

Galilah Potensi Kedokteranmu

Refleksi Pengobatan Rasulullah saw

Mochamad Lutfi Andriansa, S.Pd.I
Dr. dr. Hj. Siti Nur Asiyah, M.Ag

Allah swt telah menciptakan manusia dalam bentuk sebaik-baiknya. Begitu unik manusia diciptakan dibandingkan dengan makhluk ciptaan-Nya yang lain, karena ia dianugerahi akal pikiran dan bentuk fisik serta psikis yang sempurna sehingga ia dinobatkan sebagai *kholifah fil ardh*. Bahkan di dalam tubuh manusia itu sendiri telah dianugerahi oleh Allah swt sistem imun (kekebalan tubuh) yang terbaik yang hampir dilalaikan. Padahal kalau dimanfaatkan nikmat tersebut dengan baik maka setiap manusia itupun sudah dapat mempotensikan dirinya sebagai dokter bagi dirinya sendiri dan bagi orang lain. Karena sebaik-baik suri teladan bagi umat manusia ialah Nabi Muhammad saw pembawa warisan (Al-Quran dan Al-Hadits) yang paling berharga bagi kehidupan manusia, bukannya dari si mbah, si eyang, paranormal, dll. Buku ini sangat inspiratif, untuk mendalami lagi isi kandungan Al-Quran dan Al-Hadits mengenai pengobatan Rasulullah saw dan di dalamnya terdapat beberapa penemuan yang sempat sulit tercerna oleh akal pikiran manusia atau mungkin memang ada oknum yang sengaja menyembunyikan kabar gembira itu bagi Manusia khususnya bagi umat Muslim agar dijauhkan dari pedoman hidupnya (Al-Quran dan Al-Hadits).



“ Buku ini patut untuk dipelajari, dipraktekkan dan diamalkan karena di dalamnya terdapat penemuan-penemuan yang sempat sulit tercerna oleh akal pikiran yang pada intinya datang dari anugerah Allah swt. ”

KH. Hasan Abdullah Sahal
Pengasuh Pondok Modern Darussalam Gontor

ISBN : 978-602-17546-5-8



9 786021 754658

Galilah Potensi KEDOKTERANMU

Refleksi Pengobatan Rasulullah saw

“Dan Kami turunkan Al-Quran menjadi obat penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman dan Al-Quran itu tidaklah menambah kepada orang-orang yang zhalim selain kerugian (QS. Al-Israa’: 82).”

Mochamad Lutfi Andriansa, S.Pd.I

Dr. dr. Hj. Siti Nur Asiyah, M.Ag



GALILAH POTENSI KEDOKTERANMU

Refleksi Pengobatan Rasulullah saw

Penulis :

Mochamad Lutfi Andriansa, S.Pd.I

Dr. dr. Hj. Siti Nur Asiyah, M.Ag

© 2013

Diterbitkan Oleh:



Jl. Taman Pondok Jati J 3, Taman Sidoarjo

Telp/fax : 031-7871090

Email : zifatama@gmail.com

Cetakan Kedua, Sya'ban 1435/ Juni 2014

Ukuran buku : 14.8 cm x 21 cm, 248 hal

Desain Cover : Akbar Jati

ISBN : 978-602-17546-5-8

Hak Cipta dilindungi undang-undang. Dilarang memperbanyak atau memindahkan sebagian atau seluruh isi buku ke dalam bentuk apapun, secara elektronik maupun mekanis, termasuk fotokopi, merekam, atau dengan teknik perekaman lainnya, tanpa izin tertulis dari Penerbit. Undang-Undang Nomor 19 Tahun 2000 tentang Hak Cipta, Bab XII Ketentuan Pidana, Pasal 72, Ayat (1), (2), dan (6)

hati dan kerja all out *li i'laai kalimatillahi wa li maslahatil ma'had*", ujar pak kyai Syukri.

Etos kerja yang militan, rasa keterpanggilan sepenuh hati dan kerja all out saja tidak cukup dalam mengemban amanat ini, tanpa dibarengi dengan wirid, doa, selalu mendekatkan diri kepada Allah swt. Tatkala menghadapi sebuah permasalahan pasti dibalik itu semua ada hikmahnya. Apapun bentuknya, itu semua karena kehendak Allah swt yang patut disyukuri dan diambil hikmahnya bukan sebaliknya mencela ke sana ke mari. Segala macam bentuk konflik yang ada, saya curhatkan kepada Sang Sutradara Hidup *Ilaahi Rabbi*. Berdoa, bekerja, berusaha dan bersabar keras merupakan kunci yang selalu dipegang oleh staf pengasuhan santri demi "*Al-Muhafadzotu 'ala Al-Qodiimi As-Shoolih wa Al-Akhdzu bi Al-Jadidi Al-Ashlah*". Selain dicurhatkan kepada Allah swt, kami musyawarahkan bersama staf lainnya segala hal problematika yang ada di pondok dan menentukan sebuah kebijakan demi mencapai mufakat bersama yang kemudian dikonsultasikan kepada Bapak Pengasuh Pondok sebagai pengambil keputusan terakhir. Dari sinilah saya memahami makna bahwa manusia adalah makhluk sosial, yang tak bisa hidup sendirian melainkan butuh pertolongan orang lain (saling memahami dan saling pengertian) dalam bingkai ukhuwah islamiyah. Namanya saja Lembaga Bimbingan dan Konseling, tak lepas dari konsultasi (tempat keluh kesah) dari santri, guru, wali santri, keluarga pondok, dan masyarakat sekitar.

Dari beberapa pengalaman menangani permasalahan santri yang berkenaan dengan penyakit (sesak nafas dan demam menjelang maghrib, bangun subuh menangis tanpa sebab dan sulit dibangunkan, diagnosis dokter dan hasil cek laboratorium negatif tapi sakitnya masih terasa, sering murung, wabah sakit mata dan cacar musiman, was-was ketika wudhu dan sholat, sulit menghafal dan konsentrasi belajar, dll) inilah yang menginspirasi saya untuk mencari solusi yang tepat sesuai dengan Al-Quran dan Al-Hadits. Akhirnya Allah swt mempertemukan saya dengan para alumni Gontor yang ahli dalam bidang pengobatan Nabi Muhammad saw (Ust. Sadu Su'ud, Ust. Faishal Ishaq dan Ust. Arif Rahman Hakim) untuk menangani beberapa keluhan santri

madu mengandung hampir semua zat yang dibutuhkan oleh tubuh, seperti glukosa, fruktosa, protein, asam amino, mineral dan lain-lain. Dan satu sendok makan madu murni ternyata mengandung 64 kalori, di samping bisa juga menjadi antibiotik. Sedangkan menjelang siang, kira-kira pukul 09.00-10.00, Rasulullah saw biasanya makan 7 butir kurma ajwa'. Beliau bersabda: "Barang siapa makan tujuh butir kurma, maka akan terlindung dari racun."

16. **Mengkonsumsi Minyak Zaitun;** Saat siang dan menjelang sore, Nabi juga biasa mengonsumsi cuka, minyak zaitun dan roti. Kombinasi makanan ini ternyata dapat menguatkan tulang, mencegah kepikunan serta menghancurkan kolesterol jahat dalam tubuh. pada musim dingin, makanan ini sangat baik menjaga kestabilan suhu tubuh.
17. **Gemar Berjalan Kaki;** Rasulullah saw selalu berjalan kaki ke Masjid, Pasar, medan jihad, mengunjungi rumah sahabat, dan sebagainya. Dengan berjalan kaki, keringat akan mengalir, pori-pori terbuka dan peredaran darah akan berjalan lancar. Ini penting untuk mencegah penyakit jantung.
18. **Makan Sayuran di Malam Hari;** Konsumsi sayuran di malam hari juga di lakukan Rasulullah saw. beberapa riwayat mengatakan, Rasulullah saw selalu mengonsumsi sana al makki dan sanut. Menurut Prof. Dr. Musthofa, di Mesir keduanya mirip dengan sabbath dan ba'dunis. Nama-nama ini tak lain adalah sayuran yang juga banyak kita temui di negara kita. Bentuk olahan sayuran tertentu banyak ragamnya, seperti Capcay, Sayur Lodeh, Sayur Sup, sayur bayam dan lain-lain. Rasulullah biasanya tidak langsung tidur setelah makan malam, melainkan beraktivitas terlebih dulu supaya makanan yang di konsumsi masuk lambung dengan cepat dan baik sehingga mudah di cerna, caranya juga bisa dengan shalat. Rasulullah saw sering menyempatkan diri untuk berolahraga. Terkadang ia berolahraga sambil bermain dengan anak-anak dan cucu-cucunya. Pernah pula Rasulullah lomba lari dengan istri tercintanya Aisyah r.a. Rasulullah saw tidak menganjurkan umatnya untuk begadang. Biasanya ia tidur lebih awal supaya bisa bangun lebih pagi. Istirahat yang cukup dibutuhkan oleh tubuh karena tidur termasuk hak tubuh. Terbukti apa yang

Dengan cara menyeimbangkan konsumsi makanan seperti ini bukan hanya menyebabkan kesehatan fisik, namun juga menjaga kesehatan ruhiyah. Sehingga tidak timbul rasa malas untuk melaksanakan berbagai ibadah kepada Allah swt. Ini tidak kalah pentingnya dengan pemilihan menu. Sebab setinggi apapun gizinya, kalau pola konsumsinya tidak teratur, akan buruk juga akibatnya. Yang paling penting adalah menghindari *isrof* atau berlebihan. Ketika seseorang terlalu banyak makanannya, maka lambungnya akan penuh dan pernafasannya tidak bagus, sehingga zat-zat yang terkandung dalam makanan tersebut menjadi tidak berfungsi dengan baik. Imbasnya, kondisi fisik menjadi tidak prima, dan aktifitaspun tidak akan maksimal.

2. **Menjaga Kesehatan Makanan dan Minuman:** Dari Abu Sa'id Al Khudri bahwa *Nabi saw melarang untuk meniuip ke dalam minuman*. Kemudian seorang laki-laki berkata, "*Lalu bagaimana bila aku melihat kotoran di dalam bejana?*" Beliau bersabda: "*Kalau begitu, tumpahkanlah.*" Ia berkata lagi, "*Sungguh, aku tidaklah puasa dengan sekali tarikan nafas.*" Beliau bersabda: "*Kalau begitu, jauhkanlah bejana (tempat untuk minum) dari mulutmu.*" (HR at-Tirmidzi). Dari Abu Qatadah; Bahwa *Nabi saw melarang menghembuskan nafas di dalam bejana (ketika minum)*. (HR al-Bukhari dan Muslim). Orang yang bernafas mengeluarkan karbon (CO_2), dan jika zat ini bersenyawa dengan air maka akan mencemari air di dalam gelas. Bila petunjuk Rasulullah saw ini kita kembangkan, maka kita harus menjauhkan dari hal-hal yang menjadikan bahan makanan kita mengandung zat-zat yang berbahaya bagi kesehatan tubuh kita.
3. **Menutup Tempat Makanan:** Dari Jabir bin 'Abdullah ia berkata; Aku mendengar Rasulullah saw bersabda: "*Tutuplah bejana-bejana, dan ikatlah tempat-tempat minuman, karena di suatu malam pada setiap tahunnya akan ada wabah penyakit (berbahaya) yang akan jatuh ke dalam bejana dan ketempat-tempat air yang tidak tertutup.*" (HR Muslim). Makanan dan minuman yang terbuka sangat mudah terkena debu ataupun dimasuki binatang-binatang pembawa kuman, seperti lalat,

bagi bayi tersebut. Dalam Islam, anak tidak hanya dipelihara sejak setelah lahir semata, bahkan sejak seseorang berfikir akan menikah! Nabi saw telah bersabda agar kita memilih pasangan atau isteri yang shalihah (baik). Islam telah memberikan perhatian yang besar untuk keselamatan keturunan dan anggota keluarga agar menjadi kuat, tidak hanya secara akhlaq, bahkan dalam hal genetika tubuh dan kejiwaan. Pemeliharaan ini terus berjalan sampai mencapai masa kehamilan dan ketika hendak melahirkan, menyusui, dan tahapan pendidikan, serta perkembangan berikutnya. Diantara bukti perhatian Islam terhadap anak pada masa kelahiran adalah masalah Tahnik.

Imam Bukhari dalam Shahihnya mentakhrij hadits dari Asma' binti Abi Bakr Dari Asma binti Abi Bakar Ash-Shiddiq ketika ia sedang mengandung Abdullah bin Az-Zubair di Makkah, ia berkata, *"Aku keluar dalam keadaan hamil menuju kota Madinah. Dalam perjalanan aku singgah di Quba dan di sana aku melahirkan. Kemudian aku mendatangi Rasulullah saw dan meletakkan anakku di pangkuan beliau. Beliau meminta kurma lalu mengunyahnya dan meludahkannya ke mulut bayi itu, maka yang pertama kali masuk ke kerongkongannya adalah ludah Rasulullah saw. Setelah itu beliau mentahniknya dengan kurma dan mendo'akan barakah baginya. Lalu Allah memberikan barakah kepadanya (bayi tersebut)"* (Al-Bukhari (5469 Fathul Bari), Muslim (2146, 2148 Nawawi), Ahmad (6247) dan At-Tirmidzi (3826)).

Diriwayatkan oleh Al-Bukhari dan Muslim dari hadits Abu Burdah dari Abu Musa, dia berkata: *"Pernah dikaruniakan kepadaku seorang anak laki-laki, lalu aku membawanya ke hadapan Nabi saw, maka beliau memberinya nama Ibrahim dan mentahniknya dengan sebuah kurma."* (Al-Bukhari (5467 Fathul Bari) Muslim (2145 Nawawi), Ahmad (4/399), Al-Baihaqi dalam Al-Kubra (9/305) dan Asy-Syu'ab karya beliau (8621, 8622)). Al-Bukhari menambahkan, *"Dan Beliau mendo'akan keberkahan baginya seraya menyerahkannya kembali kepadaku."* Dan dia adalah anak tertua Abu Musa ra. Dari Anas ra., dia berkata: *"Seorang anak Abu Thalhah merasa sakit. Lalu Abu Thalhah keluar rumah sehingga anaknya itu pun meninggal dunia. Setelah pulang, Abu Thalhah berkata, "Apa yang dilakukan oleh anak itu?" Ummu Sulaim menjawab, "Dia lebih tenang dari sebelumnya."* Kemudian

dengan tuntunan ini: *Pertama:* Para ulama sepakat tentang disunnahkannya (dianjurkannya) mentahnik bayi yang baru lahir dengan kurma. Jadi tahnik dilakukan pada awal kelahiran. *Kedua:* Jika tidak mendapati kurma untuk mentahnik, bisa digantikan dengan yang manis-manis lainnya (madu lebah lebih afdhal). *Ketiga:* Cara mentahnik adalah dengan mengunyah kurma hingga lembut atau agak cair sehingga mudah ditelan, lalu mengambil kurma yang lembut dengan ujung jari dan memasukkan/menggosokkan ke mulut/langit-lagit bayi. Tahnik ini memiliki hikmah yang agung. Sebab, kurma memiliki kandungan gula “glukosa” dalam jumlah yang banyak, khususnya setelah dilumatkan dimulut sehingga bercampur dengan air liur, di mana air liur mengandung sejumlah enzim khusus yang bisa mengubah glukosa menjadi gula asal. Air liur juga bisa melumatkan zat-zat gula. Sehingga bayi yang baru lahir bisa mencerna kurma lembut itu dengan baik. Dan karena mayoritas atau bahkan semua bayi membutuhkan zat gula dalam bentuk “glukosa” seketika setelah lahir, maka memberikan kurma yang sudah dilumat bisa menjauhkan sang bayi – dengan izin Allah swt – dari kekurangan kadar gula yang berlipat-lipat.

Hikmah dari tahnik lainnya adalah untuk menguatkan syaraf-syaraf mulut dan gerakan lisan beserta tenggorokan dan dua tulang rahang bawah dengan jilatan, sehingga anak siap untuk menghisap air susu ibunya dengan kuat dan alami. Terbukti bahwa pada kurma terdapat unsur-unsur vital yang dapat melindungi bayi dari penyakit dan menguatkan daya tahan tubuh yang telah didapatkannya dari Allah swt. Dengan izin-Nya, **Kurma sangat efektif membentengi dan melindungi tubuh bayi dari ragam virus dan bakteri/penyakit, seperti TBC, polio, difteri, campak, cacar dan lainnya.** Lebih dari itu, air liur kedua orang tua akan mengikat hati bayi dengan cinta mereka dan mengalirkan kepadanya fitrah Islam yang suci, sehingga dia akan tumbuh dengan baik dan bersih. Dia akan selalu merasakan manisnya iman sebagaimana manisnya kurma yang bercampur dengan air liur dari lidah yang selalu melantunkan dzikir kepada Allah. Sebuah syariah yang mampu menanamkan dan menguatkan aqidah bayi, sekaligus membangun kasih sayang yang tulus antara orang tua dan anak, sehingga keluarga Muslim akan hidup dalam

- g. Posisi pasien harus nyaman, baik bagi pasien sendiri maupun bagi yang akan membekam. Dengan posisi nyaman tersebut diharapkan pasien bisa menahan rasa sakit selama waktu pembekaman. Sedangkan bagi yang membekam bisa lebih mudah dan optimal dalam mencapai titik-titik yang akan dibekam. Beberapa sikap saat dibekam:
- 1) Sikap berbaring terlentang. Sikap ini untuk mencapai daerah muka, leher, dada, perut dan tungkai depan
 - 2) Sikap berbaring telungkup. Sikap ini untuk mencapai bagian punggung, pinggang, tengkuk dan tungkai bagian belakang
 - 3) Sikap duduk di kursi sambil meletakkan kedua tangannya di meja dan menopang dagu. Ini dipakai untuk membekam kepala dan wajah
 - 4) Sikap duduk di kursi dengan kedua lengan ke depan lurus diletakkan di atas meja. Sikap ini untuk bekam di daerah tangan atau lengan
 - 5) Sikap duduk di kursi, tubuh menghadap meja. Sikap ini dipakai untuk membekam daerah tengkuk, leher samping, bahu, punggung dan pinggang
 - 6) Sikap duduk di kursi, dengan lengan menutup di atas meja. Ini untuk membekam daerah tangan.
- h. Hati-hati membekam pada pasien-pasien di bawah ini. Karena bisa mengakibatkan pingsan. Pasien-pasien yang mudah pingsan, secara umum mempunyai ciri-ciri sebagai berikut: pasien yang takut dan tegang, tubuhnya lelah dan lemah, memiliki penyakit berat, belum makan atau baru saja selesai makan, baru selesai melakukan hubungan suami-istri, baru saja dibekam banyak.
3. Menyiapkan diri sendiri (juru bekam)
Persiapannya sebagai berikut: juru bekam dalam kondisi sehat wal 'afiyat, sudah berwudhu dan berdoa, juru bekam telah menguasai ilmu bekam (profesional), juru bekam sudah sering dibekam dan membekam, juru bekam sebaiknya orang yang selalu meningkatkan iman dan taqwa, juru bekam sudah mengecek semua peralatan dan sarana yang akan dipakai.

Biografi Penulis



Mochamad Lutfi Andriansa lahir di Sidoarjo pada tanggal 21 Ramadhan 1408 H bertepatan dengan 18 Mei 1987, tinggal di kompleks perindustrian tas dan koper (INTAKO) Tanggulangin Sidoarjo. Menyelesaikan pendidikan dasar sampai SLTP di daerahnya sendiri, kemudian melanjutkan studinya ke Pondok Modern Darussalam Gontor (Alumni tahun 2006 “Glorious Naturalist” dan Alumni

ISID tahun 2010 Fakultas Tarbiyah Jurusan Pendidikan Agama Islam) dengan masa jenjang pengabdian selama enam tahun. Di sana sambil mengajar, kuliah dan membantu pondok sebagai staf pengasuhan santri bagian data selama lima tahun. Karena dekat dengan Bapak Pengasuh Pondok dan kebetulan mendapatkan amanat untuk mengkoordinir pengikut Umroh Ramadhan 1433 H dari kalangan santri, guru, wali santri dan masyarakat sekitar, syukur alhamdulillah ia bisa diumrohkan di akhir penghujung pengabdianya. Selama nyantri di sana, ia aktif dalam berbagai kepanitiaan pentas seni yang kemudian menjadi pembimbing, sebagai Tim Inspeksi ke Pondok-pondok cabang Gontor. Di samping kesibukannya di lembaga pengasuhan santri, ia aktif sebagai tutor dalam berbagai seminar pengobatan Nabi saw kecil-kecilan di forum-forum warta berita pondok, di halaqah perpustakaan, di Balai Pertemuan Pondok Modern, kultum di suargo FM.

Buku ini merupakan hasil karyanya yang pertama kali seiring penelitiannya selama ia mengobati beberapa peserta didiknya, masyarakat sekitar maupun luar. Ia juga ikut menyumbangkan hasil skripsinya (Karakteristik Kurikulum Kulliyatul Mu'allimin al-Islamiyyah KMI di PMDG Ponorogo) kepada Ahmad Fuady Penulis Buku Best Seller “Negeri 5 Menara” ketika bertemu dengannya di depan BPPM.

Sekarang ia aktif sebagai Guru di TPQ Al-Ghozali dan SDIT El-Haq Sidoarjo. Selain aktif sebagai guru ia tetap mengamalkan ilmu pengobatan Nabi saw secara praktek (panggilan berobat) dan teori (forum kajian/seminar).

Semoga karya ini bermanfaat bagi kita semua di dunia dan akhirat serta menjadi amal jariyah khusus ditujukan kepada Ayahanda tercinta “Muzzammil”, di saat penulisan karya ini ia telah pulang ke rahmatullah dengan husnul khotimah yang dapat menjadikan inspirasi bagi kami sekeluarga dan selalu untuk bangkit lebih maju menatap masa depan penuh gemilang untuk menjunjung tinggi kalimat Allah Jalla wa ‘Ala serta mendapatkan ridho-Nya. *Aamiin*.

Tentu penulis tetap berharap masukan dari pembaca yang budiman untuk perbaikan di edisi selanjutnya. Apabila pembaca merasakan manfaat yang luar biasa dari buku ini segera sampaikan ke 10 orang terdekat anda untuk disampaikan manfaatnya tersebut, kalau perlu sedekahkan buku ini buat orang yang membutuhkan namun tidak mampu membelinya. Manfaat dan perubahan yang pembaca alami atau bagi yang berkenan mengadakan training “menggali potensi kedokteranmu (bekam & ruqyah syar’iyyah)” bisa hubungi ke penulis 085259628076 atau kirim via e-mail lutfiand87@yahoo.co.id. Akhirnya penulis mengucapkan terima kasih semoga kehadiran buku ini memberikan manfaat untuk kita semua.

Biografi Penulis



Nama : **Dr. dr. Hj. SITI NUR ASIYAH, M.Ag**
NIP : 197209271996032002
TTL : Gresik, 27 September 1972
Jabatan : Lektor Kepala (IV/a)/ Kaprodi
Psikologi IAIN Sunan Ampel
Alamat : Gadung Driyorejo Gresik
No. HP : 0817332078
Alamat email : nurays72@yahoo.co.id

RIWAYAT PENDIDIKAN

- S1 : IAIN Sunan Ampel lulus tahun 1994
Fak. Kedokteran UWKS lulus tahun 2003
- S2 : IAIN Sunan Ampel lulus 1999
- S3 : Universitas Airlangga lulus 2010

RIWAYAT PEKERJAAN

- Dosen tetap IAIN Sunan Ampel 1996-sekarang
- Dosen AAK YPM Sidoarjo 2005-sekarang
- Kepala Klinik IAIN Sunan Ampel 2006-2009
- Kaprodi Psikologi IAIN Sunan Ampel 2009-sekarang
- Dokter Klinik IAIN Sunan Ampel 2004-sekarang