

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Tekanan Darah

1. Pengertian Tekanan Darah

Tekanan darah adalah kekuatan yang diperlukan agar darah dapat mengalir di dalam pembuluh darah dan beredar mencapai semua jaringan tubuh manusia.¹ Beredarnya darah ke seluruh jaringan tubuh manusia dinamakan dengan sistem peredaran darah. Sistem peredaran darah pada manusia dibagi menjadi dua yaitu sistem peredaran darah kecil dan sistem peredaran darah besar. Sistem peredaran darah besar yaitu peredaran darah dari jantung ke seluruh tubuh dan kembali ke jantung lagi. sedangkan sistem peredaran darah kecil yaitu peredaran darah dari jantung menuju paru-paru dan kembali ke jantung lagi.

Sistem peredaran darah kecil dimulai dengan dikeluarkannya darah kotor yang miskin oksigen yang berada di bilik kanan dibawa ke paru-paru terjadi pertukaran karbondioksida dengan oksigen. Darah yang sudah kaya oksigen kemudian melewati vena pulmonalis menuju serambi kiri dan kemudian mengalir ke bilik kiri.

¹ Dr. L. Gunawan, *HIPERTENSI Tekanan Darah Tinggi* (Yogyakarta: Penerbit Kanisius, 2001), 7- 14.

Sistem peredaran darah besar dimulai dengan darah yang kaya oksigen yang berada dibilik kiri disalurkan ke seluruh tubuh melalui pembuluh aorta dan arteri. Setelah dari kapiler di seluruh tubuh, darah menuju ke pembuluh vena dan venacava untuk kembali ke serambi kanan.²

Istilah “ tekanan darah “ berarti tekanan pada pembuluh nadi dari peredaran darah sistemik di dalam tubuh manusia. Tekanan darah dibedakan antara tekanan darah sistolik dan tekanan darah diastolik. Tekanan darah sistolik adalah tekanan darah pada waktu jantung menguncup (systole). Adapun tekanan darah diastolik adalah tekanan darah pada saat jantung mengendor kembali (diastole). Dengan demikian, jelaslah bahwa tekanan darah sistolik selalu lebih tinggi daripada tekanan darah diastolic. Tekanan darah manusia senantiasa berayun-ayun antara tinggi dan rendah sesuai dengan detak jantung.³

2. Pengukuran Tekanan Darah

Tekanan darah manusia biasa diukur secara tidak langsung dengan alat tensimeter. Alat tensimeter terdiri atas beberapa komponen utama berikut :

- a. Manset (cuff) dari karet yang dibungkus kain.
- b. Manometer air raksa berskala 0 mm – 300 mm Hg.
- c. Pipa karet atau selang.

²Diana Puspita, *Alam Sekitar* (Jakarta: Leuser Cita Pustaka, 2009) ,63.

³ L. Gunawan, *HIPERTENSI Tekanan Darah Tinggi*, 7- 14.

d. Ventil putar.

Pengukuran tekanan darah dilakukan dengan memasang manset di lengan atas kira – kira 4 cm di atas lipatan siku. Jari tangan kiri diletakkan di lipatan siku untuk meraba denyut pembuluh nadi, lalu pompa karet ditekan dengan tangan kanan agar udara masuk kedalam sampai denyut pembuluh tidak terasa lagi. kemudian, stetoskop dipasang di lipatan siku sambil ventil putar dibuka sedikit demi sedikit secara perlahan untuk menentukan tekanan udara dalam manset. Dengan memperhatikan turunnya air raksa pada silinder petunjuk tekan manometer, telaga mendengarkan bunyi denyut nadi dengan bantuan stetoskop. Pada saat tekanan udara dalam manset naik sampai nilai tekanan lebih dari tekanan darah, maka suara denyut pembuluh nadi menghilang.

Dengan dikeluarkannya sebagian udara dalam manset, tekanan udara dalam manset akan turun sehingga pada suatu saat akan mulai terdengar suara denyut pembuluh nadi. Angka manometer saat itu menunjukkan tekanan darah yang disebut tekanan sistolik.

Dengan tetap terbukanya ventil, air raksa pada silinder akan turun terus menerus dan pada suatu saat bunyi pembuluh nadi akan

menghilang lagi. saat itu angka manometer menunjukkan tekanan darah yang disebut tekanan diastolik.⁴

Dalam pengukuran tekanan darah ada beberapa hal yang harus diperhatikan, yaitu :

- 1) Pengukuran tekanan darah boleh dilaksanakan pada posisi duduk ataupun berbaring. Namun yang terpenting lengan tangan tetap pada posisi santai.
- 2) Pengukuran tekanan darah dalam posisi duduk, akan memberikan angka yang agak lebih tinggi dibandingkan dengan posisi berbaring, meskipun selisihnya relatif kecil.
- 3) Tekanan darah juga dipengaruhi kondisi saat pengukuran. Pada orang yang baru bangun tidur akan didapatkan tekanan darah paling rendah yang dinamakan tekanan darah basal. Tekanan darah yang diukur setelah berjalan kaki atau beraktivitas akan memberi angka lebih tinggi yang disebut tekanan darah kasual. Oleh karena itu, sebelum pengukuran tekanan darah, orang sebaiknya beristirahat duduk santai minimal 10 menit.
- 4) Pada suatu pemeriksaan kesehatan sebaiknya tekanan darah diukur 2 atau 3 kali berturut – turut.

⁴ Robert E. Kowalski, Terapi Hipertensi : Program 8 Minggu Menurunkan Tekanan Darah Tinggi Dan Mengurangi Risiko Serangan Jantung Dan Stroke Secara Alami (Bandung: PT Mizan Pustaka, 2010), 49-50

- 5) Ukuran mansett harus sesuai dengan lingkaran lengan, bagian yang mengembang harus melingkari 80% lengan dan mencakup dua pertiga dari panjang lengan atas.⁵

3. Pembagian Tekanan Darah

Tekanan darah manusia dapat digolongkan menjadi tiga kelompok, yaitu :

- a. Tekanan darah rendah (hipotensi).
- b. Tekanan darah normal (normotensi).
- c. Tekanan darah tinggi (hipertensi).

Banyak ahli kedokteran membuat batasan hipertensi dengan alasan masing – masing. Oleh karena itu, WHO menentukan standar batasan tekanan darah manusia agar memudahkan diagnosis dan terapi atau penatalaksanaan hipertensi.

Tabel 1. Batasan Tekanan Darah menurut WHO

Tekanan Sistolik (mmHg)	Tekanan Diastolik (mmHg)	Klasifikasi
< 140	< 90	Normotensi
141-159	91 – 94	Perbatasan
>160	> 95	Hipertensi

⁵ Dr. L. Gunawan, *HIPERTENSI Tekanan Darah Tinggi*, (Yogyakarta: Penerbit Kanisius, 2001), 9

Hipertensi menjadi masalah kesehatan masyarakat yang serius, karena jika tidak terkendali akan berkembang dan menimbulkan komplikasi yang berbahaya. Akibatnya bisa fatal karena sering timbul komplikasi, misalnya stroke, penyakit jantung dan gagal ginjal.⁶

B. Hipertensi

1. Pengertian Hipertensi

Hipertensi atau yang lebih dikenal dengan tekanan darah tinggi, merupakan salah satu penyakit yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah dalam tubuh.⁷ Hal ini disebabkan karena adanya suatu gangguan pada pembuluh darah yang mengakibatkan suplai oksigen dan nutrisi yang dibawa oleh darah terhambat sampai ke jaringan tubuh yang membutuhkannya. Tubuh akan bereaksi lapar, yang mengakibatkan jantung harus bekerja lebih keras untuk memenuhi kebutuhan tersebut. Jika kondisi tersebut berlangsung lama dan menetap, timbullah gejala yang disebut sebagai penyakit tekanan darah tinggi.⁸

Menurut *American Heart Association* (AHA, 2017 dalam Whelton, P. K., et al, 2017) hipertensi adalah suatu kondisi dimana tekanan darah sistolik berada di atas 130 mmHg dan tekanan darah diastolik di atas 80 mmHg. Triyanto (2014) menyatakan bahwa

⁶ Dr. L. Gunawan, *HIPERTENSI Tekanan Darah Tinggi.*, 11.

⁷ Hengky Irawan Dan Setyo Ari, “ Pengaruh Terapi Bekam Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Klien Hipertensi”, *Jurnal Ilmu Kesehatan*, Vol. 1 No. 1, (Nopember 2012), 31.

⁸ Vitahealth , *Hipertensi*, (Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2006), 12.

hipertensi merupakan suatu keadaan dimana seseorang mengalami peningkatan tekanan darah di atas normal yang mengakibatkan peningkatan angka kesakitan (morbiditas) dan angka kematian (mortalitas).⁹

Jadi, hipertensi adalah meningkatnya tekanan darah sistolik lebih dari 130 mmHg dan diastolik lebih dari 80 mmHg¹⁰ yang disebabkan oleh tersumbatnya pembuluh darah sehingga suplai oksigen dan nutrisi yang diperlukan tubuh terhambat.

Hipertensi sering dianggap sebagai pembunuh gelap (*silent killer*) karena termasuk penyakit yang mematikan.¹¹ Kasus hipertensi sering dijumpai diberbagai belahan dunia. Data WHO bulan September 2012, disebutkan bahwa hipertensi merupakan penyebab kematian utama ketiga di Indonesia untuk semua umur (7,4%), setelah stroke (15,6%) dan tuberculosis (8,5%).¹² Pada tahun 2013 prevalensi hipertensi dunia mencapai 29,2% pada laki – laki dan 24,8% perempuan. Di Indonesia prevalensi hipertensi pada tahun 2013 menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia sebesar

⁹ Mega Ayudia Saundari, Siti Rahmalia Hairani Damanik, Dan Jumaini, “Pengaruh Terapi Bekam Basah Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Dengan Hipertensi Grade I Di Rumah Sehat Mina” , Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Riau, 51.

¹⁰ Endah Puspitorini, “Pengaruh Terapi Bekam Basah Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Dengan Hipertensi Di Klinik Bekam Medical Center Kepanjen Kabupaten Malang “, Program Studi DIII Keperawatan Stikes Kendedes Malang, 3.

¹¹ Vitahealth , *Hipertensi*, (Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2006), 12.

¹² Susi Susanah, Ani Sutriningsih, Dan Warsono,” Pengaruh Terapi Bekam Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Poliklinik Trio Husada Malang”, *Nursing News*, Volume 2, Nomor 3, 201.

26,56%.¹³ Hipertensi didapati lebih tinggi terjadi pada perempuan dibandingkan penderita hipertensi laki – laki.¹⁴

2. Klasifikasi Hipertensi

Klasifikasi hipertensi dibuat berdasarkan tingkat tingginya tekanan darah yang mengakibatkan peningkatan resiko penyakit jantung dan pembuluh darah.

Tabel 2. Kriteria penyakit hipertensi

No	Kriteria	Tekanan Darah (mmHg)	
		Sistolik	Diastolik
1	Normal	< 130	< 85
2	Perbatasan (high normal)	130 – 139	85 - 89
3	Hipertensi		
	Derajat 1: ringan (mild)	140 – 159	90 - 99
	Derajat 2: sedang (moderate)	160 – 209	100 - 109
	Derajat 3: berat (severe)	180 – 209	110 - 119

¹³ Bahar Sangkur G, “ Pengaruh Terapi Bekam Terhadap Tekanan Darah Pasien Hipertensi Esensial Di Rumah Bekam Denpasar Mei – Juni Tahun 2014”, *E- Jurnal Medika*, 9, (September , 2016), 1.

¹⁴ Kemenkes RI, *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2016*, (Jakarta: Kemenkes RI, 2017)

	Derajat 4: sangat berat (very severe)	> 210	> 120
--	---	-------	-------

Menurut WHO didalam Guidelines terakhir tahun 1999, batas tekanan darah yang masih dianggap normal adalah kurang dari 135/85 mmHg. Tekanan lebih dari 140/90 mmHg dinyatakan sebagai hipertensi. Adapun nilai diantaranya termasuk nilai normal – tinggi (diperuntukkan bagi dewasa berusia diatas 18 tahun).¹⁵

3. Faktor Penyebab Hipertensi

Hipertensi merupakan penyakit yang disebabkan karena interaksi berbagai faktor risiko. Risiko hipertensi tergantung pada jumlah dan tingkat keparahan dari faktor risiko yang dapat dikontrol seperti stress, obesitas, nutrisi dan gaya hidup, serta faktor yang tidak dapat dikontrol seperti genetic, usia, jenis kelamin, dan etnis.

a. Usia

Hipertensi merupakan penyakit yang dikarenakan berbagai faktor, salah satunya adalah karena faktor pertambahan usia. Pertambahan usia menyebabkan adanya perubahan fisiologis dalam tubuh seperti penebalan dinding arteri akibat adanya penumpukan zat kolagen pada lapisan otot, sehingga pembuluh darah akan mengalami penyempitan dan menjadi kaku dimulai saat usia 45 tahu. Selain itu juga terjadi peningkatan resistensi perifer dan

¹⁵ Dr. Setiawan Dalmartha, *Care Your Self, Hipertensi* (Jakarta: Penerbit Plus 2008), 9 – 10.

aktivitas simpatik serta kurangnya sensitivitas pengatur tekanan darah dan peran ginjal aliran darah ginjal dan laju filtrasi glomerules menurun.

Menurut penelitian dari Febby Hendra tahun 2012 menunjukkan adanya hubungan antara usia dengan kejadian hipertensi. Hal ini disebabkan karena tekanan arterial yang meningkat sesuai dengan bertambahnya usia, terjadinya regurgitasi aorta, serta adanya proses degeneratif yang lebih sering pada usia tua.¹⁶

b. Pola Makan

Semakin tidak sehatnya pola makan seseorang maka peluang untuk terjadinya hipertensi semakin tinggi. Hal ini terbukti dengan banyaknya responden yang mengatakan bahwa ada yang mengkonsumsi bahkan masih mengkonsumsi makanan yang banyak mengandung kadar lemak jenuh tinggi, garam natrium tinggi, makanan dan minuman dalam kaleng, makanan yang diawetkan dan makanan yang banyak mengandung alkohol. Dimana dari pola makan yang tidak sehat tersebut dapat menyebabkan semakin tingginya terkena hipertensi.¹⁷

¹⁶ Lina Dwi Yoga Pramana, “ Faktor – Faktor yang Berhubungan dengan Tingkat Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Demak II” (Skripsi S1, Universitas Muhammadiyah Semarang, 2016), 25 – 26.

¹⁷ Donny Adi P, “ Faktot – Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi Pada Usia Dewasa Muda di Wilayah Puskesmas Subela Surakarta”, *Naskah Publikasi*, (Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2015), 2.

c. Kurangnya Aktifitas Fisik

Pada orang yang tidak aktif melakukan kegiatan fisik cenderung mempunyai frekuensi denyut jantung yang lebih tinggi. Hal ini menyebabkan otot jantung bekerja lebih keras pada setiap kontraksi. Makin keras usaha otot jantung dalam memompa darah, makin besar pula tekanan yang disebabkan pada dinding arteri sehingga meningkatkan tekanan perifer yang menyebabkan kenaikan tekanan darah. Kurangnya aktifitas fisik juga dapat meningkatkan risiko kelebihan berat badan yang dapat meningkatkan risiko hipertensi meningkat. Studi epidemiologi membuktikan bahwa dengan beraktifitas fisik secara teratur dapat menurunkan tekanan darah sekitar 6 – 15 mmHg pada penderita hipertensi.¹⁸

d. Stres

Stress merupakan suatu keadaan non fisik yang dialami penderita akibat tuntutan emosi, fisik dan lingkungan yang melebihi daya dan kemampuan untuk mengatasi dengan efektif. Stres diduga karena adanya peningkatan aktivitas syaraf simpatis yang mengakibatkan tekanan darah tidak mengalami kenaikan. Adapun gangguan kepribadian pada seseorang yang

¹⁸ Sukmawati, “Faktor – Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi Stadium 1 dan 2 pada Lansia Desa Bormatangka Dusun Bontosunggu Kec. Bajeng Barat” (Skripsi S1, UIN Alauddin Makassar, 2016), 20.

bersifat sementara juga dapat menimbulkan stress dan apabila menetap akan dapat meningkatkan tekanan darah.¹⁹

Berdasarkan penyebabnya, hipertensi dapat dibedakan menjadi dua golongan besar, yaitu :

1. Hipertensi esensial, yaitu Hipertensi yang tidak diketahui penyebabnya.
2. Hipertensi sekunder, yaitu hipertensi yang disebabkan oleh penyakit lain.²⁰

Hampir 90% penderita hipertensi tergolong hipertensi esensial, sedangkan 10%-nya tergolong penderita hipertensi sekunder. Karena kebanyakan penderita hipertensi jenis sekunder yang lebih banyak, maka penelitian dan pengobatan banyak ditujukan untuk penderita hipertensi jenis ini. Adakalanya penderita hipertensi mengambil tindakan sendiri dalam pengobatannya dengan memeriksa tekanan darah dan menghindari makanan yang mengandung garam, daging kambing, alkohol, durian, dan kopi. Namun hal ini sebenarnya kurang efektif, karena lebih baik dalam pengobatan hipertensi melibatkan tenaga yang sudah ahli.

¹⁹ Budi Aryaningrum, “ Faktor – Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi Tidak Terkendali pada Penderita yang Melakukan Pemeriksaan Rutin di Puskesmas Kedungmuundu Kota Semarang Tahun 2014” (Skripsi S1, Universitas Negeri Semarang, 2015), 37-38.

²⁰ Dr. Setiawan Dalmartha, *Care Your Self, Hipertensi.*, 6 – 15.

4. Komplikasi Hipertensi

Seperti penyakit kronis lainnya, pada hipertensi pun berbagai penyakit dapat menyertai dan timbul bersamaan sehingga berpotensi memperburuk kerusakan organ. Penderita hipertensi beresiko terserang penyakit lain yang timbul kemudian. Beberapa penyakit yang timbul sebagai akibat hipertensi diantaranya ialah :

- a. Penyakit jantung coroner
- b. Gagal jantung
- c. Kerusakan pembuluh darah otak
- d. Gagal ginjal²¹

5. Penanganan Hipertensi

Hipertensi merupakan penyakit yang tergolong tidak dapat disembuhkan, sehingga penderita membutuhkan perawatan untuk mengendalikan tekanan darah. Secara umum pengobatan hipertensi dapat dilakukan dengan dua cara yaitu secara farmakologi dan non farmakologi. Melakukan terapi dengan farmakologi penderita harus minum obat secara rutin, hal ini menyebabkan penderita menjadi bosan sehingga menjadikan penderita hipertensi kurang patuh meminum obat dan ini merupakan alasan tersering kegagalan terapi farmakologi.²²

²¹ Suryanda, "Pengaruh Terapi Bekam Basah Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Klinik Asy-Syifa Prabumulih, *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 3, (Juli 2017), 152.

²²Oktarina Rohatami, " Efektivitas Pemberian Terapi Bekam Dan Terapi Pijat Refleksi Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi", (Skripsi S1, Universitas Muhammadiyah Surakarta ,2015), 50.

Beberapa jenis obat antihipertensi yang beredar saat ini antara lain, diuretik, penghambat adrenergic, beta-bloker, dan alfa-beta-bloker, vasodilator obat – obat antihipertensi, dan masih banyak lagi yang lainnya.²³

Adapun penanganan hipertensi dengan non farmakologi adalah dengan :

- a. Menghentikan kebiasaan merokok, rokok dapat mempengaruhi kerja beberapa obat antihipertensi. Hingga akhirnya obat tidak dapat bekerja dengan optimal dan tidak memberi efek maksimal dalam menurunkan tekanan darah.
- b. Menurunkan kelebihan berat badan dan melakukan olahraga rutin.²⁴
- c. Menurunkan asupan garam.
- d. Melakukan terapi bekam secara rutin, terapi bekam adalah salah satu metode pengobatan dengan atau tanpa menggunakan sayatan untuk mengeluarkan darah kotor atau toksid dari dalam tubuh.

²³ Arga Indera Wahyudi, “

Gambaran Tekanan Darah Berdasarkan Faktor Pemberat Hipertensi Pada Pasien Hipertensi Perokok Di Wilayah Kerja Puskesmas Ciputat Kota Tangerang Selatan “ (Skripsi S1, Uin Syarif Hidayatullah Jakarta, 2014), 27-29.

²⁴ Dr. Wadda' A. Umar, Bekam Untuk 7 Penyakit Kronis, (Solo: Thibbia, 2012),159.

C. Bekam

1. Pengertian Bekam

Secara etimologi bekam berasal dari Bahasa Arab Hijamah dan Hajjama, Hijamah yang berarti menyedot. Menyedot disini adalah menyedot sejumlah darah dari tempat tertentu dengan tujuan mengobati satu organ tubuh dari penyakit tertentu. Adapun Hajjama berarti mengembalikan sesuatu pada volume aslinya dan mencegahnya untuk berkembang. Dengan demikian yang dimaksud hijamah adalah menghentikan penyakit agar tidak berkembang.²⁵

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, bekam adalah mengeluarkan darah dari badan orang (dengan menelengkupkan mangkok panas pada kullit sehingga kulit menjadi bengkak, kemudian digores dengan benda tajam supaya darahnya keluar).²⁶

Hijamah berasal dari bahasa Arab yang artinya pelepasan darah kotor. Terapi ini merupakan suatu metode perbersihan darah dan angin dengan mengeluarkan sisa toksid dalam tubuh melalui permukaan kulit dengan cara menyedot.²⁷

Syihab al-Badri Yasin mengatakan sebagaimana yang dikutip dari perkataan Dr. Ali Muhammad Muthowi bahwa:

²⁵ Aiman Al – Husaini, *Bekam Mukjizat Pengobatan Nabi SAW*, Terj. Muhammad Misbah, (Jakarta: Pustaka Azzan, 2005), 15.

²⁶ Tim Penyusun Kamus, Kamus Besar Bahasa Indonesia, Edisi Ketiga (Jakarta: Balai Pustaka, 2007), 159.

²⁷ Ahmad Fatahilah, *Keampuhan Bekam (Pencegah Dan Penyembuh Penyakit Warisan Rasulullah)*, (Jakarta: Qultum Media, 2006), 21.

“Bekam memiliki landasan ilmiah yang cukup dikenal, yaitu bahwa organ-organ dalam tubuh berhubungan dengan bagian-bagian tertentu pada kulit manusia di titik masuk syaraf yang mensuplai makanan kepada organ organ tersebut di syaraf tulang belakang. Dengan adanya hubungan ini, maka rangsangan apapun yang akan diarahkan pada kulit mana pun di bagian tubuh ini, akan mempengaruhi organ-organ internal yang berhubungan dengan bagian kulit ini. Teori ini sama dengan yang digunakan untuk pengobatan tusuk jarum (akupunktur) Cina untuk mengobati penyakit-penyakit. Dengan mengenal peta pembagian syaraf pada kulit dan organ-organ internal, bisa diketahui bagian-bagian kulit yang bisa digunakan berbekam untuk memperoleh pengaruh medis yang diharapkan.”²⁸

Menurut dokter Wada A. Umar , bekam adalah metode pengobatan dengan menggunakan tabung atau gelas yang ditelungkupkan pada permukaan kulit agar menimbulkan bendungan lokal yang disebabkan tekanan negatif dalam tabung yang sebelumnya dibakar dan dimasukkan ke dalam tabung agar terjadi pengumpulan darah lokal. Kemudian darah yang terkumpul dikeluarkan dari kulit dengan sayatan dan hisapan yang bertujuan meningkatkan sirkulasi energi dan darah.²⁹

Jadi *hijamah* atau bekam adalah metode pengobatan dengan cara menghisap darah dan mengeluarkannya dari permukaan kulit yang kemudian ditampung di dalam gelas mihjamah yang menyebabkan pemusatan dan penarikan darah disana, lalu dilakukan penyayatan permukaan kulit dengan pisau bedah guna untuk mengeluarkan darah

²⁸ Syihab Al - Badri Yasin, *Bekam Sunnah Nabi Dan Mukjizat Medis*,(Solo: Al Qowam, 2005), 20

²⁹ Ahmad Ali Ridho, *Bekam Sinergi*, (Solo: Aqwamedika, 2016), 21.

kotor atau toksid.³⁰ Pada dasarnya praktik bekam adalah sederhana, yaitu pengeluaran darah dari kulit melalui hisapan kemudian penyayatan ringan pada bagian luar kulit kemudian penghisapan lagi sehingga darah atau toksid keluar.

Dalam ilmu kedokteran Islam, bekam tidak boleh dilakukan sembarangan. Bekam hanya boleh dilakukan pada pembekuan atau penyumbatan dalam pembuluh darah, karena fungsi bekam yang sesungguhnya adalah untuk mengeluarkan darah kotor atau toksid dari dalam tubuh.³¹ Adapun darah yang dikeluarkan dari proses terapi bekam dapat dipastikan merupakan darah yang kotor yang mengandung racun yang dapat mengganggu kesehatan tubuh manusia. Hal ini karena dalam penusukan atau sayatan untuk mengeluarkan darah kotor atau racun yang dilakukan di jaringan bawah kulit mengenai pembuluh vena. Pembuluh darah yang bertugas membawa darah kotor kembali menuju jantung.³² Dengan sayatan yang mengenai pembuluh vena akibatnya darah kotor yang dibawa langsung muncrat keluar dan agar darah kotor yang dikeluarkan maksimal, perlu adanya proses penghisapan.

³⁰ Kasmui, *Bekam Pengobatan Menurut Sunnah Nabi : Materi Pelatihan Beka Singkat*, (Semarang: ISYFI, 2006), 10.

³¹ Ibid., 11.

³² Diana Puspita, *Alam Sekitar* (Jakarta: Leuser Cita Pustaka, 2009), 60.

2. Sejarah Bekam

Terapi bekam atau hijamah sudah dikenal sejak sebelum masa Rasulullah SAW, bahkan terapi ini sudah ada sejak ribuan tahun sebelum masehi dan merupakan terapi pengobatan tertua dalam sejarah. Nama lainnya adalah hijamah, bekam, canthuk, kop, mambakan, dan di Eropa dikenal dengan istilah *Cuping Therapeutic Method*.³³

Sebelumnya, terapi bekam disinyalir telah dilakukan oleh kaum Nabi Lut sebelum tahun 1800 SM.³⁴ Pada saat itu bekam dilakukan dengan sembarangan, yaitu dengan melemparkan batu pada orang asing yang lewat, jika keluar darah dari tubuhnya maka yang melempari batu akan meminta upah. Sekalipun cara ini tidak begitu baik, namun hal ini membuktikan bahwa bekam sudah lama ada dan digunakan. Adapun sejarah bekam sebagai berikut :

a. Bekam di Mesir

Bekam terkenal di Mesir kuno, masyarakat Mesir kuno merupakan orang yang menggunakan metode bekam dengan sistematis. Karena menurut mereka bekam adalah salah satu metode medis kuno yang digunakan oleh Firaun. Menurut pakar kedokteran Abu Qarat, Firaun membagi bekam menjadi dua bagian yaitu bekam basah dan bekam kering. Hal ini diperjelas dengan

³³Ibid., 13.

³⁴ Syihab Al- Badri Yasin, *Bekam Sunnah Nabi & Mukjizat Medis*, (Solo: Al – Qowam, 2005) , 6.

adanya temuan – temuan tulisan di makam raja Tut Enoch Amon. Lembaran – lembaran ini disebut dengan Papirus, yang di dalamnya berisi ungkapan bahwa masyarakat Mesir kuno telah memakai bekam pada saat itu.

Setelah diteliti lebih lanjut, ternyata lembaran Papirus ini juga berisi tentang cara tata cara pengobatan bekam pada masa itu. Hal ini dapat juga dilihat dari catatan – catatan sejarah Mesir kuno seperti pada lembar Ebers Papirus yang tertulis kira – kira 1550 SM di Mesir. Ebers Papirus didalamnya menjelaskan metode bekam dengan mengeluarkan darah – darah campuran dari tubuh, dan mengatakan bahwa pengobatan bekam dapat mengobati semua macam penyakit.³⁵ Begitupun juga Papirus Veterinary yang sangat populer ditulis pada tahun 220 SM.³⁶

Pada dasarnya dalam menentukan titik – titik bekam, para tabib menggunakan pedoman dalam lembaran Papirus tersebut yang didalamnya telah digambarkan titik bekam walaupun belum lengkap. Tidak ada perbedaan antara titik besar dan titik kecil titik – titik ini kemudian berkembang hingga ke Yunani, Bulgaria, Romawi, dan lain – lain.³⁷

Artifak sejarah Mesir kuno yang menceritakan bekam ditemukan pula pada prasasti dari Kuil Kom Ombo, diduga pada

³⁵ Ahmad Fatahillah, *Keampuhan Bekam*, (Jakarta Selatan: Qultum Media, 2006), 21.

³⁶ Jamal Muhammad Zaki, *Al – Mausuah Al – Ilmiah Fi Al – Hijamah*, (Mesir: Alfan Li An Nasyr Wa At – Tawzi, 2012, 8.

³⁷ Dr., Wadda' A. Umar, *Sembuh Dengan Satu Titik*, (Solo: Thibbia, 2012), 14.

saat itu ada rumah sakit besar di era nya. Relief ini berisi tentang gambar cangkir yang digunakan untuk menarik darah dari kulit seperti bola logam, tanduk dan bambu, biasanya cangkir ini terbuat dari tanduk domba yang dilubangi ujung – ujungnya.

Metode detoksifikasi yang paling umum dan banyak digunakan adalah dengan ekstraksi atau pengeluaran darah dari kulit. Orang – orang Mesir mempraktikan jenis pengobatan ini secara meluas sampai ke Cina. Adapun untuk mengosongkan udara, masyarakat menggunakan cangkir dari tanduk tersebut dan membakar sepotong kapas atau wol didalamnya. Kemudian mereka mengambil darah dari tubuh melalui empat cara, yaitu :

- 1) Ekstraksi darah dari arteri dengan cara pengeluaran darah bersih yang diproduksi jantung untuk dialirkan ke seluruh tubuh. Cara ini sangat baik untuk membantu metabolisme tubuh karena memberi rangsangan kepada tubuh untuk memproduksi sel darah baru.
- 2) Ekstraksi darah dari vena dengan cara mengeluarkan darah dari seluruh tubuh agar mengalir balik ke jantung. Hal ini membantu kinerja jantung dalam proses pembersihan darah.
- 3) Ekstraksi darah melalui permukaan kulit, hal ini dapat dilakukan karena kulit merupakan organ terbesar dalam tubuh manusia dan merupakan berkumpulnya toksid atau racun. Sisa – sisa

racun yang banyak berkumpul dibawah lapisan kulit ini di keluarkan sehingga tubuh terhindar dari berbagai penyakit.

- 4) Ekstraksi darah dari kulit dengan menggunakan lintah yang ditempelkan ke permukaan kulit untuk menghisap darah yang dianggap mengganggu peredaran darah dari seluruh tubuh. Metode ini banyak digunakan pada eranya karena cara ini merupakan cara yang efektif dalam menjaga, merawat, dan menyembuhkan berbagai macam penyakit.

Pada dasarnya masyarakat Mesir kuno telah menggunakan metode pengobatan bekam sejak zaman dahulu. Mereka menilai metode pengobatan bekam efektif untuk mengatasi berbagai macam penyakit. Karena pada zaman dahulu masyarakat Mesir kuno dikarenakan kehidupannya mempunyai aktivitas berdagang yang tidak hanya antarsuku tapi juga menjangkau keberbagai bangsa. Perjalanan yang jauh dan cukup melelahkan, membuat kondisi tubuh terasa tidak nyaman. Dalam upaya untuk mengatasi mengurangi rasa sakit di bagian anggota tubuhnya dan untuk mengeluarkan cairan – cairan darah yang dianggap mengganggu keseimbangan tubuhnya. Alhasil, mereka menemukan cara yakni dengan pengobatan bekam yang berdampak positif bagi kesehatan dan keseimbangan tubuhnya.

b. Bekam di Cina

Pengobatan dengan cangkir udara atau gelas untuk pengobatan penyakit dalam di sejarah Cina kuno sekitar 4.000 tahun yang lalu merupakan referensi sejarah pertama untuk bekam di kitab *Bo Shu*. Sebuah buku kuno yang ditulis pada sutra yang ditemukan di pemakaman dinasti Han pada tahun 1973. Menurut sejarah kuno dari Taj Cina mengatakan bahwa pengobatan bekam di gambarkan sebagai metode pengobatan tuberkulosis. Sejarah juga mendokumentasikan penanganan kasus tuberkulosis dengan bekam pada tahun 755 SM. Sekitar 300 tahun kemudian, seorang dokter lain yang menderita batuk kronis dan beracun menggunakan pengobatan bekam dalam penyembuhannya.

Telah disebutkan pula seni terapi pengobatan bekam dalam tulisan – tulisan tabib herbalis yang terkenal di Cina bernama Ji Hong, yang hidup di abad ke – 4 SM. Ia menyebut terapi bekam dengan nama “ metode tanduk “. Oleh karena itu bekam dalam bahasa Cina dikenal dengan nama “*Jiaofa*” yang berarti “ metode tanduk” yaitu tanduk hewan.³⁸

c. Bekam di Arab Kuno

Penggunaan bekam telah tersebar di masyarakat Arab dan kaum muslimin dan banyak digunakan oleh bangsa Asy’uriyyan . terapi bekam bukan hanya menjadi sebatas terapi, melainkan telah

³⁸ Amâl Muḥammad Zaki, *Al-Mausû’ah Al-‘Ilmiyah Fî Al-Ḥijâmah*, (Mesir: Alfan Li An-Nasyr Wa At-Tawzi’, 2012), 12.

menjadi sunnah karena telah diundang undangan Rasulullah SAW dengan mengetahui batasan – batasan serta syarat – syarat dan waktunya.

Orang yang pertama menjelaskan bekam adalah dokter Abu al – Faraj bin Muwafaq ad Din bin Ishaq bin Al Quf al Karaki dalam bukunya al- *‘Umdah fi al-Jirahah*. Ibnu Sina mendiskripsikan bekam sebagai pengobatan untuk lebih dari tiga puluh penyakit dalam kitabnya. Ibnu Sina juga mengatakan bahwa bekam tidak diperbolehkan untuk usia kurang dari dua tahun dan diatas usia enam puluh tahun.³⁹

d. Bekam setelah Kemunculan Islam

Pada abad ke enam Masehi Islam datang sebagai petunjuk bagi umat manusia, ketika Rasulullah hadir dengan membawa syariat Islam bekam sudah menjadi tradisi pengobatan bangsa Arab saat itu. Rasulullah tidak melarang pengobatan dengan bekam, tetapi Rasulullah mengatakan bahwa bekam adalah pengobatan yang paling utama dan merekomendasikannya.⁴⁰

Dengan itulah muncul masa baru dalam ilmu kedokteran yang dikenal sebagai at-Tibbu an Nabawi. Dengan perkembangan ini bekam mengalami puncak kejayaannya setelah Rasulullah

³⁹Syafiya Al Khalida, “Terapi Hijamah (Bekam) Menurut Pendekatan Sejarah Dan Sunnah” (Thesis S2, UIN Sumatera Utara , 2018), 44.

⁴⁰ Wadda“ A. Umar, *Bekam Untuk 7 Penyakit Kronis*, (Solo: Thibbia, 2012), 1.

menyetujuinya sebagai pengobatan yang utama dan hal ini juga tercantum dalam hadits – hadits Rasulullah.⁴¹

Pada masa Rasulullah alat – alat yang digunakan bekam menggunakan kaca yang berupa cawan atau mangkok.⁴² Di masa perkembangan Islam sekitar tahun 300 Hijriyah di Baghdad bekam merupakan pengobatan yang paling maju saat itu. Mereka menggunakan bekam, kay, dan madu. Para juru bekam pada masa itu ada yang berasal dari keturunan keluarga maupun dari lembaga kedokteran tinggi.⁴³

e. Bekam di Indonesia

Tidak ada catatan resmi mengenai kapan metode pengobatan dengan terapi bekam masuk ke Indonesia. Namun diduga kuat pengobatan ini masuk seiring dengan masuknya para pedagang Gujarat dan Arab yang menyebarkan agama Islam. Metode pengobatan dengan terapi bekam banyak digunakan oleh para kyai dan santri yang mempelajarinya dari kitab kuning. Mereka menggunakan teknik yang sederhana yakni dengan menggunakan api dari kain atau kapas yang dibakar, kemudian ditutup secepatnya dengan gelas. Para kyai dan santri menggunakan terapi bekam untuk mengobati keluhan sakit atau

⁴¹ Sa'Idah, *Al-Hijâmah-Dirâsah Hadîsiyah Fiqhiah Mu"Âsarah* (Arab Saudi: Al-Wadi, 2015), 22.

⁴² Muhammad Zaki, *Lima Terapi Sehat* (Jakarta: Elex Media Komputindo, 2014),15.

⁴³ Wadda' A Umar, *Sembuh Dengan Satu Titik* (Solo: Al Qowam: 2008), 15.

pegal-pegal di tubuh dan sakit kepala atau yang dikenal dengan masuk angin.⁴⁴

Pengobatan dengan menggunakan terapi bekam ramai digunakan kembali dan berkembang di Indonesia sejak tahun 90-an. Hal ini karena pada saat itu mahasiswa dan pekerja Indonesia yang pernah belajar di Malaysia, India, dan Timur Tengah pulang ke Indonesia dan mempraktikannya. Saat ini pengobatan bekam sudah sangat berkembang dan dimodifikasi dengan sempurna yang kaidah pelaksanaannya sesuai dengan ilmiah. Serta menggunakan alat-alat yang higienis, praktis, dan efektif.

3. Keutamaan Bekam

a. Keutamaan Berbekam

Bekam adalah sebuah pengobatan yang disyariatkan Allah SWT melalui Rasulullah SAW. Sebagai umat muslim maka kita wajib mempelajari, mengamalkan dan mendakwahkan metode bekam ini. Karena dengan melakukan pengobatan bekam dengan niat dan tujuan untuk mengamalkan sunnah maka kita akan mendapat keutamaan – keutamannya, diantara lain kita akan mendapatkan pahala ittiba' sunnah, pahala ibadah dan tentunya atas izin Allah SWT penyakit yang ada didalam tubuh dapat disembuhkan.

⁴⁴ <https://id.m.wikipedia.org/wiki/Bekam>, Di Akses pada 28 April 2019.

Adapun dalil – dalil tentang keutamaan menggunakan pengobatan bekam ialah :⁴⁵

Dalam Sunan Ibnu Majah, dari hadits Jabaroh bin Mughollis (seorang perowi dhoif), dari Katsir bin Salim berkata : Aku mendengar Anas bin Malik berkata: Rasulullah saw bersabda :

مَامَرَرْتُ لَيْلَةً أُسْرِي بِي يَمَلِّءُ إِلَّا قَالُوا : يَا مُحَمَّدُ مَرُّ أَمْتِكَ بِالْحِجَامَةِ

Artinya : “Aku tidak berjalan di hadapan sekelompok malaikat pada malam ketika aku diisro’kan, kecuali mereka berkata:Wahai Muhammad saw, perintahkanlah umatmu untuk berbekam!”

Diriwayatkan dari Anas bahawasanya Rasulullah SAW bersabda :

إِنَّ أَمْتَلَّ مَا تَدَاوَيْتُمْ بِهِ الْحِجَامَةُ وَالْقُسْطُ الْبَحْرِي

Artinya : “Sesungguhnya cara pengobatan kalian yang paling baik adalah dengan bekam dan menggunakan tanaman al-Qusthul bahri.”

Dalam hadits Rasulullah yang diriwayatkan Abu Bakar bin Syaibah:

حَدَّثَنَا أَبُو بَكْرِ بْنُ أَبِي شَيْبَةَ حَدَّثَنَا سَوْدُبْنُ عَامِرٍ حَدَّثَنَا حَمَّادُ بْنُ سَلَمَةَ عَنْ مُحَمَّدِ بْنِ عَمْرٍو عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ عَنْ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ: إِنَّ كَانَ فِي شَيْءٍ مِمَّا تَدَاوُونَ بِهِ خَيْرٌ فَالْحِجَامَةُ

⁴⁵ Dewi Mustika , “Al Hijamah Sebagai Wasilah Dakwah”, Ath-Thariq, No. 01, Vol. 02, (Juli-Desember 2017), 21.

Artinya : “Abu Bakar bin Abu Syaibah menyampaikan kepada kami dari Aswad bin Amir, dari Hammad bin Salamah, dari Muhammad bin Amr, dari Abu Salamah dari Abu Hurairah dari Rasulullah saw. bersabda: “Jika ada kebaikan pada sesuatu dari yang kalian gunakan untuk berobat, niscaya itu adalah bekam.”⁴⁶

حَدَّثَنَا مُوسَى بْنُ إِسْمَاعِيلَ حَدَّثَنَا حَمَّادُ بْنُ مُحَمَّدٍ بْنُ عَمْرِو عَنْ أَبِي سَلَمَةَ عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ: إِنْ كَانَ فِي شَيْءٍ مِمَّا تَدَا وَيُتَمُّ بِهِ خَيْرٌ فَالْحِجَامَةُ

Artinya: Musa bin Isma'il menyampaikan kepada kami dari Hammad, dari Muhammad bin 'Amr, dari Abu Salamah, dari Abu Hurairah bahwa Rasulullah saw. bersabda: "Jika ada sesuatu yang baik dari pengobatan yang kalian lakukan, maka itu adalah bekam.”⁴⁷

Dari hadits diatas dapat dilihat keutaman melakukan bekam. Bahkan Rasulullah sangat menganjurkan untuk berobat dengan metode bekam. Hal ini dikarenakan bekam adalah pengobatan yang paling bermanfaat bagi setiap manusia. Pengobatan bekam merupakan pengobatan yang menjadikan Allah SWT sebagai penyembuh yang tidak mengurangi ketakwaan. Dalam Islam pun tidak ada larangan atau melarang seseorang melakukan bekam.

b. Manfaat Bekam

⁴⁶ Muḥammad bin Yazîd bin Mâjah, *Sunan Ibnu Mâjah*, terj. Saifuddin Zuhri, *Ensiklopedia Hadis Sunan Ibnu Majah* (Jakarta: Almahira, 2013), 628.

⁴⁷ Abu Dâud, *Ensiklopedia Hadis Sunan Abu Daud* (Riyadh: Dâru al-Salâm, 2009). 808.

Ada beberapa manfaat dari terapi bekam, berikut ini adalah manfaat terapi bekam bagi kesehatan , yaitu :

- 1) Menghilangkan pegal – pegal dan linu – linu dan otot karena masuk angin.
- 2) Meningkatkan kekebalan tubuh.
- 3) Mengurangi kaku leher dan kaku pundak karena angin.⁴⁸
- 4) Membuang darah kotor dari dalam tubuh melalui permukaan kulit.
- 5) Mengurangi darah kental dalam tubuh.
- 6) Mengatasi gangguan tekanan darah yang tidak normal.
- 7) Mengurangi sakit kepala, migraine, leher kaku, dan mencegah stroke.
- 8) Menghilangkan zat sisa endapan pada sumbatan pembuluh darah kecil.
- 9) Merangsang pembentukan sel darah merah yang baru.
- 10) Mencegah kekakuan pembuluh darah dan masih banyak lainnya.⁴⁹

⁴⁸ Syihab Al – Badri Yasin, *Bekam Sunnah Nabi & Mukjizat Medis* (Solo: Al Qowwam, 2005), 70.

⁴⁹ Agus Rahmadi, *Menjadi Dokter Di Rumah Sendiri : Secara Islami Dan Alami*, (Jakarta: KS Production, 2013),16.

Adapun manfaat terapi bekam dalam pandangan Islam adalah :

- 1) Meningkatkan akidah, berobat dengan menggunakan terapi bekam akan menyadarkan bahwa sembuh atau tidaknya seseorang itu bergantung pada ketetapan Allah SWT. Untuk mendapatkan kesembuhan atas penyakitnya manusia harus berikhtiar dan disertai do'a dan dilanjutkan dengan bertawakal kepada Allah SWT. Dengan demikian pengobatan bekam dapat meningkatkan keteguhan aqidah seorang muslim.
- 2) Bernilai sebagai ibadah, karena apapun jika dilakukan dengan ikhlas atas dasar mendapat keridaan Allah maka semua akan bernilai ibadah. Oleh karena itu, praktik bekam dapat bernilai ibadah jika dilakukan hanya untuk mencari keridaan Allah dan uapaya pengobatan.
- 3) Mengajarkan akan pentingnya bersabar, karena semua penyakit itu datangnya tiba – tiba namun penyembuhan secara bertahap maka seorang muslim harus banyak bersabar dengan ujian sakit yang telah diberikan oleh Allah. Karena pada dasarnya segala sesuatu yang menimpa manusia itu sudah ketentuan dari Allah yang harus diterima dengan sabar. Disini terapi bekam dalam proses penyembuhan dan pengobatannya tidak bisa secara langsung menyembuhkan atau menghilangkan penyakit yang dialami. Pada dasarnya terapi bekam mengobati secara

bertahap, karena hal inilah seorang muslim harus senantiasa bersabar dan berikhtiar akan proses penyembuhan penyakitnya.

- 4) Meneladani kehidupan Rasulullah SAW, dengan tetap menggunakan pengobatan bekam untuk menyembuhkan berbagai macam penyakit maka secara tidak langsung seorang muslim telah mencontoh perbuatan Rasulullah. Hal ini karena, sejatinya bekam sudah ada sejak zaman Rasulullah SAW. Hal ini diperjelas dengan salah satu hadits yang diriwayatkan oleh Sholihul Bukhori dan Muslim, dari Thowus, dari Ibnu Abbas yang artinya :” Bahwasannya Rasulullah SAW pernah bekam dan memberi imbalan bagi yang membekam “.
- 5) Menjalin semangat persaudaraan, pelaksanaan teraapi bekam dapat membangun persaudaraan antara para terapis dengan pasien bekam dan keluarganya terutama ukhuwah islamaiah. Hal ini dikarenakan antara pasien dan terapis sesama beragama Islam dan secara tidak langsung menghidupkan salah satu pengobatan yang dicontohkan Rasulullah SAW.

4. Jenis – Jenis Bekam

Dalam proses pengobatan dengan terapi bekam, ada beberapa macam jenis yang dapat dilakukan dalam prakteknya. Ada yang daam prakteknya menggunakan sayatan ada juga yang tanpa menggunakan sayatan, bahkan ada yang menggunakan api. Adapun beberapa jenis hijamah atau bekam yang dapat digunakan, yaitu :

a. Bekam Kering

Bekam kering adalah bekam yang dilakukan tanpa goresan ataupun sayatan pada tubuh. Bekam kering bisa disebut juga dengan bekam angin, yaitu bekam yang dilakukan dengan cara menghisap permukaan kulit dan memijat tempat sekitarnya tanpa mengeluarkan darah kotor.⁵⁰ Bekam kering ini cocok bagi orang yang tidak tahan terhadap suntikan jarum atau takut melihat darah. Metodenya adalah dengan tarik – lepas secara cepat pada bagian yang dibekam.⁵¹

b. Bekam Basah

Bekam dengan cara ini adalah bekam yang dilakukan Rasulullah SAW yang menggunakan goresan pada kulit setelah meletakkan gelas bekam dengan tujuan menyedot sejumlah darah pada tempat tertentu.⁵² Bekam basah merupakan bekam kering yang mendapatkan tambahan perlakuan yaitu darahnya dikeluarkan dengan cara disayat pada daerah tertentu yang dibekam.⁵³

Proses yang dilakukan adalah dengan cara permukaan kulit disedot terlebih dahulu kemudian dilukai atau disayat dengan menggunakan jarum yang tajam atau pisau bedah, kemudian di

⁵⁰ Syihab Al Badri Yasin, *Bekam Sunnah Nabi Dan Mukjizat Medis*, (Solo: Al Qowam, 2005), 20.

⁵¹ Nadiah Thayyarah, *Buku Pintar Sains Dalam Al Quran*, (Jakarta: Serambi Ilmu Semesta, 2013), 161.

⁵² Aiman Al- Husaini, *Bekam Mu'jizat Pengobatan Nabi SAW*, (Jakarta: Pustaka Azzam, 2005), 60.

⁵³ Muhammad Musa Alu Nashr, *Bekam Cara Pengobatan Menurut Sunnah Nabi*, (Jakarta: Pustaka Imam Asy-Syafii, 2005), 35-36.

sekitarnya disedot kembali untuk mengeluarkan darah yang berisi sisa – sisa toksin dari dalam tubuh. Setiap sedotan dibiarkan selama 3 sampai 5 menit kemudian dibuang kotorannya dengan cara ditempatkan pada wadah atau tempat sampah khusus.⁵⁴ Di saat terakhir, bekas goresan harus langsung dibersihkan dengan madu atau jintan hitam ataupun cairan antiseptic biasa.⁵⁵

c. Bekam Luncur

Bekam jenis ini biasa dilakukan terhadap orang yang tulang rawannya terkilir, biasanya terjadi di daerah punggung. Bekam ini dilakukan dengan meletakkan satu buah gelas bekam lalu udara yang ada di dalam gelas disedot sesuai dengan kebutuhan.⁵⁶

d. Bekam Api

Bekam api adalah proses pembekaman dengan bantuan api sebagai media pembuatan runtuhan hampa udara dalam gelas vakum.

Bekam api dapat mengeluarkan patogen angina, dingin dan lembap melalui hawa panas tersebut.⁵⁷

e. Bekam Sinergi

Bekam sinergi adalah sebuah metode penanganan penyakit yang melibatkan penarikan Qi (energy) dan Xue (darah) ke permukaan

⁵⁴ Muhammad Zaki, *Lima Terapi Sehat*, (Jakarta: Elex Media Komputindo, 2014), 14.

⁵⁵ Nadiah Thayyarah, *Buku Pintar Sains Dalam Alquran*, (Jakarta: Serambi Ilmu Semesta, 2013), 92.

⁵⁶ Thalbah Hisham, *Ensiklopedi Mukjizat Alquran Dan Hadis*, (Jakarta: Sapta Books, 2013), 201.

⁵⁷ Achmad Ridho, *Bekam Sinergi*, (Solo: Aqwamedika, 2016), 43.

kulit dengan menggunakan ruang hampa udara yang tercipta di dalam gelas dengan mempertimbangkan kekuatan 7 materi dasar dan 6 patogen eksternal yang harus dikeluarkan dari dalam tubuh. Ke 6 patogen ini terdiri dari angina, panas, dingin, kering, lembap, dan api. Adapun ke 7 materi dasar disini adalah Qi, Xue, Jin, Ye, Jing, Yin, dan Yang. Inilah unsur yang harus diperhatikan dalam bekam sinergi.

Bekam sinergi juga bermakna sinergi dalam diagnose penyakit yang menerapkan tiga ilmu pengobatan, yaitu at-tibbu an – nabawi, Tradisional Chinese Medicine dan Modern Medicine. Selain sinergi dalam diagnose, sinergi dengan medis juga dipakai pada teknis membekam yang higienis dan steril dengan memakai panduan kedokteran modern.⁵⁸

5. Titik Bekam

Pada dasarnya prinsip kerja bekam adalah menuatkan organ ginjal, melemahkan organ hati, dan menjaga aliran energi darah agar tetap baik. Adapun untuk titik – titik bekam yang dapat digunakan itu disesuaikan dengan keluhan ataupun penyakit para pasien. Untuk mengatasi pasien penderita tekanan darah tinggi atau hipertensi ada beberapa titik yang dapat digunakan atau ditekankan untuk daerah pembekaman. Diantara titik – titik pembekaman menurut Ahmad Fatahillah dalam bukunya yang berjudul Keampuhan Bekam adalah :

⁵⁸ Ibid, 22-35.

a. Titik Pada Kepala

Dalam salah satu hadits diriwayatkan :

قَالَ الْأَنْصَارِيُّ أَخْبَرَنَا هِشَامُ بْنُ حَسَّانَ حَدَّثَنَا عِكْرَمَةُ عَنْ ابْنِ عَبَّاسٍ رَضِيَ

اللَّهُ عَنْهُمَا أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ اخْتَجَمَ فِي رَأْسِهِ.

Artinya : “Al-anshāri mengatakan, Hisyam bin Hasan mengabarkan kepada kami Ikrimah dari Ibnu Abbas Rasulullah saw. melakukan bekam di kepalanya.”

Pada daerah ini terdapat jalur yang langsung masuk kedalam otak yang paling dalam yang banyak diselubungi pembuluh darah. Titik ini bermanfaat untuk menghilangkan sakit kepala, migraine, vertigo, hipertensi, dan mengatasi penyakit stroke.

b. Titik Pada *al – akhda ‘ain*

Dalam salah satu hadits diriwayatkan ,

حَدَّثَنَا عَبْدُ الْقُدُّوسِ بْنُ مُحَمَّدٍ حَدَّثَنَا عَمْرُو بْنُ عَاصِمٍ حَدَّثَنَا هَمَّامٌ وَجَرِيرُ بْنُ حَازِمٍ قَالَ حَدَّثَنَا قَتَادَةُ عَنْ أَنَسٍ قَالَ: كَانَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَخْتَجِمُ فِي الْأَخْدَعَيْنِ وَالْكَاهِلِ، وَهَذَا حَدِيثٌ حَسَنٌ.

Artinya “Abdul Quddūs bin Muhammad menyampaikan kepada kami dari Amr bin Ashim, dari Hammam dan Jarir bin Hazim, dari Qatadah bahwa Anas berkata: “Rasulullah saw. pernah berbekam pada bagian al-akhda’ain (dua sisi leher) dan al-kāhil (punggung

bagian atas antara dua pundak, bawah leher)”. Hadis ini adalah hadis hasan.⁵⁹

Titik ini adalah dua urat di samping kiri dan kanan leher.

Titik ini bermanfaat dengan segala hal penyakit yang berhubungan dengan aliran darah dari tangan kanan dan kiri, jantung, paru – paru, mata, telinga, gigi, leher, dan pundak.

c. Titik Pada *al – kāhil*

Titik ini berada diantara dua pundak, di ujung tulang belakang. Titik ini bermanfaat untuk masalah sakit kepala dan saraf.

Setelah melakukan penelitian mendalam, ilmuwan jerman menyimpulkan bahwa pada bagian ini merupakan tempat mengalirnya kelenjar lender. Terdapat 72 hormon dari kelenjar lender yang disalurkan ke kelenjar tubuh lainnya. Sehingga bekam yang dilakukan pada titik *al – kahil* akan menyembuhkan 72 penyakit. Hal tersebut diteliti oleh 3 ilmuwan Jerman perguruan Fask Jerman selama enam bulan.⁶⁰

d. *Ala Warīk* (Pinggang)

Titik ini untuk mengatasi gangguan ginjal, sakit pinggang, susah memiliki keturunan, haid tidak lancar, stroke, dan lain – lain.

⁵⁹ Muhammad bin Isa at-Tirmizi, *Sunan at- Tirmizi*, terj. Tim Darussunnah, Misbakhul Khaer, Solihin, *Ensiklopedia Hadis Sunan at-Tirmizi* (Jakarta: Almahira, 2013), 688

⁶⁰ Syafiya Al Khaleda, “ Terapi Hijamah (Bekam) Menurut Pendekatan Sejarah Dan Sunnah” (Thesis S2, UIN Sumatera Utara, 2018), 43 – 45.

e. Titik *Al-Katīfūn*

Titik yang berada di pundak atau bahu kiri dan kanan dan bermanfaat untuk mengatasi penyakit hipertensi, nyeri bahu, stroke, dan sakit leher.

f. *Ala Mūghīts* (Titik Atas Betis)

Dalam salah satu hadits diriwayatkan,

حَدَّثَنَا أَحْمَدُ بْنُ حَنْبَلٍ حَدَّثَنَا عَبْدُ الرَّزَّاقِ أَخْبَرَنَا مَعْمَرٌ عَنْ قَتَادَةَ عَنْ أَنَسٍ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ احْتَجِمَ وَهُوَ مُحْرِمٌ عَلَى ظُفْهِرِ الْقَدَمِ مِنْ وَجَعٍ كَانَ بِهِ.

Artinya: “Ahmad bin Hanbal, menyampaikan kepada kami dari Abdur Razzaq, dari Ma'mar yang mengabarkan kepada kami dari Qatadah dari Anas bahwa Rasulullah saw. melakukan bekam di punggung kakinya untuk (mengobati) penyakit, padahal beliau sedang berihram.”⁶¹

Titik ini untuk mengatasi kesemutan, asam urat, pegal – pegal, dan stroke.⁶²

6. Alat – Alat Bekam

Alat bekam yang biasa digunakan pada zaman sekarang terdiri dari gelas atau tabung kecil dengan ukuran diameter berbeda – beda. Disisi atas gelas terdapat lubang yang disambung dengan selang yang memiliki keran penutup. Mulut gelas ini dilapisi denga karet klep.

⁶¹ Abu Daud, *Ensiklopedia Sunan Abu Dâud* (Riyadh: Dâru al-Salâm, 2009), 410.

⁶² Herlina Widyaningrum, *Pijat Refleksi & 6 Terapi Alternatif Lainnya*, (Yogyakarta: Media Pressindo, 2017), 243.

Pada zaman dulu gelas bekam yang digunakan adalah gelas kaca bulat tanpa adanya lubang di atasnya. Terakhir adalah alat pemompa atau vacuum yang digunakan untuk membuat tekanan atau hisapan. Dalam proses terjadinya, pembekaman menggunakan sarung tangan dan pisau bedah yang telah diseterilkan. Adapun penggunaan tanduk ataupun bamboo sudah ditinggalkan karena kebersihan dan keseterilannya masih diragukan.

Gambar 6. Gambar Alat Bekam



Ada beberapa cara yang dapat dilakukan untuk menghisap atau menyedot ketika bekam. Cara yang tradisional adalah dengan memakai panas atau api yang dimasukkan ke dalam tabung atau gelas, sehingga dapat menghisap kulit.⁶³

Pada saat ini, penghisapan tidak lagi dilakukan dengan hawa panas, melainkan seperti yang dijelaskan di atas bahwa sudah ada alat khusus berupa alat pompa atau vacuum yang menggunakan udara atau angin dalam penghisapannya yang dianggap lebih praktis.⁶⁴

⁶³ Wadda' A Umar, *Sembuh Dengan Satu Titik*, (Solo: Al Qowam, 2008), 12.

⁶⁴ Syafiya Al Khaleda, "Terapi Hijamah (Bekam) Menurut Pendekatan Sejarah Dan Sunnah" (Thesis S2, UIN Sumatera Utara, 2018), 38.

7. Waktu yang Dianjurkan Bekam

Dalam salah satu hadits dijelaskan bahwa waktu yang dianjurkan untuk melakukan terapi bekam adalah pada tanggal 17, 19, dan 21 di bulan Qomariyah. Berikut hadits dari Abu Hurairah yang berkata Rosulullah SAW bersabda:

مَنْ احْتَجَمَ لِسَبْعَ عَشْرَةَ وَتِسْعَ عَشْرَةَ وَإِحْدَى وَعِشْرِينَ، كَانَ شِفَاءً مِنْ كُلِّ دَاءٍ

“Barangsiapa berbekam pada tanggal tujuh belas, sembilan belas, dan dua puluh satu, maka itu akan menyembuhkan semua penyakit.” (HR. Abu Dawud,(3861), sanadnya hasan, Thobroni dalam Al-Ausath (680), dan Baihaqi dalam (IX/310).⁶⁵

Namun, jika karena suatu kebutuhan pengobatan, kapan saja itu dilakukan maka tetap bermanfaat. Menurut Syihab Al-Badri Yasin untuk masalah waktu terapi bekam sebagai berikut:

- a. Larangan keras melakukan bekam pada hari Rabu atau malam Rabu, begitu pula pengobatan dengan operasi, hal ini karena pada waktu tersebut termasuk turunnya penyakit.
- b. Memilih hari Senin, Selasa, dan Kamis.
- c. Jangan memilih hari-hari lain dalam sepekan, khususnya hari Ahad.⁶⁶

⁶⁵ Syihab Al-Badri Yasin, *Bekam Sunnah Nabi & Mukjizat Medis* (Solo: Al-Qowam 2005), 34.

⁶⁶ Ibid., 36.

Dalam *Fathu 'I-bari* Jilid XII hal 296 disebutkan bahwa dikisahkan ada orang yang berbekam pada hari Rabu, lantas ia terkena penyakit belang.⁶⁷

8. Prosedur Melakukan Pembekaman

Adapun prosedur dalam melakukan terapi bekam adalah sebagai berikut.⁶⁸

a. Persiapan

Pada tahap ini hal yang dilakukan adalah :

- 1) Menyiapkan alat, sarana, dan ruangan seperti menyiapkan tabung penghisap, jarum, lancet pen, sarung tangan, masker, mangkok/cawan, tempat sampah, minyak zaitun, mensterilkan alat agar bebas dari kuman dan tidak menyebarkan penyakit.
- 2) Menyiapkan pasien dengan menjelaskan mengenai bekam, efek yang terjadi, proses kesembuhan, membimbing berdo'a dan berwudlu.
- 3) Menyiapkan diri sendiri sebagai juru bekam dengan memastikan bahwa dalam keadaan sehat, meningkatkan iman dan taqwa, telah menguasai ilmu bekam, sudah sering dibekam dan membekam.

b. Identifikasi Pasien

Pada tahap ini dilakukan dengan mencatat identitas umum seperti nama, alamat, usia, jenis kelamin, dan status. Dilanjutkan

⁶⁷ Ibid., 35

⁶⁸ Kasmui , *Bekam Pengobatan Menurut Sunnah Nabi* (Semarang: Isyfi, t.t), 16-17.

dengan mencatat identitas keluarga seperti kedudukan dan status dalam keluarga.

c. Mewawancarai pasien

Pada tahap ini terapis menanyakan keluhan pasien, riwayat penyakit dan keluhan dari masing-masing tubuh.

d. Memeriksa Fisik Pasien

Dalam tahap ini dilakukan pemeriksaan umum mengenai tekanan darah, denyut nadi, pernafasan, lidah, pengamatan, pendengaran, penciuman dari daerah yang dikeluhkan, perabaan disekitar organ yang dikeluhkan dan lain-lain. Selanjutnya dilakukan pemeriksaan dari penunjang lain seperti dari hasil pemeriksaan mata, lidah, telinga, telapak tangan, hasil laboratorium, radiologi, CT-Scan, MRI dan lain-lain.

e. Penyimpulan dan Penentuan Diagnosa penyakit

Hal yang dilakukan pada tahap ini meliputi menentukan jenis keluhan, meenentukan jenis penyakit, menentukan letak penyakit, menentukan penyebab penyakit, dan menentukan jenis pengobatan dengan bekam.

f. Menentukan Daerah dan Titik yang di Bekam

Hal yang dilakukan pada tahap ini adalah menentukan titik yang sesuai dengan yang dikeluhkan, titik lain yang satu jurusan

dengan titik yang dikeluhkan, titik-titik istimewa dan titik-titik khusus.

g. Melakukan Pembekaman

Pada tahap ini dilakukan proses pembekaman dengan bekam tanpa mengeluarkan darah dan bekam dengan mengeluarkan darah. Menurut Wadda' A Umar dalam proses pembekaman terdapat empat proses, yakni penghisapan kulit dan jaringan bawah kulit, pembiaran gelas dalam posisi negatif, pengeluaran darah, dan dilakukan di titik yang tepat.⁶⁹

h. Memberikan Terapi Lain

Setelah proses pembekaman selesai, terapis dapat memberikan terapi tindakan, memberikan obat-obatan dan bahan berkhasiat yang alami dan memberikan nasehat, tausiyah dan do'a.

D. Nilai – Nilai Tasawuf

Tasawuf secara bahasa berasal dari bahasa Arab yaitu tashawwafa, yatashawwafa, tashawwufan. Para ulama berbeda pendapat mengenai dari mana asal – usulnya. Ada yang mengatakan dari kata shuf (bulu domba), shaff (barisan), shafa' (jernih), dan shuffah (serambi masjid). Perbedaan pendapat ini dilatarbelakangi oleh fenomena yang ada pada diri sufi.⁷⁰

⁶⁹ Wadda' A Umar, *Bekam Untuk 7 Penyakit Kronis*, 14.

⁷⁰ Samsul Munir Amin, *Ilmu Tasawuf* (Jakarta: Amzah, 2012), 3.

Secara istilah, para ahli berbeda pendapat dalam merumuskan pengertian tasawuf. Diantaranya adalah:

Menurut Syaikh Islam Zakaria al – Anshari tasawuf adalah ilmu yang menerangkan cara – cara mencuci bersih jiwa, memperbaiki akhlak, membina akhlak, dan membina kesejahteraan lahir serta batin untuk mencapai kebahagiaan yang abadi.⁷¹

Al Junaidi berpendapat bahwa tasawuf adalah membersihkan hati dari yang mengganggu perasaan, memadamkan kelemahan, menjauhi seruan hawa nafsu, mendekati sifat – sifat suci kerohanian, bergantung pada ilmu hakikat, menaburkan nasihat kepada semua manusia, memegang teguh janji dengan Allah dalam hal hakikat serta mengikuti contoh Rasulullah dalam hal syari'at.⁷²

Syekh Abdul Qadir al – Jailani berpendapat bahwa tasawuf adalah mensucikan hati dan melepaskan nafsu dari pangkalnya dengan *khalwat*, *riyadloh*, *taubah*, dan *ikhlas*.⁷³

Dari beberapa pendapat para ahli diatas, dapat disimpulkan bahwa tasawuf adalah sebagai suatu upaya yang dilakukan seseorang untuk mensucikan dirinya dengan menjauhkan diri dari pengaruh kehidupan yang bersifat duniawi dengan mendekatkan diri dengan Allah sehingga jiwanya menjadi bersih, mencerminkan akhlak mulia dalam kehidupan dan menemukan kebahagiaan spiritual.

⁷¹ Hamka, *Tasawuf Modern* (Jakarta: Pustaka Panjimas, 1998), 2.

⁷² Cecep Alba, *Tasawuf dan Tarekat, Dimensi Esoteris Ajaran Islam* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2012), 11.

⁷³ Ibid., 9.

Dalam tasawuf ada nilai – nilai yang menjadi hal penting untuk tasawuf itu sendiri. Jika nilai – nilai dalam tasawuf ini dapat dilaksanakan dalam kehidupan sehari-hari, maka peluang untuk memperoleh kehidupan yang aman, nyaman, dan sejahtera akan sangat besar. Karena setiap individu yang berprinsip sesuai nilai – nilai dalam tasawuf akan senantiasa hidup dengan kesopanan-santunan, mendapat ketenangan hati, dan memiliki kekentalan unsur spiritual.

Berikut beberapa nilai – nilai tasawuf yang dapat diimplementasikan dalam kehidupan sehari – hari dan dalam proses pengobatan menggunakan terapi bekam :

1. Sabar

Menurut Dzunnun al-Mishry sabar adalah menjauhkan diri dari segala sesuatu yang bertentangan dengan syariat, tenang saat ditimpa musibah, dan menmpakkan kecukupan ketika dalam kefakiran. Selain itu, sabar juga dapat diartikan memohon pertolongan kepada Allah.⁷⁴

Pengertian lain menurut para Ahli Hakikat adalah mengetahui bahwa segala sesuatu berasal dari Allah ta'ala, baik yang baik maupun yang buruk. Jika akal yang merespon sesuatu sebagai kebaikan, maka sang hamba akan bersyukur. Tapi jika akal merespon sesuatu sebagai keburukan, maka sang hamba akan bersikap ridha.

⁷⁴ M. Amin Syukur, *Sufi Healing Terapi dengan Metode tasawuf* (Bandung: Erlangga,2012), 60.

Para ulama menyebutkan sejumlah definisi dari sabar, diantaranya:⁷⁵

- a. Meneguk cairan pahit tanpa muka mengerut
- b. Diam terhadap musibah
- c. Berteguh hati atas aturan-aturan Al-Qur'an dan As-Sunnah
- d. Tak pernah mengadu
- e. Tidak ada perbedaan antara sedang nikmat dan sedang diuji meskipun kedua-duanya mengandung bahaya.

Dua definisi pertama dari definisi diatas sangat sempit sebab tidak mencakup seluruh jenis sabar, sedangkan definisi ketiga tidak memberikan makna detail bagi pengertian sabar karena terlalu umum. Definisi keempat hanya memenuhi salah satu faktor kesabaran, karena mengadu itu diperbolehkan bila kepada Allah SWT. hal ini sebagaimana Ya'kub berkata, dalam Al-Qur'an, "Sesungguhnya hanya kepada Allah, aku mengadukan kesusahan dan kesedihanku,". Begitu pula Rasulullah SAW. berdo'a, "Ya Allah, hanya kepada Engkau lah , aku mengadukan lemahnya kekuatanku, sedikitnya kecerdikanku, dan kelemahanku menghadapi manusia." Demikian pula definisi kelima, hamper tidak bisa dibenarkan sebab sudah bertolak belakang dengan watak manusia yang selalu berbeda antara sedang nikmat dan sedang mendapat ujian.

⁷⁵ Muhammad Rabbi Muhammad Jauhari, *Keistimewaan Akhlak Islami* (Bandung: Pustaka Setia, 2006), 342.

Hakikat sabar adalah ketika kita mampu mengendalikan diri untuk tidak berbuat keji dan dosa, ketika mampu menaati semua perintah Allah, ketika mampu memegang teguh akidah islam, dan ketika mampu tabah serta tidak mengeluh atas musibah dan keburukan apapun yang menimpa kita. Salah satu contoh terbaik sabar dapat dilihat pada orang-orang yang menghadapi berbagai kesulitan hidup, sementara mereka tetap tabah dan beriman kepada Allah.⁷⁶

Amin Syukur dalam bukunya yang berjudul *Sufi Healing Terapi dengan Metode Tasawuf* menjelaskan bahwa sabar dapat dijadikan sebagai sarana penyembuhan yang ampuh. Ketika mendapat ujian berupa sakit maka seseorang dapat menggunakan kesabarannya untuk menahan rasa sakit dengan mengembalikannya kepada Allah SWT. Sabar sebagai sarana untuk mendekatkan diri kepada Allah dan memahami betapa besar kekuasaan-Nya. Pada gilirannya, sakit fisik tidak akan menambah sakit psikis dan sebaliknya, jika semuanya dikembalikan kepada Allah Yang Maha Penyembuh.⁷⁷

Jadi sabar adalah sikap dimana seseorang menerima sesuatu secara lapang dada setelah dia berdzikir. Sabar berkenaan dengan perasaan seorang hamba dalam menyikapi pemberian Allah. Oleh karena itu sabar tidak bisa diukur, yang dapat mengukur kesabaran seorang hamba hanyalah Allah semata. Pada dasarnya jika seorang

⁷⁶ Tallal Alie Turfe, *Mukjizat Sabar: Rahasia Kesabaran para Nabi dan Orang-Orang Saleh* (Bandung: Mizan Media Utama, 2013), 31.

⁷⁷ M. Amin Syukur, *Sufi Healing Terapi dengan Metode Tasawuf*, 62.

hamba ditimpa musibah dan ia tetap sabar atas masalah yang menimpanya maka derajat ketakwaannya akan bertambah dan dapat menghilangkan segala rasa sakit yang dirasakan.

2. Taubat

Taubat kebanyakan sufi adalah menjadikan sebagai perhentian awal di jalan menuju Allah, pada tingkatan terendah taubat menyangkut dosa yang dilakukan jasad atau anggota badan. Pada tingkatan menengah, disamping menyangkut dosa yang dilakukan jasad, tobat menyangkut pula pangkal dosa-dosa, seperti dengki, sombong dan riya'. Pada tingkat yang lebih tinggi, tobat menyangkut usaha menjauhkan dari rujukan setan dan menyadarkan jiwa akan rasa bersalah. Pada tingkat terakhir, tobat berarti menyesali atas kelengahan pikiran dalam mengingat Allah. Taubat pada tingkat ini adalah penolakan terhadap segala sesuatu yang dapat memalingkan dari jalan Allah.

Taubat diakui secara umum dalam pembahasan tasawuf sebagai maqom pertama yang harus dilalui dan dijalani oleh seorang salik. Dapat dikatakan, Allah tidak akan mendekatkan sebelum bertobat. Karena dengan tobat, jiwa seorang salik bersih dari dosa. Tuhan dapat didekati dengan jiwa yang suci.⁷⁸

⁷⁸ Solihin, *Tasawuf Tematik, membedah tema-tema penting* (Bandung: Pustaka Setia, 2003), 17-18.

3. Zuhud

Secara bahasa, lafazh *zahida fiihi wa 'anhu, zuhdan wa zahaadatan* artinya berpaling dari sesuatu, meninggalkannya karena kehinaannya atau karena kekesalan kepadanya atau untuk membunuhnya. Lafazh *zahuda fi asy-syai'i* artinya tidak membutuhkannya. Apabila dikatakan *zahida fi ad-dunyaa* artinya meninggalkan hal-hal yang halal dari dunia karena takut hisabnya dan meninggalkan yang haram dari dunia karena takut siksaannya.⁷⁹

Yunus bin Maysarah bertutur: “Zuhud terhadap dunia itu bukanlah mengharamkan yang halal dan menolak harta, tetapi zuhud terhadap dunia ialah engkau lebih yakin dan percaya terhadap apa yang ada di sisi Allah daripada apa yang ada padamu dan keadaan serta sikapmu tidak berubah baik sewaktu tertimpa musibah atau tidak. Zuhud terhadap dunia, apabila pemuji dan pencacimu kau anggap sama haknya terhadapmu.”⁸⁰

Menurut al-Ghozali bahwa hakikat zuhud adalah meninggalkan suatu yang dikasihi dan berpaling darinya pada suatu yang lain yang terlebih baik darinya karena menginginkan sesuatu di dalam akhirat.⁸¹

Jadi , zuhud adalah upaya menjauhkan diri atau bahkan meninggalkan segala sesuatu yang bersifat keduniawian yang dapat

⁷⁹ Imam Ahmad Bin Hambal, *Zuhud* (Jakarta: Darul Falah, 2000), 1.

⁸⁰ Ahmad Faridh, *Pembersih Jiwa Imam Al-Ghozali, Imam Ibnu Rajab Al-Hambali, Ibnu Qayyim Al-Jauziyah* (Bandung: Pustaka, 1421 H – 2000M), 86.

⁸¹ Tamami HAG, *Psikologi Tasawuf* (Bandung: CV Pustaka Setia, 2011), 175.

membebaskan dirinya didunia maupun akhirat agar dapat senantiasa merasa dekat Allah SWT.

Menurut Amin Syukur dalam hal pengobatan, zuhud dapat dijadikan sebagai sarana untuk penyembuhan bagi penyakit jiwa. Penyakit jiwa yang dimaksud tentu saja penyakit jiwa yang disebabkan oleh materi, atau upaya pencarian materi, sehingga melupakan segalanya, bahkan dirinya sendiri.⁸² Karena begitu mengincar kehidupan dunia manusia seringkali melupakan kewajiban yang harus dilakukan. Pada akhirnya materi tak tercukupi, Allah ditinggalkan dan tidak memiliki apa-apa yang ada penyakit lahir (seperti stroke, diabetes, patah tulang dan lainnya) yang juga bisa jadi diebakkan oleh adanya penyakit pikis (seperti stress/depresi). Dalam hal ini zuhud akan dapat menjadi obat yang mujarab dalam mengatasinya.

4. Tawakkal

Tawakal merupakan gambaran keteguhan hati manusia dalam menggantungkan diri hanya kepada Allah. Al-Ghozali mengaitkan tawakal dengan tauhid dengan penekanan bahwa tauhid sangat berfungsi sebagai landasan tawakal.⁸³ Tawakal adalah bersandarnya hati secara sungguh-sungguh kepada Allah dalam mendatangkan

⁸² M Sholihin, *Tasawuf Tematik*, (Bandung: CV. Pustaka Setia 2003), 61.

⁸³ Ibid., 21.

kemaslahatan dan menghindarkan kemudlaratan, baik dalam urusan duniawi maupun *ukhrawi*.⁸⁴

Menurut Dzun Nun, tawakkal adalah berhenti memikirkan diri sendiri dan meraa memiliki daya dan kekuatan. Intinya penyerahan diri sepenuhnya Allah disertai perasaan tidak memiliki kekuatan.⁸⁵

Menurut Amin An-Najar, tawakkal adalah kunci mencapai kesembuhan. Obat apa pun yang diinjekikan ke dalam tubuh tidak akan bermanfaat manakala dalam hati seseorang tidak ada rasa tawakkal.⁸⁶

Setiap amal kebajikan dan kedudukan telah ditetapkan balasannya dengan jelas oleh Allah dan Dia telah menjadikan diriNya sebagai balasan bagi orang yang tawakal (berserah diri) kepadanya.

Allah SWT, berfirman:

وَمَنْ يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَلْ لَهُ مَخْرَجًا

Artinya:“barang siapa bertakwa kepada Allah, niscaya Dia akan mengadakan baginya jalan keluar.” (QS. At-Thalaq: 2).

Perlu diketahui bahwa tawakal merupakan salah satu pekerjaan hati, buka pekerjaan anggota tubuh. Jadi tidak ada pertentangan antara tawakal dan usaha. Karena Rasulullah adalah orang yang paling besar tawakalnya kepada Allah.

⁸⁴ Ahmad Farid, *Manajemen Qolbu Ulama Salaf*, (Surabaya: La Raiba Bima Amanta,2008), hlm 331.

⁸⁵ M.Sholihin, *Tasawuf Tematik* (Bandung: Pustaka Setia, 2003), 23.

⁸⁶ Ibid., 65.

Hakikat tawakal adalah bersandar kepada Allah semata, percaya diri kepadaNya, merasa damai di dekatNya semata dan merasa tentram disisiNya semata. Karena mengetahui bahwa kebutuhan, kepentingan dan seluruh kemaslahatannya ada di Tangan Allah, bukan ditangan yang lain.

Jadi sikap tawakkal bukan sekedar berserah diri kepada Allah mengenai apa-apa yang akan terjadi dalam kehidupan. Namun, sikap tawakkal akan muncul setelah seorang hamba berusaha maksimal untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Dengan sikap tawakkal ini, jika tujuan seorang hamba tidak dapat didapatkan maka sikap tawakkal ini mampu meredakan kekecewaan yang dirasakan.

5. Wara'

Wara' secara bahasa berasal dari kata وَرَعَ, يَرَعُ yang berarti “menahan”, “tergenggam”. Sedangkan secara istilah wara' mengandung pengertian menahan diri dari hal – hal yang dapat menimbulkan mudharat lalu menyeretnya kepada hal – hal yang haram dan syubhat. Menurut Ibrahim bin Adhm wara' adalah meninggalkan perkara yang syubhat dan meninggalkan apa yang bukan urusanmu serta meninggalkan hawa nafsu juga segala kejelekan.

Al – Qur'an menjelaskan tentang wara' dengan cara terus menerus menjaga batin dari perbuatan yang dilarang Allah atau dosa, dalam firman – Nya:

أَسْتَغْفِرُ لَهُمْ أَوْ لَا تَسْتَغْفِرُ لَهُمْ إِنْ تَسْتَغْفِرْ لَهُمْ سَبْعِينَ مَرَّةً فَلَنْ يَغْفِرَ اللَّهُ لَهُمْ ذَلِكَ

بِأَنَّهُمْ كَفَرُوا بِاللَّهِ وَرَسُولِهِ وَاللَّهُ لَا يَهْدِي الْقَوْمَ الْفَاسِقِينَ.

Artinya : “kamu memohonkan ampun bagi mereka atau tidak kamu memohon ampun bagi mereka (adalah sama saja). Kendatipun kamu memohonkan ampun bagi mereka tujuh puluh kali, namun Allah sekali – kali tidak akan memberi ampunan kepada mereka. Yang demikian itu adalah karena mereka kafir kepada Allah dan Rasul-Nya. Dan Allah tidaka memberi petunjuk kepada kaum yang fasik. (QS At-Tawbah: 80)

6. Ikhlas

Secara bahasa ikhlas berarti murni, tiada bercampur, bersih, jernih.⁸⁷ Dalam kamus besar bahasa Indonesia, ikhlas berarti hati yang bersih, tulus hati, dan kerelaan.⁸⁸

Adapun pengertian ikhlas secara istilah adalah sebuah sikap kejiwaan seorang muslim yang selalu berprinsip bahwa semua amal dan jihadnya karena Allah SWT. Hal ini dilakukan semata – mata karena keridhaan Allah SWT. Tanpa sedikitpun melihat pada keduniaan, derajat, pangkat, kedudukan, dan sebagainya.⁸⁹

Menurut Imam al- Ghozali, ikhlas adalah sesuatu yang murni yang tidak tercampur dengan hal-hal yang bisa mencampurinya.

⁸⁷ Achmad Warson Munawir, *Kamus Munawir: Arab-Indonesia Terlengkap* (Surabaya: Pustaka Progresif, 1999), 359.

⁸⁸ Tim Penyusun Pusat Pembinaan dan Pengembangan Bahasa, *kamus Besar Bahasa Indonesia* (Jakarta: Balai Pustaka, 1990),322.

⁸⁹ Ramadhan, Muhammad, *quantum Ikhlas*, terj.Alex Mahya Sofa (Solo: Abyan, 2009), 9.

Seperti kalimat madu itu murni jika tidak dicampuri apapun.⁹⁰ Pada ajaran sufi keikhlasan adalah suatu yang diperlukan untuk mendekatkan diri kepada Allah dari segi niat maupun tindakan.⁹¹

Dengan definisi diatas, maka ikhlas dapat disimpulkan sebagai suatu sikap yang dilakukan sepenuhnya untuk Allah tanpa harus ditunjukkan kepada yang lainnya. Dengan kata lain, ikhlas adalah melaksanakan perintah Allah dengan pasrah tanpa mengharap sesuatu, kecuali keridhaan Allah SWT.

7. Ridha

Pengertian dari ridha adalah menerima semua yang terjadi atas dirinya dengan lapang dada dan senang hati, serta meyakini bahwa semua yang terjadi atas kehendak Allah SWT. Ridha dapat diartikan juga dengan senang hati dan gembira atas keputusan Allah SWT, terlepas dari apakah keputusan itu mengecewakan atau menyusahkannya.

Adapun menurut kamus Ilmu Al-Qur'an, *Ridha* artinya rela dan senang menerima *qadha qadar* Allah. Dalam ilmu tasawuf, ridha merupakan salah satu *maqam batiniyyah* yang harus dilalui oleh seorang sufi dalam usahanya mendekatkan diri kepada Allah. Sikap ridha menurut kaum sufi ialah tidak menentang *qadha qadar* Allah, merasa senang dengan malapetaka yang menimpa dirinya karena dirasakn sebagai nikmat, tidak meminta surga atau dijauhkan dari

⁹⁰ Imam al-Ghozali, *Ikhtisar Ihya' al-Ulumuddin* (Yogyakarta: Al Falah, 1966), 54.

⁹¹ M. Khatib Quzwain, *Mengenal Allah: Suatu Pengajian Mengenai Ajaran Tasawuf Syaikh Abdul Somad Al-Palimbani* (Jakarta: Pustaka Bulan Bintang, t.t), 95.

neraka karena cintanya kepada Allah. Orang – orang seperti ini dijelaskan oleh Allah lewat surat At-Tawbah: 96:

يَخْلِفُونَ لَكُمْ لِتَرْضَوْا عَنْهُمْ فَأَيْنَ تَرْضَوْنَ عَنْهُمْ فَأَيْنَ اللَّهُ لَا يَرْضَىٰ عَنِ
الْقَوْمِ
الْفَاسِقِينَ.

Artinya: Mereka akan bersumpah kepadamu, agar kamu ridha kepada mereka. Tetapi jika sekiranya kamu ridha kepada mereka, sesungguhnya Allah tidak ridha kepada orang-orang yang fasik itu.⁹²

Menurut Amin Syukur dalam persoalan sakit dan kesembuhan dapat dilihat bahwa ridha menjadi salah satu sarana penenang jiwa atas segala keputusan Allah. Seringkali penyakit menjadi bertambah parah akibat hilangnya kerelaan hati menerima keadaan, sehingga hati menjadi kotor dan pikiran kalut, yang pada gilirannya penyakit kian bercokol. Jika demikian maka rida, pahala, nikmat, dan karamah Allah SWT tidak akan turun kepada hamba-Nya sehingga penyakit menjadi sulit untuk disembuhkan. Oleh karena itu rida hamba terhadap takdir Allah pada dirinya akan menentukan ridha Allah terhadap hamba-Nya. Dengan kata lain, kerelaan hati menerima penyakit yang ditentukan Allah ada diri seseorang, akan menentukan kesembuhan yang diberikan Allah kepada hamba yang diridhai-Nya.⁹³

8. Qana'ah

⁹² Duski Samad, *Konseling Sufistik* (Depok: Rajagrafindo Persada, 2017), 208-209.

⁹³ M.Amin Sykur, *Sufi Healing* (Jakarta: Erlangga, 2012), 63.

Qana'ah merupakan sikap rela menerima dan merasa cukup atas hasil yang diusahakannya serta menjauhkan diri dari rasa tidak puas dan perasaan kurang. meski demikian orang yang memiliki sikap qana'ah tidak berarti menerima nasib begitu saja tanpa ikhtiar. Orang yang bersifat qana'ah mungkin memiliki kekayaan yang sangatlah banyak namun kekayaan itu tidak dimaksudkan untuk menumpuk kekayaan. Kekayaan dan dunia yang dimilikinya dibatasi dengan rambu-rambu Allah SWT. Dengan demikian apapun yang dimilikinya tak pernah melalaikannya dari mengingat Allah SWT.⁹⁴

Qana'ah juga berarti sifat menerima apa yang telah menjadi ketentuan Allah SWT bukan hanya dalam urusan rezeki, namun dalam segala hal yang menimpa seseorang.⁹⁵

Menurut Amin Syukur orang yang qana'ah akan senantiasa menganggap cukup dari apa yang ada sebagai karunia dari Allah, akan terbebas dari sifat tertipu, tidak akan menyaingi Allah, dijauhkan dari sifat ujub dan dijauhkan dari akhlak yang buruk kepada Allah SWT. Sikap ini cukup efektif sebagai sarana menterapi diri sendiri dan orang lain dari penyakit psikis yang sering membawa dampak negatif terhadap kesehatan fisik, karena dalam diri seseorang muncul sikap menerima kenyataan baik ketika sakit maupun sehat, dalam kondisi kaya maupun miskin. Seseorang akan merasa bahwa semua sudah

⁹⁴ Ayu Alfiah, "Penerapan Terapi Qona'ah Dalam Mengatasi Kecemasan Dan Ketakutan Pasangan Suami Istri Yang Belum Dikaruniaai Anak Di Desa Brumbungan Lor Gending Probolinggo" (Skripsi: S1, UIN Sunan Ampel Surabaya, 2018), 33.

⁹⁵ Muhammad Khotib, *Misteri Dzikir Hasbunallah Wa Ni'mal Wakil* (Sidoarjo: Mitra Press, 2011), 177.

ditentukan dalam skenario besar Allah SWT sambil meyakini bahwa semua yang dihadapi pasti ada hikmah dibaliknya.⁹⁶

Berikut ayat yang menjelaskan tentang bahwa segala sesuatu yang menimpa seseorang merupakan ketentuan atau qada' dan qadar dari Allah, Firman Allah dalam surat At-Taubah ayat 51:

قُلْ لَّنْ يُصِيبَنَا إِلَّا مَا كَتَبَ اللَّهُ لَنَا هُوَ مَوْلَانَا وَعَلَى اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ

Artinya “Katakanlah: sekali –kali tidak akan menimpa kami melainkan apa yang telah ditetapkan oleh Allah untuk kami. Dialah pelindung kami, dan hanya kepada Allah orang-orang yang beriman harus bertawakkal.”⁹⁷

9. Muraqabah

Kata Muraqabah berasal dari bahasa Arab, raqaba (mengawasi). Menurut Abu Yahya Zakariyya al-Ansari (926H/I520 M) kata muraqabah menurut bahasa adalah selalu memperhatikan, sedangkan menurut istilah adalah senantiasa memandang Tuhan dengan hati. Muraqabah adalah duduk bertafakur atau mengheningkan cipta dengan penuh kesungguhan hati, dengan seolah-olah berhadapan dengan Allah, meyakinkan diri bahwa Allah senantiasa mengawasi dan memperhatikannya. Sehingga dengan latihan muraqabah ini seseorang akan memiliki nilai ihsan yang baik, dan

⁹⁶ M.Amin Sykur, *Sufi Healing* (Jakarta: Erlangga, 2012), 62.

⁹⁷ Imam Jalalludin Al-Mahalliy Dan Imam Jalaluddin As-Suyuti, *Tafsir Jalalain Berikut Asbhabun Nuzul*, Terjemah Oleh Bahrin Abu Bakar (Bandung: Sinar Baru,1990), 783

akan dapat merasakan kehadiran Allah di mana saja dan kapan saja ia berada.⁹⁸

Menurut Amin Syukur, kesadaran muraqabah akan melahirkan prinsip, pertama, Tuhan serba hadir, kedua ialah malaikat yang merekam amal perbuatan kita, ketiga al-Qur'an sebagai pedoman hidup, keempat, Rasul sebagai teladan, kelima, masa depan yang membahagiakan yang kita lakukan harus berporoskan ke depan yang membahagiakan dan keenam ialah prinsip keteraturan dalam segala hal, manifestasi dari iman kepada takdir Allah SWT. Baik bernilai positif maupun yang bernilai negatif.⁹⁹

Inti dari tasawuf itu sendiri ialah sampainya seorang hamba ketingkat *ma'rifatullah*, yakni tingkat dimana seorang hamba merasa sangat dengan Tuhan dan dapat bermesraan dengan Tuhan. Pada prinsipnya *ma'rifatullah* adalah sebuah intuisi kesadaran manusia yang diperoleh dari ketajaman mata hati setelah menjalani tahap-tahap dan latihan-latihan kerohanian secara optimal.¹⁰⁰

Dalam tasawuf, jika seorang hamba ingin sampai ketingkat *ma'rifatullah*, maka harus senantiasa hidup dengan nilai – nilai yang terkandung dalam tasawuf itu sendiri dan senantiasa mengingat Allah

⁹⁸ Solihin, *Tasawuf tematik* (Bandung: Cv.putakawan Setia, 2003), 22.

⁹⁹ M.Amin Sykur, *Sufi Healing* (Jakarta: Erlangga, 2012), 69.

¹⁰⁰ Tamami HAG, *Psikologi Tasawuf* (Bandung: Pustaka Setia, 2011), 195.

SWT di setiap kehidupannya. Kebanyakan seorang sufi akan selalu berdzikir dimanapun mereka berada agar senantiasa mengingat Allah SWT.

Dzikir berasal dari kata *dzakara* artinya mengingat, memperhatikan, mengenang, mengambil pelajaran, mengenal atau mengerti dan mengingat.¹⁰¹ Secara *terminologi* dzikir adalah usaha manusia untuk mendekatkan diri pada Allah dengan cara mengingat Allah dengan cara mengingat keagungan-Nya.¹⁰²

Jadi dzikir adalah usaha manusia untuk mendekatkan diri pada Allah dengan cara mengingat Allah dengan cara mengingat keagungan-Nya, hal ini berarti tidak terbatas masalah tasbih, tahlil, tahmid dan takbir, tapi semua aktifitas manusia yang diniatkan kepada Allah SWT.

Dzikir merupakan pengalaman ruhani yang dapat dinikmati oleh pelakunya, hal ini yang dimaksud oleh Allah sebagai penentram hati. Ibnu Ata', seorang sufi yang menulis al-Hikam (Kata-Kata Hikmah) membagi zikir atas tiga bagian: zikir *jali* (zikir jelas, nyata), zikir *khafi* (zikir samar-samar) dan zikir *haqiqi* (zikir sebenar-benarnya).¹⁰³

Jika seseorang senantiasa berdzikir kepada Allah, ia akan memiliki ketenangan jiwa. Jiwa yang tenang (*muthmainnah*) adalah jiwa yang senantiasa mengajak kembali kepada fitrah Ilahiyah Tuhannya. Indikasi hadirnya jiwa yang tenang pada diri seseorang terlihat dari perilaku, sikap

¹⁰¹ Samsul Munir Amin, *Energi Dzikir* (Jakarta: Bumi Aksara, 2008), hlm. 11.

¹⁰² Al-Islam, *Muamalah dan Akhlak* (Jakarta: PT. Rineka Cipta, 1987), 87.

¹⁰³ Ensiklopedi Islam, jilid 6 (Jakarta: PT Ichtiar Baru van Houve,...), 332.

dan gerak-geriknya yang tenang, tidak tergesa-gesa, penuh pertimbangan dan perhitungan yang matang, tepat dan benar. Ia tidak terburu-buru untuk bersikap apriori dan berprasangka negatif. Akan tetapi di tengah-tengah sikap itu, secara diam-diam ia menelusuri hikmah yang terkandung dari setiap peristiwa, kejadian dan eksistensi yang terjadi.

Ketenangan jiwa atau kesehatan mental adalah kesehatan jiwa, kesejahteraan jiwa, atau kesehatan mental. Karena orang yang jiwanya tenang, tenteram berarti orang tersebut mengalami keseimbangan di dalam fungsi-fungsi *jiwanya* atau orang yang tidak mengalami gangguan kejiwaan sedikitpun sehingga dapat berfikir positif, bijak dalam menyikapi masalah, mampu menyesuaikan diri dengan situasi yang dihadapi serta mampu merasakan kebahagiaan hidup.¹⁰⁴

Ketenangan jiwa yang telah dirasakan setelah berdzikir dapat mengakibatkan menurunnya tekanan emosi, marah, atau sikap tidak menerimanya seorang hamba atas apa yang telah ditakdirkan oleh Allah SWT. Dari sinilah sedikit demi sedikit karena tingkat kemarahan menurun, maka tekanan darah tinggi atau hipertensi ini mengalami penurunan tanpa disadari.

E. Hubungan Terapi Bekam, Tasawuf dan Hipertensi

Suatu penelitian membuktikan bahwa apabila dilakukan pembekaman pada satu poin, maka kulit (kutis), jaringan bawah kulit (

¹⁰⁴ Bakran Adz-Dzaky, HM. Hamdani, *Konseling dan Psikoterapi Islam* (Jogyakarta: PT. Fajar Pustaka Baru, 2006), 458.

sub kutis), fascia dan otot – otot akan terjadi kerusakan dari mast cell atau lain – lain. Akibat kerusakan ini akan di lepaskan beberapa zat seperti *serotonin, histamine, bradikinin, slowreaching substance*, serta zat yang lain yang belum diketahui. Zat – zat inilah yang menyebabkan terjadinya dilatasi kapiler dan arteriol serta flare reaction pada daerah yang di bekam. Dilatasi kapiler juga dapat terjadi ditempat yang jauh dari area pembekaman. Hal inilah yang akan menyebabkan terjadinya perbaikan mikrosirkulasi pembuluh darah yang menimbulkan efek relaksasi otot – otot yang kaku serta akibat vasodilatasi umum akan menurunkan tekanan darah secara stabil.

Mekanisme penyembuhan bekam pada hipertensi didasarkan atas teori aktivasi organ, dimana bekam akan mengaktivasi organ yang mengatur aliran darah seperti hati, ginjal, dan jantung agar organ – organ ini tetap aktif dalam mengatur peredaran darah sehingga tekanan darah tetap terjaga.¹⁰⁵ Selain itu bekam juga berusaha menyeimbangkan secara lamiah bila ada tekanan darah yang meningkat. Dengan memilih titik yang tepat, maka bekam bisa membantu penanganan hipertensi.

Menurut El Sayed et al(2013), dengan membersihkan darah dan celah interstisial dari substansi berbahaya dan beracun bekam basah (wet cupping) terbukti secara medis memiliki nilai yang menguntungkan dalam terapi berbagai penyakit yang memiliki etiologi dan patogenesis yang

¹⁰⁵ Wadda' A Umar, *Bekam Untuk 7 Penyakit Kronis*, (Solo: Thibbia, 2012), 161.

berbeda-beda, diantaranya rheumatoid arthritis, migrain, fibromialgia, selulitis, sindroma carpal turner , dan hipertensi.¹⁰⁶

Efek terapi bekam terhadap hipertensi diantaranya adalah bahwa bekam berperan menenangkan sistem saraf simpatik. Pergolakan pada sistem saraf simpatik ini menstimulasi sekresi enzim yang berperan sebagai sistem angiotensin renin. Setelah sistem ini tenang dan aktivitasnya berkurang, tekanan darah akan turun. Bekam berperan menurunkan volume darah yang mengalir di pembuluh darah sehingga mengurangi tekanan darah.¹⁰⁷

Di era modern saat ini nilai – nilai tasawuf berperan penting disetiap kehidupan. Karena ilmu pengetahuan dan teknologi sangatlah maju dan berkembang, hal ini menuntut setiap individu dituntut harus mengimbangi kemajuan dan perkembangannya. Kondisi ini ternyata tidak selamanya memberikan kenyamanan, justru melahirkan abad kecemasan. Karena setiap individu mendewakan kemajuan alat pengetahuan sehingga lupa dengan kewajiban dengan Tuhan.¹⁰⁸ Hal inilah yang membuat individu semakin jauh dari Tuhan – Nya dan dari efek kecemasan yang berkelanjutan ini dapat menimbulkan berbagai masalah psikis ataupun psikologis. Adapun dampak psikologis yang diakibatkan karena tidak kemampuan individu mengikuti perkembangan di era modern ini adalah

¹⁰⁶ T A Larasati Dan Teguh Dwi Wicaksono, Mekanisme Bekam Sebagai Terapi Alternatif Dalam Menurunkan Hipertensi, Majority ,Volume 5 , Nomor 2 ,(April 2016),112.

¹⁰⁷ Muhammad Alfian Rahman, “ Pengaruh Terapi Bekam Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi (Studi Kasus Di Klinik Bekam Abu Zaky Mubarak)” (Skripsi S1, UIN Syarif Hidayatullah, 2016) ,33 – 35.

¹⁰⁸ Duski Samad, *Konseling Sufistik* (Depok: Rajagrafindo Persada,2017), 9.

stress kepanjangan yang mengakibatkan meningkatnya tekanan darah dan menimbulkan penyakit hipertensi.

Setiap pasien penderita hipertensi harus yakin bahwa setiap penyakit itu ada atas izin Allah, begitupun kesembuhannya. Jika segala sesuatu disandarkan kepada Allah, meskipun itu malapetaka, kebahagiaan dan rasa sakit maka seorang hamba akan mendapatkan kebahagiaan didunia dan akhirat.¹⁰⁹ Dengan menerapkan nilai-nilai tasawuf dalam proses penyembuhan dengan menggunakan terapi bekam ini, pasien akan lebih dapat menerima keadaan diri seperti apa adanya, baik dan buruk, kekuatan-kelemahan, sebagai takdir Allah atas dirinya.¹¹⁰ Apalagi jika nilai – nilai tasawuf ini dapat dilaksanakan dalam kehidupan sehari – hari, maka seorang hamba akan selalu merasa dekat Allah SWT dan akan hidup sejalan dengan perintah Allah karena merasa selalu diawasi oleh Allah disetiap hembusan nafasnya.

Dambaan setiap hamba adalah selalu merasa dekat dengan Penciptanya, maka dari itu perlu adanya keselarasan dengan ketentuan Allah SWT dalam menjalani kehidupannya. Hidup selaras dengan ketentuan Allah artinya sesuai dengan kodrat yang ditentukan – Nya, *sunnatullah* dan hakikat sebagai makhluk Allah. Hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah dengan menyadari eksistensi diri sebagai

¹⁰⁹ Ibid., 7.

¹¹⁰ Ibid., 7.

makhluk Allah yang diciptakan untuk mengabdikan kepada-Nya.¹¹¹ Dengan hidup senantiasa selaras dengan ketentuan Allah di era modern seperti saat ini, maka hidup kita akan senantiasa dipenuhi dengan kebahagiaan, dapat jauh dari segala macam masalah dan berbagai macam penyakit.

Hati adalah merupakan nyawa atau sumber kehidupan manusia, jika hati sakit maka akan sakit seluruh jasad. Pada dasarnya segala macam rasa sakit yang menjalar ke seluruh tubuh merupakan akibat dari hati yang sakit. Dari hati yang sakit inilah memunculkan penyakit hati yang mengakibatkan gangguan pada fisik dan psikis manusia. Sebagaimana hadits Rasulullah dibawah ini:

أَلَا وَإِنَّ فِي الْجَسَدِ مَضْغَةً إِذَا صَلَحَتْ صَلَحَ الْجَسَدُ كُلُّهُ، وَإِذَا فَسَدَتْ فَسَدَ
الْجَسَدُ
أَكُلُّهُ لِأَوْهِي الْقَلْبِ.

Artinya: “Ingatlah bahwa di dalam jasad itu ada segumpal darah. Jika ia baik, maka baik pula seluruh jasad. Jika ia rusak, maka rusak pula seluruh jasad. Ketahuilah bahwa ia adalah hati (jantung)” (HR. Bukhori).¹¹²

Dalam hal ini nilai-nilai tasawuf dalam proses terapi bekam berperan menyembuhkan hati yang sakit dari psikis manusia. Pada intinya tasawuf merupakan upaya mendekatkan diri kepada Allah SWT dan membersihkan hatinya dari segala sesuatu selain –Nya. Karena seperti hadits diatas, apabila hati sehat, maka sehat pula seluruh jasad. Sedangkan

¹¹¹ Ibid., 6.

¹¹² Amin Syukur, *Terapi Hati dalam Seni Menata Hati* (Pustaka Rizqi Putra: Semarang, 2009), 219.

terapi bekam berperan dalam menyembuhkan akibat dari hati yang sakit pada fisik manusia melalui titik-titik yang tepat.

Pembekaman yang dilakukan pada titik yang tepat dapat menurunkan tekanan darah dengan segera. Karena dengan adanya proses pembekaman ini telah memperbaiki fungsi hati sehingga hati dapat berperan secara maksimal dalam mengalirkan dan mengatur aliran darah.¹¹³

Terapi bekam dan nilai-nilai dalam tasawuf berperan dalam menurunkan tekanan darah. Hal pertama yang disembuhkan dengan adanya pembekaman dan penerapan nilai-nilai tasawuf dalam kehidupan sehari-hari ialah hati. Terapi bekam menurunkan tekanan darah secara fisik manusia, namun jika dalam proses terapi bekam setiap individu tidak menyandarkan dan menyakinkan segala sesuatu kembali kepada Allah SWT, maka hal ini akan sia-sia. Dengan kata lain berobat dengan terapi bekam akan lebih bermanfaat dan menyembuhkan jika dibarengi dengan penerapan nilai-nilai tasawuf di dalamnya. Karena pada dasarnya terapi bekam merupakan perantara untuk menyembuhkan, adapun penentu kesembuhan hanyalah Allah SWT.

¹¹³ Wadda' A. Umar, *Bekam Untuk 7 Penyakit Kronis* (Solo: Thibia, 2012), 160.