

BAB II

SYIFA' DALAM KHAZANAH INTELEKTUAL

A. Wawasan tentang Kesehatan

Dalam UU No. 36 tahun 2009 Bab 1 Pasal 1, menyatakan bahwa: Kesehatan adalah keadaan yang kokoh, baik secara hakiki, intelektual, spiritual, maupun sosial yang memungkinkan setiap orang untuk hidup bermanfaat secara sosial dan finansial.¹ Oleh karena itu, orang-orang yang sehat sesuai dengan pendidikan kesehatan secara sehat jasmaniah, rohaniah, dan sosial.

Menurut WHO (World Health Organization) tahun 1974, menyebutkan sehat adalah keadaan sempurna dari fisik, mental, sosial, tidak hanya bebas dari penyakit atau kelemahan.² Majelis Ulama Indonesia (MUI) dalam musyawarah nasional ulama tahun 1983 mendefinisikan kesehatan sebagai “ketahanan jasmani, rohaniah, dan sosial yang dimiliki seseorang, sebagai karunia Allah yang harus disyukuri dengan mengamalkan (arahannya), dengan menjaga dan mengembangkannya”.³ Oleh karena itu, orang yang dapat melaksanakan perintah Allah dan menghindari larangan Allah adalah orang yang kokoh secara jasmani dan rohani.

Kesehatan jasmani adalah kondisi tubuh yang bugar yang memberikan kemampuan untuk menyelesaikan setiap aktifitas hari demi hari, tanpa

¹ Undang-undang Republik Indonesia Nomor 36 Tahun 2009.

² Pengertian sehat menurut ahli WHO”, <http://www.pengertianahli.com> (12/05/2016).

³ M. Quraish Shihab, *Membumikan Al-Qur'an: Fungsi dan Peran Wahyu Dalam Kehidupan Masyarakat*, (Bandung: Mizan, 2007), 182.

kelelahan yang parah, bahkan dengan jadwal yang padat. Sesuai Pusat Pengembangan Kualitas Jasmani Tahun 2003, menjelaskan komponen kesehatan jasmani atau kondisi fisik ada sepuluh segmen, antara lain : daya kuat, kekuatan otot, tenaga ledak otot, kecepatan, daya lentur, ketangkasan, koordinasi, keseimbangan, ketetapan, dan tingkat respons.⁴ Sedangkan kesehatan jiwa adalah suatu keadaan yang berhubungan dengan hati atau pikiran seseorang. Orang yang sehat secara rohani tidak akan dirugikan, juga tidak akan merasa bahagia. Ambil contoh urusan agama, orang yang rutin beribadah bisa dikatakan sehat jiwanya, dalam hal ini beribadah menurut keyakinan dan kepercayaan agamanya masing-masing.⁵ Orang yang sehat jiwanya akan melakukan segala hal yang positif, bermanfaat dan berguna.

Orang yang sehat mentalnya menunjukkan keselarasan fungsi jiwa dan kemampuan menghadapi masalah sehari-hari, membuat mereka merasakan kebahagiaan dan kepuasan batin. Jika seseorang menghindari gejala penyakit jiwa dan menggunakan potensinya untuk mengkoordinasikan fungsi-fungsi jiwa batinnya, maka ia dapat dikatakan memiliki jiwa yang sehat. Ciri-ciri jiwa yang sehat antara lain: *pertama*, terhindar dari gangguan jiwa dan gejala penyakit jiwa. *Kedua*, Kemampuan menyesuaikan diri dengan diri sendiri, orang lain, dan masyarakat serta lingkungan tempat tinggalnya. *Ketiga*, Pengetahuan dan tindakan yang ditujukan untuk mengembangkan dan memanfaatkan seluruh potensi, bakat, dan karakteristik yang ada semaksimal

⁴ Suyadi, *Jurnal Korelasi Antara Tingkat Kesegaran Jasmani dan Kesehatan mental*,(2006), 13-14.

⁵ <http://Widtama.com> diakses pada hari senin, tanggal 9 April 2018 pukul 20.35.

ungkinan. *Keempat*, Mewujudkan keselarasan sejati antara fungsi jiwa, memiliki kemampuan menghadapi masalah sehari-hari yang terjadi, dan memiliki perasaan positif tentang kebahagiaan dan kemampuan diri sendiri. *Kelima*, Pola pikir yang sehat tercermin dari cara berpikir. *Keenam*, Kesehatan emosional tercermin dari kemampuan untuk mengungkapkan rasa syukur, pujian, kepercayaan diri, dan lain-lain.⁶

Terkait dengan kesehatan, sumber rujukan utama umat Islam adalah al-Qur'an dan sunnah Rasulullah saw. Jika suatu masalah tidak ditemukan nash-nashnya di dalam al-Qur'an, maka dapat mencarinya di dalam sunnah Rasulullah saw., yakni melalui hadist-hadist beliau. Begitu juga dalam masalah kesehatan. Dan Nabi Muhammad saw., yang berbicara tentang pentingnya kesehatan.

B. Anxiety Disorder (Kegelisahan) Sebagai Gangguan Psikologis

Manusia adalah makhluk yang unik, ia diberi keistimewaan berupa akal dan perasaan oleh Allah swt. Akal berfungsi untuk menimbang antara baik dan buruk, pantas dan tidak pantas, serta antara benar dan salah. Sementara perasaan merupakan suatu bentuk reaksi atas apa yang dialami manusia. Perasaan memiliki bentuk masing-masing yang mana semua tergantung dari situasi dan kondisi yang sedang dialami oleh setiap orang. Perasaan yang tak tentu dan silih berganti menuntut kita agar pandai dalam mengelola perasaan dengan baik. Sebab hidup senantiasa menawarkan berbagai persoalan yang harus dihadapi.

⁶ Dian, <http://dian2blog.blogspot.co.id> diakses pada hari senin tanggal 5 Maret 2018 pukul 09.35 WIB.

Berbicara masalah kegelisahan, kita mengingat akan suatu unsur halus yang dimiliki manusia yaitu perasaan. Kegelisahan merupakan suatu reaksi ketika seseorang mengalami sesuatu yang membuat dirinya tidak nyaman. Dalam kamus Besar Bahasa Indonesia, gelisah adalah suasana hati yang tidak tenang, selalu merasa khawatir, tidak tenang, tidak sabar, dan cemas. Dengan demikian kegelisahan bisa diartikan sebagai perasaan gelisah, kekhawatiran, dan kecemasan.⁷

Kegelisahan muncul karena dua sebab. *Pertama*, kegelisahan karena memikirkan agama bukan berarti berperang, unjuk rasa, saling mencela terhadap sesama dengan mengatasnamakan agama. Kegelisahan ini bersifat individual sebagai manusia yang tidak pernah luput dari salah dan dosa, merasa gelisah ketika tidak patuh pada perintah Allah dan melakukan larangannya. *Kedua*, kegelisahan yang sering terjadi pada setiap orang. Kecenderungan terhadap hal yang bersifat duniawi dirasa lebih menggelisahkan daripada urusan ukhrawi.

Kegelisahan ada yang bersifat positif dan ada yang bersifat negatif. Yang bersifat positif akan memberikan dampak baik bagi kesehatan jasmani maupun rohani. Sebaliknya, gangguan gelisah yang negatif akan berpengaruh buruk dalam jangka waktu yang lama bagi penderitanya. Dengan demikian, gangguan gelisah merupakan gangguan mental yang ditandai dengan perasaan cemas, takut, panik di mana sulit diketahui sebabnya. Gangguan gelisah pun

⁷ <https://kbbi.web.id/gelisah.html>

juga dapat dikatakan sebagai penyakit hati yang berhubungan erat dengan penyakit rohani.

Tekanan hidup yang begitu rumit membuat gangguan gelisah bisa menyerang siapa saja dan kapan saja, baik itu menyerang anak-anak hingga orang dewasa. Penyebab gangguan gelisah sangat beragam, kadang muncul karena hal-hal kecil yang tak terpikirkan oleh seseorang, kadang juga muncul disaat melakukan aktivitas sehari-sehari. Dampak dari gangguan gelisah ini dapat menyerang bagi kesehatan mental yang meliputi: insomnia, berkurangnya daya ingat, mudah marah, stress dan depresi, serta putus asa. Tidak hanya kesehatan mental tapi gangguan gelisah juga menyerang kesehatan fisik yang meliputi: menurunnya imunitas tubuh, penuaan dini, sakit kepala, gangguan pencernaan, penyakit jantung dan lain sebagainya.

C. Penyakit

Dalam kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), penyakit diartikan sebagai ssesuatu yang menyebabkan terjadinya gangguan pada makhluk hidup. Gangguan kesehatan yang disebabkan oleh bakteri, virus, atau kelainan sistem faal atau jaringan pada organ tubuh.⁸ Dalam bahasa Arab kata sakit berasal dari kata *al-Marad* yang maknanya berkisar pada sesuatu yang tidak sehat, baik pada fisik maupun jiwa atau mentalnya.⁹

⁸ Tim Penyusun, *Kamus Besar Bahasa Indonesia* (Jakarta: Balai Pustaka, 2005), 981

⁹ Departemen Agama RI, *Kesehatan Dalam Perspektif al-Qur'an; Tafsir al-Qur'an Tematik*, (Jakarta: Lajnah Pentashihan Mushaf al-Qur'an, 2009), 301

Bila merujuk pada teori ilmu kesehatan kontemporer, sumber penyakit berasal dari empat macam yakni:¹⁰ toksid (racun) yang tertimbun dalam tubuh, ketidakseimbangan suhu badan, ketidakseimbangan angin, dan ketidakseimbangan pikiran. Asal mula adanya racun dalam tubuh manusia bersumber dari bahan-bahan kimia yang berlebihan yang pernah dikonsumsi yang tercampur dalam makanan- minuman seperti bahan pewarna, bahan pengawet, dan lainnya yang tidak diperlukan tubuh. Sedangkan ketidakseimbangan suhu badan disebabkan sistem pengeluaran urin yang bermasalah. Demikian halnya ketidakseimbangan angin menyebabkan masalah di dalam usus besar dan matinya bakteri positif serta kekurangan enzim tubuh. Sementara ketidakseimbangan pikiran (stress) menyebabkan tubuh mengeluarkan hormon steroid yang melemahkan sistem imunitas.

Banyaknya jenis penyakit baru yang menular dan berbahaya saat ini di seluruh dunia seperti wabah covid-19. Covid-19 adalah kumpulan virus yang menginfeksi sistem pernafasan dan dapat mengakibatkan kematian. Sementara menurut World Health Organization (WHO), virus Corona adalah virus yang dapat mengakibatkan flu biasa hingga penyakit yang lebih parah, seperti sindrom pernafasan Timur Tengah (MERS-CoV) dan sindrom pernafasan akut parah (SARS-CoV). Wabah Covid-19 dinyatakan sebagai darurat kesehatan masyarakat dan menjadi perhatian dunia oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHO). Untuk mengantisipasi semua itu, otoritas berwenang China

¹⁰ Syekh Ibnul Qayyim al-Jauziyah, *Rahasia Pengobatan Nabi SAW*, (Jakarta: Mitra Press, 2013), 11.

melakukan langkah-langkah ketat seperti menghentikan transportasi umum dan penerbangan di Wuhan, beserta kota-kota besar lainnya.

Tidak hanya China dan negara lainnya, Indonesia juga mengumumkan konfirmasi kasus covid-19 pada awal tahun 2020. Penyebaran virus covid-19 di Indonesia terjadi sangat cepat dan banyak korban jiwa yang meninggal akibat virus ini. Hingga saat ini pasien yang dilaporkan positif sudah mencapai 4.233.014 dan total pasien yang meninggal 142.889.¹¹

Ketika berbicara mengenai penyakit menular atau wabah, pada dasarnya tidak dikenal saat ini saja, akan tetapi sudah dikenal sejak zaman Nabi Muhammad Saw. Pada zaman itu, ditemukan wabah yang cukup dikenal, yaitu pes dan lepra. Nabi Muhammad Saw. saat itupun melarang umatnya untuk memasuki daerah yang sudah diterpa oleh wabah tersebut, baik itu pes, lepra maupun penyakit menular lainnya.

Dalam kondisi saat ini, agama perlu dikonstruksi yang kemudian bisa memberikan implikasi secara positif seperti memberikan ketenangan dan berfikir positif dalam menghadapi covid-19. Memperkuat protokol penanganan covid-19 dengan merujuk kepada tujuan pokok syari'at yang diantaranya memberikan perlindungan jiwa dan raga dan membentuk kesalehan sosial dengan menggerakkan amal dan pelayanan secara sukarela

¹¹ Tim Komunikasi Komite Penanganan Corona Virus Disease 2019 dan Pemulihan Ekonomi Nasional. <https://covid19.go.id>.

untuk mengatasi dampak ekonomi dan sosial yang muncul selama pandemi covid-19.¹²

Menurut Ibnu Qayyim al-Jauziyah dalam karyanya, *Metode Pengobatan Nabi SAW*, secara umum mengklasifikasikan penyakit menjadi dua macam, yaitu:

1. Penyakit Jasmani

Penyakit jasmani adalah penyakit yang timbul karena salah satu organ tubuh tidak berfungsi dengan baik atau bahkan kehilangan fungsinya secara total. Bisa juga muncul karena masuknya berbagai jenis mikroba ke dalam tubuh seseorang sehingga merusak salah satu organ tubuhnya.¹³

Penyakit jasmani ini terbagi menjadi 2 macam, yaitu :
Pertama, penyakit fisik murni, yang terapinya secara fisik juga karena penyakit fisik harus diobati secara fisik, yakni kedokteran manusia.
Kedua, penyakit fisik rohani, penyakit ini mengakibatkan akses buruk secara fisik pula. Berdasarkan eksperimen di bidang terapi dan pengobatan, terbukti bahwa jin mempunyai kemampuan untuk menyerang fisik secara langsung. Penyakit yang disebabkan oleh jin seperti lumpuh, tuli, bisu, dan buta. Jin juga mampu menguasai pusat kendali saraf lalu menyerang tubuh dengan penyakit.¹⁴

¹² Didim dkk, *Pandemi Corona: Virus Deglobalisasi*, (Bogor: PT Penerbit IPB Press, 2020), 72

¹³ Ibnu Qayyim al-Jauziyah, *Metode Pengobatan Nabi SAW*, 8

¹⁴ Syekh Riyadh Muhammad Samahah, *Cara Penyembuhan Dengan al-Qur'an*, (Yogyakarta: Mitra Pustaka, 2007), 21

2. Penyakit Rohani

Penyakit rohani adalah suatu penyakit yang terjadi karena adanya serangan rohani dari luar terhadap tubuh dan rohani, lalu unsur luar ini mengalahkan dan menguasainya. Para dokter mendefinisikan serangan ini sebagai komponen yang mengubah secara mendadak susunan otak, bisa jadi dengan penambahan pada sebagian organ tubuh lantas menyebabkan pergulatan persial atau total.¹⁵ Ibnu Qayyim mengklasifikasikan penyakit rohani menjadi dua macam¹⁶, yaitu :

- a. Penyakit syubhat yang disertai keragu-raguan
- b. Penyakit syahwat yang disertai kesesatan

Penyakit hati¹⁷ juga termasuk penyakit yang menyerang rohani, dikarenakan terjadinya kerusakan terutama pada keinginan dan persepsi. Hati seseorang yang sakit akan tergambar kepadanya hal-hal yang berbau syubhat dan akhirnya dia tidak dapat melihat kebenaran atau melihat sesuatu yang tidak sebagaimana mestinya.¹⁸

D. Pengobatan

Kata pengobatan berasal dari bahasa latin yaitu *ars medicena* yang berarti seni penyembuhan. Jadi, pengobatan adalah ilmu dan seni

¹⁵ *Ibid.*, 20.

¹⁶ Ibnu Qayyim al-Jauziyah, *Metode Pengobatan Nabi SAW*, 2

¹⁷ Beberapa jenis penyakit hati yang spesifik meliputi, iri, dengki, sombong, ujub, suka memfitnah, malas beribadah namun genar bermain, senang menggunjing aib orang lain, dan sering suudzon

¹⁸ Muhadi dan Muadzlin, *Semua Penyakit Ada Obatnya*, (Jakarta: Media Pressindo, 2012), 18-19

penyembuhan.¹⁹ Sedangkan pengobatan dengan al-Qur'an ialah pengobatan dengan menggunakan ayat-ayat al-Qur'an sebagai wasilah dalam mendapatkan kesembuhan dari suatu penyakit. Beberapa prinsip yang harus diperhatikan dalam pengobatan diantaranya : *Pertama*, meyakini bahwa Allah yang Maha Menyembuhkan segala penyakit. Pengobatan harus didasarkan pada akidah yang benar dengan meyakini bahwa penyembuhan berasal dari Allah swt sedangkan obat hanya sebagai perantaranya saja. *Kedua*, menggunakan obat yang halal dan baik. *Ketiga*, berobat kepada ahlinya. Prinsip ini menunjukkan bahwa pengobatan yang dilakukan harus ilmiah. *Keempat*, tidak menggunakan sihir. Islam menganjurkan berobat dengan menggunakan cara yang benar dan menafikan pemikiran-pemikiran yang mengatakan bahwa penyakit itu muncul dari setan, binatang, atau roh-roh yang nakal. *Kelima*, selalu ikhtiar dan tawakkal. Seseorang yang sedang sakit hendaknya berikhtiar, yaitu dengan mencari obat dari penyakit yang dideritanya.

Dalam al-Qur'an, secara umum pengobatan digolongkan menjadi dua, yaitu pengobatan dengan menggunakan bahan-bahan obat alami dan pengobatan dengan pendekatan psikologis.²⁰ Ada beberapa bahan obat yang disebutkan dalam al-Qur'an, diantaranya: Air, Madu lebah, Minyak zaitun, Buah Tin dan buah Zaitun, buah kurma dan anggur, pisang, dan susu.

¹⁹Fransiskus Samuel Rinaldi, "Arti Pengobatan", diakses dengan alamat <https://sites.google.com/site/fransiskussamuelrenaldi/my-notes-on-introductions-to-information-technology/arti-pengobatan>. pada tanggal 21 Februari 2019

²⁰ Muhammad Mahmud Abdullah, *Sembuhkan Penyakitmu dengan Al-Qur'an*, terj. Muhammad Muhsiyam, (Yogyakarta: Beranda Publishing, 2010), 69.