

Ns. Aris Setyawan S.Kep., MHPE.



CUPPING FOR NURSING

Tinjauan Syar'iyah dan Ilmiah



BUKU AJAR KEPERAWATAN KOMPLEMENTER

CUPPING FOR NURSING

Tinjauan Syar'iyah dan Ilmiah

UU No 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta

Fungsi dan Sifat Hak Cipta Pasal 4

Hak Cipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 3 huruf a merupakan hak eksklusif yang terdiri atas hak moral dan hak ekonomi.

Pembatasan Pelindungan Pasal 26

Ketentuan sebagaimana dimaksud dalam Pasal 23, Pasal 24, dan Pasal 25 tidak berlaku terhadap:

- i. penggunaan kutipan singkat Ciptaan dan/atau produk Hak Terkait untuk pelaporan peristiwa aktual yang ditujukan hanya untuk keperluan penyediaan informasi aktual;
- ii. penggandaan Ciptaan dan/atau produk Hak Terkait hanya untuk kepentingan penelitian ilmu pengetahuan;
- iii. penggandaan Ciptaan dan/atau produk Hak Terkait hanya untuk keperluan pengajaran, kecuali pertunjukan dan Fonogram yang telah dilakukan Pengumuman sebagai bahan ajar; dan
- iv. penggunaan untuk kepentingan pendidikan dan pengembangan ilmu pengetahuan yang memungkinkan suatu Ciptaan dan/atau produk Hak Terkait dapat digunakan tanpa izin Pelaku Pertunjukan, Produser Fonogram, atau Lembaga Penyiaran.

Sanksi Pelanggaran Pasal 113

1. Setiap orang yang dengan tanpa hak melakukan pelanggaran hak ekonomi sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf i untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 1 (satu) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp100.000.000,00 (seratus juta rupiah).
2. Setiap orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf c, huruf d, huruf f, dan/atau huruf h untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 3 (tiga) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp500.000.000,00 (lima ratus juta rupiah).

BUKU AJAR KEPERAWATAN KOMPLEMENTER

CUPPING FOR NURSING *Tinjauan Syar'iyah dan Ilmiah*

Ns. Aris Setyawan, S.Kep., MHPE.



YAYASAN PENDIDIKAN
CENDEKIA MUSLIM

CUPPING FOR NURSING
Tinjauan Syar'iyah dan Ilmiah

Ns. Aris Setyawan, S.Kep., MHPE.

Editor:
Novia Mayang Pratama

Desainer:
Mifta Ardila

Sumber:

Penata Letak:
Novia Mayang Pratama

Proofreader:
Tim YPCM

Ukuran:
xii, 172 hlm., 17,6x25 cm

ISBN:
978-623-5995-15-1

Cetakan Pertama:
April 2022

Hak Cipta 2022, pada **Ns. Aris Setyawan, S.Kep., MHPE.**

Isi di luar tanggung jawab percetakan

Hak cipta dilindungi undang-undang
Dilarang keras menerjemahkan, memfotokopi, atau
memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini
tanpa izin tertulis dari Penerbit.

Anggota Luar Biasa IKAPI: 027/SBA/21
YAYASAN PENDIDIKAN CENDEKIA MUSLIM

Perumahan Gardena Maisa 2, Blok C.12, Koto Baru, Kecamatan Kubung,
Kabupaten Solok, Provinsi Sumatera Barat - Indonesia 27361
HP/WA: 0823-9205-6884
Website: www.cendekiamuslim.com
E-mail: cendekiamuslimpress@gmail.com

Daftar Isi

PRAKATA

ix

BAB 1 SEJARAH PERADABAN KEDOKTERAN ISLAM	1
BAB 2 SEJARAH KEPERAWATAN ISLAM	5
A. Kisah Perawat Pertama dalam Sejarah Islam	5
B. Kontribusi Rufaidah Al Aslamiyah dalam Keperawatan	7
C. Profesiku Jalan Dakwahku	14
BAB 3 KONSEP SEHAT SAKIT DALAM ISLAM	17
A. Hakikat Sehat dalam Islam	17
B. Mensyukuri Nikmat Terbaiknya	18
C. Macam Macam Penyakit	21
D. Hakikat Sakit dalam Islam	24
E. Meraup Pahala Saat Sakit	27
F. Menata Hati Saat Sakit	34
G. Hukum Berobat	39
H. Kesalahan dalam Berobat	42
BAB 4 PROSES KEPERAWATAN	45
A. Assessment	46
B. Diagnosis	49
C. Intervensi	50
BAB 5 EVIDANCE BASED BEKAM UNTUK DIAGNOSIS KEPERAWATAN	53
1. Bersihan Jalan Napas Tidak Efektif	54
2. Perfusi Perifer Tidak Efektif, Risiko Perfusi Renal Tidak Efektif, Resiko Perfusi Cerebral Tidak Efektif	55
3. Gangguan Pola Tidur	58
4. Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah	59
5. Keletihan	60
6. Gangguan Memori	62
7. Disfungsi Seksual	63
8. Nausea	65

9. Nyeri Akut dan Nyeri Kronis	66
10. Ansietas	69
11. Distres Spiritual	71
12. Gangguan Integritas Kulit/Jaringan	73
BAB 6 SEJARAH PERKEMBANGAN BEKAM	75
A. Bekam	75
B. Sejarah Bekam	76
C. Klasifikasi Bekam	79
BAB 7 TINJAUAN SYAR'İYAH BEKAM	83
A. Hadits Tentang Bekam	84
B. Bekam dan Puasa	86
C. Upah Bekam	87
D. Bekam dan Racun	89
BAB 8 KEUTAMAAN BEKAM DAN WAKTU BERBEKAM	91
A. Keutamaan Bekam	91
B. Waktu Berbekam Tinjauan Ilmiah	95
C. Grade Waktu Berbekam	97
BAB 9 ANATOMI FISILOGI DAN MEKANISME BEKAM	99
A. Anatomi Kulit	99
B. Efek Bekam Terhadap Fungsi Kulit	102
C. Mekanisme Bekam Berdasar Prosesnya	104
D. Teori Bekam	107
BAB 10 MENENTUKAN TITIK BEKAM	117
A. Titik Bekam	117
B. Peta Titik Bekam Nabawi	123
C. Peta Titik Anatomi Organ	124
BAB 11 KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA PADA TERAPI BEKAM	125
A. Menjaga Keamanan dan Kualitas Bekam	125
B. Kontraindikasi Bekam	132
BAB 12 PERLENGKAPAN PRAKTIK BEKAM	135
A. Peralatan Bekam	135
B. Bahan Habis Pakai (BHP) Bekam	139
C. Alat Pelindung Diri (APD)	140

BAB 13 TATA LAKSANA BEKAM DALAM KEPERAWATAN	143
A. Pra Interaksi	143
B. Interaksi	146
C. Tahap Kerja	147
D. Tahap Terminasi	149
E. Monitoring dan Edukasi	149
BAB 14 STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR BEKAM PERKUMPULAN BEKAM INDONESIA (PBI)	151
1. Persiapan Proses Bekam	152
2. Proses Penyiapan Kulit Area Bekam dengan Zaitun	153
3. Teknik Pembekaman	153
4. Teknik Perlukaan	153
5. Teknik Pembersihan Darah	153
6. Tahap Akhir Proses Bekam	154
BAB 15 TATA LAKSANA KEGAWATDARURATAN BEKAM	155
 DAFTAR PUSTAKA	 161
PROFIL PENULIS	171

Prakata

Assalamu'alaikum wr. wb.

Alhamdulillah puji syukur kepada Allah ﷻ yang masih memberikan kesempatan kepada kita untuk merasakan atas nikmat-nikmat terbaiknya, salah satunya adalah nikmat sehat. Nikmat sehat adalah nikmat terbaik setelah nikmat Islam. Bahkan Imam Syafi'i pernah berkata "Saya tidak mengetahui sebuah ilmu setelah ilmu halal dan haram yang lebih berharga yaitu ilmu Kedokteran". Maka menjadi sebuah keutamaan bagi kita untuk menjaga kesehatan dan mempelajari ilmu Kesehatan. Inilah bentuk ketaatan kita kepada Sang Maha Hidup Allah ﷻ. Sebuah keberuntungan jika saat ini kita menjadi bagian dari orang-orang yang diberi kesempatan untuk mempelajari ilmu Kesehatan dan berprofesi sebagai tenaga kesehatan. Menjadi tenaga kesehatan yang profesional merupakan salah satu bentuk ibadah kita kepada Allah ﷻ.

Profesi perawat dapat dijadikan sebagai media dakwah. Hal ini di contohkan oleh perawat pertama yaitu Rufaidah Al Aslamiyah. Rufaidah adalah seorang perawat yang hidup di dua zaman yaitu zaman jahiliyah dan zaman Islam. Saat menjalankan praktiknya sebagai perawat ia selalu memberikan edukasi nilai-nilai Islam kepada para pasiennya. Sebelum masuk Islam, Rufaidah selalu memberikan jampi-jampi atau mantra-mantra kepada pasiennya, namun setelah masuk Islam ia

mengganti jampi-jampi dengan doa-doa yang diajarkan Rasulullah

ﷺ.

Islam sangat berkontribusi dalam praktik keperawatan saat itu, dua hal yang menjadi dasar perubahan praktik keperawatan saat itu adalah kebersihan dan kesyirikan. Sebelum masuk Islam, Rufaidah tidak memperhatikan kebersihan dari tempat praktiknya, sehingga nampak kumuh dan kotor, tentunya hal ini membuat pasien tidak nyaman. Setelah masuk Islam, ia menyadari pentingnya kebersihan karena Islam mengajarkan kebersihan. Baik kebersihan diri, kebersihan tempat praktik dan kebersihan saat melakukan tindakan. Hal kedua yaitu kesyirikan. Sebelum masuk Islam ia selalu memberikan jampi jampi saat mengobati pasien. Namun setelah masuk Islam, jampi-jampi ia tinggalkan dan menggantinya dengan doa-doa yang diajarkan oleh Rasulullah ﷺ.

Namun, nampaknya sejarah terulang kembali, dulu jampi-jampi dilafalkan secara jelas, tapi saat ini jampi-jampi sudah bertransformasi dan dibingkai seolah-olah ilmiah. Misalnya memberikan sugesti kepada pasien bahwa tubuhnya mampu menyembuhkan dirinya sendiri, hanya butuh yakin saja. Atau menyakini bahwa obat yang diberikan akan mampu menyembuhkannya. Keadaan ini memberi kesempatan kepada kita untuk turut mengulang sejarah, yaitu menjadikan profesi perawat sebagai jalan dakwah, seperti yg dulu telah dilakukan oleh Rufaidah. Hal sederhana yang mungkin bisa kita lakukan adalah dengan mengajak pasien berdoa sebelum kita berikan intervensi keperawatan dan

mengajak pasien untuk yakin bahwa kesembuhan hanya dari Allah ﷻ bukan dari obat, perawat atau dokter.

Menjadikan profesi perawat sebagai jalan dakwah tentunya bukan hanya semata-mata fokus ibadah untuk dirinya sendiri seperti sholat, puasa, tilawah, dll. Namun harusnya turut menjaga pasien agar selama sakit tetap dekat dan taat kepada Allah, menjaga hatinya agar tetap bersih (Qolbun salim) karena itulah yang dibutuhkan seorang hamba saat bertemu Rabb-Nya. Dengan demikian inilah peran kita dalam menjadikan **Profesiku Jalan Dakwahku**.

Yogyakarta,

Aris Setyawan



Bab 1

Sejarah Peradaban Kedokteran Islam

Allah ﷻ menciptakan manusia dengan sebaik baiknya bentuk, penuh kesempurnaan dan keseimbangan. Inilah fitrah yang sudah seyogyanya wajib dijaga oleh manusia. Kesempurnaan dan keseimbangan yang bersinergi akan membentuk sebuah kondisi sehat.

Manusia dibekali Allah ﷻ dengan akal yang menjadikan manusia akan terus berfikir dan bertanya tentang ilmu ilmu yang telah Allah ﷻ hamparkan didunia ini, sehingga manusia akan menjadi hamba yang ulil albab. Dalam upaya menjaga fitrah manusia (sempurna dan seimbang) Allah ﷻ turunkan sebuah ilmu yaitu ilmu pengobatan. Ilmu pengobatan merupakan sebuah ilmu yang utama setelah ilmu Islam. Bahkan Imam Syafi'i pernah berkata "Saya tidak mengetahui sebuah ilmu setelah ilmu halal dan haram yang lebih berharga yaitu ilmu

pengobatan”¹. Ilmu pengobatan menurut Khoththobi ada dua, ia berkata “Pengobatan ada dua jenis. Pertama, pengobatan Yunani yang berdasarkan analogi, dan yang kedua, pengobatan arab dan india yang berdasarkan eksperimen.”

Saat ini banyak jenis pengobatan yang berkembang, namun pengobatan yang paling benar adalah pengobatan yang didasarkan dari wahyu yang diturunkan langsung oleh “Sang Tabib” Allah ﷻ kepada Uswah Hasanah Nabiullah Muhammad ﷺ. Maka dari beliau kita belajar bahwa tiada kesembuhan selain kesembuhannya, “Sang Tabib” Allah ﷻ. Nabi ﷺ pernah bersabda tentang orang yang berkata, “Aku seorang Tabib.” Kemudian beliau bersabda, “Allahlah Tabib, tetapi engkau adalah seorang rofiq (kawan), Tabibnya adalah yang menciptakannya.”²

Ilmu pengobatan merupakan sebuah sebab kesembuhan, dan kita sebagai manusia diperintahkan untuk mengupayakan sebab-sebab tersebut, namun perlu diyakini bahwa sebab terbaik bagi kesembuhan adalah yang berdasarkan wahyu dari langit, inilah yang dikenal dengan pengobatan nabi (At Thibb Nabawi atau Prophetic Medicine). Thibbun Nabawi sebenarnya merupakan perpaduan berbagai disiplin ilmu kedokteran yang dikembangkan umat Islam ke seluruh dunia, dari Arab dan menembus belahan eropa yang saat itu masih gelap gulita jauh dari cahaya ilmu pengetahuan.

¹ Imam Fakhruddin Ar-Razi, *Manaqib Imam Asy-Syafi'i* (Pustaka Al-Kautsar, 2017).

² Aiman bin'Abdul Fattah, 'Keajaiban Thibbun Nabawi: Bukti Ilmiah dan Rahasia Kesembuhan dalam Metode Pengobatan Nabawi [The Wonder of the Prophet's Medicine: Scientific Evidence and the Recuperative Secrets in the Prophet's Medicinal Methods]', *Al-Qowam, Solo*, 2005.

Ilmu kedokteran tentunya sudah ada sejak ribuan tahun yang lalu, bahkan sebelum Islam dan diutusnya Nabi Muhammad ﷺ sebagai Rasul di bumi. Namun perkembangan ilmu kedokteran hingga saat ini tidak terlepas dari kontribusi dokter dan para ilmuwan muslim. Dokter dan ilmuwan muslim terdahulu meletakkan ilmu kedokteran dengan nilai nilai ilahiyah dalam bingkai Al-Quran dan Al-Hadits.

Diantara dokter dan ilmuwan muslim yang turut berkontribusi yaitu Sahl bin Robban Ath-Thobari (785-861 M). Ia berkontribusi dalam mengintegrasikan ilmu kedokteran Yunani, Mesir, India, dan Persia. Salah satu muridnya yang juga banyak berkontribusi ialah Abu Bakar Ar Rozi (854-932 M). Ia banyak menulis buku kedokteran yang dijadikan rujukan para dokter di seluruh eropa pada saat itu. Berikutnya adalah Ibnu Sina (980-1037 M) yang kecerdasanya dianggap sejajar dengan aristoteles dan Namanya masih terkenal hingga saat ini. Karya terbaiknya adalah Al Qonun fi th-Thib (Canon Medicine), yang dianggap sejajar dengan injil di eropa. Sedangkan Az Zahrowi (936-1013 M) dianggap sebagai bapak kedokteran bedah, karena karya karyanya dalam kedokteran bedah yang dijadikan rujukan selama lima abad. Kemudian kedokteran jiwa dikembangkan oleh Ibnu Maimun (1134-1204 M), kedokteran herbal oleh Ibnu Al Bithar (1197-1240 M), dan Ibnu Qoyyim Al Jauziyyah (128-1372 M) yang karyanya masih dikenal hingga saat ini dan menjadi rujukan Thibbun Nabawi.

Kedokteran Islam saat itu mampu menguasai dunia, hal ini tidak terlepas dari kegigihan pada dokter muslim terdahulu. Namun seiring kekalahan Islam, musuh musuh Islam mulai memisahkan kedokteran

yang berlandaskan nilai ilahi dan menggantinya dengan kurikulum kedokteran mereka. Mereka juga banyak menghapus nama nama dokter muslim dari literatur, sehingga umat Islam saat ini tidak banyak mengenal sejarah tentang kedokteran Islam. Kurikulum Pendidikan kedokteran inilah yang digunakan hingga saat ini. Memang inilah tujuan mereka untuk menjauhkan kaum muslimin dari penguasaan teknologi kedokteran ³. Maka sebagai seorang muslim, sudah seyogyanya kita untuk mencari kebenaran sejarah dengan mempelajari kitab kitab pengobatan yang telah ditulis oleh dokter dan ilmuan muslim terdahulu.

³ Pengantar dr. Wadda' Umar dalam buku Aiman bin Abdul Fattah.



Bab 2

Sejarah Keperawatan Islam

A. KISAH PERAWAT PERTAMA DALAM SEJARAH ISLAM

Selain ilmu kedokteran, ilmu keperawatan juga merupakan ilmu yang penting untuk dipelajari. Dokter dan perawat merupakan dua profesi yang tak terpisahkan, keduanya akan saling berkolaborasi dalam mengupayakan sebab-sebab kesembuhan. Profesi perawat sebenarnya sudah ada sejak zaman pra Islam yaitu zaman jahiliyah, meskipun tidak secara jelas disebut sebagai "Perawat". Karena memang tidak ada yang membedakan antara dokter dan perawat saat itu, keduanya melakukan hal yang sama, sehingga saat itu tidak ada klasifikasi yang jelas antara dokter dan perawat. Namun apa yang dilakukan oleh Rufaidah saat itu lebih mencerminkan tugas seorang perawat.

Seorang Wanita yang menjadi pionir perkembangan keperawatan ialah Koaiba Binti Said Al-Asalmiya, yang lebih dikenal sebagai Rufaidah Al-Aslamiya. Rufaidah dalam bahasa Arab berarti 'wanita

yang memberikan dan menyediakan bantuan untuk orang lain ⁴. Ia dianggap sebagai mukhadram karena hidup di dua zaman, yaitu zaman jahiliyah dan Islam. Rufaidah merupakan anak dari seorang dokter terkemuka di Madinah, yaitu Sa'ad Al-Aslami.

Ayahnya adalah seorang tabib terkemuka, bahkan seorang pimpinan atau imam para tabib di kalangan masyarakat kota Madinah. Ayahnya juga dikenal memiliki kemampuan pengobatan yang terkenal di seluruh jazirah Arab. Bahkan, masyarakatnya mengklaim bahwa ayahnya dapat menjadi perantara dalam menyembuhkan penyakit melalui doa-doa dan jimat yang ia miliki ⁵.

Rufaidah belajar ilmu pengobatan dari ayahnya yang seorang tabib atau dokter. Ilmu pengobatan sudah melekat dalam dirinya sejak kecil, karena sering diminta ayahnya untuk menjadi asisten saat mengobati klien. Saat dewasa, Rufaidah diberikan kepercayaan dan tanggung jawab oleh ayahnya untuk merawat klien secara mandiri, sehingga ia menjadi semakin terlatih, mandiri, cekatan, dan ulet saat melakukan perawatan. Sejak saat itu ia mendedikasikan diri untuk menjadi seorang perawat, hingga Islam masuk ke madinah dan ia termasuk kaum ansor (golongan yang masuk Islam pertama kali di madinah). Banyak kontribusi yang diberikan Rufaidah dalam perkembangan ilmu keperawatan, sehingga sejarah mencatatnya sebagai perawat wanita pertama dalam sejarah Islam atau dikenal

⁴ Mohammed Almalki, Gerard FitzGerald, and Michele Clark, 'The Nursing Profession in Saudi Arabia: An Overview', *International Nursing Review*, 58.3 (2011), 304–11.

⁵ Sandra Lovering, 'Arab Muslim Nurses Experiences of the Meaning of Caring', 2008.

sebagai Mummaridah al-Islam al-Ula (Perawat Wanita Pertama dalam Sejarah Islam).

B. KONTRIBUSI RUFAIDAH AI ASLAMIYAH DALAM KEPERAWATAN

Rufaidah Al Aslamiyah memiliki banyak kontribusi dalam perkembangan ilmu keperawatan. Ia memiliki kontribusi sejak zaman pra Islam dan zaman perjuangan Islam.

1. Zaman pra Islam

Rufaidah lahir di Yathrib, dan sudah memulai profesi sebagai seorang perawat sebelum Nabi Muhammad hijrah ke madinah. Dengan kata lain, Rufaidah sudah memulai merawat sebelum mengenal Islam. Ia dan ayahnya banyak memberikan kontribusi dalam pengobatan di madinah saat itu.

Ilmu kedokteran di Arab Saudi saat masa pra Islam dengan menggunakan dua pendekatan yaitu kedokteran arab kuno (Ancient Arabic Medicine) dan pendekatan dari persia dan mesopotania (Ilmu kedokteran yang bersumber dari Hiporcrates dan Gallen). Pengobatan arab kuno (Ancient Arabic Medicine) dengan memanfaatkan hewan dan tumbuhan yang ada di sekitar mereka seperti: jinten hitam, bunga Memecylon, truffe gurun, air kencing unta, empedu hewan buas, susu keledai betina, dan lemak cair dari ekor domba ⁶. Selain itu, para Wanita

⁶ A H Saputra, A Kusdiana, and T Rahmatillah, 'Rufaidah Al-Aslamiyah: Perawat Pertama Di Dunia Islam (Abad 6-7 M.). Historia Madania: Jurnal Ilmu Sejarah, 4 (1), 1–30', 2020.

tetua suku badui sering menambahkan mantra mantra dalam setiap pengobatan. Sehingga kedokteran arab kuno saat itu tidak terlepas dari unsur kesyirikan. Jampi dan mantra dulu juga digunakan oleh Rufaidah dan ayahya dalam mengobati klien sebelum mengenal Islam. Selain itu, mereka telah mengembangkan teknik pengobatan seperti: teknik venesection, kauterisasi, dan bekam.

Rufaidah berperan menjadi asisten ayahnya, ia membantu menyiapkan klien sebelum mendapatkan pengobatan. Namun sesekali ia juga membantu dalam memberikan pengobatan dalam kondisi kegawatan.

Sebelum masuk Islam, ia memberikan perawatan pada klien laki laki dan perempuan. Selain itu ia juga tidak memperhatikan kebersihan dari tempat praktiknya, sehingga nampak kumuh dan kotor, tentunya hal ini membuat klien tidak nyaman. Ia juga selalu memberikan jampi jampi saat mengobati klien.

2. Zaman Islam

Ketika Islam masuk ke Madinah pada abad ketujuh, Rufaidah telah menjadi mukhalaf dan berhasil menggabungkan keilmuannya dalam bidang keperawatan dengan ajaran Islam. Mulai sejak itu ia mengabdikan dirinya menjadi perawat muslim dan turut berjuang dalam kejayaan Islam.

Keperawatan dalam Islam merupakan sebuah pengabdian dan pelayanan kepada manusia serta bentuk ibadah kepada

Allah. Sehingga etos bertindak sebagai fundamental yang menjadi faktor motivasi bagi Rufaidah dan perawat Islam.

Rufaidah mencontohkan semua atribut yang diharapkan dari seorang perawat yang baik. Kemampuannya dengan kepribadian karismatik, kepedulian, kebaikan, empati, dan pengetahuan klinis dan medis yang sangat baik membuktikan bahwa seorang wanita dari Islam bisa berkontribusi pada sains dan teknologi pada rentang yang cukup besar di luar rumah. Kepedulian atau caring yang menjadi dasar keperawatan saat ini sebenarnya sudah dilakukan oleh Rufaidah sejak dulu.

Caring dalam Islam, lebih dari empati, cenderung menawarkan klien untuk merasakan manfaatnya tanpa memandang jenis kelamin, etnis, dan latar belakang budaya, sosial, dan ekonomi ⁷.

Rufaidah adalah pemimpin dan perintis perawat pertama dalam Islam. Sebagai seorang perawat muslim ia memiliki banyak kontribusi dalam perkembangan keperawatan Islam. Kontribusi yang diberikan mulai dari sebelum perang, saat perang, dan setelah perang.

Sebelum perang, Rufaidah berperan dalam menggabungkan keilmuannya di bidang keperawatan dengan ajaran Islam. Sebagai contoh, dalam Islam mengajarkan kebersihan, maka Rufaidah menerapkan aspek kebersihan dalam praktik

⁷ Fariba Taleghani and others, 'Nursing in Islamic Thought: Reflection on Application Nursing Metaparadigm Concept: A Philosophical Inquiry', *Iranian Journal of Nursing and Midwifery Research*, 18.4 (2013), 272.

keperawatan. Baik kebersihan diri, kebersihan tempat praktik, dan kebersihan saat melakukan tindakan. Selain itu Islam juga mengajarkan doa, maka ia gunakan doa-doa yang diajarkan Rasulullah untuk menggantikan jampi-jampi dan jimat yang selama ini diberikan kepada klien. Karena dalam Islam, jampi dan jimat merupakan bentuk kesyirikan.

Setiap melakukan Tindakan keperawatan, diiringi dengan dakwah tentang ajaran Islam, dan mengajak klien untuk berdoa memohon perlindungan dan kesembuhan dari Allah. Selain itu, ia juga berperan dalam melatih wanita untuk menjadi perawat yang memberikan perawatan kesehatan, pendidikan kesehatan, dan dukungan sosial kepada komunitasnya^{8 9}. Ia juga dipercaya untuk mendidikan sekolah perawat pertama di masa Islam untuk para wanita. Perawat wanita periode awal Islam ini dikenal sebagai "Al-Asiyah" dari kata kerja "aasa" yang berarti menyembuhkan luka¹⁰. Perawat Wanita periode awal diantaranya yaitu Nusaibah binti Kaab Al mazenya, Om Saleem Hind, Om Senan Al Aslameya, Om Ayman, Aminah binti Qyas Al Gafarya, Om 'Atiyyah Al Ansariyat, Om Matawea Al Aslameya, Om Wareka Bint Hareth, Al Rabi binti Maaaz, and Nusaibah binti Al Harith Al Ansariyyah. Mereka memiliki kontribusi yang besar

⁸ Almalki, FitzGerald, and Clark.

⁹ Mohammed S Alshmemri and Pushpamala Ramaiah, 'HISTORICAL PERSPECTIVES: NURSING PRACTICE AND EVOLUTION', *International Journal of Modern Agriculture*, 10.2 (2021), 1898–1904.

¹⁰ Gail Tumulty, 'Professional Development of Nursing in Saudi Arabia', *Journal of Nursing Scholarship*, 33.3 (2001), 285–90.

dalam keperawatan islam dan juga ikut berperang Bersama Rasulullah.

Saat peperangan Islam berlangsung sekitar tahun 623 - 630 M, Rufaidah dan kelompok Al-Asiyah meminta izin pada Rasulullah, ia berkata "Ya Rasulullah, kami ingin pergi keluar bersama Engkau untuk perang dan merawat yang telah terluka dan menolong para muslim semampu kami."

Rasulullah memberikan mereka izin untuk pergi ¹¹. Rufaidah hadir di banyak perang Islam, seperti perang Badar, Uhud, Khandaq, dan Khaibar, dia memberikan perawatan primer kepada tentara muslim. Perawatan yang dia berikan termasuk pertolongan pertama, perawatan luka, penanganan perdarahan, dan dukungan emosional ¹². Selain itu, ia juga mendirikan rumah sakit lapangan untuk merawat para mujahid yang terluka. Inilah konsep rumah sakit palang merah pertama yang dibangun oleh Rufaidah dalam sejarah manusia. Rumah sakit ini didirikan di samping masjid Nabawi dan dikelola oleh tenaga medis yang terlatih salah satunya adalah kelompok al asiyah.

Rumah sakit ini kemudian dikenal dengan nama Khaimah Rufaidah (Tenda Rufaidah) yang kemudian menjadi latar belakang penyebutan Rufaidah sebagai Mummaridah al-Islam al-Ula (Perawat Wanita Pertama dalam Sejarah Islam) ¹³. Rasulullah pun

¹¹ Saputra, Kusdiana, and Rahmatillah.

¹² Alshmemri and Ramaiah.

¹³ Ahmad Syauqi al-Fanjari, 'Rufaidah: Kisah Perawat Wanita Pertama Dalam Sejarah Islam, Terj', M. Halabi Hamdy. Yogyakarta: Navila, 2010.

memerintahkan kepada para sahabat dan mujahid yang terluka untuk dating ke tenda Rufaidah.

Ketika Sa'ad bin Mu'adz ra terluka dalam perang, Nabi Muhammad ﷺ menginstruksikan, "Bawa dia ke tenda Rufaidah, di sana cukup dekat bagi saya untuk mengunjunginya". Rufaidah dan dia tim merawatnya dengan hati-hati, melepaskan panah dari dadanya, membalutnya, dan bahkan merawatnya dengan baik. Nabi ﷺ bertemu Sa'ad di tenda rumah sakit beberapa kali sehari ¹⁴.

Sa'ad bin Muadz merupakan salah satu sahabat nabi, ia adalah pemimpin penduduk suku aus di madinah. Sa'ad selalu membela Nabi dalam menegakan ajaran Islam, bahkan sampai mati syahid karena luka yang diterimanya saat perang khandaq. Ia terkena anak panah yang dilepaskan oleh kaum musyrik yang bernama Hiban bin al-'Araqah. Darah menyembur dari pembuluh darahnya. Nabi Muhammad saw. sempat melakukan pertolongan pertama dengan pengobatan Kay¹⁵.

Kisah ini dijelaskan oleh Al-Bukhari dalam kitabnya al Adab al-Mufrad, berikut terjemahannya:

Dari Mahmud bin Labid, ia berkata: "Ketika Sa'ad terluka parah dalam perang Khandaq, umat Islam membawanya kepada seorang perempuan yang bernama Rufaidah, yang memiliki kepandaian dalam mengobati orang-orang yang

¹⁴ Muneera H Al-Osaimi, *The First Nurse*, 2004.

¹⁵ Abdurrahman bin Abdul Karim, 'Kitab Sejarah Terlengkap Para Sahabat Nabi, Tabi'in, Dan Tabi'it Tabi'in' (Yogyakarta: Diva Press, 2014).

terluka. Kemudian saran itu dipenuhi, hingga apabila Rasulullah ﷺ melewatinya pada sore hari, beliau bertanya kepada Sa'ad, "Bagaimana kabar mu sore ini?" dan jika beliau menjenguk di pagi hari, Rasulullah saw. bertanya, "Bagaimana keadaanmu pagi ini?" Lalu Sa'ad memberikan jawaban kepada Rasulullah ﷺ.¹⁶

Atas banyak keterlibatannya (Rufaidah) dalam peperangan dan mengorganisir para perawat dalam perang suci, maka Rasulullah ﷺ memberikan sebuah penghargaan kepadanya berupa kalung indah. Rufaidah begitu tersanjung atas penghargaan yang diberikan Rasulullah ﷺ karena hanya ia yang mendapatkan kalung indah itu, maka ia berwasiat "Demi Allah, kalung ini tidak akan terpisah dari jiwaku, dalam tidur dan dalam bangun ku, sampai aku menemui kematian". Kemudian ia bahkan berwasiat jika ia meninggal dunia agar kalung itu dikuburkan bersama jasadnya.

Selain kalung indah, Rasulullah ﷺ juga memberikan bagian (harta rampasan perang) yang sama kepada Rufaidah. Pembagian yang sama ini merupakan bentuk simbolisme bahwa perawat sangat dibutuhkan dalam Islam dan perang. Dari kisah ini seharusnya kita bisa belajar bahwa sejak dulu peran perawat sangat penting dan bahkan dihargai oleh Rasulullah, sehingga

¹⁶ Imam al-Hafidz Muhammad ibn Ismail, 'Al-Adab Al-Mufrad', 2016.

seharusnya saat ini pun profesi perawat berhak mendapatkan penghargaan yang pantas.

Setelah peperangan, Rufaidah pun masih memberikan banyak kontribusinya dalam keperawatan. Ia mengabdikan dirinya untuk membantu setiap muslim, anak-anak yatim, miskin, dan cacat mental. Ia juga aktif dalam aktifitas sosial di masyarakat, Sebagai perawat kesehatan komunitas dan pekerja sosial, dia baik dan berempati dan tidak membatasi perawatannya pada situasi klinis, dia juga mencoba memecahkan masalah sosial di masyarakat¹⁷.

C. PROFESIKU JALAN DAKWAHKU

Profesi perawat menjadi bagian dari media dakwah. Hal ini ditunjukkan oleh perawat pertama yaitu Rufaidah Al Aslamiyah, adalah seorang perawat yang hidup di dua zaman yaitu zaman jahiliyah dan zaman Islam. Saat menjalankan praktiknya sebagai perawat ia selalu memberikan edukasi nilai-nilai Islam kepada para kliennya. Sebelum masuk Islam, Rufaidah selalu memberikan jampi-jampi atau mantra-mantra kepada kliennya, namun setelah masuk Islam ia mengganti jampi-jampi dengan doa-doa yang diajarkan Rasulullah.

Islam sangat berkontribusi dalam praktik keperawatan saat itu, dua hal yang menjadi dasar perubahan praktik keperawatan saat itu adalah kebersihan dan kesyirikan. Sebelum masuk Islam, Rufaidah tidak memperhatikan kebersihan dari tempat praktiknya, sehingga

¹⁷ Lovering.

nampak kumuh dan kotor, tentunya hal ini membuat klien tidak nyaman. Setelah masuk Islam, ia menyadari pentingnya kebersihan karena Islam mengajarkan kebersihan. Baik kebersihan diri, kebersihan tempat praktik dan kebersihan saat melakukan tindakan. Hal kedua yaitu kesyirikan. Sebelum masuk Islam ia selalu memberikan jampi-jampi saat mengobati klien. Namun setelah masuk Islam, jampi-jampi ia tinggalkan dan menggantinya dengan doa-doa yang diajarkan oleh Rasulullah.

Namun, nampaknya sejarah terulang kembali, dulu jampi jampi di lafalkan secara jelas, tapi saat ini jampi-jampi sudah bertransformasi dan di bingkai seolah olah ilmiah. Misalnya memberikan sugesti kepada klien bahwa tubuhnya mampu menyembuhkan dirinya sendiri, hanya butuh yakin saja. Atau menyakini bahwa obat yang diberikan akan mampu menyembuhkannya. Keadaan ini memberi kesempatan kepada kita untuk turut mengulang sejarah, yaitu menjadikan profesi perawat sebagai jalan dakwah, seperti yang dulu telah dilakukan oleh Rufaidah. Hal sederhana yang mungkin bisa kita lakukan adalah dengan mengajak klien berdoa sebelum kita berikan intervensi keperawatan dan mengajak klien untuk yakin bahwa kesembuhan hanya dari Allah bukan dari obat, perawat, atau dokter.

Menjadikan profesi perawat sebagai jalan dakwah tentunya bukan hanya semata mata fokus ibadah untuk dirinya sendiri seperti sholat, puasa, tilawah dll. Namun harusnya turut menjaga klien agar selama sakit tetap dekat dan taat kepada Allah, menjaga hatinya agar

tetap bersih (Qolbun salim) karena itulah yang dibutuhkan seorang hamba saat bertemu Rabb Nya. Dengan demikian inilah peran kita dalam menjadikan **Profesiku Jalan Dakwahku**.



Bab 3

Konsep Sehat-Sakit dalam Islam

A. HAKIKAT SEHAT DALAM ISLAM

Kesehatan adalah anugerah dan nikmat terbesar dari Allah ﷻ setelah Islam. Kesehatan merupakan bentuk kecintaan Allah ﷻ kepada manusia sebagai makhluk ciptaan terbaikNya.



"Yang membuat sesuatu yang Dia ciptakan sebaik-baiknya dan Yang memulai penciptaan manusia dari tanah". (QS As Sajdah :7).

Tanpa kesehatan seorang tenaga kesehatan pun tidak dapat melaksanakan tugasnya dengan baik. Kesehatan menjadi bekal utama dan memiliki peran yang sangat strategis dalam kehidupan. Kita wajib menjaga dan mensyukurinya sesuai petunjuk Sang Maha Pencipta yaitu melalui Al-Qur'an dan As-Sunnah.

Namun kadang tak banyak dari kita yang pandai mensyukuri akan nikmat ini. Manusia cenderung lalai ketika diberi kesehatan dan baru ingat ketika diberi nikmat sakit. Maka beberapa ulama berpendapat "Kesehatan ibarat seperti mahkota, yang hanya mampu dilihat oleh orang yang sakit".

Rasulullah ﷺ bersabda :

“Ada dua anugerah yang karenanya banyak manusia tertipu, yaitu kesehatan yang baik dan waktu luang.” (HR. Bukhari).

Masalah kesehatan bukan hanya upaya mengobati sakit atau menghindari sakit saja. Tapi merupakan bentuk keimanan kepada Allah ﷻ dan cinta serta kepatuhan kepada Nabi sebagai uswah hasanah kita. Wajib bagi kita untuk menyerahkan masalah kesehatan yang fundamental ini kepada mereka yg benar-benar patuh dan takut kepada Allah ﷻ dan kepada mereka yg tidak alergi terhadap sunnah Nabi dan hukum Allah ﷻ.

B. MENSYUKURI NIKMAT TERBAIKNYA

Sudahkah kita bersyukur hari ini? Atas segala nikmat yang telah Allah berikan kepada kita, seperti nikmat Sehat. Rasanya tak ada alasan bagi kita utk tidak bersyukur kepada Allah.

Dalam Firman-Nya:

[illegible]

“Dan (ingatlah) ketika Rabbmu memaklumkan, “Sesungguhnya jika kamu bersyukur, niscaya Aku akan menambah (nikmat) kepadamu, tetapi jika kamu mengingkari (nikmat-Ku), maka pasti azab-Ku sangat berat. [Ibrâhîm/14:7].

Bagaimana cara mensyukuri nikmat sehat ini?

Syukur tentunya tidak hanya dengan ucapan saja, melainkan hati dan perbuatan juga ikut terlibat. Sebagaimana yang dikatakan oleh **Ibnu Qudamah**, “Syukur (yang sebenarnya) adalah dengan Hati, Lisan, dan anggota badan.”

1. Lisan

Bersyukur dengan lisan, yaitu dengan memperbanyak mengucapkan hamdalah, sebagaimana perintah Allah ﷻ, “Katakanlah: Alhamdulillah (segala puji bagi Allah).” (QS. Al- Isra: 111 dan QS. An-Naml: 93). Bahkan ketika pertama kali membuka mata di pagi hari, kita diperintahkan untuk berucap Allahmdulillah (Dalam doa bangun tidur). “Alhamdulillahilladi Ahyana Ba’dama Amatana Wailaihin Nuzur.” Yang artinya segala puji bagi Tuhan yang telah mematikan kami dan telah menghidupkan kami setelah mematikan kami, dan hanya kepada-Nya lah tempat kami kembali.

2. Hati

Hati senantiasa meyakini bahwa nikmat sehat ini bersumber dari Allah ﷻ. Bukan karena kita rajin meminum suplement atau

olahraga, karna itu hanyalah bagian dari ikhtiar kita. Allah berfirman, " Segala nikmat yang ada pada diri kalian (datangnya) dari Allah (QS. An-Nahl: 53).

3. Sikap

Sikap kita tentunya mempergunakan nikmat sehat ini untuk ketaatan pada-Nya, bukan untuk berbuat maksiat. Syukur jenis ini amatlah berat, sehingga hanya segelintir hamba-Nya saja yang mengamalkannya. Allah berfirman, "Wahai keluarga Dawud, beramallah sebagai bentuk syukur (kepada Allah). Dan sedikit sekali di antara para hamba-Ku yang bersyukur. (QS. Saba: 13).

Pertama Menggunakan nikmat sehat untuk membantu/ berbuat kebaikan kepada sesama. Inilah bentuk ketaatan dan menjadi sarana ibadah kita kepada Allah. Karena sejatinya manusia diciptakan hanya untuk beribadah kepadaNYA. Allah berfirman : "Dan Aku tidak menciptakan jin dan manusia melainkan supaya mereka beribadah kepada-Ku." (QS. Adz Dzariyat: 56).

Sebagai seorang nakes tugas kita adalah membantu klien yang membutuhkan. Ini adalah salah satu bentuk dari sebuah kebaikan. Maka Allah pun berjanji akan memberikan kebaikan pula bagi kita. "Tidak ada balasan kebaikan kecuali kebaikan pula" (Ar - Rahman : 60).

Kedua Menjaga titipan nikmat sehat dengan cara mengikuti apa yang telah diajarkan oleh uswah Hasanah

kita. Melalui Sunnah Rasulullah dalam kesehatan Islam, yang sering kita kenal dengan Thibb Nabawi.

C. MACAM-MACAM PENYAKIT

Sakit merupakan sebuah kondisi tubuh yang keluar dari fitrahnya. Atau dengan kata lain terjadinya ketidakseimbangan pada tubuh yang ditandai dengan perubahan dari kondisi normal secara fisik maupun mental yang akan mengakibatkan dampak negatif yang nyata.

Ibnu qoyyim berkata, "Penyakit ada dua macam, yaitu penyakit Hati dan penyakit Fisik. Adapun penyakit Hati dibagi menjadi dua yaitu yang pertama syubhat dan keraguan dan yang kedua syahwat"¹⁸

Penyakit hati (qolbu) berhubungan dengan "fitrah nafs", dimana aspek ruh menjadi esensi dari qolbu manusia. Demikian juga penyakit jasmani (fisik) yang merupakan fungsi aktualisasi dari aspek ruhani. (Contohnya: ketika qolbu seseorang dipenuhi perasaan cemas berlebihan yang tidak disertai dengan tawakal kepada Allah Swt., maka dampak aktualisasi pada fisik/jasmani-nya timbul gangguan keseimbangan hormon stres yang meningkat yang lama kelamaan menyebabkan terjadinya penyakit ginjal-hipertensi, jantung, dll.).

Setiap penyakit pasti ada obatnya dari sisi Allah Swt, maka kita tidak perlu khawatir. Penyakit dalam urusan-urusan jasad (fisik)

¹⁸ Ibnu Qayyim Al-Jauziyah, *Metode Pengobatan Nabi* (Griya Ilmu, 2004).

manusia saja Allah turunkan obatnya, apalagi penyakit hati (qolbu) yang berhubungan dengan benarnya keimanan seseorang yang mempengaruhi rasa kasih sayang, takut dan berharap hanya kepada Allah Swt., maka tidak mungkin Allah Swt. meluputkannya bagi hamba-hamba-Nya.

1. Penyakit Hati

a. Penyakit syubhat dan keraguan

Mengenai ini Allah berfirman, "Dalam hati mereka ada penyakit, lalu ditambah Allah penyakitnya" (Al Baqarah: 10). Allah juga berfirman, "Dan tiada Kami jadikan penjaga neraka itu melainkan dari malaikat: dan tidaklah Kami menjadikan bilangan mereka itu melainkan untuk jadi cobaan bagi orang-orang kafir, supaya orang-orang yang diberi Al-Kitab menjadi yakin dan supaya orang yang beriman bertambah imannya dan supaya orang-orang yang diberi Al-Kitab dan orang-orang mukmin itu tidak ragu-ragu dan supaya orang-orang yang di dalam hatinya ada penyakit dan orang-orang kafir (mengatakan): "Apakah yang dikehendaki Allah dengan bilangan ini sebagai suatu perumpamaan?" Demikianlah Allah membiarkan sesat orang-orang yang dikehendaki-Nya dan memberi petunjuk kepada siapa yang dikehendaki-Nya. Dan tidak ada yang mengetahui tentara Tuhanmu melainkan Dia sendiri. Dan Saqar itu tiada lain hanyalah peringatan bagi manusia" (Al- Muddatstsir : 71).

b. Penyakit Syahwat

Berkenaan dengan syahwat, Allah ﷻ berfirman:

"Hai istri-istri nabi, kamu sekalian tidaklah seperti wanita yang lain, jika kamu bertaqwa. Maka janganlah kamu tunduk dalam berbicara sehingga berkeinginan orang yang ada penyakit dalam hatinya" (QS Al Ahzab: 32).

Ayat ini berkenaan dengan penyakit syahwat zina. Namun selain syahwat zina (kemaluan), ada syahwat satu lagi yang sering terjadi dan melalaikan adalah syahwat perut. Saat ini banyak manusia yang mengumbar syahwat perut bukan malah mengendalikan. Banyak orang mengumbar perutnya untuk menikmati makanan makanan yg berlebihan, lebih mementingkan Estetika dan rasa semu dari pada ke halalan dan ketoyibban makanan. Padahal estetika dan rasa hanyalah racun yg di bingkai cantik. Sehingga mereka akan memanen penyakit di masa yang akan datang.

Rasulullah ﷺ bersabda :

"Sesungguhnya di antara yang aku takutkan atas kamu adalah syahwat mengikuti nafsu pada perut kamu dan pada kemaluan kamu serta fitnah-fitnah yang menyesatkan"(HR. Ahmad).

2. Penyakit jasmani

Berkenaan dengan penyakit jasmani Allah berfirman :

"Tidak ada halangan bagi orang buta, tidak (pula) bagi

orang pincang, tidak (pula) bagi orang sakit” (An-Nur : 61).

Penyakit jasmani pada umumnya disebabkan karena kelebihan materi dalam tubuh sehingga akan mengganggu fungsi-fungsi tubuh sebagaimana mestinya. Penyebab tersering adalah ketika seseorang tidak bisa menjaga makanannya. Misal mengkonsumsi makanan sebelum makanan di dalam perut tercerna sempurna atau mengkonsumsi makanan yang tidak berguna bagi tubuh. Padahal ketika tubuh hanya mengkonsumsi makanan yang dibutuhkan oleh tubuh, maka tubuh akan tetap sehat dan mampu menjalankan fungsi sesuai dengan fitrahnya. Ibnu Qoyim dalam kitabnya memberikan sebuah formula pengobatan pada penyakit jasmani, meliputi: Menjaga kesehatan, menjaga tubuh dari unsur-unsur berbahaya dan mengeluarkan zat zat berbahaya dari dalam tubuh.

D. HAKIKAT SAKIT DALAM ISLAM

Sakit adalah bentuk ciptaan-Nya yang nyata, Rasulullah

 Bersabda:

“Tidaklah Allah turunkan penyakit kecuali Allah turunkan pula obatnya” (HR. Bukhari).

Sakit itu ada dan nyata, sakit bisa menghampiri seseorang jika ada sebab, baik sebab secara Kauniah ataupun sebab Syar'iyah. Maka yang perlu kita lakukan ketika sakit menghampiri adalah, berucap

Innalillahi wa inna ilaihi rajiun.

"Sesungguhnya kami adalah milik Allah dan kepada-Nya lah kami kembali."

Patutnya sebagai seorang muslim, kita wajib berhusnudzon kepada Allah ﷻ dan meyakini betul bahwa Allah ﷻ mempunyai rencana dan berjuta hikmah di balik peristiwa yang terjadi. Berikut hikmah-hikmah datangnya sakit yang perlu kita ketahui.

1. Sebagai penggugur dosa dan kesalahan

Sakit merupakan sebuah sarana yang telah Allah siapkan bagi orang-orang yang beriman untuk mensucikan jiwanya, penebus dosa-dosa dan penghapus kesalahan yang telah dilakukan. Rasulullah ﷺ bersabda: "Tidaklah seorang muslim tertimpa suatu penyakit dan sejenisnya, melainkan Allah akan menggugurkan bersamanya dosa-dosanya seperti pohon yang menggugurkan daun-daunnya." [HR. Bukhari dan Muslim].

2. Memberi kesempatan istirahat bagi tubuh

Setiap hari tubuh selalu bekerja untuk menjalankan fungsinya. Sebagai seorang muslim sudah seyogyanya kita wajib memenuhi hak-hak tubuh seperti istirahat. Namun kadang kita sebagai pemilik tubuh lupa untuk memberikan hak-hak tubuh seperti istirahat. Rasulullah ﷺ bersabda:

"Sesungguhnya badanmu memiliki hak atas dirimu". (HR. Muslim; No:1967).

Saat sakit tubuh memiliki kesempatan untuk istirahat, sehingga tubuh memiliki kesempatan untuk melakukan recovery

atau perbaikan sel sel agar dapat bekerja sesuai fungsinya. Maka saat seseorang diberi ujian sakit, yang perlu dilakukan adalah mengistirahatkan tubuh dari urusan duniawi dan memberikan hak haknya untuk mendekatkan diri kepada pemilik tubuh ini.

3. Penyambung silaturahmi

Saat sehat mungkin seseorang akan sibuk bekerja mengejar duniawi sehingga tak sempat untuk berkunjung ke keluarga dan saudaranya. Namun saat sakit, keluarga, saudara, dan sahabat akan meluangkan waktu untuk menjenguk dan menghibur, sehingga kerinduan akan terobati. Hati akan terasa tenang saat dekat dengan keluarga dan sahabat, ketenangan inilah yang akan mempercepat proses penyembuhan.

4. Menjadi pelajaran berharga

Beberapa ulama mengatakan "Kesehatan ibarat seperti mahkota, yang hanya mampu dilihat oleh orang yang sakit". Saat sehat mungkin seseorang tidak pandai mensyukurinya, karena tak mampu melihat bentuk sehatnya. Namun saat diuji sakit, maka ia akan sadar begitu berharganya sebuah kesehatan.

5. Doa orang sakit mustajabah

Orang sakit dekat dengan Allah, maka sebagai seorang nakes muslim patutnya kita memberikan perawatan terbaik kepada para klien, terlebih pada klien yang sholih karena derajatnya ditinggikan oleh Allah bahkan doanya setara dengan malaikat. Imam an-Nawawi menjelaskan dalam kitab doa 'al Adzkar' se-

raya mengutip hadis dari Sayyidina Umar bin Al-Khattab Radhiyallahu 'anhu. "Umar bin Khattab berkata bahwa Rasulullah ﷺ bersabda, 'Bila kamu mengunjungi orang sakit, mintalah ia untuk mendoakanmu, karena sesungguhnya doa mereka sama dengan doa malaikat.'" **(HR: Ibn Majah)**

6. Orang sakit dekat dengan Allah ﷻ

Rasulullah bersabda: "Pada hari Kiamat Allah menegur seseorang, "Wahai anak Adam. Saat Aku sakit, kenapa kau tidak menjenguk-Ku?" Orang itu menjawab, "Wahai Tuhanku, bagaimana aku mendoakan-Mu sedangkan Engkau adalah Tuhan sekalian alam?" Allah menjawab, "Tidakkah kau tahu bahwa hamba-Ku si fulan itu sakit. Namun kau tidak menjenguk-Ku. Tahukah kau, kalau kau menjenguknya, kau akan mendapati Aku di sisinya." **(HR Muslim)**

E. MERAUP PAHALA SAAT SAKIT

Sehat merupakan modal utama seorang muslim untuk menjalankan aktifitas yang bernilai ibadah kepada Allah ﷻ. Maka sebagai muslim patutnya kita menjaga titipan Allah ﷻ ini dengan cara yang telah di ajarkan oleh Rasulullah ﷺ. Namun sering kita lalai, sehingga sakit mendatangi kita. Lalu, bagaimana solusi agar ketika sakit bisa menjadikan kita semakin dekat dengan Allah dan sakit menjadi lebih berkah??

Ketika sakit, ingatlah (Allah, Refleksi diri/Muhasabah, Istigfar dan Ikhtiar, Sabar) untuk mendapatkan kedekatan dengan Allah dan keberkahan saat sakit.

❖ **ALLAH** ﷻ

Sakit adalah bentuk dari ciptaan Allah, maka kesembuhan pun mutlak wilayah Allah. Maka pertama yang kita ingat adalah Allah, karena Allah pemilik dari kesembuhan.

"Dan apabila aku sakit, Dialah Yang menyembuhkan aku"
(Asy Syu'ara 80).

Sebuah kisah yang mungkin bisa menjadi pelajaran bagi kita semua yaitu dari kisah nabi Musa saat beliau diberikan ujian sakit oleh Allah. Syekh Nawawi al-Bantani mengisahkan dalam ki-tab Fathul Majid, bahwa suatu hari, Nabi Musa mengadukan sakit gigi yang dideritanya kepada Allah. Lalu, Allah memerintahkan Nabi Musa untuk mengambil beberapa helai rumput di suatu tempat. "Letakan rumput itu ke gigimu yang nyeri," seru Allah kepada Nabi Musa. Setelah mengikuti perintah Allah, sakit gigi beliau pun reda dan sembuh.

Setelah beberapa waktu berlalu, sakit giginya kembali kambuh. Tanpa mengadu kepada Allah terlebih dahulu, Nabi Musa langsung menuju padang rumput yang pernah didatanginya itu. Dia lantas mengobati giginya seperti yang pernah dilakukannya. Namun, bukannya sembuh, sakit giginya justru semakin parah. Kemudian, Nabi Musa bermunajat kepada Allah Swt. "Tuhanku, bukankah Engkau memerintahkanku dan

menunjukkan kepadaku untuk ini?" tanya Nabi Musa. Allah lantas menjawab, "Aku-lah penyembuh. Aku-lah pemberi kebaikan. Aku-lah yang mendatangkan mudharat dan Aku pula yang mendatangkan kemaslahatan. Pada sakitmu yang pertama, kau mendatangi-Ku dan karenanya Aku sembuhkan penyakitmu. Tetapi, kali ini kau langsung mendatangi rumput itu, bukan mendatangi-Ku."

Dari kisah tersebut dapat kita ambil pelajaran bahwa ketika sakit pertama yang kita ingat adalah Allah bukan obat atau pengobat. Namun kadang sebagian orang sibuk dalam mencari sebab sebab kesembuhan (ikhtiar mencari obat), hingga melupakan siapa penyebab segala sebab. Maka ketika sakit hendaklah mendekati sang penyebab segala sebab, Sang Tabib, Allah Ta'ala Asy-Syaafi.

❖ **REFLEKSI DIRI atau MUHASABAH**

Sakit bisa menghampiri kita tentunya atas sebuah sebab. Sebab sakit ada dua yaitu sebab syar'iyah dan sebab kauniah. Maka yang perlu kita lakukan adalah mencari sebab, apa maksud Allah memberikan sakit ini? Adakah yang salah dari diri ini? Apakah dari perilaku kita ada yang tanpa disadari telah mendzolimi orang lain atau justru mendzolimi diri sendiri (Tidak memenuhi hak tubuh, seperti lupa makan, lupa istirahat dll). Rasulullah ﷺ bersabda, "Sungguh, badanmu memiliki hak atas dirimu." (HR. Muslim).

Dalam hal ini tugas seorang nakes adalah mendampingi klien untuk melakukan muhasabah atau kita bantu dengan melakukan pengkajian kepada klien. Tentunya pengkajian yang kita lakukan adalah pengkajian yang holistik atau secara kaffah yang meliputi aspek jasadiyah dan ruhiyah (Bio, Psiko, Kognitif, Sosial, Kultur dan Spiritual).

Dengan melakukan pengkajian secara holistik akan membantu kita dalam menemukan sebab-sebab sakit serta mendapatkan diagnosis yang tepat. Diagnosis yang tepat akan membantu memudahkan dalam melakukan ikhtiar pengobatan atau memilih terapi yang tepat. Maka semakin kita muhasabah diri, semakin dekat kita kepada Allah, Sehingga ketika sembuh akan menjadi hamba yang lebih Sholih.

❖ **ISTIGHFAR dan IKHTIAR**

Perbanyak istighfar, mohon ampun kepada Allah, karena bisa jadi sebab sakit kita adalah sebab Syar'iyah bukan Kauniah. Maka prinsipnya adalah tobat dulu baru obat, Istigfar dulu baru ikhtiar. Berobat adalah bentuk ikhtiar yang juga bagian dari takdir Allah ﷻ. Menghargai upaya berobat berarti menghargai Allah ﷻ yang telah menurunkannya bersama penyakit itu. Itulah penghargaan terbaik kepada Zat Yang telah menurunkannya. "Berobatlah, karena Allah telah menetapkan obat bagi setiap penyakit yang diturunkan-Nya, kecuali satu penyakit" Para sahabat bertanya: "Penyakit apa itu wahai Rasulullah?" Beliau

menjawab: "Pikun." (H.R At-Tirmidzi IV/383 No:1961).

Selain itu berobat juga merupakan salah satu bentuk ketaatan kita kepada Allah ﷻ. Karena Allah menurunkan penyakit, serta menurunkan pula obatnya. Tugas kita berikhtiar mencari obat tersebut, entah dengan obat kedokteran modern ataupun Thibb Nabawi. Asal tidak mengandung unsur haram dan kesyirikan. Dari Abu Hurairah, ia berkata, "Rasulullah shallallahu 'alaihi wa sallam melarang dari obat yang khobits (yang haram atau kotor)." (HR. Abu Daud no. 3870, Tirmidzi no. 2045 dan Ibnu Majah no. 3459).

Berobat, berobat dan berobat sampai mendapatkan kesembuhan dari Allah baik di dunia ataupun di akhirat. Yang perlu kita ingat adalah bahwa kesembuhan bukanlah wilayah makhluk, wilayah makhluk hanyalah ikhtiar dan harapan. Sedangkan kesembuhan adalah mutlak wilayah Allah ﷻ.

Perlu kita pahami bersama, indikator kesuksesan proses berobat bukanlah sebuah kesembuhan. Karena bisa jadi Kesembuhan diberikan langsung di dunia, disimpan dan diberikan di akhirat atau sebagai pengganti takdir takdir yang lebih baik.

❖ **SABAR**

Jika ikhtiar sudah dilakukan, maka langkah selanjutnya adalah sabar menanti kesembuhan dari Allah ﷻ. Yakinlah Allah akan memberikan kesembuhan, entah diberikan langsung di dunia,

atau dilipat gandakan di akhirat kelak. Satu kisah yang bisa kita ambil pelajaran adalah kisah dari seorang wanita yang dijanjikan surga oleh Allah.

Telah diriwayatkan oleh al-Bukhari dalam kitab shahihnya dengan sanadnya dari 'Atha' bin Abi Rabah ia berkata, Ibnu Abbas berkata kepadaku, "Inginkah engkau aku tunjukkan seorang wanita penghuni surga?" Aku pun menjawab, "Tentu saja." Ia berkata, "Wanita berkulit hitam ini (orangnya). Ia telah datang menemui Nabi ﷺ lalu berkata: "Sesungguhnya aku berpenyakit ayan (epilepsi), yang bila kambuh maka tanpa disadari auratku terbuka. Doakanlah supaya aku sembuh."

Rasululloh ﷺ bersabda: **"Jika engkau kuat bersabar, engkau akan memperoleh surga. Namun jika engkau ingin, aku akan berdoa kepada Allah agar Dia menyembuhkanmu."** Maka ia berkata: "Aku akan bersabar." Kemudian ia berkata: "Sesungguhnya aku (bila kambuh maka tanpa disadari auratku) terbuka, maka mintakanlah kepada Allah supaya auratku tidak terbuka." Maka Beliau ﷺ pun mendo'akannya. (HR Al-Bukhari 5652).

Sebagai seorang nakes hendaknya kita selalu mengingatkan klien agar selalu menjadikan sakit sebagai sarana kedekatan dengan Allah untuk meraih keberkahan. Serta memberikan tarbiyah dan menguatkan keyakinan klien bahwa sakit yang dideritanya merupakan bentuk kecintaan Allah. Saat

sakit seorang hamba akan lebih dekat dengan Allah, berguguran semua dosa doanya, dikabulkan semua doa doanya dan jika saat sakit yang diingat hanya Allah Sang Pemilik Kesembuhan, menjaga ibadahnya, bermuhasabah diri dan memperbanyak istighfar maka Allah akan menambahkan pahala baginya. Dan jika klien melakukan ikhtiar dengan pengobatan yang syari terlebih bernilai Sunnah maka pahala pun akan terus mengalir kepadanya. Tidak hanya pahala dan pengampunan dosa yang akan didapatkan, tetapi Allah juga akan memberikan Surga jika ia mau bersabar dalam menunggu kesembuhan dari Allah.

MayaAllah, begitu indahny hakikat sakit dalam Islam, maka ketika pesan kita sampaikan kepada klien, insyaAllah klien akan lebih tenang dan ikhlas dalam menerima sakitnya. Ke-ikhlasan akan memberikan ketenangan dalam hati, hati yang tenang adalah awal dari proses perbaikan fungsi tubuh. Seperti sabdanya "Ingatlah bahwa di dalam jasad itu ada segumpal daging. Jika ia baik, maka baik pula seluruh jasad. Jika ia rusak, maka rusak pula seluruh jasad. Ketahuilah bahwa ia adalah hati" (HR. Bukhari dan Muslim).

Secara medis, hati yang tenang akan meningkatkan sistem imun. Imunitas inilah yang akan berperan dalam percepatan proses perbaikan fungsi tubuh serta mengembalikan keseimbangan tubuh.

F. MENATA HATI SAAT SAKIT

Rasulullah ﷺ bersabda :

"Setiap penyakit ada obatnya, jika obat mengenai penyakit , maka akan sembuh dengan izin Allah" (HR Muslim).

Langkah awal dalam sebuah pengobatan adalah dengan membersihkan hati agar menyakini bahwa obat akan menyembuhkan jika atas izin Allah. Hati (Qolbu) adalah bagian penting dari manusia, yang menjadi indikator manusia itu sehat atau sakit. Jika hati manusia sehat maka sehat pula tubuhnya, begitupun sebaliknya.

Rasulullah ﷺ bersabda:

"Ingatlah bahwa di dalam jasad itu ada segumpal daging. Jika ia baik, maka baik pula seluruh jasad. Jika ia rusak, maka rusak pula seluruh jasad. Ketahuilah bahwa ia adalah hati " (HR. Bukhari dan Muslim).

Menjaga hati dari hal yang membahayakan dan menyingkirkan penyakit yang menyelimutinya adalah mutlak untuk dilakukan pertama kali, karena itulah sasaran sesungguhnya dari ajaran syariat. Sedangkan pengobatan jasmani hanyalah sebuah penyempurna saja.

Ibnu Qayyim Al Jauziyah berkata dalam kitabnya: Memperbaiki kondisi jasmani tanpa memperbaiki hati tidak ada gunanya sama sekali.

Di antara penyakit yang menyelimuti hati adalah Fitnah Syubhat yang disertai keragu-ragunan dan Fitnah Syahwat yang disertai kesesatan.

"Dalam hati mereka ada penyakit, lalu ditambah Allah penyakitnya" (Al Baqarah : 10). Penyakit hati timbul dari kelemahan akal dan kurangnya ilmu, apalagi jika didukung dengan kerusakan tujuan dan adanya hawa nafsu. Berkenaan dengan penyakit syubhat, Allah ﷻ berfirman : "Supaya orang- orang yang didalam hatinya ada penyakit dan orang orang kafir (mengatakan), "Apakah yang dikehendaki Allah dengan bilangan ini sebagai perumpamaan." (Al Muddatstsir: 31). Dan berkenaan dengan syahwat, Allah ﷻ berfirman:

"Hai istri istri nabi, kamu sekalian tidaklah seperti wanita yang lain, jika kamu bertakwa. Maka janganlah kamu tunduk dalam berbicara sehingga berkeinginan orang yang ada penyakit dalam hatinya" (QS Al Ahzab : 32).

Pangkal fitnah syubhat adalah sikap mendahulukan pendapat daripada syariat dan pangkal fitnah syahwat adalah mendahulukan hawa nafsu daripada akal. Hati yang terbebas dari fitnah syubhat dan syahwat adalah bentuk hati yang sehat. Cara membebaskan hati dari fitnah syubhat dan syahwat bisa di pelajari dari para rasul, karena memang hanya dari mereka dan hanya ditangan mereka solusinya. Hati hanya menjadi baik jika mengenal Rabb dan penciptanya, mengenal asma dan sifat Nya, perbuatan dan hukum yang

diterapkan Nya, hanya dengan mendahulukan segala hal yang diridhai dan disenangi, menjauhi segala larangan dan hal yang menyebabkan kemungkaranNya.

Maka, para dokter muslim terdahulu menyimpulkan tentang hal hal yang di butuhkan oleh hati, yaitu:

- ❖ Sesuatu yang bisa menjaga staminanya (Iman dan wirid-wirid yang dibaca setiap hari)
- ❖ Perlindungan dari faktor yang membahayakan (Menjauhi dosa, maksiat dan pelanggaran)
- ❖ Pembersihan (Tazkiyatun Nafs) dari segala unsur rusak yang timbul padanya (Muhasabah diri dan Melakukan taubat).

Semua cara tersebut didapat dari tadabbur ayat-ayat Allah (Al-Qur'an), karena di dalam Al-Qur'an terdapat penawar dari semua penyakit hati. Allah ﷻ berfirman:

"Wahai manusia, sesungguhnya telah datang kepadamu pelajaran dari tuhanmu dan penyembuh bagi penyakit penyakit yang berada di dalam dada (hati)" (QS Yunus : 57).

"Dan kami turunkan dari Al Qur'an suatu penyembuh dan Rahmat bagi orang orang yang beriman....." (QS Al Isra' : 82).

Al Qur'an sebagai penyembuh dari fitnah syubhat karena di dalamnya terdapat keterangan dan argumen yang jelas sehingga hati akan terbuka dari hal yang benar dan yang salah. Al-Qur'an sebagai penyembuh dari Fitnah Syahwat karena di dalamnya terdapat banyak ilmu-ilmu yang akan menundukan syahwat (Nafsu).

Allah ﷻ berfirman :

"Dan ingatlah hamba-hamba Kami: Ibrahim, Ishak dan Ya'qub yang mempunyai perbuatan-perbuatan yang besar dan ilmu-ilmu yang tinggi" (QS Shad : 45).

Maka dengan kesempurnaan ilmu dan kesabaran, fitnah syahwat akan ditolak [Mawaridul Amaan, hal: 414-415].

Sebagai contoh, saat ini fitnah syahwat yang sering terjadi adalah syahwat perut. Saat ini banyak manusia yang mengumbar syahwat perut bukan malah mengendalikan. Banyak orang mengumbar perutnya untuk menikmati makanan makanan yg berlebihan, lebih mementingkan Estetika dan rasa semu daripada kehalalan dan ketoyibban makanan. Padahal estetika dan rasa hanyalah racun yg di bingkai cantik. Sehingga mereka akan memanen penyakit di masa yang akan datang. Rasulullah ﷺ bersabda:

"Sesungguhnya di antara yang aku takutkan atas kamu adalah syahwat mengikuti nafsu pada perut kamu dan pada kemaluan kamu serta fitnah-fitnah yang menyesatkan"(HR. Ahmad).

Maka penting bagi kita seorang muslim harus bisa mengendalikan syahwat perut dengan cara mengikat erat-erat. Mengikat dengan ilmu. Mengikat perut dengan ilmu sebagai salah satu bentuk ikhtiar dalam mengendalikan syahwat perut. Hal ini sebenarnya sudah diajarkan juga oleh waliullah di tanah Jawa melalui ajaran Islam yang dibingkai indah dalam sebuah budaya. Salah satu

Salah satu unsur pada baju takwa adalah membebet perut menggunakan stagen yang diikat dengan sabuk dari kamus dan timang. Perut harus dibebet/diikat karena perut dan di bawah perut terdapat syahwat. Dengan diikatnya perut, harapannya dapat mengendalikan syahwat pada perut. Tentunya diikat dengan ilmu. Ilmu dalam hal ini diwujudkan dalam sebuah bentuk kamus dan timang. Di dalam kamus terdapat banyak ilmu seperti kosakata dan nama-nama benda. Karena ilmu yang pertama kali diajarkan Allah kepada Nabi Adam adalah nama-nama benda.

"Dan Dia mengajarkan kepada Adam nama-nama (benda-benda) seluruhnya, kemudian mengemukakannya kepada para Malaikat lalu berfirman: "Sebutkanlah kepada-Ku nama benda-benda itu jika kamu memang orang-orang yang benar!" (QS. Al-Baqarah : 31).

٥٠ ٥١ ٥٢ ٥٣ ٥٤ ٥٥ ٥٦ ٥٧ ٥٨ ٥٩ ٦٠ ٦١ ٦٢ ٦٣ ٦٤ ٦٥ ٦٦ ٦٧ ٦٨ ٦٩ ٧٠ ٧١ ٧٢ ٧٣ ٧٤ ٧٥ ٧٦ ٧٧ ٧٨ ٧٩ ٨٠ ٨١ ٨٢ ٨٣ ٨٤ ٨٥ ٨٦ ٨٧ ٨٨ ٨٩ ٩٠ ٩١ ٩٢ ٩٣ ٩٤ ٩٥ ٩٦ ٩٧ ٩٨ ٩٩ ١٠٠ ١٠١ ١٠٢ ١٠٣ ١٠٤ ١٠٥ ١٠٦ ١٠٧ ١٠٨ ١٠٩ ١١٠ ١١١ ١١٢ ١١٣ ١١٤ ١١٥ ١١٦ ١١٧ ١١٨ ١١٩ ١٢٠ ١٢١ ١٢٢ ١٢٣ ١٢٤ ١٢٥ ١٢٦ ١٢٧ ١٢٨ ١٢٩ ١٣٠ ١٣١ ١٣٢ ١٣٣ ١٣٤ ١٣٥ ١٣٦ ١٣٧ ١٣٨ ١٣٩ ١٤٠ ١٤١ ١٤٢ ١٤٣ ١٤٤ ١٤٥ ١٤٦ ١٤٧ ١٤٨ ١٤٩ ١٥٠ ١٥١ ١٥٢ ١٥٣ ١٥٤ ١٥٥ ١٥٦ ١٥٧ ١٥٨ ١٥٩ ١٦٠ ١٦١ ١٦٢ ١٦٣ ١٦٤ ١٦٥ ١٦٦ ١٦٧ ١٦٨ ١٦٩ ١٧٠ ١٧١ ١٧٢ ١٧٣ ١٧٤ ١٧٥ ١٧٦ ١٧٧ ١٧٨ ١٧٩ ١٨٠ ١٨١ ١٨٢ ١٨٣ ١٨٤ ١٨٥ ١٨٦ ١٨٧ ١٨٨ ١٨٩ ١٩٠ ١٩١ ١٩٢ ١٩٣ ١٩٤ ١٩٥ ١٩٦ ١٩٧ ١٩٨ ١٩٩ ٢٠٠ ٢٠١ ٢٠٢ ٢٠٣ ٢٠٤ ٢٠٥ ٢٠٦ ٢٠٧ ٢٠٨ ٢٠٩ ٢١٠ ٢١١ ٢١٢ ٢١٣ ٢١٤ ٢١٥ ٢١٦ ٢١٧ ٢١٨ ٢١٩ ٢٢٠ ٢٢١ ٢٢٢ ٢٢٣ ٢٢٤ ٢٢٥ ٢٢٦ ٢٢٧ ٢٢٨ ٢٢٩ ٢٣٠ ٢٣١ ٢٣٢ ٢٣٣ ٢٣٤ ٢٣٥ ٢٣٦ ٢٣٧ ٢٣٨ ٢٣٩ ٢٤٠ ٢٤١ ٢٤٢ ٢٤٣ ٢٤٤ ٢٤٥ ٢٤٦ ٢٤٧ ٢٤٨ ٢٤٩ ٢٥٠ ٢٥١ ٢٥٢ ٢٥٣ ٢٥٤ ٢٥٥ ٢٥٦ ٢٥٧ ٢٥٨ ٢٥٩ ٢٦٠ ٢٦١ ٢٦٢ ٢٦٣ ٢٦٤ ٢٦٥ ٢٦٦ ٢٦٧ ٢٦٨ ٢٦٩ ٢٧٠ ٢٧١ ٢٧٢ ٢٧٣ ٢٧٤ ٢٧٥ ٢٧٦ ٢٧٧ ٢٧٨ ٢٧٩ ٢٨٠ ٢٨١ ٢٨٢ ٢٨٣ ٢٨٤ ٢٨٥ ٢٨٦ ٢٨٧ ٢٨٨ ٢٨٩ ٢٩٠ ٢٩١ ٢٩٢ ٢٩٣ ٢٩٤ ٢٩٥ ٢٩٦ ٢٩٧ ٢٩٨ ٢٩٩ ٣٠٠ ٣٠١ ٣٠٢ ٣٠٣ ٣٠٤ ٣٠٥ ٣٠٦ ٣٠٧ ٣٠٨ ٣٠٩ ٣١٠ ٣١١ ٣١٢ ٣١٣ ٣١٤ ٣١٥ ٣١٦ ٣١٧ ٣١٨ ٣١٩ ٣٢٠ ٣٢١ ٣٢٢ ٣٢٣ ٣٢٤ ٣٢٥ ٣٢٦ ٣٢٧ ٣٢٨ ٣٢٩ ٣٣٠ ٣٣١ ٣٣٢ ٣٣٣ ٣٣٤ ٣٣٥ ٣٣٦ ٣٣٧ ٣٣٨ ٣٣٩ ٣٤٠ ٣٤١ ٣٤٢ ٣٤٣ ٣٤٤ ٣٤٥ ٣٤٦ ٣٤٧ ٣٤٨ ٣٤٩ ٣٥٠ ٣٥١ ٣٥٢ ٣٥٣ ٣٥٤ ٣٥٥ ٣٥٦ ٣٥٧ ٣٥٨ ٣٥٩ ٣٦٠ ٣٦١ ٣٦٢ ٣٦٣ ٣٦٤ ٣٦٥ ٣٦٦ ٣٦٧ ٣٦٨ ٣٦٩ ٣٧٠ ٣٧١ ٣٧٢ ٣٧٣ ٣٧٤ ٣٧٥ ٣٧٦ ٣٧٧ ٣٧٨ ٣٧٩ ٣٨٠ ٣٨١ ٣٨٢ ٣٨٣ ٣٨٤ ٣٨٥ ٣٨٦ ٣٨٧ ٣٨٨ ٣٨٩ ٣٩٠ ٣٩١ ٣٩٢ ٣٩٣ ٣٩٤ ٣٩٥ ٣٩٦ ٣٩٧ ٣٩٨ ٣٩٩ ٤٠٠ ٤٠١ ٤٠٢ ٤٠٣ ٤٠٤ ٤٠٥ ٤٠٦ ٤٠٧ ٤٠٨ ٤٠٩ ٤١٠ ٤١١ ٤١٢ ٤١٣ ٤١٤ ٤١٥ ٤١٦ ٤١٧ ٤١٨ ٤١٩ ٤٢٠ ٤٢١ ٤٢٢ ٤٢٣ ٤٢٤ ٤٢٥ ٤٢٦ ٤٢٧ ٤٢٨ ٤٢٩ ٤٣٠ ٤٣١ ٤٣٢ ٤٣٣ ٤٣٤ ٤٣٥ ٤٣٦ ٤٣٧ ٤٣٨ ٤٣٩ ٤٤٠ ٤٤١ ٤٤٢ ٤٤٣ ٤٤٤ ٤٤٥ ٤٤٦ ٤٤٧ ٤٤٨ ٤٤٩ ٤٥٠ ٤٥١ ٤٥٢ ٤٥٣ ٤٥٤ ٤٥٥ ٤٥٦ ٤٥٧ ٤٥٨ ٤٥٩ ٤٦٠ ٤٦١ ٤٦٢ ٤٦٣ ٤٦٤ ٤٦٥ ٤٦٦ ٤٦٧ ٤٦٨ ٤٦٩ ٤٧٠ ٤٧١ ٤٧٢ ٤٧٣ ٤٧٤ ٤٧٥ ٤٧٦ ٤٧٧ ٤٧٨ ٤٧٩ ٤٨٠ ٤٨١ ٤٨٢ ٤٨٣ ٤٨٤ ٤٨٥ ٤٨٦ ٤٨٧ ٤٨٨ ٤٨٩ ٤٩٠ ٤٩١ ٤٩٢ ٤٩٣ ٤٩٤ ٤٩٥ ٤٩٦ ٤٩٧ ٤٩٨ ٤٩٩ ٥٠٠ ٥٠١ ٥٠٢ ٥٠٣ ٥٠٤ ٥٠٥ ٥٠٦ ٥٠٧ ٥٠٨ ٥٠٩ ٥١٠ ٥١١ ٥١٢ ٥١٣ ٥١٤ ٥١٥ ٥١٦ ٥١٧ ٥١٨ ٥١٩ ٥٢٠ ٥٢١ ٥٢٢ ٥٢٣ ٥٢٤ ٥٢٥ ٥٢٦ ٥٢٧ ٥٢٨ ٥٢٩ ٥٣٠ ٥٣١ ٥٣٢ ٥٣٣ ٥٣٤ ٥٣٥ ٥٣٦ ٥٣٧ ٥٣٨ ٥٣٩ ٥٤٠ ٥٤١ ٥٤٢ ٥٤٣ ٥٤٤ ٥٤٥ ٥٤٦ ٥٤٧ ٥٤٨ ٥٤٩ ٥٥٠ ٥٥١ ٥٥٢ ٥٥٣ ٥٥٤ ٥٥٥ ٥٥٦ ٥٥٧ ٥٥٨ ٥٥٩ ٥٦٠ ٥٦١ ٥٦٢ ٥٦٣ ٥٦٤ ٥٦٥ ٥٦٦ ٥٦٧ ٥٦٨ ٥٦٩ ٥٧٠ ٥٧١ ٥٧٢ ٥٧٣ ٥٧٤ ٥٧٥ ٥٧٦ ٥٧٧ ٥٧٨ ٥٧٩ ٥٨٠ ٥٨١ ٥٨٢ ٥٨٣ ٥٨٤ ٥٨٥ ٥٨٦ ٥٨٧ ٥٨٨ ٥٨٩ ٥٩٠ ٥٩١ ٥٩٢ ٥٩٣ ٥٩٤ ٥٩٥ ٥٩٦ ٥٩٧ ٥٩٨ ٥٩٩ ٦٠٠ ٦٠١ ٦٠٢ ٦٠٣ ٦٠٤ ٦٠٥ ٦٠٦ ٦٠٧ ٦٠٨ ٦٠٩ ٦١٠ ٦١١ ٦١٢ ٦١٣ ٦١٤ ٦١٥ ٦١٦ ٦١٧ ٦١٨ ٦١٩ ٦٢٠ ٦٢١ ٦٢٢ ٦٢٣ ٦٢٤ ٦٢٥ ٦٢٦ ٦٢٧ ٦٢٨ ٦٢٩ ٦٣٠ ٦٣١ ٦٣٢ ٦٣٣ ٦٣٤ ٦٣٥ ٦٣٦ ٦٣٧ ٦٣٨ ٦٣٩ ٦٤٠ ٦٤١ ٦٤٢ ٦٤٣ ٦٤٤ ٦٤٥ ٦٤٦ ٦٤٧ ٦٤٨

"Tuntutlah ilmu sejak dari buaian hingga liang lahat"

Dapat disimpulkan bahwa, untuk mengendalikan syahwat perut harus diikat dengan ilmu yang diajarkan sejak dini. Mengikat syahwat perut dengan ilmu, ilmu dari Allah yang di contohkan langsung oleh Uswah Hasanah kita melalui perbuatanya.

Sebagai contoh, Rasulullah ﷺ lebih sering lapar dari pada kenyang. Rasulullah ﷺ bersabda:

"Tidak ada wadah yang dipenuhi anak Adam yang lebih buruk dari perutnya. Cukuplah anak Adam mengkonsumsi beberapa suap makanan untuk menguatkan tulang rusuknya. Kalau memang tidak cukup, maka berikan sepertiga untuk makanan, sepertiga untuk minuman dan sepertiga untuk napasnya." (HR. Tirmizi dan Ibnu Majah).

Maka dengan kesempurnaan akal dan kesabaran, fitnah syahwat akan ditangkal dan dengan kesempurnaan pengetahuan dan keyakinan fitnah syubhat bisa ditangkal. Dengan demikian, sebagai seorang nakes hendaknya mengutamakan membersihkan hati dari penyakit yang menyelimutinya sebelum melakukan intervensi lanjutan kepada klien.

G. HUKUM BEROBAT

Berobat merupakan bentuk ketaqwaan kita kepada sang pemilik obat. Berobat merupakan kewajiban syar'i dan tidaklah mengurangi nilai tawakal kita kepada Allah. Hakikat tawakal adalah kesungguhan dalam menggantungkan hati kepada Allah, serta melaksanakan

sebab sebab (ikhtiar) dan meyakini bahwa semua ikhtiarnya tidak akan memberikan dampak yang nyata tanpa seijinNya.

Sahl bin Abdullah At-Tusturi berkata "Barang siapa yang mencela sebab, berarti mencela Sunnah. Barang siapa mencela tawakal, berarti telah mencela iman. Tawakal adalah sikap yang ada pada nabi, sedangkan mengupayakan sebab sebah merupakan Sunnah beliau. Barangsiapa yang mengikuti sikap beliau, janganlah meninggalkan Sunnahnya. Jika kita merujuk kepada Rasulullah, maka beliau pun berobat dan bahkan menetapkan prinsip pengobatan. Salah satu prinsip pengobatan tertuang dalam sabda beliau.

Dari Ibnu Abbas bahwa nabi, beliau ﷺ bersabda:

"Kesembuhan dapat diperoleh dengan tiga cara. Pertama minum madu, kedua dengan sayatan alat bekam, ketiga dengan besi panas dan aku tidak menganjurkan umatku melakukan pengobatan dengan besi panas" (HR Ahmad, Bukhori dan Muslim).

Selain itu, ada beberapa haidts lain yang menganjurkan bahkan memerintahkan untuk berobat. Dari Usamah bin Syarik bahwa Nabi ﷺ Bersabda : "Berobatlah, wahai hamba hamba Allah, karena Allah tidaka menciptakan penyakit kecuali juga menciptakan obatnya, kecuali satu penyakit yaitu tua."

Dari beberapa hadits di atas, maka pengobatan perlu sebuah fikih tersendiri. Berobat kadang menjadi wajib, kadang makruh, kadang Sunnah, kadang mubah dan kadang haram.

Berobat menjadi wajib jika sakitnya mengganggu aktivitas ibadah kepada Allah. Misal sakitnya membuat ia tidak bisa berpuasa dan tidak khushyuk dalam sholat sedangkan obatnya sudah diketahui, maka hukum berobat menjadi wajib. Selain itu jika saat sakit akan ada hak-hak orang lain yang tidak tertunaikan. Misal seorang pemuda yang telah menikah, namun karena sakitnya membuat ia tidak bisa memenuhi hak-hak istrinya (lahiriyah dan batiniyah) padahal obatnya sudah diketahui. Maka jika ia tidak berobat ketika itu, ia akan menjerumuskan istrinya ke dalam fitnah.

Berobat menjadi makruh jika cara berobatnya dengan hal-hal yang makruh atau akan dibukanya aurat, tanpa adanya keperluan mendesak untuk itu.

Berobat menjadi haram jika metode pengobatannya dengan cara haram, berobat kepada orang yang salah (dukun) dan cara berobat yang akan merusak akidahnya, misal terlalu meyakini bahwa obatnyalah yang menyembuhkan. Selain nabi memerintahkan untuk berobat, nabi juga memberikan batasan-batasan dalam berobat. Sebagaimana diriwayatkan oleh Abu Dawud dengan sanad hasan berdasarkan berbagai riwayat pendukungnya, Dari Abu Darda bahwa Nabi ﷺ bersabda: "Sesungguhnya Allah menurunkan penyakit dan obatnya, menciptakan obat untuk setiap penyakit, karena itu hendaklah kalian berobat, tetapi jangan berobat dengan sesuatu yang haram."

Perlu kita ingat bahwasanya tujuan berobat adalah untuk mencapai sehat wal afiyat, jasmani-ruhani, dengan kesadaran tidak se-

mua penyakit dapat disembuhkan. Batasan makhluk hanyalah beikhtiar dalam menjaga dan memperbaiki kondisi kesehatannya tapi kesembuhan mutlak wilayah Allah.

H. KESALAHAN DALAM BEROBAT

1. Berkeyakinan bahwa obatlah yang dapat menyembuhkan penyakit.

Dalam surat Asy-Syu'ara: 80 jelas disampaikan bahwa Allah-lah yang menyembuhkan, bukan obat. Meskipun Allah menurunkan obat, tetap saja kesembuhan mutlak milik Allah, bukan obat ataupun dokter. Inilah keyakinan awal yang perlu kita bangun sebelum melakukan ikhtiar (berobat). Sebagai tenaga kesehatan muslim sudah seyogyanya kita selalu meng-ingatkan klien bahwa yang menyembuhkan adalah Allah, obat dan tenaga kesehatan hanyalah perantara saja.

Namun saat ini banyak berkembang di dunia kesehatan tentang pemberian "sugesti positif" kepada klien yang bertujuan untuk mempercepat penyembuhan klien. Alih-alih mempercepat penyembuhan, justru sugesti positif ini akan menjadi sebab cacatnya akidah jika tidak menyertakan Allah. Sebagai contoh, sering kita dengar para nakes mengatakan kepada klien "Bapak, ini adalah obat yang sangat bagus, banyak klien yang meminum obat ini langsung sembuh, bapak yakinlah pada obat ini, maka kesembuhan akan segera datang kepada bapak".

2. Berobat kepada seorang yang salah dan dengan cara yang salah.

Kondisi saat ini mengharuskan seseorang harus berhati-hati dalam memilih dengan siapa harus berobat, karena sulit untuk membedakan mana tabib sebenarnya dan mana tabib yang hanya mengada-ada yang tidak memiliki ilmu pengetahuan tentang ilmu pengobatan. Bahkan saat ini banyak para dukun atau orang-orang yang bodoh tentang agama Islam merubah penampilanya seperti orang-orang yang alim sehingga membuat kita sulit membedakan.

Tentunya berobat kepada dukun tidaklah dibenarkan dalam Islam, jangankan berobat, mendatangi saja sudah dilarang dalam Islam. Rasulullah ﷺ bersabda: "Barangsiapa yang mendatangi dukun atau tukang ramal dan dia membenarkan ucapannya, maka dia berarti telah kufur pada Al-Quran yang telah diturunkan pada Muhammad" **(HR. Ahmad)**.

Tidak hanya memilih dengan siapa kita berobat, tetapi juga harus memilih jenis pengobatan yang manfaat dan tidak bertentangan dengan syari'at. Saat ini banyak berkembang pengobatan yang bertentangan dengan syariat yang telah dibungkus rapi seolah-olah ilmiah. Meskipun pengobatan itu terbukti manfaat, namun tidak semuanya baik dan sesuai dengan syariat.

3. Berputus asa dan berburuk sangka kepada Allah

Jika seseorang memahami tentang hakikat dan hikmah-hikmah

sakit, maka tak ada alasan untuk berputus asa dan berburuk sangka kepada Allah atas sakitnya. Karena Allah sesuai dengan prasangka hambaNya. Dari Abu Hurairah radhiallahu anhu dia berkata, Nabi ﷺ bersabda: "Allah Ta'ala berfirman, 'Aku tergantung persangkaan hamba kepadaKu. Aku bersamanya kalau dia mengingat-Ku. Kalau dia mengingatku pada dirinya, maka Aku mengingatnya pada diriKu. Kalau dia mengingatKu di keramaian, maka Aku akan mengingatnya di keramaian yang lebih baik dari mereka. Kalau dia mendekat sejengkal, maka Aku akan mendekat kepadanya sehasta. Kalau dia mendekat kepada diri-Ku sehasta, maka Aku akan mendekatinya sedepa. Kalau dia mendatangi-Ku dengan berjalan, maka Aku akan mendatangi-nya dengan berlari." (HR bukhari, no. 7405 dan Muslim, no. 2675).



Bab 4

Proses Keperawatan

Manusia adalah makhluk yang sempurna dan seimbang, itulah fitrah dari manusia. Allah menciptakan manusia dalam bentuk yang sempurna, yang tersusun atas unsur jasad (fisik), ruh (nafs), qolbu, dan akal. Allah berfirman "Sesungguhnya Kami telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya." (QS. At Tin : 4). Selain sempurna Allah juga memberikan keseimbangan di dalam tubuh manusia. "Yang telah menciptakan kamu lalu menyempurnakan kejadianmu dan menjadikan (susunan tubuh)mu seimbang" (QS. Al Infithar: 7). Maka sebagai seorang hamba yang taat kepada penciptanya, sudah sepatutnya kita menjaga apa yang telah Allah titipkan kepada kita. Menjaga diri agar tetap sesuai fitrahnya yaitu sempurna dan seimbang.

Sebagai seorang perawat tugas kita tidak hanya menjaga diri agar tetap dalam fitrahnya, namun juga memiliki tanggung jawab untuk membantu menjaga fitrah dari orang lain, terutama klien yang sedang mendapat anugerah sakit. Salah satu tugas perawat adalah memberikan

asuhan keperawatan, tentunya asuhan keperawatan yang utuh meliputi aspek fisik, nafs, qolbu dan akal.

Asuhan keperawatan yang diberikan harus sesuai dengan proses keperawatan yang terdiri dari tahap assessment, diagnosis, perencanaan, implementasi, dan evaluasi. Proses keperawatan merupakan sebuah pendekatan yang terorganisir dan sistematis yang digunakan oleh perawat untuk memenuhi kebutuhan perawatan kesehatan klien¹⁹.

A. ASSESSMENT

Agar dapat memberikan asuhan keperawatan yang tepat, dibutuhkan diagnosis yang tepat, dan diagnosis yang tepat didapatkan dari pengkajian yang tepat. Pengkajian secara utuh atau holistik yang meliputi aspek bio, psiko, kognitif, sosio, culture dan spiritual. Hal ini sesuai dengan UU No. 38 Tahun 2014 Tentang Keperawatan Pasal 30, yang menjelaskan bahwa seorang perawat dalam menjalankan tugas sebagai pemberi asuhan keperawatan, ia berwenang dalam melakukan pengkajian keperawatan secara holistik.

Sakit itu ada dan nyata, dan terjadi atas sebuah sebab, baik sebab syarriyah (melanggar hukum syariat) ataupun sebab kauniah (hukum alam). Maka tugas seorang perawat adalah membantu klien dalam menggali dan menemukan sebab sebab tersebut. Pertama, ajak klien untuk melakukan refleksi diri atau muhasabah diri saat menjawab pertanyaan dari perawat. Misal, "Bagaimana dengan pola

¹⁹ Belgin Yildirim and S Ozkahraman, 'Critical Thinking in Nursing Process and Education', *International Journal of Humanities and Social Science*, 1.13 (2011), 257–62.

istirahat (tidur) bapak akhir akhir ini? Jam berapa mulai tidur, berapa lama, apa yang dilakukan sebelum tidur (apakah sudah sesuai dengan adab adab sebelum tidur dalam Islam), bagaimana kualitas tidurnya dan bagaimana dengan mimpinya?”

Hal seperti ini perlu kita gali lebih dalam, karena bisa jadi penyebab klien sakit (misal hipertensi) bukan karena makananya tapi karena tidak terpenuhinya kebutuhan tidur. Sehingga jika hanya memberikan obat hipertensi dan atau memberikan terapi bekam saja tidak cukup jika klien masih aja suka begadang dan tidak menjaga pola tidurnya. Karena prinsipnya adalah kita bukan mengobati gejala, tapi memotong akar penyebabnya. Di sinilah kepiawaian perawat sangat dibutuhkan dalam menggali sebab sebab sakit. Maka perawat pun harus memahami tentang apa apa saja yang menjadi sebab sakit.

Dalam bukunya Ibnu Qoyyim Al Jauziyyah²⁰, ia mengatakan 10 hal yang jika ditahan akan membahayakan tubuh, di antaranya: darah ketika sudah bergejolak, sperma, urin, tinja, flatus, muntah, bersin, kantuk, lapar, dan haus. Selain itu dalam ilmu kedokteran konvensional dan integratif mengenal hal-hal yang menjadi akar penyebab permasalahan kesehatan di antaranya; tidur dan istirahat, olahraga, nutrisi, stres, hubungan, trauma, microorganism, polusi lingkungan. Dalam perspektif Kesehatan Islam, hal-hal tersebut

²⁰ Al-Jauziyah.

merupakan hak tubuh yang harus dipenuhi. Rasulullah ﷺ bersabda: “Sesungguhnya tubuhmu punya hak atas dirimu” (HR Muslim).

Mungkin masalah Kesehatan yang terjadi saat ini karena tidak terpenuhinya hak hak tubuh dengan baik. Missal hak untuk istirahat, yang dalam Islam disampaikan di Al Qur’an melalui Firmanya:

وَهُوَ الَّذِي جَعَلَ لَكُمُ اللَّيْلَ لِيَسْكُنُوا فِيهَا وَالنَّجْمَ وَالشَّمْسَ وَالْقَمَرَ وَاللَّيْلَ وَالنَّجْمَ وَالشَّمْسَ وَالْقَمَرَ
وَهُوَ الَّذِي جَعَلَ لَكُمُ النَّهَارَ لَعَلَّكُمْ تَعْمَلُونَ وَهُوَ الَّذِي جَعَلَ لَكُمُ اللَّيْلَ لِيَسْكُنُوا فِيهَا وَالنَّجْمَ وَالشَّمْسَ وَالْقَمَرَ وَاللَّيْلَ وَالنَّجْمَ وَالشَّمْسَ وَالْقَمَرَ

“Dialah yang menjadikan untukmu malam (sebagai) pakaian, dan tidur untuk istirahat, dan Dia menjadikan siang untuk bangun berusaha” (QS. Al Furqan; 47).

Begitu juga dengan nutrisi, merupakan hak tubuh yang harus dipenuhi. Dalam Islam disampaikan, nutrisi terbaik untuk tubuh adalah yang sesuai dengan QS Al-Baqarah:168.

يَا أَيُّهَا النَّاسُ كُلُوا مِن ثَمَرِهِ إِذَا أَثْمَرَ وَابْتَاعُوا لَكُمْ حَتَّى تَعْلَمُوا أَن تَبْغُوا فِي سَبِيلِ اللَّهِ وَلَئِنْ كُنْتُمْ تُحِبُّونَ اللَّهَ فَاتَّبِعُونِي يُحْبِبْكُمُ اللَّهُ وَيَغْفِرْ لَكُمْ ذُنُوبَكُمْ وَاللَّهُ غَفُورٌ رَحِيمٌ
يَا أَيُّهَا النَّاسُ كُلُوا مِن ثَمَرِهِ إِذَا أَثْمَرَ وَابْتَاعُوا لَكُمْ حَتَّى تَعْلَمُوا أَن تَبْغُوا فِي سَبِيلِ اللَّهِ وَلَئِنْ كُنْتُمْ تُحِبُّونَ اللَّهَ فَاتَّبِعُونِي يُحْبِبْكُمُ اللَّهُ وَيَغْفِرْ لَكُمْ ذُنُوبَكُمْ وَاللَّهُ غَفُورٌ رَحِيمٌ

“Hai sekalian manusia, makanlah yang halal lagi baik dari apa yang terdapat di bumi, dan janganlah kamu mengikuti langkah-langkah syaitan; karena sesungguhnya syaitan itu

adalah musuh yang nyata bagimu” (QS Al-Baqarah: 168).

Jika hak-hak tubuh terpenuhi dengan baik (sesuai fitrahnya), maka tubuh akan terjaga kesehatannya. Namun sebaliknya, jika hak-hak tubuh tidak terpenuhi dengan baik, inilah awal dari penyebab

masalah kesehatan. Keadaan ini perlu digali lebih dalam untuk

menemukan akar penyebabnya, sehingga bisa mendapatkan diagnosis yang tepat.

B. DIAGNOSIS

Diagnosa yang tepat sebagai langkah awal dalam menentukan intervensi atau tindakan yang akan dilakukan. Diagnosis keperawatan merupakan suatu penilaian klinis mengenai respon klien terhadap masalah kesehatan atau proses kehidupan yang dialaminya baik yang berlangsung actual atau potensial ²¹. Diagnosis keperawatan dibagi menjadi lima kategori yaitu; Fisiologis, Psikologis, Perilaku, Relasional, dan Lingkungan. Berikut beberapa diagnosis keperawatan yang mungkin berhubungan dengan intervensi bekam.

1. Kategori fisiologis

- Bersihan jalan napas tidak efektif
- Perfusi perifer tidak efektif
- Resiko perfusi renal tidak efektif
- Resiko perfusi cerebral tidak efektif
- Ketidakstabilan kadar glukosa darah
- Gangguan pola tidur
- Keletihan
- Gangguan memori
- Disfungsi seksual

2. Kategori Psikologi

- Nausea

²¹ Tim Pokja SDKI D P P PPNI, 'Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia', 2017.

- Nyeri akut
 - Ansietas
 - Nyeri kronis
 - Distress spiritual
3. Kategori lingkungan
- Gangguan integritas kulit/jaringan

C. INTERVENSI

Intervensi keperawatan adalah segala treatment yang dikerjakan oleh perawat yang didasarkan pada pengetahuan dan penilaian klinis untuk mencapai luaran yang diterapkan²². Dalam buku ini penulis akan lebih fokus membahas mengenai terapi bekam sebagai bagian dari intervensi keperawatan. Bekam merupakan salah satu jenis terapi komplementer, yang saat ini sudah menjadi salah satu intervensi yang di tuliskan dalam buku Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI). Selain bekam, masih banyak lagi terapi komplementer yang menjadi bagian dari SIKI.

Terapi komplementer dan alternatif adalah sekelompok sistem, praktik, dan produk perawatan kesehatan yang beragam dan saat ini tidak dianggap sebagai bagian dari pengobatan konvensional. Terapi komplementer dikelompokkan kedalam 5 kategori yaitu whole

²² PPNI.

medical systems, mind–body terapi, biologically-based terapi, manipulative terapi, dan **energy** terapi²³.

Sebagai seorang perawat muslim, sebaiknya kita memilih terapi komplementer apa saja yang tidak bertentangan dengan syariat Islam. Berikut penulis rekomendasikan beberapa terapi yang bisa dipertimbangkan dalam pemberian terapi komplementer.

1. **Mind–body terapi** yaitu memberikan intervensi dengan berbagai teknik untuk memfasilitasi kapasitas berpikir yang mempengaruhi gejala fisik dan fungsi tubuh misalnya: Aroma terapi, Terapi Al Qur'an atau murotal, Terapi Dzikir.
2. **Biologically-based terapi** yaitu natural dan praktik biologis dan hasil-hasilnya misalnya Herbal, Probiotik, dan makanan.
3. **Whole medical systems yaitu** sistem pelayanan kesehatan yang mengembangkan pendekatan pelayanan biomedis berbeda dari Barat misalnya Unani Medicine.
4. **Manipulative terapi and body-based methods** yaitu terapi yang didasari oleh manipulasi dan pergerakan tubuh misalnya kiropraksi, pijat refleksi, bekam, hidroterapi, akupuntur.
5. **Energy terapi yaitu** terapi yang fokusnya berasal dari energi dalam tubuh (biofields) atau mendatangkan energi dari luar tubuh misalnya terapeutik sentuhan, magnet.

²³ Kristopher Denby and Nana Duffy, *Complementary and Alternative Therapies, Current and Emerging Treatments for Psoriasis*, 2011
<<https://doi.org/10.2217/EBO.11.162>>.



Bab 5

Evidence Based Bekam untuk Diagnosis Keperawatan

Bekam merupakan pengobatan atau terapi terbaik, dan kesembuhan salah satunya ada pada perantara bekam, jika sesuai dengan masalah dan kondisi klien. Sebagai seorang perawat muslim kita wajib yakin bahwa bekam adalah pengobatan yang istimewa, karena di bawa oleh manusia istimewa dan saat peristiwa istimewa. Namun sebagai seorang makhluk yang dibekali akal, kita juga wajib menggali dan mempelajari lebih dalam tentang ilmu ilmu yang telah Allah bentangkan di muka bumi ini.

Salah satu peran perawat adalah sebagai peneliti, maka sudah seharusnya perawat turut berkontribusi dalam melakukan penelitian tentang bekam. Tujuan melakukan penelitian bukan untuk membuktikan kebenaran hadits, namun untuk menjelaskan secara ilmiah kepada sejawat yang tidak mempercayai hadits. Jika belum berkesempatan melakukan penelitian, minimal membaca dan mempelajari bekam dari

hasil penelitian yang sudah ada, sebagai bekal ilmu dalam memberikan pelayanan kepada klien. Berikut penulis mencoba memberikan rangkuman beberapa hasil penelitian tentang bekam yang sesuai dengan diagnosis keperawatan.

A. BERSIHAN JALAN NAPAS TIDAK EFEKTIF

Bersihkan jalan napas tidak efektif merupakan sebuah kondisi ketidakmampuan dalam membersihkan sekret atau obstruksi jalan napas untuk mempertahankan jalan napas paten. Bekam menjadi salah satu terapi komplementer yang mungkin bisa diterapkan untuk mengatasi obstruksi jalan napas yang disebabkan oleh spasme jalan napas pada kondisi klinis seperti asma.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Igor Klepikov²⁴ dengan judul "Cupping Therapy as a Means of First Aid in Acute Pneumonia" membuktikan adanya efek positif dari terapi bekam untuk penanganan pneumonia. Pengekupan saat bekam akan memberikan efek perbaikan sirkulasi darah, sehingga memberikan efek positif pada pembuluh paru dan mengurangi spasme jalan napas. Selain itu hasil review yang dilakukan oleh Abbas Joushan, dkk.²⁵ menyatakan bahwa bekam merupakan salah satu terapi yang dianjurkan dalam pengobatan penyakit paru-paru seperti asma,

²⁴ Igor Klepikov, 'Cupping Therapy as a Means of First Aid in Acute Pneumonia', *J Clin Case Stu*, 3.2 (2018), 1–3.

²⁵ Abbas Joushan and others, 'The Role of Manual Therapy/Practices (Dry Cupping, Wet Cupping, Leech Therapy, Venesection, or Phlebotomy) in Lung Diseases', *European Journal of Molecular & Clinical Medicine*, 7.1 (2021), 4444–54.

batuk, dan radang paru-paru. Penggunaan terapi ini juga umumnya aman dilakukan dalam jangka Panjang.

Berdasar uraian tersebut, mungkin bekam bisa direkomendasikan sebagai intervensi untuk diagnosis bersihan jalan napas tidak efektif yang disebabkan oleh obstruksi jalan napas. Titik bekam yang bisa di pilih yaitu titik organ paru, jantung dan bisa ditambahkan titik di dada tepat diatas prosesus sifoid.

B. PERFUSI PERIFER TIDAK EFEKTIF, RISIKO PERFUSI RENAL TIDAK EFEKTIF, RESIKO PERFUSI CEREBRAL TIDAK EFEKTIF

Perfusi perifer tidak efektif merupakan suatu kondisi terjadinya penurunan sirkulasi darah pada level kapiler yang dapat mengganggu metabolisme tubuh, begitu juga dengan perfusi renal dan cerebral, terjadi penurunan sirkulasi darah ke ginjal dan cerebral.

Bekam dapat meningkatkan sirkulasi darah pada kondisi klinis terkait seperti hipertensi^{26 27}, aterosklerosis²⁸, strok²⁹, diabetes melitus³⁰, gangguan fungsi ginjal³¹.

Bekam efektif dalam meningkatkan sirkulasi darah, mungkin dapat dijelaskan melalui dua jalur mekanisme teori, yaitu mekanisme teori Nitrid Oxide dan detoksifikasi darah. Pertama melalui mekanisme pelepasan Nitric Oxide (NO) yang merupakan molekul gas dan berfungsi sebagai perantara vasodilatasi dan mengatur volume dan aliran darah. Studi sebelumnya melaporkan bahwa produksi endogen Nitric Oxide (NO) akan meningkat setelah terjadi cedera dan luka pada kulit.

Berdasarkan hal tersebut, maka tusukan/sayatan saat bekam mungkin memberikan efek peningkatan Nitric Oxide (NO). Tusukan pada kulit saat proses bekam akan menyebabkan kerusakan sel mast yang akan mengeluarkan beberapa zat seperti serotonin, histamine, bradikinin, slow reacting substance yang selanjut

²⁶ Nouran Aleyeidi, Khaled Aseri, and A Kawthar, 'The Efficacy of Wet Cupping on Blood Pressure among Hypertension Patients in Jeddah, Saudi Arabia: A Randomized Controlled Trial Pilot Study', *Altern Integr Med*, 4 (2015), 183.

²⁷ Aris Setyawan, Dian Nur Adkhana Sari, and Gani Apriningtyas Budiati, 'Effectiveness and Mechanism of Wet Cupping Therapy in Reducing Mean Arterial Pressure Value in Hypertension Patients', *Jurnal Keperawatan*, 12.4 (2020), 727–34
<<https://doi.org/https://doi.org/10.32583/keperawatan.v12i4.987>>.

²⁸ Wahyudi Widada, Teddy Ontoseno, and Bambang Purwanto, 'Reduce The Risk of Atherosclerosis through the Wet Cupping Therapy', *J. Med. Sci. Clin. Res*, 6.11 (2018), 581–86.

²⁹ Myeong Soo Lee and others, 'Cupping for Stroke Rehabilitation: A Systematic Review', *Journal of the Neurological Sciences*, 294.1–2 (2010), 70–73.

³⁰ Majid Ramazani and others, 'Effect of Cupping on Blood Factors and Oxidative Stress in Diabetes Type II', *Journal of Arak University of Medical Sciences*, 15.8 (2013), 54–60.

³¹ Nik-Rosmawati Nik Husain and others, 'The Effects of Wet Cupping Therapy on Fasting Blood Sugar, Renal Function Parameters, and Endothelial Function: A Single-Arm Intervention Study', *Oman Medical Journal*, 35.2 (2020), e108.

akan terjadi pelepasan Nitric Oxide (NO)^{32 33}. NO memiliki peran penting dalam aktifitas proliferasi sel, diferensiasi, angiogenesis, apoptosis dan remodeling³⁴.

Dari uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa NO yang menjadi faktor elastisitas endotel memiliki peran penting dalam kelancaran sirkulasi darah, sehingga peningkatan NO saat terapi bekam dapat memberikan efek vasodilatasi yang dapat meningkatkan sirkulasi darah perifer, cerebral dan juga renal.

Kedua, melalui mekanisme detoksifikasi darah. Darah yang dikeluarkan saat proses bekam mengandung CPS (causative phatological substance), cairan interstisial, eritrosit tua/rusak, bahan hidrofilik dan hidrofobik dalam bentuk lipoprotein. Dua jenis lipoprotein yaitu lipoprotein berdensitas rendah (LDL) dan lipoprotein berdensitas tinggi (HDL). Tingginya LDL dalam darah akan menghambat produksi NO yang selama ini menjadi faktor elastisitas endotel, sehingga akan berdampak pada penurunan sirkulasi darah. Banyaknya zat radikal bebas dalam darah menyebabkan darah memiliki viskositas yang kental. Viskositas menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi sirkulasi darah. Penelitian yang dilakukan oleh widada, bekam terbukti dapat meningkatkan HDL dan menurunkan LDL³⁵. Bekam mungkin dapat menurunkan viskositas

³² (Lauche et al., 2012

³³ Al-Bedah et al., 2019)

³⁴ (Frank et al., 2002

³⁵ Wahyudi Widada and others, 'The Effect of the Blood Cupping Therapy on High Density Lipoprotein (HDL) and Low Density Lipoprotein (LDL) in Hypercholesterol Patients.', *Indian Journal of Forensic Medicine & Toxicology*, 14.4 (2020).

darah akibat dari pengeluaran lipoprotein, CPS dan cairan interstisial³⁶. Maka dapat disimpulkan dengan menurunnya viskositas darah saat bekam mungkin akan berdampak pada peningkatan sirkulasi darah perifer, cerebral dan renal.

Titik bekam yang direkomendasikan untuk meningkatkan sirkulasi darah perifer adalah titik Al Kahil, Azh Zahrul A'la, Azh Zahrul Washati, Al Qothanul Alawi, Al Qothanul Sufla. Sedangkan untuk meningkatkan sirkulasi cerebral bisa di titik Ummu Mughits, Ar Ro's, dan Al Akhda'ain.

C. GANGGUAN POLA TIDUR

Gangguan pola tidur merupakan gangguan kualitas dan kuantitas waktu tidur akibat faktor eksternal. Kondisi klinis terkait seperti nyeri, kecemasan dan penyakit paru.

Bekam mungkin dapat dijadikan intervensi untuk masalah gangguan tidur. Salah satu kondisi klinis terkait gangguan tidur adalah nyeri. Nyeri yang dirasakan klien akan mengganggu kualitas tidurnya, sehingga saat nyeri teratasi maka kualitas tidur akan meningkat. Bekam sangat efektif dalam mengatasi gangguan nyeri, yang dapat dijelaskan melalui Pain Gate Theory, Diffuse Noxious Inhibitor Controls, Refles Zone Theory).

Selain itu bekam juga mampu memberikan relaksasi pada otot dan perbaikan sirkulasi darah yang diikuti dengan efek

³⁶ S M El-Sayed, H S Mahmoud, and M M H Nabo, 'Medical and Scientific Bases of Wet Cupping Therapy', *Light of Modern Medicine and Prophetic Medicine. Alternative and Integrative Medicine*, 2 (2013), 1–16.

kenyamanan pada klien sehingga kualitas tidur menjadi lebih baik, hal ini bisa dijelaskan dengan Theory Nitric Oxide.

Bekam juga dapat merangsang pengeluaran hormon Endorphin yang memberikan efek relaksasi dan kesegaran pada seluruh anggota tubuh. Kondisi ini akan menurunkan stimulus ke sistem aktivasi reticular (SAR) yang berfungsi dalam mempertahankan kewaspadaan dan terjaga. Menurunnya stimulus SAR akan diambil alih oleh bulbar synchronizing region (BSR) yang fungsinya berkebalikan dengan SAR, sehingga bisa menyebabkan tidur yang diharapkan dan dapat meningkatkan kualitas tidur.

D. KETIDAKSTABILAN KADAR GLUKOSA DARAH

Ketidakstabilan kadar glukosa darah merupakan variasi kadar glukosa darah naik/turun dari rentang normal. Kondisi ini bisa disebabkan oleh hiperglikemia dan hipoglikemia. Namun Ketidakstabilan kadar glukosa darah yang bisa diberikan intervensi bekam adalah yang disebabkan oleh hiperglikemia. Hipoglikemia menjadi kontraindikasi absolut untuk bekam, sedangkan hiperglikemia menjadi kontraindikasi relatif yang artinya bisa dilakukan bekam jika kadar glukosa darah sewaktu tidak lebih dari 300 Mg/dl.

Dari beberapa penelitian, bekam menjadi salah satu terapi yang direkomendasikan untuk pasien diabetes melitus³⁷. Bekam bermanfaat mengembalikan fungsi pankreas, sehingga dapat

³⁷ Seyed Reza Vakiliinia, Davood Bayat, and Majid Asghari, 'Hijama (Wet Cupping or Dry Cupping) for Diabetes Treatment', *Iranian Journal of Medical Sciences*, 41.3 Suppl (2016), S37.

menstabilkan produksi insulin. Selain itu, bekam dapat mengeluarkan cairan interstisial yang di dalamnya mengandung unsur glukosa, sehingga bekam dapat menurunkan kadar glukosa.

Penelitian yang dilakukan oleh Nikhat, dkk. di Unani Medical Colledge Mumbai kepada 30 pasien penderita diabetes mellitus, dilakukan secara acak untuk mengetahui efek bekam terhadap kadar glukosa darah. Kriteria penilaian didasarkan pada parameter biokimia dan perbaikan tanda dan gejala klinis diabetes melitus. Dari hasil penelitian menunjukkan efek yang signifikan secara statistik terhadap penurunan kadar glukosa darah puasa dan postprandial.

Berdasar uraian tersebut, maka bekam mungkin bisa digunakan sebagai intervensi keperawatan dalam menjaga kestabilan kadar glukosa darah. Namun bekam pada pasien diabetes melitus perlu hati-hati dan perlakuan khusus. Missal, titik bekam tidak boleh terlalu banyak (maksimal 3), pemilihan titik tidak boleh diarea yang jauh dari jantung, penusukan tidak boleh terlalu banyak dan penyedotan tidak terlalu kuat. Titik bekam yang bisa di pilih untuk kasus diabetes melitus adalah titik pankres.

E. KELETIHAN

Keletihan adalah terjadinya penurunan kapasitas kerja fisik dan mental yang tidak pulih dengan istirahat. Penyebab dari keletihan di antaranya: gangguan tidur, penyakit kronis, stres berlebihan dan depresi.

Penelitian yang dilakukan oleh Guo, Hao-ran, dkk.³⁸ di Baokang Hospital china pada 91 responden dengan chronic fatigue syndrome untuk mengetahui efek bekam pada kasus chronic fatigue syndrome didapatkan hasil bahwa bekam efektif dalam mengurangi gejala kelelahan kronis, memperbaiki suasana hati dan meningkatkan kualitas tidur. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu Fatigue Assessment Instrument (FAI), Self-Rating Anxiety Scale (SAS) score, Self-Rating Depression Scale (SDS) score, and the Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) score.

Studi sebelumnya juga membuktikan bekam bermanfaat untuk mengatasi penyebab kelelahan seperti kecemasan³⁹, gangguan tidur⁴⁰, dan depresi^{41 42}. Meskipun bekam efektif dalam mengatasi kelelahan, namun sebelum melakukan bekam perlu dikaji terlebih dahulu kondisi klien. Jika penyebab kelelahan karena anemia, maka lebih baik dilakukan bekam kering saja bukan bekam basah. Sebaliknya, jika penyebabnya adalah kecemasan, gangguan tidur, dan depresi maka boleh dilakukan bekam basah. Adapun titik yang

³⁸ Hao-ran Guo and others, 'The Effectiveness of Cupping Therapy on Chronic Fatigue Syndrome: A Single-Blind Randomized Controlled Trial', *Complementary Therapies in Clinical Practice*, 40 (2020), 101210.

³⁹ Aris Setyawan and Kholifah Hasnah, 'EFEKTIVITAS WET CUPPING THERAPY TERHADAP KECEMASAN PADA PASIEN HIPERTENSI', *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*, 2020, 212–17 <<https://doi.org/10.34035/jk.v11i2.574>>.

⁴⁰ Ni Putu Oppy Hendrawati and others, 'Hijamah Meningkatkan Kualitas Tidur Pada Pasien Hipertensi', *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 11.1 (2021), 1–10.

⁴¹ Ziaur Rahman and others, 'EFFICACY OF WET CUPPING IN THE MANAGEMENT OF DEPRESSION: A PILOT STUDY'.

⁴² Sabeela Noor, 'Al-Hijama-A Possible Cure for Depression: A Pilot Study', *Sch Int J Tradit Complement Med*, 4.11 (2021), 179–83.

bisa digunakan yaitu titik Al Akhda'ain, Al Kahil, dan titik organ ginjal.

F. GANGGUAN MEMORI

Gangguan memori merupakan suatu kondisi ketidakmampuan mengingat beberapa informasi atau perilaku. Penyebab gangguan memori di antaranya adalah gangguan sirkulasi ke otak dan faktor psikologis (depresi, stres berlebihan, dan gangguan tidur). Kondisi klinis terkait seperti stroke, Alzheimer, cedera kepala dan depresi.

Bekam mungkin bisa direkomendasikan sebagai intervensi keperawatan untuk diagnosis gangguan memori. Studi sebelumnya melaporkan bahwa bekam mampu memperbaiki sirkulasi darah, mungkin ini bisa menjelaskan tentang efek bekam pada peningkatan fungsi kognitif.

Penelitian yang dilakukan oleh Taher dan Mohammad⁴³ membuktikan bahwa bekam mampu meningkatkan fungsi kognitif. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Faruk, dkk.⁴⁴ dengan judul "Beta and Gamma EEG Oscillatory Waves of the Frontal Cortex Increase after Wet Cupping Therapy in Healthy Humans" menunjukkan hasil terjadinya peningkatan aktivitas beta dan gamma pada subjek yang sehat ($p < 0,05$). Beta dan gamma dapat digunakan sebagai ukuran

⁴³ Taher Afsharnezhad and Mohammad Khaleghi, 'The Effects of Lower Body Dry Cupping on Muscular Strength, Anaerobic Power, Cognitive Function and Profile of Mood State in Athletes', *Complementary Medicine Journal*, 11.3 (2021), 0.

⁴⁴ Faruk Abdullahi and others, 'Beta and Gamma EEG Oscillatory Waves of the Frontal Cortex Increase after Wet Cupping Therapy in Healthy Humans', *Journal of Research in Medical and Dental Science*, 7.3 (2019), 123–30.

aktivasi frontal dalam terapi bekam basah. Aktivasi frontal mungkin terjadi karena efek penyedotan dan tusukan pada bekam yang merangsang reseptor sensorik kulit. Sinyal-sinyal ini kemudian dikirim ke sistem saraf pusat untuk mengaktifkan masing-masing frontal. Selain itu peningkatan osilatori beta dan gelombang kortikal gamma dapat dimediasi oleh stimulasi sistem saraf perifer, dan mungkin karena peningkatan sekresi faktor neurohumoral tertentu.

Gelombang beta dan gamma merupakan gelombang penting untuk persepsi dan proses kognitif. Sehingga peningkatan gelombang ini menunjukkan peningkatan fungsi mental yang lebih tinggi.

Dari uraian tersebut maka bekam dapat direkomendasikan untuk diagnosa gangguan memori. Titik bekam yang bisa digunakan yaitu titik Al Kahil, Al Akhda'ain, Azh Zahrul A'la dan titik pada kepala (Ummu Mughits, Al Yaafukh dan Ar Ro's), namun untuk titik di kepala hanya boleh dilakukan oleh perawat yang terlatih.

G. DISFUNGSI SEKSUAL

Disfungsi seksual adalah perubahan fungsi seksual selama fase respon seksual berupa hasrat, terangsang, orgasme, dan/atau relaksasi yang dirasa tidak memuaskan, tidak bermakna atau tidak adekuat.

Bekam mungkin menjadi intervensi yang bisa direkomendasikan untuk kasus disfungsi seksual. Beberapa penelitian telah

membuktikan efektivitas bekam terhadap masalah seksualitas. Baru baru ini penelitian yang dilakukan oleh senol dane dan osain ⁴⁵ dengan judul "A case study: Effects of wet cupping therapy in a male with primary infertility" mendapatkan hasil bahwa bekam efektif dalam mengatasi masalah infertilitas. Hasil spermiogram (volume, jumlah sperma, motilitas, morfologi, dan vitalitas) dalam penelitian ini menunjukkan perbaikan selama terapi dan menjadi normal setelah 2 bulan pasca bekam. Selain itu, ejakulasi dini yang dialami responden juga benar-benar hilang setelah terapi bekam.

Efek bekam basah juga dapat dikaitkan dengan pengeluaran CPS atau sampah metabolisme dari tubuh. Selain itu, kerusakan lokal pada kulit dan pembuluh kapiler akan bertindak sebagai stimulus nosiseptif yang memicu sistem saraf, merangsang kedua perifer dan fungsi sistem saraf otonom. Oleh karena itu, terapi bekam basah dapat memperkuat potensi seksual seorang pria, meningkatkan spermatogenesis pada pria, mengatasi ejakulasi dini dan mencapai konsepsi yang sehat pada wanita.

Titik bekam yang dianjurkan untuk masalah disfungsi seksual yaitu titik bekam pada area thoracal dan lumbal. Bisa menggunakan titik Azh Zahrul A'la, Azh Zahrul Washati, Al Qothanul Alawi (Lumbal 1 dan 2), Al Qothanul Sufla (sacrum 1).

⁴⁵ Senol Dane and Menizibeya Osain Welcome, 'A Case Study: Effects of Wet Cupping Therapy in a Male with Primary Infertility', *Journal of Complementary Medicine Research*, 10.4 (2019), 155–61.

H. NAUSEA

Nausea merupakan perasaan tidak nyaman pada bagian belakang tenggorok atau lambung yang dapat mengakibatkan muntah. Penyebab nausea di antaranya: gangguan pada esofagus, distensi lambung, iritasi lambung, kehamilan dan efek toksin.

Bekam dilaporkan memiliki efek antimual, penelitian yang dilakukan oleh Khosro Fahardi, dkk.⁴⁶ dengan judul "The effectiveness of dry-cupping in preventing post-operative nausea and vomiting by P6 acupoint stimulation A randomized controlled trial" pada 206 pasien yang menjalani operasi pembedahan di rumah sakit Imam Reza, Kermanshah, Iran. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui efektivitas bekam terhadap kejadian nausea dan vomiting. Hasil penelitian menunjukkan bekam efektif dalam menurunkan kejadian nausea dan vomiting.

Bekam efektif mengatasi mual muntah, mungkin karena menghambat sekresi asam lambung dan peningkatan gerakan peristaltik usus. Selain itu, bekam juga berhubungan dengan pelepasan hormon enkephalin, endorphen, beta-endorphen, dan dynorphin.

Titik bekam yang dianjurkan untuk mengatasi mual adalah di titik Pericardium 6 (P6) atau 3 jari di bawah pergelangan tangan diantara 2 tendon pergelangan tangan.

⁴⁶ Khosro Farhadi and others, 'The Effectiveness of Dry-Cupping in Preventing Post-Operative Nausea and Vomiting by P6 Acupoint Stimulation: A Randomized Controlled Trial', *Medicine*, 95.38 (2016).

I. NYERI AKUT DAN NYERI KRONIS

Nyeri akut merupakan pengalaman sensorik atau emosional yang berkaitan dengan kerusakan jaringan aktual atau fungsional, dengan onset mendadak atau lambat dan berintensitas ringan hingga berat yang berlangsung kurang dari 3 bulan. Sedangkan nyeri kronis lebih dari 3 bulan.

Bekam basah dan bekam kering saat ini disarankan untuk mengatasi masalah nyeri, namun bekam basah memiliki efek lebih baik dalam menurunkan nyeri dari pada bekam kering⁴⁷.

Penelitian yang dilakukan oleh Setyawan, dkk.⁴⁸, bekam terbukti efektif dalam menurunkan skala nyeri leher pasien hipertensi. Terdapat penurunan yang signifikan antara skala nyeri sebelum diberikan terapi bekam dan setelah diberikan terapi bekam dengan nilai $p < 0.01$. Efek bekam dalam menurunkan nyeri bisa dirasakan segera setelah proses bekam. Studi lain mengungkapkan bekam

⁴⁷ Aris Setyawan, Gani Apriningtyas Budiyati, and Wa Ode Siti Hardiyanti, 'The Comparison of Effectiveness and Mechanisms of Dry Cupping Therapy and Wet Cupping Therapy in Reducing Neck Pain Symptom in Hypertension', *Jurnal Keperawatan Respati Yogyakarta*, 7.3 (2020) <<https://doi.org/http://dx.doi.org/10.35842/jkry.v7i3.542>>.

⁴⁸ A Setyawan and others, 'Peran Bekam Dalam Menurunkan Skala Nyeri Leher Pasien Hipertensi', *Jurnal ...*, 2021 <<http://www.journal.stikeskendal.ac.id/index.php/Keperawatan/article/view/1100>>

bermanfaat untuk mengurangi nyeri punggung bawah yang tidak spesifik dan persisten⁴⁹, nyeri bahu, dan leher⁵⁰ nyeri kronis⁵¹.

Mekanisme kerja bekam masih belum jelas, namun mungkin peran bekam dalam menurunkan nyeri terjadi karena bekam melibatkan efek hematologi, saraf, antioksidan dan psikologis⁵². Tekanan negatif saat vakumisasi yang diberikan di area leher akan mengevakuasi toksik dan agen inflamasi penyebab nyeri, selain itu juga mampu melancarkan sirkulasi darah dan getah bening⁵³. Efek kuratif bekam dalam mengurangi skala nyeri leher mungkin juga terjadi karena bekam mampu merangsang sistem saraf tepi⁵⁴, menghilangkan oksidan, dan stres oksidatif⁵⁵ serta mengeluarkan

⁴⁹ Mohd Tarique, Abdul Haseeb Ansari, and Mohd Zulkifle, 'Effects of Hijamat Bish Shart in Wajauz Zahr (Low Back Pain) and Associated Disability', 2016 <<https://doi.org/http://nopr.niscair.res.in/handle/123456789/33555>>.

⁵⁰ Müzeyyen Arslan, Nurcan Gökgöz, and Şenol Dane, 'The Effect of Traditional Wet Cupping on Shoulder Pain and Neck Pain: A Pilot Study', *Complementary Therapies in Clinical Practice*, 23 (2016), 30–33 <<https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2016.02.003>>.

⁵¹ Maria P Volpato and others, 'Single Cupping Therapy Session Improves Pain, Sleep, and Disability in Patients with Nonspecific Chronic Low Back Pain', *Journal of Acupuncture and Meridian Studies*, 13.2 (2020), 48–52 <<https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.jams.2019.11.004>>.

⁵² Romy Lauche, Holger Cramer, Jost Langhorst, and others, 'Cupping for Chronic Nonspecific Neck Pain: A 2-Year Follow-Up', *Complementary Medicine Research*, 20.5 (2013), 328–33 <<https://doi.org/https://doi.org/10.1159/000355634>>.

⁵³ Lauche, Cramer, Hohmann, and others.

⁵⁴ Müzeyyen Arslan and others, 'Wet Cupping Therapy Restores Sympathovagal Imbalances in Cardiac Rhythm', *The Journal of Alternative and Complementary Medicine*, 20.4 (2014), 318–21 <<https://doi.org/https://doi.org/10.1089/acm.2013.0291>>.

⁵⁵ Suleyman Murat Tagil and others, 'Wet-Cupping Removes Oxidants and Decreases Oxidative Stress', *Complementary Therapies in Medicine*, 22.6 (2014), 1032–36 <<https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.ctim.2014.10.008>>.

logam berat beracun⁵⁶. Stres oksidatif menjadi salah satu faktor penyebab nyeri dan logam berat adalah racun yang berbahaya bagi semua jaringan tubuh. Keduanya dapat dikeluarkan melalui proses bekam basah sehingga efektif dalam meredakan nyeri leher.

Sayatan atau tusukan yang dilakukan saat bekam akan menstimulus ekspresi HSP70 yang selanjutnya akan meningkatkan β -endorphin. Penusukan pada kulit akan memungkinkan pelepasan opioid endogen seperti endorphen, encephalins dan dinorpin yang berfungsi mengurangi rasa nyeri dan mengintensifkan efek analgesik⁵⁷. Tusukan pada kulit saat proses bekam akan menyebabkan kerusakan sel mast yang akan mengeluarkan beberapa zat seperti serotonin, histamine, bradikinin, slow reacting substance.

Endorphen juga dihasilkan oleh keratinosit di lapisan kulit saat terstimulus oleh sayatan atau tusukan bekam. Namun keratinosit hanya didapatkan di kedalaman tidak lebih dari 0,1 mm. Meningkatnya endorphen akan memperbaiki suasana hati dan meningkatkan perasaan nyaman. Kerusakan lokal pada kulit dan pembuluh kapiler saat proses bekam juga dapat menstimulus nosiseptif untuk mengaktifkan Diffuse Noxious Inhibitory Control (DNIC)⁵⁸. Dalam studi sebelumnya penurunan nyeri terjadi karena bekam mampu

⁵⁶ Sumeyye Gok and others, 'Is It Possible to Remove Heavy Metals from the Body by Wet Cupping Therapy (Al-Hijamah)?', 2016 <<https://doi.org/in/handle/123456789/35259>>.

⁵⁷ Imam Subadi and others, 'Pain Relief with Wet Cupping Therapy in Rats Is Mediated by Heat Shock Protein 70 and Ss-Endorphen', *Iranian Journal of Medical Sciences*, 42.4 (2017), 384.

⁵⁸ Al-Bedah and others.

menurunkan kadar asam laktat, hormon kortisol dan mengurangi kandungan substansi P serum perifer secara signifikan⁵⁹⁶⁰. Pada studi ini terjadi pengeluaran darah dari proses intervensi bekam yang diberikan. Darah yang dikeluarkan mengandung Causative Phatological Substance (CPS), cairan intertisial, eritrosit tua/rusak, bahan hidrofilik dan hidrofobik dalam bentuk lipoprotein. Causative Phatological Substance (CPS) yang dijelaskan dalam teori taibah⁶¹ merupakan sisa dari hasil metabolisme. Bekam terbukti efektif dalam mengeluarkan CPS di antaranya substansi penyebab nyeri seperti substansi P⁶².

Berdasarkan uraian tersebut maka dapat disimpulkan bahwa bekam efektif dalam menurunkan nyeri, sehingga bisa direkomendasikan sebagai intervensi keperawatan untuk diagnosis nyeri akut ataupun kronis.

J. ANSIETAS

Ansietas merupakan kondisi emosi dan pengalaman subyektif individu terhadap objek yang tidak jelas dan spesifik akibat antisipasi

⁵⁹ Hao Tian and others, 'Impacts of Bleeding and Cupping Therapy on Serum P Substance in Patients of Postherpetic Neuralgia', *Zhongguo Zhen Jiu= Chinese Acupuncture & Moxibustion*, 33.8 (2013), 678.

⁶⁰ Mu-Lien Lin and others, 'Evaluating the Effectiveness of Low Level Laser and Cupping on Low Back Pain by Checking the Plasma Cortisol Level', in *2014 IEEE International Symposium on Bioelectronics and Bioinformatics (IEEE ISBB 2014)* (IEEE, 2014), pp. 1–4 <<https://doi.org/10.1109/ISBB.2014.6820906>>.

⁶¹ El-Sayed, Mahmoud, and Nabo.

⁶² Salah Mohamed El Sayed, Abdel-Salam Al-quliti, and others, 'Therapeutic Benefits of Al-Hijamah: In Light of Modern Medicine and Prophetic Medicine', *American Journal of Medical and Biological Research*, 2.2 (2014), 46–71 <<https://doi.org/doi:10.12691/AJMBR-2-2-3>>.

bahaya yang memungkinkan individu melakukan tindakan untuk menghadapi ancaman.

Secara fisiologi keadaan cemas dapat mengaktifkan hipotalamus yang selanjutnya akan melepaskan Corticotrophin Releasing Hormone (CRH) untuk menstimulus sekresi Adrenocorticotropin Hormone (ACTH) dan hormon kortisol, sehingga menyebabkan peningkatan tekanan darah.

Penelitian yang dilakukan Setyawan⁶³ didapatkan hasil terjadi penurunan tingkat kecemasan pada klien hipertensi setelah dilakukan terapi bekam dengan nilai $p < 0.05$.

Efek bekam terhadap penurunan kecemasan terjadi karena adanya sekresi β -endorphin (endogen opioid analgesik) dan hormon adrenokortikal yang diekspresikan ke dalam sirkulasi setelah trauma pada kulit selama proses bekam. Ekspresi opioid endogen dan neuropeptida juga memiliki efek analgesik pada jaringan parut kulit. Selain mempunyai efek anti-nyeri, neuropeptide dan endorphan juga memiliki efek anxiolytic.

Bekam terbukti memiliki efek terapeutik gangguan saraf seperti brachia parestetica nocturna. Selain itu ditemukan juga memiliki efek pada detak jantung dengan mengoreksi sympathovagal ritme. Dalam hal ini, efek bekam pada detak jantung dan sistem saraf mungkin berperan juga dalam pengobatan gangguan kecemasan.

⁶³ Setyawan and Hasnah.

Berdasarkan uraian tersebut, bekam dapat direkomendasikan sebagai intervensi keperawatan untuk diagnosis kecemasan. Titik yang bisa direkomendasikan adalah titik Al Akhda'ain, Al Kahil, Titik Ginjal dan jika klien bersedia bisa ditambahkan titik Ummu Mughits.

K. DISTRES SPIRITUAL

Distres spiritual adalah gangguan pada keyakinan atau sistem nilai berupa kesulitan merasakan makna dan tujuan hidup melalui hubungan dengan diri, orang lain, lingkungan atau tuhan. Beberapa penyebab distress spiritual meliputi: menjelang ajal, kondisi penyakit kronis, kematian orang terdekat dan kejadian hidup yang tidak diharapkan.

Tujuan terapi bekam tentunya bukan hanya untuk memperbaiki kondisi fisik saja, namun harapanya juga mampu mengembalikan keseimbangan tubuh melalui perbaikan pada semua aspek didalam tubuh (Fisik, Psikis, dan hati). Setelah bekam, tidak hanya nyeri yang berkurang tapi juga fikiran semakin tenang, hati semakin tentram dan kualitas ibadah semakin baik. Maka penting bagi perawat muslim untuk menguasai Teknik bekam sunnah, sehingga bekam yang dilakukan akan mampu memberikan dampak positif bagi semua aspek manusia.

Hal pertama yang harus dilakukan perawat sebelum memberikan terapi bekam adalah membantu klien untuk menata pikirannya dengan cara memberikan tarbiyah (edukasi) tentang hakikat

sehat sakit dan hikmah hikmah sakit dalam Islam. Sehingga, klien yang awalnya datang dengan pikiran yang bercampur aduk tentang penyakitnya, namun setelah mengetahui hikmah sakit, maka fikiranya akan semakin tenang. Inilah salah satu bentuk komunikasi teraupetik secara islami.

Setelah pikiranya tenang, maka langkah selanjutnya bagi perawat adalah untuk menata keyakinan klien sebelum bekam. Missal dengan menganjurkan klien wudhu terlebih dahulu. Wudhu bisa dikatakan sebagai proses teraupetik, karena dalam wudhu terdiri dari beberapa proses yang dapat bermanfaat untuk kesehatan. Wudhu terdiri dari proses membasuh anggota tubuh dengan media air, menggosok (Massage/Akupresur) anggota tubuh dan berdoa. Tiga proses dalam wudhu (air, Massage/Akupresur, dan doa (spiritual)) selama ini sudah terbukti bermanfaat untuk kesehatan dan diakui sebagai bentuk terapi komplementer. Maka bisa dikatakan wudhu sebagai **hydro-pressure-spiritual therapy**.

Setelah wudhu, perawat mengajak klien untuk mengingat Allah dan memohon kesembuhan dari Allah, pasrahkan semua kepada Allah sang pemilik kesembuhan. Dan selanjutnya setelah terapi bekam, ajak klien untuk bersabar dalam menunggu kesembuhan dari Allah.

Dengan demikian, tidak hanya fisiknya yang sehat namun pikiran, hati, dan spiritualnya pun akan sehat.

L. GANGGUAN INTEGRITAS KULIT/JARINGAN

Gangguan integritas kulit merupakan kerusakan kulit (dermis dan atau epidermis) atau jaringan (membran mukosa, kornea, facia, otot, tendon, otot, kartilago, tulang, kapsul sendi dan atau ligament).

Bekam merupakan salah satu terapi yang menjanjikan untuk digunakan dalam mengobati berbagai kondisi dermatologis⁶⁴. Dari studi yang dilakukan oleh Huijuan Cao, dkk.⁶⁵, membuktikan Sebuah tinjauan sistematis dari delapan uji coba terkontrol secara acak yang melibatkan 651 pasien menunjukkan bahwa bekam basah lebih unggul daripada manajemen medis dalam pengobatan herpes zoster dengan berkaitan dengan tingkat kesembuhan, perbaikan gejala, dan pengurangan insiden neuralgia pascaherpes. Bekam juga telah digunakan dalam mengobati jerawat. Dalam satu studi yang dilakukan oleh Jianfeng Xu, dkk.⁶⁶ dengan pendekatan Single-blind method, pasien dengan akne vulgaris diberikan terapi bekam basah dua kali seminggu selama 6 minggu. Akne vulgaris dievaluasi menggunakan global sistem penilaian jerawat (GAGS). Skor GAGS dinilai sebagai ringan, berat, dan sangat parah. Skor

⁶⁴ Yssra Soliman, Nouran Hamed, and Amor Khachemoune, 'Cupping in Dermatology: A Critical Review and Update', *Acta Dermatovenereol Alp Pannonica Adriat*, 27.2 (2018), 103–7.

⁶⁵ Huijuan Cao, Chenjun Zhu, and Jianping Liu, 'Wet Cupping Therapy for Treatment of Herpes Zoster: A Systematic Review of Randomized Controlled Trials', *Alternative Therapies in Health and Medicine*, 16.6 (2010), 48.

⁶⁶ Jianfeng Xu and others, 'Effect of Acupuncture Anesthesia on Acne Vulgaris of Pricking-Bloodletting Cupping: A Single-Blind Randomized Clinical Trail', *Journal of Traditional Chinese Medicine*, 33.6 (2013), 752–56.

memperhitungkan faktor-faktor berikut: area keterlibatan, distribusi jerawat, dan kepadatan unit pilosebacea pada wajah, dada, dan punggung pasien. Pasien menunjukkan perbaikan lesi kulit dengan penurunan skor GAGS.

Dari uraian tersebut, bekam mungkin bisa direkomendasikan sebagai intervensi pada diagnosis gangguan integritas kulit.



Bab 6

Sejarah Perkembangan Bekam

A. BEKAM

Hijamah (Bekam) adalah metode pengobatan dengan penyedotan kulit di bagian-bagian tertentu untuk mengeluarkan racun dan oksidan yang terakumulasi dalam tubuh melalui torehan tipis yang mengenai pembuluh darah kapiler pada epidermis^{67 68}.

Menurut Ibnul Qayyim Al-Jauziyyah, "Bekam adalah pengeluaran darah dari permukaan kulit perifer" (Zadul Ma'ad, 4/53). Secara tradisional, bekam telah dilakukan di beberapa budaya negara besar dunia selama berabad-abad. Bekam di Arab dikenal dengan Al-Hijama, yang artinya "mengembalikan tubuh ke kea-

⁶⁷ Ibne Sina, 'Alqanoon Fil Tib (English Translation by Mazhar H. Shah)', New Delhi: Idara Kitab Us Shifa, 279 (2007).

⁶⁸ Sina.

daan aslinya." Dengan kata lain, Hijama mengacu pada menyeimbangkan humor tubuh ⁶⁹.

Bekam merupakan solusi pengobatan terbaik bagi setiap muslim, karena saw. bersabda: "Sebaik baik pengobatan yang kalian lakukan adalah Al Hijamah" (HR. Ahmad)⁷⁰. Secara ilmiah bekam dapat digunakan sebagai upaya preventif, kuratif dan rehabilitatif. Bekam terbukti efektif dalam mengurangi resiko penyakit kardiovaskuler, pengobatan berbagai penyakit seperti hipertensi, migrain, carpal tunnel sindroma dan juga rehabilitasi stroke ^{71 72 73}.

B. SEJARAH BEKAM

Bekam merupakan prosedur sederhana dengan menerapkan tekanan negatif pada kulit melalui cupping penghisap. Bekam sudah dikenal sejak zaman dahulu, yaitu kerajaan Sumeria, Babilona, Saba dan berkembang sampai ke Persia. Bekam saat ini mulai di praktikkan diberbagai negara di antaranya Norwegia, Denmark, Jerman, Mesir, Arab saudi, India, China, Indonesia dan beberapa negara lainnya.

⁶⁹ Mohammad Amin Sheikho and A K John Alias Al-Dayrani, *Cupping: A Prophetic Medicine Appears in Its New Scientific Perspective* (BookRix, 2015).

⁷⁰ M I Al-Bukhari, 'The English Translation of Sahih Al Bukhari with the Arabic Text (9 Volume Set)', *Translated by Muhammad Muhsin Khan, Al-Saadawi Publications*, 1996.

⁷¹ Izharul Hasan, Tanwir Ahmad, and Shabbir Ahmad, 'Management of Hypertension by Wet Cupping Therapy (Al-Hijamah): A Case Study', *Int J Pharmacol Toxicol*, 4.1 (2014), 24–27.

⁷² S Hanan and S Eman, 'Cupping Therapy (Al-Hijama): It's Impact on Persistent Non-Specific Lower Back Pain and Client Disability', *Life Sci J*, 10.4s (2013), 631–42.

⁷³ Ali Ramazan Benli and Didem Sunay, 'Changing Efficacy of Wet Cupping Therapy in Migraine with Lunar Phase: A Self-Controlled Interventional Study', *Medical Science Monitor: International Medical Journal of Experimental and Clinical Research*, 23 (2017), 6162.

Bekam sudah dipraktikan lebih dari 5500 tahun yang lalu di Mesir, dan disimbolkan dalam hieroglif kuno. Hal ini terbukti dengan ditemukannya gambar instrument bekam di kuil Kom Ombo, Luxor. Papyrus Ebers, buku teks kedokteran kuno (1550 SM) membahas penerapan cangkir penghisap untuk demam, nyeri, vertigo, disminore, kurang nafsu makan dan konstipasi. Selain itu, dalam buku tersebut juga menjelaskan bagaimana mempercepat krisis penyembuhan penyakit dengan menggunakan bekam. Orang Mesir kuno memperkenalkan bekam ke Yunani dan kemudian bekam menyebar ke negara-negara Eropa lainnya dan akhirnya keorang Amerika.

Selain Mesir, bekam juga sudah dikenal di China sebagai pengobatan tradisional sejak ribuan tahun yang lalu. Bekam ditemukan di China dalam sebuah buku Wu Shi Er Bing Fang yang ditemukan di makam kuno dinasti Han pada tahun 1973. Buku tersebut menjelaskan bahwa lebih dari separuh penyakit dapat disembuhkan dengan akupuntur dan bekam. Zhao Xue-min, seorang dokter Tiongkok di Dinasti Qing menulis sebuah buku berjudul Bencao Gangmu Shiyi (Suplemen untuk Ringkasan Materia Medica) sekitar 200 tahun yang lalu, menjelaskan detail sejarah dan asal muasal bekam, macam-macam bekam, bentuk cawan, fungsinya dan klinisnya digunakan dalam pengobatan penyakit. Di china bekam juga telah dikenal sebagai "Jiao Fa" yang berarti teknik tanduk.

Bekam juga dikenal sebagai pengobatan nabi yang merupakan aspek medis sunnah yang berkaitan dengan nasihat mengenai hidup sehat, aspek pencegahan dan pengobatan penyakit. Pengobatan nabi ini mulai dipraktikkan sejak zaman Rasulullah Muhammad saw. di Makkah dan Madinah lebih dari 1400 tahun yang lalu. Berbagai sumber menyatakan bahwa bekam merupakan pengobatan yang direkomendasikan oleh Nabi Muhammad saw. untuk mengobati banyak penyakit dan menganggap sebagai obat terbaik⁷⁴.

Rasulullah saw. bersabda "Kesembuhan itu berada pada tiga hal, yaitu minum madu, sayatan pisau bekam dan sundutan dengan api (kay). Sesungguhnya aku melarang ummatku (berobat) dengan kay." (HR Bukhari) Rasulullah saw. bersabda: "Tidaklah aku melewati malaikat ketika malam Isra, kecuali mereka berkata: Wahai Muhammad, perintahkan umatmu untuk berhijamah (bekam)." (HR. Ibnu Majah 3470). Beberapa alat/instrument yang digunakan untuk melakukan terapi bekam sejak peradaban kuno, yaitu; tulang, tanduk binatang, bambu, kerang dan labu. Seiring perkembangan zaman dan teknologi, banyak instrument dan alat bekam secara perlahan digantikan dengan cangkir berbagai ukuran, bentuk dan bahan seperti kaca, plastik, karet dan silicon.

⁷⁴ Salah Mohamed El Sayed, H S Mahmoud, and M M H Nabo, 'Methods of Wet Cupping Therapy (Al-Hijamah): In Light of Modern Medicine and Prophetic Medicine', *Alternative & Integrative Medicine*, 2013, 1–16.

C. KLASIFIKASI BEKAM

Bekam diklasifikasikan menjadi beberapa jenis yaitu berdasar teknik, kekuatan vacuum (penyedotan), metode vacuum (penyedotan), terapi tambahan dan area bekam. Namun yang disepakai para ulama dan ahli kesehatan islam sebagai bekam yang sesuai sunnah adalah bekam basah metode Cupping-Puncture-Cupping (CPC method).

1. Bekam basah metode CPC

Disebut juga al-Hijamah atau wet cupping therapy CPC method. Merupakan teknik bekam dimana kulit klien dihisap dengan alat vakum (cupping) kemudian dilakukan skarifikasi berupa penusukan atau penyayatan (puncture), dan setelahnya, dilakukan penghisapan ulang (cupping) untuk mengoptimalkan pengeluaran darah/CPS (causative pathologicals substance). Sesuai dengan sejarahnya yang berasal dari Rasulullah saw., metode ini banyak dipraktikkan di negara-negara Arab.

2. Bekam basah metode PC

Bekam basah metode PC (Puncture-Cupping) lazimnya dipraktikkan di negara Asia Timur (Cina, Taiwan, dan lainnya). Pada metode ini, skarifikasi langsung dilakukan tanpa proses penghisapan terlebih dahulu.

3. Bekam kering

Merupakan teknik pengekopan, dimana kulit klien dihisap dengan alat vakum (kop) pada area tertentu, tanpa prosedur

pengeluaran darah/CPS. Bekam kering dianggap lebih aman
80endering80 bekam basah. Namun dari segi manfaat, bekam
kering ini lebih terbatas.

4. Bekam luncur

Disebut juga gliding cupping atau moving cupping. Teknik ini dilakukan pada area tubuh yang diberi minyak, sehingga kop dapat diluncurkan/digerakkan ke area terapi lain tanpa harus dilepaskan.

5. Bekam api

Pada teknik ini, penghisapan tidak dilakukan dengan alat, namun dengan memasukkan api ke dalam kop bekam. Tujuannya untuk membuat tekanan negatif di dalam kop, sehingga memiliki efek hisap. Teknik ini harus dilakukan oleh terapis berpengalaman, karena komplikasinya (luka bakar ringan) dapat membahayakan klien.

6. Bekam jarum

Disebut juga needle cupping. Merupakan kombinasi antara penggunaan jarum akupuntur dan penghisapan kop.

7. Bekam herbal

Disebut juga medicinal (herbal) cupping. Ramuan herbal direbus dalam kop selama 30 menit, kemudian kop diposisikan pada titik bekam yang dikehendaki. Efek penghisapan kop diharapkan diperoleh dari uap hasil rebusan herbal.

8. Bekam estetika

Bekam estetika dilakukan dengan tujuan untuk mempercantik diri, karena salah satu fungsi bekam adalah meningkatkan proliferasi sel (peremajaan sel) kulit.

Berbagai jenis bekam ini dapat bermanfaat pada klien dengan praktik yang benar. Bagaimana pun, perlu digarisbawahi bahwa bekam yang dianjurkan adalah bekam basah metode CPC karena sesuai sunnah Rasulullah saw., dan manfaatnya lebih besar bagi kesehatan, insyaAllah.



Bab 7

Tinjauan Syar'iyah Bekam

Bekam merupakan sebuah wasiat yang dibawa Rasulullah ﷺ saat Isra' selain Sholat. Rasulullah ﷺ bersabda:

“Pada malam aku di Isra' kan, aku tidak melewati sekumpulan malaikat melainkan mereka berkata, “Wahai Muhammad, perintahkan ummatmu untuk melakukan Hijamah” **(H.R. Ibnu Majah).**

Isra' Mi'raj merupakan sebuah peristiwa penting, yang bisa dikatakan juga sebagai mukjizat. Maka, pesan (wasiat) yg dibawa juga merupakan pesan yang istimewa dan penting untuk umat Muslim. Peristiwa ini juga mengingatkan kepada kita bahwa Islam tidak semata mata mementingkan aspek ibadah seperti sholat saja tetapi juga aspek kesehatan seperti bekam. Dua hal ini penting untuk dipelajari oleh kaum muslimin. Sholat merupakan ibadah mahdhoh namun dibalik itu ada gerakan-gerakan yang bermanfaat untuk kesehatan. Begitu juga de-

ngan bekam, merupakan salah satu upaya untuk menjaga kesehatan, namun dibalik itu ada nilai ibadahnya.

A. HADITS TENTANG BEKAM

1. Rasulullah ﷺ bersabda: "Sesungguhnya pada bekam itu terkandung kesembuhan" (Kitab Mukhtashar Muslim (no. 1480), Shahihul Jaami' (no 2128) dan Silsilah al-Hadiits ash-Shahiihah (no. 864), karya Imam al-Albani).
2. Dari Ashim bin Umar bin Qatadah RA, dia memberitahukan bahwa Jabir bin Abdullah RA pernah menjenguk al-Muqni' RA, dia bercerita: "Aku tidak sembuh sehingga aku berbekam, karena sesungguhnya aku pernah mendengar Rasulullah ﷺ bersabda: "Sesungguhnya di dalamnya terkandung Rasulullah kesembuhan". (HR. Ahmad, Bukhari, Muslim, Abu Ya'la, al-Hakim, al- Baihaqi).
3. Dari Ibnu Umar RA, Rasulullah ﷺ bersabda: "Jika ada suatu kesembuhan pada obat-obat kalian maka hal itu ada pada sayatan alat bekam". Beliau bersabda: "Atau tegukkan madu". (Kitab Kasyful Astaar 'an Zawaa'idil Bazar, karya al-Haitsami, III/388)
4. Dari Ibnu Abbas RA, Nabi ﷺ bersabda: "Orang yang paling baik adalah seorang tukang bekam (Al Hajjam) karena ia mengeluarkan darah kotor, meringankan otot kaku dan

mempertajam pandangan mata orang yang dibekamnya". (HR. Tirmidzi, hasan gharib).

5. Dalam shohih Sunan Abi Dawud, bahwa Rasulullah ﷺ bersabda : "Kalaupun sesuatu yang kalian pakai untuk berobat itu baik maka bekam juga baik".
6. Dari Ibnu Umar RA, Rasulullah ﷺ bersabda: "Tidaklah aku melewati satu dari langit-langit yang ada melainkan para malaikat mengatakan: "Hai Muhammad, perintahkan ummatmu untuk berbekam, karena sebaik-baik sarana yang kalian pergunakan untuk berobat adalah bekam, al-kist, dan syuniz semacam tumbuh-tumbuhan". (Kitab Kasyful Astaar 'an Zawa karya al-Haitsami, III/388)
7. Pada malam aku di-isra'kan, aku tidak melewati sekumpulan malaikat melainkan mereka berkata: "Wahai Muhammad suruhlah umatmu melakukan bekam" (HR Sunan Abu Daud, Ibou Majah, Shahih Jami'us Shaghir 2/731)
8. Dari Ibnu Abas RA, Rasulullah ﷺ bersabda: "Kesembuhan itu berada pada tiga hal, yaitu minum madu, sayatan pisau bekam dan sundutan dengan api (kay). Sesungguhnya aku melarang ummatku (berobat) dengan kay." (HR Bukhari).

B. BEKAM DAN PUASA

Ada dua pendapat tentang bekam saat puasa, yaitu pendapat yang membolehkan dan pendapat yang tidak membolehkan karena membatalkan puasa.

Hadits batalnya puasa karena berbekam

- Dari Tsauban, dari Nabi Shallallahu 'Alaihi wa Sallam, beliau bersabda, "Orang yang membekam dan yang dibekam harus membatalkan puasanya". (Ditakhrij Abu Daud, nomer 2369 dan dishahihkan Al-Albany).

Hadits yang membolehkan bekam saat puasa

- Dari Ibnu Abas RA, ia berkata: "Sesungguhnya Nabi ﷺ berbekam sedangkan beliau berpuasa". (HR. Bukhari dan Tirmidzi).
- Tsabit al-Banani bertanya kepada Annas: "Apakah kalian memakruhkan bekam bagi orang yang berpuasa pada zaman Rasulullah ﷺ?" Anas menjawab, "Tidak, kecuali karena lemah." (HR Bukhari).

Berdasarkan hadits tersebut, dapat disimpulkan bahwa bekam saat puasa bisa jadi dibolehkan dan bisa jadi tidak dibolehkan, tergantung kondisi klien dan perawat/terapis. Bekam saat puasa tidak dibolehkan jika kondisi klien dan terapis lemah, karena beresiko membatalkan puasa dan efek yang kurang bagus pada kondisi klien. Namun bekam bisa jadi dibolehkan jika kondisi klien dan perawat dalam kondisi baik (tidak lemah). Maka disinilah pentingnya sebuah pengkajian sebelum melakukan

Tindakan bekam. Dengan demikian kita bisa menentukan klien termasuk kategori yang dibolehkan atau tidak.

C. UPAH BEKAM

Upah bekam saat ini masih menuai perdebatan, pasalnya ada golongan yang menganggap upah bekam sebagai suatu penghasilan yang buruk dan ada yang berpendapat bahwa upah bekam adalah boleh karena Rasulullah pernah memberi upah kepada juru bekam.

Hadits tentang buruknya upah bekam

- Diriwayatkan dari Rafi' bin Khudaij RA, ia berkata: Aku pernah mendengar Rasulullah ﷺ, bersabda: "Seburuk-buruk mata pencaharian adalah upah pelacur, hasil penjualan anjing, dan mata pencaharian juru bekam." (HR. Muslim).

Ibnul Qayyim berkata: penyebutan upah juru bekam sebagai khabîts (buruk) ini seperti penamaan bawang putih dan bawang merah sebagai khabitsain (dua hal yang buruk) tetapi tidak mengharamkan keduanya

Hadits tentang Rasulullah ﷺ yang memberikan upah bekam

- Dari Annas RA, ia berkata "Rasulullah ﷺ pernah berbekam, beliau dibekam oleh Abu Thalibah. Beliau memberinya upah dua sha' makanan. Beliau juga berbicara kepada para tuannya agar meringankan upetinya. Beliau bersabda "Sungguh, pengobatan

kalian yang paling ideal adalah bekam den qusthul bahri," (HR. Bukhari).

- Dari ibnu 'Abbas RA, Ia berkata, "Nabi ﷺ berbekam dan memberikan upah kepada juru bekam. Jika beliau memakruhkannya, tentulah beliau tidak memberikannya."

Upah yang diperoleh juru bekam merupakan kompensasi dari waktu yang digunakannya untuk membekam. Ini berlaku bagi siapa yang menjadikan bekam sebagai profesinya, seperti dokter atau perawat. Tetapi, hendaklah juru bekam tidak menarik upah yang mahal. Banyak sahabat nabi dan ulama yang memberikan rukhsah terkait dengan upah juru bekam, tetapi mereka melarang penarikan upah yang mahal, sehingga orang-orang miskin dan membutuhkan tidak mampu membayarnya⁷⁵. wallahu a'lam.

Menurut penulis, memberikan tarif bekam bukanlah hal yang salah, karena itu bagian dari profesionalitas. Bekam saat ini sudah menjadi bagian dari layanan kesehatan, sehingga harus dilakukan dengan profesional. Yang terpenting adalah mendahulukan daya Tarik (pelayanan) bukan daya tarif.

⁷⁵ Ahmad Razak Sharaf and Hawin Murtadlo, *Penyakit Dan Terapi Bekamnya: Dasar-Dasar Ilmiah Terapi Bekam* (Thibbia, 2012).

D. BEKAM DAN RACUN

Abdurazaq meriwayatkan dari Zuhri, dari Abdurrahman bin Ka'ab bin Malik bahwa seorang wanita Yahudi menghadiahi Nabi ﷺ daging kambing bakar di Khalbar, beliau bertanya, "Apa ini?"

Wanita itu menjawab, "Hadiah." Ia menghindar untuk tidak mengatakannya sedekah, sehingga beliau tidak mau memakannya.

Nabi ﷺ pun makan, demikian pula para sahabat. Tiba-tiba, beliau berkata, "Berhentilah kalian!"

Beliau bertanya kepada wanita itu, "Apakah engkau meracuni kambing ini?"

Wanita itu menjawab, "Ya."

"Mengapa?" tanya beliau

"Aku ingin, jika Engkau pendusta, orang-orang bisa beristirahat dari kedustaanmu. Dan jika Engkau seorang nabi maka ia tidak akan membahayakanmu."

Perawi berkata: Maka Nabi ﷺ berbekam tiga kali di Kahil dan memerintah para sahabatnya agar berbekam. Mereka pun berbekam, namun sebagian sahabat meninggal." (HR. Abdurazaq dalam Al-Mushannaf dan Tabrani dalam Al-Mu'jam)

Ibnu Sa'ad menambahkan dalam salah satu riwayat yang dibawakannya: Rasulullah ﷺ memerintahkan para sahabatnya untuk berbekam di pertengahan kepala mereka. Maka, mereka pun melakukannya. (HR. Ibnu Sa'ad dalam Ath-Thabaqât).



Bab 8

Keutamaan Bekam dan Waktu Berbekam

A. KEUTAMAAN BEKAM

Bekam merupakan wasiat istimewa, karena dibawa oleh manusia istimewa (Rasulullah ﷺ) dan didapatkan pada saat peristiwa yang istimewa (Isra' Mi'raj). Sehingga sebagai seorang muslim patutnya kita menjadikan bekam sebagai pengobatan utama yang kita lakukan dalam meningkatkan dan menjaga kesehatan (promotif dan preventif) serta dalam mengobati sebuah penyakit (kuratif). Meskipun demikian seorang muslim juga boleh melakukan pengobatan lain atau modern asal sesuai dengan syariat namun bekam lebih utama. Sebab orang yang berhijamah berarti mengikuti sunnah, sedangkan sunnah adalah bagian dari syari'at. Dan tidaklah syariat itu diturunkan, pasti membawa manfaat bagi manusia.

Keutamaan bekam dapat dijelaskan dari dua aspek yaitu aspek ilahiyah dan juga aspek ilmiah.

1. Aspek ilahiyah

Secara ilahiyah kita menyakini bahwa bekam merupakan metode pengobatan yang diperintahkan oleh uswah hasanah, Nabi Muhammad ﷺ. Hadits dan atsar shohih yang menerangkan tentang keutamaan bekam sangat banyak, di antaranya:

أَفْضَلُ لِمَا دُفِعَ بِهِ دَوَاءٌ أَوْ دُفِعَ بِهِ دَوَاءٌ أَوْ دُفِعَ بِهِ دَوَاءٌ
أَوْ دُفِعَ بِهِ دَوَاءٌ أَوْ دُفِعَ بِهِ دَوَاءٌ أَوْ دُفِعَ بِهِ دَوَاءٌ

"Sebaik-baik pengobatan yang kalian berobat dengannya adalah bekam dan al-qusthul-bahr" [Diriwayatkan oleh An-Nasaa'iy dalam Al-Kubraa no. 7537; shahih]

أَفْضَلُ لِمَا دُفِعَ بِهِ دَوَاءٌ أَوْ دُفِعَ بِهِ دَوَاءٌ أَوْ دُفِعَ بِهِ دَو�َاءٌ
أَوْ دُفِعَ بِهِ دَوَاءٌ أَوْ دُفِعَ بِهِ دَوَاءٌ أَوْ دُفِعَ بِهِ دَو�َاءٌ

"Kesembuhan itu berada pada tiga hal, yaitu minum madu, sayatan pisau bekam dan sundutan dengan api (kay). Sesungguhnya aku melarang ummatku (berobat) dengan kay." (HR Bukhari).

Rasulullah ﷺ bersabda: "Tidaklah aku melewati malaikat ketika malam Isra, kecuali mereka berkata: Wahai Muhammad, perintahkan umatmu untuk berhijamah (bekam)." (HR. Ibnu Majah 3477).

Selain itu, keutamaan bekam dari aspek ilahiyah juga dapat dilihat dari hukum mempelajari ilmu bekam. Imam Ghazali berpendapat, yang dinukilkan dalam kitab Tasyirul Fiqih lil Muslimil Mu'ashiroleh Dr. Yusuf Qardhawi:

“Al Hijamah adalah termasuk fardhu kifayah. Jika di suatu wilayah tidak ada seorang yang mempelajarinya, maka semua penduduknya akan berdosa. Namun jika ada salah seorang yang melaksanakannya serta memadai, maka gugurlah kewajiban dari yang lain”

2. Aspek ilmiah

Secara ilmiah bekam dapat dijadikan sebagai upaya promotif, preventif, kuratif, dan rehabilitatif. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa bekam berpengaruh terhadap berbagai kondisi penyakit. Penyakit tersebut di antaranya yaitu gout arthritis akut, carpal tunnel syndrome, herpes, fibromyalgia, nyeri leher kronik, lumbar myofascial syndrome, nyeri punggung paska melahirkan, menghilangkan oksidan. Bekam juga bermanfaat untuk mengurangi nyeri punggung bawah yang tidak spesifik dan persisten⁷⁶, metode yang efektif untuk mengurangi kolesterol lipoprotein densitas rendah pada pria (Efek pencegahan terhadap aterosklerosis)⁷⁷, Efektif dalam pengobatan herpes

⁷⁶ Jong-In Kim and others, 'Evaluation of Wet-Cupping Therapy for Persistent Non-Specific Low Back Pain: A Randomised, Waiting-List Controlled, Open-Label, Parallel-Group Pilot Trial', *Trials*, 12.1 (2011), 146 <<https://doi.org/https://doi.org/10.1186/1745-6215-12-146>>.

⁷⁷ M Niasari and others, 'The Effect of Wet Cupping on Serum Lipid Concentrations of Clinically Healthy Young Men: A Randomized Controlled Trial', *Iranian Journal of Pharmaceutical Research*, Supplement 2, 2010, 40.

zoster⁷⁸, obat untuk selulitis (akibat sengatan lebah madu)⁷⁹, pengobatan adjuvan untuk kelebihan zat besi dalam mengobati talasemia, hemochromatosis, dan anemia sideroblastik⁸⁰.

Selain itu terapi bekam juga terbukti efektif dalam pengobatan hipertensi⁸¹. Terapi bekam semakin diterima karena terbukti tidak memiliki efek samping pada pengobatan hipertensi.

Selain untuk mengurangi tekanan darah, bekam juga efektif mengurangi gejala yang berhubungan dengan hipertensi^{82 83 84}.

Bekam berperan dalam pengeluaran bahan-bahan yang berbahaya dari mikrosirkulasi pada kulit dan ruang interstisial. Bekam memiliki efek yang bermanfaat terhadap sistem imun dengan meningkatkan imunitas natural melalui induksi leukositosis dan peningkatan sel natural killer. Selain itu bekam memberikan efek pelepasan neurohormon serta aktivasi opioid. Bekam banyak digunakan dalam mengobati gejala-gejala suatu penyakit yang banyak ditemukan dalam kondisi klinis seperti nyeri, hipertensi, dan rehabilitasi strok⁸⁵.

⁷⁸ Cao, Zhu, and Liu.

⁷⁹ Asif Ahmed and others, 'Effect of Wet Cupping Therapy on Virulent Cellulitis Secondary to Honey Bee Sting-a Case Report', *Journal of Basic & Applied Sciences*, 7.2 (2011).

⁸⁰ Salah Mohamed El Sayed, Ashraf Abou-Taleb, and others, 'Percutaneous Excretion of Iron and Ferritin (through Al-Hijamah) as a Novel Treatment for Iron Overload in Beta-Thalassemia Major, Hemochromatosis and Sideroblastic Anemia', *Medical Hypotheses*, 83.2 (2014), 238–46.

⁸¹ Setyawan, Sari, and Budiati.

⁸² Mohammad Zarei and others, 'The Efficacy of Wet Cupping in the Treatment of Hypertension', *ARYA Atherosclerosis*, 2012, 145–48.

⁸³ John M. Johnson and Duane W. Proppe, 'Cardiovascular Adjustments to Heat Stress', in *Comprehensive Physiology* (Hoboken, NJ, USA: John Wiley & Sons, Inc., 2011), pp. 1165–68
<<https://doi.org/10.1002/cphy.cp040111>>.

⁸⁴ Nouran A Aleidei and others, 'Effects of Wet-Cupping on Blood Pressure in Hypertensive Patients: A Randomized Controlled Trial', *Journal of Integrative Medicine*, 13.6 (2015), 391–99
<[https://doi.org/https://doi.org/10.1016/S2095-4964\(15\)60197-2](https://doi.org/https://doi.org/10.1016/S2095-4964(15)60197-2)>.

⁸⁵ Kim and others.

B. WAKTU BERBEKAM TINJAUAN ILMIAH

ال رسول اللہ ﷺ | اے محمد ﷺ! شوقِ شکر سے
 لعلِ لبّی "اے حبیبِ خداوندی!"
 واِحْمدی اے حمد و ثناء کا
 کائنات

Rasulullah ﷺ memilih hari-hari setelah pertengahan bulan, yaitu hari ke 17, ke 19 atau ke 21, sebab dalam hari tersebut terdapat hikmah. Imam As-Sindi berkata, bahwa darah itu merekah banyak di awal bulan dan menjadi sedikit di akhir bulan, maka berbekam di pertengahannya adalah lebih utama. "Dan janganlah darah mengalahkanmu", menurut Ibnul Qoyyim maksudnya adalah

kadar darah jangan sampai meluap, sehingga berdampak buruk bagi kesehatan. Makna dasar "At- Tabayugh "adalah "Al Haij", yaitu "luapan".

Penulis buku berjudul Al-Qanoon, Sina⁸⁶ (980–1037 SM) mengatakan: "Bekam tidak disukai di awal atau akhir bulan. Lebih disukai di tengah bulan saat zat beracun dalam tubuh terkumpul". Hal ini terjadi karena adanya hubungan antara fase fase bulan dengan kondisi tubuh manusia. Fase bulan dapat mempengaruhi kinerja jantung, aliran darah serta system hormonal manusia^{87 88}. Selain itu, pada saat bulan purnama terdapat peningkatan kematian mendadak pada epilepsi, gangguan perilaku akut, gangguan psikotik non-afektif, depresi, perdarahan gastrointestinal, dan infark miokard akut. Terjadinya aborsi spontan dan serangan fibrilasi atrium juga mungkin terkait dengan fase bulan⁸⁹.

Penelitian yang dilakukan oleh Benly & Sunay⁹⁰ menyimpulkan bahwa bekam lebih efektif dalam mengobati migrain saat dilakukan setelah tanggal 14 (kalender Islam) atau setelah bulan purnama dari pada dilakukan di hari sebelumnya. Hal ini terjadi karena efek medan magnet dan intensitas cahaya bulan saat purnama memiliki pengaruh langsung pada tingkat melatonin

⁸⁶ Sina.

⁸⁷ N Şeker, 'Prophet and Preventive Medicine: The Case of Bloodletting', *The University of Kahramanmaraş Sutcu Imam Review of the Faculty of Theology*, 21 (2013), 157–87.

⁸⁸ Benli and Sunay.

⁸⁹ Michael Bevington, 'Lunar Biological Effects and the Magnetosphere', *Pathophysiology*, 22.4 (2015), 211–22.

⁹⁰ Benli & Sunay, (2017)

yang diproduksi oleh kelenjar pineal⁹¹. Hormon melatonin berpengaruh terhadap kejadian migrain.

Melatonin adalah hormon neurotropik yang diproduksi oleh kelenjar pineal di dalam otak. Senyawa ini sangat berperan dalam ritme biologis, regulasi tekanan darah, sistem imunitas, dan sebagai anti oksidan yang penting. Produksinya dikendalikan oleh reseptor pada retina mata yang peka terhadap cahaya. Pada keadaan lingkungan yang gelap, sekresinya akan meningkat. Sebaliknya, sintesisnya akan terhambat bila terpapar oleh cahaya. Cahaya bulan purnama mungkin menjadi salah satu faktor terhambatnya sintesis melatonin.

C. GRADE WAKTU BERBEKAM

Berdasarkan beberapa hadits shahih tentang hari dan tanggal yang baik untuk hijamah, hingga hadits menghindari hijamah pada hari Rabu yang dihasankan Syaikh Al-Albany ini dan didha'ifkan ulama lain, maka lebih baik pilihlah hari dan tanggal secara bertingkat, dari atas ke bawah, dari waktu yang paling baik dan seterusnya secara menurun berdasarkan peringkatnya, yang dapat disesuaikan de-ngan kondisi masing-masing orang, yakni:

1. Grade pertama: Hari Senin, Selasa atau Kamis, bertepatan dengan tanggal 17, 19, atau 21 dari bulan-bulan pada penanggalan Hijriyah.

⁹¹ C Oliveira and others, 'Influence of the Lunar Cycle on Plasma Melatonin, Vitellogenin and Sex Steroids Rhythms in Senegal Sole, *Solea Senegalensis*', *Aquaculture*, 306.1–4 (2010), 343–47.

2. Grade kedua: Tanggal 17, 19, atau 21 dari bulan-bulan Hijriyah, meskipun tidak bertepatan dengan hari Senin, Selasa, atau Kamis.
3. Grade ketiga: Hari Senin, Selasa, atau Kamis dalam setiap minggu walau tidak bertepatan dengan tanggal 17, 19 atau 21 dari bulan-bulan Hijriyah.
4. Grade keempat: Hari Jum'at, Sabtu, atau Ahad dalam tiap minggu, yang tidak bertepatan dengan tanggal 17, 19, 21.
5. Grade kelima: Hari Rabu.

Dari penjelasan tentang grade waktu bekam yang diambil dari buku panduan pengajaran bekam PBI, dapat disimpulkan bahwa bekam sebenarnya dapat dilakukan kapan saja sesuai dengan kebutuhan. Memang ada tingkatan waktu dalam berbekam, namun menurut penulis waktu terbaik berbekam adalah saat tubuh membutuhkan.



Bab 9

Anatomi Fisiologi dan Mekanisme Bekam

A. ANATOMI KULIT

Kulit adalah pelindung efisien yang melindungi tubuh dari lingkungan eksternal tetapi juga merupakan situs penting untuk persepsi berbagai rangsangan. Neuron sensorik dari sistem saraf tepi mengirim banyak serat aferen primer pada kulit. Mereka melewati dermis dan menembus membran basal untuk menginervasi sel epidermis atau tetap sebagai akhir yang bebas⁹². Kulit juga merupakan ekosistem, tempat tinggal bagi lingkungan mikroba yang sebagian besar tidak berbahaya. Faktor yang berkontribusi terhadap variasi mikrobiota kulit meliputi kepadatan folikel rambut dan kelenjar (keringat atau sebaceous), faktor inang (seperti usia

⁹² Nicholas Boulais and Laurent Misery, 'The Epidermis: A Sensory Tissue', *European Journal of Dermatology*, 18.2 (2008), 119–27.

dan jenis kelamin) dan faktor lingkungan (seperti pekerjaan, iklim, dan kebersihan). Kulit adalah organ terbesar tubuh manusia, dijajah oleh beragam lingkungan mikroorganisme, sebagian besar tidak berbahaya atau bahkan bermanfaat bagi tuan rumah mereka. Kolonisasi didorong oleh ekologi permukaan kulit, yang sangat bervariasi tergantung pada lokasi topografi, inang endogen faktor dan faktor lingkungan eksogen. Kebal bawaan dan adaptif kulit respon dapat memodulasi mikrobiota kulit, tetapi mikrobiota juga berfungsi dalam mendidik sistem imun⁹³.

Secara histologis kulit manusia terbagi menjadi tiga bagian yaitu epidermis, dermis, dan sub dermis. Epidermis merupakan lapisan terluar dari kulit dan juga merupakan lapisan kulit non-vascular. Epidermis terdiri dari epitel berlapis gepeng yang tersusun dari banyak lapis sel yang disebut keratinosit. Keratinosit manusia secara spesifik mengikat dan juga memproduksi β -endorphin, ligan reseptor μ -opiat endogen⁹⁴. Epidermis memiliki ketebalan mulai 0,07 mm sampai 0,12 mm, sedangkan di bagian telapak tangan dan kaki memiliki ketebalan yang berbeda yaitu 0,8–1,4 mm. Ini menjadi salah satu alasan saat melakukan skarifikasi pada proses bekam, kedalaman tidak lebih dari 0,1 mm karena di sana akan ditemukan sel keratinosit yang harapannya dapat menstimulus peningkatan endorfin⁹⁵. Fungsi utama epidermis adalah meng-

⁹³ Elizabeth A Grice and Julia A Segre, 'The Skin Microbiome', *Nature Reviews Microbiology*, 9.4 (2011), 244–53.

⁹⁴ M Bigliardi-Qi and others, 'Mu-Opiate Receptor and Beta-Endorphin Expression in Nerve Endings and Keratinocytes in Human Skin', *Dermatology*, 209.3 (2004), 183–89.

⁹⁵ Setyawan, Sari, and Budiayati.

hasilkan stratum korneum sebagai pelindung semi-permeabel yang memungkinkan kehidupan terrestrial. Selain itu juga sebagai penghalang fisik terhadap invasi organisme patogen dan zat asing⁹⁶.

Dermis merupakan lapisan kulit kedua setelah epidermis, Lapisan dermis terletak diantara lapisan epidermis dan subkutan. Lapisan ini memiliki peranan penting dan bertanggung jawab pada ketebalan kulit. Ketebalan dermis bervariasi berdasarkan dengan bagian tubuh dan usia. Saat terjadi penuaan, lapisan basalis menurun ketebalan dan kelembabannya. Lapisan dermis memuat serabut saraf, pembuluh darah, kelenjar keringat, dan terdapat banyak kolagen. Bagian paling atas pada lapisan dermis yang berhubungan langsung dengan epidermis disebut dengan papilla dermis, dan bagian paling bawah disebut dermis retikularis. Papilla dermis memiliki karakteristik dengan sedikit kandungan kolagen, sel yang besar, dan densitas vaskuler yang besar. Fibroblast merupakan sel primer pada lapisan dermis. Fibroblast memproduksi kolagen, elastin, dan berbagai matriks protein, serta enzim misalnya enzim kolagenase dan stromelisin. Sel imun seperti sel mast, polimorfonuklear leukosit, limfosit, dan makrofag terdapat pada lapisan dermis. Faktor-faktor tersebut berperan penting dalam membantu kulit saat proses pembekaman karena kekuatan dari kolagen dan elastisitas dari elastin pada kulit. Selain itu cairan yang

⁹⁶ Kathi C Madison, 'Barrier Function of the Skin: "La Raison d'être" of the Epidermis', *Journal of Investigative Dermatology*, 121.2 (2003), 231–41.

diekskresikan saat proses bekam meliputi cairan yang tersimpan di dalam dermis (teori taibah).

Hipodermis merupakan lapisan ketiga dari kulit setelah epidermis dan dermis. Hipodermis merupakan lapisan subkutan di bawah retikularis dermis. Ia berupa jaringan ikat lebih longgar dengan serat kolagen halus terorientasi terutama sejajar terhadap permukaan kulit, dengan beberapa di antaranya menyatu dengan yang dari dermis. Pada daerah tertentu, seperti punggung tangan, lapis ini memungkinkan gerakan kulit di atas struktur di bawahnya. Di daerah lain, serat-serat yang masuk ke dermis lebih banyak dan kulit relatif sukar digerakkan. Sel-sel lemak lebih banyak daripada dalam dermis. Jumlahnya tergantung jenis kelamin dan keadaan gizinya. Lemak subkutan cenderung mengumpul di daerah tertentu. Tidak ada atau sedikit lemak ditemukan dalam jaringan subkutan kelopak mata atau penis, namun di abdomen, paha, dan bokong, dapat mencapai ketebalan 3 cm atau lebih. Lapisan lemak ini disebut pannikulus adiposus.

B. EFEK BEKAM TERHADAP FUNGSI KULIT

Bekam merupakan prosedur bedah minor ekskretoris yang secara ilmiah terbukti membersihkan darah dan ruang interstisial dari causative pathological substanses (CPS). Bekam disebut juga dengan ginjal buatan karena memiliki fungsi yang sama dengan ginjal yaitu sebagai ekskretoris. Namun yang membedakan adalah ekskresi ginjal melalui filtrasi di glomerulus sedangkan ekskresi

bekam melalui filtrasi di kapiler kulit. Filtrasi di kapiler kulit saat bekam memiliki tekanan yang lebih tinggi dalam mengekskresikan partikel dari pada tekanan filtrasi di glomeruli ginjal. Selain itu bahan yang dikeluarkan melalui ekskresi pada ginjal hanya terbatas pada bahan hidrofilik saja, namun bekam mampu mengeluarkan bahan hidrofilik dan juga bahan hidrofobik dalam bentuk lipoprotein⁹⁷.

Bekam yang dilakukan di kulit akan membantu meningkatkan fungsi kulit sebagai ekskretoris alami. Kulit mampu melakukan detoksifikasi dari berbagai obat-obatan, bahan kimia dan senyawa beracun endogen melalui drug metabolizing enzyme⁹⁸. Sehingga dengan melakukan bekam secara rutin akan mampu memaksimalkan fungsi kulit dalam melakukan detoksifikasi melalui proses ekskresi alami.

Kapiler kulit menghubungkan venula (cabang vena) dan arteriol (cabang arteri) dan membantu dalam melakukan pertukaran antara zat yang dibutuhkan sel dan hasil akhir dari metabolisme sel. Zat yang dikeluarkan kapiler ke dalam ruang interstitial meliputi oksigen, air, glukosa yang selanjutnya akan diambil oleh sel sebagai bahan metabolisme. Sedangkan zat yang masuk ke dalam kapiler meliputi hasil akhir dan sampah dari metabolisme seperti karbondioksida, asam urat, asam laktat, urea, kreatinin dan

⁹⁷ El-Sayed, Mahmoud, and Nabo.

⁹⁸ Craig K Svensson, 'Biotransformation of Drugs in Human Skin', *Drug Metabolism and Disposition*, 37.2 (2009), 247–53.