ”Seni pernafasan dengan Dzikir: Terapi Sufistik Transpersonal yang Tersesat-Menyesatkan”.
 - b. Faktor Relijiusitas dalam Gagasan Pengasuhan Anak yang Holistik.
5. Juni 2006: Pelatihan dan Rapat Kerja LPIT Cahaya Umat. Semarang
6. Juli 2006: Up Grading : Soft Opening Tahun Ajaran 2006/2007. SMA Islam Hidayatullah Semarang.
7. Desember 2006: Seminar (Narasumber) .“Yes Sex No Sex, Stop Aids”. “When We Must Say Yes or No for Sex. Unissula. Semarang
8. Februari 2007: Seminar (Narasumber) . Konferensi Nasional I Ikatan Psikologi Klinis – HIMPSI. ”Stimulasi Relijius Pasutri, Kecemasan Pra-persalinan dan Kebutuhan Dukungan Sosial Ibu Hamil”. Bandung.

9. Februari 2007: Training. “Aisyiyah Internal House Training” PCA Banyumanik Majelis DIKDASMEN. Semarang.

Pengalaman Pekerjaan :

1. 1988 – 2005 : Psikolog RS Roemani Muhammadiyah Semarang.
2. 1996 – 1998 : Psikolog Pusat Bimbingan Studi & Agama IAIN Walisongo Semarang.
3. 1996 – 1998 : Kepala Sekolah LPK Pramu Rhukti Aisyiyah-Roemani Semarang
4. 1997 – 2000 : Dosen Institut Studi Islam “ Darul Qalam “ Cabang Semarang
5. 1999 – 2002 : Dosen LP- GTKI Aisyiyah Semarang
6. 1999 – 2001 : Dosen Tamu Fakultas Dakwah IAIN Walisongo Semarang
7. 2002 – 2003 : Dosen Tamu Akademi Gizi Muhammadiyah Semarang
8. 2004 – 2008 : Dosen Tamu Fakultas Keperawatan Universitas Muhammadiyah Semarang
9. 2005 – : Mitra Bestari Jurnal Politeknik Semarang
10. 1999 – sekarang : Dosen Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang
11. 2010 – sekarang : Dosen Tamu Program Studi D4 Gizi Poltekes Depkes Semarang

Yogyakarta, 16 Desember 2019

Dra. Retno Anggraini, M Si. Psi

Griya Sinau Sehat



Abi Faig

terapikeluargaQu@gmail.com (08999310099)

Jalan Pengok Kidul 32 Baciro, Yogyakarta