

**PENGOBATAN PADA KITAB THIBBUN NABAWI KARYA  
SYAIKH IBNU QAYYIM AL-JAUZIYYAH DALAM TINJAUAN  
SUFU HEALING**



**SKRIPSI**

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat  
Guna Memperoleh Gelar Strata Satu (S.Ag)  
Dalam Ilmu Ushuluddin dan Humaniora  
Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi

Oleh:

**ROSIDA FIRDAUS**

**NIM: 2004046031**

**FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO  
SEMARANG**

**2024**

## DEKLARASI KEASLIAN

### DEKLARASI KEASLIAN

Nama : Rosida Firdaus  
NIM : 2004046031  
Jurusan : Tasawuf dan Psikoterapi  
Judul Skripsi : **PENGOBATAN PADA KITAB THIBBUN NABAWI  
KARYA SYAIKH IBNU QAYYIM AL-JAUZIYYAH  
DALAM TINJAUAN SUFI HEALING**

Penulis menegaskan dengan penuh tanggung jawab bahwa skripsi ini merupakan hasil karya sendiri dan belum pernah ditulis oleh pihak lain, tulisan ini hasil dari pemikiran penulis sendiri, kecuali data-data yang dijadikan sebagai sumber referensi.

Semarang, 30 September 2024

Pembuat Pernyataan



**Rosida Firdaus**

**NIM.2004046031**

## **PERSETUJUAN PEMBIMBING**

**Pengobatan Pada Kitab Thibbun Nabawi Karya Syaikh Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah Dalam  
Tinjauan Sufi Healing**



### **Skripsi**

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat  
Guna Memperoleh Gelar Strata Satu (S.Ag)  
Dalam Ilmu Ushuluddin dan Humaniora  
Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi

Oleh:

**Rosida Firdaus**

**NIM: 2004046031**

Semarang, 30 September 2024

Disetujui oleh:

Pembimbing



**Dr. Sulaiman, M.Ag**

**NIP. 197306272003121003**

## HALAMAN PENGESAHAN



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG  
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA**

Jalan Prof. Dr. H. Hamka Semarang 50185 Telepon: (024) 7601294  
Website: www.usnuluddin.walisongo.ac.id, Email: fuhum@walisongo.ac.id

### PENGESAHAN

Naskah skripsi berikut ini :

Judul : Pengobatan pada Kitab Thibbun Nabawi Karya Syaikh Ibnu Qayyim al-Jauziyyah dalam Tinjauan Sufi Healing  
Penulis : Rosida Firdaus  
NIM : 2004046031  
Jurusan : Tasawuf dan Psikoterapi

Telah diujikan dalam sidang tugas akhir oleh Dewan Penguji Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang pada hari kamis, 31 Oktober 2024 dan dapat diterima sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Agama dalam Ilmu Ushuluddin dan Humaniora.

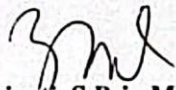
Semarang, 18 Desember 2024

### DEWAN PENGUJI



**Haeroon Ansori, M.Ag**  
NIP. 197505032006041001

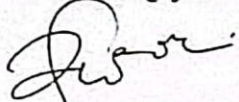
Penguji I

  
**Fitriyati, S.Psi., M.Si**  
NIP. 196907252005012002

Sekretaris Sidang

  
**Thivas Tono Taufiq, S.Th.I, M.Ag**  
NIP. 199212012019031013

Penguji II

  
**Royanulloh, M.Psi.T**  
NIP. 198812192018011001

Pembimbing

  
**Dr. Sulaiman, M.Ag**  
NIP. 197306272003121003

## NOTA PEMBIMBING

Hal : Persetujuan Naskah Skripsi

Kepada Yth.

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora

UIN Walisongo Semarang

*Assalamu'alaikum Wr. Wb*

Setelah membaca, melakukan koreksi dan perbaikan sebagaimana mestinya, maka saya menyatakan bahwa skripsi saudara:

Nama : Rosida Firdaus

NIM : 2004046031

Jurusan : Tasawuf dan Psikoterapi

Judul Skripsi : Pengobatan Pada Kitab Thibbun Nabawi Karya Syaikh Ibnu Qayyim al-Jauziyyah dalam Tinjauan Sufi Healing

Dengan ini telah saya setuju dan dapat sesegera mungkin untuk diujikan, demikian atas perhatiannya diucapkan terimakasih.

*Wassalamu'alaikum Wr. Wb*

Semarang, 30 September 2024

Disetujui oleh:

Pembimbing



**Dr. Sulaiman, M.Ag**

**NIP. 197306272003121003**

**MOTTO**

*Sakit adalah pelayan-Ku yang aku berikan kepada sahabat pilihan-Ku*

**(sakit adalah salah satu bentuk pengalaman yang membawa manusia sampai  
kepada pengetahuan tentang Tuhan)**

**-Imam al-Ghazali r.a.-**

## TRANSLITERASI ARAB LATIN

Proses mengubah tulisan dari satu sistem alfabet ke huruf yang lain dikenal sebagai transliterasi. Transliterasi dalam skripsi disini merupakan menyalin tulisan bahasa Arab ke bahasa Latin beserta perangkatnya. Berikut penjelasannya secara berurutan:

### A. Konsonan

#### 1. Konsonan Tunggal

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Keterangan
ا	Alif	tidak dilambangkan	tidak dilambangkan
ب	Bā'	b	be
ت	Tā'	t	te
ث	Śā'	ś	es (dengan titik diatas)
ج	Jīm	j	je
ح	Ḥā'	ḥ	ha (dengan titik dibawah)
خ	Khā'	kh	ka dan ha
د	Dāl	d	de
ذ	Žāl	ž	zet (dengan titik diatas)
ر	Rā'	r	er
ز	Zāi	z	zet
س	Sīn	s	es
ش	Syīn	sy	es dan ye
ص	Şād	ş	es (dengan titik dibawah)

ض	Dād	ḍ	de (dengan titik dibawah)
ط	Ṭā'	ṭ	te (dengan titik dibawah)
ظ	Zā'	ẓ	zet (dengan titik dibawah)
ع	'ain	‘	koma atas
غ	Gain	g	gain
ف	Fā'	f	ef
ق	Qāf	q	qi
ك	Kāf	k	ka
ل	Lām	l	el
م	Mīm	m	em
ن	Nūn	n	en
و	Wāw	w	we
هـ	Hā'	h	ha
ء	Hamzah	‘	apostropi
ي	Yā'	y	ye

2. Konsonan Rangkap (*syiddah*)

مُحَمَّدٌ	Ditulis	<i>Muhammadun</i>
وَسَلِيمٌ	Ditulis	<i>Wa sallimu</i>

**B. Vokal**

1. Vokal Pendek (*ḥarakat*)

َ	<i>Fathah (a)</i>	خَلَقَ	<i>Khalaqa</i>
---	-------------------	--------	----------------

◌ِ	<i>Kasrah (i)</i>	رَجُلٍ	<i>Rijli</i>
◌ُ	<i>Ḍammah (u)</i>	كُلُّ	<i>Kullu</i>

## 2. Vokal Panjang (*māddah*)

<i>Fathah + alif</i>	ā	Ditulis	أَصَابَ
<i>Kasrah + yā' mati</i>	ī	Ditulis	الْعَظِيمِ
<i>Ḍammah + wāw mati</i>	ū	Ditulis	بُيُوتٍ

## 3. Vokal Rangkap

<i>Fathah + yā' mati</i>	ai	لَيْسَ	<i>laisa</i>
<i>Fathah + wāw mati</i>	au	أُورَادٌ	<i>aurād</i>

## 4. Vokal Pendek dalam Satu Kalimat Dipisahkan dengan Tanda Koma Atas

عَلَى	Ditulis	'alā
تَعْقِلُونَ	Ditulis	Ta'qilūna
شِفَاءً	Ditulis	Syifā'un
نَائِمٌ	Ditulis	Nā'imun

## C. *Tā' Marbūṭah*

1. Di akhir kata (*waqaf*) atau dibaca mati (*sukūn*) ditulis dengan (*h*), kecuali kata Arab yang telah terserap menjadi bahasa Indonesia seperti shalat, taubat, dan lain-lain

طَيِّبَةً	Ditulis	<i>Ṭhayyibah</i>
مُبَارَكَةً	Ditulis	<i>Mubārasah</i>

2. Diikuti kata sandang *al* (ال) jika dipisah ditulis (*h*)

رَوْضَةُ الْجَنَّةِ	Ditulis	<i>rauḍah al-jannah</i>
---------------------	---------	-------------------------

Jika di satukan dan hidup dibaca (*t*)

رَوْضَةُ الْجَنَّةِ	Ditulis	<i>rauḍatul jannah</i>
---------------------	---------	------------------------

#### D. Kata Sandang *Alif* dan *Lām* (ال)

1. Jika diikuti dengan huruf *qamariyyah* ditulis (*al*) dan dipisahkan tanda (-) menyambung kepada huruf berikutnya

الْمَرِيضِ	Ditulis	<i>al-marīd</i>
الْحَالِقِ	Ditulis	<i>al-kāliq</i>
الْحَلِيمِ	Ditulis	<i>al-hālim</i>

2. Jika diikuti dengan huruf *syamsiyyah* ditulis dengan huruf yang sesuai bunyinya dan dipisahkan tanda (-) menyambung pada huruf setelahnya

الرَّزِقِ	Ditulis	<i>ar-raziq</i>
السَّبْعِ	Ditulis	<i>as-sab'i</i>
التَّامَّاتِ	Ditulis	<i>at-tāmmāti</i>

#### E. Penulisan Rangkaian Kata

سُبْحَانَ اللَّهِ الْعَظِيمِ	Ditulis	<i>subhānallāhil'azīm</i>
أَسْتَغْفِرُ اللَّهَ رَبَّ الْبَرَايَا	Ditulis	<i>astaghfirullāha rabba al-barāyā</i>

#### F. Kata Serapan dari Bahasa Arab

Diadopsi dari perbendaharaan kata bahasa Arab yang kemudian dimasukkan dalam kamus bahasa Indonesia seperti rasul, zuhur, tasawuf, azan,

hadis, sunah. Pada awal penjelasan, istilah-istilah khusus dalam bahasa Arab seperti *'ain* dan *taṣawwuf* tetap dipertahankan dalam bentuk aslinya menggunakan bahasa Arab ketika menjelaskan konsep-konsep teknis tersebut

## KATA PENGANTAR

Bismillāhirrahmānirrāim

Segala puji bagi Allah Tuhan Mahapengasih dan Mahapenyayang yang melimpahkan rahmat, taufik, dan hidayah-Nya. Berkat anugerah-Nya penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini dengan judul **“Pengobatan pada Kitab Thibbun Nabawi Karya Syaikh Ibnu Qayyim al-Jauziyyah dalam Tinjauan Sufi Healing”** disusun untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Strata satu (S.1) Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang. Shalawat serta salam tak lupa penulis haturkan kepada baginda Nabi agung, Nabi Muhammad saw. dengan harapan semoga di akhirat kelak mendapat syafa’at beliau.

Selama pengerjaan skripsi ini, penulis menerima beragam arahan dan usulan berharga dari sejumlah pihak. Penulis sadar bahwa keberhasilan penyelesaian skripsi ini tak lepas dari doa, bimbingan, dan dukungan yang diberikan oleh banyak pihak tersebut. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati, penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Rektor UIN Walisongo Semarang, Bapak Prof. Dr. Nizar, M.Ag.
2. Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang, Bapak Dr. H. Sya’roni, M.Ag.
3. Ketua Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang, Ibu Sri Rejeki, Sos.I., M.Si.
4. Sekretaris Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang, Bapak Royanullah, M.Psi.T.
5. Wali dosen penulis, Ibu Fitriyati, S.Psi., M.Si., Psikolog yang telah membimbing serta meluangkan waktu, tenaga dan pikiran semasa penulis kuliah.

6. Dosen pembimbing penulis, Bapak Dr. H. Sulaiman, M.Ag. yang telah bersedia mencurahkan segala waktu dan tenaga serta selalu memberi arahan dan masukan selama proses penyusunan skripsi ini.
7. Seluruh dosen Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi serta civitas akademika Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang, yang telah memberi ruang serta menyalurkan berbagai pengetahuan selama perkuliahan.
8. Paling utama, kepada keluarga penulis, orang tua penulis, Bapak Khosim dan Mamak Halimah yang telah mengerahkan keringat, darah dan doa semasa hidup untuk penulis hingga tak ada yang bisa menggantikan perjuangan beliau. Kepada masku Daud dan adekku Ahmad Hadi terimakasih telah menjadi bagian hidup penulis serta doadoanya yang dilantunkan untuk penulis. Berkah terus keluargaku!
9. Pengasuh PP. Al-Ma'rufiyah, Abah KH. Abbas Masrukhin dan Ibu Nyai Hj. Siti Maemunah, para Kyai dan Ibu Nyai, Ustaz dan Ustazah PP. Al-Ma'rufiyah, PP. Nurul Ulum Blitar, MI Al-Husna Ciledug, Mts Ma'arif NU 2 Sutojayan, MA Ma'arif NU Kota Blitar yang telah membantu menyalurkan ilmu kepada penulis dan selalu diharapkan barokah doanya.
10. Teman-teman terbaik penulis mak nayla, fafa, eri yang senantiasa memberi arahan, menghibur, mendengarkan ocehan susah senangnya penulis dan banyak hal baik yang mereka usahakan. Juga kepada adek-adekku iin, fadila dan mbakku mbak odel serta semua teman PPAM yang juga selalu membantu dan meramaikan hari-hari penulis selama berada di Semarang.
11. Para pelatih UKM-U Pagar Nusa yang telah memberikan wadah bagi penulis saat pelatihan dan belajar berorganisasi. Teman-teman satu leting dan teman-teman lainnya. Juga kepada ciwi-ciwi penulis, pana, istianah, bibeh, mbak nabila, rosa atas canda tawanya, selalu *nginpo* dan telah mewarnai hari-hari penulis ketika di Semarang.

12. Untuk saya sendiri, terimakasih saya karena telah mau berproses dan bertahan untuk berada di fase ini. Good job firda!

Penulis dengan penuh kesadaran mengakui bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih jauh dari sempurna dan memiliki berbagai keterbatasan. Kepada para pembaca bisa memberikan saran dan kritik membangun kepada penulis untuk lebih baik kedepannya. Penulis harap skripsi ini bisa menjadi sumber pengetahuan tambahan dan memberikan nilai guna, baik bagi penulis pribadi maupun para pembaca secara luas.

Semarang, 30 September 2024

Penulis

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'Rosida Firdaus', enclosed within a hand-drawn oval shape.

**Rosida Firdaus**

**NIM.2004046031**

## DAFTAR ISI

<b>PENGobatan PADA KITAB THIBBUN NABAWI KARYA.....</b>	<b>i</b>
<b>DEKLARASI KEASLIAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>PERSETUJUAN PEMBIMBING .....</b>	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN.....</b>	<b>iv</b>
<b>NOTA PEMBIMBING.....</b>	<b>v</b>
<b>MOTTO .....</b>	<b>vi</b>
<b>TRANSLITERASI ARAB LATIN.....</b>	<b>vii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>xv</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>xvii</b>
<b>BAB I: PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	7
C. Tujuan dan Manfaat Penelitian .....	8
D. Tinjauan Pustaka .....	9
E. Metode Penelitian.....	11
F. Sistematika Penulisan .....	13
<b>BAB II: LANDASAN TEORI.....</b>	<b>14</b>
A. Pengobatan .....	14
B. Sufi Healing .....	15
<b>BAB III: PENYAJIAN DATA .....</b>	<b>31</b>
A. Riwayat Hidup Syaikh Ibnu Qayyim al-Jauziyyah.....	31
B. Kitab Thibbun Nabawi.....	39
<b>BAB IV: ANALISIS DATA.....</b>	<b>57</b>

A. Metode Pengobatan dalam Kitab Thibbun Nabawi dalam Tinjauan Sufi Healing .....	57
B. Fungsi Pengobatan pada Kitab Thibbun Nabawi dalam Tinjauan Sufi Healing .....	70
C. Relevansi Pengobatan pada Kitab Thibbun Nabawi dalam Tinjauan Sufi Healing .....	74
<b>BAB V: PENUTUP.....</b>	<b>79</b>
A. Kesimpulan .....	79
B. Saran.....	79
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>81</b>
<b>DAFTAR RIWAYAT HIDUP .....</b>	<b>88</b>

## ABSTRAK

Di era saat ini banyak metode pengobatan yang di hadirkan oleh para pegiat kesehatan. Dari pengobatan konvensional maupun tradisional atau pengobatan modern maupun alternatif. Pengobatan yang paling diminati ialah pengobatan tradisional atau alternatif yang dinilai tidak menimbulkan efek samping karena bahannya herbal bukan dari bahan kimia. Salah satu pengobatan alternatif yaitu pengobatan spiritual atau dikenal dengan pengobatan *sufi healing*. *Sufi healing* merupakan pengobatan yang dilakukan berdasarkan ajaran tasawuf. Syaikh Ibnu Qayyim merupakan ulama ahli dalam banyak hal dan salah satu ulama bidang tasawuf yang memiliki karya dengan judul *Thibbun Nabawi* yakni pengobatan Nabi. Dimana kitab ini pun menjadi rujukan-rujukan pengobatan alternatif era sekarang. Oleh karena itu, titik berat kajian penelitian ini adalah metode dan fungsi pengobatan pada kitab *Thibbun Nabawi* karya Syaikh Ibnu Qayyim al-Jauziyyah dalam tinjauan *sufi healing*

Skripsi ini menerapkan jenis penelitian kepustakaan (*library research*) melalui pendekatan kualitatif dengan sumber data primer berupa kitab *Thibbun Nabawi* karya Syaikh Ibnu Qayyim al-Jauziyyah. Teknik pengumpulan data berupa teknik dokumentasi, yakni penulis mengumpulkan data berupa literatur-literatur yang relevan terhadap fokus kajian penulis. Penelitian ini menerapkan metode analisis deskriptif sebagai teknik untuk mengolah data.

Hasil penelitian ini mengungkapkan bahwa metode pengobatan pada kitab *Thibbun Nabawi* dalam tinjauan *sufi healing* adalah, zikir dan doa, shalat, puasa, serta bacaan al-Qur'an yang dalam pelaksanaannya disertai rasa penyerahan diri atau kepasrahan, keyakinan atau sugesti yang kuat akan kuasa Allah bahwa hanya kepada-Nya kesembuhan diperoleh. Adapun fungsinya yaitu, sebagai penyembuhan holistik atau menyeluruh, pembersihan spiritual atau membersihkan diri dari pengaruh negatif, peningkatan kesadaran diri, mendekatkan diri kepada Sang Pencipta, dan sebagai manajemen emosional.

**Kata Kunci:** Metode pengobatan, Ibnu Qayyim al-Jauziyyah, *Thibbun Nabawi*, *sufi healing*

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menyatakan bahwa kesehatan merupakan suatu kondisi kesejahteraan fisik, mental, dan sosial yang menyeluruh. Konsep ini menekankan bahwa kesehatan bukan hanya tentang kondisi fisik akan tetapi kesejahteraan psikologis seseorang dan kemampuan mereka untuk hidup dalam masyarakat. Faktor seperti gaya hidup, lingkungan, dan akses layanan kesehatan berpengaruh pada kondisi kesehatan seseorang. Saat ini, semakin banyak orang mengakui pendekatan holistik terhadap kesehatan yang menggabungkan kesejahteraan manusia dari segi fisik, mental, sosial, dan spiritual.<sup>1</sup>

Islam memprioritaskan kesehatan bagi para umatnya, baik kesehatan fisik maupun kesehatan mental. Kesehatan seperti itu tidaklah berlebihan jika ditampakkan, karena kesehatan merupakan salah satu dari banyak karunia Allah SWT. Kesehatan sangat penting karena memengaruhi aktivitas seseorang. Tubuh yang sakit dapat mengganggu aktivitas seseorang, termasuk beribadah.<sup>2</sup> Maka dari itu, pasti ada obat untuk setiap penyakit. Mengenai pernyataan itu, terdapat sebuah hadis yang dinukilkan oleh Muslim dari Abu Zubair, dari Jabir bin Abdillah dari Nabi Muhammad saw. menyampaikan:

لِكُلِّ دَاءٍ دَوَاءٌ؛ فَإِذَا أَصَابَ دَوَاءُ الدَّاءِ: بَرَأَ بِإِذْنِ اللَّهِ عَزَّ وَجَلَّ

*Artinya: "masing-masing penyakit pasti ada obatnya. Kalau obat sudah mengenai penyakit, penyakit itu pasti akan sembuh dengan izin Allah" (HR. Muslim, no. 2204).<sup>3</sup>*

Teknik pengobatan atau ilmu kedokteran saat ini merupakan dasar kebutuhan bagi kehidupan manusia. Hal ini disebabkan oleh kenyataan tak

---

<sup>1</sup> M Marmot and R Wilkinson, "Social Determinants of Health," *Oxford University Press*, 2005.

<sup>2</sup> Andrew J Newman, *Pengobatan Alami Ajaran Nabi Muhammad SAW* (Jakarta: Zahra, 2014). h. 18

<sup>3</sup> Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah, *Metode Pengobatan Nabi* (Jakarta: Gerilya Ilmu, 2004). h.

terelakkan bahwa manusia rentan terhadap penyakit. Penyakit merupakan salah satu tantangan terbesar yang dihadapi manusia sejak dahulu kala. Metode pengobatan kini menempati posisi yang sangat penting dan diutamakan selama ribuan tahun lalu.<sup>4</sup> Perdebatan mengenai berbagai penyakit dan cara-cara pengobatannya tetap menjadi topik yang terus dikaji secara global tanpa henti. Berbagai upaya seperti riset ilmiah, eksperimen laboratorium, dan inovasi dalam teknologi kedokteran tengah berlangsung secara berkelanjutan.<sup>5</sup> Ilmu kedokteran telah berkembang dengan sangat cepat. Berbagai alat medis kontemporer diciptakan untuk menemukan dan menyembuhkan penyakit. Meskipun dengan penemuan alat medis yang canggih ini, para dokter masih belum dapat memecahkan beberapa masalah penyakit.<sup>6</sup>

Pada masa kini, pendekatan medis kontemporer mengandalkan penggunaan senyawa kimia buatan sebagai obat. Konsumsi obat-obatan sintesis tersebut dalam jangka waktu yang panjang dapat berisiko menimbulkan dampak negatif yang signifikan. Akibatnya, terjadi peralihan minat masyarakat ke metode pengobatan alternatif. Metode ini terbagi dalam beberapa jenis, termasuk pengobatan tradisional dan terapi akupunktur. Ketidakpuasan terhadap hasil pengobatan modern mendorong masyarakat untuk beralih ke pilihan alternatif yang memiliki profil keamanan lebih baik.<sup>7</sup>

Beragam bentuk pengobatan lahir sebagai alternatif model penyembuhan, seolah-olah mereka sedang menandingi kehebatan dunia kedokteran yang semakin mahal dan canggih. Pengobatan alternatif secara agresif dipromosikan melalui beragam saluran komunikasi, baik yang tercetak maupun digital, dan beraneka pertunjukkan yang luar biasa lainnya. Para praktisi ini mengidentifikasi diri mereka dengan berbagai sebutan, di antaranya pakar

---

<sup>4</sup> P. C Lubis, "Sejarah Ilmu Kedokteran" (Universitas Sumatra Utara, 2008). h. 1

<sup>5</sup> Benjamin Lumenta, *Pelayanan Medis Citra, Konflik Dan Harapan* (Yogyakarta: Kanisius, 1989).

<sup>6</sup> Asif Trisnani et al., "Konsep Pengobatan Rohani Dan Jasad Menurut Ibnu Qayyim al-Jauziyyah; Tawaran Solutif Atas Konsep Pengobatan Konvensional Dalam Ilmu Kedokteran Modern," *Risalah: Jurnal Pendidikan Dan Studi Islam* 09, no. 2 (2023). h. 505

<sup>7</sup> Aisyah Nur Fitriani, "Fenomena Pengobatan Tradisional Air Doa" (Universitas Negeri Yogyakarta, 2012).

pengobatan berbasis tumbuhan, spesialis penyembuhan spiritual, dan ada pula yang menggolongkan praktik mereka sebagai *sufi healing* atau penyembuhan sufi.<sup>8</sup>

*Sufi healing* merupakan sistem pengobatan berdasarkan ajaran tasawuf. Tasawuf digambarkan dengan ajaran tentang bagaimana agama dipahami secara keseluruhan, baik dalam hal Islam, iman, dan ihsannya. Kemudian tasawuf mempraktikkan ketiganya dengan menggunakan istilah syariat, hakikat, dan makrifat. Tasawuf benar-benar memahami manusia sebagai subjek sekaligus objek agama secara keseluruhan, baik dalam hal jasad, qalb, maupun spiritualitasnya.<sup>9</sup>

Tasawuf dianggap bagian dari jenis spiritualitas Islam yang paling berdampak dalam beragam aspek kemajuan komunitas Muslim secara global sejak zaman Rasulullah dan para pengikutnya terdahulu. Tasawuf dianggap menjadi keilmuan tertua sesudah ilmu fikih, serta ilmu kalam, yang juga berfungsi sebagai penyempurna keduanya, yaitu pada pengamalan fikih dan pemikiran kalam. Hal ini disebabkan karena tasawuf memposisikan diri sebagai esensi yang mendasari ritual-ritual keagamaan yang disyariatkan. Seiring waktu, tasawuf berkembang bertindak sebagai penerapan praktis dari hukum Islam (fikih) dan teologi (kalam) dalam keseharian seorang Muslim.<sup>10</sup>

Praktik sufi seperti mengurangi makan, tidur dan bicara, digunakan para ahli sebagai model penyembuhan, bersama dengan zikir serta berbagai macam bentuknya. Dalam cakupan yang luas pada ajaran sufi, metode *sufi healing* atau penyembuhan yang berlandaskan tasawuf tergolong menjadi bidang khusus dalam disiplin ilmu. Pada dasarnya, sistem *sufi healing* berfokus pada zikir sebagai asas diagnosis dan terapi. Para sufi juga melakukan hal ini dalam praktik pengobatannya<sup>11</sup> Kemudian, para sufi mengadopsi praktik penyembuhan mereka, seperti zikir, shalat, membaca al-Quran, puasa, dan

---

h. 3 <sup>8</sup> Amin Syukur, *Sufi Healing: Terapi Dengan Metode Tasawuf* (Jakarta: Erlangga, 2012).

iii <sup>9</sup> Mustamir Pedak, *Kerangka Konsep Sufi Healing* (Malang: Literasi Nusantara, 2021). h.

<sup>10</sup> Syukur, *Sufi Healing: Terapi Dengan Metode Tasawuf*. h. 5

<sup>11</sup> Syukur. h. 6

membaca shalawat. Metode tersebut telah terbukti secara efektif dalam menangani beragam kondisi kesehatan. Namun, perlu dicatat bahwa penerapannya memerlukan teknik khusus atau bimbingan oleh guru spiritual yang biasa disebut *syaikh*.<sup>12</sup>

Pada dasarnya, metode penyembuhan, pemulihan dan pemeliharaan jiwa menggunakan pendekatan tasawuf, mengacu pada tindakan para Nabi dan Rasul. Mencakup seluruh rentang sejarah kenabian, dimulai era Nabi Adam hingga masa Nabi Muhammad saw. *Sufi healing* diajarkan secara turun temurun oleh para Nabi kepada para sahabatnya, kemudian ulama ahli akhlak, ulama tasawuf dan ulama fikih.<sup>13</sup>

Seiring perkembangan sains, terungkap bahwa konsep-konsep dalam tasawuf memiliki potensi terapeutik untuk menyembuhkan penyakit fisik dan mental. Praktik-praktik yang dilakukan kaum sufi dipercaya mampu menghadirkan energi baik yang bersumber dari Allah SWT. energi ini diyakini memberi manfaat luas, tidak hanya dalam aspek kesehatan dan penyembuhan, tetapi juga memperkaya dimensi spiritual serta menciptakan keselarasan dalam berbagai aspek kehidupan.<sup>14</sup> Menurut Dr. Stuart Grayson, melakukan terapi spiritual secara terus menerus membantu seseorang membebaskan diri dari kecemasan dan rintangan hidup yang mengganggu. Lebih lanjut, pendekatan penyembuhan ini berpotensi meningkatkan kondisi jasmani, psikologis, dan rohani individu<sup>15</sup>

Nabi Muhammad telah menerapkan metode penyembuhan fisik dan mental dengan menyarankan para umatnya untuk membatasi asupan makanan. Studi kontemporer mengungkapkan bahwa praktik makan dalam jumlah terbatas dapat menurunkan kemungkinan mengalami masalah kardiovaskular,

---

<sup>12</sup> Ade Fakhri Kurniawan, *Sufi Healing: Praktik Terapi Sufistik Dalam Literatur Tasawuf Klasik* (Serang: FUD Press, 2014). h. 48

<sup>13</sup> Dadang Ahmad Fajar, *Antara Psikoterapi Dan Sufi Healing: Kontribusi Psikologi Barat Dan Pemahaman Tentang Pemeliharaan Jiwa Perspektif Ajaran Islam* (Bandung: Gunung Djati Publishing, n.d.). h. 115

<sup>14</sup> Syamsul Bakri, *The Power of Tasawuf Reiki: Sehat Jasmani Rohani Dengan Psikoterapi Islami* (Yogyakarta: Galang Press, 2009). h. 45

<sup>15</sup> Stuart Grayson, *Penyembuhan Spiritual (Spiritual Healing)* (Semarang: Dahara Prize, 2001). h. viii

mengoptimalkan metabolisme dan pencernaan, serta berpotensi memperpanjang usia.<sup>16</sup> Nabi Muhammad menyampaikan pada beberapa hadisnya segala sesuatu mengenai tata cara dalam menjalani kehidupan, tidak hanya sebatas syariah, akidah dan akhlak. Akan tetapi, beliau juga menyampaikan beragam jenis permasalahan yang lebih menyeluruh dalam setiap bidang termasuk dalam hal pengobatan. Hadis mengenai pengobatan pun banyak terbukti secara ilmiah berdasarkan studi yang telah dilaksanakan oleh para pakar ahli dalam bidangnya.<sup>17</sup>

Ibnu Qayyim menyatakan bahwa penjelasan penyakit ada dua yaitu penyakit jasmani dan penyakit hati.<sup>18</sup> Sekitar pertengahan abad ke-18 telah terungkap hikmah Ilahiah dan mukjizat oleh kalangan medis terhadap penjelasan jenis penyakit ini. Para medis membagi penyakit ini menjadi dua:

1. Penyakit jasmani, yaitu gangguan fisik merujuk pada kondisi medis yang timbul akibat disfungsi atau kegagalan total salah satu bagian tubuh dalam menjalankan perannya secara normal. Disebabkan oleh bakteri atau kuman yang masuk dalam tubuh, pada akhirnya menimbulkan berbagai gejala penyakit. Berkenaan dengan penyakit jasmani dalam (Q.S An-Nur [24]: 61) Allah SWT berfirman:

لَيْسَ عَلَى الْأَعْمَى حَرْجٌ وَلَا عَلَى الْأَعْرَجِ حَرْجٌ وَلَا عَلَى الْمَرِيضِ حَرْجٌ وَلَا عَلَى أَنْفُسِكُمْ أَنْ تَأْكُلُوا مِنْ بُيُوتِكُمْ أَوْ بُيُوتِ آبَائِكُمْ أَوْ بُيُوتِ أُمَّهَاتِكُمْ أَوْ بُيُوتِ إِخْوَانِكُمْ أَوْ بُيُوتِ أَخَوَاتِكُمْ أَوْ بُيُوتِ أَعْمَامِكُمْ أَوْ بُيُوتِ عَمَّتِكُمْ أَوْ بُيُوتِ إِخْوَالِكُمْ أَوْ بُيُوتِ حُلَّتِكُمْ أَوْ مَا مَلَكَتْ أَيْمَانُكُمْ مَفَاتِحَهُ أَوْ صَدِيقِكُمْ لَيْسَ عَلَيْكُمْ جُنَاحٌ أَنْ تَأْكُلُوا جَمِيعًا أَوْ أَشْتَاتًا فَإِذَا دَخَلْتُمْ بُيُوتًا فَسَلِّمُوا عَلَى أَنْفُسِكُمْ تَحِيَّةً مِّنْ عِنْدِ اللَّهِ مُبْرَكَةً طَيِّبَةً ۗ كَذَلِكَ يُبَيِّنُ اللَّهُ لَكُمْ الْآيَاتِ لَعَلَّكُمْ تَعْقِلُونَ ۝

*Artinya: "Tidak ada halangan bagi orang buta, orang pincang, orang sakit, dan dirimu untuk makan (bersama-sama mereka) di rumahmu, di rumah bapak-bapakmu, di rumah ibu-ibumu, di rumah saudara-saudaramu yang laki-laki, di rumah*

<sup>16</sup> Ahmadi Thaha, *Kedokteran Dalam Islam* (Surabaya: Bina Ilmu, 2009). h. 78

<sup>17</sup> Fitri Yeni and M Dalil, "Hadis-Hadis Tentang Farmasi; Sebuah Kajian Integratif Dalam Memahami Hadis Rasulullah," *Proceeding IAIN Batusangkar* 1, no. 1 (2016): 309.

<sup>18</sup> Al-Jauziyyah, *Metode Pengobatan Nabi*. h. 11

*saudara-saudaramu yang perempuan, di rumah saudara-saudara bapakmu yang laki-laki, di rumah saudara-saudara bapakmu yang perempuan, di rumah saudara-saudara ibumu yang laki-laki, di rumah saudara-saudara ibumu yang perempuan, (di rumah) yang kamu miliki kuncinya, atau (di rumah) kawan-kawanmu. Tidak ada halangan bagimu untuk makan bersama-sama mereka atau sendiri-sendiri. Apabila kamu memasuki rumah-rumah itu, hendaklah kamu memberi salam (kepada penghuninya, yang berarti memberi salam) kepada dirimu sendiri dengan salam yang penuh berkah dan baik dari sisi Allah. Demikianlah Allah menjelaskan ayat-ayat(-Nya) kepadamu agar kamu mengerti.”<sup>19</sup>*

2. Penyakit hati, merupakan kondisi yang timbul dari penumpukan berbagai macam gangguan kesehatan mental. Kondisi ini disebabkan oleh beragam faktor dalam kehidupan sehari-hari, termasuk kecemasan, keraguan, ketidakpuasan seksual, masalah keuangan, *overthinking*, serta berbagai tekanan hidup lainnya.<sup>20</sup> Firman Allah pada (Q.S Al-Baqarah [1]: 10) berbunyi:

فِي قُلُوبِهِمْ مَّرَضٌ فَزَادَهُمُ اللَّهُ مَرَضًا وَهُمْ عَذَابٌ أَلِيمٌ ۖ ذٰلِكَ بِمَا كَانُوْا يَكْذِبُوْنَ

*Artinya: “Dalam hati mereka ada penyakit lalu Allah menambah penyakitnya dan mereka mendapat azab yang sangat pedih karena mereka selalu berdusta.”<sup>21</sup>*

Penyakit memiliki dua kategori, demikian pula dengan pemulihannya. Cara penyembuhan juga terbagi terbagi menjadi dua, pengobatan untuk penyakit jasmani dan penyakit hati, metodenya sebagai berikut:

1. Metode pengobatan penyakit jasmani, untuk terapi mengatasi gangguan fisik didasarkan pada tiga prinsip utama. Pertama, memelihara kondisi tubuh agar tetap sehat. Kedua, menghindarkan tubuh dari paparan substansi yang dapat membahayakan. Ketiga, mengeluarkan unsur-unsur yang merugikan dari dalam tubuh.
2. Metode pengobatan penyakit hati, penyembuhan penyakit hati dapat dicapai melalui pengenalan yang mendalam terhadap Tuhan. Kesehatan

---

<sup>19</sup> Kementrian Agama RI, *Al-Qur'an Kemenag in Ms Word Dan Terjemahannya* (Jakarta: Lajnah Pemtashihan Mushaf al-Qur'an, 2019).

<sup>20</sup> Al-Jauziyyah, *Metode Pengobatan Nabi*. h. 1

<sup>21</sup> RI, *Al-Qur'an Kemenag in Ms Word Dan Terjemahannya*.

dan kebahagiaan hati sejatinya hanya bisa diperoleh dengan mengikuti ajaran yang disampaikan oleh Rasulullah. Mencari kebahagiaan hati diluar tuntunan para Rasul merupakan kesalahpahaman. Upaya semacam itu justru dapat menjauhkan seseorang dari kebahagiaan dan kesehatan hati yang sesungguhnya.<sup>22</sup>

Ibnu Qayyim al-Jauziyyah memaparkan mengenai konsep pengobatan berdasarkan perspektif prinsip-prinsip Islam yang mengacu pada kitab suci al-Qur'an, sunah, serta pengalaman para sahabat dan tabiin, melalui karyanya yang berjudul "Thibbun Nabawi" atau yang lebih dikenal dengan sebutan "Pengobatan Nabi". Hasil pemikiran monumental karangan Syaikh Ibnu Qayyim al-Jauziyyah seorang ulama besar dari mazhab Hanbali.

Kitab ini dikenal sebagai referensi dalam disiplin ilmu bidang pengobatan Islami karena mengombinasikan aspek jasmani dan rohani dengan seimbang. Ia menekankan bahwa kesehatan merupakan anugerah dari Allah SWT dan setiap penyakit pasti memiliki penawarnya, baik secara alami atau yang sudah dikombinasi.<sup>23</sup> Pengobatan ini bersifat komprehensif, maksudnya adalah penanganan berbagai penyakit perlu mempertimbangkan tidak hanya kondisi jasmani, tetapi juga menyertakan dimensi rohani, psikologis, dan emosional pasien.<sup>24</sup> Dapat disimpulkan berdasarkan paparan di atas, penelitian ini akan fokus melakukan identifikasi terhadap metode dan fungsi pengobatan pada Kitab Thibbun Nabawi dalam tinjauan *sufi healing* dalam bentuk skripsi dengan judul **"Pengobatan pada Kitab Thibbun Nabawi Karya Syaikh Ibnu Qayyim al-Jauziyyah dalam Tinjauan Sufi Healing"**

## **B. Rumusan Masalah**

Rumusan masalah merupakan masalah yang spesifik pada penelitian agar penelitian bisa mencapai bahasan dan hasil yang memuaskan. Maka dari itu

---

<sup>22</sup> Al-Jauziyyah, *Metode Pengobatan Nabi*. h. 18

<sup>23</sup> Al-Jauziyyah. h. 8

<sup>24</sup> R Fitria, Novita J, and Fitri Ramadhani, *Panduan Bekam Sunnah: Mengupas Tuntas Praktik Bekam Ala Rasulullah SAW* (Sumatra Barat: Insan Cendekia Mandiri, 2021). h. 51

mengacu pada penjelasan sebelumnya, maka rumusan masalah dari penelitian ini, yaitu:

1. Bagaimana metode pengobatan pada kitab Thibbun Nabawi karya Syaikh Ibnu Qayyim al-Jauziyyah dalam tinjauan *sufi healing*?
2. Bagaimana fungsi pengobatan pada kitab Thibbun Nabawi karya Syaikh Ibnu Qayyim al-Jauziyyah dalam metode *sufi healing*?

### **C. Tujuan dan Manfaat Penelitian**

#### 1. Tujuan Penelitian

Berangkat dari permasalahan yang telah diuraikan sebelumnya, tujuan dari penelitian ini adalah:

- a. Untuk mengetahui metode pengobatan pada kitab Thibbun Nabawi karya Syaikh Ibnu Qayyim al-Jauziyyah dalam tinjauan *sufi healing*
- b. Untuk mengetahui fungsi pengobatan pada kitab Thibbun Nabawi karya Syaikh Ibnu Qayyim al-Jauziyyah dalam tinjauan *sufi healing*

#### 2. Manfaat Penelitian

Untuk mencapai tujuan tersebut, penulis berharap agar penelitian ini dapat menyumbangkan manfaat. Penelitian ini mengarah pada dua jenis manfaat, yaitu:

##### a. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini diproyeksikan untuk memberikan kontribusi intelektual, informasi serta menambah koleksi kepustakaan islam.

##### b. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi solusi inovatif dan nilai tambah dalam dunia akademis, khususnya pada area kajian Tasawuf dan Psikoterapi, sehingga dapat mendukung kemajuan pengetahuan yang berkaitan dengan keilmuan tersebut. Sebagai tambahan, penelitian ini juga ingin menyediakan wawasan tambahan bagi para peneliti berikutnya yang tertarik mengkaji metode pengobatan dalam kitab

Thibbun Nabawi karya Syaikh Ibnu Qayyim al-Jauziyyah, khususnya dari perspektif *sufi healing*.

#### **D. Tinjauan Pustaka**

Tahap awal penelitian ini diawali dengan tinjauan dan analisis mendalam terhadap berbagai literatur yang membahas tentang pengobatan, kitab Thibbun Nabawi, dan *sufi healing* sebagai fokus utama penelitian. Tindakan ini krusial untuk menjamin kebaruan penelitian yang akan dijalankan. Setelah melakukan pencarian, peneliti menemukan beberapa studi terdahulu yang relevan. Hasil temuan tersebut akan diuraikan seperti dibawah ini:

Pertama, artikel jurnal oleh Asif Trisnani, dan rekan-rekannya berjudul “Konsep Pengobatan Rohani dan Jasad Menurut Ibnu Qayyim Al Jauziyyah; Tawaran Solutif Atas Konsep Pengobatan Konvensional dalam Ilmu Kedokteran Modern”. Penelitian ini mengadopsi pendekatan analisis deskriptif dengan proses teknik pengambilan informasi melalui dokumentasi. Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa penyakit fisik dapat diatasi melalui intervensi spiritual. Hal ini didasarkan pada pemahaman bahwa aspek rohani seseorang memiliki dampak signifikan terhadap kesejahteraan mental seseorang. Lalu untuk penyakit jasad cara penanganannya dengan dua metode, pertama penerapan metode sunatullah contohnya bila lapar harus makan, sedangkan penanganan kedua dengan analisa medis, seperti penyakit jasad pada umunya, contohnya penyakit jantung.<sup>25</sup>

Kedua, skripsi oleh Siti Nur Aini dengan judul “Konsep *Sufi Healing* Menurut M. Amin Syukur dalam Perspektif Bimbingan Konseling Islam”. Penelitian ini menerapkan jenis penelitian kualitatif. Studi ini menghasilkan bahwa konsep penyembuhan *sufi healing* menurut Amin Syukur adalah terapi hati yang mana berfokus pada pengendalian hati (manajemen kalbu), dilanjut dengan metode penyembuhan ala sufi dengan melalui praktik-praktik

---

<sup>25</sup> Asif Trisnani et al., “Konsep Pengobatan Rohani Dan Jasad Menurut Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah; Tawaran Solutif Atas Konsep Pengobatan Konvensional Dalam Ilmu Kedokteran Modern,” *Risalah: Jurnal Pendidikan Dan Studi Islam* 09, no. 2 (2023).

kerohanian, seperti yang dijalani para sufi pada maqamat dan ahwal. Lebih lanjut lagi, penyembuhan sufi juga diterapkan menggunakan metode utama *zikirullah* dalam proses penyembuhan.<sup>26</sup>

Ketiga, skripsi oleh Priska Arlia yang berjudul “Pengobatan Tradisional Dengan Menggunakan Ayat-Ayat al-Quran (Study Living Qur’an Pada Praktik Pengobatan Tradisional di Desa Kampung Baru Palbatu)”. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dan teknik narasi deskriptif. Dalam studi ini, metode pengobatan tradisional memanfaatkan berbagai bahan alami seperti air murni, jeruk nipis, dan daun sirih merah yang dikombinasikan dengan pembacaan ayat-ayat al-Qur’an. Temuan penelitian ini mengungkapkan bahwa sejumlah pasien yang menjalani perawatan di desa Kampung Baru Palbatu mempercayai kesembuhan mereka sebagai hasil dari kekuasaan Allah, dengan memanfaatkan segmen-segmen spesifik dari kitab suci al-Qur’an sebagai sarana penyembuhan.<sup>27</sup>

Keempat, artikel jurnal yang ditulis oleh M. Amin Syukur dengan judul “*Sufi Healing: Terapi dalam Literatur Tasawuf*”. Jenis penelitian ini adalah kualitatif menggunakan metode pengumpulan datanya berdasarkan data-data literatur kepustakaan, dengan melalui pendekatan psikologi transpersonal. Hasil dari penelitian ini mengungkapkan pengobatan non konvensional dengan nilai-nilai sufisme dalam bentuk terapi *sufi healing* yang efektif dan relevan dengan kebutuhan masyarakat kontemporer saat ini.<sup>28</sup>

Kelima, artikel jurnal oleh Vivi Zhirra Octaviani dengan judul “Konsep Sufi Healing Menurut Mustamir Pedak dan Penerapannya dalam Proses Terapi di Klinik Griya Sehat Syafa’at (GRISS) 99 Semarang”. Studi ini mengadopsi metodologi kualitatif dengan perspektif fenomenologis. Pengumpulan data

---

<sup>26</sup> Siti Nur Aini, “Konsep Sufi Healing Menurut M. Amin Syukur Dalam Perspektif Bimbingan Konseling Islam” (UIN Walisongo, 2015).

<sup>27</sup> Priska Arlia, “Pengobatan Tradisional Dengan Menggunakan Ayat-Ayat Al-Qur’an (Study Living Qur’an Pada Praktik Pengobatan Di Desa Kampung Baru Palbatu)” (IAIN CURUP, 2023).

<sup>28</sup> M. Amin Syukur, “Sufi Healing: Terapi Dalam Literasi Tasawuf,” *Walisongo* 20, no. 2 (2012).

dilakukan melalui wawancara, pengamatan langsung, dan analisis dokumen. Temuan penelitian ini mengungkapkan pandangan Mustamir Pedak bahwa *sufi healing* merupakan pendekatan terstruktur yang berakar pada prinsip-prinsip iman, Islam, dan ihsan, serta menerapkan metode syariat, hakikat, dan makrifat. Dalam praktik *sufi healing*, fokus penyembuhan diarahkan pada qalb (hati), nafs (jiwa), dan jasad (tubuh). Tujuan utama dari pendekatan ini adalah untuk meningkatkan tingkatan nafs seseorang.<sup>29</sup>

## E. Metode Penelitian

### 1. Jenis Penelitian

Metodologi yang diterapkan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif, yang dikategorikan sebagai penelitian kepustakaan (*library research*) berdasarkan lokasi penelitiannya. Penelitian kepustakaan merupakan metode yang mengandalkan kajian literatur, dimana sumber-sumber informasi yang ditelaah mencakup beragam bentuk terbitan termasuk karya tulis, kumpulan pengetahuan, artikel akademis, media cetak harian, terbitan berkala, dan arsip tertulis lainnya yang memuat data yang telah diverifikasi kebenarannya.<sup>30</sup>

### 2. Sumber Data

Sesuai dengan judul “Pengobatan pada Kitab Thibbun Nabawi Karya Syaikh Ibnu Qayyim al-Jauziyyah dalam Tinjauan *Sufi Healing*” maka dalam penelitian ini membutuhkan sumber data sebagaimana berikut;

- a. Sumber data primer merupakan data utama dalam penelitian ini yang bersumber langsung dari objek kajian pokok. Dalam konteks penelitian ini sumber informasi primer yang digunakan adalah konsep-konsep dan tulisan-tulisan Syaikh Ibnu Qayyim al-Jauziyyah yang berkaitan dengan pengobatan, baik karya beliau

---

<sup>29</sup> Vivi Zhirra Octaviani, “Konsep Sufi Healing Menurut Mustamir Pedak Dan Penerapannya Dalam Proses Terapi Di Klinik Griya Sehat Syafa’at (GRISS) 99 Semarang,” *EAIC* 01, no. 1 (2022).

<sup>30</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan* (Bandung: Alfabeta, 2019). h. 14

maupun terjemahan. Pada skripsi ini sumbernya adalah kitab Thibbun Nabawi karya Syaikh Ibnu Qayyim al-Jauziyyah

- b. Sumber data sekunder berupa informasi tambahan yang berperan menguatkan data primer. Umumnya, data jenis ini sudah terkompilasi dalam format dokumentasi. Pada penelitian ini, sumber data sekunder yang dimanfaatkan meliputi berbagai jenis dokumen, beberapa kitab, buku-buku referensi, jurnal ilmiah, skripsi serta artikel-artikel yang berkaitan erat dengan tema penelitian yang sedang dilakukan.

### 3. Teknik Pengumpulan Data

Proses pengumpulan data merupakan aspek krusial dalam setiap kegiatan penelitian. Strategi perolehan sumber data dalam penelitian ini mengandalkan teknik dokumentasi. Metode ini melibatkan kompilasi berbagai sumber tertulis seperti literatur-literatur dan dokumen yang relevan sejalan dengan topik yang dianalisis.

### 4. Teknik Analisis Data

Penelitian ini membahas mengenai tinjauan *sufi healing* terhadap pengobatan pada kitab Thibbun Nabawi karya Syaikh Ibnu Qayyim al-Jauziyyah dengan menggunakan teknik analisis data kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Metode pendekatan deskriptif digunakan untuk menampilkan dan menjelaskan secara mendalam kalimat atau pernyataan agar diketahui maknanya.<sup>31</sup> Tahapan berikutnya adalah analisis data. Seluruh data yang sudah dikumpulkan lalu di analisis menggunakan metode analisis isi. Ini berarti menyatukan dan menganalisa buku, artikel, serta dokumen-dokumen terkait kemudian mengklasifikasikannya sepadan dengan kendala yang dibahas, atau membandingkan data satu sama lain, lalu merumuskan dan dibuat kesimpulan.<sup>32</sup>

---

<sup>31</sup> Anton Bakker and ahmad Haris Zubair, *Metodologi Penelitian Filsafat* (Yogyakarta: Kanisius, 1994). h. 51

<sup>32</sup> Sumardi Suryabrata, *Metode Penelitian* (Jakarta: Rajawali Press, 1993). H. 87

## F. Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan dirancang untuk memberikan pandangan menyeluruh tentang isi masing-masing bab secara berurutan. Untuk memudahkan pemahaman terhadap hasil penelitian ini, temuan-temuan disajikan dalam format laporan tertulis. Struktur laporan ini terbagi menjadi beberapa bab yang diuraikan sebagai berikut:

Bab *pertama*, merupakan isi dari pendahuluan berupa latar belakang yakni dasar serta alasan penelitian ini. Selanjutnya, rumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian, tinjauan Pustaka, metode penelitian, dan sistematika penulisan.

Bab *kedua*, berupa landasan teoritik mengenai pengobatan dan *sufi healing*.

Bab *ketiga*, deskripsi data meliputi riwayat hidup Syaikh Ibnu Qayyim al-Jauziyyah, perjalanan pendidikan serta pemikiran, karya-karya, dilanjut dengan penjelasan umum mengenai kitab Thibbun Nabawi serta beberapa pengobatan yang digunakan dalam kitab tersebut

Bab *keempat*, merupakan analisis data terhadap metode dan fungsi pengobatan pada kitab Thibbun Nabawi karya Syaikh Ibnu Qayyim al-Jauziyyah dalam tinjauan *sufi healing*.

Bab *kelima*, bab ini merupakan bagian yang merangkum keseluruhan isi penelitian ini yang berisi penutup meliputi kesimpulan dan saran.

## BAB II

### LANDASAN TEORI

#### A. Pengobatan

##### 1. Pengertian Pengobatan

Istilah pengobatan berakar dari ungkapan Latin “*Arsmedicina*”, yang dapat diartikan sebagai keahlian menyembuhkan. Pengobatan merupakan tradisi yang berkembang sebagai upaya manusia untuk membebaskan diri dari berbagai gangguan kesehatan yang menghambat kehidupan. Selain lingkungan, kepercayaan dan keyakinan manusia memengaruhi kebudayaan. Hal ini terjadi karena manusia percaya bahwa alam mengandung kekuatan yang lebih besar, baik dapat dirasakan oleh panca indra maupun tidak, seperti hal ghaib. Selain itu, pengobatan ini tidak lepas dari agama atau kepercayaan seseorang.<sup>33</sup>

Pengobatan telah ada sejak lama. Semua orang yang sakit selalu berusaha untuk sembuh, sejak zaman kuno hingga sekarang. Berbagai usaha pengobatan berkembang seiring dengan tuntutan zaman dan jenis penyakit yang diderita manusia. Pengobatan dasarnya terdiri dari dua komponen, yaitu pencegahan dan penyembuhan. Proses pengobatan dapat dilakukan dengan menggunakan alat bantu, seperti terapi dan obat-obatan.<sup>34</sup>

##### 2. Jenis-jenis Pengobatan

###### a. Pengobatan Medis

Pengobatan yang menggunakan berbagai macam alat dan obat kimia yang canggih dikenal sebagai pengobatan medis. Pengobatan medis mengutamakan rasionalitas ilmu pengetahuan dan teknologi modern. Pengobatan ini menggunakan alat bantu canggih untuk menunjukkan penyakit dengan memerlukan data. Pengobatan ini menggunakan obat-obatan berbahan kimia sesuai hasil uji laboratorium. Pengobatan ini

---

<sup>33</sup> Andi Muflih, “Pengobatan Dalam Islam” (UIN Alauiddin Makassar, 2013). h. 80

<sup>34</sup> Muhammad Ibrahim, *Berobat Dengan Ayat-Ayat Al-Qur'an* (Bandung: Trigenda Karya, 1995). h. 15

dapat mengidentifikasi penyakit individu dengan menggunakan alat bantu yang lebih canggih serta melalui pengetahuan kedokteran.<sup>35</sup>

b. Pengobatan Alternatif

Pengobatan alternatif adalah sistem penyembuhan yang menggunakan pendekatan-pendekatan holistik, melibatkan tubuh, pikiran, dan jiwa, serta menggunakan bahan-bahan alami atau teknik-teknik khusus yang tidak umum digunakan dalam pengobatan modern. Tenaga medis profesional, seperti dokter, tidak melakukan pengobatan alternatif. Menurut *National Institute of Health*, pengobatan alternatif terdiri dari kumpulan praktik, produk dan sistem perawatan kesehatan yang bukan dalam golongan pengobatan konvensional. Pijat refleksi, hipnosis, gurah, akupunktur, dan lain sebagainya merupakan bagian dari macam-macam pengobatan alternatif.<sup>36</sup>

## B. Sufi Healing

### 1. Pengertian *Sufi Healing*

Konsep *sufi healing* terdiri oleh dua kata yaitu *sufi* dan *healing*. Istilah *sufi* mengacu pada individu atau komunitas yang berusaha membimbing seseorang mencapai kebahagiaan melalui koneksi spiritual langsung dengan Sang Pencipta. Sementara itu, *healing* merupakan kata kerja bahasa Inggris dengan kata dasar *heal* yang berarti, memulihkan kesehatan atau menyembuhkan penyakit, menyelesaikan perselisihan antara individu maupun kelompok, membebaskan diri dari sifat negatif dan menyucikan diri, serta berkaitan dengan pengobatan. Sehingga, *sufi healing* dapat

---

<sup>35</sup> Juhana Nasrudin, "Relasi Agama, Magi, Sains Dengan Sistem Pengobatan Tradisional-Modern Pada Masyarakat Pedesaan," *Studi Agama-Agama* 3, no. 2 (2019). h. 43

<sup>36</sup> Dwi Ayu Andira and Jatie K Pudjibudojo, "Pengobatan Alternatif Sebagai Upaya Penyembuhan Penyakit," *Jurnal Insight Psikologi Universitas Muhammadiyah Jember* 16, no. 2 (2020). h. 394

dipahami sebagai metode penyembuhan yang menggabungkan aspek spiritual sufi dengan berbagai bentuk penyembuhan.<sup>37</sup>

*Sufi healing* atau dikenal juga sebagai pengobatan sufi adalah pendekatan penyembuhan yang menggabungkan aspek spiritual dan fisik, yang dikembangkan dan diterapkan oleh para pengamal tasawuf. Metode ini berlandaskan pada prinsip-prinsip keagamaan dan bertujuan untuk mengaktifkan serta memperkuat iman seorang seseorang kepada Tuhan. Inti dari pengobatan sufi adalah kepercayaan bahwa hanya Tuhan yang memiliki kekuasaan dan kemampuan sejati untuk menyembuhkan berbagai penderitaan yang dialami manusia.<sup>38</sup> *Sufi healing* merupakan perpaduan antara ajaran tasawuf dan ilmu psikologi, menciptakan suatu pendekatan baru dalam penyembuhan. Metode ini meyakini bahwa berbagai penyakit, baik bersifat fisik maupun mental, dapat diatasi dengan menerapkan prinsip-prinsip tasawuf. Beberapa nilai tasawuf yang dimanfaatkan dalam proses penyembuhan ini meliputi tawakal (berserah diri), sabar, zikir (mengingat Tuhan), rida (kerelaan), *tazkiyatun nafs* (penyucian jiwa), zuhud (kesederhanaan), serta nilai-nilai spiritual lainnya.<sup>39</sup>

Menurut Amin Syukur *sufi healing* diartikan sebagai pendekatan terapeutik yang mengadopsi kaidah-kaidah tasawuf untuk meningkatkan kepercayaan diri dan memperkuat aspek spiritual seseorang. Pendekatan ini mengadopsi tiga cabang utama tasawuf. Tasawuf akhlaqi, menekankan pada pembentukan perilaku dan karakter. Tasawuf amali, berfokus pada upaya mendekatkan diri kepada Allah. Tasawuf falsafi, mengintegrasikan pandangan intuitif dan rasional melalui metode perasaan (*zauq*).<sup>40</sup>

---

<sup>37</sup> R.N.L O'riordan, *Seni Penyembuhan Alami: Rahasia Penyembuhan Melalui Energi Ilahi, Diterjemahkan Oleh Sulaiman Al-Kumaiyi Dari Judul Asli The Art of Sufi Healing* (Bekasi: Gugus Press, 2002). h. 41

<sup>38</sup> Gusti Abd Rahman, *Terapi Sufistik Untuk Penyembuhan Gangguan Kejiwaan, Aswaja Pressindo* (Yogyakarta, 2012). h. 5

<sup>39</sup> M. A Wahyudi and S Bakri, "Psikoterapi Sufistik Dalam Pengobatan Reiki Pada Masa Pandemi," *Jurnal Studi Psikoterapi Sufistik* 6, no. 1 (2021). h. 63-73

<sup>40</sup> Syukur, *Sufi Healing: Terapi Dengan Metode Tasawuf*. h. 13

Berdasarkan keterangan diatas ditegaskan kembali bahwa *sufi healing* merupakan pengobatan terhadap penyakit fisik maupun mental dengan menggunakan metode tasawuf yang dalam proses penyembuhannya lebih baik dilakukan dengan bimbingan seorang guru.

## 2. Sumber dan Prinsip Kerja *Sufi Healing*

Pengobatan ala sufi pada intinya mengacu pada ajaran dan praktik Nabi Muhammad saw. yang berakar pada al-Qur'an. Syaikh Hakim Mu'inuddin Chisyti, seorang tokoh sufi terkenal dari India dikenal sebagai pencetus dan penyebar gagasan konsep *sufi healing*. Istilah *sufi healing* pertama kali muncul dalam bukunya "The Book of Sufi Healing". Selanjutnya, Linda O'riordan turut mengembangkan konsep ini dalam ranah akademis melalui karyanya "The Art of Sufi Healing". Di Indonesia, Prof. Dr. M. Amin Syukur, guru besar Fakultas Ushuluddin UIN Walisongo Semarang, juga memberikan kontribusi dalam bidang ini dengan menerbitkan buku dengan judul "Sufi Healing: Terapi dalam Literatur Tasawuf".<sup>41</sup>

Bagi para pengamal tasawuf, praktik penyembuhan yang mereka lakukan merupakan perwujudan nyata dari prinsip "*rahmatan lil 'alamīn*" (rahmat bagi seluruh alam). Menariknya, tidak ada standar baku dalam metode pengobatan yang diterapkan oleh para sufi. Setiap sufi memiliki pendekatan unik yang berakar pada pengalaman pribadi mereka dalam perjalanan spiritual dan penemuan jati diri. Hal ini menyebabkan adanya keberagaman teknik penyembuhan di antara para praktisi sufi.<sup>42</sup>

Dalam praktik *sufi healing*, para pengamal tasawuf dan orang-orang yang beriman memegang prinsip bahwa kekuatan penyembuhan sejatinya berasal dari Allah. Para sufi memahami bahwa kekuatan ini disalurkan ke dunia melalui berbagai jalur sebab-akibat. Muhammad Zuhri, seorang praktisi dan pengajar ilmu tasawuf, memberikan penjelasan lebih lanjut mengenai konsep kausalitas. Penjelasannya menyoroti bagaimana proses

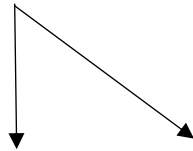
---

<sup>41</sup> Octaviani, "Konsep Sufi Healing Menurut Mustamir Pedak Dan Penerapannya Dalam Proses Terapi Di Klinik Griya Sehat Syafa'at (GRISS) 99 Semarang." h. 297

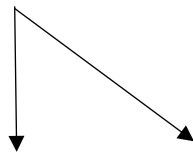
<sup>42</sup> Sulaiman, *Sufi Healing: Penyembuhan Penyakit Lahiriah Dan Batiniah Cara Sufi* (Semarang: CV. Karya Abadi Jaya, 2015).

penyembuhan dalam perspektif sufi berkaitan erat dengan pemahaman tentang hubungan sebab-akibat yang beragam dalam kehidupan. Penjelasan konsep kausalitas sebagai berikut:

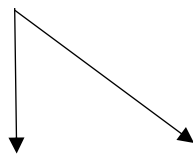
### KAUSALITAS



(1) Natural                      (2) Supranatural



(1) Logis                              (2) Magis



(1) Vertikal                              (2) Horisontal

Kausalitas dapat dikelompokkan menjadi dua kategori utama, kausalitas suranatural dan kausalitas natural. Dalam kausalitas natural, terdapat dua subkategori, kausalitas logis dan kausalitas magis. Lebih lanjut, kausalitas logis terbagi lagi menjadi dua jenis, kausalitas vertikal dan kausalitas horizontal. Sehingga, konsep kausalitas memiliki struktur yang berjenjang, mulai dari pembagian utama hingga sub-sub kategori yang lebih spesifik. Para sufi dianggap memiliki kemampuan dalam kausalitas supranatural, sedangkan kausalitas natural dibagikan kepada kelompok-kelompok ahli pada bidangnya. Paranormal, dukun dan sejenisnya yang diyakini menguasai kausalitas magis. Dokter, apoteker dan profesi medis serupa dianggap mampu menangani kausalitas logis horizontal. Sedangkan psikiater atau dokter jiwa dipercaya dapat mengelola kausalitas logis vertikal. Pembagian ini menggambarkan berbagai pendekatan dalam

memahami dan menangani proses penyembuhan, masing-masing dengan kekhususannya sendiri.<sup>43</sup>

Definisi yang diberikan oleh Muhammad Zuhri diatas tidak benar sepenuhnya. Pengobatan sufi tidak terus-menerus karena kausalitas supranatural, tetapi juga tetap meninjau kausalitas natural. Tidak jarang penyebab penyakit seseorang berasal dari alam bukan supranatural. Kaum sufi juga menggunakan berbagai produk alami, termasuk madu, habbatussauda, garam, dan beragam bahan lainnya sebagai sarana pengobatan untuk mengatasi berbagai penyakit.<sup>44</sup>

Berdasarkan penjelasan sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa metode pengobatan *sufi healing* berlandaskan pada ajaran al-Qur'an, yang dipercaya sebagai firman Ilahi yang langsung dari Allah SWT. lebih lanjut, pendekatan *sufi healing* dapat dipahami sebagai metode penyembuhan yang menyeluruh (holistik). Metode ini mengintegrasikan tiga elemen utama, pengobatan yang memanfaatkan kekuatan Ilahi, aktivasi kemampuan penyembuhan diri, dan penyembuhan melalui penggunaan komponen-komponen tertentu yang dimasukkan ke dalam tubuh

### 3. Metode Sufi Healing

Perumusan metode dalam proses pengobatan *sufi healing* bagi para sufi tidaklah semua serupa. Dengan demikian, penelitian berfokus pada teknik penyembuhan yang dikembangkan oleh Syaikh Hakim Mu'inuddin Chisyti.

#### a. Zikir

Zikir adalah kata yang dimaksudkan untuk mengingat Allah secara khusus dan mendalam. Allah sering menggunakan istilah zikir untuk menggambarkan jenis ibadah yang penting. Allah berfirman pada beberapa surat dalam (Q.S Ali 'Imran [3]: 41), (Q.S An-Nisa' [4]: 103), (Q.S Taha [20]: 14). Pada ayat-ayat tersebut menjelaskan bahwa zikir memiliki arti mengingat dan menyebut.

---

<sup>43</sup> Kurniawan, *Sufi Healing: Praktik Terapi Sufistik Dalam Literatur Tasawuf Klasik*. h.

<sup>44</sup> Sulaiman, *Sufi Healing: Penyembuhan Penyakit Lahiriah Dan Batiniah Cara Sufi*. h. 5

Diceritakan dalam hadis, bahwa Nabi saw. bersabda, “ungkapan *lā ilāha illallāh* merupakan wujud zikir yang paling agung untuk mengingat Allah Yang Mahakuasa” beliau juga menjabarkan bahwa selagi masih ada orang yang membaca *lā ilāha illaallāh* hari kiamat pun tidak akan tiba.<sup>45</sup>

Menurut ensiklopedi Islam, zikir memiliki beragam makna, meliputi mengingat, menyebut, menjaga, memahami, dan berbuat kebajikan. Interpretasi ini memperluas definisi zikir tidak hanya dengan ucapan verbal, tetapi gerakan fisik dan perasaan batin yang selaras dengan prinsip-prinsip keagamaan. Praktik zikir dimaksudkan untuk mempererat hubungan dengan Allah SWT. sekaligus sebagai upaya mengatasi kelalaian dan kelupaan terhadap-Nya dengan cara terus menerus mengingat kehadiran-Nya.<sup>46</sup>

Seseorang dapat berzikir dengan perkataan atau pikiran kapan saja. M. Amin Syukur menguraikan berbagai metode berzikir meliputi, *zikir zahir* (suara keras), *zikir sirr* (suara hati), *zikir rūḥ* (suara roh/sikap zikir), *zikir fi’li* (aktivitas), zikir afirmasi, dan zikir pernapasan. Zikir pernapasan banyak bermanfaat untuk proses penyembuhan penyakit fisik.<sup>47</sup>

Pada rubrik “Terapi Hati” Surat Kabar Seputar Indonesia edisi Sabtu, 14 Maret 2015, Amin Syukur menjabarkan tahapan praktik berzikir:

“Mulailah dengan menenangkan tubuh, pikiran, dan perasaan. Duduk nyaman mungkin, menundukkan kepala dan menutup mata. Bacalah istighfar “*Astaghfirullāhal’āzīm*” perlahan sambil meresapi maknanya dan menyesali dosa-dosa yang merupakan tahap takhalli (pembersihan diri dari sifat negative).

---

<sup>45</sup> Syaikh Hakim Abu Abdullah Mu’inuddin Chisyti, *Penyembuhan Cara Sufi* (Jakarta: PT. Lentera Basritama, 1999). h. 213-215

<sup>46</sup> Sayyed Hossein Nasr and Oliver Leman, *Ensiklopedi Tematis Filsafat Islam* (Bandung: Mizan, 2003). h. 235

<sup>47</sup> M. Amin Syukur, *Terapi Hati Dalam Seni Menata Hati* (Semarang: Pustaka Nuun dan Lembkota, 2009). h. 60

Lanjutkan dengan tahalli (menghiasi diri dengan sifat terpuji) melalui zikir jahr (bersuara) dengan mengucapkan: “*Lā Ilāha Illallāh*”. Tujuannya untuk menggetarkan hati.

Setelah hati bergetar, beralih ke zikir dalam hati (zikir sirr) sebagai proses penerimaan nur Ilahi (tajalli). Caranya: menundukkan wajah kearah jantung sebelah kiri, fokus pada titik dua jari di bawah puting, mata tertutup, lidah ke atas dalam mulut, mengucapkan ismuzzat (nama Allah) dalam hati tanpa suara.

Akhiri dengan “*Alḥamdulillāhirabbil’ālamīn*”. Untuk mempertajam nur Ilahi, lakukan *zikir rūh* (mengingat Allah melalui sikap) dengan tahapan konsep: *Minallāh* (menyadari asal makhluk dari Allah), *Lillāh* (semua milik Allah), *Billāh* (kekuatan dari Allah), *Ma’allāh* (selalu merasa bersama Allah dimanapun berada), dan *Ilallāh* (hanya kepada-Nya semua kembali).

Efek positifnya tercermin dalam perilaku baik secara individu dan sosial yang disebut *zikir fi’li* (zikir aktivitas).<sup>48</sup>

Berdasarkan penjelasan sebelumnya, konsep tersebut berperan sebagai inti dari eksistensi manusia. Lima aspek diatas menekankan bahwa Allah merupakan pusat kehidupan umat manusia. Ketika kesadaran ini terus terpelihara, akan timbul sikap *muraqabah*, yaitu pemahaman bahwa Allah senantiasa mengawasi setiap tindakan manusia. Sikap ini berfungsi sebagai pelindung dari perbuatan negatif dan mencegah manusia dari rasa putus asa.

Pada masyarakat di era modern tantangan yang sedang dihadapi adalah menemukan makna hidup. Solusi untuk masalah ini dapat ditemukan ketika seseorang menyadari perannya sebagai makhluk ciptaan Tuhan dan memahami keterbatasan akan dirinya. Pada konteks ini, mengingat Tuhan baik secara perkataan maupun dalam hati memiliki dampak positif yang signifikan bagi orang-orang di zaman sekarang. Beberapa manfaat yang bisa didapatkan dari praktik zikir di era modern diantaranya, memperdalam keyakinan religius, memperkokoh karakter moral, memberikan

---

<sup>48</sup> Amin Syukur, “Terapi Hati,” *Seputar Indonesia*, 2015.

perlindungan dari bahaya, menjadi sarana penyembuhan mental, dan yang tak kalah penting, memberikan manfaat bagi kesehatan fisik<sup>49</sup>

Syaikh Hakim Mu'inuddin Chisyti pernah melihat banyak penyakit serius yang dikeluarkan dari orang-orang yang duduk dalam lingkaran zikir pada tarekat Chisytiyah. Orang-orang ini tidak mencoba pengobatan lain. Semua hal dapat diatasi dalam kekuasaan Allah, bahkan yang tampak mustahil bisa menjadi nyata. Seseorang yang senantiasa mengingat Allah akan menyadari bahwa seluruh ciptaan selain-Nya pasti taat kepada kehendaknya<sup>50</sup>

b. Doa

Dalam perjalanan spiritual kaum sufi, praktik berdoa merupakan elemen yang tak terpisahkan. Bagi para pengikut tasawuf, doa menjadi ritual harian yang tak pernah tertinggal. Jika diruntut melalui keterangan ayat-ayat al-Qur'an, maka terdapat beberapa pengertian. Doa yang berarti permintaan ada pada (Q.S Gafir [40]: 60), doa yang berarti permohonan ada pada (Q.S Al-A'raf [7]: 55) dan (Q.S Al-Baqarah [1]: 186), doa yang berarti panggilan ada pada (Q.S Al-Isra' [17]: 52) dan doa yang berarti pujian ada pada (Q.S Al-Isra' [17]: 111).<sup>51</sup>

Individu yang menyandarkan kehidupannya pada doa tidak akan mengalami kekecewaan, karena selain memperoleh ganjaran, ia juga menerima kebaikan tertentu dari doanya. Ketetapan Allah dapat berubah karena hasil dari doa seseorang. Hal ini dapat dipahami berdasarkan sabda Rasulullah saw. yang menyatakan bahwa hanya doa yang mampu mengubah takdir.<sup>52</sup>

Kaum sufi menjalankan ibadah seperti doa dengan penuh kesungguhan di bawah bimbingan seorang pimpinan spiritual atau

---

<sup>49</sup> M. Amin Syukur, *Tasawuf Sosial* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2004). h. 49-50

<sup>50</sup> Chisyti, *Penyembuhan Cara Sufi*. sh. 222

<sup>51</sup> Syukur, *Sufi Healing: Terapi Dengan Metode Tasawuf*. h. 80

<sup>52</sup> Abdullah bin Alwi Al-Haddad, *Mutiara Zikir Dan Do'a Syaikh Ratib Al-Haddad* (Bandung: Pustaka Hidayah, 2000). h. 49

guru (*syaikh*). Berdoa, seperti halnya zikir, merupakan bentuk perjuangan spiritual dalam mendekatkan diri kepada Allah. Mengawali doa dengan mengucapkan *bismillāh* adalah tahap awal yang penting karena permulaan dengan nama Allah yang dalam artian lengkap “dengan menyebut nama Allah”, demikianlah, pengucapan *bismillāh* berfungsi sebagai pengingat akan kehadiran Allah Yang Mahasuci dalam kehidupan seseorang.

Mengucapkan *bismillāh* dapat diibaratkan sebagai kunci untuk membuka gerbang menuju naungan Allah. Kalimat ini berperan penting sebagai sarana memasuki wilayah penjagaan-Nya. Kemudian, melalui *ta'awuz* dapat membersihkan diri dari sifat setan. Memuji Allah dan bershalawat atas Nabi-Nya, dan kemudian berdoa. Di samping itu, kebiasaan kaum sufi mencakup penggunaan nama-nama Allah yang baik sebagai pembuka doa, yang juga bisa dijadikan sarana berzikir.<sup>53</sup>

c. Shalat

Istilah shalat dalam bahasa Arab memiliki makna berdoa, beribadah, serta memohon pengampunan dan kasih sayang. Praktik shalat memegang peranan khas dan vital dalam ajaran Islam dan tasawuf. Sebuah hadis menukil perkataan Nabi Muhammad yang menyatakan bahwa perbedaan utama antara orang beriman dan yang tidak terletak pada ketaatan dalam menunaikan shalat.

Pelaksanaan shalat melibatkan tiga elemen utama yaitu pikiran, perkataan, dan tindakan. Sebelum mengerjakan shalat, dimulai dengan membersihkan diri dari semua kotoran pada tubuh, busana, maupun area shalat. Bersamaan dengan itu, sebelum memulai shalat penting untuk mengosongkan benak dari segala pemikiran buruk, sehingga dapat memusatkan perhatian sepenuhnya pada kebesaran Allah Yang Mahakuasa.<sup>54</sup>

---

<sup>53</sup> Syukur, *Sufi Healing: Terapi Dengan Metode Tasawuf*. h. 82

<sup>54</sup> Chisyti, *Penyembuhan Cara Sufi*.h. 150

Ibadah shalat merupakan kombinasi antara aktivitas jasmani dan rohani. Shalat mencakup tindakan fisik sekaligus asupan spiritual. Dalam perspektif keilmuan, shalat dapat dipandang sebagai integrasi tiga aspek kecerdasan. Kecerdasan intelektual, emosional, dan spiritual. Ditinjau dari gerakannya, shalat berpotensi menjadi sarana penyembuhan fisik. Sementara itu, bacaan-bacaan dalam shalat dapat berfungsi sebagai terapi psikis. Sehingga, shalat menawarkan manfaat ganda, menyehatkan tubuh melalui rangkaian gerakannya serta memperkuat mental dan akhlak melalui kandungan bacaannya.<sup>55</sup>

Posisi berdiri tegak pada saat shalat membantu tubuh menjadi lurus dan tegap, karena seluruh tubuh berada pada posisi alami yang sesuai dengan titik akupunktur. Berdiri tegak juga dapat menstimulasi seluruh tubuh dan mengurangi risiko patah tulang, karena posisi ini membuat seluruh tubuh menjadi tegak, *takbirātulihram* merupakan gerakan yang efektif, rukuk merelaksasi ruas-ruas tulang punggung, sujud merupakan gerakan anti stroke, posisi duduk saat shalat memiliki efek menghambat aliran darah di pembuluh utama kaki, yang kemudian mengalihkan aliran tersebut ke otak dan organ-organ vital lainnya melalui pembuluh darah kecil di kaki. Proses ini berpotensi mencegah diabetes dan kerusakan jaringan kaki akibat gangguan sirkulasi. Sementara itu, gerakan menoleh saat mengucapkan salam dapat memperkuat struktur otot dan jaringan di area leher yang akan membantu dalam fungsi refleksi.<sup>56</sup> 1.713.600 gerakan shalat dilakukan oleh orang dewasa dalam rata-rata umur empat puluh tahun. Seseorang yang melaksanakannya akan terlindungi dari sejumlah penyakit ringan dan berat. Praktik ini gratis dan dapat dilakukan dimana saja.<sup>57</sup>

---

<sup>55</sup> Syukur, *Sufi Healing: Terapi Dengan Metode Tasawuf*. h. 83

<sup>56</sup> Sagiran, *Mukjizat Gerakan Shalat* (Jakarta: Kultum Media, 2007). h. 40-50

<sup>57</sup> Chisyti, *Penyembuhan Cara Sufi*.h. 161

d. Puasa

Salah satu metode pengobatan alami yang paling terkenal adalah puasa. Metode ini melibatkan menghentikan suatu makanan tertentu untuk waktu yang singkat dan kemudian menghentikan sepenuhnya semua makanan dan minuman selama waktu yang cukup lama. Siklus peredaran bulan dan planet-planet lain, serta berbagai fenomena alam lainnya adalah dasar dari pengaturan puasa yang benar. Sebenarnya, puasa merupakan simbol dari cara hidup yang alami serta baik untuk tubuh dan kesehatan.<sup>58</sup>

Puasa atau yang dalam bahasa Arab berarti *ṣiyam* memiliki makna beristirahat. Tubuh berhenti dari kegiatan makan, minum dan berhubungan seksual. Sehingga memberi waktu untuk tubuh beristirahat dan melakukan penyegaran kembali. Banyak dari Syaikh Sufi serta muridnya menjalani puasa yang lamanya bermacam-macam, dan hasilnya seringkali menakjubkan. Seperti yang telah diketahui, kaum Sufi tidak menempuh suatu prosedur jasmaniah sekaitan dengan kesehatan kecuali dengan alasan untuk memperoleh rida Tuhan Yang Mahatinggi. Allah telah mewajibkan atas umat Islam yang beriman untuk berpuasa seperti disebutkan dalam (Q.S Al-Baqarah: 183).<sup>59</sup>

Walaupun sasaran utama dan manfaat yang diinginkan dari berpuasa berkaitan dengan aspek spiritual dan perkembangannya, tidak dapat dipungkiri bahwa banyak individu juga merasakan dampak positif secara fisik. Berbagai penyakit seringkali berkaitan dengan proses pencernaan yang tidak optimal pada suatu atau beberapa tahapannya. Selama periode puasa, aktivitas pencernaan bisa berkurang, memberikan kesempatan bagi tubuh untuk mengeluarkan zat-zat yang tidak diperlukan dan memperbaiki

---

<sup>58</sup> Chisyti.h. 137

<sup>59</sup> Chisyti. h. 139

kerusakan yang disebabkan oleh kebiasaan makan yang kurang baik dalam jangka panjang.<sup>60</sup>

Sang Pencipta Yang Mahaagung menggambarkan puasa sebagai anugerah besar bagi hamba-Nya. Sebagai Perancang tubuh manusia, Allah sendirilah yang memahami metode dan latihan paling efektif untuk menjaga kesehatan hamba-Nya. Puasa bukan hanya cara paling baik dan aman untuk memelihara kesehatan fisik, tetapi juga menghadirkan pahala yang sangat berharga.<sup>61</sup>

e. Bacaan Al-Qur'an

Pada karyanya "The Bok of Sufi Healing", Syaikh Mu'inuddin Chisyti mengidentifikasi beberapa surat pendek dalam al-Qur'an yang dipercaya menyimpan khasiat khusus. Di antaranya adalah al-Ikhlas, al-Falaq, dan an-Naas. Selain itu, ada sebuah hadis dimana Nabi Muhammad saw. menyampaikan tentang keistimewaan surat al-Fatihah. Menurut hadis Nabi Muhammad surat al-Fatihah memiliki kedudukan tertinggi dan paling mulia di antara surat lain. Surat pembuka ini terdiri dari tujuh ayat dan memegang peranan yang sangat krusial dalam ajaran Islam. Ini adalah *sab'u masani* (tujuh yang berulang) dan merupakan al-Quran yang agung." Berdasarkan pengalaman kolektif para praktisi tasawuf, membaca dan melantunkan surat al-Fatihah dengan penuh ketulusan dan keyakinan yang mendalam dipercaya memiliki khasiat penyembuhan yang menyeluruh. Khasiat ini diyakini mencakup berbagai jenis penyakit, meliputi gangguan spiritual, masalah duniawi, serta keluhan fisik maupun mental.<sup>62</sup>

Al-Qur'an memiliki beragam peranan penting dalam kehidupan seorang Muslim. Kitab suci ini berfungsi sebagai pembela bagi mereka kaum tertindas, pengawas terhadap tindakan-

---

<sup>60</sup> Chisyti. h. 144

<sup>61</sup> Chisyti. h. 146

<sup>62</sup> Chisyti. h. 241-242

tindakan tidak adil, sumber motivasi, pendorong perubahan, penenang jiwa, penyembuh, serta berbagai fungsi lainnya.<sup>63</sup> Allah menyatakan dalam (Q.S Al-Isra' [17]: 82) bahwa kitab suci ini berfungsi sebagai obat dan sumber berkah bagi hamba-Nya yang beriman. Pengobatan dengan sarana ayat-ayat al-Qur'an menjadi ruqyah sekaligus doa sejak zaman Rasulullah saw. Ruqyah adalah teknik penyembuhan dengan bacaan al-Qur'an, zikir, atau doa untuk menolong orang yang menderita sakit karena 'ain, racun pada binatang berbisa, ilmu hitam, penyakit fisik, gangguan mental, kerasukan dan gangguan makhluk halus.<sup>64</sup>

#### 4. Fungsi Sufi Healing

Menurut Hamdani Bakhran, *sufi healing* memiliki lima fungsi pokok meliputi:

##### a. Fungsi Pemahaman (*understanding*)

Memberikan pemahaman penting untuk menyadari bahwa prinsip-prinsip agama Islam berakar pada dua pedoman utama, al-Qur'an dan hadis (sunah) menyediakan panduan yang paling sah dan suci dalam mengatasi berbagai persoalan manusia. Ini mencakup aspek hubungan antara individu dengan Sang Pencipta, keluarga, dan masyarakat luas. Dengan fungsi pemahaman ini, seseorang dapat lebih baik dalam mencari solusi untuk berbagai persoalan terkait dengan kesehatan mental, spiritual, dan moral. Pendekatan ini memungkinkan seseorang untuk menghadapi tantangan hidup dengan landasan yang kuat dan perspektif yang seimbang.

##### b. Fungsi Pengendalian (*control*)

---

<sup>63</sup> Abd Basid, "Peningkatan Tarif Hidup Layak Melalui Produktivitas Bekerja Perspektif Al-Qur'an," *Jurnal Studi Ilmu-Ilmu Al-Qur'an Dan Hadis* 12, no. 21 (2020).

<sup>64</sup> Muhammad Ardianto, "The Concept of Jin and Ruqyah According to the Komunitas Keluarga Besar Ruqyah Aswaja: The Study of Living Qur'an," *Mushaf: Jurnal Tafsir Berwawasan Keindonesiaan* 2, no. 1 (2021).

Mengatur dan mengarahkan potensi diri setiap individu sebagai hamba Allah agar senantiasa berada dalam bimbingan-Nya. Tujuannya adalah untuk memastikan bahwa tindakan dan perilaku seseorang tetap sejalan dengan nilai-nilai kebenaran, kebaikan, dan kebermanfaatannya. Sehingga, seseorang dapat menjaga diri dari penyimpangan atau perbuatan yang tidak sesuai dengan ajaran dan petunjuk Allah.

c. Fungsi Peramalan atau Analisis Kedepan (*prediction*)

Seseorang dapat menganalisis peristiwa, kejadian, dan perkembangan di masa depan dengan perspektif peramalan. Seseorang dapat mempersiapkan diri mengambil tindakan untuk mengantisipasi apa yang akan terjadi, apakah itu akan bermanfaat atau tidak. Pada ujungnya, seluruh kejadian tersebut akan menghadirkan pelajaran berharga dan bermanfaat dalam perjalanan hidup seseorang.

d. Fungsi Pengembangan (*development*)

Upaya pengembangan wawasan dalam studi Islam, terutama yang berkaitan dengan manusia dan berbagai dimensinya, mencakup aspek-aspek yang menghubungkan konsep ketuhanan dengan kemanusiaan. Pengembangan ini dilakukan baik secara konseptual, terapan, maupun praktis. Melalui proses pembelajaran dan penerapan ilmu ini, seseorang dapat mengembangkan kualitas kemanusiaannya, bergerak dari tataran eksistensi ke arah hakikat yang lebih utuh dan lengkap.

e. Fungsi Pendidikan (*education*)

Sumber daya manusia ditingkatkan melalui pendidikan. Sebagaimana Allah mengutus Nabi untuk mengajarkan semua umatnya untuk menjadi pandai, kritis, dan cerdas. Karena dengan kapasitas ini, seseorang dapat menjadi individu yang sempurna dan unggul dimata Tuhan.

Disamping fungsi pokok, fungsi penyembuhan *sufi healing* juga memiliki fungsi khusus yaitu:

a. Fungsi Pencegahan (*prevention*)

Seseorang dapat membangun pertahanan diri terhadap berbagai ancaman yang berpotensi merusak kesehatan jiwa, kondisi mental, kehidupan spiritual, atau integritas moral dengan mempelajari, mendalami, dan mengamalkan metode penyembuhan sufi. Pendekatan terapi sufi ini berfungsi sebagai pelindung dan pencegah bagi aspek-aspek penting dalam kehidupan manusia, membantu mereka menjaga keseimbangan dan kesejahteraan diri secara menyeluruh.

b. Fungsi Penyembuhan (*healing*)

Penyembuhan yang didasarkan pada ajaran sufi dapat menjadi sarana efektif untuk mengatasi berbagai penyakit atau gangguan, khususnya yang berhubungan dengan sisi kejiwaan, kerohanian, dan kondisi psikis seseorang. Praktik zikir berperan penting dalam menciptakan ketenangan dan kedamaian batin. Sementara itu, puasa berfungsi sebagai metode untuk menyucikan hati nurani, jiwa, dan moral seseorang. Melaksanakan shalat dan membaca shalawat dapat menumbuhkan semangat etos kerja yang positif, sekaligus sebagai perlindungan dari pengaruh negatif. Penggabungan praktik-praktik ini dapat membangun ketahanan diri yang kuat terhadap berbagai tantangan hidup.

c. Fungsi Penyucian dan Pembersihan (*sterilisasi and prefication*)

Proses penyucian diri dari berbagai tingkatan ketidaksucian dilakukan melalui serangkaian ritual bertahap. Dimulai dengan istinja untuk menghilangkan najis, dilanjutkan dengan mandi untuk membersihkan kotoran. Wudhu berfungsi menyempurnakan kebersihan, sementara shalat taubat bertujuan memulihkan kesucian fitrah. Puncaknya, zikir kepada Allah dipahami sebagai sarana

mendekatkan diri pada sumber kesucian tertinggi, yakni Sang Mahasuci itu sendiri.<sup>65</sup>

---

<sup>65</sup> Rahman, *Terapi Sufistik Untuk Penyembuhan Gangguan Kejiwaan*. h. 51-54

### BAB III

#### PENYAJIAN DATA

##### A. Riwayat Hidup Syaikh Ibnu Qayyim al-Jauziyyah

###### 1. Biografi Syaikh Ibnu Qayyim al-Jauziyyah

Syaikh Ibnu Qayyim al-Jauziyyah memiliki nama lengkap Abu Abdillah Syamsuddin Muhammad bin Abu Bakar bin Ayyub bin Sa'ad bin Hariz bin Makki Zainuddin az-Zur'i ad-Damasyqi. Ia lahir tanggal 7 Safar 691 H di Damaskus. Gelar Ibnu Qayyim al-Jauziyyah diambil dari posisi ayahnya seorang ulama terkemuka serta pendiri dan direktur madrasah al-Jauziyyah. Oleh karena itu, ia lebih dikenal dengan Ibnu Qayyim al-Jauziyyah, yang berarti "penjaga al-Jauziyyah".<sup>66</sup>

Ibnu Qayyim al-Jauziyyah tumbuh di lingkungan keluarga yang sangat menghargai ilmu pengetahuan dan dedikasi terhadap pengembangan ajaran Islam. Ayahnya, yang dikenal sebagai Syaikh as-Salih al-Abid an-Nasik Abu Bakar bin Ayyub az-Zuhri, merupakan tokoh yang dihormati di masyarakat. Ayah Ibnu Qayyim memiliki pribadi yang berbudi luhur, menjalani hidup bersahaja, dan apa adanya. Sebagai seorang syaikh yang terkemuka, ayah Ibnu Qayyim terkenal akan kesalehan dan ketekunannya dalam beribadah. Beliau juga memberikan kontribusi signifikan dalam pengembangan ilmu faraid (ilmu waris dalam Islam). Atmosfer keluarga yang penuh dengan semangat keilmuan ini sangat mempengaruhi tumbuh kembang Ibnu Qayyim. Ayahnya wafat pada tanggal 19 Zulhijjah tahun 723 Hijriah, meninggalkan warisan intelektual dan spiritual yang kuat bagi putranya.<sup>67</sup>

Ibnu Qayyim al-Jauziyyah dengan keberanian yang luar biasa, tidak pernah takut terhadap mereka yang menentang aqidah dan agama Islam.

---

<sup>66</sup> Ahmad Athiyah, *Al-Qomus Al-Islamiy* (Mesir: Maktabah al-Nahdhah al-Misriyyah, 1963). Juz 1, h. 658

<sup>67</sup> Ibnu Rajab Al-Hanbali and Abdurrahman bin Ahmad, *Zail Tabaqatil Hanabilah* (Riyadh: maktabatul 'abikan, 2005). h. 170-171

Tanpa gentar menghadapi ancaman terhadap keselamatan dirinya, ia tetap teguh dalam menghadapi para penentangannya. Ia terus menyebarkan ajaran yang berakar kuat pada al-Qur'an dan hadis hingga akhir hayat dengan keteguhan hatinya.<sup>68</sup>

Ibnu Qayyim al-Jauziyyah menghembuskan napas terakhirnya pada usia 60 tahun di kota Damaskus malam hari di tanggal 13 Rajab 751 Hijriah, bertepatan dengan waktu berkumandangnya azan Isya. Sebagai penghormatan terakhir, jenazahnya di shalatkan di dua masjid besar, yakni Masjid Agung Umayyah dan Masjid Raya Jarrah. Setelah itu, ia dimakamkan di kompleks pemakaman al-Baab as-Saghir bersebelahan dengan makam kedua orang tuanya.<sup>69</sup>

## 2. Pendidikan serta Pemikiran Syaikh Ibnu Qayyim al-Jauziyyah

Ketertarikan Ibnu Qayyim pada ilmu pengetahuan telah tumbuh sejak ia masih sangat muda, dan ia selalu berusaha untuk menggali ilmu sedalam-dalamnya. Ibnu Qayyim juga terkenal karena kegigihan dan keinginan kuat untuk belajar. Ia menghabiskan seluruh waktunya untuk memperoleh pengetahuan, memperdalam ajaran Islam, dan memerangi kemusyrikan, penyelewengan, kebatilan, dan syubhat yang berkembang dalam pada waktu itu. Ibnu Qayyim mengikuti jejak gurunya, Ibnu Taimiyyah, dalam upaya memulihkan ajaran Islam pada bentuk kemurniannya dari seluruh bentuk bid'ah dan khufarat yang tidak sesuai pada al-Qur'an dan sunah.

Ibnu Qayyim mulai menimba ilmu sejak usia dini, yaitu tujuh tahun. Berkat karunia Allah, ia dianugerahi kecerdasan yang luar biasa, daya ingat yang kuat, disertai gairah menuntut ilmu yang tiada hentinya. Hal ini memungkinkan untuk ia aktif mengikuti berbagai pengajian dan menjadi ahli dalam berbagai cabang ilmu agama.<sup>70</sup>

---

<sup>68</sup> Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah and Al-Fawaid, *Terapi Mensucikan Jiwa* (Jakarta: Qisthi Press, 2013). h. 2

<sup>69</sup> Al-Hanbali and Ahmad, *Zail Tabaqatil Hanabilah*. h. 176

<sup>70</sup> Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah, *Zaadul Ma'ad: Bekal Perjalanan Ke Akhirat* (Jakarta: Pustaka Azzam, 2004). h. 3

Ibnu Qayyim al-Jauziyyah memperoleh ilmu dari berbagai guru terkemuka yang membentuk pemikirannya. Ayahnya sendiri, Abu Bakar bin Ayyub, menjadi guru pertamanya dalam ilmu faraid. Di antara guru-gurunya yang lain adalah:

- Al-Mizzi Yusuf bin Abdurrahman al-Quda'i, seorang imam bermazhab Syafi'i, dan ahli hadis terkenal, penulis kitab *Tazhibul Kamal fi Asmā'ir Rijāl*.
- Asy-Syihab al-'Abir Ahmad bin 'Abdurrahman al-Maqdisi al-Hanbali, pakar tafsir mimpi.
- Az-Zanabi Muhammad bin Ahmad bin 'Usman bin Qaimas, ahli hadis dan sejarah.
- Badruddin Ibnu Jama'ah, Imam masyhur bermazhab Syafi'i yang memiliki beberapa karangan.
- Ibnu Maktum Isma'il bin Yusuf bin Maktum asy-Syafi'i al-Musnid, pakar hadis dan *qira'at* al-Qur'an.
- Syarafuddin Ibnu Taimiyyah, saudara Ibnu Taimiyyah, yang mengajarkan beragam pengetahuan keislaman.

Ajaran dan pemikiran Ibnu Taimiyyah, seorang tokoh Islam terkemuka, memberikan pengaruh yang signifikan terhadap perkembangan intelektual Ibnu Qayyim al-Jauziyyah. Di bawah bimbingan Ibnu Taimiyyah, Ibnu Qayyim memperdalam pengetahuannya dalam berbagai bidang keilmuan Islam, termasuk tafsir, hadis, fikih, faraid, dan ilmu kalam. Dampak pemikiran Ibnu Taimiyyah begitu kuat pada Ibnu Qayyim, sehingga ia bahkan menyusun sebuah kitab khusus untuk mengkaji karya-karya gurunya tersebut. Meskipun Ibnu Taimiyyah menjadi figur sentral dalam pendidikan Ibnu Qayyim, perlu dicatat bahwa Ibnu Qayyim juga menimba ilmu dari berbagai guru lain dalam perjalanan intelektualnya.<sup>71</sup>

---

<sup>71</sup> Jamal bin Muhammad As-Sayyid, *Ibn Qayyim Wa Juhuduhu Fi Khidmatis Sunnah An-Nabawiyyah Wa 'Ulumuha* (Madinah: 'Imadatul Bahts al-'Ilmi bil Jami'ah al-Islamiyyah, 2004). h. 172

Ibnu Taimiyyah memainkan peran krusial dalam membentuk perjalanan keilmuan dan intelektual Ibnu Qayyim al-Jauziyyah. selama jangka waktu tujuh belas tahun, Ibnu Qayyim menimba ilmu dan menghabiskan waktu bersama Ibnu Taimiyyah, secara mendalam sehingga memengaruhi cara berpikir, pengembangan potensi, dan memperkuat fondasi pengetahuan Ibnu Qayyim, terutama dalam bidang al-Qur'an dan sunah. Meskipun demikian, Ibnu Qayyim tetap mempertahankan kemandirian pemikirannya dalam hal prinsip dasar (*ushul*) dan akidah, ia tetap berpegang pada mazhab Hanbali, namun dalam masalah cabang (*furu'*) Ibnu Qayyim mengembangkan pandangan-pandangan uniknya sendiri.<sup>72</sup>

Ibnu Qayyim al-Jauziyyah merupakan seorang cendekiawan Muslim yang memiliki kedalaman ilmu yang luar biasa. Keahliannya mencakup berbagai bidang disiplin ajaran Islam, mencakup intepretasi tafsir, studi hadis, fikih, tauhid, hingga tasawuf. Kehidupan spiritualnya yang mendalam, khususnya dalam praktik tasawuf, telah disaksikan dan diakui oleh banyak orang, termasuk para muridnya sendiri. Ibnu Qayyim menonjol sebagai ulama yang tidak hanya menguasai ilmu secara teoritis, tetapi juga menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Ia dikenal sebagai sosok yang teguh dalam menjalankan ajaran agama, memiliki kecintaan mendalam kepada Allah serta Rasul-Nya, serta berani untuk memperjuangkan dan mempertahankan ajaran-ajaran Islam tanpa rasa takut. Ibnu Katsir menggambarkan Ibnu Qayyim sebagai sosok yang berhati lembut, memiliki budi pekerti luhur, dan sangat menjunjung tinggi kesopanan. Sikapnya selalu penuh perhatian, tidak melukai perasaan atau meremehkan martabat sesama, memiliki banyak kebaikan, dan memiliki akhlak yang sangat terpuji. Perilaku kesufiannya itu tidak lepas dari didikan para guru terutama sang ayah, Abu Bakar bin Ayyub yang tidak pernah membebani dirinya untuk melakukan hal tidak penting. Guru beliau yang pemikirannya paling banyak diikuti, Ibnu Taimiyyah dikenal sebagai pribadi yang sangat tekun

---

<sup>72</sup> Christopher Melchert, "The Hanabila and the Early Sufis," *Arabica* 48, no. 3 (2001). h.

dalam beribadah dan melakukan banyak amal kebaikan. Ia menjalani hidup yang sederhana, jauh dari keinginan duniawi, termasuk dalam hal makanan dan pakaian. Karakter mulia Ibnu Taimiyyah ini tidak terlepas dari pengaruh guru-gurunya yang merupakan ulama-ulama terkemuka. Para guru ini memiliki reputasi yang sangat baik, dicirikan oleh sifat-sifat mulia seperti wara' (kehati-hatian dalam hal yang halal dan haram), zuhud (tidak terikat pada keduniawian), tawaduk (rendah hati), akhlak yang terpuji, serta ketekunan dalam beribadah. Karakteristik para guru ini tentunya memiliki dampak besar dalam membentuk kepribadian dalam keilmuan Ibnu Taimiyyah.<sup>73</sup>

Metode penulisan yang dilakukan oleh Ibnu Qayyim dapat dikatakan sebagai metode yang sangat hati-hati dan ilmiah. Ia senantiasa berlandaskan pada kaidah dengan sumber al-Qur'an dan hadis. Ia sangat berhati-hati untuk tidak membuat interpretasi yang salah atau mengemukakan pendapat tanpa landasan yang kokoh, sebelum menyampaikannya dalam tulisan. Ia mengutamakan ucapan dari sahabat Rasulullah dibandingkan dengan golongan atau generasi lain. Studi yang menyeluruh dan komprehensif. Kebebasan untuk ikhtiar dan *tarjih* (menguatkan argumen). Menghubungkan disiplin ilmu islam dengan disiplin ilmu lain yang masih saling berkaitan. Menjelaskan tujuan, rahasia, dan hikmah pelaksanaan syariah agar banyak orang, baik yang berkaitan dengan fikih maupun akidah, dapat memahaminya. Memperhatikan alasan hukum dan aspek berargumentasi. Menggabungkan masalah kehidupan sosial dan keagamaan dengan etika dan realitas. Karya-karya yang dihasilkan memiliki struktur yang terorganisir dan penjelasan yang memikat, mampu menarik perhatian baik dari kalangan pendukung maupun penentang. Penyajian materi disusun dengan pendekatan kronologi dan sekuensial, menciptakan alur pemikiran yang mudah diikuti. Meski memiliki kedalaman ilmu, Ibnu Qayyim tetap menunjukkan sikap rendah hati dalam penyampaian. Beberapa topik

---

<sup>73</sup> Syaikh Ahmad Farid, *60 Biografi Ulama Salaf* (Jakarta: Pustaka Al-Kautsar, 2006). h.

dibahas berulang kali di berbagai karya, bukan sebagai pengulangan semata, melainkan sebagai strategi untuk memperkuat dan memperdalam pembahasan, serta menciptakan koherensi antar kitab yang ditulis.<sup>74</sup>

### 3. Karya-karya Syaikh Ibnu Qayyim a-Jauziyyah

- *Al-Ijtihād wa Taqlīd* (mengenai tuntutan untuk ijtihad dan menghindari taklid)
- *Ijtima' al-Juyusy al-Islamiyyah 'ala Gazw al-Mu'attilah wa al-Jahmiyyah* (mengenai kesesatan sekelompok orang yang menghilangkan sifat Allah dan melakukan takwil)
- *Ahkam ahl az-Zimmah* (mengenai hukum non-Muslim berada di bawah pemerintahan Muslim)
- *Tuḥfah al-Mawdud fī Ahkam al-Mawlūd* (mengenai keputusan bayi yang baru lahir)
- *Akhbar an-Nisā'*
- *Asma' Mua'allafat Ibn Taimiyyah* (mengenai karangan Ibnu Taimiyyah)
- *Usul at-Taḥṣīr* (mengenai prinsip-prinsip penafsiran al-Qur'an)
- *I'lam al-Muwaqqi'in 'An Rabb al-'Ālamīn* (mengenai pembahasan yang diperlukan fara ahli fikih, mufti dan qadi)
- *Ighāṣah al-Lahfan min Masa'id ash-Syaytān* (mengenai tipu daya setan)
- *Ighāṣah al-Lahfan fī Ḥukm Talaq al-Ghaḍban* (mengenai hukum talak saat marah)
- *Iqtida' az-Zikr bi Ḥusul al-Khayr wa Daf asy-Syarr* (mengenai kebaikan dan keburukan)
- *Al-Amali al-Makkiyyah* (mengenai penjelasan tafsir ayat-ayat al-Qur'an)
- *Amsal al-Qur'an* (mengenai tafsir perumpamaan dalam al-Qur'an)

---

<sup>74</sup> Bakr bin 'Abdullah Abu Zaid, *Ibn Qayyim Al-Jauziyyah: Hayyatuhu Asaruhu Mawariduhu* (Riyadh: Darul Asimah, cet.II, n.d.). h. 86-128

- *Al-Ijaz*
- *Bada'i al-Fawa'id* (mengenai keuntungan-keuntungan surat dalam al-Qur'an)
- *At-Taḥbir limā Yaḥillu wa Yaḥrumu min Libas al-Ḥarir* (mengenai apa yang boleh dan dilarang dalam memakai sutra)
- *Aṭ-Ṭuḥfah al-Makkiyah* (mengenai jalan yang *haq* dan *bathil*)
- *Tuḥfah an-Nazilin bi Jiwār Rabb al-'Ālamīn* (mengenai orang-orang yang meniadakan sifat Allah dan yang tidak beriman kepada keputusan-Nya)
- *Tahzīb Mukhtaṣar Sunan Abi Dawud* (mengenai penyempurnaan rangkuman Sunan Abu Dawud)
- *Al-Jami' bayna as-Sunan wa al-Aṣar* (mengenai kumpulan sunah dan riwayat)
- *Jala' al-Afham fī aṣ-Ṣalah wa as-Salām 'ala Khayr al-Anām* (mengenai hukum shalawat serta salam kepada Nabi Muhammad)
- *Jawabat 'Abidi aṣ-ṣulban wa Anna Mā Hum 'alayhi Din asy-syaṭan* (mengenai agama kristen)
- *Al-Jawāb al-Kāfi lī man Sa'ala 'an Ṣamarah ad-Du'ā izā Kāna Mā Qad Quddira Wāqi'* (mengenai jawaban mengenai pertanyaan tentang keutamaan doa)
- *Hadi al-Arwaḥ ilā Bilad al-Afrah* (mengenai perjalanan ruh ke surga)
- *Al-Ḥāmil Hal Taḥid am Lā* (mengenai hukum orang hamil)
- *Al-Hawi*
- *Ḥurmah as-Samā'* (mengenai larangan mendengarkan musik)
- *Ḥukm Tārik aṣ-Ṣalat* (mengenai hukum meninggalkan shalat)
- *Ḥukm Ighmam Ḥilal Ramaḍān* (mengenai hukum melihat hilal yang tertutup)
- *Raf at-Tanzil*

- *Raf al-Yadayn fī aṣ-Ṣalat* (mengenai hukum mengangkat kedua tangan ketika akan shalat)
- *Rawḍah al-Muḥibbīn wa Nuzah al-Musytaqīn*
- *Ar-Ruh* (mengenai pembahasan tentang ruh)
- *Zād al-Musāfirīn ila Manāzil as-Su'adā fī Hadyi Khātām al-Anbiyā'* (mengenai pendakian menuju kebahagiaan)
- *Zād al-Ma'ad fī Hadyi Khayr al-'Ibād* (mengenai bekal menjadi hamba terbaik)
- *Aṭ-Ṭā'un*
- *Ṭibb al-Qulūb* (mengenai pengobatan hati)
- *Ṭāriq al-Hijratayn wa Bab as-Sa'adatayn* (mengenai cara menggapai kebahagiaan)
- *Aṭ-Ṭuruq Hikamiyyah fī as-Siyasah asy-Syar'iyyah* (mengenai politik syar'i)
- *'Uddah aṣ-Ṣabirin wa Zākīrah asy-Syākirīn* (mengenai faedah sikap sabar dan syukur)
- *Al-Farusiyah*
- *Al-Fawā'id* (mengenai faedah-faedah penting kehidupan)
- *Al-Kafiyah ash-Shafiyah fī al-Intisar li al-Firqah an-Najiyah*

Selain karya tersebut Ibnu Qayyim al-Jauziyyah memiliki banyak kitab dan risalah, yang telah disebutkan diatas merupakan beberapa karya saja. Ibnu Qayyim al-Jauziyyah mewariskan khazanah pengetahuan yang sangat luas dan berharga. Karya-karya Ibnu Qayyim mencerminkan pemikiran salaf dan kebijaksanaan para ulama terdahulu. Ia sering kali mengutip ucapan ulama *salafus salih*, termasuk kalangan sahabat dan tabi'in sebagai dasar argumennya.<sup>75</sup>

---

<sup>75</sup> Abu Zaid. h. 119-197

## B. Kitab Thibbun Nabawi

Salah satu karya Syaikh Ibnu Qayyim al-Jauziyyah yaitu kitab Thibbun Nabawi, sekaligus data primer dan kajian utama dalam penelitian ini. Kitab ini berisi pembahasan tentang berbagai macam pengobatan dari segala macam penyakit. Tidak hanya aspek medis, kitab ini juga menggabungkan pemahaman spiritual dan fisik dalam pendekatan holistik terhadap kesehatan dan penyembuhan. Selain pengobatan, didalamnya juga banyak terdapat larangan, petunjuk, serta amalan-amalan mengenai kesehatan yang dianjurkan Nabi Muhammad. Kitab Thibbun Nabawi merupakan bagian dari kitab Zadul Ma'ad karya Syaikh Ibnu Qayyim al-Jauziyyah yang diperkenalkan sekitar abad ke-13.<sup>76</sup> Secara keseluruhan kitab Zadul Ma'ad menjelaskan berkaitan urusan umum dan khusus mengenai fase-fase kehidupan Nabi Muhammad Saw.<sup>77</sup>

Kitab Thibbun Nabawi menjadi rujukan penting dalam tradisi pengobatan Islam dan telah mempengaruhi praktik kesehatan di dunia Muslim selama berabad-abad. Kitab ini juga mencerminkan upaya para ulama klasik untuk mengintegrasikan ajaran Islam dengan pengetahuan medis yang ada pada masa itu. Sumber-sumber kitab ini meliputi hadis-hadis Nabi Muhammad, praktik-praktik pengobatan Arab kuno yang sesuai dengan syariat Islam, mengintegrasikan pengetahuan medis Yunani, Persia, dan India pada masa itu. Pengobatan yang ada pada kitab Thibbun Nabawi yang akan dianalisis pada bab selanjutnya sebagai berikut:

### 1. Zikir dan Doa

Tidak secara langsung zikir dan doa dijabarkan pengertiannya, akan tetapi selalu disebutkan pada setiap pengobatan karena zikir dan doa mengandung bacaan permohonan atau bacaan perlindungan kepada Allah yang bisa disebut dengan *ta'awuz*. Beberapa bacaan zikir dan doa dalam kitab Thibbun Nabawi sebagai berikut:<sup>78</sup>

---

<sup>76</sup> Muhammad Vandersta, *Sistem Pengobatan-Pengobatan Penyakit Islami Ala Nabi Muhammad Saw* (Jakarta: dragon promedia publishing, 2018). h. 7

<sup>77</sup> Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah, *Zadul Ma'ad* (Jakarta: Griya Ilmu, 2017). h. 2

<sup>78</sup> Al-Jauziyyah, *Metode Pengobatan Nabi*. h 209-214

Bentuk ta'awudz lain adalah dengan menggunakan cara Nabi, yakni membaca:

«أَعُوذُ بِكَلِمَاتِ اللَّهِ التَّامَّاتِ مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ».

"Aku berlindung dengan kalimat-kalimat Allah yang sempurna dari kejahatan makhluk ciptaan-Nya."

Juga bacaan lain:

«أَعُوذُ بِكَلِمَاتِ اللَّهِ التَّامَّةِ، مِنْ كُلِّ شَيْطَانٍ وَهَامَّةٍ، وَمِنْ كُلِّ عَيْنٍ لَأَمَّةٍ».

"Aku berlindung dengan kalimat-kalimat Allah yang sempurna dari ..."

Dikeluarkan juga oleh Al-Hakim. Dilemahkan oleh Al-Albaniy.

Metode Pengobatan Nabi ﷺ 209

gangguan dahsyat."

Atau bacaan lain seperti:

«أَعُوذُ بِكَلِمَاتِ اللَّهِ التَّامَّاتِ الَّتِي لَا يَجَاوِزُهَا بَرٌّ وَلَا فَاجِرٌ، مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ وَذَرَأَ وَبَرَأَ، وَمِنْ شَرِّ مَا يَنْزِلُ مِنَ السَّمَاءِ، وَمِنْ شَرِّ مَا يَخْرُجُ مِنْهَا، وَمِنْ شَرِّ فِتَنِ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ، وَمِنْ شَرِّ طَوَارِقِ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ، إِلَّا طَارِقًا يَطْرُقُ بِخَيْرٍ يَا رَحْمَنُ».

"Aku berlindung dengan kalimat-kalimat Allah yang sempurna yang tidak bisa dilewati oleh manusia yang shalih apalagi yang fajir, dari kejahatan segala ciptaan-Nya, agar terbebas dan selamat dari segala keburukan yang turun dari langit atau yang naik ke atas langit serta kejahatan di bumi ini dan kejahatan yang keluar dari bumi, dari keburukan bencana siang dan malam, serta dari keburukan tamu yang datang di malam hari dan di siang hari, kecuali tamu yang datang membawa kebaikan, ya Rahman ...."

Cara ta'awudz lain adalah doa:

«أَعُوذُ بِكَلِمَاتِ اللَّهِ التَّامَّةِ مِنْ غَضَبِهِ وَعِقَابِهِ، وَمِنْ شَرِّ عِبَادِهِ، وَمِنْ هَمَزَاتِ الشَّيَاطِينِ أَنْ يَحْضُرُونِ».

"Aku berlindung dengan kalimat-kalimat Allah yang sempurna dari kemarahan dan siksa-Nya, dari kejahatan para hamba-Nya serta dari bisikan setan bila datang menggangguku."

Atau doa lain:

«اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِرَجْهِكَ الْكَرِيمِ وَكَلِمَاتِكَ التَّامَّاتِ، مِنْ شَرِّ مَا أَنْتَ آخِذٌ بِنَاصِيَتَيْهِ؛ اللَّهُمَّ أَنْتَ تَكْشِفُ الْمَأْتَمَ وَالْمُغْرَمَ، اللَّهُمَّ إِنَّهُ لَا يُهْزِمُ جُنْدَكَ، وَلَا يُخْلَفُ وَعْدَكَ؛ سُبْحَانَكَ وَبِحَمْدِكَ».

210 Metode Pengobatan Nabi ﷺ

"Ya Allah, sesungguhnya aku berlindung dengan wajah-Mu yang Mahamulia, dengan kalimat-kalimatMu yang paripurna, dari keburukan saat engkau mencabut nyawaku. Ya Allah, sesungguhnya engkau akan menyingkap rahasia dosa dan utang. Ya Allah, sesungguhnya tentara-Mu tidak akan pernah terkalahkan, janji-Mu tidak akan pernah terpungkiri, Mahasuci Engkau, dan segala puji bagi-Mu ...."

Doa ta'awudz lain adalah:

«أَعُوذُ بِوَجْهِ اللَّهِ الْعَظِيمِ الَّذِي لَا شَيْءَ أَعْظَمُ مِنْهُ، وَبِكَلِمَاتِهِ  
الْقَامَاتِ الَّتِي لَا يُجَاوِزُهُنَّ بَرٌّ وَلَا فَاجِرٌ، وَبِأَسْمَاءِ اللَّهِ الْحُسْنَى -  
مَا عَلِمْتُ مِنْهَا وَمَا لَمْ أَعْلَمْ - مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ وَدَرَأَ وَبَرَأَ، وَمِنْ  
شَرِّ كُلِّ ذِي شَرٍّ لَا أُطِيقُ شَرَّهُ، وَمِنْ شَرِّ كُلِّ ذِي شَرٍّ أَنْتَ آخِذٌ  
بِنَاصِيئِهِ؛ إِنَّ رَبِّي عَلَى صِرَاطٍ مُسْتَقِيمٍ.»

"Aku berlindung dengan wajah-Mu yang Mahaagung yang tidak ada sesuatu yang lebih agung dari-Nya, dengan kalimat-kalimatNya yang paripurna yang tidak bisa dilewati oleh orang yang shalih apalagi oleh orang fajir, dengan asma Allah Al-Husna, yang kuketahui di antaranya dan yang belum kuketahui, dari kejahatan segala ciptaan-Nya, agar aku terbebas dan selamat dari kejahatan setiap yang jahat yang tak mampu kuhadapi kejahatannya, serta dari segala yang jahat yang engkau akan cabut pula nyawanya. Sesungguhnya Rabbku memberi petunjuk menuju jalan yang lurus."

Doa ta'awudz lain adalah:

«اللَّهُمَّ أَنْتَ رَبِّي لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ، عَلَيْكَ تَوَكَّلْتُ، وَأَنْتَ رَبُّ  
الْعَرْشِ الْعَظِيمِ؛ مَا شَاءَ اللَّهُ كَانَ، وَمَا لَمْ يَشَأْ لَمْ يَكُنْ؛ لَا حَوْلَ  
وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ؛ أَعْلَمُ أَنَّ اللَّهَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ، وَأَنَّ اللَّهَ قَدْ  
أَحَاطَ بِكُلِّ شَيْءٍ عِلْمًا، وَأَحْصَى كُلَّ شَيْءٍ عَدَدًا. اللَّهُمَّ إِنِّي

Metode Pengobatan Nabi ﷺ 211

Bisa juga ditambahkan:

أَحْصَنْتُ بِاللَّهِ الَّذِي لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ إِلَهِي وَإِلَهُ كُلِّ شَيْءٍ،  
وَاعْتَصَمْتُ بِرَبِّي وَرَبِّ كُلِّ شَيْءٍ، وَتَوَكَّلْتُ عَلَى الْحَيِّ الَّذِي لَا  
بُؤْسَ، وَاسْتَدْفَعْتُ الشَّرَّ بِلَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ؛ حَسْبِيَ اللَّهُ  
وَيُغَمُّ الْوَكِيلُ، حَسْبِيَ الرَّبُّ مِنَ الْعِبَادِ، حَسْبِيَ الْخَالِقُ مِنَ  
الْمَخْلُوقِ، حَسْبِيَ الرَّازِقُ مِنَ الْمَرْزُوقِ، حَسْبِيَ اللَّهُ هُوَ حَسْبِي،  
حَسْبِيَ الَّذِي بِيَدِهِ مَلَكُوتُ كُلِّ شَيْءٍ وَهُوَ مُجِيزٌ وَلَا يُجَارُ عَلَيْهِ،  
حَسْبِيَ اللَّهُ وَكَفَى سَمِعَ اللَّهُ لِمَنْ دَعَا، وَلَيْسَ وَرَاءَ اللَّهِ مَرْمَى؛  
حَسْبِيَ اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ، عَلَيْهِ تَوَكَّلْتُ، وَهُوَ رَبُّ الْعَرْشِ  
الْعَظِيمِ

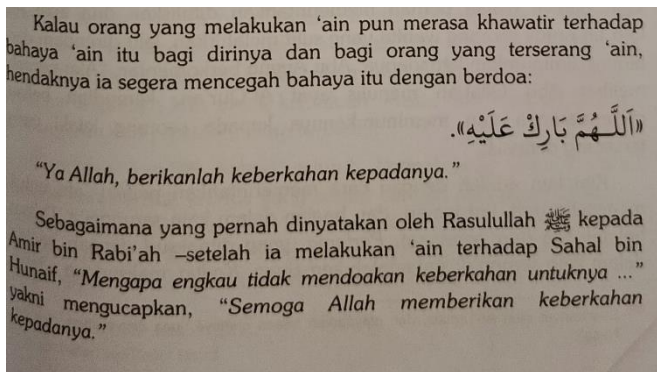
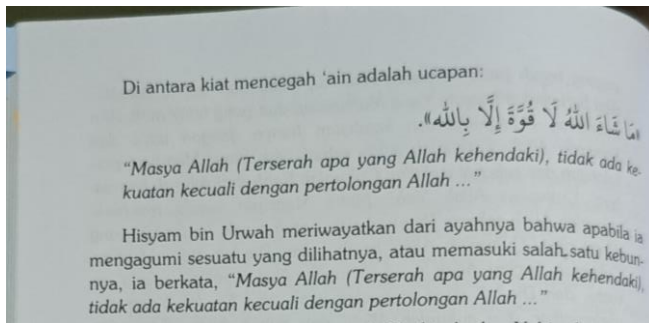
"Aku membentengi diriku dengan pertolongan Allah yang tidak ada sesembahan yang berhak disembah dengan benar melainkan Dia, sesembahanku dan sesembahan segala sesuatu. Aku ber-

212 Metode Pengobatan Nabi ﷺ

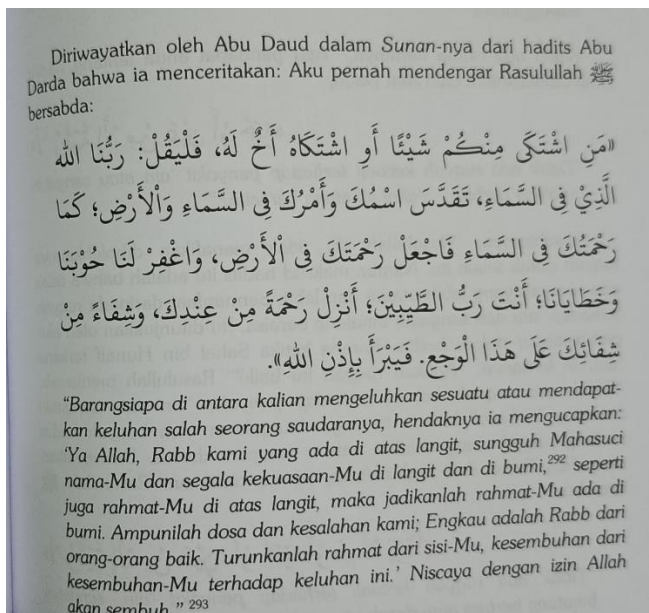
أَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ نَفْسِي وَشَرِّ الشَّيْطَانِ وَشَرِّكَ، وَمِنْ شَرِّ كُلِّ  
دَابَّةٍ أَنْتَ آخِذٌ بِنَاصِيئِهَا؛ إِنَّ رَبِّي عَلَى صِرَاطٍ مُسْتَقِيمٍ

"Ya Allah, Engkau adalah Rabb-ku, tidak ada sesembahan yang ber-  
hak disembah dengan benar selain Engkau. Hanya kepada-Mu aku  
bertawakal, dan Engkau adalah Rabb Arsy yang Agung. Setiap yang  
Allah kehendaki pasti terjadi, dan setiap yang tidak Allah kehendaki  
tidak akan terjadi. Tidak ada daya dan tidak ada kekuatan apapun  
melainkan dengan pertolongan Allah. Aku mengetahui bahwa Allah  
Mahakuasa atas segala sesuatu dan bahwa ilmu Allah meliputi segala  
sesuatu, dan menghitung segala bilangan. Ya Allah, sesungguhnya  
aku berlindung kepada-Mu dari kejahatan diriku sendiri, dari ke-  
jahatan setan dan bala tentaranya, serta dari kejahatan setiap makhluk  
yang akan Engkau cabut nyawanya. Sesungguhnya Rabbku memberi  
petunjuk menuju jalan yang lurus."

pegang teguh pada kekuatan Rabbku, Rabb dari segala sesuatu. Aku bertawakal kepada Yang Mahahidup dan yang tidak mati. Aku memohon disingkirkannya kejahatan hanya dengan daya dan kekuatan Allah. Cukuplah Allah sebaik-baik Yang Memberi pertolongan dan sebagai wakilku. Cukuplah Rabb dari seluruh hamba-Nya. Cukuplah Allah Yang Maha Mencipta segala makhluk, cukuplah Allah sebagai Pemberi rizki untuk segala (makhluk) yang diberi rizki. Cukuplah Allah bagiku, dan Dia-lah cukup bagiku. Cukuplah bagiku Allah yang di tangan-Nya kerajaan segala sesuatu, dan Dia-lah yang menyelamatkan, dan Dia-lah Yang menyelamatkan dan cukuplah Allah, dan hanya Allah yang mencukupi diriku. Cukuplah untuk diriku pertolongan Allah yang menguasai segala sesuatu, yang memberi perlindungan dan tidak membutuhkan perlindungan. Cukuplah Allah bagi diriku, cukuplah pendengaran Allah bagi setiap yang berdoa, tidak ada lagi yang dituju setelah Allah. Cukuplah Allah bagi diriku, yang tidak ada sesembahan yang berhak disembah dengan benar kecuali Dia, hanya kepada-Nya aku bertawakal, Rabb dari Arsy yang agung."



Zikir dan doa diatas dilakukan ketika seseorang penyakit 'ain. Untuk penyakit umum terhadap semua keluhan dapat diobati dengan zikir dan doa seperti dibawah.<sup>79</sup>



<sup>79</sup> Al-Jauziyyah. h. 219-220

Sementara dalam *Shahih Muslim* diriwayatkan dari Abu Sa'id Al-Khudriy bahwa Jibril عليه السلام pernah datang menemui Nabi ﷺ lalu berkata, "Hai Muhammad! Apakah engkau sakit?" Beliau menjawab, "Ya." Jibril berkata:

بِاسْمِ اللَّهِ أَرْقِيكَ، مِنْ كُلِّ دَاءٍ يُؤْذِيكَ، وَمِنْ شَرِّ كُلِّ نَفْسٍ أَوْ عَيْنٍ حَاسِدٍ، اللَّهُ يَشْفِيكَ؛ بِاسْمِ اللَّهِ أَرْقِيكَ.»

"Dengan Asma Allah aku meruqyahmu dari segala penyakit yang mengganggu, dan dari kejahatan setiap jiwa atau 'ain yang dengki. Semoga Allah memberimu kesembuhan. Dengan Asma Allah, aku meruqyahmu."

Berikut tadi zikir dan doa yang dilakukan untuk pengobatan semua keluhan. Pengobatan terhadap sengatan kalajengking juga dapat dilakukan dengan zikir dan doa seperti berikut:<sup>80</sup>

penyedotan, dan peris-  
Imam Muslim meriwayatkan dalam *Shahih*-nya, dari Abu Hurairah, ia menceritakan,

جَاءَ رَجُلٌ إِلَى النَّبِيِّ ﷺ فَقَالَ: يَا رَسُولَ اللَّهِ! مَا لَفَيْتُ مِنْ عَقْرَبٍ لَدَعْتَنِي الْبَارِحَةَ. فَقَالَ: «أَمَا لَوْ قُلْتَ حِينَ أَمْسَيْتَ: أَعُوذُ بِكَلِمَاتِ اللَّهِ التَّامَّاتِ مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ، لَمْ تَضُرَّكَ.»

"Ada seorang lelaki datang menjumpai Rasulullah ﷺ lalu berkata, "Wahai Rasulullah! Tadi malam aku disengat kalajengking!" Beliau bersabda, "Jika di waktu sore engkau mengucapkan:

(أَعُوذُ بِكَلِمَاتِ اللَّهِ التَّامَّاتِ مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ)

(Aku berlindung kepada Allah dengan kalimat-kalimat Allah yang sempurna dari kejahatan makhluk yang Dia ciptakan).

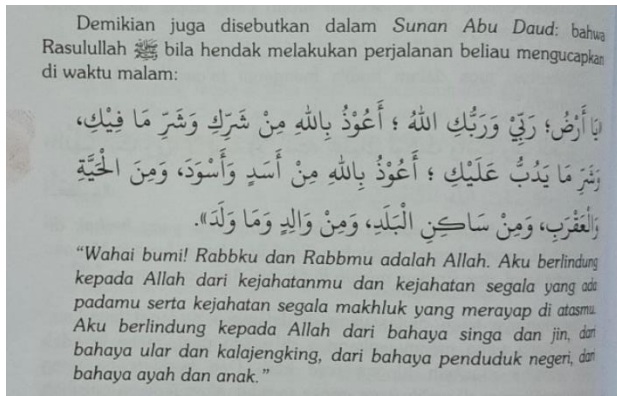
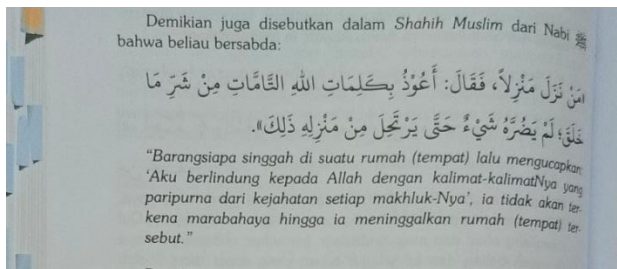
Niscaya sengatan itu tidak akan membahayakanmu." <sup>304</sup>

Disebutkan juga dalam hadits mengenai ta'awudz Abu Darda secara marfu':

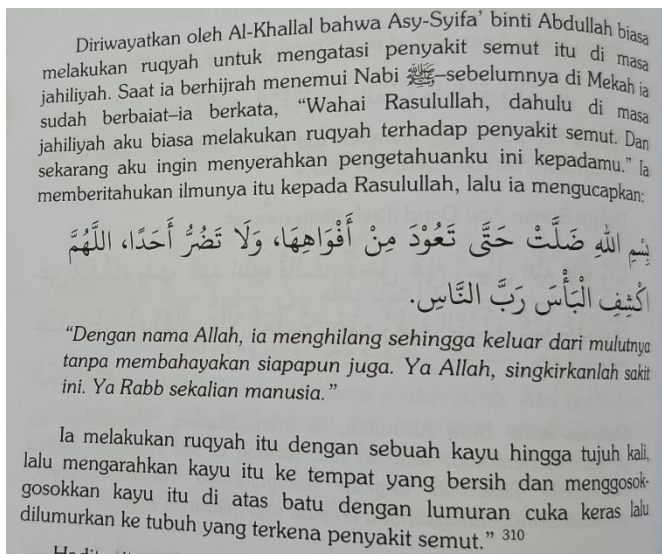
«اللَّهُمَّ أَنْتَ رَبِّي، لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ، عَلَيْكَ تَوَكَّلْتُ وَأَنْتَ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ.»

"Ya Allah, Engkau adalah Rabb-ku, tidak ada yang berhak diibadahi secara benar melainkan Engkau. Hanya kepada-Mu aku bertawakal, dan Engkau adalah Rabb dari Arsy yang agung." <sup>307</sup>

<sup>80</sup> Al-Jauziyyah, h 229-234



Ada juga zikir dan doa untuk penyakit semut, penyakit semut adalah penyakit sejenis koreng yang muncul diantara kedua kening dan merasakan kesemutan seperti di kerubungi dan digigit semut pada bagian yang terkena penyakit ini. Penyakit ini sangat dikenal pada masa Rasulullah Saw. pengobatan dengan zikir dan doa pada penyakit ini adalah sebagai berikut.<sup>81</sup>



<sup>81</sup> Al-Jauziyyah. h. 236

Penyakit koreng dan luka juga dapat di obati dengan zikir dan doa sebagai berikut:<sup>82</sup>

Dikeluarkan dalam *Shahih Al-Bukhariy dan Muslim* dari Aisyah رضي الله عنها, ia menceritakan,

كَانَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ إِذَا اشْتَكَى الْإِنْسَانُ أَوْ كَانَتْ بِهِ قَرْحَةٌ أَوْ جُرْحٌ، قَالَ بِأُصْبُعِهِ: هَكَذَا - وَوَضَعَ سُفْيَانٌ سَبَابَتَهُ بِالْأَرْضِ -، ثُمَّ رَفَعَهَا، وَقَالَ: «بِسْمِ اللَّهِ، تُرْبَةُ أَرْضِنَا بِرِيقَةٍ بَعْضِنَا، يُشْفَى سَقِيمُنَا بِإِذْنِ رَبِّنَا».

"Adalah Rasulullah, apabila ada orang yang mengeluh karena koreng dan luka, beliau melakukan seperti ini dengan jarinya"<sup>313</sup> (Sufyan mencontohkan dengan meletakkan jari telunjuknya di atas tanah lalu mengangkatnya) sambil membaca:

بِسْمِ اللَّهِ تُرْبَةُ أَرْضِنَا بِرِيقَةٍ بَعْضِنَا يُشْفَى سَقِيمُنَا بِإِذْنِ رَبِّنَا

"Dengan nama Allah, tanah negeri kami dengan air ludah sebagian di antara kami, semoga sembuhlah penyakit ini dengan izin Rabb kami." <sup>314</sup>

Untuk pengobatan terhadap rasa sakit juga dapat diobati dengan zikir dan doa sebagai berikut:<sup>83</sup>

Diriwayatkan oleh Muslim dalam *Shahih*-nya,

عَنْ عُثْمَانَ بْنِ أَبِي الْعَاصِ، أَنَّهُ شَكَى إِلَى رَسُولِ اللَّهِ ﷺ وَجَعًا يَجِدُهُ فِي جَسَدِهِ مُنْذُ أَسْلَمَ، فَقَالَ النَّبِيُّ ﷺ: «ضَعْ يَدَكَ عَلَى الَّذِي نَأَلَمُ مِنْ جَسَدِكَ وَقُلْ: بِسْمِ اللَّهِ ثَلَاثًا، وَقُلْ سَبْعَ مَرَّاتٍ: أَعُوذُ بِعِزَّةِ اللَّهِ وَقُدْرَتِهِ مِنْ شَرِّ مَا أَحْجِدُ وَأُحَاذِرُ».

Dari Utsman bin Abil Ash diceritakan bahwa ia pernah mengeluh kepada Rasulullah mengenai sakit yang dirasakan pada tubuhnya semenjak ia masuk Islam. Maka Nabi ﷺ bersabda:

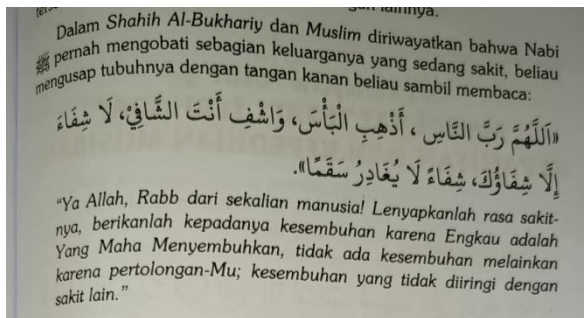
"Letakkan tanganmu di atas bagian tubuhmu yang sakit, lalu ucapkanlah bismillah tiga kali, dan ucapkan doa berikut sebanyak tujuh kali:

أَعُوذُ بِعِزَّةِ اللَّهِ وَقُدْرَتِهِ، مِنْ شَرِّ مَا أَحْجِدُ وَأُحَاذِرُ.

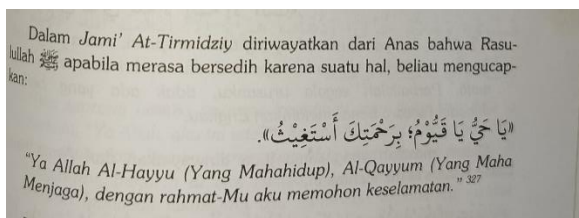
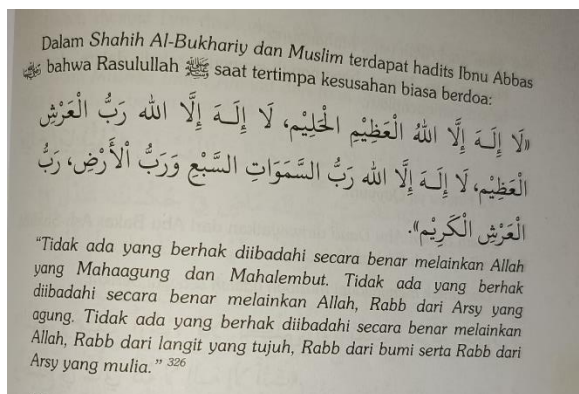
"Aku berlindung dengan kemuliaan dan kekuasaan Allah dari keburukan apa yang kudapati dan kukhawatirkan akan terjadi." <sup>316</sup>

<sup>82</sup> Al-Jauziyyah. h. 239

<sup>83</sup> Al-Jauziyyah. h. 242-243



Selain penyakit fisik zikir dan doa juga menjadi obat psikis untuk mengobati rasa kesusahan, kegundahan dan sedih. Zikir dan doanya sebagai berikut:<sup>84</sup>



<sup>84</sup> Al-Jauziyyah. h. 257-263

أَنَّ النَّبِيَّ ﷺ كَانَ إِذَا أَهَمَّهُ الْأَمْرُ رَفَعَ رَأْسَهُ إِلَى السَّمَاءِ، فَقَالَ: «سُبْحَانَ اللَّهِ الْعَظِيمِ»، وَإِذَا اجْتَهَدَ فِي الدُّعَاءِ قَالَ: «يَا حَيُّ، يَا قَيُّوْمُ».

Bahwa apabila Rasulullah ﷺ mengalami kegundahan karena suatu hal, beliau memandang ke arah langit sambil berkata:

«سُبْحَانَ اللَّهِ الْعَظِيمِ».

"Mahasuci Allah yang Mahaagung."

Namun bila beliau bersungguh-sungguh sekali dalam doanya, beliau mengucapkan:

«يَا حَيُّ يَا قَيُّوْمُ».

"Ya Hayyu ya Qayyum." 328

"Doa untuk menghadapi musibah adalah sebagai berikut:

«اللَّهُمَّ رَحْمَتَكَ أَرْجُو؛ فَلَا تَكِلْنِي إِلَى نَفْسِي طَرْفَةَ عَيْنٍ، وَأَصْلِحْ لِي شَأْنِي كُلَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ».

"Ya Allah, hanya rahmat-Mu yang aku harapkan, maka janganlah Engkau sandarkan urusanku kepada diriku sendiri biarpun sekejap mata. Perbaikilah segala urusanku, tidak ada yang berhak diibadahi secara benar melainkan Engkau." 329

Dalam masalah yang sama juga diriwayatkan dari Asma binti Umais bahwa ia menceritakan,

قَالَ لِي رَسُولُ اللَّهِ ﷺ: «أَلَا أَعْلَمُكَ كَلِمَاتٍ تَقُولِينَ عَنْهُنَّ عِنْدَ

Dalam Musnad Imam Ahmad dari Ibnu Mas'ud diriwayatkan dari Nabi ﷺ bahwa beliau bersabda:

«مَا أَصَابَ عَبْدًا هَمٌّ وَلَا حُزْنٌ فَقَالَ: اللَّهُمَّ إِنِّي عَبْدُكَ ابْنُ عَبْدِكَ ابْنِ أُمَّتِكَ، نَاصِيَتِي بِيَدِكَ، مَا خِرَ فِي حُكْمِكَ، عَدْلٌ فِي قَضَائِكَ؛ أَسْأَلُكَ بِكُلِّ اسْمٍ هُوَ لَكَ، سَمَّيْتَ بِهِ نَفْسَكَ، أَوْ أَنْزَلْتَهُ فِي كِتَابِكَ، أَوْ عَلَّمْتَهُ أَحَدًا مِنْ خَلْقِكَ، أَوْ اسْتَأْذَنْتَ بِهِ فِي عِلْمِ الْعَيْبِ عِنْدَكَ؛ أَنْ تَجْعَلَ الْقُرْآنَ الْعَظِيمَ رِيبَ قَلْبِي، وَنُورَ صَدْرِي، وَجَلَاءَ حُزْنِي، وَذَهَابَ هَمِّي—إِلَّا أَذْهَبَ اللَّهُ حُزْنَهُ وَهَمَّهُ، وَأَبْدَلَهُ مَكَانَهُ فَرَحًا».

"Bila seorang hamba tertimpa kesedihan atau duka lara, lalu ia berkata, "Ya Allah, aku ini adalah hamba-Mu dan anak hamba-Mu, dan anak dari hamba perempuan-Mu; ubun-ubunku berada di tangan-Mu, berjalan di atas (selalu mengikuti) hukum-Mu Yang Engkau Mahaadil takdir-Mu; aku memohon kepada-Mu melalui setiap nama-Mu yang Engkau sebutkan sendiri atau engkau cantumkan dalam Kitab-Mu, atau engkau ajarkan kepada salah seorang hamba-Mu, atau Engkau sembunyikan di alam keghaiban-

Dalam At-Tirmidziy diriwayatkan dari Sa'ad bin Abi Waqqas menceritakan: Rasulullah ﷺ bersabda,

«دَعْوَةُ ذِي النُّونِ إِذْ دَعَا رَبَّهُ وَهُوَ فِي بَطْنِ الْحُوتِ: (لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ سُبْحَانَكَ إِنِّي كُنْتُ مِنَ الظَّالِمِينَ). لَمْ يَدْعُ بِهَا رَجُلٌ مُسْلِمٌ فِي شَيْءٍ قَطُّ إِلَّا اسْتُجِيبَ لَهُ».

"Doa Dzun Nun (Nabi Yunus) saat masih berada dalam perut ikan paus adalah sebagai berikut:

«لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ سُبْحَانَكَ إِنِّي كُنْتُ مِنَ الظَّالِمِينَ».

"Tidak ada yang berhak diibadahi secara benar melainkan Engkau, Mahasuci Engkau: sesungguhnya aku ini termasuk orang-orang yang zalim."

الْكَرْبِ - أَوْ فِي الْكَرْبِ - ؟ اللَّهُ رَبِّي لَا أُشْرِكُ بِهِ شَيْئًا».

Rasulullah ﷺ pernah berkata kepadaku, "Maukah engkau kuajarkan beberapa kata yang berguna untuk diucapkan pada saat kesusahan atau di tengah musibah:

«اللَّهُ رَبِّي لَا أُشْرِكُ بِهِ شَيْئًا».

"Allah adalah Rabb-ku, aku tidak akan menyekutukan-Nya dengan sesuatu apapun." 330

Mu, agar Engkau menjadikan Al-Qur'an ini sebagai penyejuk hatiku, cahaya dalam dadaku, pelenyap kesedihanku, penghilang ke-gundahanku. Bila seorang hamba melakukan itu, pasti kesedihan dan kedukaannya akan lenyap dan berganti dengan kegembiraan." 331

وَفِي رَوَايَةٍ:

«إِنِّي لَأَعْلَمُ كَلِمَةً لَا يَقُولُهَا مَكْرُوبٌ إِلَّا فَرَّحَ اللَّهُ عَنْهُ: كَلِمَةُ أَحْيَى يُونُسَ».

Dalam riwayat lain,

"Sungguh aku mengetahui sebuah ucapan yang setiap kali orang yang terkena musibah mengucapkannya, pasti Allah akan membebaskannya dari musibah tersebut. Yakni ucapan saudaraku, yaitu Nabi Yunus." 332

Dalam Sunan Abu Daud.<sup>333</sup>

عَنْ أَبِي سَعِيدٍ الْخُدْرِيِّ، قَالَ: دَخَلَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ ذَاتَ يَوْمٍ الْمَسْجِدَ، فَإِذَا هُوَ بِرَجُلٍ مِنَ الْأَنْصَارِ يُقَالُ لَهُ: أَبُو أُمَامَةَ، فَقَالَ: «يَا أَبَا أُمَامَةَ، مَا لِي أَرَاكَ فِي الْمَسْجِدِ فِي غَيْرِ وَقْتِ الصَّلَاةِ؟» فَقَالَ: هُمُومٌ لِرِمْتِي، وَدُيُوءٌ يَا رَسُولَ اللَّهِ فَقَالَ: «أَلَا أُعَلِّمُكَ كَلِمًا إِذَا أَتَيْتَ فَلْتَهُ أَذْهَبَ اللَّهُ عَزَّ وَجَلَّ هَمَّكَ وَقَضَى دِينَكَ؟» قَالَ: قُلْتُ: بَلَى يَا رَسُولَ اللَّهِ، قَالَ: «فَلْ إِذَا أَصْبَحْتَ وَإِذَا أَمْسَيْتَ: اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْهَمِّ وَالْحُزْنِ، وَأَعُوذُ بِكَ مِنَ الْعَجْزِ وَالْكَسَلِ، وَأَعُوذُ بِكَ مِنَ الْجُبْنِ وَالْبُخْلِ، وَأَعُوذُ بِكَ مِنَ غَلَبَةِ الدَّيْنِ وَقَهْرِ الرِّجَالِ.» قَالَ: فَفَعَلْتُ ذَلِكَ، فَأَذْهَبَ اللَّهُ عَزَّ وَجَلَّ هَمِّي، وَقَضَى عَنِّي دِينِي.

Dari Abu Said Al-Khudriy bahwa ia menceritakan:

(Rasulullah suatu hari masuk masjid. Tiba-tiba ia melihat seorang lelaki Al-Anshar yang dikenal bernama Abu Umamah. Beliau berkata:) "Hai Abu Umamah, kenapa kulihat engkau berada di masjid di luar waktu shalat?" Abu Umamah menjawab, "Aku tersiksa karena kesedihan dan utang, wahai Rasulullah!" Rasulullah berkata, "Maukah engkau aku ajarkan kata-kata yang bila engkau ucapkan niscaya Allah ﷻ akan menghilangkan kesedihan-kesedihanmu dan menyelesaikan utangmu." Abu Umamah menjawab, "Mau, wahai Rasulullah." Rasulullah ﷺ bersabda, "Ucapkanlah di waktu pagi dan petang:

«اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْهَمِّ وَالْحُزْنِ، وَأَعُوذُ بِكَ مِنَ الْعَجْزِ

وَالْكَسَلِ، وَأَعُوذُ بِكَ مِنَ الْجُبْنِ وَالْبُخْلِ؛ وَأَعُوذُ بِكَ مِنْ غَلَبَةِ الدَّيْنِ، وَقَهْرِ الرِّجَالِ.»

"Ya Allah, aku berlindung kepada-Mu dari sifat lemah dan malas. Aku berlindung kepada-Mu dari sifat pengecut dan kikir. Aku berlindung kepada-Mu dari lilitan utang dan kezhaliman orang lain."

Abu Umamah berkata, "Lalu doa itu kulakukan, dan Allah pun melenyapkan kesedihan dan utang yang melilitku."<sup>334</sup>

Dalam Sunan Abu Daud diriwayatkan dari Ibnu Abbas, ia menceritakan: Rasulullah ﷺ bersabda:

«مَنْ لَزِمَ الْأَسْتِغْفَارَ: جَعَلَ اللَّهُ لَهُ مِنْ كُلِّ هَمٍّ فَرَجًا، وَمِنْ كُلِّ ضِيقٍ مَخْرَجًا؛ وَرَزَقَهُ مِنْ حَيْثُ لَا يَحْتَسِبُ.»

"Barangsiapa yang selalu beristighfar, Allah akan memberikan penyelesaian dari segala kesulitannya, dan jalan keluar dari setiap kesempitannya serta rizki dari arah yang tidak disangka-sangka."<sup>335</sup>

Sementara dalam As-Sunan diriwayatkan dari Ibnu Abbas, dari Nabi ﷺ bahwa beliau bersabda:

«مَنْ كَثُرَتْ هُمُومُهُ وَعُمُومُهُ: فَلْيُكْثِرْ مِنْ قَوْلِ لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ.»

"Barangsiapa yang banyak bersedih dan berduka, hendaknya ia memperbanyak membaca Laa haula wa laa quwwata illa billah."<sup>338</sup>

Diriwayatkan juga dalam Shahih Al-Bukhariy dan Muslim,

«أَتَتْهَا كَثْرٌ مِنْ كُنُوزِ الْجَنَّةِ.»

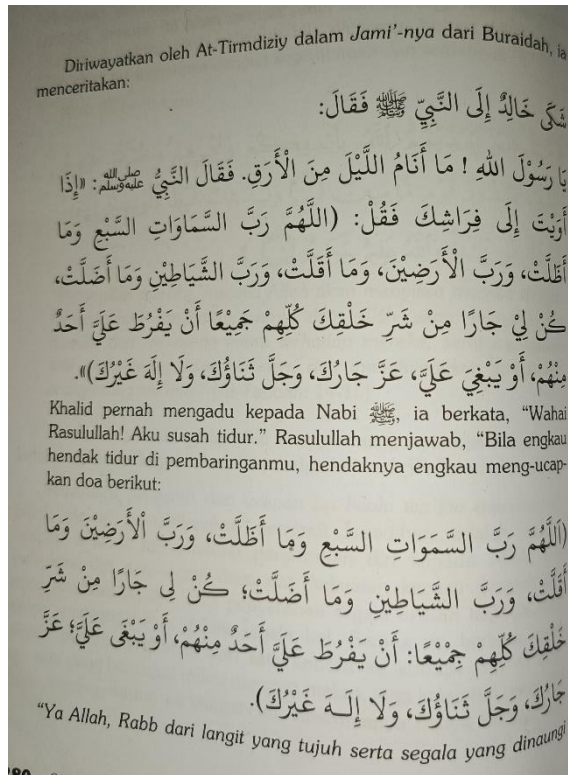
"Bahwa kalimat itu merupakan salah satu harta kekayaan di Surga."<sup>339</sup>

Sementara dalam Sunan At-Tirmidziy disebutkan bahwa,

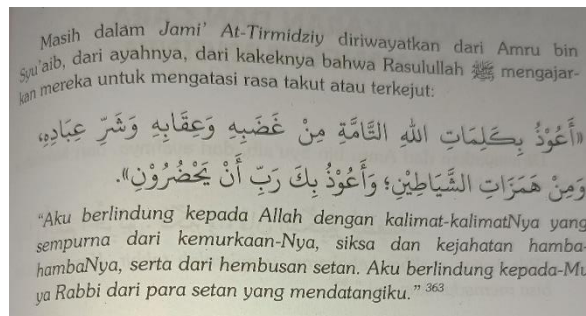
«أَتَتْهَا بَابٌ مِنْ أَبْوَابِ الْجَنَّةِ.»

"Bahwa kalimat itu adalah salah satu pintu Surga."<sup>340</sup>

Zikir dan doa juga dapat mengobati rasa takut pada saat tidur atau susah tidur (insomnia), sebagai berikut:<sup>85</sup>



olehnya, Rabb dari bumi yang tujuh serta segala yang menaunginya, Rabb dari segala jenis setan dan siapa saja yang disesatkan oleh mereka; jadikanlah penyelamat bagiku dari segala kejahatan seluruh makhluk-Mu, sehingga tak satu pun di antara mereka yang menzhalimiku, melanggar hakku. Sungguh mulia pertolongan-Mu, sungguh besar puja-puja bagi-Mu, tidak ada yang berhak diabdahi secara benar melainkan Engkau saja.<sup>362</sup>



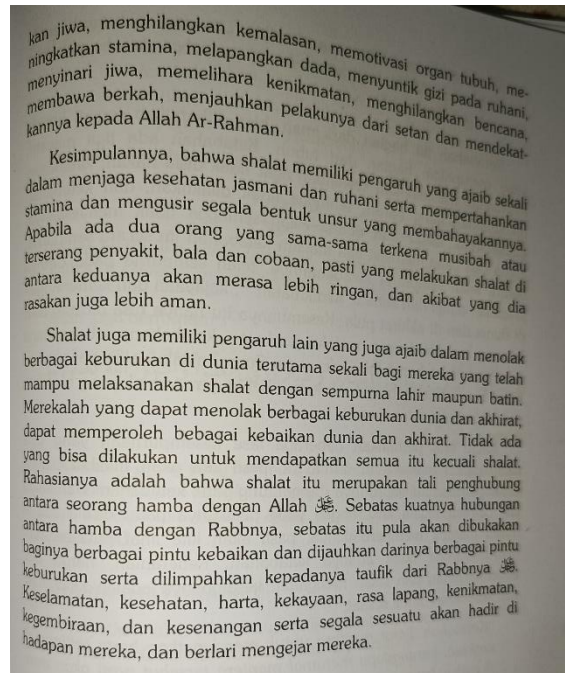
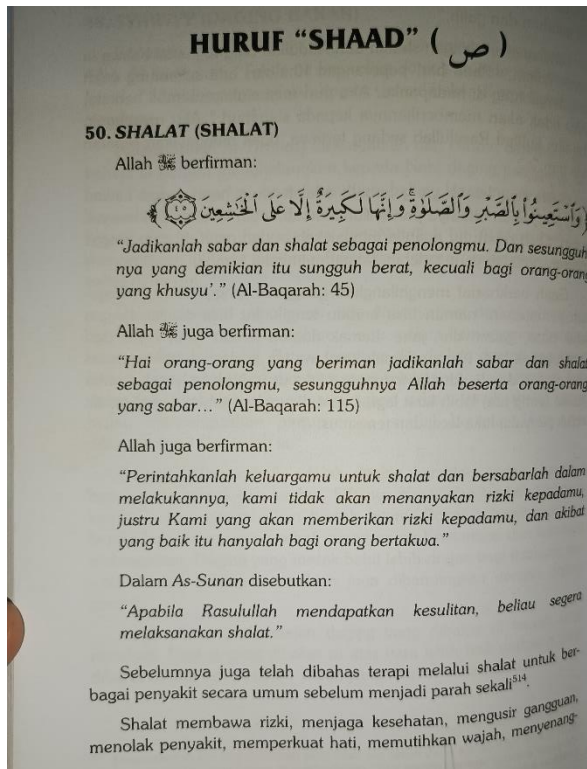
Itulah beberapa zikir dan doa yang dapat dijadikan obat fisik maupun psikis.

## 2. Shalat

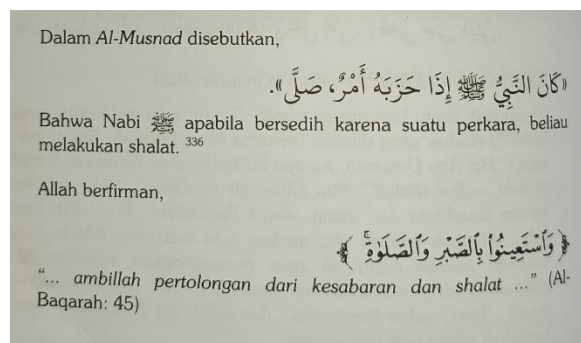
Shalat memiliki dampak yang signifikan terhadap kesehatan fisik dan psikis, serta mampu meningkatkan daya tahan tubuh dan melindungi dari berbagai ancaman. Ketika dua individu menghadapi musibah, penyakit, atau cobaan yang sama, mereka yang rutin melaksanakan shalat akan merasakan beban yang lebih

<sup>85</sup> Al-Jauziyyah. h. 280-281

ringan dan mendapatkan perlindungan yang lebih baik dibandingkan yang tidak melakukannya.<sup>86</sup> Shalat disebutkan dalam kitab pada bab obat yang disusun berdasarkan huruf abjad. Shalat tepat di huruf shad sebagai berikut:



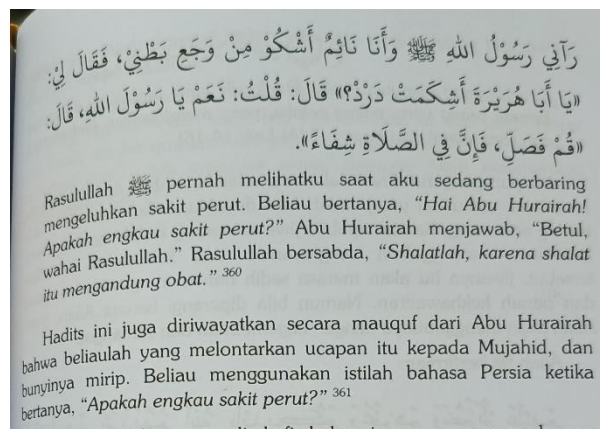
Shalat juga dapat menyambuhkan kesedihan seperti disebutkan pada bab petunjuk nabi dalam mengatasi kesusahan, kegundahan, dan rasa sedih, sebagai berikut:<sup>87</sup>



<sup>86</sup> Al-Jauziyyah. h. 431

<sup>87</sup> Al-Jauziyyah. h. 262

Pada bab mengenai penjelasan pengaruh obat terhadap penyakit, shalat berfungsi sebagai komunikasi hati dan jiwa kepada Allah. Shalat adalah sarana paling efektif untuk meraih keberuntungan dan keselamatan, baik dalam kehidupan dunia maupun kehidupan akhirat, sekaligus menjadi pertahanan utama dalam menghadapi segala macam ancaman dan bahaya di kedua dimensi kehidupan tersebut.<sup>88</sup> Diriwayatkan oleh Ibnu Majah dari hadis Mujahid, dari Abu Hurairah menceritakan:



Shalat merupakan bentuk latihan holistik yang mencakup pembinaan jiwa dan fisik secara simultan. Setiap gerakan dalam shalat mulai dari sikap berdiri tegak, rukuk, sujud, hingga duduk bersimpuh melibatkan serangkaian pergerakan tubuh yang kompleks. Gerakan-gerakan ini tidak hanya sekedar perpindahan posisi, melainkan aktivitas yang menggerakkan seluruh persendian dan mengaktifkan organ-organ internal.

Selama proses shalat, berbagai sistem tubuh ikut berperan aktif, termasuk sistem pencernaan (lambung dan usus), sistem pernapasan, serta sistem metabolisme. Setiap pergerakan memiliki dampak positif yang mendalam, tidak hanya secara fisik namun juga secara spiritual. Kombinasi gerakan fisik dengan ketenangan batin menciptakan kekuatan alami yang mampu meningkatkan kesehatan dan daya tahan tubuh.

<sup>88</sup> Al-Jauziyyah. h. 276

Lebih dari sekadar olahraga konvensional, shalat menghadirkan dimensi energi spiritual yang membantu mengusir berbagai potensi gangguan kesehatan. Ketentraman hati dan fokus spiritual yang menyertai setiap gerakan shalat berperan signifikan dalam memperkuat sistem pertahanan tubuh secara menyeluruh.<sup>89</sup>

### 3. Puasa

Puasa disebutkan dalam kitab Thibbun Nabawi sebagai obat pada bab obat yang disebutkan Nabi disusun berdasarkan urutan abjad arab dengan huruf shaad yaitu shaum, sebagai berikut:

#### 53. SHAUM (PUASA)

Puasa adalah perisai terhadap berbagai penyakit jasmani dan ruhani. Kegunaannya terlalu banyak untuk dihitung dengan jari, pengaruhnya juga menakjubkan sekali dalam menjaga kesehatan, melebur berbagai ampas makanan, menahan diri dari berbagai makanan berbahaya, terutama bila dilakukan secara proporsional, sederhana dan pada waktu-waktu yang diutamakan berpuasa menurut syariat. Kebutuhan tubuh terhadap puasa amat jelas sekali. Puasa juga mengandung obat penenang bagi stamina dan organ tubuh sehingga energinya tetap terjaga. Puasa juga mengandung khasiat yang manjur dalam menenteramkan detak jantung secara langsung atau tidak langsung. Hal itu tentu saja amat berguna bagi mereka yang memiliki pencernaan dingin dan lembab. Selain itu puasa juga berpengaruh banyak dalam menjaga kesehatan mereka.

Puasa termasuk jenis obat jasmani dan ruhani. Yakni apabila orang yang berpuasa betul-betul menjaga hal-hal yang harus dijaga menurut syariat dan hukum alam. Tubuh dan jantung amatlah banyak mengambil faidah dari ibadah puasa ini. Puasa bisa berfungsi menjaga tubuh dari ancaman berbagai unsur asing dan merusak tubuh, sehingga tubuh selalu siap menyingkirkannya. Puasa mampu mengusir seluruh zat berbahaya yang dihasilkan oleh unsur-unsur itu, tergantung pada tingkat optimalitas puasa tersebut. Puasa bisa menjaga orang yang melakukannya dari segala hal yang membahayakannya serta

(menolong orang tersebut)<sup>518</sup> untuk melaksanakan tujuan dari puasa tersebut, rahasia dan alasan dilakukannya puasa tersebut yang bernilai ghaib.

Karena tujuan adalah hal yang berbeda dari sekadar meninggalkan makan dan minum. Dengan alasan itulah puasa itu diberi keistimewaan dibandingkan dengan ibadah-ibadah lain. Karena puasa berfungsi memelihara seorang hamba bahkan menjadi perisai dari segala hal yang membahayakan jasmani dan ruhaninya cepat atau lambat, maka Allah ﷻ berfirman:

﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ

مِن قَبْلِكُمْ لِمَلِكُمْ تَتَّقُونَ ﴿١٨٣﴾

"Hai orang-orang yang beriman; diwajibkan kepada kalian berpuasa sebagaimana diwajibkan kepada orang-orang sebelum kalian agar kalian bertakwa." (Al-Baqarah: 183)

Salah satu tujuan berpuasa adalah sebagai perisai. Puasa menjadi alat preventif yang berkhasiat. Tujuan lain dari puasa adalah menyatukan hati dan keinginan untuk mencari keridhaan Allah, mengoptimalkan energi tubuh untuk melaksanakan hal-hal yang dicintai oleh Allah dan harus ditaati oleh sang hamba. Sebelumnya telah diulas sebagian di antara rahasia dan hikmah puasa, berkaitan dengan petunjuk Nabi ﷺ dalam berpuasa.<sup>519</sup> ○

<sup>89</sup> Al-Jauziyyah. h. 277

#### 4. Bacaan al-Quran

Pada bab obat yang disebutkan Nabi berdasarkan huruf abjad arab, al-Qur'an menjadi salah satu obat dengan huruf qaf yaitu Qur'an sebagai berikut:

**HURUF "QAF" ( ق )**

**70. QUR'AN (KITAB AL-QUR'AN)**  
Allah ﷻ berfirman:

﴿ وَنَزَّلْنَا مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ ﴾

*"Dan Kami turunkan dari Al-Qur'an suatu yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman ..."* (Al-Isra: 82)

Yang benar bahwa kata 'dari' dalam ayat di atas adalah menunjukkan jenis, bukan menunjukkan 'sebagian'. Allah juga berfirman:

*"Hai manusia, sesungguhnya telah datang kepadamu pelajaran dari Rabbmu dan penyembuh bagi penyakit-penyakit (yang berada) dalam dada ..."* (Yunus: 57)

Al-Qur'an adalah pengobatan optimal terhadap seluruh jenis penyakit jasmani dan ruhani, penyakit dunia dan akhirat. Namun tidak setiap orang berkeahlian dan mendapatkan taufiq untuk dapat menggunakannya. Kalau seorang pasien mahir menggunakan Al-Qur'an untuk mengobati penyakitnya, lalu melekatkannya pada penyakit tersebut dengan penuh kepercayaan, keimanan, penerimaan dan keyakinan yang tegas serta dengan memenuhi berbagai persyaratan, penyakit itu pasti akan terusir dan tidak akan datang lagi selamanya.

Karena bagaimana penyakit akan bisa menantang ucapan Rabb Pencipta langit dan bumi yang kalau turun di hadapan gunung niscaya gunung itu akan hancur, dan kalau turun di bumi niscaya bumi itu akan terbelah? Setiap jenis penyakit hati dan jasmani, pasti dalam Al-Qur'an ada indikasi terhadap obatnya, penyebab atau cara pencegahannya, bagi orang yang diberikan pemahaman terhadap Kitabullah oleh Allah ﷻ.

Pada awal pembahasan tentang medis telah dijelaskan bimbingan Al-Qur'an yang mulia terhadap dasar dan intisari pengobatan yang meliputi penjagaan terhadap kesehatan, mengusir unsur berbahaya. Lalu itu diperjelas dengan menunjukkan masing-masing dari jenis penyakit tersebut. Adapun pengobatan hati, telah juga dijelaskan secara rinci bersamaan dengan ulasan tentang berbagai jenis penyakit berikut kiat penyembuhannya.

Allah ﷻ berfirman:

*"Dan apakah tidak cukup bagi mereka bahwasannya Kami telah menurunkan kepadamu Al-Kitab (Al-Qur'an) sedang dia dibacakan kepada mereka ..."* (Al-Ankabut: 51)

Maka orang yang tidak dapat disembuhkan oleh Al-Qur'an maka Allah tidak akan menyembuhkannya, dan orang yang tidak dicukupkan oleh Al-Qur'an maka Allah tidak akan mencukupkannya.

Al-Qur'an diyakini sebagai Solusi penyembuhan yang komperhensif, baik untuk penyakit fisik maupun psikis, yang berlaku dalam konteks kehidupan dunia dan akhirat. Namun, keberhasilan penyembuhan melalui al-Qur'an sangat bergantung pada keyakinan dan sikap seseorang

terhadapnya. Bagi mereka yang tidak percaya akan kekuatan penyembuhan al-Quran, justru kitab suci ini dapat menjadi tidak bermakna atau bahkan memperburuk kondisi penderitaan.

Tidak ada terapi yang lebih efektif dalam menyembuhkan penyakit hati selain al-Qur'an. Kitab suci ini merupakan terapi sempurna yang tidak hanya menyembuhkan, tetapi juga memberikan perlindungan optimal. Keunikan al-Qur'an terletak pada kemampuannya menyembuhkan tanpa menimbulkan efek samping, sekaligus menjaga Kesehatan dan melindungi dari berbagai ancaman bahaya.

Sebagian besar manusia justru mengabaikan al-Qur'an sebagai media penyembuhan karena beberapa faktor. Pertama, kurangnya keyakinan penuh terhadap kemampuan al-Qur'an dalam menyembuhkan penyakit. Kedua, ketidakbisaan dalam menggunakan al-Qur'an sebagai metode pengobatan. Ketiga, kecenderungan masyarakat yang sudah terbiasa dengan pengobatan kimiawi yang dibuat secara spekulatif.

Akibatnya, harapan kesembuhan menjadi sulit tercapai. Kebiasaan lama semakin mendominasi, dan orang-orang menjadi semakin enggan menggunakan al-Qur'an. Kondisi ini menyebabkan penyakit menahun semakin merajalela dan merusak kesehatan batiniah. Baik pasien maupun tenaga medis semakin terbiasa dengan pengobatan tradisional dan mengandalkan resep para ahli medis yang mereka anggap paling tepat. Ironisnya, musibah semakin meluas, teknologi pengobatan semakin canggih, namun jumlah penyakit dan wabah terus bertambah dan sulit disembuhkan. Setiap kali mereka berupaya mengobati, permasalahan kesehatan justru semakin kompleks dan bertambah.<sup>90</sup>

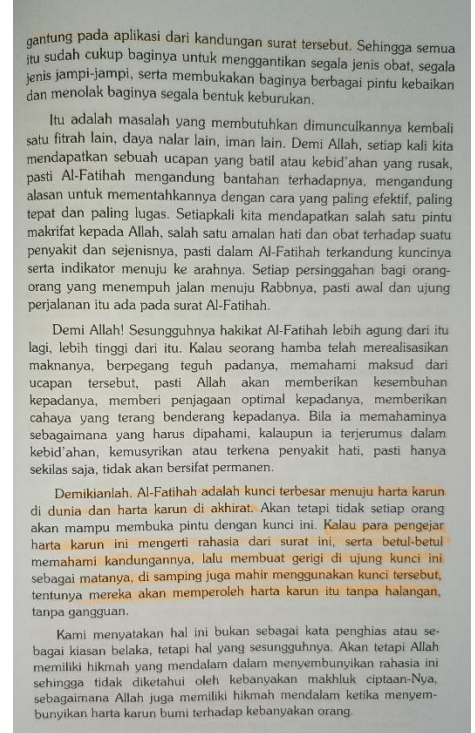
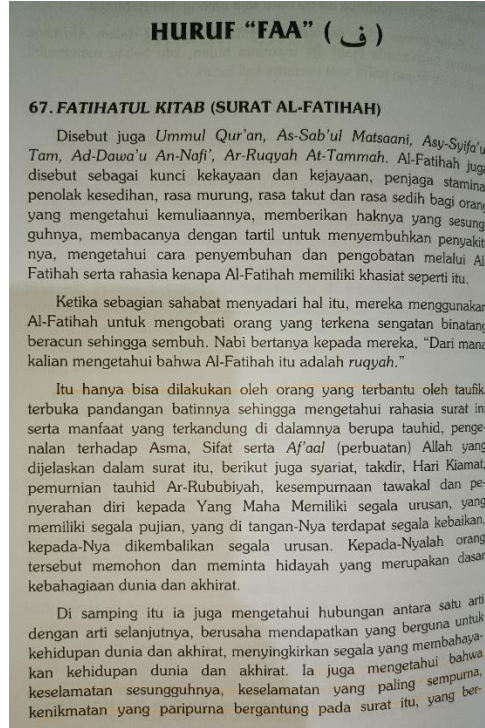
Pada bab petunjuk Nabi terhadap penyakit 'ain disebutkan beberapa bacaan al-Qur'an untuk mengobati penyakit tersebut adalah dengan surat al-Falaq dan an-Naas, al-Fatihah dan ayat al-Kursi.<sup>91</sup> Surat al-Fatihah

---

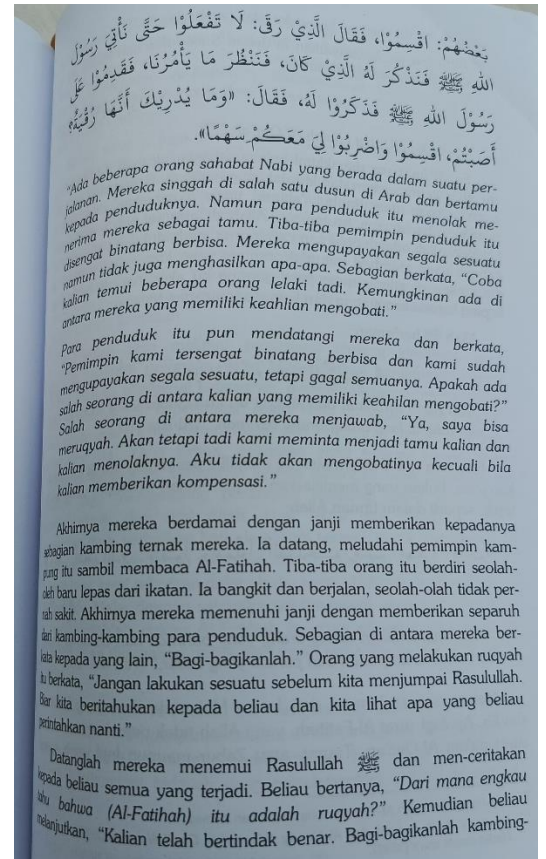
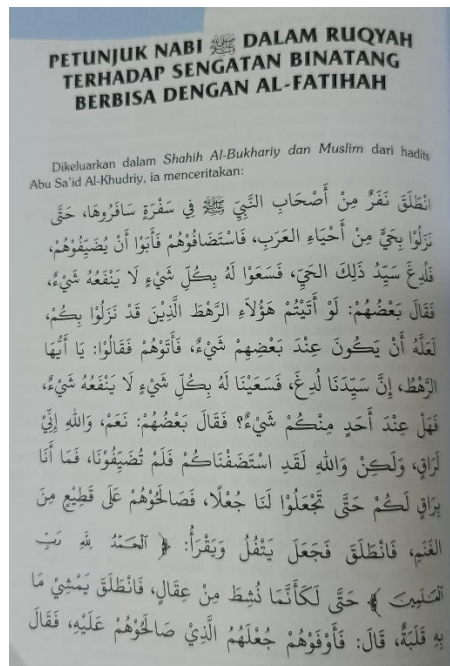
<sup>90</sup> Al-Jauziyyah. h. 121

<sup>91</sup> Al-Jauziyyah. h. 209

masuk dalam bab obat yang disebut Nabi berdasarkan abjad Arab sebagai berikut.<sup>92</sup>



Surat al-Fatihah menjadi obat sengatan binatang berbisa sebagai berikut:



<sup>92</sup> Al-Jauziyyah, h. 450-451

Pada suatu saat di Mekah, Syaikh Ibnu Qayyim mengalami sakit yang membuatnya mencari pengobatan. Saat berusaha mendapatkan bantuan medis, beliau mencoba mengobati dirinya dengan membacakan surat al-Fatihah terus menerus disertai meminum air zam-zam. Hasilnya pun mengejutkan, Syaikh Ibnu Qayyim pulih total dari penyakitnya. Pengalaman ini mendorongnya untuk selanjutnya menggunakan pembacaan surat al-Fatihah sebagai metode spiritual yang banyak khasiat, serta efektif dalam proses penyembuhan.<sup>93</sup>

Dari data diatas mengenai pengobatan yang ada pada Kitab Thibun Nabawi karya Syaikh Ibnu Qayyim al-Jauziyyah adalah pengobatan dengan zikir dan doa, shalat, puasa, dan bacaan al-Qur'an yang mana akan di analisis pada bab selanjutnya untuk mengetahui bagaimana pengobatan tersebut dalam tinjauan sufi healing.

---

<sup>93</sup> Al-Jauziyyah. h. 226

## BAB IV

### ANALISIS DATA

#### A. Metode Pengobatan dalam Kitab Thibbun Nabawi dalam Tinjauan Sufi Healing

##### 1. Zikir dan Doa

Zikir dan doa merupakan praktik yang sama tapi berbeda. Zikir merupakan kegiatan mengingat Allah, sedangkan doa kegiatan memohon kepada Allah. Zikir lebih pada jumlah bilangannya yang diulang-ulang sedangkan doa biasanya berupa shalawat, susunan-susunan pujian kepada Allah, dan permintaan seorang hamba pada Tuhannya. Zikir dan doa memiliki kesamaan dalam hal isi, yakni keduanya merupakan ungkapan pujian dan permohonan kepada Allah dengan menggunakan ayat-ayat al-Qur'an, hadis, dan kalimat tayyibah. Dalam kitab Sunan Abu Daud, terdapat hadis dari Abu Darda' bahwa Rasulullah saw. bersabda:

مَنْ اشْتَكَى مِنْكُمْ شَيْئًا أَوْ اشْتَكَاهُ أَحَدٌ لَّهُ، فَلْيُثَلِّ: رَبُّنَا اللَّهُ الَّذِي فِي السَّمَاءِ،  
تَقَدَّسَ اسْمُكَ وَأَمْرُكَ فِي السَّمَاءِ وَالْأَرْضِ؛ كَمَا رَحِمْتَنَا فِي السَّمَاءِ فَاجْعَلْ رَحِمَتَكَ فِي  
الْأَرْضِ، وَاعْفِرْ لَنَا حُوبَنَا وَخَطَايَانَا؛ أَنْتَ رَبُّ الطَّيِّبِينَ؛ أَنْزِلْ رَحْمَةً مِنْ عِنْدِكَ، وَشِفَاءً  
مِنْ شِفَائِكَ عَلَيَّ هَذَا الْوَجَعِ. فَيَبْرَأُ بِإِذْنِ اللَّهِ

Artinya: *Barangsiapa di antara kalian mengeluhkan sesuatu atau mendapatkan keluhan salah seorang saudaranya, hendaknya ia mengucapkan: "Ya Allah ya Rabbkumi yang ada di atas langit, sungguh Mahasuci nama-Mu dan segala kekuasaan-Mu di langit dan bumi, seperti juga rahmat-Mu di atas langit, maka jadikanlah rahmat-Mu ada di bumi. Ampunilah dosa dan kesalahan kami; Engkau adalah Rabb dari orang-orang baik. Turunkanlah rahmat dari sisi-Mu terhadap keluhan ini." Niscaya dengan izin Allah akan sembuh.*<sup>94</sup>

---

<sup>94</sup> Al-Jauziyyah. h. 219

Dalam Sahih Muslim, diceritakan bahwa Jibril mengunjungi Nabi Muhammad ketika sakit, kemudian Jibril mengobati Nabi Muhammad dengan bacaan sebagai berikut:

بِسْمِ اللَّهِ أَرْقِيكَ، مِنْ كُلِّ دَاءٍ يُؤْذِيكَ، وَمِنْ شَرِّ كُلِّ نَفْسٍ أَوْ عَيْنٍ حَاسِدٍ، اللَّهُ يَشْفِيكَ؛ بِاسْمِ اللَّهِ أَرْقِيكَ

Artinya: *Dengan Asma Allah aku meruqyahmu dari segala penyakit yang mengganggu, dan dari kejahatan setiap jiwa atau 'ain yang dengki. Semoga Allah memberimu kesembuhan. Dengan Asma Allah aku meruqyahmu.*<sup>95</sup>

Hadis di atas menjelaskan bahwa nama Allah, pujian-pujian, dan doa kepada Allah berupa permintaan diturunkannya rahmat merupakan obat terhadap penyakit. Penyakit jasmani maupun rohani. Seperti pengobatan seseorang yang terkena sihir, 'ain, dan sengatan binatang. Zikir, bacaan al-Qur'an, dan doa dapat melindungi dan menangkis serangan penyakit 'ain. Penyakit ini memiliki berbagai gejala, seperti wajah yang tampak kusam atau hipnotis. Penyakit 'ain muncul ketika seseorang merasa kagum, yang kemudian diikuti dengan niat jahat untuk menyakiti orang lain melalui tatapan matanya.<sup>96</sup> Orang yang seperti itu memiliki penyakit dalam hatinya. Menurut pandangan Ibnu Taimiyyah, penyakit hati adalah jenis kerusakan spiritual yang menghalangi seseorang dari memahami kebenaran. Individu yang mengalami kondisi ini cenderung tertarik pada hal-hal yang buruk dan menolak kebenaran. Seseorang yang melakukan 'ain (memberikan pandangan mata yang berbahaya) tergolong dalam kategori orang-orang yang memiliki gangguan pada hati, khususnya *hasad*. *Hasad* bisa diartikan dengan iri dan dengki yang merupakan suatu bentuk kebencian terhadap keberuntungan atau kebahagiaan yang dimiliki orang lain.<sup>97</sup>

Nabi Muhammad menerapkan pengobatan untuk mengobati penyakit 'ain adalah dengan bentuk bacaan *ta'awuz* atau perlindungan yang dapat

---

<sup>95</sup> Al-Jauziyyah. h. 220

<sup>96</sup> Al-Jauziyyah. h. 208

<sup>97</sup> Ibnu Taimiyah, *Terapi Penyakit Hati* (Jakarta: Gema Insani Press, 1998). h. 13

dijadikan zikir dan doa. Bentuk bacaan yang digunakan Nabi Muhammad ialah:

أَعُوذُ بِكَلِمَاتِ اللَّهِ التَّامَّةِ، مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ

Artinya: “*Aku berlindung dengan kalimat-kalimat Allah yang sempurna dari kejahatan makhluk ciptaan-Nya.*”<sup>98</sup>

Bacaan yang lain:

أَعُوذُ بِكَلِمَاتِ اللَّهِ التَّامَّةِ، مِنْ كُلِّ شَيْطَانٍ وَهَامَّةٍ، وَمِنْ كُلِّ عَيْنٍ لَامَّةٍ

Artinya: “*Aku berlindung dengan kalimat-kalimat Allah yang sempurna dari gangguan setan dan Binatang serta dari gangguan ‘ain yang dahsyat.*”<sup>99</sup>

Atau bacaan yang lebih panjang:

اللَّهُمَّ أَنْتَ رَبِّي لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ، عَلَيْكَ تَوَكَّلْتُ، وَأَنْتَ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ،  
مَا شَاءَ اللَّهُ كَانَ، وَ مَا لَمْ يَشَأْ لَمْ يَكُنْ، لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ، أَعْلَمُ أَنَّ اللَّهَ عَلَى كُلِّ  
شَيْءٍ قَدِيرٌ، وَأَنَّ اللَّهَ قَدْ أَحَاطَ بِكُلِّ شَيْءٍ عِلْمًا، وَ أَحْصَى كُلَّ شَيْءٍ عَدَدًا. اللَّهُمَّ إِنِّي  
أَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ كُلِّ دَابَّةٍ أَنْتَ آخِذٌ بِنَاصِيَتِهَا؛ إِنَّ رَبِّي عَلَى صِرَاطٍ مُسْتَقِيمٍ

Artinya: “*Ya Allah, Engkau adalah Rabb-ku, tidak ada sesembahan yang berhak disembah dengan benar selain Engkau. Hanya kepada-Mu aku bertawakal, dan Engkau adalah Rabb Arsy yang Agung. Setiap yang Allah kehendaki pasti terjadi, dan setiap yang tidak Allah kehendaki tidak kan terjadi. Tidak ada daya dan tidak ada kekuatan apapun melainkan dengan pertolongan Allah. Aku mengetahui bahwa Allah Mahakuasa atas segala sesuatu dan ilmu Allah meliputi segala sesuatu, dan menghitung segala bilangan. Ya Allah, sesungguhnya aku berlindung kepada-Mu dari kejahatan diriku sendiri, dari kejahatan setan dan bala tentaranya,*

<sup>98</sup> Al-Jauziyyah, *Metode Pengobatan Nabi*. h. 209

<sup>99</sup> Al-Jauziyyah. h. 209

*serta dari kejahatan setiap makhluk yang akan engkau cabut nyawanya. Sesungguhnya Rabbku memberi petunjuk menuju jalan yang lurus.*"<sup>100</sup>

Penting untuk diingat bahwa obat-obatan Ilahiyah mampu mengatasi penyakit yang telah muncul atau mencegahnya sebelum terjadi. Sebaliknya, obat-obatan alami hanya efektif dalam melawan penyakit yang sudah menyerang. Pada tingkat kesempurnaan dan kekuatan orang tertentu dalam melakukan zikir dan doa, zikir dan doa dapat mencegah datangnya penyakit atau menghalangi dampak penyakit tersebut. Doa tersebut disebutkan dalam hadis Abu Darda' secara *marfu'* yaitu:

اللَّهُمَّ أَنْتَ رَبِّي، لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ، عَلَيْكَ تَوَكَّلْتُ وَأَنْتَ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ

Artinya: *"Ya Allah, Engkau adalah Rabb-ku, tidak ada yang berhak diibadahi secara benar melainkan Engkau. Hanya kepada-Mu aku bertawakal, dan Engkau adalah Rabb dari Arsy yang Agung."*<sup>101</sup>

Sabda nabi yang dijadikan doa juga disebutkan dalam *Shahih Muslim* dari Nabi Muhammad saw. bahwa beliau bersabda:

مَنْ نَزَلَ مَنْزِلًا، فَقَالَ: أَعُوذُ بِكَلِمَاتِ اللَّهِ التَّامَّاتِ مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ؛ لَمْ يَدْرُهُ شَيْءٌ حَتَّى يَرْتَحِلَ مِنْ مَنْزِلِهِ ذَلِكَ

Artinya: *"Barangsiapa singgah disuatu rumah (tempat) lalu mengucapkan: 'Aku berlindung kepada Allah dengan kalimat-kalimat Nya yang paripurna dari kejahatan setiap makhluk-Nya' ia tidak akan terkena marabahaya hingga ia meninggalkan rumah (tempat) tersebut."*<sup>102</sup>

---

<sup>100</sup> Al-Jauziyyah. h. 212

<sup>101</sup> Al-Jauziyyah. h. 233

<sup>102</sup> Al-Jauziyyah. h. 234

Kitab hadis Sunan Abu Daud mencatat sebuah tradisi bahwa menjelang keberangkatan untuk berpergian, Nabi Muhammad saw. memiliki kebiasaan memanjatkan doa pada saat malam hari. Doa tersebut dilafalkan sebagaimana berikut:

يَا أَرْضُ؛ رَبِّي وَرَبُّكَ اللهُ؛ أَعُدُّ بِاللهِ مِنْ شَرِّكَ وَشَرِّمَا فِيكَ، وَ شَرِّمَا يَدُبُّ عَلَيْكَ؛  
أَعُوذُ بِاللهِ مِنْ أَسَدٍ وَأَسْوَدَ، وَمِنْ الْحَيَّةِ وَالْمَقْرَبِ، وَمِنْ سَاكِنِ الْبَلَدِ، وَمِنْ وَالِدٍ وَمَا وَلَدَ

Artinya: *“Wahai bumi! Rabbku dan Rabbmu adalah Allah. Aku berlindung kepada Allah dari kejahatanmu dan kejahatan segala yang ada padamu serta kejahatan segala makhluk yang merayap diatasmu. Aku berlindung kepada Allah dari bahaya singa dan jin, dari bahaya ular dan kalajengking, dari bahaya penduduk negeri, dari bahaya ayah dan anak.”*  
<sup>103</sup>

Tiga hadis diatas merupakan doa yang diberikan Rasulullah saw. berupa doa untuk perlindungan. Perlindungan dari marabahaya, serta makhluk Allah yang akan menjerumuskan kita pada kesesatan. Karena semua itu juga termasuk dari penyakit. Disebutkan pula *Ṣahih Bukhari* dan *Muslim* terdapat riwayat yang menceritakan bahwa Nabi saw. pernah mengobati sebagian kerabatnya yang jatuh sakit, beliau memberikan pengobatan dengan cara mengusap tubuhnya menggunakan tangan kanannya seraya membaca doa sebagai berikut: <sup>104</sup>

اللَّهُمَّ رَبَّ النَّاسِ، أَذْهِبِ الْبَأْسَ، وَاشْفِ أَنْتَ شَافِي، لَا شِفَاءَ إِلَّا شِفَاؤُكَ، شِفَاءً  
لَا يُعَادِرُ سَقَمًا

Artinya: *“Ya Allah, Rabb dari sekalian manusia! Lenyapkanlah rasa sakitnya, berikanlah kepadanya kesembuhan kren Engkau adalah Yang Mahamenyembuhkan, tidak ada kesembuhan*

---

<sup>103</sup> Al-Jauziyyah. h. 234

<sup>104</sup> Al-Jauziyyah. h. 243

*melainkan karena pertolongan-Mu; kesembuhan yang tidak diringi sakit lain.”*

Sahabat Abdullah bin Mas’ud pernah melakukan praktik dengan mengobati istrinya yang sakit mata dengan mencipratkan air ke dalam matanya sembari membaca doa ini. Zikir dan doa tidak hanya bermanfaat untuk penyakit fisik, tetapi juga dapat menyembuhkan penyakit hati seperti kesedihan, kegundahan, dan kesulitan. Dalam kitab Sahih Bukhari dan Muslim, terdapat hadis yang dibawa Ibnu Abbas r.a yang menyebutkan bahwa Rasulullah saw. ketika menghadapi kesulitan biasanya berdoa sebagai berikut:<sup>105</sup>

لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ الْعَظِيمُ الْحَلِيمُ، لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ، لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ رَبُّ  
السَّمَوَاتِ السَّبْعِ وَرَبُّ الْأَرْضِ، رَبُّ الْعَرْشِ الْكَرِيمِ

Artinya: *“Tidak ada yang berhak diibadahi secara benar melainkan Allah yang Mahaagung dan Mahalembut. Tidak ada yang berhak diibadahi secara benar melainkan Allah, Rabb dari Arsy yang Agung. Tidak ada yang berhak diibadahi secara benar melainkan Allah, Rabb dari langit yang tujuh, Rabb dari bumi serta Rabb dari Arsy yang Mulia.”*

Dinukil dari Anas dalam *Jami’ at-Tirmiziy*, diceritakan bahwa ketika Rasulullah saw. merasa sedih karena sesuatu, beliau berdoa sebagai berikut:

106

يَا حَيُّ يَا قَيُّوْمُ؛ بِرَحْمَتِكَ أَسْتَغِيْثُ

Artinya: *“Ya Allah Al-Hayyu (Yang Mahahidup), A-Qayyum (Yang Maha Menjaga), dengan rahmat-Mu aku memohon keselamatan.”*

---

<sup>105</sup> Al-Jauziyyah. h. 257

<sup>106</sup> Al-Jauziyyah. h. 257

Doa yang Nabi usulkan untuk menyerahkan segala sesuatu kepada Allah ada dalam kitab Sunan Abu Daud, terdapat riwayat yang dibawa Abu Bakar ash-Shidiq sebagaimana Rasulullah saw. bersabda, doanya sebagai berikut:

اللَّهُمَّ رَحْمَتَكَ أَرْجُو؛ فَلَا تَكِلْنِي إِلَى نَفْسِي طَرْفَةَ عَيْنٍ، وَأَصْلِحْ لِي شَأْنِي كُلَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ

Artinya: *“Ya Allah, hanya rahmat-Mu yang aku harapkan, maka janganlah Engkau sandarkan urusanku kepada diriku sendiri biarpun sekejap mata. Perbaikilah segala urusanku, tidak ada yang berhak diibadahi secara benar melainkan Engkau.”*  
107

Dan doa dengan permintaannya serupa juga dinukilkan dari Asma binti Umais ia pernah bercerita,

قَالَ لِي رَسُولُ اللَّهِ ﷺ: "أَلَا أَعْلَمُكَ كَلِمَاتٍ تَقُولِينَ عِنْدَ الْكَرْبِ أَوْ فِي الْكَرْبِ؟" "اللَّهُ رَبِّي لَا أُشْرِكُ بِهِ شَيْئًا"

Artinya: *“Rasulullah saw. Pernah berkata kepadaku, “maukah engkau kuajarkan beberapa kata yang berguna untuk diucapkan pada saat kesusahan atau ditengah musibah?” ‘Allah adalah Rabbku, aku tidak akan menyekutukan-Nya dengan suatu apapun’.”*<sup>108</sup>

Doa dengan penghambaan seorang makhluk yang menjunjung tinggi ketuhanan Allah juga disebutkan pada kitab *at-Tirmiziy* dinukilkan oleh Sa’ad bin Abi Waqqas, dia bercerita bahwa Rasulullah saw. bersabda:

دَعَوْتُ ذِي النُّونِ إِذْ دَعَا رَبَّهُ وَهُوَ فِي بَطْنِ الْحُوتِ: "لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ سُبْحَانَكَ إِنِّي كُنْتُ مِنَ الظَّالِمِينَ". لَمْ يَدْعُ بِهَا رَجُلٌ مُسْلِمٌ فِي شَيْءٍ إِلَّا اسْتَجِيبَ لَهُ

<sup>107</sup> Al-Jauziyyah. h. 258

<sup>108</sup> Al-Jauziyyah. h. 259

Artinya: “Doa Dzun Nun (Nabi Yunus) saat masih berada dalam perut ikan paus adalah: ‘Tidak ada yang berhak diibadahi secara benar melainkan Engkau, Mahasuci Engkau, sesungguhnya aku ini termasuk orang-orang yang zalim’ Setiap Muslim berdoa dengan doa tersebut, pasti akan dikabulkan.”<sup>109</sup>

Cerita seorang sahabat yang terlilit hutang dan Nabi memberikan doa sebagai berikut:

اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْهَمِّ وَالْحَزَنِ، وَأَعُوذُ بِكَ مِنَ الْعَجَلِ وَالْكَسَلِ، وَأَعُوذُ بِكَ مِنَ الْجُبْنِ وَالْبُخْلِ، وَأَعُوذُ بِكَ مِنْ غَلَبَةِ الدَّيْنِ وَقَهْرِ الرِّجَالِ."

Artinya: “Ya Allah aku berlindung kepada-Mu dari sifat lemah dan malas. Aku berlindung kepad-Mu dari sifat pengecut dan kikir. Aku berlindung kepada-Mu dari lilitan hutang dan kezhaliman orang lain.”<sup>110</sup>

Semua zikir dan doa yang telah disebutkan dapat menjadi obat dari sakit jasmani dan rohani yang diderita dengan tambahan keyakinan yang mendalam terhadap Allah, sebagaimana Allah akan menganugerahkan kesembuhan, penjaagaan dan pengampunan kepada makhluk-Nya.<sup>111</sup> Keyakinan tersebut dapat disebut dengan sugesti. Sugesti dibarengi dengan kepasrahan menjadi obat yang manjur bagi setiap penyakit. Pengaruh sugesti dalam beribadah dapat menguatkan jiwa dan menolak unsur-unsur jahat.

## 2. Shalat

Allah SWT berfirman:

وَاسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ ۗ وَأِنَّهَا لَكَبِيرَةٌ إِلَّا عَلَى الْخَاشِعِينَ

Artinya: “Mohonlah pertolongan (kepada Allah) dengan sabar dan salat. Sesungguhnya (salat) itu benar-benar berat, kecuali

---

<sup>109</sup> Al-Jauziyyah. h. 260

<sup>110</sup> Al-Jauziyyah. h. 261

<sup>111</sup> Maturidi and Maemunah, “Zikir Sebagai Terapi Penyakit Hati Dalam Perspektif Bimbingan Dan Koneling Islam,” *Jurnal At-Taujih Bimbingan Konseling Islam* 3, no. 1 (2020). h.

*bagi orang-orang yang khusyuk” (Q.S Al-Baqarah [1]: 45),<sup>112</sup>*

Allah juga berfirman mengenai perintah shalat dalam (Q.S Al-Baqarah [1]: 153), (Q.S Taha [40]: 132). Hadis Nabi dalam Musnad disebutkan:

كَانَ النَّبِيُّ ﷺ إِذَا حَزَبَهُ أَمْرٌ، صَلَّى

*Artinya: Bahwa Nabi saw. apabila bersedih karena suatu perkara, beliau melakukan shalat (HR. Abu Dawud dan Ahmad).<sup>113</sup>*

Shalat merupakan ibadah pembawa rizki, penjaga kesehatan, penghilang gangguan, penolak penyakit, penguat hati, pemulih wajah, menyenangkan dan penerang jiwa, penghilang kemalasan, peningkat stamina, pelapang dada, penyuntik gizi pada rohani, pemelihara kenikmatan. Secara ringkas, shalat memiliki kekuatan luar biasa untuk menjaga kesehatan fisik dan mental, meningkatkan stamina, serta menghilangkan hal-hal yang membahayakan. Shalat yang dilakukan di antara dua orang yang sedang mengalami musibah, penyakit, bencana, atau ujian akan memberi rasa nyaman dan aman bagi yang melaksanakannya.<sup>114</sup>

Shalat juga memiliki efek ajaib lain untuk melawan semua keburukan di dunia, terutama bagi mereka yang dapat melakukannya dengan benar secara fisik dan mental. Mereka yang memiliki kemampuan untuk menghindari berbagai macam keburukan akan selamat di dunia dan akhirat. Shalat merupakan satu-satunya jalan untuk meraih semua hal tersebut. Secara umum, shalat berfungsi sebagai jembatan antara seorang hamba dan Allah SWT. semakin erat hubungan hamba dengan Tuhannya, semakin banyak kesempatan untuk mendapatkan kebaikan yang terbuka dan semakin jauh dari keburukan.<sup>115</sup> Selain itu, Allah akan memberikan taufik kepada hamba-

---

<sup>112</sup> *Al-Qur'an Kemenag RI in Ms Word Dan Terjemahannya.*

<sup>113</sup> Al-Jauziyyah, *Metode Pengobatan Nabi*. h. 262

<sup>114</sup> Al-Jauziyyah. h. 431

<sup>115</sup> Andi Tahir and Asmaul Husna, “Konsep Terapi Dalam Islam,” *Jurnal La Tenriruwa 2*, no. 1 (2023). h. 32

Nya. Mereka akan selalu dilimpahkan keselamatan, kesehatan, harta, kekayaan, rasa lapang, serta kegembiraan.

. Shalat mampu menghalau perilaku menyimpang, menghindarkan diri dari gangguan yang bersumber dari hati, dan mengatasi masalah fisik. Shalat juga membantu orang yang tertindas, mengendalikan nafsu, menjaga nikmat, mendatangkan rahmat, mencegah kegelisahan, dan bermanfaat untuk menyembuhkan beragam permasalahan pada sistem kerja dalam perut. Seperti telah diriwayatkan dalam kitab Sunan oleh Ibnu Majah, melalui Mujahid berdasarkan kisah Abu Hurairah, ia menceritakan:

رَأَى رَسُولَ اللَّهِ ﷺ وَ أَنَا نَائِمٌ أَشْكُو مِنْ وَجَعِ بَطْنِي، فَقَالَ لِي: يَا أَبَا هُرَيْرَةَ أَشْكَمْتُ دَرْدُ؟ قَالَ: قُلْتُ: نَعَمْ يَا رَسُولَ اللَّهِ، قَالَ: قُمْ فَصَلِّ، فَإِنَّ فِي الصَّلَاةِ شِفَاءً

Artinya: Rasulullah saw. pernah melihatku saat aku sedang berbaring mengeluhkan sakit perut. Beliau bertanya, “*Hai Abu Hurairah! Apakah engkau sakit perut?*” Abu Hurairah menjawab, “*Betul, wahai Rasulullah.*” Rasulullah bersabda, “*Shalatlah, karena shalat itu mengandung obat.*”<sup>116</sup>

Shalat adalah bentuk latihan fisik dan spiritual. Shalat melibatkan berbagai gerakan tubuh, seperti berdiri tegak, kemudian membungkukkan badan (ruku), menempelkan dahi ke lantai (sujud), duduk bersimpuh, dan rangkaian gerakan tersebut dilakukan secara berulang. Penelitian ilmiah membuktikan bahwa shalat bermanfaat untuk fisik dan mental. Bagi fisik, shalat berguna membantu melancarkan peredaran darah dan fungsi hati, membantu menyembuhkan disfungsi ereksi, membantu menyembuhkan rematik, mencegah penyakit osteoporosis, mengobati penyakit jantung dan kanker. Bagi mental shalat dapat membantu mengaktifkan kecerdasan otak kanan, yang mana otak kanan bekerja dengan imajinasi dan intuisi. Sehingga, shalat dapat menjadi media untuk proses pemahaman terhadap Sang Mahapencipta dengan level kekhusyuan yang berbeda-beda.<sup>117</sup>

---

<sup>116</sup> Al-Jauziyyah, *Metode Pengobatan Nabi*. h. 277

<sup>117</sup> Aqidatur Rofiqoh, “Shalat Dan Kesehatan Jasmani,” *Spiritualita* 4, no. 1 (2020). h. 72-

Gerakan-gerakan dalam shalat memiliki manfaat ganda. Pertama, gerakan tersebut memperkuat fisik. Kedua, gerakan itu membantu membuang racun dari tubuh. Hal ini terjadi terutama karena pancaran energi spiritual yang muncul saat seseorang khusyuk dalam shalat, yang membawa ketenangan batin. Sebagai hasilnya, daya tahan tubuh meningkat secara alami dan berbagai penyakit dapat teratasi.

Allah mewajibkan shalat sebagai bentuk peribadatan bagi hamba-Nya. Perintah ini disampaikan kepada Nabi Muhammad saw. dalam suatu peristiwa luar biasa yang dikenal sebagai Isra' Mi'raj. Dalam kejadian ini, Nabi Muhammad saw. dinaikkan dari bumi menuju alam semesta di atas untuk bertemu langsung dengan Allah, dan di sanalah beliau menerima perintah kewajiban shalat untuk umatnya. Maka dari itu shalat merupakan ibadah yang sakral, karena Allah langsung mengutus Nabi Muhammad untuk menerima perintah-Nya. Shalat merupakan bentuk komunikasi antara hamba dan Tuhannya yang paling intens, selain berupa gerakan-gerakan yang dapat membuat tubuh sehat juga mengandung bacaan-bacaan pujian kepada Sang Pencipta, serta permintaan seorang hamba kepada Tuhannya.<sup>118</sup>

### 3. Puasa

Puasa menawarkan perlindungan terhadap berbagai penyakit jasmani dan rohani. Manfaatnya sangat banyak, salah satunya membantu menentramkan detak jantung. Selama melakukan puasa, tubuh akan terlindung dari zat asing yang dapat merusaknya, sehingga tubuh selalu siap untuk menyingkirkan hal itu tergantung tingkat optimalitas puasa tersebut. Puasa memiliki makna yang lebih dalam daripada sekedar menahan lapar dan dahaga. Akan tetapi puasa merupakan ibadah dengan meninggalkan nafsu-nafsu duniawi lainnya.<sup>119</sup> Oleh karena itu, puasa memiliki keutamaan

---

<sup>118</sup> Ahmad bin Salim Baduweilan, *Shalat Itu Obat: Mengungkap Rahasia Pengobatan Dan Kesehatan Dalam Ibadah Shalat* (Mirqat, 2007). h. 5

<sup>119</sup> Dyayadi M.T, *Puasa Sebagai Terapi: Agar Puasa Tidak Sekedar Lapar Dan Dahaga* (Bandung: Mizan, 2007). h. 29

tersendiri dibandingkan ibadah-ibadah lainnya, sebagaimana yang telah Allah SWT firmankan dalam (Q.S Al-Baqarah [1]: 183).

Cinta akan kehidupan duniawi dan hasrat jasmaniah merupakan penyebab sebagian besar penyakit manusia. Oleh karena itu, mekanisme puasa diberikan oleh Allah Tuhan Mahapengasih sebagai cara untuk mengendalikan dan menghilangkan nafsu. Puasa juga merupakan cara untuk menyedikitkan makan guna mencegah kelebihan makan dan makan sesuai dengan kebutuhan tubuh. Sebagaimana dalam kitab *Musnad* dan dalam kitab hadis lain yang telah diriwayatkan bahwa Nabi Muhammad saw. menyampaikan sebagai berikut:

مَا مَلَأَ آدَمِيٌّ وَعَاءً شَرًّا مِنْ بَطْنٍ، بِحَسْبِ ابْنِ آدَمَ لُقَيْمَاتٌ يُقْمَنَ صُلْبَهُ، فَإِنْ كَانَ لَا بُدَّ فَأَعْلًا: فَثُلُثٌ لِبَطْنِهِ، وَ ثُلُثٌ لِنَفْسِهِ.

Artinya: *Tidak ada kantong yang lebih buruk yang diisi oleh manusia daripada perutnya sendiri. Cukupilah seseorang itu mengonsumsi beberapa suap makanan yang dapat menegakkan tulang punggungnya. Kalau terpaksa, maka ia bisa mengisi sepertiga sisanya untuk nafasnya.*<sup>120</sup>

Puasa yang dilakukan dalam Islam berbeda dengan puasa untuk kesehatan yang dilakukan orang biasa.<sup>121</sup> Karena para muslim menjalankan pelatihan untuk tidak melakukan hal-hal yang biasanya halal dan bolehkan dalam kehidupan dan puasa ini dilakukan semata-mata karena Allah. Hikmah puasa yang diperoleh adalah dapat memperkuat etika, kontrol diri serta meningkatkan kesadaran akan kehadiran Allah.

#### 4. Bacaan Al-Qur'an

Ayat-ayat suci al-Qur'an mengandung kekuatan penyembuhann yang luar biasa, baik untuk penyakit fisik maupun psikis, untuk kehidupan dunia maupun akhirat. Namun, bagi hati yang tidak meyakini bahwa al-Qur'an memiliki khasiat juga kesembuhan, al-Qur'an mungkin tidak berpengaruh

---

<sup>120</sup> Al-Jauziyyah, *Metode Pengobatan Nabi*. h. 21

<sup>121</sup> M.T, *Puasa Sebagai Terapi: Agar Puasa Tidak Sekedar Lapar Dan Dahaga* .h. 66

padanya. Sebab dengan keyakinan kuat terhadap Allah bahwa al-Qur'an dapat berperan sebagai sarana penyembuhan, maka Allah akan membukakan jalan menuju kesembuhan. Al-Qur'an bahkan dapat memperparah penyakit hati seseorang yang tidak yakin terhadap pengobatan yang bersumber langsung dari Tuhan, terlebih seseorang tersebut dengan sombong membangga-banggakan pengobatan modern sebagai pengobatan masa kini. Al-Qur'an merupakan penawar terbaik untuk permasalahan batin. Sebagai pengobatan yang sempurna, al-Qur'an tidak hanya menyembuhkan tanpa efek samping, tetapi juga berperan dalam menjaga kesehatan secara menyeluruh. Lebih dari itu, al-Qur'an dapat berfungsi sebagai benteng pertahanan yang kuat, melindungi seseorang dari berbagai ancaman dan penyakit yang mungkin timbul.<sup>122</sup>

Selain hanya dengan membaca, memahami makna dan menjadikannya zikir dan doa, banyak cara dari al-Qur'an menjadi metode pengobatan. Pembacaan surat al-Falaq dan surat an-Naas serta surat al-Fatihah juga ayat kursi menjadi wujud *ta'awuz* atau perlindungan diri yang sering digunakan.

Metode pengobatan dengan al-Qur'an menggunakan cara lain seperti pada kejadian yang pada masa Rasulullah saw. Ketika pemimpin kota yang penduduknya menolak kedatangan para sahabat saat dalam perjalanan, sakit terkena sengatan binatang berbisa. Lalu salah satu penduduknya mendatangi para sahabat tersebut dengan meminta untuk menyembuhkan pemimpin mereka. Sahabat tersebut mengobatinya dengan cara meludahi tempat terkena sengatan pada pemimpin tersebut sambil membacakan surat al-Fatihah. Surat al-Fatihah merupakan obat terbaik dan paling ideal. Surat al-Fatihah merupakan manifestasi dari keimanan yang sejati, yang tercermin dalam pengakuan akan kebesaran Allah dan ketundukkan Hamba-Nya, bertawakal kepada Allah mendatangkan seluruh kenikmatan dan menolak segala marabahaya.<sup>123</sup>

---

<sup>122</sup> Muthmainnah, Nur Wahyu Emia Barus, and Harun Al-Rasyid, "Urgensi Ayat Ayat As-Syifa' Dalam Pengobatan Modern," *Zahra: Journal of Health and Medical Research* 4, no. 3 (2024). h. 313

<sup>123</sup> Al-Jauziyyah, *Metode Pengobatan Nabi*. h. 223

Cara yang lain ada dengan menuliskan ayat al-Quran lalu direndamkan didalam air kemudian diminumkan kepada orang yang sakit. Disebutkan dari Abu Qilabah. Menurut riwayat, seorang wanita yang sedang kesulitan saat melahirkan pernah diberi nasihat oleh Ibnu Abbas untuk menuliskan dua ayat al-Qur'an. Ayat-ayat tersebut kemudian direndam dalam air, dan air rendaman itu diberikan kepada wanita tersebut untuk diminum. Dalam kejadian lain, Abu Ayyub menceritakan pengalamannya menyaksikan Abu Qilabah melakukan hal serupa. Abu Qilabah menuliskan ayat al-Qur'an, merendamnya, lalu memberikan air rendaman untuk diminum itu kepada seorang pria yang sedang menderita suatu penyakit".<sup>124</sup>

Kitab suci al-Qur'an adalah panduan kehidupan yang sempurna untuk pengikut agama Islam. rujukan atas segala permasalahan yang dialami oleh seluruh umat serta banyak lagi peran al-Qur'an dalam kehidupan makhluk di alam semesta ini. Di dalamnya banyak pelajaran, kisah, larangan, perintah, obat dan lain-lain. Membacanya dapat pahala, terlebih jika digunakan untuk pengobatan, berlipat-lipat manfaat yang didapat, sehat dan pahala.

Berdasarkan penjelasan diatas bahwa metode pengobatan yang ada pada kitab Thibbun Nabawi dalam tinjauan *sufi healing* adalah zikir dan doa, shalat, puasa dan al-Qur'an.

## **B. Fungsi Pengobatan pada Kitab Thibbun Nabawi dalam Tinjauan Sufi Healing**

### **1. Zikir dan doa**

Fungsi zikir dan doa sebagai permintaan seorang hamba kepada Tuhannya dan juga sebagai *ta'awuz* atau perlindungan diri. Dapat diartikan sebagai penghalau energi negatif atau entitas spiritual yang bermaksud jahat.<sup>125</sup> Perlindungan diri dalam bentuk perlindungan secara fisik (jasmani)

---

<sup>124</sup> Al-Jauziyyah. h. 214

<sup>125</sup> Arni, "Implementasi Ruqyah Syar'iyah Sebagai Alternatif Psikoterapi Dalam Kajian Psikologi Islam," *Jurnal Studia Insania* 9, no. 1 (2021). h. 6

maupun psikis (rohani). Seperti pada doa sebelum berpergian atau masuk ke tempat yang baru. Zikir dan doa juga merupakan sugesti baik terhadap menghadapi keadaan, dapat membantu mengalihkan pikiran dari hal-hal buruk yang bisa membahayakan kesehatan mental juga melatih pikiran untuk terus berpikiran positif dan optimis.

## 2. Shalat

Salah satu fungsi utama shalat adalah sarana komunikasi langsung antara hamba kepada Allah, memperkuat keimanan, mendapatkan kesenangan dengan berzikir dan bermunajat kepada-Nya, dan membuat diri bahagia dengan bermunajat kepada-Nya. Selain itu fungsi shalat juga sebagai sarana pendidikan jiwa, seperti meningkatkan kesadaran diri sebagai hamba agar lebih sadar akan keberadaan dan tujuan hidupnya. Pelaksanaan shalat lima waktu dalam sehari membantu mengembangkan disiplin dan manajemen waktu yang baik serta dapat mengurangi stres dan menenangkan pikiran. Shalat dapat menghindarkan manusia dari tindakan buruk dan tercela, sebagaimana yang Allah firmankan dalam (Q.S Al-Ankabut [29]: 45). Ketika shalat dilakukan dengan sikap tunduk dan *tawadhu'* maka pelaku shalat dapat membentengi dirinya dari berbuat jahat.<sup>126</sup>

Setiap orang yang shalat selalu mendapatkan dukungan dan perlindungan dari Allah. Selain itu, keyakinan orang yang melakukan shalat akan tumbuh dengan kuat dan perasaan damai saat menghadapi cobaan. Shalat juga membuat seorang menjadi pasrah dan tunduk pada segala keputusan dari Allah. Saat melakukan shalat, kekuatan hati dan seluruh tubuh termotivasi untuk mendekat kepada Tuhan Mahapencipta. Jadi, shalat adalah obat dan hiburan terbaik dan makanan paling sehat untuk hati.<sup>127</sup>

## 3. Puasa

---

<sup>126</sup> Deden Suparman, "Pembelajaran Ibadah Shalat Dalam Perspektif Psikis Dan Medis," *Jurnal Istek* 9, no. 2 (2015). h. 52

<sup>127</sup> Anisa Maya Umri Hayati, "Shalat Sebagai Sarana Pemecah Masalah Kesehatan Mental," *Spiritualita: Journal of Ethics and Spirituality* 4, no. 2 (2020). h. 8

Puasa memiliki beberapa fungsi penting. Puasa bertindak sebagai pelindung, menjadi pencegahan yang efektif. Selain itu, puasa berfungsi untuk menyelaraskan hati dan keinginan seseorang dalam mencari keridaan Allah. Lebih jauh lagi, puasa membantu mengoptimalkan energi tubuh, mengarahkannya pada aktivitas-aktivitas yang disukai Allah dan wajib dilakukan oleh hamba-Nya. Sehingga, puasa tidak hanya bermanfaat secara fisik, tetapi juga memperkuat hubungan spiritual antara hamba dan Penciptanya.

Ibadah puasa memainkan fungsi krusial dalam upaya penyucian jiwa manusia. Praktik Ini terbukti menjadi cara yang ampuh untuk mengendalikan dorongan hawa nafsu dan mengendalikan diri. Lebih dari itu, puasa juga berfungsi sebagai benteng pertahanan terhadap godaan setan, yang sering kali menyerang manusia melalui hasrat dan nafsu duniawi. Kondisi lapar yang dialami selama menjalankan ibadah puasa tidak makan dan minum memiliki efek meredam gejolak nafsu dan syahwat. Keadaan ini secara tidak langsung juga memperlemah pengaruh setan, yang biasanya memanfaatkan kelemahan manusia melalui godaan nafsu dan syahwat tersebut. Sehingga, puasa tidak hanya bermanfaat secara spiritual, tetapi juga memiliki dampak psikologis dalam menguatkan kontrol diri pada manusia.<sup>128</sup>

Bukan hanya sekedar memperoleh kesehatan jasmani dengan tidak makan dan minum, tapi puasa mampu memelihara jiwa dari hawa nafsu, menstabilkannya, dan menjadi faktor utama manusia berperilaku positif serta senantiasa membimbingnya kejalan yang benar dengan keimanan dan ketakwaan.<sup>129</sup>

#### 4. Bacaan Al-Qur'an

---

<sup>128</sup> Aulia Rahmi, "Puasa Dan Hikmahnya Terhadap Kesehatan Fisik Dan Mental Spiritual," *Serambi Tarbawi: Jurnal Studi, Riset Dan Pengembangan Pendidikan Islam* 3, no. 1 (2015). h. 103

<sup>129</sup> Hanifah Novianti, "Fungsi Puasa Dalam Membina Kecerdasan Emosional Menurut Hadis-Hadis Rasulullah SAW," *Shahih: Jurnal Kewahyuan* 6, no. 1 (2023). h. 240

Seseorang yang mengabdikan kepada Allah memiliki kesempatan untuk mengajukan permohonan melalui aktivitas membaca al-Qur'an. Ketika seseorang meresapi dan membaca kitab suci ini, efeknya dapat dirasakan langsung pada kondisi batinnya. Al-Qur'an memiliki kemampuan untuk memberikan ketenangan dan kesejukan dalam hati pembacanya. Pengaruh ini diibaratkan seperti datangnya musim semi yang membawa kesegaran dan menghidupkan kembali alam sekitar. Sebagaimana musim semi menghidupkan tumbuhan dan memberikan kenyamanan bagi makhluk hidup, demikian pula al-Qur'an mampu menyegarkan jiwa dan memberikan ketenangan bagi mereka yang membacanya dengan penuh penghayatan.

Al-Qur'an memiliki peran penting sebagai penenang jiwa, menjadi obat bagi seseorang yang dirundung duka dan kesedihan. Fungsinya mirip dengan obat yang menyembuhkan penyakit, memulihkan tenaga, menjaga kesehatan, dan menstabilkan kondisi tubuh. Selain itu, al-Qur'an juga berperan dalam membersihkan jiwa dari kesedihan, layaknya pembersih yang menghilangkan noda, karat, dan kotoran suatu benda. Efektivitas penyembuhan melalui al-Qur'an akan meningkat jika orang yang sakit memiliki keyakinan kuat bahwa al-Qur'an dapat menyembuhkan penyakitnya.

Setelah melaksanakan metode sebagai upaya menuju kesehatan yang diinginkan maka kesimpulan fungsi pengobatan pada keterangan di atas mengenai metode pengobatan kitab pada Thibbun Nabawi dalam tinjauan *sufi healing* yaitu:

- a. Penyembuhan holistik: bertujuan untuk menyembuhkan jiwa, pikiran, dan tubuh secara menyeluruh (jasmani dan rohani).
- b. Pembersihan spiritual: membantu membersihkan energi negatif dan memulihkan keseimbangan spiritual serta perlindungan diri dari pengaruh buruk makhluk yang dapat terlihat maupun tidak
- c. Meningkatkan kesadaran diri: mendorong introspeksi dan pemahaman yang lebih dalam tentang diri sendiri

- d. Mendekatkan diri kepada Tuhan: memperkuat hubungan spiritual dengan Sang Pencipta, selain kesembuhan yang didapat metode diatas dapat mendekatkan hamba kepada Tuhannya
- e. Manajemen emosional: membantu mengendalikan emosi ketika stres, cemas dan gangguan emosional lainnya. Tidak hanya emosi buruk emosi gembira pun dapat diatur dengan rasa syukur

### **C. Relevansi Pengobatan pada Kitab Thibbun Nabawi dalam Tinjauan Sufi Healing**

#### **1. Zikir dan doa**

Pada penelitian ilmiah tentang doa dan kesehatan. Beberapa studi telah mencoba mengukur efek doa pada kesehatan. Berbagai penelitian telah menunjukkan dampak positif doa terhadap kesehatan. Matthew, seorang peneliti dari Universitas Georgetown, AS, melaporkan bahwa dari 212 studi, 75% peneliti menemukan pengaruh baik doa pada pasien, sementara hanya 7% yang melaporkan efek buruk. Doa terbukti bermanfaat bagi penderita depresi, kanker, hipertensi, penyakit jantung, serta kecanduan narkoba dan alkohol. Survei yang dilakukan oleh media ternama seperti TIME, CNN, dan USA Weekend pada tahun 1996 mengungkapkan sebanyak 70% lebih pasien menyatakan keyakinan mereka terhadap pengaruh doa dalam mempercepat proses penyembuhan. Temuan ini diperkuat oleh studi Snyderman dan Christy yang menyimpulkan bahwa doa dan zikir bisa menjadi pelengkap pengobatan medis yang efektif. Hasil-hasil ini menunjukkan bahwa praktik spiritual seperti berdoa memiliki potensi signifikan dalam mendukung proses penyembuhan, melengkapi pendekatan medis konvensional.<sup>130</sup> Praktik spiritual seperti zikir dan doa juga dapat membantu mengelola kondisi psikosomatis dengan mengurangi stres dan meningkatkan pandangan positif. Kondisi psikosomatis terjadi apabila seorang pasien mengalami keluhan tapi saat diperiksa hasilnya normal dan

---

<sup>130</sup> Dadang Hawari, *Dimensi Religi Dalam Praktik Psikiatri Dan Psikologi* (Jakarta: FKUI, 2002). h. 156-158

tidak ada tanda penyakit sesuatu, dan disitulah adanya ketidakberhubungan antara psikis dan tubuh.<sup>131</sup>

## 2. Shalat

Penelitian menggunakan pencitraan otak telah menunjukkan bahwa praktik meditasi, yang memiliki kesamaan dengan zikir, dan shalat, dapat mengubah struktur dan fungsi otak. Perubahan ini terkait dengan peningkatan fokus, pengurangan kecemasan, dan peningkatan kesejahteraan emosional. Selain pada pencitraan otak ibadah shalat ritual ibadah yang menggabungkan ucapan lisan serta gerakan fisik.<sup>132</sup>

Perbuatan yang dilakukan dalam shalat ialah gerakan-gerakan rukun shalat. Pada saat *takbirātulhrām*, badan dalam posisi tegak dapat bermanfaat merelaksasi tubuh. Ruku', merupakan gerakan membungkuk yang membantu meningkatkan sirkulasi darah dari jantung ke seluruh tubuh khususnya menuju sistem saraf pusat di kepala. Sujud, pada posisi yang benar sujud dapat menjadikan otot kuat karena tekanan pada limpa memicu lancarnya aliran darah. Duduk tahiyat, dapat mencegah kelainan struktur kaki yang menyebabkan gangguan keseimbangan tubuh pada saat berdiri atau berjalan.<sup>133</sup>

Dari zaman Rasulullah hingga saat ini gerakan shalat tidak berubah juga dengan manfaatnya. Diketahui dari dahulu kala bahwa shalat memiliki manfaat kesehatan bagi tubuh baik kesehatan jasmani maupun rohani. Para ilmuwan lebih lanjut meneliti gerakan pada shalat yang tenang dan dilakukan berulang, melibatkan persendian sehingga dapat mengoptimalkan distribusi energi dalam tubuh, meningkatkan fleksibilitas otot, dan memaksimalkan aliran darah ke seluruh tubuh. Gerakan shalat yang ringan yang dilakukan setiap hari dengan rutin baik untuk melancarkan sirkulasi darah, sehingga suplai oksigen dan nutrisi keseluruh tubuh termasuk otak,

---

<sup>131</sup> Tim Kerja Hukum dan Humas, "Mengenal Psikomatis," Kemenkes RS Sardjito, 2019, <https://sardjito.co.id/2019/10/30/mengenal-psikosomatis/>. (diakses tanggal 17 September 2024)

<sup>132</sup> Hisny Fajrussalam et al., "Pandangan Sains Terhadap Shalat Untuk Kesehatan," *Jurnal Pendidikan Guru* 3, no. 2 (2022). h. 211

<sup>133</sup> Suparman, "Pembelajaran Ibadah Shalat Dalam Perspektif Psikis Dan Medis." h. 50

menjadi lebih optimal. Terdapat fakta mengenai shalat bahwa pelaksanaan shalat dapat membantu membakar kalori secara bertahap, penyakit saat melakukan shalat akan hilang.<sup>134</sup>

### 3. Puasa

Pada saat melakukan puasa, tubuh diberi kesempatan untuk beristirahat khususnya bagi pencernaan, termasuk mekanisme enzim dan hormon. Di luar masa puasa, alat pencernaan terus bekerja mengolah asupan tanpa henti. Tubuh dapat terkena racun dari sisa ampas yang menumpuk. Puasa memberikan waktu bagi sistem pencernaan untuk memperbaiki diri dan memulihkan fungsinya.<sup>135</sup> Proses ini dalam kesehatan dikenal dengan autofagi. Penemuan tentang proses autofagi, yang terjadi pada seseorang yang melakukan puasa, memperoleh penghargaan Nobel dalam bidang Fisiologi atau Kedokteran di tahun 2016 oleh ilmuwan Jepang Yoshinori Ohsumi. Autofagi merupakan proses detoks dengan membersihkan sel yang rusak dan meregenerasi dengan sel yang baru dengan lebih sehat yang terjadi saat seseorang melakukan puasa.<sup>136</sup> Ini menunjukkan bahwa praktik puasa, seperti yang ada dalam Islam memiliki dasar ilmiah.

Menurut Dr. Muhammad al-Jauhari, seorang professor di Fakultas Kedokteran Universitas Kairo, puasa memiliki beberapa manfaat kesehatan yang signifikan. Pertama, puasa dapat meningkatkan daya tahan kulit, sehingga lebih mampu melindungi tubuh. Kedua, praktik ini membantu mencegah infeksi kulit akibat mikroorganisme berbahaya kedalam tubuh. Selain itu, puasa efektif dalam meminimalisir hipertensi, yang menjadi salah satu pemicu utama serangan jantung. Dengan demikian, puasa tidak

---

<sup>134</sup> Suparman.h. 65

<sup>135</sup> Imam Musbikin, *Rahasia Puasa Bagi Kesehatan Fisik Dan Psikis* (Yogyakarta: Mitra Pustaka, 2004). h. 16

<sup>136</sup> "Ilmuwan Jepang Raih Hadiah Nobel Kedokteran 2016," VOA, 2016, <https://www.voaindonesia.com/a/ilmuwan-jepang-raih-hadiah-nobel-kedokteran-2016/3536048.html>. (diakses tanggal 17 September 2024)

hanya bermanfaat secara spiritual, tetapi juga memberikan dampak positif terhadap kesehatan fisik.<sup>137</sup>

#### 4. Bacaan al-Qur'an

Penelitian terkini telah mengeksplorasi potensi al-Qur'an sebagai media terapi suara, dengan fokus pada dampaknya terhadap kesehatan pasien. Salah satu studi menunjukkan bahwa mendengarkan bacaan surat ar-Rahman dari al-Qur'an memiliki efek fisiologis yang signifikan. Bacaan ini terbukti dapat mengaktifkan sistem saraf parasimpatik dan meningkatkan produksi endorfin alami dalam tubuh. Akibatnya pasien yang mendengarkan bacaan al-Qur'an mengalami beberapa manfaat kesehatan yang nyata. Mereka melaporkan perasaan nyaman dan rileks yang meningkat. Secara klinis, tercatat adanya penurunan tekanan darah dan denyut nadi. Lebih jauh lagi, metode ini terbukti memiliki efek signifikan dalam mengurangi kecemasan terhadap pasien yang akan menjalani prosedur operasi.<sup>138</sup>

Temuan ini memperkuat pemahaman tradisional bahwa membaca atau mendengarkan lantunan ayat-ayat al-Qur'an dapat berfungsi sebagai sarana komunikasi spiritual kepada Sang Mahapencipta, sekaligus memberikan efek menenangkan bagi jiwa. Pengaruh al-Qur'an terhadap kesejahteraan mental dan emosional ini sering diibaratkan dengan kesegaran yang dibawa oleh musim semi, yang memberikan kehidupan baru dan kenyamanan bagi seluruh makhluk hidup.

Berbagai studi ilmiah telah dilakukan untuk mengkaji potensi terapeutik al-Qur'an dalam menangani berbagai penyakit fisik. Namun, selain manfaat pada fisik, al-Qur'an juga terbukti secara ilmiah memiliki peran penting dalam meningkatkan kesehatan mental dan kesejahteraan psikologis. Interaksi dengan al-Qur'an, baik melalui pembacaan, pendengaran, maupun perenungan maknanya, terbukti dapat meningkatkan kesejahteraan

---

102 <sup>137</sup> Rahmi, "Puasa Dan Hikmahnya Terhadap Kesehatan Fisik Dan Mental Spiritual." h.

<sup>138</sup> Herawati Gunawan and Mariyam Mariyam, "Murrotal Qur'an Surah Ar-Rahman Menurunkan Tingkat Kecemasan Pasien Pre-Operasi Katarak," *Ners Muda* 3, no. 2 (2022). h. 226

psikologis secara umum. Beberapa efek positif telah dialami termasuk pengurangan gejala depresi pada individu yang mengalaminya. Selain itu, keterlibatan dengan al-Qur'an juga dikaitkan dengan peningkatan kemampuan konsentrasi. Pembacaan al-Quran menenangkan jiwa, mengurangi kadar hormon stress, meningkatkan relaksasi, dan mengalihkan fokus dari kecemasan dan ketegangan, mampu membuat keseimbangan dalam tubuh sehingga dapat mengurangi semua gangguan psikologis termasuk rasa cemas.<sup>139</sup>

Selain manfaat bacaan al-Qur'an terhadap penelitian yang dikerjakan para ahli, relevansi yang terjadi di era digital ini ialah aplikasi teknologi dalam praktik spiritual. Adanya peningkatan penggunaan aplikasi pada *smartphone* untuk memandu praktik spiritual seperti zikir, doa, atau membaca al-Qur'an. Ini menunjukkan adaptasi praktik tradisional kedalam gaya hidup yang modern.

Dapat disimpulkan dari penjabaran relevansi diatas bahwa metode pengobatan pada Kitab Thibbun Nabawi dalam tinjauan *sufi healing* masih relevansi hingga saat ini. Bahkan para ilmuwan pun membuktikan secara alamiah bahwa metode pengobatan itu sangat efektif digunakan untuk penyembuhan maupun pencegahan serta dengan kecanggihan teknologi era digital tuntunan metode pengobatan dapat dilakukan dimana saja dan kapan saja.

---

<sup>139</sup> Wa Ode Asnaniar et al., "Pendidikan Kesehatan Tentang Manfaat Terapi Murottal Al-Qur'an," *Jagri: Jurnal Abmas Negeri* 4, no. 1 (2023). h. 35

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Pengobatan pada kitab Thibbun Nabawi karya Syaikh Ibnu Qayyim al-Jauziyyah berisikan banyak sekali metode dengan Nabi Muhammad saw sumber ilmu tersebut. Ada dengan pengobatan obat tunggal dan pengobatan Ilahiyah yang mana hal ini juga terdapat pada pengobatan *sufi healing*. Pada penelitian ini metode pengobatan *sufi healing* merujuk pada Syaikh Mu'inuddin Chisyti sebagai pencetus penyembuhan cara sufi atau istilah *sufi healing* yang di abadikan dalam karyanya berjudul "The Book of Sufi Healing".

Dari analisis-analisis sebelumnya maka penulis menarik kesimpulan bahwa, metode pengobatan pada Kitab Thibbun Nabawi dalam tinjauan *sufi healing* meliputi zikir dan doa, pelaksanaan shalat, berpuasa dan bacaan ayat-ayat suci al-Qur'an, di mana dalam pelaksanaannya harus disertai rasa penyerahan diri atau pasrah, keyakinan akan kuasa Allah bahwa hanya kepada-Nya kesembuhan diperoleh. Fungsi dari pengobatan tersebut adalah sebagai penyembuhan holistik, yakni kesembuhan menyeluruh jasmani dan rohaninya. Pembersih spiritual, maksudnya membersihkan diri dari pengaruh negatif luar dan dalam serta dapat memulihkan keseimbangan spiritual. Meningkatnya kesadaran diri, yakni terciptanya pemahaman terhadap diri sendiri. Mendekatkan diri kepada Sang Pencipta, selain kesembuhan yang didapat, metode ini juga dapat mendekatkan diri kepada sang pencipta. Manajemen emosional, dapat mengendalikan emosi ketika mengalami stres, kecemasan atau gangguan emosional lain.

#### **B. Saran**

Penulis menyadari penyusunan dan analisis terhadap pengobatan pada kitab Thibbun Nabawi karya Syaikh Ibnu Qayyim al-Jauziyyah dalam tinjauan *sufi healing* masih terdapat banyak kekurangan didalamnya. Penulis berharap untuk risel lanjutan dengan tema yang serupa dapat lebih dilengkapi dan lebih baik

dari penelitian ini, karena masih banyak sumber dari karya-karya Syaikh Ibnu Qayyim al-Jauziyyah terlebih dalam bidang tasawuf dan dengan tema pengobatan.

Segala keterbatasan dan usaha telah penulis lakukan dalam menjelaskan pengobatan pada kitab *Thibbun Nabawi* karya Syaikh Ibnu Qayyim al-Jauziyyah dalam tinjauan *sufi healing*. Penulis dengan terbuka menerima masukan konstruktif dan evaluasi kritis guna menyempurnakan aspek-aspek penelitian yang mungkin kurang akurat atau perlu ditingkatkan. Umpan balik dari pembaca sangat dihargai sebagai sarana untuk meningkatkan kualitas dan ketelitian penelitian ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abu Zaid, Bakr bin 'Abdullah. *Ibn Qayyim Al-Jauziyyah: Hayyatuhu Asaruhu Mawariduhu*. Riyadh: Darul Asimah, cet.II, n.d.
- Aini, Siti Nur. "Konsep Sufi Healing Menurut M. Amin Syukur Dalam Perspektif Bimbingan Konseling Islam." UIN Walisongo, 2015.
- Al-Haddad, Abdullah bin Alwi. *Mutiara Zikir Dan Do'a Syekh Ratib Al-Haddad*. Bandung: Pustaka Hidayah, 2000.
- Al-Hanbali, Ibnu Rajab, and Abdurrahman bin Ahmad. *Zail Tabaqatil Hanabilah*. Riyadh: maktabatul 'abikan, 2005.
- Al-Jauziyyah, Ibnu Qayyim. *Metode Pengobatan Nabi*. Jakarta: Gerilya Ilmu, 2004.
- . *Zaadul Ma'ad: Bekal Perjalanan Ke Akhirat*. Jakarta: Pustaka Azzam, 2004.
- . *Zadul Ma'ad*. Jakarta: Griya Ilmu, 2017.
- Al-Jauziyyah, Ibnu Qayyim, and Al-Fawaid. *Terapi Mensucikan Jiwa*. Jakarta: Qisthi Press, 2013.
- Andira, Dwi Ayu, and Jatie K Pudjibudojo. "Pengobatan Alternatif Sebagai Upaya Penyembuhan Penyakit." *Jurnal Insight Psikologi Universitas Muhammadiyah Jember* 16, no. 2 (2020).
- Ardianto, Muhammad. "The Concept of Jin and Ruqyah According to the Komunitas Keluarga Besar Ruqyah Aswaja: The Study of Living Qur'an." *Mushaf: Jurnal Tafsir Berwawasan Keindonesiaan* 2, no. 1 (2021).
- Arlia, Priska. "Pengobatan Tradisional Dengan Menggunakan Ayat-Ayat Al-Qur'an (Study Living Qur'an Pada Praktik Pengobatan Di Desa Kampung Baru Palbatu)." IAIN CURUP, 2023.

- Arni. "Implementasi Ruqyah Syar'iyah Sebagai Alternatif Psikoterapi Dalam Kajian Psikologi Islam." *Jurnal Studia Insania* 9, no. 1 (2021).
- As-Sayyid, Jamal bin Muhammad. *Ibn Qayyim Wa Juhuduhu Fi Khidmatis Sunnah An-Nabawiyah Wa 'Ulumuha*. Madinah: 'Imadatul Bahts al-'Ilmi bil Jami'ah al-Islamiyyah, 2004.
- Asnaniar, Wa Ode, Rahmat Hidayat, Akbar Asfar, Safruddin, Wan Sulatri Emin, Putri Regita Tirana Ishak, Dwi Nurul Hijrayanti Wijaya, Hastri Arifin Kasan, Andi Senny Novita Agusnitar, and Anggi. "Pendidikan Kesehatan Tentang Manfaat Terapi Murottal Al-Qur'an." *Jagri: Jurnal Abmas Negeri* 4, no. 1 (2023).
- Athiyyah, Ahmad. *Al-Qomus Al-Islamiy*. Mesir: Maktabah al-Nahdhah al-Misriyyah, 1963.
- Baduweilan, Ahmad bin Salim. *Shalat Itu Obat: Mengungkap Rahasia Pengobatan Dan Kesehatan Dalam Ibadah Shalat*. Mirqat, 2007.
- Bakker, Anton, and ahmad Haris Zubair. *Metodologi Penelitian Filsafat*. Yogyakarta: Kanisius, 1994.
- Bakri, Syamsul. *The Power of Tasawuf Reiki: Sehat Jasmani Rohani Dengan Psikoterapi Islami*. Yogyakarta: Galang Press, 2009.
- Basid, Abd. "Peningkatan Tarif Hidup Layak Melalui Produktivitas Bekerja Perspektif Al-Qur'an." *Jurnal Studi Ilmu-Ilmu Al-Qur'an Dan Hadis* 12, no. 21 (2020).
- Chisyti, Syaikh Hakim Abu Abdullah Mu'inuddin. *Penyembuhan Cara Sufi*. Jakarta: PT. Lentera Basritama, 1999.
- Fajar, Dadang Ahmad. *Antara Psikoterapi Dan Sufi Healing: Kontribusi Psikologi Barat Dan Pemahaman Tentang Pemeliharaan Jiwa Perspektif Ajaran Islam*. Bandung: Gunung Djati Publishing, n.d.

- Fajrussalam, Hisny, Adinda Fadya Imaniar, Aisyah Isnaeni, Cantika Septrida, and Vivi Nur Utami. "Pandangan Sains Terhadap Shalat Untuk Kesehatan." *Jurnal Pendidikan Guru* 3, no. 2 (2022).
- Farid, Syaikh Ahmad. *60 Biografi Ulama Salaf*. Jakarta: Pustaka Al-Kautsar, 2006.
- Fitria, R, Novita J, and Fitri Ramadhani. *Panduan Bekam Sunnah: Mengupas Tuntas Praktik Bekam Ala Rasulullah SAW*. Sumatra Barat: Insan Cendekia Mandiri, 2021.
- Fitriani, Aisyah Nur. "Fenomena Pengobatan Tradisional Air Doa." Universitas Negeri Yogyakarta, 2012.
- Grayson, Stuart. *Penyembuhan Spiritual (Spiritual Healing)*. Semarang: Dahara Prize, 2001.
- Gunawan, Herawati, and Mariyam Mariyam. "Murrotal Qur'an Surah Ar-Rahman Menurunkan Tingkat Kecemasan Pasien Pre-Operasi Katarak." *Ners Muda* 3, no. 2 (2022).
- Hawari, Dadang. *Dimensi Religi Dalam Praktik Psikiatri Dan Psikologi*. Jakarta: FKUI, 2002.
- Hayati, Anisa Maya Umri. "Shalat Sebagai Sarana Pemecah Masalah Kesehatan Mental." *Spiritualita: Journal of Ethics and Spirituality* 4, no. 2 (2020).
- Humas, Tim Kerja Hukum dan. "Mengenal Psikomatis." Kemenkes RS Sardjito, 2019. <https://sardjito.co.id/2019/10/30/mengenal-psikosomatis/>.
- Ibrahim, Muhammad. *Berobat Dengan Ayat-Ayat Al-Qur'an*. Bandung: Trigenda Karya, 1995.
- Kurniawan, Ade Fakih. *Sufi Healing: Praktik Terapi Sufistik Dalam Literatur Tasawuf Klasik*. Serang: FUD Press, 2014.

- Lubis, P. C. "Sejarah Ilmu Kedokteran." Universitas Sumatra Utara, 2008.
- Lumenta, Benjamin. *Pelayanan Medis Citra, Konflik Dan Harapan*. Yogyakarta: Kanisius, 1989.
- M.T, Dyayadi. *Puasa Sebagai Terapi: Agar Puasa Tidak Sekedar Lapar Dan Dahaga*. Bandung: Mizan, 2007.
- Marmot, M, and R Wilkinson. "Social Determinants of Health." *Oxford University Press*, 2005.
- Maturidi, and Maemunah. "Zikir Sebagai Terapi Penyakit Hati Dalam Perspektif Bimbingan Dan Koneling Islam." *Jurnal At-Taujih Bimbingan Konseling Islam* 3, no. 1 (2020).
- Melchert, Christopher. "The Hanabila and the Early Sufis." *Arabica* 48, no. 3 (2001).
- Muflih, Andi. "Pengobatan Dalam Islam." UIN Alauiddin Makassar, 2013.
- Musbikin, Imam. *Rahasia Puasa Bagi Kesehatan Fisik Dan Psikis*. Yogyakarta: Mitra Pustaka, 2004.
- Muthmainnah, Nur Wahyu Emia Barus, and Harun Al-Rasyid. "Urgensi Ayat Ayat As-Syifa' Dalam Pengobatan Modern." *Zahra: Journal of Health and Medical Research* 4, no. 3 (2024).
- Nasr, Sayyed Hossein, and Oliver Leman. *Ensiklopedi Tematis Filsafat Islam*. Bandung: Mizan, 2003.
- Nasrudin, Juhana. "Relasi Agama, Magi, Sains Dengan Sistem Pengobatan Tradisional-Modern Pada Masyarakat Pedesaan." *Studi Agama-Agama* 3, no. 2 (2019).
- Newman, Andrew J. *Pengobatan Alami Ajaran Nabi Muhammad SAW*. Jakarta: Zahra, 2014.

- Novianti, Hanifah. "Fungsi Puasa Dalam Membina Kecerdasan Emosional Menurut Hadis-Hadis Rasulullah SAW." *Shahih: Jurnal Kewahyuan* 6, no. 1 (2023).
- O'riordan, R.N.L. *Seni Penyembuhan Alami: Rahasia Penyembuhan Melalui Energi Ilahi, Diterjemahkan Oleh Sulaiman Al-Kumaiyi Dari Judul Asli The Art of Sufi Healing*. Bekasi: Gugus Press, 2002.
- Octaviani, Vivi Zhirra. "Konsep Sufi Healing Menurut Mustamir Pedak Dan Penerapannya Dalam Proses Terapi Di Klinik Griya Sehat Syafa'at (GRISS) 99 Semarang." *EAIC* 01, no. 1 (2022).
- Pedak, Mustamir. *Kerangka Konsep Sufi Healing*. Malang: Literasi Nusantara, 2021.
- Rahman, Gusti Abd. *Terapi Sufistik Untuk Penyembuhan Gangguan Kejiwaan*. Aswaja Pressindo. Yogyakarta, 2012.
- Rahmi, Aulia. "Puasa Dan Hikmahnya Terhadap Kesehatan Fisik Dan Mental Spiritual." *Serambi Tarbawi: Jurnal Studi , Riset Dan Pengembangan Pendidikan Islam* 3, no. 1 (2015).
- RI, Kementrian Agama. *Al-Qur'an Kemenag in Ms Word Dan Terjemahannya*. Jakarta: Lajnah Pemptashihan Mushaf al-Qur'an, 2019.
- Rofiqoh, Aqidatur. "Shalat Dan Kesehatan Jasmani." *Spiritualita* 4, no. 1 (2020).
- Sagiran. *Mukjizat Gerakan Shalat*. Jakarta: Kultum Media, 2007.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta, 2019.
- Sulaiman. *Sufi Healing: Penyembuhan Penyakit Lahiriah Dan Batiniyah Cara Sufi*. Semarang: CV. Karya Abadi Jaya, 2015.
- Suparman, Deden. "Pembelajaran Ibadah Shalat Dalam Perspektif Psikis Dan Medis." *Jurnal Istek* 9, no. 2 (2015).

- Suryabrata, Sumardi. *Metode Penelitian*. Jakarta: Rajawali Press, 1993.
- Syukur, Amin. *Sufi Healing: Terapi Dengan Metode Tasawuf*. Jakarta: Erlangga, 2012.
- . “Terapi Hati.” *Seputar Indonesia*, 2015.
- Syukur, M. Amin. “Sufi Healing: Terapi Dalam Literasi Tasawuf.” *Walisongo* 20, no. 2 (2012).
- . *Tasawuf Sosial*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2004.
- . *Terapi Hati Dalam Seni Menata Hati*. Semarang: Pustaka Nuun dan Lembkota, 2009.
- Tahir, Andi, and Asmaul Husna. “Konsep Terapi Dalam Islam.” *Jurnal La Tenriruwa* 2, no. 1 (2023).
- Taimiyah, Ibnu. *Terapi Penyakit Hati*. Jakarta: Gema Insani Press, 1998.
- Thaha, Ahmadi. *Kedokteran Dalam Islam*. Surabaya: Bina Ilmu, 2009.
- Trisnani, Asif, Fiky Fajar Lestarini, Hifni Nasif, Syahrozad Khunaifah, and Maulida 'Izzatul Amin. “Konsep Pengobatan Rohani Dan Jasad Menurut Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah; Tawaran Solutif Atas Konsep Pengobatan Konvensional Dalam Ilmu Kedokteran Modern.” *Risalah: Jurnal Pendidikan Dan Studi Islam* 09, no. 2 (2023).
- Vandersta, Muhammad. *Sistem Pengobatan-Pengobatan Penyakit Islami Ala Nabi Muhammad Saw*. Jakarta: dragon promedia publishing, 2018.
- VOA. “Ilmuwan Jepang Raih Hadiah Nobel Kedokteran 2016,” 2016.  
<https://www.voaindonesia.com/a/ilmuwan-jepang-raih-hadiah-nobel-kedokteran-2016/3536048.html>.
- Wahyudi, M. A, and S Bakri. “Psikoterapi Sufistik Dalam Pengobatan Reiki Pada

Masa Pandemi.” *Jurnal Studi Psikoterapi Sufistik* 6, no. 1 (2021).

Yeni, Fitri, and M Dalil. “Hadis-Hadis Tentang Farmasi; Sebuah Kajian Integratif Dalam Memahami Hadis Rasulullah.” *Proceeding IAIN Batusangkar* 1, no. 1 (2016): 309.

## DAFTAR RIWAYAT HIDUP

### A. Identitas Diri

1. Nama Lengkap : Rosida Firdaus
2. Tempat/Tgl Lahir : Tangerang, 06 Januari 2002
3. Jenis Kelamin : Perempuan
4. Agama : Islam
5. Suku/Bangsa : Jawa/Indonesia
6. Alamat : Paninggilan Utara, Ciledug, Kota Tangerang
7. No. Hp : 085785118263
8. Email : [rosidafirdaus07@gmail.com](mailto:rosidafirdaus07@gmail.com)

### B. Riwayat Pendidikan

#### Pendidikan Formal:

1. MI-Al-Husna Ciledug
2. MTs Ma'arif NU 2 Sutojayan
3. MA Ma'arif NU Kota Blitar

#### Pendidikan Nonformal:

1. Pondok Pesantren Nurul Ulum Sutojayan
2. Pondok Pesantren Nurul Ulum Kota Blitar
3. Pondok Pesantren Al-Ma'rufiyah Semarang

Semarang, 30 September 2024



**Rosida Firdaus**

**NIM.2004046031**