

INTEGRASI KONSEP ISLAM DALAM KONTEKS PROMOSI KESEHATAN

Studi pada Model Lima Tahap Bracht

Muhamad Ratodi

Fakultas Psikologi dan Kesehatan, UIN Sunan Ampel Surabaya
mratodi@uinsby.ac.id

ABSTRAK

Masalah kesehatan masih menjadi topik yang tak akan pernah habis dibahas, sebagaimana perubahan perilaku kesehatan di masyarakat juga masih menjadi tantangan bagi semua pihak. Indonesia dengan mayoritas penduduknya yang beragama Islam memiliki potensi yang luar biasa dalam berperan terhadap perubahan perilaku kesehatan. Islam merupakan agama yang sangat menganjurkan manusia untuk hidup bersih, sehat dan bersahabat dengan lingkungan. Terdapat banyak ayat dalam Al-Qur'an dan Hadits yang berisi pesan-pesan seputar kebersihan dan kesehatan. Kesehatan dengan paradigmanya menjelaskan makna ajaran Islam begitupun sebaliknya, sehingga tidak terjadi kesenjangan antara keagungan ajaran Islam dengan perilaku kesehatan didalam kehidupan sehari-hari. Piagam Ottawa yang menjadi dasar terhadap strategi upaya promosi kesehatan tela diindikasikan memiliki keterkaitan dengan konsep-konsep dalam islam yang mengarah kepada tiga konsep dasar dalam Islam yakni Rukun Iman, Rukun Islam dan Hukum Islam serta membentuk sebuah Teori kesehatan Islam. Kajian ini bertujuan untuk memaparkan tentang integrasi konsep islam dengan konsep dasar promosi kesehatan sebagai pendekatan alternatif perubahan perilaku kesehatan, yang selama ini masih mengacu ke konsep barat. Kajian ini akan menganalisis Model Lima Tahap Bracht untuk memahami konsep integrasi tersebut lebih mendalam.

Kata Kunci: Kesehatan Islam, Promosi Kesehatan, Teori Lima Tahap Bracht

ABSTRACT

Health problems still becomes the topic that is will never run out discussed, as the health behavior change in society also remains a challenge for all parties. Indonesia with a majority Muslim population has tremendous potential in contributing to the health behavior change. Islam itself is a religion that strongly encourages people to live in a clean, healthy and environment-friendly. There are a lot of verses of the Quran and the Prophet Hadith which contains messages related recommendations. Health with its paradigm can provide information regarding Islam or otherwise, so there is no gap between the grandeur of Islamic teachings and everyday life behavior from the healthy perspective. Ottawa Carter that became the strategic foundation of health promotion efforts has been indicated have relevance to Islamic Concepts that led to the three basic concepts of Islam, which is The Pillars of Faith (Rukun Iman), The Pillars of Islam (Rukun Islam) and Islamic law (Hadiths, Sharia, and Fiqh) and the Islamic Theory of Health. This study aims to describe the integration of Islamic concepts with the basic concepts of health promotion as an alternative approach to health behavior change, which nowadays mainly referred to the western concept. The study showed that the various concepts of Islam is very possible to be integrated harmoniously in every stage of Bracht Model. The concept of Da'wah can be

synergized at the community analysis stage, Shuraa at the design and initiation stage while the concept of Zakat, Waqqf an Shodaqoh could synergize in Maintenance and Consolidation stage. Theoretically, the various Islamic concepts can be used by the health promoters to assist every efforts to improve the peoples health status and create a strong and rooted linkage between health workers with their communities

Keywords: *Islamic Health, Health Promotion, Bracht's Five Stages Theory*

A. Pendahuluan

Islam adalah agama yang sangat menganjurkan manusia untuk hidup bersih, sehat dan bersahabat dengan lingkungan. Cukup banyak ayat ayat Alqur'an maupun Hadist Nabi yang berisi berbagai pesan terkait dengan anjuran tersebut. Mulai dari anjuran membersihkan badan, bersuci, memakan makanan yang halal dan baik sampai dengan larangan merusak alam dan lingkungan hidup¹. Kesehatan dengan paradigma sehatnya dapat digunakan dalam memberikan berbagai informasi terkait aplikasi nilai keislaman ataupun sebaliknya, sehingga tidak ada kesenjangan antara kemuliaan ajaran Islam dengan perilaku kehidupan sehari-hari dari sudut kesehatan². Prinsip dasar dari paradigma ini adalah firman Allah SWT yang menyatakan bahwa Allah SWT tidak menciptakan sesuatu kecuali memiliki manfaat (QS. 3:191). Suatu kesadaran tinggi atas semua ciptaan Allah yang bisa dicapai oleh *Ulul al-Bâb* (kelompok manusia yang beriman dan mau menghayati dan memahami berbagai ciptaan Allah).

B. Efek Salutogenik

Beberapa penelitian telah menunjukkan sebuah hubungan yang pasti antara nilai-nilai religius dengan pokok kesehatan. Setidaknya terdapat 28 penelitian sejenis yang telah dianalisis dan ditemukan sebuah konsistensi hubungan, meskipun kecil, dengan variabel terkendali³. Seperti yang sudah diketahui sebelumnya hubungan ini bukan merupakan indikasi yang akurat dari kesehatan fisik, namun biar bagaimanapun berbagai penelitian lain telah menunjukkan dengan baik efek positif agama terhadap kesehatan yang diukur secara objektif. Sejumlah kajian tentang hubungan antara agama dan morbiditas telah dilakukan, dan efeknya telah banyak ditemukan pada sebagian besar penyakit, termasuk diantaranya PJK, stroke, beberapa jenis kanker, *colitis* dan *enteritis* dan menunjukkan kemungkinan hubungan yang pasti antara agama dan kesehatan⁴.

C. Rasa Keterhubungan

Istilah "*sense of coherence*" digunakan untuk menyiratkan kemampuan seseorang untuk beradaptasi terhadap lingkungan mereka dan menjadi sehat ditengah maraknya faktor penekan yang bervariasi⁵. Penggunaan pendekatan salutogenis sangat didukung dalam

¹ TSSM Propinsi Jawa Timur, "*Dakwah Sanitasi, Sanitasi Total Berbasis Masyarakat.*"

² Taufik, *Pendidikan Kesehatan Bernuansa Agama*, hlm. 7.

³ Levin and Vanderpool, "*Is Frequent Religious Attendance Really Conducive to Better Health?*"

⁴ Levin, "*How Religion Influences Morbidity and Health,*" , hlm. 860.

⁵ Antonovsky, "*Health, Coping and Stress 1st ed,*" hlm. 41.

penelitian penyakit, sebagai sebuah alternatif terhadap pendekatan patogenis, dimana fokus utamanya adalah berkonsentrasi terhadap sumber penyakit⁶. Melalui bukti empiris lagi “*Sense of coherence*” dipandang sebagai sebuah orientasi menyeluruh yang menunjukkan tingkat peresapan yang dimiliki seseorang, melalui rasa percaya diri yang dinamis akan (1) stimulus yang berasal dari lingkungan internal dan eksternal seseorang di dalam kehidupannya merupakan sesuatu yang tersruktur, dapat diprediksi dan dapat dijelaskan; (2) Seseorang memiliki sumber daya untuk memenuhi permintaan yang ditunjukkan oleh stimulus tersebut; dan (3) Permintaan-permintaan tersebut merupakan tantangan, layak untuk investasi dan diikuti sertakan”.Ulasan mendalam terhadap berbagai literatur menunjukkan tidak banyak tulisan-tulisan yang membahas keterkaitan antara perilaku kesehatan dan Islam. Gagasan Islam mengenai hubungannya dengan promosi kesehatan masyarakat, termasuk meliputi⁷ :

1. *Zat al Bain*: ikatan inti didalam masyarakat
2. *Fard –El Kifaya* (fardhu kifayah): Kewajiban bersama untuk merawat dan memperlakukan sesama

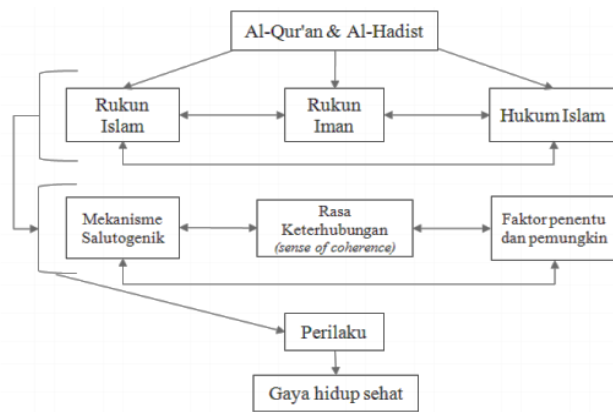
De Leeuw dan Hussein memberi perhatian pada 5 area strategi pada Ottawa Charter dan menunjukkan hubungannya terhadap konsep-konsep dalam Islam seperti Dakwah, Syariah, Shuura, Hisba, dan Waqaf⁸. Gagasan ini, yang mana memperlihatkan bagaimana Islam mencoba membangun sebuah mekanisme kepedulian terhadap sesama di dalam sebuah masyarakat, merupakan bagian dari tiga konsep utama dalam Islam, yakni Rukun Islam, Rukun Iman dan Hukum Islam. Ke tiga konsep ini dapat dikatakan sebagai dasar dari sebuah Teori Kesehatan Islam. Pada gambar 1 memperlihatkan bagaimana konsep Islam yang dibangun berdasarkan Al-Qur’an dan Hadist dapat mempengaruhi perilaku melalui berbagai macam faktor penentu dan sejatinya mengarah kepada sebuah gaya hidup sehat yang berkontribusi terhadap kesehatan sebagaimana telah dibuktikan oleh berbagai macam penelitian empiris. Ketaatan terhadap konsep Islam ini adalah dengan asumsi bahwa seseorang harus menjalankan konsep-konsep tersebut untuk sebuah intervensi promosi kesehatan⁹.

⁶ Ibid., 59.

⁷ Nicola Ruck, “*Child Health and Islam*,” hlm. 37.

⁸ E De Leeuw and A Hussein, “*Islamic Health Promotion and Interculturalization*,” hlm. 350.

⁹ Sabini, *Social Psychology*, hlm. 112.



Gambar 1. Jalur (*pathways*) Teori Kesehatan Islam¹⁰

D. Konsep Islam Yang Menuju Pada Kesehatan

Prinsip pokok panduan untuk konsep konsep Islam tersebut dapat ditemukan baik pada Al-Qur'an maupun Al-Hadits. Nabi Muhammad SAW dalam khutbah terakhirnya bersabda *"Bahwasanya telah ku tinggalkan diantara kalian semua yang tidak akan menjerumuskan kalian kepada kesesatan, KITABULLAH, yang mana jika kalian berpegang teguh kalian tidak akan mengalami kesesatan Dan waspadalah untuk tidak melanggar batas-batas yang telah ditetapkan agama kalian, karena hal itu akan membawa kehancuran kepada kalian sebagaimana umat-umat sebelum kalian"*. Dalam hadits lain Nabi Muhammad SAW bersabda *"Telah ku tinggalkan dua perkara, Al-QUR'AN dan HADITS, dan jika kalian berpegang teguh terhadap ke duanya kalian tidak akan terjerumus dalam kesesatan"*.

Kedua Hadist tersebut dan kebanyakan hadist lainnya menunjukkan dengan jelas tentang pentingnya Al-Qur'an, penekanan untuk mengikutinya dan pentingnya Al-Qur'an sebagai sumber petunjuk bagi kaum Muslim, dan oleh karenanya Al-Qur'an merupakan dasar dari niatan perilaku atau perilaku yang mengarah kesehatan berasal. Hubungan menuju kesehatan dapat ditemukan dalam 2 tahapan utama, yakni tahap langsung (*directly*) dan tidak langsung (*indirectly*). Dalam mempelajari hubungan tersebut, sebagian besar banyak dianggap sebagai petunjuk alami Islam terhadap perilaku manusia (Quran 2:63, 67-71, 143, 187, 208, 229, 285; 5:6 dsb) dan terhadap faktor lingkungan. Sebagai contoh dalam melihat kepada petunjuk langsung yang alamiah, Al-Quran Surat Al Maidah ayat 6 menyebutkan: *"Hai orang-orang yang beriman, apabila kamu hendak mengerjakan shalat, Maka basuhlah mukamu dan tanganmu sampai dengan siku, dan sapulah kepalamu dan (basuh) kakimu sampai dengan kedua mata kaki, dan jika kamu junub maka mandilah..."*

¹⁰ E De Leeuw and A Hussein, "Islamic Health Promotion and Interculturalization," hlm. 351.

Secara tidak langsung kaitan yang mengarah kepada kesehatan dapat ditemukan pada prinsip yang menggarisbawahi ke dua konsep saat ini, baik gagasan promosi kesehatan dan konsep Islam, dimana dapat menjadi dasar dari komunikasi antara umat Muslim dan para promotor kesehatan. Tetapi keterkaitan tersebut tidak mengikat antara yang satu dengan yang lainnya, tetapi lebih kepada pengaruh terhadap faktor-faktor penentu dari perilaku sehat yang dapat dianggap sebagai bagian dari rangkaian satu kesatuan dari kaitan tidak langsung (*indirect link*) sampai kaitan langsung (*direct link*)¹¹.

E. Konsep Pertama: Rukun Islam

Rukun pertama adalah “Mengucapkan dua kalimat Syahadat” (Quran 3:18) sebagai suatu kesaksian umat Islam terhadap keesaan Allah SWT dan mengakui Nabi Muhammad SAW sebagai utusan-NYA. Lebih lanjut dalam Al-Qur’an menegaskan tidak ada tuhan lain selain Allah SWT dan Dia lah yang menciptakan langit dan bumi beserta isinya (Quran 25:2). Hal inilah yang dikenal sebagai *Syahadat*, dan gagasan mengenai pengakuan dan kesaksian terhadap satu tuhan dikenal sebagai *Tauhid*. Dapat dikatakan bahwa meyakini dan menjalankan Rukun pertama ini merupakan pembeda awal atas seorang Muslim terhadap non-muslim. Kaitannya dengan kesehatan, fakta bahwa seorang muslim meyakini dan mengakui serta bersaksi terhadap satu Tuhan adalah sebuah permulaan dalam langkah pertama dari “Rangkaian Kesehatan Islami” melalui mekanisme salutogenik dengan membuat sebuah komitmen religius kepada dirinya sendiri dahulu dan kemudian kepada komunitas dimana ia berada.

Rukun Islam ke dua “Melaksanakan shalat lima waktu”, (Quran 2:238; 7:170; 20:14) adalah salah satu tindakan didalam Islam yang menuntun kaum Muslim untuk mempraktikkan kedisiplinan. Shalat telah diatur dalam jangka waktu mulai dari sebelum matahari terbit hingga matahari telah terbenam. (Quran 4:103). Rukun ini menawarkan beberapa kaitan terhadap konsep Rangkain Kesehatan Islami. Dari tahap tidak langsung, unsur psikodinamis dari ritual, dalam pelaksanaan sholat menawarkan “meditasi” rutin, yang mana menghasilkan rasa tenang, penuh harapan, kepuasan hati dan emosi positif yang kesemuanya dianggap sebagai pembentuk “*sense of coherence*”¹².

Kaitan yang lebih langsung terhadap kesehatan dapat dilihat pada langkah-langkah yang dilakukan oleh kaum Muslim sebelum melaksanakan Shalat. Salah satunya adalah

¹¹ Maulana, “Islam and Health Dimension in 20th Century,” hlm. 89.

¹² Antonovsky, *Health, Coping and Stress. 1st Ed*, hlm. 58–59.

langkah mensucikan diri atau yang dikenal dengan istilah Wudhu, dimana melibatkan aktifitas mencuci wajah, mencuci tangan sampai dengan siku, membasuh kepala dengan air dan mencuci kaki sampai ke mata kaki yang dilakukan secara berurutan (Quran 5:6). Dalam hal ini, kaum Muslim terikat oleh kewajiban untuk membersihkan diri mereka sendiri sedikitnya paling tidak lima kali dalam sehari, menandakan secara jelas tentang pentingnya higienitas atau kebersihan didalam Islam.

Melaksanakan kewajiban berderma “Zakat” bagi mereka yang mampu merupakan rukun Islam yang ketiga dari konsep Rukun Islam. Dalam meletakkan rukun Islam ke tiga ini dalam rangkaian kesehatan akan lebih cocok sebagai pusat, sebagaimana dampaknya terhadap kesehatan lebih dirasakan pada level komunitas jika kita melihat dari sisi pemberian zakat itu sendiri. Kaitannya terletak pada ketetapan terhadap faktor pemungkin (*enabling factors*) melalui pengaturan mekanisme kewajiban untuk semua Muslim untuk menyisihkan harta kekayaannya. Mekanisme berbagi ini sangat jelas menyediakan sebuah lingkungan, dimana mendorong pendistribusian kekayaan dan dengan begitu membantu mengurangi ketimpangan yang pasti terjadi didalam masyarakat. Anjuran ini telah memungkinkan lahirnya konsep *Waqaf* dan *Shodaqoh* antara umat Muslim, dimana berbentuk sumbangan finansial dan material dari Muslim yang mampu yang ditujukan untuk kebaikan bagi mereka yang membutuhkan atau untuk kebaikan masyarakat secara umum. Ke dua konsep ini (*Waqaf* dan *Shodaqoh*) bukanlah sebuah kewajiban tetapi secara luas di Al-Qur’an sangat dianjurkan.

Rukun Islam ke empat, “Berpuasa selama bulan Ramadhan” menegaskan para Muslim tentang pentingnya membatasi makan makanan, sebagai sebuah upaya diet untuk keseimbangan. Beberapa penelitian telah menunjukkan manfaat dari berpuasa terhadap kesehatan klinis^{13,14}. Berpuasa diwajibkan agar setiap Muslim dapat belajar tentang pengendalian diri (Quran 2:183). Selama periode berpuasa, seorang Muslim melakukan pantangan untuk makan dan minum dalam periode waktu tertentu (dari sebelum matahari terbit sampai matahari terbenam).

Dengan mematuhi hal ini, Muslim sekali lagi dituntut untuk berdisiplin, dan dengan begitu mampu untuk mengalahkan kebiasaan tidak sehat semisal merokok, makan berlebihan dalam periode tertentu dalam sehari. Menempatkan Rukun Islam ke empat ini dalam Rangkaian Kesehatan Islami, rukun ini juga mengambil posisi inti. Aspek perilaku dapat

¹³ Elson Haas M, “*Nutritional Programs: Nutritional Program for Fasting.*”

¹⁴ Leon Chaitow, “*Fasting: Fasting for Health and as an Anti-Aging Strategy.*”

lebih terkait secara tidak langsung dengan membangun kedisiplinan melalui pengendalian diri sementara manfaat medis yang diperkuat oleh bukti empiris akan menempatkan Rukun Islam ke empat ini kepada keterkaitan langsung (*direct link*) dengan kesehatan. Fokus terhadap pengendalian diri yang sejenis juga dapat dilihat gagasan promosi kesehatan saat ini.

Rukun Islam yang ke lima, berhaji diwajibkan hanya untuk mereka yang mampu, baik secara finansial maupun fisik, untuk melakukannya sekali seumur hidup. (Qur'an 3:97; 22:27). Dalam pelaksanaan Haji, kaum Muslim akan melakukan kontak rutin dengan sesamanya baik di Masjid, Bukit Arafah dan di hotel atau area penginapannya. Perjalanan spritual ini mendorong kaum Muslim untuk saling berbagi pengalaman dan pengetahuan satu sama lainnya melalui nasihat-nasihat dari pemimpin grup atau yang lainnya. Kaitannya dengan kesehatan, pada titik secara tidak langsung dari rangkaian konsep kesehatan Islami, hal ini dapat dikatakan sebagai unsur psikodinamis dari ibadah, keyakinan dan shalat, yang mana memainkan peranan yang besar dalam membangun sebuah rasa keterhubungan (*sense of coherence*) dari individu tidak hanya melalui mekanisme salutogenesis tapi juga melalui faktor penguat (*reinforcing*) dalam proses berbagi pengetahuan, keyakinan dan nilai¹⁵. Di waktu yang bersamaan merupakan usaha menguatkan tingkah laku positif sembari memupuk rasa keyakinan diri terhadap pengetahuan, keyakinan dan nilai itu sendiri. Hal-hal tersebut dicapai melalui serangkaian ibadah yang dituntut saat pelaksanaan ibadah Haji^{16,17}.

Perjalanan spiritual ini (Haji) juga memberikan pada kaum Muslim apa yang mungkin dipertimbangkan sebagai efek samping, dimana dapat dianggap sebagai sebuah hubungan yang lebih langsung kepada kesehatan di dalam rangkaian kesehatan Islami. Sebagai bagian dari ibadah seorang Muslim, Haji melibatkan sebuah aktifitas fisik yang relatif cukup berat yang dilakukan dalam prosesi Tawaf atau mengelilingi Ka'bah sebanyak tujuh kali, dan juga dalam prosesi *Sa'i* atau berlari kecil dari Safa dan Marwah sebanyak tujuh kali, dimana jarak antara satu dengan yang lain berjarak lebih dari 500 meter.

F. Konsep ke Dua: Rukun Iman

Rukun Iman, dapat diartikan bahwa unsur keimanan, keyakinan dan kebajikan adalah bagian dari konsep utama yang kedua dalam Islam. Unsur-unsur dari Rukun Iman secara fasih digambarkan dalam Al-Qur'an; "Bukanlah menghadapkan wajahmu ke arah timur dan barat itu suatu kebajikan, akan tetapi sesungguhnya kebajikan itu ialah beriman kepada Allah,

¹⁵ Levin, "How Religion Influences Morbidity and Health," hlm. 855.

¹⁶ Shaikh Muhammad Saalih al-Munajjid, "Hajj - Virtues and Benefits."

¹⁷ Syed Abul Ala Maududi, "The Inner Dimensions of Hajj."

hari kemudian, malaikat-malaikat, kitab-kitab, nabi-nabi dan memberikan harta yang dicintainya kepada kerabatnya, anak-anak yatim, orang-orang miskin, musafir (yang memerlukan pertolongan) dan orang-orang yang meminta-minta; dan (memerdekakan) hamba sahaya, mendirikan shalat, dan menunaikan zakat; dan orang-orang yang menepati janjinya apabila ia berjanji, dan orang-orang yang sabar dalam kesempitan, penderitaan dan dalam peperangan. Mereka itulah orang-orang yang benar (imannya); dan mereka itulah orang-orang yang bertakwa” (Quran 2:177).

Jika konsep Rukun Islam dianalogikan sebagai sebuah pondasi dari sebuah bangunan gaya hidup Islami, maka Rukun Iman merupakan tiang-tiang penopangnya. Nabi Muhammad SAW dalam sabdanya menyebutkan: "Keimanan terdiri dari lebih dari enampuluh cabang. Dan *Haya* (yang meliputi konsep kerendahan hati, penghormatan diri, rasa segan dan malu) adalah sebagian dari Iman."

Ketika Nabi Muhammad SAW ditanya tentang siapakah yang dianggap sebagai Muslim yang terbaik, Beliau pun menjawab: "Mereka yang menghindari menyakiti Muslim lainnya dengan ucapan dan tindakan", ketika Beliau ditanya kembali tentang amalan ringan yang terbaik dalam Islam, Beliau pun menjawab: "Memberi sedekah (makan) kepada kaum fakir dan mengucapkan Salam kepada orang yang kamu kenal maupun yang kamu tidak kenal" (HR Bukhari).

Konsep ini dapat dianggap sebagai pembentuk sikap dan norma subjektif dari seorang Muslim terhadap niat berperilaku dan perilaku dalam ketaatan terhadap prinsip-prinsip Islam dan pada akhirnya menuju sebuah gaya hidup sehat. Oleh karenanya keterkaitan Rukun Iman dengan kesehatan dapat dilihat dari dua cara; pertama Rukun Iman memperkuat penyembahan secara religius dan shalat melalui unsur psikodinamis ibadahnya dan dapat mengarahkan seseorang kepada kondisi rasa ketenangan, harapan, muatan emosi positif, dimana pada berikutnya dapat membantu perkembangan rasa keterhubungan (*sense of coherence*). Kedua, Rukun Iman menegaskan pentingnya keterlibatan secara religius dan persaudaraan dengan Muslim lainnya sehingga menciptakan lingkungan yang mendukung (*enabling environment*) untuk dukungan sosial dengan mendorong keterlibatan organisasi sosial.

G. Konsep ke Tiga: Hukum Islam

Hukum Islam meletakkan dasarnya dengan berdasar pada Al-Quran yang utama, diikuti oleh Al-Hadits. Pelaksanaannya umumnya dilakukan oleh para alim ulama atau cendekiawan

Islam yang memahami benar-benar ayat-ayat dalam Al-Qur'an, Al-Hadist, dan juga memahami tentang ilmu tafsir dari Al-Qur'an dan Al-Hadits. Ilmu Fiqh bermula di abad ke dua tahun Hijriah, saat kekuasaan Islam berkembang luas dan menghadapi beberapa masalah, dimana tidak secara eksplisit tercantum dalam Al-Quran dan Hadist Rasulullah SAW. Peraturan dibuat berdasarkan kesepakatan para ulama dan menggunakan analogi secara langsung yang mengikat. Hukum ini secara umum dikenal oleh kaum Muslim sebagai hukum *Syariah*. Ada 5 klasifikasi hukum dalam Hukum Islam, yakni Wajib, Sunnah, Mubah, Makruh dan Haram. Perbedaan diantaranya terletak pada apakah dilaksanakannya atau tidak dilaksanakannya mendapat pahala atau tidak, mendapat dosa atau tidak. Untuk mencapai atau memperoleh kesepakatan dalam pengambilan keputusan, para Ulama mengandalkan kepada apa yang dikenal dengan Ijtihad, sebuah prinsip yang memperhatikan fakta bahwa:

1. Hukum berubah seiring perubahan waktu dan tempat
2. Memilih yang paling ringan derajat kerugiannya diantara dua pilihan yang sama-sama menimbulkan kerugian
3. Melindungi kepentingan umum (umat)

Dalam situasi dimana sebuah permasalahan dalam masyarakat belum sepenuhnya jelas, semisal permasalahan kontrasepsi atau aborsi, sebelum para ulama mengeluarkan sebuah fatwa, sangatlah penting bagi ulama dan umat yang dituju untuk mengevaluasi kesimpulan yang akan diambil dalam wacana memberikan penerangan untuk kepentingan umatnya¹⁸. Keterkaitan konsep Hukum Islam dengan Rangkaian Kesehatan Islami terletak pada fakta yang menunjukkan bahwa Hukum Islam mengatur masyarakat (umat) dengan menyediakan sebuah lingkungan yang menguntungkan untuk faktor predisposisi, pemungkin dan penguat yang mempengaruhi perilaku dan gaya hidup melalui panduan-panduan secara eksplisit.

H. Meletakkan Konsep Islam ke dalam Pelaksanaan Promosi Kesehatan

Terdapat sebuah kesepakatan bersama bahwa genetik, lingkungan dan gaya hidup membentuk faktor-faktor mendasar yang menentukan status kesehatan seorang individu^{19,20}. Strategi promosi kesehatan mencoba sebisa mungkin untuk mempengaruhi berbagai faktor penentu ini untuk meningkatkan derajat kesehatan. Karena faktor-faktor penentu tersebut merupakan bagian dari berbagai bidang ilmu pengetahuan, konsep promosi kesehatan dapat

¹⁸ Y.A Al-Hibri, "Family Planning and Islamic Jurisprudence. The Religious Consultation on Population, Reproductive Health & Ethics."

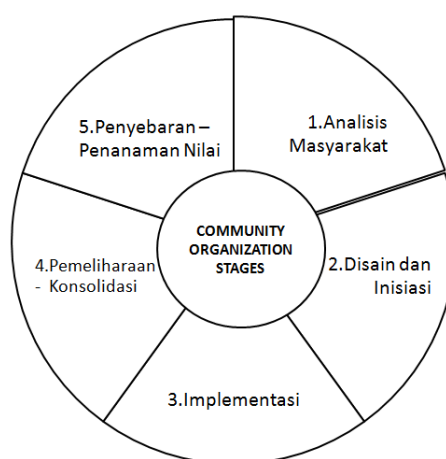
¹⁹ Kemm and Close, *Health Promotion: Theory and Practice*, hlm. 79.

²⁰ Naidoo and Wills, *Health Promotion Foundations for Practice*, hlm. 83.

dikatakan telah menyatukan beberapa kajian bidang ilmu dalam satu payung^{21,22,23}. Di tahun 1986 WHO pada konferensi pertama promosi kesehatan yang diselenggarakan, mendeklarasikan salah satu definisi promosi kesehatan yang paling komprehensif, yakni proses pemberdayaan masyarakat untuk meningkatkan kendali atas kesehatan, dan memperbaiki status kesehatannya.

Sejak itu telah banyak tulisan dan kajian mengenai promosi kesehatan dan berbagai cara untuk mendisain, merencanakan dan melaksanakan strategi promosi kesehatan. Terdapat banyak cara untuk memulai atau mengimplementasikan program promosi kesehatan. Secara garis besar cara yang dianggap sebagai yang paling sukses adalah adalah cara yang berdasarkan pada kerangka kerja secara teoritis. Terdapat cukup bukti dalam pelaksanaan promosi kesehatan yang menyarankan penggunaan kerangka teoritis untuk meningkatkan kesempatan keberhasilan dalam mencapai tujuan awal program promosi kesehatan.

Kebanyakan strategi promosi kesehatan menggunakan lebih dari satu teori didalam pengembangan sebuah rencana intervensi²⁴. Sejauh ini pembahasan telah menunjukkan kaitan antara agama dan kesehatan, menggambarkan berbagai konsep Islam berasal dari tiga konsep utama Islam yang menuju kesehatan. Namun, apa yang masih hilang adalah sebuah penguraian rinci terhadap bagaimana aplikasi nyata konsep Islam dapat berguna dan digunakan dalam implementasi teori model promosi kesehatan. Sebagai ilustrasi bagaimana konsep dan gagasan Islam dapat berintegrasi kedalam konsep dan gagasan promosi kesehatan saat ini, model Lima Tahap dari Bracht dkk digunakan sebagai kajian analisis.



²¹ Bunton and MacDonald, *Health Promotion: Disciplines and Diversity*, hlm. 112.

²² Kemm and Close, *Health Promotion: Theory and Practice*, hlm. 79.

²³ Green and Kreuter, *Health Promotion Planning: An Educational and Ecological Approach*, hlm. 149.

²⁴ Nutbeam and Harris, *Theory in a Nutshell: A Practitioner's Guide to Commonly Used Theories and Models in Health Promotion*, hlm. 68.

Gambar 2. Model Lima Tahap²⁵.

1. Analisis Masyarakat (*Community Analysis*)

Tahap pertama ini membutuhkan pemahaman dan analisa yang akurat dan komprehensif mengenai kebutuhan, sumber daya, struktur sosial dan nilai-nilai dalam masyarakat. Untuk mendorong dan memastikan disain program telah merefleksikan hal ini, tahap ini membutuhkan keterlibatan tokoh-tokoh masyarakat secara baik. Konsep Islam yang berdasar pada Al-Qur'an dan Al-Hadits merupakan titik awal dalam memahami struktur sosial dan nilai-nilai dalam sebuah masyarakat Islami. Ulama, Imam dan Ustadz adalah sumber utama bagi masyarakat dalam mempelajari Al-Qur'an dan Al-Hadist dan dengan begitu dapat ditafsirkan sebagai pemimpin Islam yang utama dalam masyarakat Islam.

Pemahaman terhadap berbagai macam konsep Islam seperti tiga konsep utama Islam (Rukun Islam, Rukun Iman dan Hukum Islam) dapat memfasilitasi sebuah analisis masyarakat yang mendalam terhadap sebuah masyarakat Islami. Ke tiga konsep utama Islam tersebut telah memunculkan terhadap konsep-konsep lain yang bervariasi, yang mana diterapkan dengan bentuk yang berbeda-beda didalam masyarakat Islami diseluruh penjuru dunia. Konsep ini meliputi *Da'wah*, *Syariah*, *Shuura*, *Hisba* dan *Waqaf* dan diantara konsep-konsep lainnya.

Da'wah contohnya, yang hakikatnya merupakan ajakan. Islam mendorong setiap umatnya untuk mengajak satu sama lainnya untuk memahami dan mengetahui apa yang baik dan apa yang buruk. Ini secara jelas diungkapkan didalam Al-Qur'an Surat At-Taubah ayat 71 yang berbunyi: “*Dan orang-orang yang beriman, lelaki dan perempuan, sebahagian mereka (adalah) menjadi penolong bagi sebahagian yang lain. Mereka menyuruh (mengerjakan) yang ma'ruf (kebaikan), mencegah dari yang munkar (keburukan), mendirikan shalat, menunaikan zakat dan mereka taat pada Allah dan Rasul-Nya. Mereka itu akan diberi rahmat oleh Allah; sesungguhnya Allah Maha Perkasa lagi Maha Bijaksana.*”

Akan tetapi hal ini bukan berarti paksaan, seperti yang tercantum pada Surat An-Nahl ayat 125: “*Serulah (manusia) kepada jalan Tuhan-mu dengan hikmah (perkataan yang tegas dan benar yang dapat membedakan antara yang hak dengan yang bathil) dan pelajaran yang baik dan bantahlah mereka dengan cara yang baik. Sesungguhnya Tuhanmu Dialah yang lebih mengetahui tentang siapa yang tersesat dari jalan-Nya dan Dialah yang lebih mengetahui orang-orang yang mendapat petunjuk.*”

²⁵ Bracht, Kingsbury, and Rissel, *A Five Stage Community Organization Model for Health Promotion*, hlm. 24.

Dalam memahami konsep Islam yang sederhana tapi sangat penting ini, seorang promotor kesehatan dapat memulai dialog dengan Muslim secara langsung pada level individu atau secara tidak langsung melalui level pimpinan. Dialog ini pada akhirnya akan menawarkan sebuah pemahaman dan analisis yang komprehensif dari sebuah masyarakat Islami untuk menyimpulkan tahap pertama dari model Lima tahap Bracht.

2. Disain - Inisiasi

Tahap kedua dari model Lima Tahap Bracht ini adalah tahap desain dan inisiasi, dimana tahap ini mengarahkan kepada pembentukan sebuah kelompok perencana inti dan menseleksi koordinator setempat. Bersamaan dengan itu, tahap ini juga meliputi pemilihan sebuah struktur organisasi dan contoh dari hal ini diberikan dalam bentuk dewan penasehat, aparat desa, koalisi, perwakilan terkemuka, jaringan informal, dan gerakan advokasi masyarakat. Dalam Islam konsep *Shuraa* adalah sebuah contoh dari struktur organisasi dalam masyarakat Islami. Konsep ini dapat dibandingkan dengan deskripsi dari koalisi atau aliansi beberapa kelompok masyarakat dan atau organisasi kesehatan²⁶. Konsep dari *Shuura* ini tidak hanya sekedar sebuah dewan penasihat atau sebuah koalisi, tetapi dalam komunitas Muslim *Shuura* diharuskan untuk bekerjasama dalam perundingan yang saling menguntungkan dan keputusan yang diambil bersifat mengikat²⁷. Oleh karenanya konsep ini menyediakan sebuah kemungkinan pintu masuk menuju tahap ke dua dari model Lima Tahap Bracht.

3. Implementasi.

Implementasi program promosi kesehatan merupakan tahap ke tiga dalam Model Lima Tahap Bracht. Dalam tahap ini, teori dan ide dirubah menjadi tindakan pemanfaatan para profesional dan sumber daya manusia lainnya didalam masyarakat sesuai perencanaan intervensi. Selama proses, sumber daya yang tersedia di masyarakat dimaksimalkan dan diadaptasi dalam batasan lokal. Konsep Islam Syariah, dimana termasuk dalam konsep hukum Islami, menawarkan panduan yang jelas dalam menghadapi berbagai macam permasalahan di dalam Islam. Bagi seorang promotor kesehatan, memahami ini akan sangat krusial dalam memastikan kesuksesan program mereka. Dengan mengetahui skala dari area intervensi didalam hukum *Syariah* (wajib, sunah, makruh, mubah dan haram) seorang promotor kesehatan dapat melengkapi dirinya sendiri dalam merancang intervensi mereka sesuai dengan sudut pandang masyarakat Islami yang dituju dan juga memastikan kesempatan yang lebih baik untuk sukses. Prinsip *Ijtihad* dalam konsep Hukum Islam yang

²⁶ Ibid., hlm. 46.

²⁷ Hussein, "The Art of Health Promotion in Islam and The Contemporary Public Health Challenges," hlm. 44.

mengacu pada fakta bahwa (1) hukum berubah seiring perubahan waktu dan tempat, (2) memilih yang paling ringan derajat kerugiannya diantara dua pilihan yang sama-sama menimbulkan kerugian, (3) melindungi kepentingan umum/umat, juga menawarkan saluran komunikasi bagi promotor kesehatan untuk membawa masuk ide-ide baru ke dalam masyarakat Islami.

4. Pemeliharaan - Konsolidasi.

Tema dari tahap ke empat Model Bracht adalah pemeliharaan program (*maintenance*) dan konsolidasi. Zakat, *Waqaf* dan *Shodaqoh* adalah konsep-konsep yang dapat ditemukan pada semua konsep utama Islam (Rukun Islam, Rukun Iman dan Hukum Islam) menyediakan pijakan yang dengannya seorang promotor kesehatan dapat menjelaskan secara rinci kepada umat untuk memastikan keberlangsungan intervensi kesehatan masyarakat. Dalam ke tiga konsep Islam ini baik struktur finansial dan struktur lainnya di masyarakat yang mendukung kepentingan umat ditangani dan dapat dieksploitasi untuk manfaat intervensi kesehatan. Contohnya adalah konsep *Waqaf*, sebuah konsep Islam dimana kaum Muslim yang mampu memeberikan sumbangan materi untuk kemaslahatan (kebaikan) masyarakat, dapat menjadi sebuah arti penting untuk memastikan dan memberikan pemasukan bagi intervensi vital dalam promosi kesehatan²⁸.

5. Penyebaran – Penilaian ulang

Yang terakhir, tahap kelima dari Model Bracht adalah penyebaran dan penilaian ulang. Pada tahap ini elemen kuncinya meliputi memperbaharui (*updating*) profil dan analisis masyarakat, dimana didalamnya melibatkan usaha pencarian peluang yang mungkin telah muncul dalam kepemimpinan, sumber daya dan hubungan organisasi di dalam masyarakat. Untuk melaksanakan aktivitas pada tahap ini, para promotor kesehatan kembali dapat menggunakan konsep *Shuura*, dimana telah dijelaskan pada tahap ke dua. Sebagai tambahan, beberapa saluran komunikasi lainnya dapat diidentifikasi didalam masyarakat Islam, diantaranya meliputi masjid dan madrasah. Masjid merupakan area yang sangat penting di dalam umat Islam, dan menyediakan sarana ideal bagi langkah penyebaran promosi kesehatan. Contohnya para kaum pria Muslim berkewajiban melaksanakan sholat Jum'at di masjid. Sholat ini dilaksanakan dalam sebuah kumpulan jama'ah dan terdapat dua khutbah selama ibadah sholat Jum'at. Khutbah yang pertama ditujukan kepada permasalahan agama, sementara di khutbah ke dua membicarakan permasalahan saat ini yang menimpa kaum

²⁸ Ibid., hlm. 58.

Muslim. Dengan mengambil keuntungan dari saluran komunikasi ini, promotor kesehatan mampu menyelesaikan intervensi promosi kesehatannya secara sukses, berdasarkan sudut pandang dari masyarakat itu sendiri terhadap kehidupan, kesehatan dan perilaku kesehatan.

I. Kesimpulan

Berdasarkan hasil kajian menunjukkan bahwa secara teoritis berbagai konsep dalam Islam sangatlah mungkin diintegrasikan dengan model pendekatan barat. Konsep integrasi ini dapat diaplikasikan untuk membantu tugas para promotor kesehatan dalam usaha pencapaian peningkatan derajat kesehatan umat secara relatif lebih efektif dan tepat sasaran. Studi ini diharapkan dapat melengkapi sebuah mata rantai yang hilang dalam merintis alternatif pendekatan strategis terkait usaha promosi kesehatan masyarakat. Penelitian lapangan lebih lanjut diperlukan untuk mengukur efektifitas dan respon masyarakat terhadap penerapan konsep Islam dalam konteks pemberdayaan kesehatan masyarakat.

REFERENSI

- Antonovsky, A. *Health, Coping and Stress. 1st Ed.* California: JosseyBass Inc, 1979.
- Bracht, N, L Kingsbury, and L Rissel. *A Five Stage Community Organization Model for Health Promotion.* California: SAGE Publication, 1999.
- Bunton, R, and G MacDonald. *Health Promotion: Disciplines and Diversity.* London: Routledge, 1992.
- E De Leeuw, and A Hussein. "Islamic Health Promotion and Interculturalization." *Health Promotion International* 14, no. 4 (1999): 347–53.
- Elson Haas M. "Nutritional Programs: Nutritional Program for Fasting." Diakses pada 14 Februari 2015. http://www.healthy.net/Health/Article/Nutritional_Program_for_Fasting/1996.
- Green, Lawrence W, and W M Kreuter. *Health Promotion Planning: An Educational and Ecological Approach.* 3rd ed. Mountain View: Mayfield Publishing Company, 1999.
- Hussein, A A. "The Art of Health Promotion in Islam and The Contemporary Public Health Challenges." MPH Thesis, University of Maastricht, 1998.
- Kemm, J, and A Close. *Health Promotion: Theory and Practice.* London: Macmillan Press LTD, 1995.
- Leon Chaitow. "Fasting: Fasting for Health and as an Anti-Aging Strategy." Di akses pada 8 Desember 2015. http://www.healthy.net/Health/Article/Fasting_for_Health_and_as_an_Anti_Aging_Strategy/496.

- Levin, Jeffrey S. "How Religion Influences Morbidity and Health: Reflections on Natural History, Salutogenesis and Host Resistance." *Social Science & Medicine*, XIVth International Conference on the Social Sciences and Medicine, 43, no. 5 (September 1996): 849–64. doi:10.1016/0277-9536(96)00150-5.
- Levin, Jeffrey S., and Harold Y. Vanderpool. "Is Frequent Religious Attendance Really Conducive to Better Health?: Toward an Epidemiology of Religion." *Social Science & Medicine* 24, no. 7 (1987): 589–600. doi:10.1016/0277-9536(87)90063-3.
- Maulana, A.O. "Islam and Health Dimension in 20th Century." University of Maastricht, 2002.
- Naidoo, J, and J Wills. *Health Promotion Foundations for Practice*. 2nd ed. Bailliere Tindal: Harcourt Publishers Limited, 2000.
- Nicola Ruck. "Child Health and Islam." *Supercourse: Epidemiology, the Internet, and Global Health*. Di akses pada 6 April 2016. <http://www.pitt.edu/~super1/lecture/lec4981/index.htm>.
- Nutbeam, D, and E Harris. *Theory in a Nutshell: A Practitioner's Guide to Commonly Used Theories and Models in Health Promotion*. Sidney: University of Sydney, Department of Public Health and Community Medicine, National Centre for Health Promotion, 1998.
- Sabini, J. *Social Psychology*. New York: Norton & Company, Inc, 1992.
- Shaikh Muhammad Saalih al-Munajjid. "Hajj - Virtues and Benefits." *Jamia Farooqia - International Islamic University*. Diakses pada 7 Mei 2015. <http://www.farooqia.com/lib/2007/10/05.php>.
- Syed Abul Ala Maududi. "The Inner Dimensions of Hajj." *Islam 101*. Diakses pada 7 Agustus 2015. <http://www.islam101.com/hajj/innerDimhajj.htm>.
- Taufik, M Tata. *Pendidikan Kesehatan Bernuansa Agama*. Serang: Rienneke Cipta, 2007.
- TSSM Propinsi Jawa Timur. "Dakwah Sanitasi, Sanitasi Total Berbasis Masyarakat." TSSM Propinsi Jawa Timur, 2009.
- Y.A Al-Hibri. "Family Planning and Islamic Jurisprudence. The Religious Consultation on Population, Reproductive Health & Ethics," Diakses pada 7 Desember 2015. http://www.religiousconsultation.org/family_planning_&_Islamic_jurisprudence_by_al_Hibri.htm.