

BAB III

PEMAHAMAN ALQURAN SEBAGAI PENGOBATAN

A. Wawasan Alquran Tentang Kesehatan

Islam adalah agama yang mengatur segala aspek kehidupan manusia, dan juga agama yang mengatur tata kehidupan di muka bumi, untuk membawa kebahagiaan di dunia ini dan di masa yang akan datang. Salah satu penunjang kebahagiaan adalah memiliki tubuh yang sehat untuk beribadah kepada Allah dengan lebih baik. Islam mengutamakan kesehatan fisik dan mental dan menganggapnya sebagai kebahagiaan kedua setelah iman. Kesehatan adalah hak asasi manusia dan sesuatu yang sesuai dengan kodrat manusia. Oleh karena itu, Islam menekankan perlunya Istiqomah dan menetapkan statusnya sendiri dengan mempertahankan agama Islam. Oleh karena itu, sebagai hamba Allah SWT, kita harus menjaga kesehatan tubuh kita setiap saat, karena dengan tubuh yang sehat jiwa akan menjadi kuat dan pikiran serta hati kita akan terbebas dari godaan setan yang dikutuk oleh Allah SWT.

Pengobatan Alquran ini merupakan praktek yang utama yang diamalkan nabi dan sahabat, namun belakangan ini disebut sebagai alternatif. Hal ini penting bagi kehidupan manusia, karena dalam kondisi sehat, manusia dapat dengan nyaman melakukan aktivitas dan memahami dalam banyak hal, memberikan manfaat bagi orang lain. Manusia adalah makhluk yang kompleks yang terdiri dari unsur-unsur psikologis, sosial dan spiritual. Maka ketika

seseorang sakit, tentunya harus dilakukan pemeriksaan dan pengobatan secara menyeluruh. Pepatah arab mengatakan “*Al-aql al- salim fi al-jism al-salim, wa al-jism al-salim fi al- ‘aql al-salim* (akal yang waras ada pada badan yang sehat dan badan yang sehat terdapat pada orang yang akal bermoral yang sehat)”¹. Pepatah di atas menunjukkan bahwa ada koneksi antara sehat secara fisik , psikis, sosial dan rohani.

Islam pun menetapkan bahwa tujuan utama keberadaannya adalah untuk memelihara agama, jiwa, akal, raga, harta, dan generasi mendatang. Setidaknya tiga dari tujuan tersebut terkait dengan kesehatan. Tidak heran orang menemukan bahwa Islam sangat kaya akan bimbingan kesehatan. Setidaknya ada dua istilah yang digunakan dalam literatur agama untuk menunjukkan pentingnya kesehatan dalam Islam:

1. Kesehatan yang terambil dari kata sehat
2. Afiat.

Dalam dua kata bahasa Indonesia, biasanya merupakan kata majemuk untuk afiat kesehatan. Dalam kamus bahasa Indonesia, kata afiat berarti kesehatan. Afiat didefinisikan sebagai sehat dan kuat, dan kesehatan itu sendiri didefinisikan sebagai keadaan baik dari seluruh tubuh dan bagian-bagiannya (tanpa penyakit). Pada saat yang sama, dalam bahasa ilmu kesehatan, kesehatan

¹H. Davik, Mahfudzot (Untuk Semua Umat) Cet. 2, Indralaya: CV. Mujahid Press, 2014. Hlm. 77.

telah diperkenalkan ke dalam istilah-istilah seperti kesehatan fisik, kesehatan mental, dan kesehatan masyarakat.²

Istilah sehat dan afiat digunakan untuk mengartikan makna yang berbeda, tetapi orang menyadari bahwa tidak jarang untuk menyebutkan salah satunya secara terpisah, karena masing-masing kata tersebut dapat berarti makna yang terkandung dalam kata yang tidak disebutkan.

Para ahli Alquran dapat memahami dari ungkapan kesehatan wal afiat bahwa kata sehat berbeda dengan afiat, karena wa berarti “dan” adalah kata sambung, dan juga menunjukkan hubungan antara istilah kesehatan pertama dan perbedaan afiat kedua. Dalam literatur keagamaan, bahkan dalam hadits-hadits para nabi SAW banyak ditemukan doa-doa yang mengandung permohonan iman dan permohonan kesehatan. Dalam kamus bahasa Arab, kata afiat berarti sehat, kuat dan sehat sempurna.³ Afiat juga diartikan sebagai Allah melindungi hamba-hamba-Nya dari segala macam bencana dan tipu daya. Kecuali bagi mereka yang mengikuti petunjuk, tentu saja tidak ada perlindungan yang lengkap. Jadi kata afiat dapat diartikan sebagai fungsi tubuh manusia sesuai dengan tujuan penciptaannya.

² M. Quraish Shihab, *Wawasan Alquran Tafsir Tematik Atas Pelbagai Persoalan Umat*, Bandung: Mizan, 1996, Hlm. 181

³ H. Mahmud Yunus, *Kamus Arab-Indonesia*, Jakarta: PT. Hidakarya Agung, 1989, Hlm. 273.

Kata sehat yang berasal dari bahasa Arab *صَحَّ- يَصِحُّ- صِحًا* yang artinya sehat, tidak sakit, sembuh, benar dan selamat.⁴ Sedangkan menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia sehat adalah keadaan baik seluruh badan serta bagian-bagiannya, bebas dari rasa sakit, waras.

Jika kesehatan diartikan semua anggota tubuh dalam keadaan baik, maka nampaknya mata yang sehat dapat diartikan sebagai mata yang dapat melihat dan membaca tanpa kacamata. Tetapi mata yang baik adalah mata yang dapat melihat dan membaca benda-benda yang bermanfaat dan mengalihkan pandangan dari benda-benda terlarang, karena ini adalah ciptaan mata.

Pada hakikatnya manusia terdiri dari dua substansi yaitu: jasmani (fisik) dan dan psikis (mental). Dalam kesehatan jasmani (fisik) Majelis Ulama Indonesia mendefinisikan kesehatan sebagai ketahanan fisik, mental dan sosial manusia. Sebagai anugerah dari Tuhan harus diamalkan, syukuri, pemeliharaan dan pengembangannya.

Diharapkan fungsi pikiran (mental). Dari segi kesehatan jasmani. Majelis Ulama Indonesia telah mendefinisikan kesehatan sebagai kemampuan beradaptasi fisik, mental dan sosial manusia yang merupakan anugerah dari

⁴ H. Mahmud Yunus, Kamus Arab-Indonesia, Jakarta: PT. Hidakarya Agung, 1989, Hlm. 212.

Tuhan Yang Maha Esa, patut kita syukuri atas bimbingannya, pelihara dan kembangkan.⁵

Padahal, ada banyak tuntunan agama yang menyebutkan ketiga jenis kesehatan ini. Dalam rangka kesehatan yang baik, Nabi Muhammad SAW bersabda:

إِنَّ لِحَسَدِكَ عَلَيْكَ حَقًّا

*Sesungguhnya badanmu mempunyai hak atas dirimu.*⁶

Oleh karena itu, Nabi SAW menegur beberapa sahabatnya yang berniat melampaui batas ibadah. Sehingga kebutuhan fisiknya terabaikan dan kesehatannya terganggu. Pembahasan literatur agama tentang kesehatan fisik pertama-tama menyatakan prinsip berikut:

الوقاية خير من العلاج

*Pencegahan lebih baik daripada pengobatan.*⁷

Salah satu sifat manusia yang sangat dicintai Allah adalah menjaga kebersihan. Kebersihan digandengkan dengan taubat dalam Qs. Al-Baqarah:

222

إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ التَّوَّابِينَ وَيُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِينَ

⁵ M. Quraish Shihab, *Wawasan Alquran Tafsir Tematik Atas Pelbagai Persoalan Umat*, Bandung: Mizan, 1996, Hlm. 182.

⁶ Bukhari, Al-Imam Abu Abdillah Muhammad bin Ismail, Shahih al-Bukhari, Juz 5, Beirut Libanon: Dar al-Kutub al-Ilmiyah. 1992 Hlm. 1995 No. Hadits 4930.

⁷ M. Quraish Shihab, Bandung: Mizan, 1996, Hlm. 183.

*Sesungguhnya Allah senang kepada orang yang bertaubat, dan senang kepada orang yang membersihkan diri.*⁸

Taubat menghasilkan kesehatan jiwa, sedangkan kebersihan lahiriah menghasilkan kesehatan fisik. Mengenai kesehatan mental, Alquran berbicara tentang banyak penyakit mental, dan orang-orang dengan keyakinan yang lemah dinilai oleh Alquran sebagai orang-orang dengan penyakit dada. Rasulullah SAW juga menyatakan bahwa ketidaknyamanan fisik terjadi karena gangguan jiwa mental.⁹

Dalam Alquran kata *Fi qulubihim maradun* disebutkan tidak kurang dari 11 kali. Kata *qalb* atau *qulub* memiliki dua arti, yaitu: akal dan hati.¹⁰ Sedangkan kata *maradh* biasa diartikan sebagai penyakit. Secara rinci pakar bahasa Paris mendefinisikan kata tersebut sebagai “segala sesuatu yang mengakibatkan manusia melampaui batas keseimbangan/kewajaran dan mengantar kepada terganggunya fisik mental bahkan kepada tidak sempurnanya akal seseorang”.¹¹

⁸ Enang sudrajat, Syutibi, Abdul Azizi Sidqi, *Syaamil Qur'an Yasmina Alquran dan Terjemah Zahra*, Bogor: Lajnah Pentahshihan Alquran, 2007, Hlm. 35

⁹ M. Quraish Shihab, *Wawasan Alquran Tafsir Tematik Atas Pelbagai Persoalan Umat*, Bandung: Mizan, 1996, Hlm. 188

¹⁰ H. Mahmud Yunus, *Kamus Arab-Indonesia*, Jakarta: PT. Hidakarya Agung, 1989, Hlm.353.

¹¹ M. Quraish Shihab, *Wawasan Alquran Tafsir Tematik Atas Pelbagai Persoalan Umat*, Bandung: Mizan, 1996, Hlm. 189.

Alquran memperkenalkan penyakit yang menimpa jiwa.¹² Penyakit jantung metafisik adalah sejenis kelicikan, sedangkan penyakit jantung yang disebabkan oleh ketidakmampuan adalah ketidaktahuan yang disebabkan oleh kurangnya pendidikan. Ketidaktahuan ini bisa tunggal atau ganda. Seseorang yang tidak tahu atau menyadari ketidaktahuannya sendiri pada dasarnya menderita hiperkardia.

Penyakit Akal Ketidaktahuan dalam bentuk mengarah pada kecurigaan dan kecurigaan terhadap pasien.¹³ Penyakit mental beragam dan bertingkat. Kesombongan, kebencian, kefanatikan, keserakahan dan keserakahan, ini semua disebabkan oleh ekses sendiri. Ketakutan, kecemasan, pesimisme, harga diri rendah adalah karena kekurangan mereka. Mereka yang akan mendapat manfaat dari masa lalu adalah mereka yang tidak memiliki penyakit tersebut

Islam menganjurkan manusia untuk berobat dan mendekatkan diri kepada Allah karena:

أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ۗ

Sesungguhnya dengan mengingat Allah, jiwa akan memperoleh ketenangan. (Qs. Al-Ra'd : 28)¹⁴

¹² M. Quraish Shihab, *Wawasan Alquran Tafsir tematik Ats Pelbagai Persoalan umat*, Bandung: Mizan, 1996, Hlm. 189.

¹³ M. Quraish Shihab, *Wawasan Alquran Tafsir Tematik Pelbagai Persoalan Umat*, Bandung: Mizan, 1996, Hlm. 189.

¹⁴ Enang Sudrajat, Syatidi, Abdul Aziz Sidqi, *Syaamil Qur'an Yasmina Alquran dan Terjemah Zahra*, Bogor: Lajnah Pentahshihan, 2007, Hlm. 252

B. Pengobatan Perspektif Alquran

Sebagaimana yang kita ketahui, Alquran merupakan obat untuk segala penyakit dan tidak ada keraguan didalamnya. Didalam Alquran juga terdapat penjelasan mengenai Alquran adalah obat penyakit hati sebagaimana firman Allah dalam Alquran surah Yunus: 57 yang berbunyi:

وَهْدَىٰ وَرَحْمَةً لِّلْمُؤْمِنِينَ ۚ يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَتْكُمْ مَوْعِظَةٌ مِّن رَّبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِّمَا فِي الصُّدُورِ

Hai manusia, Sesungguhnya telah datang kepadamu pelajaran dari Tuhanmu dan penyembuh bagi penyakit-penyakit yang berada dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang yang beriman. (Qs. Yunus: 57)¹⁵

Kata “*Syifa’ lima Fi Shudur*” (الشفاء لما في الصدور) pada surah yunus: 57, Ayat ini menunjukkan bahwa Alquran adalah obat penyakit hati, Artinya, pengobatan penyakit kebodohan. Ketidaktahuan dan keraguan. Allah SWT menurunkan Alquran sebagai penyembuh segala penyakit, Tidak ada obat penyembuh dari langit yang lebih bermanfaat, lebih besar dan lebih kuat untuk membuang penyakit selain dari Alquran.

Setelah mempertimbangkan dan memahami pentingnya kitab Syifa, tidak diragukan lagi bahwa Al-Quran adalah obat yang baik untuk penyakit hati. Menurut Mustamir,¹⁶ selain mengobati penyakit psikis, juga bisa mengobati

¹⁵ Enang Sudrajat, Syatibi, Abdul Aziz Sidqi, Hlm. 215

¹⁶ Mustamir, “*Sembuh dan Kesehatan Dengan Mukjizat Alqur’an*, (Yogyakarta: Lingkaran), 2007, Hal. 84

penyakit yang sebenarnya. Sebagaimana ditunjukkan olehnya, ada empat hal dalam instrumen Alquran untuk mengobati penyakit yang sebenarnya, yaitu: Pertama, Alquran menunjukkan metode bernapas yang benar. Kedua, membaca surat-surat Alquran dapat melatih organ hidung, mulut dan tenggorokan, dada dan perut. Ketiga, pembacaan Alquran yang syahdu dapat berperan dalam pengobatan musik. Keempat, memiliki konsep psikoneuroimunologi religi (seni penyembuhan yang memadukan dimensi mental, psikis dan fisik).

Perhatikan apa yang dimaksud Mustamir.¹⁷ Hal ini mendekati otentisitas pendapatnya bahwa Alquran mengajarkan cara bernafas yang benar. Hal ini tidak dapat disangkal, karena ketika seseorang membaca Alquran, ada beberapa tanda yang perlu diikuti dan berumur pendek. Bacalah, kapan harus berhenti dan kapan harus melanjutkan membaca, serta jangan memotong antara 1 kalimat, karena akan melanggar makna bacaan. Tentunya ketika membaca Alquran, seseorang harus mengatur pernapasannya agar bacaannya tidak ambigu dan terputus.

Seperti yang dikatakan oleh Mustamir, karena tubuh organ yang berperan dalam bernafas adalah penghubung antara hidung dan paru-paru. Ada beberapa meridian dalam rongga hidung yang berhubungan dengan mata, telinga, dan

¹⁷ Mustamir adalah seorang dokter muda yang telah menguji keajaiban Alquran di bidang kesehatan. Dengan menggunakan konsep yang paling mutakhir, yaitu metode psiko-neuroimunologi religius, eksplorasi mendalam tentang berbagai manfaat Alquran bagi kesehatan fisik dan mental. Mustamir Sembuh dan Sembuh Karena Mukjizat Alquran, Yogyakarta: Lingkar, 2007, hlm. 84

sinus. Pernapasan adalah pengangkut kesadaran dan energi. Pernapasan adalah satu-satunya siklus fisiologis yang diketahui dan tidak diketahui, karena pernapasan akan mendorong udara ke paru-paru. Jika ada kotoran di paru-paru, pernapasan teratur bisa membersihkannya.

Ada surat-surat yang dibacakan dari kitab suci. Alquran hanya bisa keluar melalui organ tubuh seperti paru-paru, tenggorokan, mulut, lidah, bibir, hidung, dll. Jika Anda membaca Alquran sesuai abjad makhraj, pasti akan mendorong untuk melatih organ-organ tersebut. Latihan akan mempermudah organ-organ untuk bergerak secara konsisten. Membaca Alquran dengan huruf makhraj yang benar dapat membuat organ-organ yang berhubungan dengan membaca huruf bekerja. Maka, bisa dikatakan bahwa membaca Alquran benar-benar mirip dengan latihan organ. Pergerakan tangan, kaki, leher, dan sebagainya itu menggerakkan mereka dan gerakan alfabet makhraj di atasnya. Pendekatan terbaik untuk memindahkannya adalah dengan membaca Alquran.

Membaca Alquran dengan suara merdu juga bisa mempengaruhi kestabilan tubuh. Rangsangan membacakan berbagai lagu dari ayat-ayat Alquran yang dapat menenangkan jiwa. Terlepas dari boleh tidaknya menggunakan lagu selain bernyanyi untuk membaca Alquran, sebagian orang terkadang terpesona dengan membaca lagu atau syair dengan ikhlas, dengan begitu tanpa disadari seseorang akan terbawa dalam lagu dan syair yang telah dibacanya. Dengan ini seseorang akan terhibur dan menyembuhkan kekecewaan, saat anda dalam kegelisahan.

Alquran memuat nada-nada huruf dari berbagai sifat ciptaan Allah, untuk menyampaikan rangkaian huruf-huruf yang sesuai, dengan tujuan agar mereka merasakan keagungan ketika memahaminya. Jadi, jika Alquran dibaca dengan teliti, dampaknya setara dengan terapi musik.¹⁸

Setelah melihat dan dipelajari ayat-ayat Alquran yang berhubungan dengan pengobatan, kita dapat mengemukakan satu hal dengan cara yang sama, khususnya gagasan Alquran tentang pengobatan penyakit hati dan penyakit yang sebenarnya dapat dibagi menjadi: dzikir, istigfar, doa, rukiah, neurofisiologi Alquran.

Dzikir, berasal dari bahasa Arab yang secara bahasa berarti menyebut, mengingat.¹⁹ Sedangkan secara istilah dzikir adalah menyebut nama-nama Allah dan sifat-sifat-Nya, memuji-Nya dan menyanjung-Nya, seperti mengucap “*Subhanallah*” (Maha suci Allah) “*Alhamdulillah*” (Segala puji bagi Allah), “*Lailahailallah*” (Tiada Tuhan selain Allah), “*Allahuakbar*” (Allah Maha Besar), dan lainnya.²⁰

Kata-kata yang berhubungan dengan dzikir dalam Alquran diulang sebanyak 292 kali dan terkandung dalam 264 ayat,²¹ Alquran sendiri

¹⁸ Syamsuri Ali, *Pengobatan Alternatif Dalam Perspektif Hukum Islam*, Bandar Lampung: IAIN Raden Intan, 2015, Hlm. 870.

¹⁹ Muhammad Yunus, *Kamus Arab-indonesia*, (Jakarta: PT. Hidakarya Agung), 1989, Hal. 134

²⁰ Syaikh Ahmad Farid, Ahmad Yaman Syamsudin, (Pent). *Tazkiyah Al-Nafs*, (Surakarta: Shafa Publishing, 2008), Hlm. 64.

²¹ Syamsuri Ali, *Pengobatan Alternatif Dalam Perspektif Hukum Islam*, Bandar Lampung: IAIN Raden Intan, 2015, Hlm. 870

melibatkan berbagai mata pelajaran, tetapi terlepas dari berbagai mata pelajaran yang ditentukan oleh Alquran, dzikir adalah sarana terbaik untuk memperkuat hati dan memperkuat iman. Dan ingatkan hamba Allah SWT sebagaimana firman Allah:

﴿ لَا يَذْكُرُ اللَّهَ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ۗ ۝ الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ ۗ ﴾

“Yaitu itu orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tentram dengan mengingat Allah, Ingatlah hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram”. (Qs. Al-Ra’d: 28)²²

Dzikir yang disebutkan pada ayat-ayat sebelumnya sangat bermanfaat untuk urgensi hati. Selain menenangkan pikiran, dzikir juga dapat menghilangkan kotoran yang melekat pada pikiran sehingga menjadi murni dan jernih. Jika Hati suci maka hati bersih, dan jika hati bersih, maka berbuat baik dan utamakan kebaikan.

Salah satu kelebihan dzikir adalah dapat mengusir setan, mengundang kebahagiaan dari Allah, menghilangkan masalah hati, memberikan kebahagiaan, kedamaian dan kelapangan jiwa, serta menerangi hati dan jiwa wajah. Selalu membuat orang yang berdzikir terlihat berwibawa dan berseri-seri dalam hidupnya. Ya, mereka mewarisi kecintaan mereka kepada Allah,

²² Enang Sudrajat, Syatibi, Abdul Aziz Sidqi, *Syaamil Qur’an Yasmina Alquran dan Terjemahan*, Bogor: Lajnah Pentashihan Alquran, Hlm. 252.

mereka takut padanya dan merasa dekat dengannya selamanya, dan Allah selalu mengingat hamba-hamba-Nya.

فَاذْكُرُونِي أَذْكُرْكُمْ وَاشْكُرُوا لِي وَلَا تَكْفُرُونَ

*“Maka ingatlah kepada-Ku, Aku pun akan ingat kepadamu. Bersyukurlah kepada-Ku dan janganlah kamu ingkar kepada-Ku.” (Qs. Al-Baqarah: 152).*²³

Jika dzikir hanya menyampaikan hal-hal yang disebutkan pada bagian di atas, sangat berkaitan dalam memberikan kejujuran dan kehormatan, seperti halnya membangkitkan jiwa dari kecerobohan dan menghindari perbuatan yang tidak baik. Namun, jika seseorang tidak ingin berdzikir dan berpaling darinya, Allah akan menegur dengan kehidupan yang terbatas.

Jika sakit hati, maka jiwa dan raga juga akan melemah. Di sisi lain, dengan hati yang baik maka jiwa dan raganya juga baik. Hati adalah fokus kesehatan manusia, termasuk kesehatan fisik dan psikologis. Dengan asumsi seseorang harus benar-benar sehat secara jasmani dan rohani, maka dia harus menjaga hatinya.

Solusi untuk penyakit jantung adalah dengan berdzikir kepada Allah. Dengan dzikir, jiwa akan murni, bersih, tenang dan tenteram seperti yang dirujuk dalam Qs. Al-Ra'd: 28. Banyak berdzikir kepada Allah dengan tujuan agar hati

tetap kokoh dan kuat, yang juga berarti melindungi dan menjaga diri dari berbagai penyakit fisik dan psikis.

Istighfar, dari bahasa Arab yang artinya memohon ampun dan Maghfiroh.²⁴ Maghfiroh adalah perlindungan dan pencegahan tindakan yang mengarah ke perbuatan dosa. Kata istighfar sering disebutkan dalam Alquran, terkadang dalam bentuk perintah, karena Allah telah memerintahkan untuk beristighfar dalam firman-Nya:

... وَاسْتَغْفِرُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَحِيمٌ

“Dan memohonlah ampunan kepada Allah. Sesungguhnya Allah maha pengampun lagi maha penyayang”. (Qs. Al-Muzammil:20)²⁵

وَالْمُسْتَغْفِرِينَ بِالْأَسْحَارِ ...

“Dan yang memohon ampun di waktu sahur”. (Qs. Ali Imran: 17)²⁶

Terkadang juga disebutkan bahwa Allah akan mengampuni orang yang memohon ampunan-Nya, seperti dalam Qur'an surah An-Nisa': 110 yang mengandung arti “Dan barangsiapa yang mengerjakan kejahatan dan menganiaya dirinya, kemudian ia memohon ampun kepada Allah niscaya ia mendapati Allah maha pengampun lagi maha penyayang”.

²⁴ Muhammad Yunus, *Kamus Arab-Indonesia*, Yogyakarta: PT. Hidakarya Agung, 1989, Hlm. 298

²⁵ Enang Sudrajat, Syatibi, Abdul Aziz Sidqi, *Syaamil Qur'an*, Bogor: Lajnah Pentashihan, 2007, Hlm. 575

²⁶ Enang Sudrajat, Syatibi, Abdul Aziz Sidqi, Bogor: Lajnah Pentashihan, 2007, Hlm. 52

Dan pengakuan (taubat) berarti menyerahkan diri serta memohon ampunan atas dosa-dosa yang telah diperbuat di masa lalu. Jika Allah berkehendak, maka Allah akan menerima dan mengampuni orang yang meminta ampun, apalagi jika permintaan itu datang dari orang yang penuh dosa atau yang mengucapkannya sambil menerima ampunan, seperti setelah matahari terbit dan shalat.

Sebagian ulama menyamakan istighfar dengan taubat, namun sebagian ulama membedakan keduanya. Sudut pandang kedua tampaknya lebih tepat, karena istighfar hanyalah yang paling utama Penerapan taubat dalam bentuk istighfar adalah melalui kata-kata permintaan maaf (meminta pengampunan) yang disebut istighfar. Tetapi hanya ketika persyaratan untuk pertobatan terpenuhi, barulah Anda bertobat, yaitu bertobat (menyesal), meninggalkan dosa yang pernah Anda lakukan, dan bertekad untuk tidak mengulangi kesalahan yang sama, mengembalikan hak orang yang tertindas, atau meminta maaf kepada mereka.

Banyak lafadz istighfar yang disebutkan dalam hadits shahih yang diriwayatkan oleh nabi SAW bahwa umat Islam harus memperbanyak bacaannya untuk meneladani nabi SAW. Diantara lafaz lafaz tersebut adalah lafadz istighfar ketika selesai menunaikan salat, Lafadz istighfar ketika berada

di majelis-majelis ta'lim, lafadz istighfar ketika mengetahui melakukan suatu kesalahan, lafadz istighfar diwaktu pagi, sore, maupun malam hari.²⁷

Istighfar sendiri adalah penyebab pengampunan, penghapusan dosa dan kesalahan (Qs. Ali Imran: 135) Selain istighfar dapat memberikan kesehatan dan kekuatan, juga akan menambah kekuatan dan energi bagi orang yang beristighfar. (Qs. Hud: 52).

Doa memiliki banyak arti, di antaranya doa berarti ibadah, permohonan, pertolongan, panggilan, perkataan, dan pujian.²⁸ Berdoa kepada atasan berarti meminta. Seorang hamba yang berdoa kepada Tuhannya adalah seorang hamba yang meminta Tuhannya untuk memenuhi keinginannya dengan cara tertentu.²⁹ Sedangkan dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, doa adalah permohonan (harapan, permohonan, pujian) kepada Tuhan.³⁰ Doa (Sholat) adalah ibadah yang agung dan amalan utama shahih. Padahal, hakikat ibadah itu substansial. Allah SWT memerintahkan manusia untuk shalat dan mengancam api neraka bagi yang menolak shalat kepada-Nya. Allah SWT berfirman:

وَقَالَ رَبُّكُمْ ادْعُونِي أَسْتَجِبْ إِنَّ الَّذِينَ يُسْتَكْبِرُونَ عَنْ عِبَادَتِي سَيَدْخُلُونَ جَهَنَّمَ دَاخِرِينَ

²⁷ Syamsuri Ali, *Pengobatan Alternatif Dalam Perspektif Hukum Islam*, Bandar Lampung: IAIN Raden Intan, 2015, Hlm. 872.

²⁸ Muhammad Yunus, *Kamus Bahasa Arab-Indonesia*, Jakarta: PT. Hidakarya Agung, 1989, Hlm. 127

²⁹ H. Agus Jaya A. Khalid, *Bekal Abadi Muslim Triologi: Ibadah, Doa, dan Dzikir*, (Indralaya: CV. Ittifaqiah Press, 2014), Hlm. 2.

³⁰ Kamus Besar Bahasa Indonesia, departemen Pendidikan dan Kebudayaan, Penerbit Balai Pustaka. Maftuh Ahnan, Lailatus Sa'adah, *Dahsyatnya Sebuah Doa*, Delta Prima Press, 2011, Hlm. 9.

Dan Tuhanmu berfirman: “Berdoalah kepada-Ku, niscaya akan aku Kuperkenankan bagimu. Sesungguhnya orang-orang yang menyombongkan diri dari menyembah-Ku akan masuk neraka Jahannam dalam keadaan hina dina.” (Qs. Ghafir:7)³¹

Menurut Ibnu Katsir, ayat ini menunjukkan bahwa Allah SWT memerintahkan hamba-Nya untuk berdoa, dan dengan cinta dan kemuliaan-Nya, Allah SWT akan selalu memperkenankan doa ini. Dan orang-orang yang begitu sombong sehingga tidak mau berdoa kepada Allah pasti akan masuk neraka dalam keadaan terhina. Allah SWT selalu mendengar doa hambanya karena Allah SWT sangat dekat dengan hambanya. Selain itu, Allah SWT akan selalu menjawab doa orang-orang yang beriman dan mendoakannya. Allah SWT berfirman:

“Dan apabila hambah-hamba-Ku bertanya kepadamu tentang Aku, maka (jawablah), bahwasanya Aku adalah dekat. Aku mengabulkan permohonan orang yang berdoa apabila ia memohon kepada-Ku, maka hendaklah mereka itu memenuhi (segala perintah-Ku) dan hendaklah mereka beriman kepada-Ku, agar mereka selalu berada dalam kebenaran.” (Qs. Al-Baqarah: 186)

Adapun penyebab turunnya Qs. Al-Baqarah: 186 yang menceritakan Muawiyah bin Haidah dari ayah kakeknya: “Seorang Badui mendekati Nabi

³¹ Enang Sudrajat, Syatibi, Abdul Aziz Sidqi, *Syaamil Qur'an Yasmina Alquran dan Terjemah*, Bogor: Lajnah Pentashihan Alquran, 2007, Hlm. 467

Muhammad SAW dan bertanya kepadanya: “Apakah Tuhan kita dekat sehingga cukuplah kita memanjatkan doa dengan suara yang halus (tidak keras) ataukah Tuhan kita jauh sehingga kita harus menyeru-Nya?” Rasulullah Saw diam dan kemudian turunlah ayat ini.”³²

Di sisi lain Rasulullah Saw berkata: doa adalah ibadah itu sendiri dan Tuhanmu Berfirman: “Berdoalah kepadaku, Niscaya akan kuperkenankan bagimu.” (Hr. Abu Daud, Tirmidzi dan Ibnu Majah).³³

Di dalam Alquran, kata doa disebutkan sebanyak 184 ayat dan diulangi 214 kali. Jadi dapat diartikan bahwa Tuhan sangat peduli dengan hambanya. Karena melalui doa hati akan menjadi kuat, bergairah, teguh, aman dan tenang.

Setiap Muslim untuk meminta pertolongan Allah secara langsung. Allah tidak membeda-bedakan hamba-Nya kecuali mereka memiliki tingkat ketakwaan yang berbeda. Oleh karena itu, ketika suatu bencana menimpa seseorang dan hal-hal yang menggangukannya, ingatlah segera, sebutkan nama-Nya, mintalah pertolongan-Nya, dan mintalah rezeki dan Bantuan-Nya. Berdiri di dekat pintu-Nya, tunggu belas kasihan-Nya, tunggu penghiburannya, ingatlah Dia, berharaplah kepada-Nya dengan sepenuh hati, sembah dia dengan ketekunan, lari padanya dalam semua bencana, dengan rendah hati berkumpul

³² H. Agus Jaya A. Khalid, *Bekal Abadi Muslim Triologi: Ibadah, Doa, dan Dzikir*, Indralaya: CV. Ittifaqiah Press, 2014, Hlm, 3.

³³ Bey Arifin, dkk, *Terjemah Sunan Abu Daud Jilid 2*, No Hadits 1426, Semarang: CV. Asy Syifa', Hlm. 313. H. Abdullah Shonhaji, dkk, *Terjemah Sunan Ibnu Majah Jilid IV*, No Hadits 3828, Hlm. 527. Imam Nawawi, *Shahih Riyadhush-Shalihin Jilid ke 2*, No Hadits 1473, Jakarta: Pustaka Azzam, 2003, Hlm. 369.

di pintu-Nya, berdoa, menangis, bertobat dan kembali untuk kepatuhan kepada-Nya. (Qs. Al-Naml: 62, al-Mu'min: 60, al-Baqarah: 186, al-A'raf: 55).

Jika Anda memperhatikan ayat-ayat di atas, maka umat Islam harus berdoa kepadanya dalam waktu yang sempit dan terbuka, dalam kesulitan dan kebahagiaan. Karena Allah adalah tempat perlindungan dan kepercayaan hamba-hamba-Nya. Jika syaratnya ada pada Allah dan pada orang yang shalat, maka shalat itu akan dikabulkan dengan izin Allah. Diantara syarat-syarat berdoa ialah:

- 1) Ikhlas berdoa hanya kepada Allah SWT.
- 2) Disunnahkan untuk menghadap kiblat.
- 3) Diawali dengan membaca basmalah kemudian membaca shalawat kepada nabi muhammad saw, dan diakhiri dengan membaca shalawat, dan terakhir diakhiri dengan hamdalah.
- 4) Saat berdoa, rendahkan diri dan fokuslah padanya.
- 5) Selalu bersabar, jangan terburu-buru untuk meminta jawaban segera atas doa-doa, berdoalah ketika Anda punya waktu atau ketika Anda mengalami kesulitan.
- 6) Akui kelemahan, perilaku maksiat, kemudian bersyukur dan akui bahwa nikmat yang Anda terima dari Allah SWT sangat besar.
- 7) Dianjurkan untuk mengulangi kalimat tiga kali.
- 8) Mengangkat tangan ketika doa.
- 9) Jangan berdoa untuk hal-hal yang buruk.

- 10) Berdoa dengan suara yang lembut.
- 11) Ketika Anda berdoa untuk orang lain, Anda harus berdoa untuk diri sendiri terlebih dahulu.
- 12) Sebaiknya bertawasul dengan Asmaul Husna, atau gunakan amal baik yang telah dilakukan atau gunakan doa orang sholeh yang masih hidup.
- 13) Disunnahkan untuk berwudhu sebelum berdoa.³⁴

Penyembuhan dengan doa menambah manfaat lain. Karena doa mengandung komponen ketaatan kepada Allah SWT, bahkan meninggalkan doa dapat digolongkan sebagai berhenti dari perilaku shaleh, hanya mengandalkan takdir, mengarah pada meninggalkan segala amal. Menolak bencana dengan doa seperti menolak anak panah pada perisai takdir, bukan berarti kamu tidak akan menguatkan diri dari anak panah bersama temeng.

Penyembuhan dengan berdoa akan menambah bonus lagi. Karena shalat mengandung komponen ketaatan kepada Allah SWT, maka meninggalkan shalat pun dapat digolongkan meninggalkan amal shaleh, hanya mengandalkan takdir, mengarah pada meninggalkan segala perbuatan. Menolak bencana melalui doa seperti menolak anak panah perisai takdir dan Iman, bukan berarti tidak menguatkan diri dari anak panah bersama tameng.

³⁴ H. Agus Jaya A. Khalid, "Bekal Abadi Muslim (Trilogi: Do'a, dan Zikir), Indralaya: Ittifaqiah Press, 2014, Hal. 4-6

Jika berdoa dengan hati yang bersih dari hal-hal yang menghalangi terkabulnya doa dan mendapatkan apa yang diinginkan adalah obat yang paling mujarab. Karena itu adalah obat, apalagi doa tersebut di iringi dengan permohonan yang khusuk kepada Allah. Pokok doa adalah musuh bencana, siapa yang bisa melawan dan menghadapinya, serta mencegah bencana atau memperingatkannya ketika datang, seperti sabda Nabi SAW yang dijelaskan oleh Imam Tirmidzi.

عن عبدالله بن عمر قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم من فُتِحَ له منكم بابُ الدُّعَاءِ

فُتِحَتْ له أبوابُ الرَّحْمَةِ وما سُئِلَ اللهُ شيئاً يعني أحبَّ إليه من أن يُسألَ العافيةَ وقال رسولُ اللهِ صَلَّى اللهُ عليه

وسلِّمَ إنَّ الدُّعَاءَ يَنْفَعُ مِمَّا نَزَلَ وَمِمَّا لَمْ يَنْزِلْ فَعَلَيْكُمْ عِبَادَ اللهِ بالدُّعَاءِ ۝

Dari Abdullah bin Umar berkata: Rasulullah SAW bersabda: “Barang siapa diantara kalian yang dibukakan baginya pintu doa maka dibukakan baginya pintu rahmat. Dan tidak ada sesuatu yang lebih Allah cintai ketika dirinya diminta daripada keselamatan.” Dan Rasulullah SAW bersabda: “Sesungguhnya doa itu memberi manfaat bagi sesuatu yang telah terjadi dan yang belum terjadi, maka hendaklah kalian berdoa wahai hambah-hambah Allah.” (Hr. Tirmidzi).³⁵

³⁵ Abd al-Azim bin Abd al-Qawi bin Abdullah, Abu Muhammad, Zaki al-Din al-Mundzir, Sunan Tirmidzi, Mesir: Perpustakaan Mustafa Albany El Halabi, Nomor Hadits 3547, Jilid 2, Hlm. 390.

Ruqyah Syar'iyah digunakan untuk mengobati penyakit fisik dan mental, penyakit yang disebabkan oleh sihir, mantra (penyakit setan), atau penyakit yang menimpa anggota badan. Ruqyah syar`iyah bukanlah bagian dari sihir seperti yang dipahami sebagian orang, dan tidak memiliki landasan agama. Ini adalah pengobatan bagi umat Islam. Hal ini karena Nabi Muhammad sendiri pernah melakukannya Sebagaimana hadits yang diriwayatkan oleh Aisyah Ra: meriwayatkan an-nabhani Yahya bin Yahya menceritakan: Saya membaca surat dari Aisyah ra dari surat Ibnu Hisyam di depan Malik. Nabi SAW membacakan mu'awwidzat Surah al-Falaq dan an-Nas ketika dia mengeluh karena sakit. Dan meniupkan pada badannya, jika Beliau masih merasa sakit, maka Aisyah akan membacakannya kepada Nabi, menggosok pada rasa sakit dengan tangannya, dan menunggu keberkahan. (Hr. Bukhari).³⁶

Sebagian besar bahwa ruqyah diyakini hanya untuk perilaku penyakit jiwa, misalnya disajikan untuk orang yang terkena sihir dan Ain. Tidak bermanfaat untuk penyakit lain seperti kelemahan fisik, pandangan dan pemahaman ini tidak benar, karena ruqyah bermanfaat untuk mengobati berbagai gangguan mental dan psikologis.

. Tentang dalil khasiat ruqyah terhadap berbagai penyakit dalam Alquran dan hadist, yaitu:

1. Dalil dari Alquran

³⁶ Al-Bukhari, al- Imam Abu Abdillah Muhammad Bin Ismail, *Shahih al-Bukhar, Juz 6*, Beirut Libanon: Dar al-Kutub al-Ilmiyah, 1992, Hlm. 1916.

Qs. Fushilat : 44 yang berbunyi :

وَلَوْ جَعَلْنَاهُ قُرْآنًا أَعْجَمِيًّا لَقَالُوا لَوْلَا فُصِّلَتْ آيَاتُهُ ۖ أَأَعْجَمِيٌّ وَعَرَبِيٌّ ۗ قُلْ هُوَ لِلَّذِينَ آمَنُوا هُدًى
وَشِفَاءً ۗ وَالَّذِينَ لَا يُؤْمِنُونَ فِي آذَانِهِمْ وَقْرٌ وَهُوَ عَلَيْهِمْ عَمًى ۗ أُولَٰئِكَ يُنَادُونَ مِنْ مَكَانٍ بَعِيدٍ ۚ

“Dan sekiranya Alquran kami jadikan sebagai bacaan dalam bahasa selain bahasa Arab niscaya mereka mengatakan, Mengapa tidak dijelaskan ayat-ayatnya? Apakah patut Alquran dalam bahasa selain bahasa Arab sedang Rasul orang Arab? Katakanlah, Alquran adalah petunjuk dan penyembuh bagi orang-orang yang beriman. Dan orang-orang yang tidak beriman pada telinga mereka ada sumbatan, dan Alquran itu merupakan kegelapan bagi mereka . mereka itu seperti orang-orang yang dipanggil dari tempat yang jauh.”

Qs. Yunus : 57

وَهُدًى وَرَحْمَةً لِّلْمُؤْمِنِينَ ۚ يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَكُم مَّوْعِظَةٌ مِّن رَّبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِّمَا فِي الصُّدُورِ ۚ

“Wahai Manusia! Sungguh, telah datang kepadamu pelajaran Alquran dari Tuhanmu, penyembuh bagi penyakit yang ada dalam dada, dan petunjuk serta Rahmat bagi orang yang beriman”.

Qs. al-Isra’: 82

وَلَا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا ۚ وَنُنزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ ۚ

“Dan kami turunkan dari Al Quran sesuatu yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang yang beriman, sedangkan bagi orang yang zalim Alquran itu hanya akan menambah kerugian”.

2. Dalil dari Sunnah

a. Ruqyah Jibril a.s ketika mendatangi Nabi Saw.

حَدَّثَنَا بِشْرُ بْنُ هِلَالٍ الصَّوْفِيُّ، حَدَّثَنَا عَبْدُ الْوَارِثِ، حَدَّثَنَا عَبْدُ الْعَزِيزِ بْنُ صُهَيْبٍ، عَنْ أَبِي

نَضْرَةَ، عَنْ أَبِي سَعِيدٍ، أَنَّ جِبْرِيْلَ، أَتَى النَّبِيَّ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَقَالَ: يَا مُحَمَّدُ اشْتَكَيْتَ؟

فَقَالَ: «نَعَمْ» قَالَ: «بِاسْمِ اللهِ أَزْقِيكَ، مِنْ كُلِّ شَيْءٍ يُؤْذِيكَ، مِنْ شَرِّ كُلِّ نَفْسٍ أَوْ عَيْنٍ

«حَاسِدٍ، اللهُ يَشْفِيكَ بِاسْمِ اللهِ أَزْقِيكَ»

Diriwayatkan kepada kami basyar bin Hilal al-Basyar Al-Sawaf, meriwayatkan dari Abdul Warits bin Sa'id dari Abdul Aziz bin Suhaib dari Abi Nadrah dari Abi Sa'id, bahwasanya Jibril datang kepada Nabi Saw, sembari berkata, “Apakah engkau sakit ya Muhammad? Beliau menjawab ”ya”, lalu Jibril berkata, “Dengan nama Allah saya meruqyah mu dari segala sesuatu yang menyakitimu, dari kejahatan setiap jiwa dan Ain hasad, Dengan nama Allah saya meruqyah MU dan allah-lah yang menyembuhkanmu. (Hr. Muslim).³⁷

³⁷ Muslim bin al-Hajjaj Abu al-Hasan al-Qushayri al-Nisaburi (Almarhum: 261 H), *Shahih Muslim*, Beirut: Arab Revival House. Nomor Hadits 2186, Jilid 4, Hlm. 1718.

- b. Hadits Aisyah ra yang mengatakan bahwa Rasulullah SAW mengusap dengan tangan kanannya pada bagian tubuh kami yang sakit dan membaca doa sebagaimana hadis di bawa ini.

حَدَّثَنَا زُهَيْرُ بْنُ حَرْبٍ، وَإِسْحَاقُ بْنُ إِبْرَاهِيمَ، قَالَ إِسْحَاقُ: أَخْبَرَنَا، وَقَالَ: زُهَيْرٌ وَاللَّفْظُ

لَهُ: حَدَّثَنَا جَرِيرٌ، عَنِ الْأَعْمَشِ، عَنْ أَبِي الضُّحَى، عَنْ مَسْرُوقٍ، عَنْ عَائِشَةَ، قَالَتْ: كَانَ رَسُولُ

اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، إِذَا اشْتَكَى مِنَّا إِنْسَانٌ، مَسَحَهُ بِيَمِينِهِ، ثُمَّ قَالَ: «أُدْهِبِ الْبَاسَ، رَبِّ

«النَّاسِ، وَاشْفِ أَنْتَ الشَّافِي، لَا شِفَاءَ إِلَّا شِفَاؤُكَ، شِفَاءٌ لَا يُعَادِرُ سَقَمًا

Meriwayatkan kepada kami zuhair bin Harb dan Ishaq bin Ibrahim memberi tahu kami, Ishaq memberitahu kami, dari Masruq dari Aisyah bahwasannya Rasulullah Saw ketika kembali sakit, beliau membaca “hilangkan penyakit wahai Rabb manusia dan sembuhkanlah, Sesungguhnya engkau lah yang menyembuhkan, tidak ada kesembuhan melainkan kesembuhan dari-mu, kesembuhan yang tidak Meninggalkan Penyakit. (Hr. Muslim)³⁸

- c. Hadits dari Utsman bin Abu al-Ash al-Tsaqafi r.a yang mengadu kepada Rasulullah Saw tentang penyakit perutnya sejak ia masuk

³⁸ Muslim bin al-Hajjaj Abu al-Qushayri al-Nisaburi, *Shahih Muslim Jilid 4*, Beirut: Arab Revival House, Nomor Hadits 2191, Hlm. 1721.

Islam, lalu Rasulullah Saw menyuruhnya meletakkan tangannya kepada bagian yang sakit sambil membaca doa :

حَدَّثَنَا عَبْدُ اللَّهِ الْقَعْنَبِيُّ، عَنْ مَالِكٍ، عَنْ يَزِيدَ بْنِ حُصَيْنَةَ، أَنَّ عَمْرَو بْنَ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ كَعْبٍ

السُّلَمِيِّ، أَخْبَرَهُ أَنَّ نَافِعَ بْنَ جُبَيْرٍ، أَخْبَرَهُ عَنْ عُثْمَانَ بْنِ أَبِي الْعَاصِ، أَنَّهُ أَتَى النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ

عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، قَالَ عُثْمَانُ: وَيٍّ وَجَعٌ قَدْ كَادَ يُهْلِكُنِي قَالَ: فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ، صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ

: «امْسَحْهُ بِيَمِينِكَ سَبْعَ مَرَّاتٍ، وَقُلْ: أَعُوذُ بِعِزَّةِ اللَّهِ وَقُدْرَتِهِ، مِنْ شَرِّ مَا أَجِدُ» قَالَ: «فَفَعَلْتُ

»ذَلِكَ، فَأَذْهَبَ اللَّهُ عَرِّيَّ وَجَلَّ مَا كَانَ بِي، فَلَمْ أَزَلْ أَمُرُّ بِهِ أَهْلِي وَغَيْرَهُمْ ۝

“meriwayatkan kepada kami Abdullah al-Qanabi dari Malik dari Yazid bin Khusaifah bahwa Amru bin Abdillah bin Ka’ab al-Sulami, ia mengabarkan bahwa Nafi’ bin Jibair, ia mengabarkan tentang ‘Usman bin Abi al-‘As datang kepada Rasulullah Saw. Dengan mengeluhkan sakitnya sehingga hampir membinasakannya, Rasulullah SAW bersabda, "usaplah tempat yang sakit dengan tangan kananmu 7 Kali dan ucapkan, Aku berlindung dengan kemuliaan Allah dan kekuasaannya dari keburukan yang aku dapat . Lalu Usman berkata, saya telah melakukannya dan Allah SWT menghilangkan penyakit itu dari diriku, lantas Saya menyuruh keluarga saya dan yang lain untuk melakukan hal yang sama. “Abdullah al Qa'nabi Malik dari Yazid bin Khusaifah mengatakan

kepada kami bahwa Amru bin Abdillah bin Ka`ab al-Sulami melaporkan Nafi` bin Jibair dan melaporkan bahwa 'Utsman bin Abi al`As datang kepada Nabi Dalam Rasulullah SAW mengadukan rasa sakitnya hingga hampir menghancurkannya. Beliau bersabda: “Bersihkan rasa sakit dengan tangan kanannya 7 kali, lalu katakan: Aku mencari kemuliaan Allah dan perlindungan dari kekuatan jahatnya. Utsman berkata, saya melakukannya, Allah SWT menghilangkan penyakit saya, dan kemudian saya mengatakan kepada keluarga saya dan orang lain untuk melakukan hal yang sama.” (Hr. Abu Daud).³⁹

Hadits lainnya yang tidak dapat disebutkan, segala meruqyah fisik yang dianggap asing saat ini telah menjadi ruqyah dan mengobati demam dan gigitan kalajengking Terapi alternatif untuk penyakit seperti, bisul, luka, sakit kepala dan sebagainya.⁴⁰

Selain mengajak untuk menggunakan syariat sebagai sarana pengobatan segala penyakit, penting untuk diketahui bahwa hal ini tidak berarti bahwa alasan lain tidak diperbolehkan dalam hal penyembuhan, seperti berobat ke dokter, berobat, atau berobat ke

³⁹ Abu Dawud Suleiman bin al-Ash'ath bin Ishaq bin Bashir bin Shaddad bin Amr al-Hamid, *Sunan Abi Daud jilid 4*, Saida- Bairut: Perpustakaan Modern, Nomor Hadits 3891, Hlm. 11

⁴⁰ Syamsuri Ali, *Pengobatan Alternatif Dalam Perspektif Hukum Islam*, Bandar Lampung: IAIN Raden Intan, 2015, Hlm. 877.

klinik profesional. Semua hal ini diperbolehkan oleh hukum Islam, dengan alasan bahwa Rasulullah memerintahkan.

Abu Huzail menceritakan bahwa saya bertanya kepadanya: Ya Rasulullah, apa pendapat Anda tentang ruqyah, dan pada saat yang sama Minum obat dan hindari kontraindikasi. Apakah ini berarti menolak takdir Tuhan? Rasulullah SAW bersabda bahwa ini adalah takdir Allah. (Hr. Ahmad dan Tirmidzi)

Ketika seseorang dapat melakukan ruqyah sendiri atau orang lain, tetapi tidak ada tanda-tanda efek atau karakteristik penyembuhan. Akupunktur pada saat itu, ruqyah diragukan ketika berurusan dengan hal-hal seperti itu. Ibnu Qayyim menjawab: “hendaklah seseorang yang melakukan hal-hal semacam ini harus cerdas melihatnya di mana ayat-ayat, dzikir dan doa-doa yang dibaca meruqyah sebenarnya sangat bermanfaat dan penyembuh.

C. Terapi dengan Alquran

Terapi dengan Alquran atau Neurofisiologi Alquran adalah terapi melalui membaca dan mendengarkan kitab suci Alquran sebagai sarana penyembuhan. Poin pengaruh Alquran dapat dirasakan dengan mendengarkan teks Alquran tanpa memahami maknanya, meskipun pengaruh ini semakin kuat jika selain mendengarkan, pasien juga bisa mengerti jika Anda membaca ayat-

ayatnya. Mengucapkan dan mendengarkan ayat Alquran Memiliki efek langsung pada pengurangan perasaan.⁴¹

Mendengarkan lantunan ayat Alquran memiliki efek langsung dan tidak langsung dalam mengurangi kecemasan dan depresi, atau secara langsung dapat meningkatkan sistem kekebalan tubuh, yang tentu saja memiliki kontribusi penting dalam proses penyembuhan.⁴² Jika diperhatikan secara seksama firman Allah surah al-a'raf: 204 yang berbunyi:

وَإِذَا قُرِئَ الْقُرْآنُ فَاسْتَمِعُوا لَهُ وَأَنْصِتُوا لَعَلَّكُمْ تُرْحَمُونَ ۝

*“Dan apabila dibacakan al-quran maka dengarkanlah baik-baik dan perhatikanlah dengan tenang agar kamu mendapat rahmat.” (Qs. Al-A’raf: 204)*⁴³

Ayat di atas memerintahkan bahwa jika seseorang membaca ayat-ayat Alquran, adalah tanggung jawab umat Islam untuk mendengarkannya dan memperhatikannya secara seksama. Terlepas dari mengerti atau tidaknya arti dari tulisan yang sedang Anda baca, jelas bahwa tugas Anda adalah mendengarkan dan membaca tulisan tersebut dengan seksama. Jika telah

⁴¹ Syamsuri Ali, *Pengobatan Alternatif Dalam Perspektif Hukum Islam*, Bandar Lampung: IAIN Raden Intan, 2015, Hlm. 876

⁴² Syamsuri Ali, *Pengobatan Alternatif Dalam Perspektif Hukum Islam*, Bandar Lampung: IAIN Raden Intan, 2015, Hlm. 877.

⁴³ Enang Sudrajat, Syutibi, Abdul Aziz Sidqi, *Syaamil Quran*, Bogor: Lajnah Pentahsil Alquran, 2007, Hlm. 176.

mendengarkan dan memperhatikan apa yang dibacakan di akhir ayat ini, maka berjanjilah bahwa mereka yang mendengarkan dan memperhatikan akan menerima rahmat dari Allah. SWT

Seperti disebutkan di atas, selain membaca Alquran sebagai ibadah, juga dapat melatih, memelihara dan menjaga kesehatan jiwa seseorang. Alquran juga dapat mengurangi ketegangan saraf refleks.

ثُمَّ تَلِيْنُ جُلُوْدُهُمْ ۗ تَقْشَعِرُّ مِنْهُ جُلُوْدُ الَّذِيْنَ يَخْشَوْنَ رَبَّهُمْ ۗ ۙ اَللّٰهُ نَزَّلَ اَحْسَنَ الْحَدِيْثِ كِتٰبًا مُّتَشٰبِهًا مِّمَّا نِي ۙ
 مِنْهَا دٍ وَمَنْ يُضَلِلِ اللّٰهُ فَمَا لَهٗ ۙ ۙ مَنْ يَّشَآءُ ۙ ذٰلِكَ هُدٰى اللّٰهُ يَهْدِيْۤ اِلَيْهِ ۙ ۙ وَقُلُوْهُمْ اِلَى ذِكْرِ اللّٰهِ ۙ

“Allah telah menurunkan perkataan yang paling baik yaitu Alquran yang serupa ayat-ayatnya lagi berulang-ulang koma gemetar karenanya kulit orang-orang yang takut kepada tuhanNya koma kemudian menjadi tenang kulit dan hati mereka ketika mengingat Allah,. itulah petunjuk Allah, dengan kitab itu dia memberi petunjuk kepada siapa yang dia kehendaki. barangsiapa dibiarkan sesat oleh Allah maka Tidak seorangpun yang dapat memberi petunjuk.” (Qs. Zumar: 23)⁴⁴

Sebagai seorang muslim ketika hendak membaca Alquran haruslah terlebih terbebas dari hadas besar dan hadats kecil, dianjurkan untuk bersuci (mandi) terlebih dahulu. Semua ini pada dasarnya memiliki pengaruh yang

⁴⁴ Enang Sudrajat, Syutibi, Abdul Aziz Sidqi, *Syaamil Quran*, Bogor: Lajnah Pentahsil Alquran, 2007, Hlm. 461.

besar terhadap model mental seseorang, karena ketika seseorang gugup, dia disarankan untuk membaca Alquran, dan kemudian ketika dia menyentuh ayat-ayat Alquran dengan hati-hati, sarafnya akan mulai berpikir untuk membaca. Baca arti dan huruf-hurufnya dengan cermat. Hal ini memaksanya untuk berkonsentrasi pada Quran yang dia baca.

