

KESEHATAN JASMANI DALAM AL-QUR'AN (STUDI TEMATIK AYAT-AYAT SYIFĀ' DALAM AL-QUR'AN)

Rika Mahfudzah

Guru MA Satu Atap PP. Roudlotut Tholibin Jepara

rikamahfudzah2@gmail.com

Abstract

The Qur'an mentions various kinds of liver diseases that afflict humans, besides that it has also taught humans to continue to preserve the environment and maintain a clean place to live so that it does not become a nest of germs and bacteria. The Qur'an also urges to stay away from food and drink that contains disease and it also tells us how to treat ourselves when we are sick. Considering that the Qur'an helps humans in this area, the Qur'an calls itself a "curer of diseases", which Muslims define as a guide that will lead humans to spiritual, psychological and physical health.

Keywords: Health, Al-Qur'an, Thematic Tafsir

A. Pendahuluan

Pada dasarnya setiap manusia menghendaki hidup dan kehidupan yang sehat, tenang, tenteram dan bahagia, meskipun tidak selamanya kemauan dan keinginan tersebut tercapai.¹ Islam sebagai agama, sangat memperhatikan keberadaan manusia, karena itulah Islam membentangkan konsep yang sangat tegas tentang kehidupan yang sehat kepada manusia, misalnya mengenai apakah hidup dan kehidupan itu serta ke mana arah tujuannya.

Kesehatan merupakan salah satu faktor penting bagi kehidupan manusia karena dengan kondisi sehat, manusia bisa beraktivitas dengan nyaman dan banyak berbuat kebaikan dengan memberi manfaat kepada sesama. Sementara manusia adalah makhluk yang kompleks yang terdiri atas unsur fisik, psikis, sosial dan spiritual, maka manakala seseorang mengalami sakit tentunya harus dilakukan pemeriksaan dan penyembuhan secara menyeluruh.² Pada hakikatnya manusia terdiri dari dua substansi, yaitu fisik dan psikis. Substansi fisik sendiri adalah substansi material, tidak berdiri sendiri, tidak kekal dan berada dalam alam jasad, sedangkan substansi psikis adalah substansi imaterial, berdiri sendiri

1 M. Hamdani Adz-Dzaky, *Konseling dan Psikoterapi Islam* (Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2004)., hal. 1

² Arman Yurisdaldi Saleh, *Berdzikir Untuk Kesehatan Salaf* (Jakarta: Zaman, 2010)., hal.

tidak berbentuk komposisi, mempunyai daya mengetahui dan menggerakkan, kekal dan berada di dunia metafisik. Fisik dan psikis berhubungan ketika al-nutfah memenuhi syarat dengan jiwa yang kemudian keduanya berpisah bersamaan dengan datangnya kematian.³

Sebagai umat Islam, tentunya kita menjadikan al-Qur'an sebagai pedoman utama dalam menjalani segala aspek kehidupan. Di dalam al-Qur'an terdapat begitu banyak ayat yang memerintahkan kita untuk berpikir, membaca dan merenungkan ayat-ayat serta segala sesuatu yang ada di sekitar kita, karena semuanya merupakan tanda-tanda kekuasaan Allah SWT. Akan tetapi, tidak semua orang dapat mengetahui dan memikirkan kekuasaan dan kebesaran Allah karena di hati mereka terdapat penyakit.

Al-Qur'an menyebutkan macam-macam penyakit hati yang menimpa manusia selain itu ia juga telah mengajarkan kepada manusia agar tetap melestarikan lingkungan dan menjaga kebersihan tempat tinggal supaya tidak menjadi sarang kuman dan bakteri. Al-Qur'an juga menghimbau untuk menjauhi makanan dan minuman yang mengandung penyakit dan ia juga memberitahu tata cara mengobati diri kita ketika sakit.⁴ Mengingat al-Qur'an membantu manusia di bidang ini sehingga al-Qur'an menyebut dirinya sebagai "penyembuh penyakit", yang oleh kaum muslimin diartikan sebagai petunjuk yang akan membawa manusia kepada kesehatan spiritual, psikologis dan fisik.⁵

B. Konsep Syifa dalam al-Qur'an

1. Definisi Syifa

Kata *syifā'* berasal dari kata yang artinya menyembuhkan, hal yang menyembuhkan, kesembuhan atau pengobatan.⁶ Bentuk kata *syifā'* adalah maṣḍar. Yang dimaksud dengan *syifā'* di sini adalah penyembuh.

³ Muh. Sholeh dan Imam Musbikin, *Agama Sebagai Terapi* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2005), hal.69

⁴ Abdul Mun'im Qindil, *al-Qur'an Obat Paling Dahsyat; Mengungkap Secara Medis Keajaiban Kesehatan & Pengobatan al-Qur'an* (Pasuruan: Hilal Pustaka, 1429), hal.2

⁵ Mustamir Pedak, *Qur'anic Super Healing*, t.t., hal. 41

⁶ Achmad Warson Munawwir dan Muhammad Fairuz, *al-Munawwir; Kamus Arab Indonesia* (Yogyakarta, 1984), hal, 782-783

Ada beberapa istilah lain dalam bahasa arab selain kata *syifā'*, di antaranya yaitu kata *dawa'*, *ṭibb*, *ilaj*.

Penyembuhan merupakan upaya untuk mencapai kesembuhan, dengan bermacam cara, baik itu melalui doa, mantra, pijat, ramuan jamu, obat-obatan, terapi maupun normalisasi. Semua hal tersebut merupakan bagian dari penyembuhan. Azis C. Widoyoko membedakan antara pengertian pengobatan dan penyembuhan. Menurutnya, pengobatan adalah upaya penyembuhan melalui obat-obatan. Sementara penyembuhan sendiri maksudnya adalah segala upaya untuk mencapai kesembuhan.⁷

Sedangkan obat merupakan segala sesuatu yang dapat digunakan untuk menyembuhkan penyakit. Di dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, obat diartikan dengan bahan untuk mengurangi, menghilangkan penyakit atau menyembuhkan seseorang dari penyakit.⁸

Penyakit menyebabkan ketidakseimbangan, sementara pengobatan diberikan untuk menghilangkan sebab dari keadaan tersebut sehingga tubuh dapat kembali kepada kondisi kesehatan yang alami seperti semula. Jadi pada dasarnya tubuh manusia mempunyai daya tahan atau kekuatan alami untuk mengembalikan tubuhnya pada kondisi yang seimbang. Pengobatan hanya membantu tubuh dan susunannya yang alami untuk menghilangkan atau melenyapkan penghalang yang disebabkan oleh penyakit. Dengan demikian pengobatan tidak dianggap sebagai penyebab langsung kesembuhan suatu penyakit, melainkan hanya untuk menghilangkan sebab penyakit itu saja.⁹

Terkadang ketakutan manusia terhadap rasa sakit sebenarnya wujud dari ketakutan akan adanya kematian. Padahal setiap hari orang yang mati tidak selalu disebabkan oleh sakit karena kematian bukanlah hal

⁷ Azis C. Widoyoko, *Hindari Ketergantungan Obat* (Yogyakarta: ar-Ruzz Media, 2006), hal. 9

⁸ Tim Penyusun Kamus Pusat Bahasa, *Kamus Besar Bahasa Indonesia Edisi Keempat* (Jakarta: Balai Pustaka, 2005), hal. 974

⁹ Afzalur Rahman, *al-Qur'an Sumber Ilmu Pengetahuan* (Jakarta: Rineka Cipta, 1992), hal. 363-364

yang dapat diketahui atau ditunda waktunya. Begitu pula dengan penyembuhan. Penyembuhan bukanlah hal yang dapat mencegah atau menunda kematian akan tetapi tujuan penyembuhan itu sendiri adalah melaksanakan kewajiban sebagai *rahmatan lil 'ālamīn* (rahmat bagi semesta alam). Mustamir mendefinisikan penyembuhan sebagai ‘meletakkan’ makhluk-makhluk Tuhan sesuai dengan tempat dan fungsinya. Misalnya saja, virus yang menyebabkan tidak sepatasnya bertempat tinggal pada diri manusia. Usaha penyembuhan dari penyakit AIDS adalah meletakkan virus itu pada tempatnya yakni bukan didalam tubuh manusia.¹⁰

2. Prinsip-Prinsip Pengobatan

Beberapa prinsip yang harus diperhatikan dalam pengobatan di antaranya, yaitu:

a. Meyakini bahwa Allah yang Maha Menyembuhkan segala penyakit

Pengobatan harus didasarkan pada aqidah yang benar yaitu yakin bahwa penyembuhan berasal dari Allah SWT sedangkan obat hanya sebagai perantara saja. Seperti yang dikatakan oleh Nabi Ibrahim as, :

وَإِذَا مَرِضْتُ فَهُوَ يَشْفِينِي

Artinya : “Dan apabila aku sakit, Dialah yang menyembuhkan aku.”(Q.S. asy-Syu’arā’/26: 80). Penyakit dan penyembuhan tidak akan terjadi kecuali dengan seizin Allah dan takdir-Nya.¹¹

Allah memberi penyembuhan kepada siapapun yang mau berobat, dengan syarat harus yakin bahwa obat itu adalah perantara saja. Barang siapa yang yakin bahwa obat itu yang menyembuhkan maka keyakinan itu salah.

b. Menggunakan obat yang halal dan baik

¹⁰ Mustamir Pedak, *Rahasia Energi Ibadah Untuk Penyembuhan* (Yogyakarta: Lingkaran, 2007), hal. 27

¹¹ Muhadi dan Muadz, *Semua Penyakit Ada Obatnya; Menyembuhkan Penyakit Ala Rasulullah* (Jakarta: Mutiara Media, 2009), hal. 34

Rasulullah mengajarkan agar obat yang dikonsumsi si penderita harus halal dan baik. Seperti yang disabdakan oleh Nabi SAW.

عَنْ أَبِي الدَّرْدَاءِ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ إِنَّ اللَّهَ أَنْزَلَ الدَّاءَ
وَالدَّوَاءَ وَجَعَلَ لِكُلِّ دَاءٍ دَوَاءً فَتَدَاوَوْا وَلَا تَدَاوَوْا بِحَرَامٍ (رواه أبو داود)

Artinya : “*Dari Abī al-Dardā' berkata, bahwasanya Rasulullah SAW bersabda ‘Sesungguhnya Allah SWT menurunkan penyakit dan obatnya, dan menjadikan setiap penyakit pasti ada obatnya. Maka berobatlah kalian, tapi jangan dengan yang haram.’*” (HR. Abu Dawud)

Berobat dengan sesuatu yang haram adalah perbuatan buruk baik menurut akal maupun syariat. Hadits di atas merupakan salah satu hukum yang melarang penggunaan obat yang haram. Sementara menurut logika sebab Allah SWT mengharamkan sesuatu dikarenakan sesuatu itu jelek bagi yang memakannya. Adapun obat-obat haram selain minuman keras ada dua jenis: *Pertama*, sesuatu yang tidak disukai oleh jiwa seseorang sehingga akan menjadi beban bagi tubuhnya dan justru hal itu malah akan menambah penyakit baru. *Kedua*, yang disukai oleh jiwa seseorang tapi bahayanya lebih besar dari manfaatnya.¹²

Allah yang menurunkan penyakit pada seseorang, maka Dia-lah yang menyembuhkannya. Jika kita menginginkan kesembuhan dari Allah tentulah obat yang digunakan juga harus baik dan diridhai Allah SWT.

3. Ayat-ayat *Syifā'* dalam al-Qur'an

Dalam *al-Mu'jam al-Mufahrasli al-Faz' al-Qur'an al-Karim* disebutkan bahwa kata *syifā'* dapat ditemukan 6 surat dalam al-Qur'an yaitu: Q.S asy-Syu'arā 26 : 80, Q.S al-Isrā 17 : 82, Q.S. Yunūss 10 : 57, Q.S. Fuṣṣilat 41 : 44, Q.S. an-Naḥl 16 : 69, Q.S. at-Taubah 9 : 14¹³, bunyi ayat tersebut sebagai berikut:

¹² Ibnu Qayyim al-Jauziyah, *Metode Pengobatan Nabi SAW*, Terj. Abu Umar Basyier alMaidani (Jakarta: Griya Ilmu, 2007)., hal. 185-187

¹³ Muhammad Fuad dan Abdul Baqi, *al-Mu'jam al-Mufahrasli al-Fadz al-Qur'an al-Karim* (Mesir: Dar al-Kutub, 1945)., hal. 385

- a. Q.S asy-Syu'arā/26 : 80

وَإِذَا مَرَضْتُ فَهُوَ يَشْفِينِي^٧

Artinya : “Dan apabila aku sakit, Dialah yang menyembuhkan Aku,”

- b. Q.S al-Isrā/17 : 82

وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ وَلَا يَرْيَدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا^{٨٢}

Artinya : “Dan Kami turunkan dari al-Qur'an suatu yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman dan al-Qur'an itu tidaklah menambah kepada orang-orang yang zalim selain kerugian.”

- c. Q.S. Yunūs/10 : 57

يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَكُمْ مَوْعِظَةٌ مِّن رَّبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِّمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ^{٥٧}

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

- d. Q.S. Fuṣṣilat/41 : 44

وَلَوْ جَعَلْنَاهُ قُرْآنًا أَعْجَمِيًّا لَقَالُوا لَوْلَا فُصِّلَتْ آيَاتُهُ إِعْجَمِيًّا وَعَرَبِيًّا قُلْ هُوَ لِلَّذِينَ آمَنُوا هُدًى وَشِفَاءٌ وَالَّذِينَ لَا يُؤْمِنُونَ فِي آذَانِهِمْ وَقْرٌ وَهُوَ عَلَيْهِمْ عَمًى أُولَٰئِكَ يُنَادُونَ مِن مَّكَانٍ بَعِيدٍ^{٤٤}

Artinya : “Dan Jikalau Kami jadikan al-Qur'an itu suatu bacaan dalam bahasa selain Arab, tentulah mereka mengatakan: "Mengapa tidak dijelaskan ayat-ayatnya?" Apakah (patut al-Qur'an) dalam bahasa asing sedang (Rasul adalah orang) Arab? Katakanlah: "Al-Qur'an itu adalah petunjuk dan penawar bagi orang-orang mukmin. dan orang-orang yang tidak beriman pada telinga mereka ada sumbatan, sedang al-Qur'an itu suatu kegelapan bagi mereka. mereka itu adalah (seperti) yang dipanggil dari tempat yang jauh".

e. Q.S. an-Nahl/16 : 69

ثُمَّ كُلِّي مِنْ كُلِّ الشَّمْرَةِ فَاسْلُكِي سُبُلَ رَبِّكِ ذُلًّا يَخْرُجُ مِنْ بُطُونِهَا شَرَابٌ مُخْتَلِفٌ
أَلْوَانُهُ فِيهِ شِفَاءٌ لِلنَّاسِ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَةً لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ ﴿٦٩﴾

Artinya : “ Kemudian makanlah dari tiap-tiap (macam) buah-buahan dan tempuhlah jalan Tuhanmu yang telah dimudahkan (bagimu) dari perut lebah itu ke luar minuman (madu) yang bermacam-macam warnanya, di dalamnya terdapat obat yang menyembuhkan bagi manusia. Sesungguhnya pada yang demikian itu benar-benar terdapat tanda (kebesaran Tuhan) bagi orang-orang yang memikirkan.”

f. Q.S. at-Taubah/9 : 14

قَاتِلُوهُمْ يُعَذِّبُهُمُ اللَّهُ بِأَيْدِيكُمْ وَيُخْرِجُهُمْ وَيَنْصُرْكُمْ عَلَيْهِمْ وَيَشْفِ صُدُورَ قَوْمٍ مُؤْمِنِينَ ﴿١٤﴾

Artinya: “Perangilah mereka, niscaya Allah akan menghancurkan mereka dengan (perantaraan) tangan-tanganmu dan Allah akan menghinakan mereka dan menolong kamu terhadap mereka, serta melegakan hati orang-orang yang beriman.”¹⁴

C. Pandangan Mufasirr Terhadap Ayat Syifa'

1. Tafsir Al-Miṣbah

Pada Q.S. al-Isrā/17: 28, kami telah meurunkan al-Qur'an sebagai obat penawar penyakit-penyakit yang ada di dalam dada. M. Quraish Shihab menafsirkan kata (*syifa'*) sebagai kesembuhan atau obat, dan digunakan juga dalam arti keterbatasan dari kekurangan atau ketiadaan aral dalam memperoleh manfaat.

Fungsi al-Qur'an sebagai obat dalam arti menghilangkan dengan bukti-bukti yang dipaparkannya aneka keraguan yang hinggap di hati seseorang. Akan tetapi, M. Quraish Shihab berpendapat bahwa penyakit-penyakit tersebut dengan kemunafikan ataupun kekufuran. Walaupun di

¹⁴ Departemen Agama Republik Indonesia, *al-Qur'an dan Terjemahnya* (Semarang: Toha Putra, 2002).

tempat lain dijelaskan kemunafikan adalah kekufuran yang disembunyikan, sedangkan penyakit-penyakit kjiwaan adalah keraguan dan kebimbangan batin yang dapat hinggap di hati orang-orang beriman yang tingat keimanan mereka masih rendah.¹⁵

Pada Q.S. Yunūs/10: 57 diartikan sebagai obat yang sangat ampuh bagi apa ada di dalam dada, yakni penyakit-penyakit kejiwaan. Penyebutan kata dada diartikan dengan hati, hal itu menunjukkan bahwa wahyu-wahyu Ilahiitu berfungsi menyembuhkan penyakit-penyakit ruhani, seperti ragu, dengki maupun takabur. Di dalam al-Qur'an, hati ditunjukan sebagai wadah yang menampung rasa cinta dan benci, berkehendak dan menolak bahkan hati dinilai mampu melahirkan ketenangan ataupun kegelisahan.

Banyak ulama memahami bahwa ayat-ayat al-Qur'an juga dapat menyembuhkan penyakit-penyakit jasmani. Akan tetapi, dalam hal ini M. Quraish Shihab berpendapat mungkin yang dimaksud bukanlah penyakit jasmani, akan tetapi penyakit jasmani yang disebabkan oleh jiwa yang bisa dikenal psikosomatik. Karena tidak jarang orang merasa sesak nafas atau dada bagaikan terteka karena adanya ketidak seimbangan ruhani.

Beliau mengutip pendapat dari sufi besar al-Ḥasan al-Baṣri sebagaimana oleh Muḥammad Sayyid Thanṭawi, "Allah menjadikan al-Qur'an obat terhadap penyakit-penyakit hati, dan tidak menjadikannya obat jasmani."¹⁶

Pada Q.S. at-Taubah/9: 14, *serta melegakan orang-orang yang beriman,*' yakni mengobati amarah yang terpendam di hati orang-orang mukmin atas penganiyaan kaum musyrikin, melegakan disini berupa menyenangkan orang-orang mukmin.¹⁷

Lantas pada Q.S. an-Naḥl/16: 69, *dari perut lebah itu ke luar minuman (madu) yang bermacam-macam warnanya.* Sari kembang yang

¹⁵ M. Quraish Shihab, *Tafsir al-Misbah*, vol. 7 (Jakarta: Lentera Hati, 2002)., hal. 174-175

¹⁶ M. Quraish Shihab, *Tafsir al-Misbah*, vol. 6 (Jakarta: Lentera Hati, 2002)., hal. 102-103

¹⁷ M. Quraish Shihab, *Tafsir al-Misbah*, vol. 5 (Jakarta: Lentera Hati, 2002)., hal. 544

dihisap lebah mengandung zat gula yang akan bertambah manis setelah bercampur dengan zat kimia yang ada pada lebah. Madu yang dihasilkan lebah beraneka macam warnanya sesuai kembang yang ia hinggapi. Pada musim berbunga biasanya madu berwarna keputih-putihan sedangkan pada musim panas berwarna kecoklat-coklatan.

Di dalamnya terdapat obat yang menyembuhkan bagi manusia. Kata manusia, tidak diartikan dengan semua manusia akan tetapi juga dapat berarti sebagian manusia karena ada beberapa penyakit yang justru tidak disarankan untuk meminum madu, seperti diabetes.¹⁸

Madu mengandung unsur frukosta dan perferentous, yaitu semacam zat gula yang mudah dicerna. Ilmu kedokteran modern menyimpulkan bahwa glukosa sangat berguna bagi proses penyembuhan berbagai jenis penyakit melalui injeksi atau dengan perantara mulut yang berfungsi sebagai penguat. Disamping itu madu juga mempunyai kandungan vitamin yang cukup tinggi, terutama vitamin B kompleks.

Pada Q.S. asy-Syu'arā'/26: 80, *dan apabila aku sakit*, berbeda dengan redaksi lainnya. Perbedaan pertama adalah penggunaan kata *idza* apabila dan mengandung besarnya kemungkinan atau bahkan kepastian terjadinya sakit. Ini mengisyaratkan bahwa sakit merupakan salah satu keniscayaan hidup manusia. Perbedaan kedua adalah redaksinya yang menyatakan 'apabila aku sakit' bukan 'apabila Allah menjadikan aku sakit.' Hal ini menunjukkan bahwa nikmat atau kebaikan itu datangya dari Allah sedang sesuatu yang buruk hendaklah dicari penyebabnya pada diri sendiri.

Dialah yang menyembuhkan aku, dalam hal ini penyembuhan seperti juga pemberian hidayah, makan dan minum secara tegas beliau menyatakan bahwa yang melakukannya adalah Dia, Tuhan semesta alam. Perlu diketahui bahwa penyembuhan sebagaimana ditegaskan oleh Nabi Ibrahim as. Bukan berarti upaya manusia untuk meraih kesembuhan tidak diperlukan lagi, sekian banyak hadits Nabi Muhammad SAW. Yang

¹⁸ Shihab., hal. 649

memerintahkan untuk berobat. Ucapan Nabi Ibrahim as itu hanya bermaksud menyatakan bahwa sebab dari segala sebab adalah Allah SWT.

Dalam kehidupan ini ada yang dinamakan hukum alam atau sunnatullah, yakni ketetapan-ketetapan tuhan yang lazim berlaku dalam kehidupan nyata seperti hukum sebab akibat. Manusia mengetahui sebagian dari hukum tersebut, misalnya seseorang yang sakit lazimnya bisa sembuh apabila berobat. Akan tetapi bukanlah obat atau dokterlah yang menyembuhkan penyakit tersebut melainkan Allah SWT.¹⁹

D. Penafsiran Ayat Syifā' Dalam Al-Qur'an Terhadap Kesehatan Jasmani

Al-Qur'an memang bukanlah sebagai buku kesehatan, akan tetapi al-Qur'an merupakan kitab petunjuk bagi manusia agar selamat baik dunia dan akhirat. Walaupun demikian di dalam al-Qur'an terdapat beberapa ayat yang menyebutkan bahwa al-Qur'an adalah obat penawar (*syifā'*) dan rahmat bagi orang-orang yang beriman.

Berdasarkan analisis dari beberapa kitab tafsir yang penulis gunakan, maka terdapat alasan al-Qur'an dikatakan sebagai media penyembuhan, di antaranya:

1. Al-Qur'an sebagai kitab petunjuk

Menurut Abdul Malik Abdul Karim Amrullah al-Qur'an merupakan petunjuk jalan, pemandu, pelopor, untuk menempuh kehidupan manusia di dunia supaya manusia tidak tersesat dalam kepercayaan, amal, ibadah dan menuntun akal, agama dan kemasyarakatan. Petunjuk inilah yang kemudian menjadikan al-Qur'an juga sebagai obat bagi penyakit apa yang ada pada diri manusia itu penyakit rohani maupun jasmani. Beliau juga menyebutkan beberapa penyakit yang dapat disembuhkan dengan petunjuk al-Qur'an, seperti penyakit keraguan atau kebimbangan batin dan putus asa.²⁰

Aḥmad Muṣṭafa al-Marāghiy mengartikan penyakit yang ada di dalam dada berupa penyakit hati, seperti sombong, syirik, nifak, kedurhakaan,

¹⁹ M. Quraish Shihab, *Tafsir al-Misbah*, vol. 10 (Jakarta: Lentera Hati, 2002), hal. 69-70

²⁰ Abdul Malik Abdul Karim Amrullah, *Tafsir al-Azhar*, Juzu' X (Jakarta: Yayasan Nurul Islam, 1980), hal. 121

permusuhan, kezahliman, rasa waswas, gelisa, hawa nafsu, keserakahan, hasad, selain itu al-Qur'an juga menyembuhkan penyakit malasm bodoh dan mementingkan sendiri.²¹

Al-Qur'an berisi pengajaran atau tuntunan baik dalam membentuk akhlak maupun karakter. Ia mendidik untuk memperhalus jiwa sehingga manusia dapat membedakan nama yang baik dan yang buruk. Nasihat yang ada dalam al-Qur'an berasal dari Tuhan untuk kebahagiaan hidup manusia pada tiap-tiap waktu dan tempat. Dengan memahami isi al-Qur'an maka hati akan menjadi tentram.

Petunjuk yang ada dalam al-Qur'an memenuhi hati orang mukmin sehingga mereka senantiasa ingin melakukan perbuatan-perbuatan baik, membela orang yang sengasara, mencegah keburukan dan menolak penganiyaan dan kedurhakaan. M. Quraish Shihab menambahkan bahwa orang yang tidak beriman tetap mendapatkan secercah rahmat dari kehadiran al-Qur'an. Perolahan mereka yang sekedar beriman tanpa kemantapan jelas lebih sedikit dari perolehan orang mukmin.²²

Pernyataan M. Qurasih Shihab tersebut membuktikan dalam penelitian tentang pengaruh al-Qur'an pada manusia dalam persepektif fisiologis dan psikologis. Hasil eksperimennya membuktikan bahwa 97% responden, baik muslim maupun non muslim, baik yang mengerti bahasa arab maupun tidak, mengalami beberapa perubahan fisiologis yang menunjukkan tingkat ketegangan urat syaraf reflektif sehingga akan meningkatkan daya tahan tubuh dan membantu proses penyembuhan.²³

Setelah dilakukan perbandingan bacaan teks al-Qur'an dengan teks arab yang bukan bacaan al-Qur'an membuktikan bahwa penyimakan bacaan al-Qur'an menunjukkan hasil positif hingga 65% sementara penyimakan yang dilakukan dengan bahasa non al-Qur'an pengaruhnya hanya 33% saja. Hal itu mengindikasikan bahwa efek relaksasi al-Qur'an lebih tinggi dibandingkan

²¹ Mushthafa al-Marāghiy, *Tafsir al-Marāghiy*, terj. Hery Noer Aly, K. Anshori Umar Sitanggal dan Bahrin Abu Bakar, Juz XI (Semarang: Toha Putra, 1987)., hal. 235

²² Shihab, *Tafsir al-Misbah*, 2002., hal. 176

²³ Ahsin W. Alhafidz, *Fikih Kesehatan* (Jakarta: Amzah, 2007)., hal. 11

dengan bacaan selain al-Qur'an walaupun tanpa mengetahui makna yang terkandung di dalamnya. Dari penelitian tersebut dapat kita simpulkan bahwa pengaruh pembacaan al-Qur'an tampak dalam bentuk perubahan-perubahan yang terjadi pada arus listrik otot, juga perubahan pada daya tangkap kulit terhadap konduksi kulit, perubahan pada sirkulasi darah, serta perubahan pada detak jantung, kadar darah yang mengalir pada kulit dan suhu kulit yang kesemuanya terkait dan paralel terhadap perubahan-perubahan aspek lain. Hal ini membantu proses penyembuhan pada penyakit-penyakit gangguan pencernaan, infeksi maupun kanker²⁴, akan tetapi tetap saja orang yang paling banyak menerima manfaat adalah orang yang beriman.

2. Al-Qur'an memuat berbagai informasi tentang obat bagi manusia

Dalam al-Qur'an terdapat informasi bahwasanya madu merupakan obat bagi segala penyakit yang menimpa manusia yaitu dalam Q.S. an-Nahl/16: 69, *di dalamnya (madu) terdapat obat yang menyembuhkan bagi manusia*. M. Quraish Shihab menyebutkan dalam tafsirnya bahwa madu mengandung unsur frukosta dan perentous, yaitu semacam zat gula yang mudah dicerna. Ilmu kedokteran modern menyimpulkan bahwa glukosa sangat berguna bagi proses penyembuhan berbagai jenis penyakit melalui injeksi atau dengan perantara mulut yang berfungsi sebagai penguat. Disamping itu madu juga mempunyai kandungan vitamin cukup tinggi, terutama B kompleks.

Pendapat M. Qurasih Shihab tersebut dikuatkan dengan penelitian laboratorium yang membuktikan bahwa madu memiliki kandungan glukos 34%, fruktosa 5.40%, air 7.17%, sukrosa 5.1%, dekstrin 1.1%, mineral 7.1%, zat asam 1.0% dan zat lain 40,30%. Di dalam madu juga beberapa vitamin, yaitu vitamin B1, B2, B3, B5, B6, C, K, *thiamine*, riboflavin, bantitionik, nicotnik-niacin, bridoksin, dan iskorbik. Madu juga mengandung unsur-unsur mineral, seperti zat besi, tembaga, magnesium, kalsium, sodium, karbit (SO), potassium, dan pospor.

²⁴ Alhafidz., hal. 13-14

Demikianlah keistimewaan madu yang memiliki komposisi zat-zat yang penting dan manfaat bagi tubuh, seperti memepermudah proses pencernaan, memenuhi kebutuhan tubuh dan kebutuahn zat-zat mineral, vitamin, kalori dan memberi protekal yang berfungsi menangkal berbagi penyakit.²⁵ Selain memiliki kandungan yang banyak madu juga dapat dimanfaatkan untuk melawan infeksi, dapat mencegah tumor, menyembuhkan luka bakar, meningkatkan daya imun, menyembuhkan sakit gigi dan sariawan, menyembuhkan radan perutm melancarkan ASI ataupun mencerdaskan otak bayi.²⁶

Dengan adanya informasi akan khasiat madu sebagai penyembuh penyakit bagi manusia dan riwayat menjadi bukti sehingga manusia meneliti akan keautentika al-Qur'an yang dikatkan sebagai *syifā'*

3. Memenuhi prinsip-prinsip pengobatan

Al-Qur'an sebagai obat telah memenuhi prinsip-prinsip pengobatan karena di dilamnya dijelaskan bahwa Allah yang menyembuhkan segala penyakit. Al-Qur'an adalah kitab petunjuk maka di dalamnya disebutkan sesuatu yang haram dan yang halal yang kemudian hal itu akan menjadi petunjuk bagi manusia untuk membedakan mana yang buruk dan yang baik bagi kesehatan.

Al-Qur'an merupakan kitab yang mengandung kebenaran karena berasal dari sisi Allah langsung sehingga di dalamnya penuh keyakinan yang bendar dan tidak mengandung tahayul. Adapun tahayul maka itu adalah buatan manusia sendiri.

Pada Q.S. asy-Syu'arā'/26 : 80 dijelaskan bahwasanya hanya Allah yang menyembuhkan segala penyakit. Dalam *Tafsir al-Azhar* ditegaskan bahwa manusia hanya berusaha mencari obat, tapi Allah-lah yang menyembuhkannya. Mengingat al-Qur'an adalah obat bagi orang yang

²⁵Qindil, *al-Qur'an Obat Paling Dahsyat; Mengungkap Secara Medis Keajaiban Kesehatan & Pengobatan al-Qur'an.*, hal. 75

²⁶ *Semua Penyakit Ada Obatnya; Menyembuhkan Penyakit Ala Rasulullah.*, hal.77

beriman maka ia dapat diterima, diyakini kebenarannya dan mengandung keberkahan yang diciptakan Allah di dalamnya.

Berdasarkan informasi yang didapatkan dari hadits bahwa surah al-Fatihah dapat menyembuhkan penyakit fisik yang menimpa manusia. Penyembuhan dengan cara ini dilakukan dengan membacanya kepada si sakit dengan harapan si sakit dapat memperoleh ketentraman dan rahmat dari Allah. Hamka berpendapat bahwa penyembuhan dengan menulis ayat-ayat al-Qur'an lalu digantungkan di tubuh jelas sangat menyimpang dari prinsip-prinsip penyembuhan al-Qur'an sendiri.

4. Al-Qur'an memenuhi kaidah-kaidah pengobatan

Al-Qur'an memenuhi kaidah-kaidah pengobatan karena di dalamnya terdapat petunjuk untuk menjaga kesehatan, adanya keringanan dalam mengerjakan suatu amalan wajib sehingga tidak memberatkan bagi si sakit dan tidak menyebabkan sakitnya bertambah parah, di dalamnya juga terdapat informasi pencegahan agar seseorang tidak terserang suatu penyakit.

Mengingat tubuh manusia dipandang menjadi tempat tinggalnya roh, maka tubuh dan roh itu sangat berkaitan, sehingga mencerminkan dua aspek. Pertama, sebagai simbol tentang keberadaannya. Kedua, manusia harus memelihara wujud lahiriyahnya dalam kondisi yang baik dan sehat.

Fungsi fisik walaupun hanya sekedar membantu psikis struktur nafsani, tapi keduanya memiliki hubungan yang erat karena kehidupan bukan sekedar hidup rohaniah tapi juga hidup jasmaniah oleh karena itu keduanya harus berinteraksi untuk mewujudkan suatu tingkah laku²⁷. Keberadaan dari aspek batiniah (jiwa dan roh) tersebutlah yang secara mutlak menjadi bergantung pada yang disebut jasmani. Oleh karena itu kesehatan dan pemeliharaan jasmani merupakan hal yang amat penting menurut ilmu kedokteran dan agama, yaitu menjaga kondisi kesehatan, lahiriah dan batiniah manusia.²⁸

²⁷ Abdul Mujib, *Kepribadian dalam Psikologi Islam* (Jakarta: Rajagrafindo Persada, 2006), hal. 132

²⁸ Rahman, *al-Qur'an Sumber Ilmu Pengetahuan.*, hal. 354

Ilmu pengobatan *psikosomatik* telah dikenal pada zaman modern sebagai ilmu pengobatan yang menyelidiki penyakit yang melanda badan seseorang yang awalnya disebabkan oleh penyakit kejiwaan, seperti kekecewaan ataupun kegagalan yang kian lama mempengaruhi badan kita. Hati yang susah akan menyebabkan nafas terasa sesak dan segala penyakit badanpun terasa. Penyakit di badan diobati dengan obat biasa dan penyakit jiwa harus diobati dengan resep jiwa juga. Dari sinilah ahli *psikosomatik* dapat menyelidiki dan mengobati penyakit pada tubuh kasar dengan terlebih dahulu mengobati kekecewaan pada jiwa.

Fungsi al-Qur'an memang sebagai obat bagi orang-orang yang didalam hatinya ada penyakit, akan tetapi perlu diketahui bahwasanya penyakit hati yang berlarut-larut dapat menyebabkan timbulnya penyakit jasmani meski banyak ulama tafsir memahami kata *syifa'* sebagai obat penawar dan sebagai bentuk penyakit hati. Hadits Rasul menjelaskan bahwa al-Qur'an dapat menjadi bacaan yang menyembuhkan sejumlah penyakit fisik. Misalnya saja al-Fātiḥah dinamakan surah *asy-Syifā'* atau *asy-Syafīyah*, karena menurut sebuah riwayat surah ini dapat menyembuhkan berbagai penyakit baik itu fisik maupun psikis.

Sebuah hadits yang diriwayatkan oleh Abu Sa'id ra. Yang menceritakan tentang perjalanannya pada suatu hari yang mana ia dimintai pertolongan untuk membantu mengobati kepala desa yang tersengat kalajengking lalu ia mengobatinya hanya dengan membacakan surah al-Fātiḥah dan hal itu tidak dilarang Nabi SAW sebagai satu-satunya orang yang memahami isi al-Qur'an karena melalui beliau al-Qur'an diturunkan.

Aḥmad Muṣṭafa Al-Marāghiy menyebutkan beberapa penyakit hati yang ada di dalam dada, seperti sombong, syirik, nifak, kedurhakaan, permusuhan, kezhaliman, rasa waswas, gelisah, hawa nafsum keserakahan maupun hasud. Penyakit hati tersebut menurut Abdul Malik Abdul Karim Amrullah dapat berpengaruh pada badan. Misalnya sesak nafas, darah tinggi,

darah rendah, penyakit gula, ataupun koreng. Berikut ini penulis sebutkan penyakit hati yang dapat menimbulkan penyakit jasmani yaitu:

a. Tekanan Batin

Stres merupakan salah satu penyakit hati yang akan menjadikan seseorang merasa tertekan batinnya. Stres mempengaruhi perubahan psikologis yang kondusif untuk perkembangan penyakit. Dengan adanya stres, ketahanan fisik dapat terganggu dan resiko penyakit tertentu bertambah. Stres dapat meningkatkan tekanan darah, detak jantung dan pernafasan meningkat, gula darah naik, tangan berkeringat dan otot menjadi tegang.²⁹

Stres sering kali menjadi kontributor utama dari hipertensi. Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan penyakit yang timbul karena persediaan darah yang melalu pembuluh darah berlebihan, sehingga memberikan tekanan yang lebih pada pembuluh darah tersebut. Peristiwa ini terjadi karena keluaran jantung terlalu tinggi yang memberika tekanan pada dinding arteru ketika aliran darah bertambah. Hipertensi dapat menyebabkan penyakit jantung, gagal ginjal, maupun stroke. Selai itu tekanan batin yang disebabkan stres dapat menimbulkan penyakit perut, karena alat-alat saluran pencernaan mengganggu jalannya makanan.

b. Marah/Emosi

Emosi yang sedang menimpa pada diri seseorang dapat menimbulkan penyakit kulit (neuro dermatitis). Pada saat emosi maka lapisan kulit kedua akan mengalami pengerutan sehingga akan timbul sedikit serum yang dikeluarkan lapisan tipis dari pembuluh kulit tersebut yang apabila hal ini terus berlangsung maka akan timbul warna merah yang lama kelamaan menjadi penyakit kulit yang menjadi neurodermatitis yang gatal dan terasa panas.

²⁹ Aliah B. Purwakanian Hasan, *Pengantar Psikologi Kesehatan Islam*, t.t., hal. 79

Emosi juga dapat menimbulkan kepala menjadi pusing karena pembuluh darah yang letaknya di dalam dan diluar tengkorak sangat perasa terhadap rangsangan emosi. Selain itu, marah juga dapat menyebabkan resiko sakit gusi.³⁰

Reaksi pada tubuh ketika seseorang mengalami emosi, yaitu:

- 1) Peredaran darah : bertambah cepat bila marah.
- 2) Denyut jantung bertambah cepat bila terkejut.
- 3) Pupil mata membesar bila sakit atau marah.
- 4) Liur mengering bila takut atau tegang.
- 5) Pencernaan : diare bila tegang.
- 6) Otot : ketegangan dan ketakuran menyebabkan otot menegang dan bergetar.
- 7) Komposisi darah : komposisi darah akan cepat berubah dalam keadaan emosional karena kelenjar-kelenjar lebih aktif.

Kemarahan terpendam dan rasa permusuhan menyebabkan tingkat tekanan darah menjadi lebih tinggi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ibadah agama dapat menurunkan tekanan darah.

c. Keluh Kesah

Hati yang susah menyebabkan nafas terasa sesak dan segala penyakit badanpun terasa. Dr. Kurt Fisir yang telah dikutip oleh S.S. Djam'an menyelidiki bahwa hati yang remuk redam mengeluh/kesal tersa menderita merana, maka kata ahli bedah benar-benar menemukan belahan halus pada jantungnya.³¹

d. Putus Asa

Dalam Tafsir al-Misbah disebutkan bahwa putus asa merupakan gejala penyakit jiwa yang salah melimpah pada diri seseorang, jiwanya kosong dari rasa nikmat yang telah diberikan Allah setelah nikmat itu

³⁰ Agus N. Cahyo, *Penjelasan-penjelasan Ilmiah Tentang Dahsyatnya Manfaat Ibadah-Ibadah Harian Untuk Kesehatan Jiwa dan Fisik Kita* (Yogyakarta: Diva Press, 2011)., hal. 110

³¹ Hasan, *Pengantar Psikologi Kesehatan Islam.*, hal. 522

dicabut, putus asas ini dapat menyebabkan keluhan pada badan, seperti badan lemah, perasaan lesu, tidak enak makan atau tidak enak tidur.³²

e. Dengki

Dengki merupakan sifat yang ditimbulkan oleh hati seseorang dengan membenci apabila orang lain mendapat kebahagiaan dan berharap kebahagiaan itu hilang darinya. Sifat dengki akan menimbulkan kesedihan berkepanjangan dan membuat yang bersangkutan suka berangan-angan. Dampak buruk sifat dengki terhadap kesehatan tubuh yaitu munculnya reaksi kejiwaan bagi pendengki sebagaimana gangguan pada kelenjar pankreas. Kondisi seperti ini akan menimbulkan rasa sakit pada tubuh dan dapat membuat yang bersangkutan menjadi kurus. Selain itu sifat dengki akan menyebabkan perubahan raut muka dan paling parah adalah memicu penyakit jantung.³³

f. Perasaan waswas

Perasaan waswas menyebabkan hormon adrenalin bekerja mempercepat denyut jantung, menegangkan otot, pernafasan menjadi kencang dan meningkatkan tekanan darah. Apabila keadaan waswas atau takut dialami oleh orang yang sedang menjalani operasi maka hasil operasinya kan kacau. Ia akan mengalami pendarahan hebat, lebih mudah terkena infeksi dan komplikasi dan akan memakan waktu lama untuk sembuh.³⁴

Struktur jasmani merupakan aspek biologis dari struktur kepribadian manusia. Aspek ini diciptakan sebagai wadah atau tempat singgah struktur roh. Struktur jasmani tidak mampu membentuk tinggak laku lahiriah tanpa adanya roh dalam tubuh tersebut.³⁵

³² S. S. Djam'an, *Islam dan Psikosomatik* (Jakarta: Bulan Bintang, 1975)., hal. 102-103

³³ Cahyo, *Penjelasan-penjelasan Ilmiah Tentang Dahsyatnya Manfaat Ibadah-Ibadah Harian Untuk Kesehatan Jiwa dan Fisik Kita.*, hal. 177

³⁴ In'ammuzzahidin Masyhudi dan Nurul Wahyu Arvitasari, *Berdzikir dan Sehat Ala Ustadz H. Hariyono; Menguak Pengobatan Penyakit Dengan Daya Terapi Dzikir* (Semarang: Syifa Press, 2006)., hal. 47

³⁵ Mujib, *Kepribadian dalam Psikologi Islam.*, hal. 113

Ahli psikosomatik Indonesia, Prof. Dr. Aulia yang dikutip oleh Abdul Malik Abdul Karim Amrullah dalam Tafsir Al-Azhar menyatakan:

Apabila seseorang yang sakit benar-benar kembali kepada ajaran agamanya, amat diharap sakitnya akan sembuh. Betapa besar pengaruh ajaran tauhid yang mengandung ikhlas, sabar, ridha, tawakal dan taubat besar pengaruhnya mengobati sakit yang menimpa muslin. Dan tidak lupa untuk berobat melalui sembahyang dan doa.³⁶

Sesungguhnya suatu cara yang lebih tepat untuk merawat kesehatan rohani atau *psikosomatik* adalah dengan meyakini dan mengamalkan ajaran-ajaran agama secara sungguh-sungguh dalam perkataan dan perbuatan karena agamalah yang dapat membimbing dan menuntun manusia ke arah kehidupan sejati dan sejahtera lahir dan batin. Sedangkan Allah tidak menurunkan suatu ajaran tanpa adanya petunjuk baik berupa kitab maupun utusan. Meningat al-Qur'an adalah kitab petunjuk yang dapat menyembuhkan maka di dalamnya terdapat obat yang akan mengarahkan manusia pada hidup yang sehat baik rohani maupun jasmani. Berikut terdapat beberapa cara pengobatan yang disarankan al-Qur'an, yaitu :

1) Sabar

Sabar merupakan sistem mekanisma pertahanan psikologis yang dinamis untuk mengatasi ujian yang dihadapi manusia sebagai khalifah Allah di muka bumi, seperti halnya yang tercantum dalam ayat Q.S. al-Anfal/8: 48³⁷:

وَإِذْ زَيَّنَ لَهُمُ الشَّيْطَانُ أَعْمَالَهُمْ وَقَالَ لَا غَالِبَ لَكُمْ الْيَوْمَ مِنَ النَّاسِ وَإِنِّي جَارٌ لَكُمْ فَلَمَّا تَرَآتِ الْفَيْتِنَ نَكَصَتْ عَلَىٰ عَقِبَيْهِ وَقَالَ إِنِّي بَرِيءٌ مِّنْكُمْ إِنِّي أَرَىٰ مَا لَا تَرَوْنَ إِنِّي أَخَافُ
اللَّهُ وَاللَّهُ شَدِيدُ الْعِقَابِ

³⁶ Amrullah, *Tafsir al-Azhar*, 1980., hal. 4107

³⁷ *al-Qur'an dan Terjemahnya.*, hal. 247

Artinya : *Dan ketika syaitan menjadikan mereka memandang baik pekerjaan mereka dan mengatakan: "Tidak ada seorang manusiapun yang dapat menang terhadapmu pada hari ini, dan sesungguhnya saya ini adalah pelindungmu". Maka tatkala kedua pasukan itu telah dapat saling lihat melihat (berhadapan), syaitan itu balik ke belakang seraya berkata: "Sesungguhnya saya berlepas diri daripada kamu, sesungguhnya saya dapat melihat apa yang kamu sekalian tidak dapat melihat; sesungguhnya saya takut kepada Allah". Dan Allah sangat keras siksa-Nya.*

Orang yang sabar adalah orang yang dapat mengumpulkan dan menghimpun segala sumber daya yang ia miliki dengan menghindarkan dirinya dari keluh kesah, cemas maupun tekanan batin. Dengan sabar maka jiwanya akan kuat dalam menghadapi kesulitan.

2) Şalat

Şalat merupakan hubungan komunikasi dengan Allah sehingga menjadi alat untuk mengungkapkan dan menceritakan perasaan marah dan dapat menenangkan jiwa (relaksasi).³⁸

3) Riđa

Kehidupan manusia ditentukan oleh qada dan qadarnya Allah, jadi sekalipun manusia sudah berusaha sekuat tenaga meraih cita-cita terkadang terbentur oleh realita, gagal dan kecewa yang kemudian akan berkeluh kesah. Dengan riđa maka seseorang akan rela menerima keputusan yang Allah berikan kepada kita. Selain itu kita juga harus tetap berdoa dengan penuh harapan serta keyakinan kalau Allah akan mengabulkan harapan kita.

4) Optimisme

Optimisme merupakan obat dari putus asa yang menimpa seseorang. Sikap putus asa adalah salah satu faktor yang

³⁸ Hasan, *Pengantar Psikologi Kesehatan Islam.*, hal. 522

menyebabkan rusaknya sistem tubuh. Keadaan tubuh baik manakala seseorang dalam kondisi uang bahagia dan harmonis. Sedangkan untuk menciptakan pikiran yang harmonis yaitu dengan optimisme dan pikiran positif terhadap kehidupan. Buah dari sikap optimisme ini adalah keharmonisan, gotong royong, dan kepercayaan serta prasangka-prasangka baik antar sesama. Selain itu obat dari putus asa juga dapat dilakukan dengan bersyukur ketika nikmat datang dan sabar ketika cobaan datang menimpa³⁹. Hal ini dapat dilihat pada Q.S. al-Isrā'/17: 83 :

وَإِذَا أَنْعَمْنَا عَلَى الْإِنْسَانِ أَعْرَضَ وَنَأَى بِجَانِبِهِ وَإِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ كَانَ يُوَسْوِسًا ﴿٨٣﴾

Artinya: *“Dan apabila Kami berikan kesenangan kepada manusia niscaya berpalinglah dia; dan membelakang dengan sikap yang sombong; dan apabila dia ditimpa kesusahan niscaya dia berputus asa”*.

5) Bersyukur

Bersyukur merupakan rasa terimakasih kepada Allah atas apa yang telah diberikan olehnya. Apabila Allah memberi rizki yang lebih maka ia berlaku sombong dan apabila Allah memberikan rizki lebih kepada selainnya maka ia bersifat dengki. Sifat sombong obatnya adalah dengan bacakan ayat-ayat yang dinyatakan kesabaran dan kekuasaan ilahi sehingga diharapkan akan sembuh penyakit sombong itu. Kita akan insyaf bahwa kita adalah makhluk kecil yang berasal dari setitik mani.

Sifat dengki merupakan akibat dari adanya sifat iri kepada orang lain, oleh karena itu kita hendaknya menghiasi diri kita dengan rasa syukur atas apa yang telah Allah berikan kepada kita dan menyadari bahwa Allah memberikan anugerah kepada seseorang dan

³⁹ Abdul Malik Abdul Karim Amrullah, *Tafsir al-Azhar*, vol. 6 (Singapura: Pustaka Nasional Pte ltd., 1999)., hal. 4108

tidak ada seseorang pun yang dapat melanggar dan mencabutnya. Seperti yang telah dituangkan pada Q.S. an-Nisā/4: 32 :⁴⁰

وَلَا تَتَمَنَّوْا مَا فَضَّلَ اللَّهُ بِهِ بَعْضَكُمْ عَلَى بَعْضٍ لِلرِّجَالِ نَصِيبٌ مِّمَّا كَتَبُوا وَلِلنِّسَاءِ
نَصِيبٌ مِّمَّا كَتَبْنَ وَسَأَلُوا اللَّهَ مِنْ فَضْلِهِ إِنَّ اللَّهَ كَانَ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمًا

Artinya : *Janganlah kamu berangan-angan (iri hati) terhadap apa yang telah dilebihkan Allah kepada sebagian kamu atas sebagian yang lain. Bagi laki-laki ada bagian dari apa yang mereka usahakan dan bagi perempuan (pun) ada bagian dari apa yang mereka usahakan. Mohonlah kepada Allah sebagian dari karunia-Nya. Sesungguhnya Allah adalah Maha Mengetahui segala sesuatu.*

Jadi kita harus berbuat sebaik-baiknya dan berdoa kepada Allah agar Allah memberi kita dari kekayaan-Nya yang kekal, agar kesulitan-kesulitan kita menjadi kemudahan dan membawa kita lebih dekat pada berbagi tujuan dan harapan kita.⁴¹

6) Keteguhan Hati

Keteguhan hati merupakan sikap keyakinan diri seseorang atas pertolongan Allah. Keteguhan hati sangatlah penting bagi seseorang yang hatinya merasa waswas agar dalam menjalani hidupnya ia selalu dalam keadaan tenang. Perasaan waswas adakalanya disebabkan oleh kesalahan-kesalahan yang sudah dilakukan sehingga merasa bersalah besar, jiwa menjadi lemah, terasa gelap sehingga berpikir tidak akan memperoleh kebahagiaan lagi karena penuh bayangan jurang-jurang siksa yang mengancam.⁴²

E. Simpulan

Berdasarkan hasil pembahasan yang telah dibahas maka dapat diambil beberapa kesimpulan untuk menjawab rumusan masalah. Adapun kesimpulan dalam skripsi ini adalah sebagai berikut:

⁴⁰ *al-Qur'an dan Terjemahnya.*, hal. 108

⁴¹ Syiid Mujtaba Musavi Lari, *Psikologi Islam*, (Pustaka Hidayah, t.t.), hal. 85

⁴² Alhafidz, *Fikih Kesehatan.*, hal. 11

1. Bagaimana pandangan tafsir tematik dalam menafsirkan ayat-ayat *Syifā'* dalam al-Qur'an? Disini menafsirkan makna ayat-ayat *syifā'* dalam al-Qur'an tersebut menjadi 2 dilihat dari *asbabun nuzul* dan keadaan-keadaan pada masa itu. *Pertama: syifā'* bagi orang-orang yang beriman. *Kedua: syifā'* bagi manusia.
2. Bagaimana penafsiran ayat *syifā'* terhadap kesehatan jasmani? Al-Qur'an memang bukanlah sebagai buku kesehatan, akan tetapi al-Qur'an merupakan kitab petunjuk bagi manusia agar selamat baik dunia dan akhirat. Walaupun demikian di dalam al-Qur'an terdapat beberapa ayat yang menyebutkan bahwa al-Qur'an adalah obat penawar (*syifā'*) dan rahmat bagi orang-orang yang beriman. Berdasarkan analisis dari beberapa kitab tafsir yang penulis gunakan, maka terdapat alasan al-Qur'an dikatakan sebagai media penyembuhan, di antaranya:
 - a. Al-Qur'an sebagai kitab petunjuk.
 - b. Al-Qur'an memuat berbagai informasi tentang obat bagi manusia.
 - c. Memenuhi prinsip-prinsip pengobatan.
 - d. Al-Qur'an memenuhi kaidah-kaidah pengobatan.

Daftar Pustaka

- Adz-Dzaky, M. Hamdani. *Konseling dan Psikoterapi Islam*. Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2004.
- Alhafidz, Ahsin W. *Fikih Kesehatan*. Jakarta: Amzah, 2007.
- Amrullah, Abdul Malik Abdul Karim. *Tafsir al-Azhar*. Juzu' X. Jakarta: Yayasan Nurul Islam, 1980.
- . *Tafsir al-Azhar*. Vol. 6. Singapura: Pustaka Nasional Pte ltd, 1999.
- Cahyo, Agus N. *Penjelasan-penjelasan Ilmiah Tentang Dahsyatnya Manfaat Ibadah-Ibadah Harian Untuk Kesehatan Jiwa dan Fisik Kita*. Yogyakarta: Diva Press, 2011.
- Departemen Agama Republik Indonesia, *al-Qur'an dan Terjemahnya*. Semarang: Toha Putra, 2002.
- Djam'an, S. S. *Islam dan Psikosomatik*. Jakarta: Bulan Bintang, 1975.
- Fuad, Muhammad, dan Abdul Baqi. *al-Mu'jam al-Mufahrasli al-Fadz al-Qur'an al-Karim*. Mesir: Dar al-Kutub, 1945.
- Hasan, Aliah B. Purwakania. *Pengantar Psikologi Kesehatan Islam*, t.t.
- Jauziyah, Ibnu Qayyim al-. *Metode Pengobatan Nabi SAW, Terj. Abu Umar Basyier alMaidani*. Jakarta: Griya Ilmu, 2007.

- Lari, Syyid Mujtaba Musavi. *Psikologi Islam*. Pustaka Hidayah, t.t.
- Marā ghiy, Mushthafa al-. *Tafsir al-Marā ghiy*. Terj. Hery Noer Aly, K. Anshori Umar Sitanggal dan Bahrūn Abu Bakar. Juz XI. Semarang: Toha Putra, 1987.
- Masyhudi, In'ammuzzahidin, dan Nurul Wahyu Arvitasari. *Berdzikir dan Sehat Ala Ustadz H. Hariyono; Mengungkap Pengobatan Penyakit Dengan Daya Terapi Dzikir*. Semarang: Syifa Press, 2006.
- Muhadi, dan Muadzin. *Semua Penyakit Ada Obatnya; Menyembuhkan Penyakit Ala Rasulullah*. Jakarta: Mutiara Media, 2009.
- Mujib, Abdul. *Kepribadian dalam Psikologi Islam*. Jakarta: Rajagrafindo Persada, 2006.
- Munawwir, Achmad Warson, dan Muhammad Fairuz. *al-Munawwir; Kamus Arab Indonesia*. Yogyakarta, 1984.
- Pedak, Mustamir. *Qur'anic Super Healing*, t.t.
- . *Rahasia Energi Ibadah Untuk Penyembuhan*. Yogyakarta: Lingkaran, 2007.
- Qindil, Abdul Mun'im. *al-Qur'an Obat Paling Dahsyat; Mengungkap Secara Medis Keajaiban Kesehatan & Pengobatan al-Qur'an*. Pasuruan: Hilal Pustaka, 1429.
- Rahman, Afzalur. *al-Qur'an Sumber Ilmu Pengetahuan*. Jakarta: Rineka Cipta, 1992.
- Saleh, Arman Yurisaldi. *Berdzikir Untuk Kesehatan Salaf*. Jakarta: Zaman, 2010.
- Shihab, M. Quraish. *Tafsir al-Misbah*. Vol. 7. Jakarta: Lentera Hati, 2002.
- . *Tafsir al-Misbah*. Vol. 6. Jakarta: Lentera Hati, 2002.
- . *Tafsir al-Misbah*. Vol. 5. Jakarta: Lentera Hati, 2002.
- . *Tafsir al-Misbah*. Vol. 10. Jakarta: Lentera Hati, 2002.
- Sholeh, Muh., dan Imam Musbikin. *Agama Sebagai Terapi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2005.
- Tim Penyusun Kamus Pusat Bahasa. *Kamus Besar Bahasa Indonesia Edisi Keempat*. Jakarta: Balai Pustaka, 2005.
- Widoyoko, Azis C. *Hindari Ketergantungan Obat*. Yogyakarta: ar-Ruzz Media, 2006.