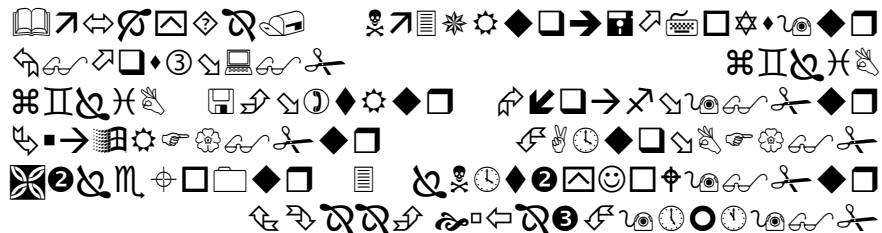


BAB IV
ANALISA
TANGGAPAN AL-QUR'AN TERHADAP PENYAKIT DIABETES

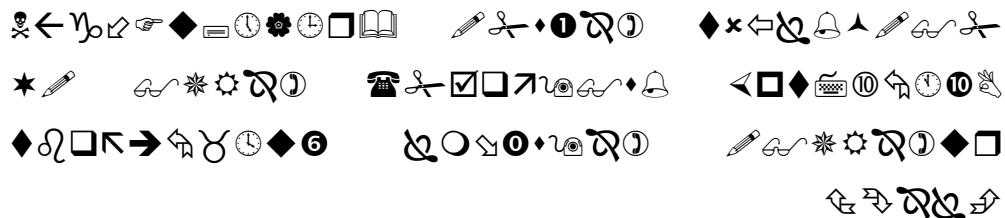
Secara umum, al-Qur'an terbukti sebagai obat penawar segala macam penyakit karena jauh sebelum penyakit datang, entah sebagai musibah ataupun ujian, al-Qur'an telah memberitahukan kabar itu kepada manusia. Jadi ketika muncul sebuah penyakit yang bernama diabetes, manusia sudah siap secara psikologis. Dan hal ini yang ingin disampaikan al-Qur'an dengan perintah berdzikir dengan al-Qur'an, artinya al-Qur'an digunakan sebagai peringatan, dengan adanya peringatan manusia menjadi waspada.

Peringatan akan menjadi perisai apabila selalu dibaca dan diamalkan maka membaca al-Qur'an secara tidak langsung telah mengobati manusia dari penyakit sebelum manusia terkena penyakit. Diantara peringatan itu adalah peringatan tentang cobaan, seperti difirmankan dalam al-Qur'an:



Artinya: “dan sungguh akan Kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar” (QS. Al-Baqarah: 155)

Ayat diatas mengandung isyarat bahwa berbagai jenis cobaan pasti akan datang, termasuk penyakit diabetes kemudian dalam ayat ini menyinggung tentang kesabaran, sabar dalam hal ini adalah mengembalikan semua urusan kepada Allah, hal ini telah dijawab dalam surat al-Baqarah:



Artinya: (yaitu) orang-orang yang apabila ditimpa musibah, mereka mengucapkan: "Inna lillaahi wa innaa ilaihi raaji'uun"¹

Mengembalikan semua cobaan kepada Allah, termasuk dalam urusan penyakit diabetes karena Allah juga mampu untuk menyembuhkan, seperti difirmankan dalam ayat ini:



Artinya: "Dan jika aku sakit, maka Dialah yang menyembuhkannya." (QS. Asy-Syu'ara: 80)

Proses penyembuhan diabetes dalam al-Qur'an mempunyai proses. Proses itu meliputi: mengingat atau dzikir tentang nikmat Allah yang paling urgen bagi umat manusia dalam kehidupan ini adalah nikmat sehat, baik jasmani maupun rohani. Namun disadari atau tidak, seringkali kenikmatan yang satu ini diabaikan, hingga datang waktunya sakit. Setelah rasa sakit itu diderita dan berbagai jenis obat telah dicoba tapi tak kunjung sembuh, barulah kesadaran akan keberadaan Allah dirasa perlu. Anehnya, perasaan ingin selalu dekat dengan-Nya, demikian dirindukan dan acapkali *dzikir qalbi* maupun *qauli* terucap dengan penuh pengharapan.² Dengan demikian, jelaslah bahwa betapa pentingnyaterapi spiritual dalam rangka menyembuhkan berbagai penyakit, baik fisik maupun psikis. Terutama kaitannya dengan penyakit fisik, terapi spiritual dapat dilakukan sebagai penunjang proses penyembuhan medis.³

Al-Qur'an adalah mukjizat terbesar Nabi. Ia tetap ada sampai hari kiamat. Di dalam al-Qur'an terdapat beberapa sunah dan ayat yang jika kita amalkan dengan yakin sebenarnya akan menjadi obat, bukan saja dapat mengobati jasmani tetapi juga obat rohani, ia juga dapat melindungi kita dari marabahaya dan kesulitan kita. Asal kita yakin dan tanpa lelah mengamalkan beberapa ayat dan surah al-Qur'an sebenarnya dapat menjadi obat, memelihara dari bahaya, mencegah gigitan hewan berbisa, mencegah orang berbuat jahat.

¹ Artinya: Sesungguhnya Kami adalah milik Allah dan kepada-Nya-lah Kami kembali. kalimat ini dinamakan kalimat istirjaa (pernyataan kembali kepada Allah). Disunatkan menyebutnya waktu ditimpa marabahaya baik besar maupun kecil.

² M. Amin Syukur, *Sufi Healing*, IAIN Walisongo, Semarang, 2010, hlm. 55

³ *Ibid.*, hlm. 56

Setidaknya ada tiga ayat yang menegaskan fungsi al-Qur'an sebagai obat. Yang pertama adalah:

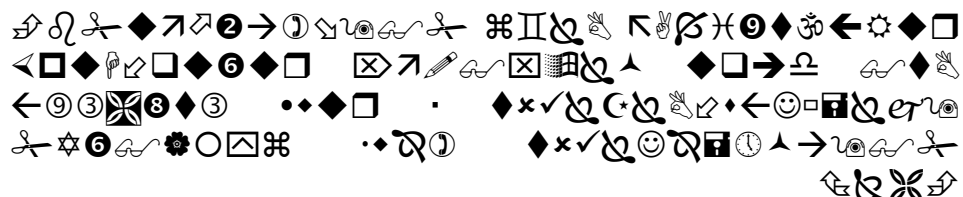


Artinya: “Hai seluruh manusia, sesungguhnya telah datang kepada kamu pengajaran dari Tuhanmu dan obat bagi apa yang terdapat di dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang mukmin.” (QS. Yunus [10]: 57)

Ayat ini menegaskan bahwa al-Qur'an adalah obat bagi apa yang terdapat dalam dada. Penyebutan kata dada yang diartikan dengan hati, menunjukkan bahwa wahyu-wahyu Ilahi itu berfungsi menyembuhkan penyakit-penyakit ruhani seperti ragu, dengki, *takabbur* dan semacamnya. Memang, oleh al-Qur'an hati ditunjuknya sebagai wadah yang menampung rasa cinta dan benci, berkehendak dan menolak. Bahkan hati dinilai sebagai alat untuk mengetahui. Hati juga yang mampu melahirkan ketenangan dan kegelisahan serta menampung sifat-sifat baik dan terpuji.⁴

Sementara ulama memahami bahwa ayat-ayat al-Qur'an juga dapat menyembuhkan penyakit-penyakit jasmani. Mereka merujuk kepada sekian riwayat yang di perselisihkan nilai dan maknanya, antara lain yang diriwayatkan oleh Ibnu Mardawih melalui sahabat Nabi, Ibnu Mas'ud ra. yang memberitahukan bahwa dada seorang yang datang kepada Nabi SAW yang mengeluhkan dadanya. Rasul kemudian bersabda, “*Hendaklah engkau membaca Al Qur'an*”.

Kemudian ayat kedua adalah:



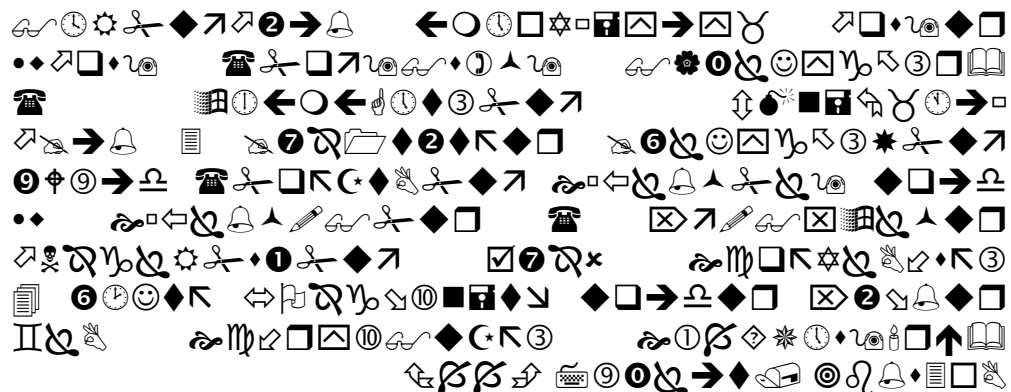
Artinya: “Dan Kami turunkan dari Al Qur'an suatu yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman dan Al Qur'an itu tidaklah

⁴ M. Quraish Shihab. *Tafsir Al Misbah, Pesan, Kesan dan Keserasian Al Qur'an*, Volume 6, Lentera Hati, Jakarta, 2002, hlm. 397

menambah kepada orang-orang yang zalim selain kerugian.” (QS. Al Isra: 82)

Ayat ini kembali berbicara tentang Al Qur’an dengan menjelaskan fungsinya sebagai obat penawar penyakit-penyakit dalam. Kata (شفاء) *syifa’* biasa diartikan kesembuhan atau obat dan digunakan juga dalam arti keterbatasan dari kekurangan atau ketiadaan aral dalam memperoleh manfaat.⁵

Ayat ketiga dalam firman Allah dalam surat Fushshilat ayat 44:



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

Ketiga ayat di atas menyebutkan Al Qur’an sebagai *syifa’* yang biasa diartikan “kesembuhan” atau ‘obat dan digunakan juga dalam arti “keterbatasan dan kekurangan”. Ibnu Katsir mengatakan bahwa yang dimaksud al-Qur’an sebagai obat adalah bahwa kitab itu dapat melenyapkan berbagai penyakit hati, seperti ragu, *nifak*, syirik, penyimpangan, dan kecenderungan terhadap kebatilan.⁶

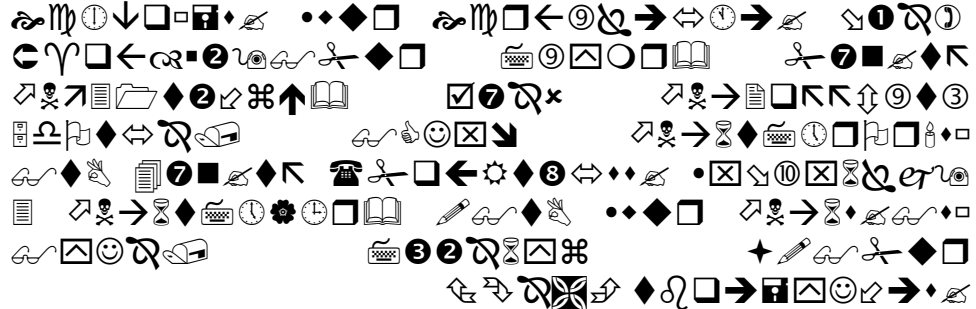
Maka berdasarkan pada teori bab III, yang menerangkan ayat-ayat al-Qur’an yang ada hubungannya dengan hal-hal penyebab diabetes penulis dapat

⁵ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al Misbah, Pesan, Kesan dan Keserasian Al Qur’an*, Volume 7, Lentera Hati, Jakarta, 2002. hlm. 300

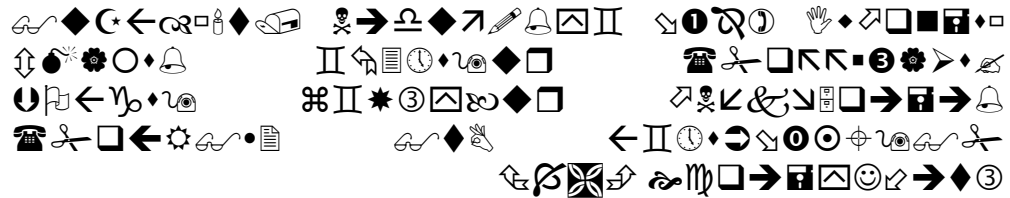
⁶ Mustamir, *op. cit.*, hlm. 149

menganalisa sebagai berikut:

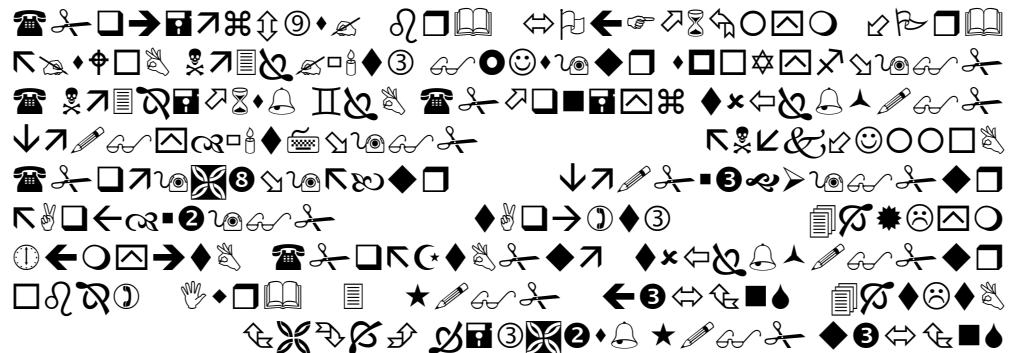
A. Stress dalam al-Qur'an



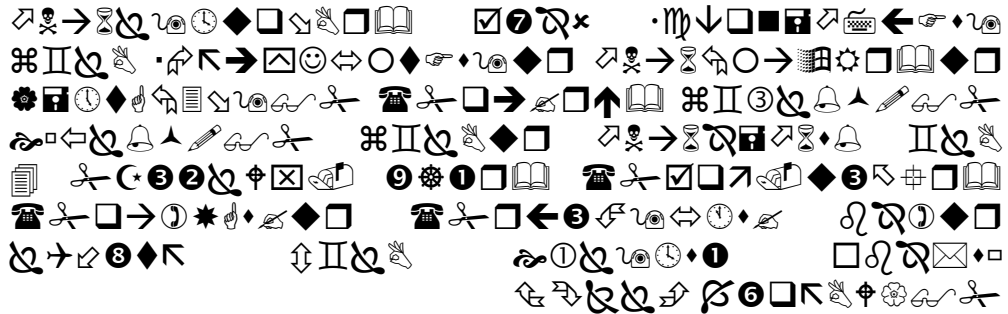
Artinya: (ingatlah) ketika kamu lari dan tidak menoleh kepada seseorangpun, sedang Rasul yang berada di antara kawan-kawanmu yang lain memanggil kamu, karena itu Allah menimpakan atas kamu Kesedihan atas kesedihan, supaya kamu jangan bersedih hati terhadap apa yang luput dari pada kamu dan terhadap apa yang menimpa kamu. Allah Maha mengetahui apa yang kamu kerjakan.



Artinya: Maka mengapa mereka tidak memohon (kepada Allah) dengan tunduk merendahkan diri ketika datang siksaan Kami kepada mereka, bahkan hati mereka telah menjadi keras, dan syaitanpun Menampakkan kepada mereka kebagusan apa yang selalu mereka kerjakan.

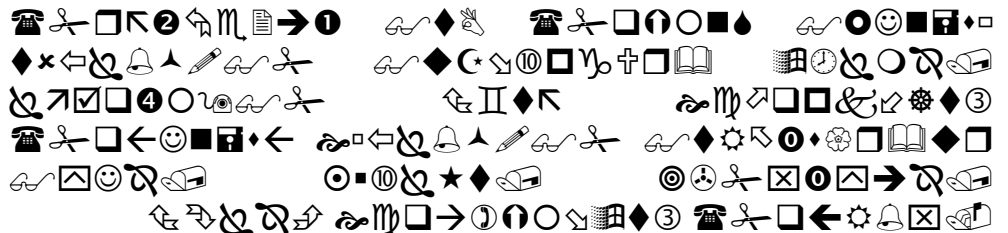


Artinya: Apakah kamu mengira bahwa kamu akan masuk syurga, Padahal belum datang kepadamu (cobaan) sebagaimana halnya orang-orang terdahulu sebelum kamu? mereka ditimpa oleh malapetaka dan kesengsaraan, serta digoncangkan (dengan bermacam-macam cobaan) sehingga berkatalah Rasul dan orang-orang yang beriman bersamanya: "Bilakah datangnya pertolongan Allah?" Ingatlah, Sesungguhnya pertolongan Allah itu Amat dekat.



Artinya: kamu sungguh-sungguh akan diuji terhadap hartamu dan dirimu. dan (juga) kamu sungguh-sungguh akan mendengar dari orang-orang yang diberi kitab sebelum kamu dan dari orang-orang yang mempersekutukan Allah, gangguan yang banyak yang menyakitkan hati. jika kamu bersabar dan bertakwa, Maka Sesungguhnya yang demikian itu Termasuk urusan yang patut diutamakan. (QS. Ali Imran: 186)

Dari ayat-ayat diatas yang berhubungan dengan cobaan stres yang diberikan Allah kepada manusia mengandung beberapa pengertian, sebagai siksaan:



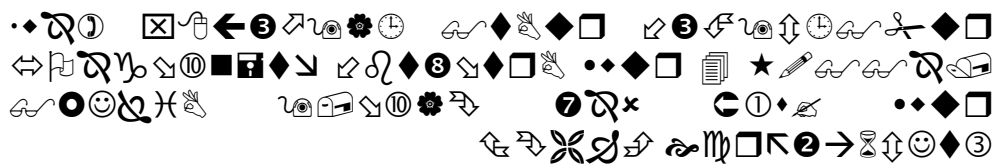
Artinya: Maka tatkala mereka melupakan apa yang diperingatkan kepada mereka, Kami selamatkan orang-orang yang melarang dari perbuatan jahat dan Kami timpakan kepada orang-orang yang zalim siksaan yang keras, disebabkan mereka selalu berbuat fasik.(QS.Al-'Arof: 165)

atau sebagai ujian untuk mengetahui tingkat keimanan dan kesabaran manusia.

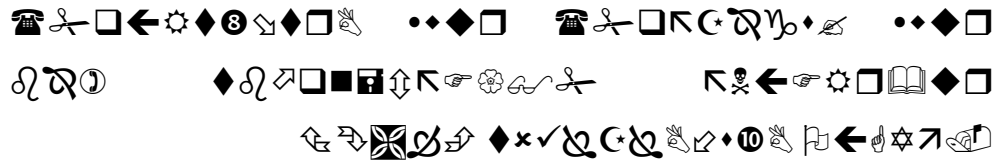


Artinya: dan Sesungguhnya Kami benar-benar akan menguji kamu agar Kami mengetahui orang-orang yang berjihad dan bersabar di antara kamu, dan agar Kami menyatakan (baik buruknya) hal ihwalmu.(QS.Muhammad: 31)

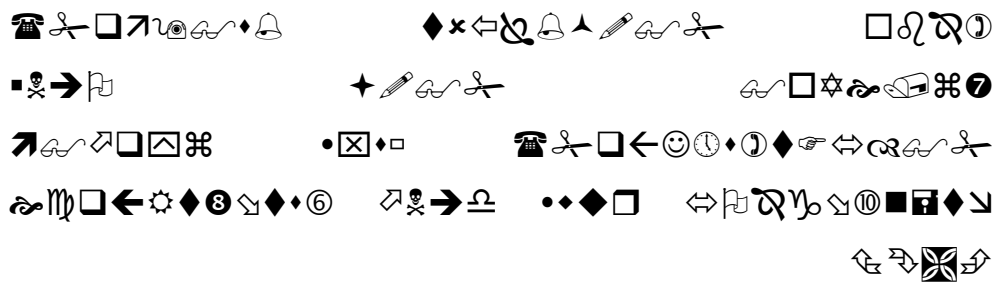
Berkaitan dengan penyakit diabetes yang menurut para ahli kesehatan dan ilmu penyakit disinyalir sebagai akibat dari stress yang berlebihan perlu dianalisa kembali dan diteliti bahwa ketika manusia mengalami ketakutan, was-was, tentang berbagai urusan justru Allah menganjurkan untuk tidak larut dalam kesedihan, berikut ayat-ayatnya:



Artinya: bersabarlah (hai Muhammad) dan Tiadalah kesabaranmu itu melainkan dengan pertolongan Allah dan janganlah kamu bersedih hati terhadap (kekafiran) mereka dan janganlah kamu bersempit dada terhadap apa yang mereka tipu dayakan.(QS.aN.Nahl: 126)





Artinya: janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, Padahal kamulah orang-orang yang paling Tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman.(QS.Ali Imran: 139)



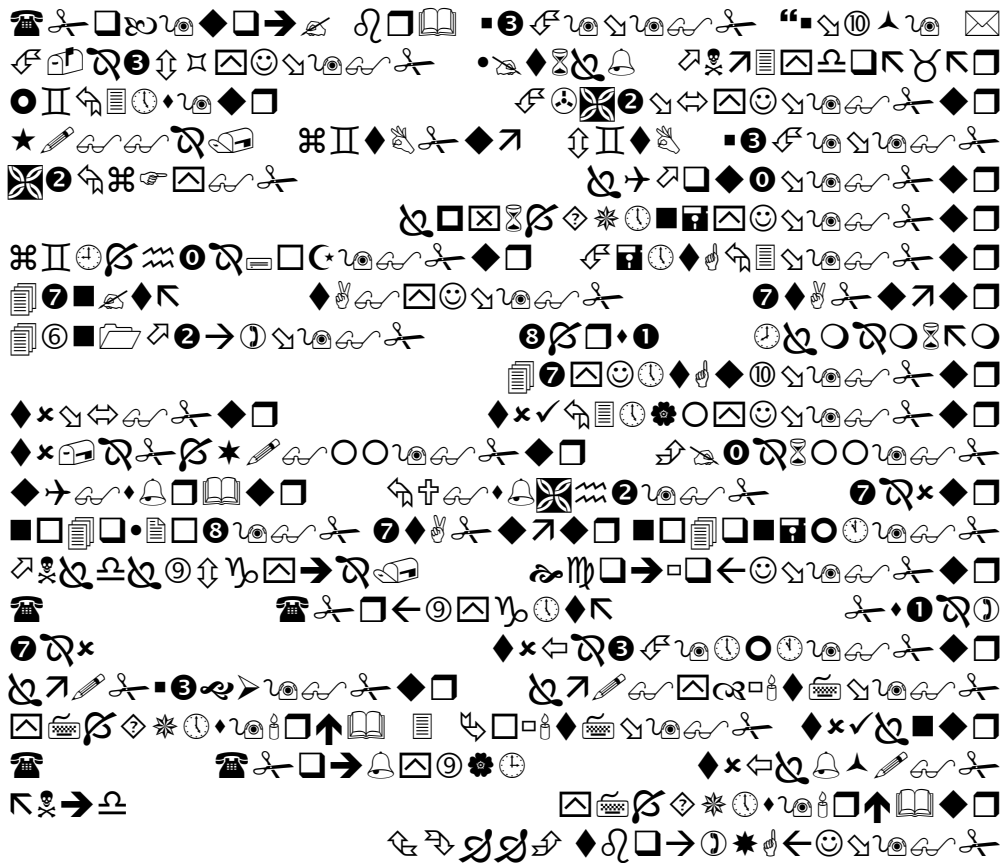
Artinya: Sesungguhnya orang-orang yang mengatakan: "Tuhan Kami ialah Allah", kemudian mereka tetap istiqamahMaka tidak ada kekhawatiran terhadap mereka dan mereka tiada (pula) berduka cita.(QS.al-Ahqof: 13)





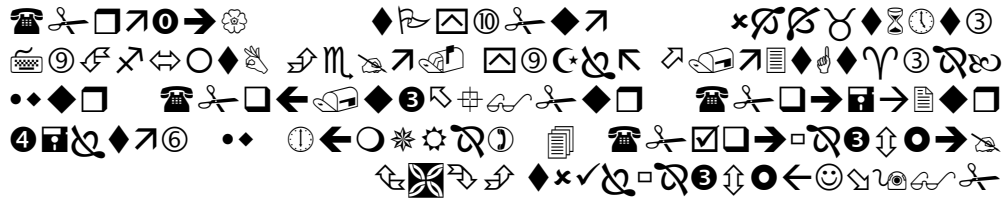


Artinya: dan mereka berkata: "Segala puji bagi Allah yang telah menghilangkan duka cita dari kami. Sesungguhnya Tuhan Kami benar-benar Maha Pengampun lagi Maha Mensyukuri.(QS.Fatir: 34)

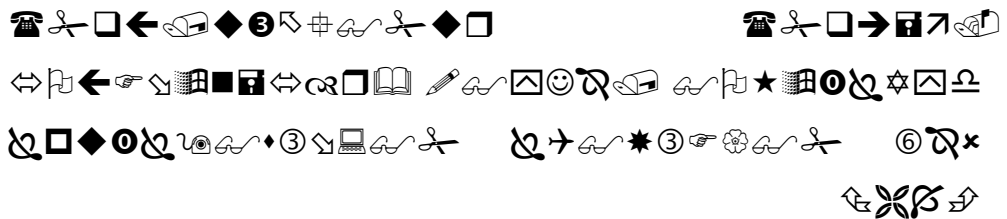


Artinya: bukanlah menghadapkan wajahmu ke arah timur dan barat itu suatu kebajikan, akan tetapi Sesungguhnya kebajikan itu ialah beriman kepada Allah, hari Kemudian, malaikat-malaikat, kitab-kitab, nabi-nabi dan memberikan harta yang dicintainya kepada kerabatnya, anak-anak yatim, orang-orang miskin, musafir (yang memerlukan pertolongan) dan orang-orang yang meminta-minta; dan (memerdekakan) hamba sahaya, mendirikan shalat, dan menunaikan zakat; dan orang-orang yang menepati janjinya apabila ia berjanji, dan orang-orang yang sabar dalam kesempitan, penderitaan dan dalam peperangan. mereka Itulah orang-orang yang benar (imannya); dan mereka Itulah orang-orang yang bertakwa.(al-Baqarah: 177)

buahnya, zaitun dan delima yang serupa (bentuk dan warnanya) dan tidak sama (rasanya). makanlah dari buahnya (yang bermacam-macam itu) bila Dia berbuah, dan tunaikanlah haknya di hari memetik hasilnya (dengan disedekahkan kepada fakir miskin); dan janganlah kamu berlebih-lebihan. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang yang berlebih-lebihan.(QS.Al-'An'am: 141)

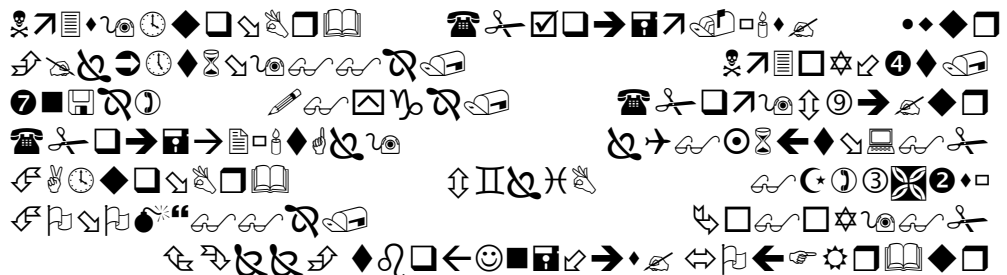


Artinya: Hai anak Adam, pakailah pakaianmu yang indah di Setiap (memasuki) mesjid, Makan dan minumlah, dan janganlah berlebih-lebihan. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berlebih-lebihan.(QS.al-Arof: 31)



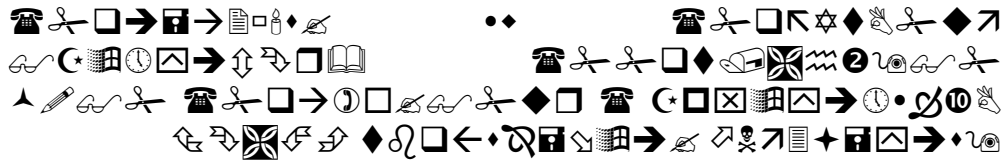
Artinya: (kepada mereka dikatakan): "Makan dan minumlah dengan sedap disebabkan amal yang telah kamu kerjakan pada hari-hari yang telah lalu".(QS.al-Haqqah: 24)

Larangan makan :



Artinya: dan janganlah sebahagian kamu memakan harta sebahagian yang lain di antara kamu dengan jalan yang bathil dan (janganlah) kamu membawa (urusan) harta itu kepada hakim, supaya kamu dapat memakan sebahagian daripada harta benda orang lain itu dengan (jalan berbuat) dosa, Padahal kamu mengetahui.(QS,al-Baqarah: 188)





Artinya: Hai orang-orang yang beriman, janganlah kamu memakan Riba dengan berlipat ganda dan bertakwalah kamu kepada Allah supaya kamu mendapat keberuntungan.(QS.ali Imran: 130)



Artinya: dan ujilah anak yatim itu sampai mereka cukup umur untuk kawin. kemudian jika menurut pendapatmu mereka telah cerdas (pandai memelihara harta), Maka serahkanlah kepada mereka harta-hartanya. dan janganlah kamu Makan harta anak yatim lebih dari batas kepatutan dan (janganlah kamu) tergesa-gesa (membelanjakannya) sebelum mereka dewasa. barang siapa (di antara pemelihara itu) mampu, Maka hendaklah ia menahan diri (dari memakan harta anak yatim itu) dan Barangsiapa yang miskin, Maka bolehlah ia Makan harta itu menurut yang patut. kemudian apabila kamu menyerahkan harta kepada mereka, Maka hendaklah kamu adakan saksi-saksi (tentang penyerahan itu) bagi mereka. dan cukuplah Allah sebagai Pengawas (atas persaksian itu).(QS.an-Nisa': 6)

Berdasarkan ayat-ayat diatas penulis mempunyai analisa terkait dengan penyakit diabetes terkait dengan pola pikir dan pola makan.

- 1) Penyakit diabetes yang dianggap oleh para ahli medis sebagai penyakit yang disebabkan karena pengaruh beban pikiran yang menyebabkan stress berat sehingga mempengaruhi kadar gula pada darah dan insulin tidak bekerja ternyata menurut al-Qur'an bisa diatasi dengan dzikir atau membaca al-

Qur'an. Karena dzikir akan lebih menenangkan hati, jika hati telah tenang maka semua sistem yang bekerja pada tubuh akan normal. Al-Qur'an menganjurkan manusia untuk bersikap dan berpikir positif dalam rangka untuk mengantisipasi datangnya berbagai jenis penyakit termasuk diabetes.

- 2) Selain makanan dalam al-Qur'an juga dijelaskan tentang minuman yang berfungsi sebagai obat yaitu madu. Karena minuman yang dikonsumsi manusia pada umumnya mengandung zat-zat pengawet dan pemanis buatan. Jadi al-Qur'an lebih dahulu menganjurkan manusia untuk kembali ke alam.
- 3) Pola makan yang tidak sehat menurut ahli medis dianggap sebagai pengaruh diabetes, menurut al-Qur'an lebih diperjelas dengan peringatan untuk manusia pada umumnya dan kaum yang beriman pada khususnya untuk lebih memperhatikan makanannya seperti hal-hal sebagai berikut:
 - a. Makan makanan yang halal, sehat dan tidak mengikuti langkah syaithan.
 - b. Larangan untuk mengikuti langkah syaithan yaitu, makan yang berlebihan, memakan makanan yang haram, seperti harta anak yatim, makan dari hasil riba
 - c. Orang yang beriman selain diperintahkan untuk makan makanan yang halal, sehat dan tidak mengikuti langkah syaithan juga dianjurkan untuk selalu bersyukur atas nikmat makan yang diberikan oleh Allah.
 - d. Cara mensyukuri makanan adalah dengan cara berbagi rizki yang telah diberikan oleh Allah untuk diberikan kepada kaum fakir miskin, anak yatim dan lain-lain.