

BAB IV

KONSEP SYIFA DALAM AL-QUR'AN DAN RELEVANSINYA DENGAN KESEHATAN MENTAL.

Kemukjizatan Al-Qur'an dalam realitas kehidupan menunjukkan eksistensi dan signifikansinya terhadap berbagai praktik manusia. Salah satunya adalah mengamalkan Al-Qur'an sebagai media penyembuhan dan terapi berbagai macam penyakit. Salah satu konsep mediasi penyembuhan yang termaktub Al-Qur'an adalah kata *asy-syifâ'*.

Konsep *syifa'* secara umum dipahami melalui kacamata teologis sebagaimana penafsiran-penafsiran yang telah ada. Makna *syifa* yang dikemukakan oleh Ibnu Qayyim sebagai persoalan hidup yaitu penyembuhan kejiwaan dari gangguan-gangguan psikis. Dalam penafsirannya beliau banyak menguraikan penyembuhan penyakit melalui metode Al-Qur'an dan sunnah. Ibnu Qayyim menyerap ayat-ayat Al-Qur'an dan Hadits sebagai dalil dalam mengemukakan metode penyembuhan berbagai penyakit kejiwaan serta disebutkan faktor-faktor yang menyebabkan timbulnya penyakit. Kemudian, pandangan M.Quraish Shihab, Al-Qur'an bukan hanya kitab hukum, Al-Qur'an mengandung visi moral luar biasa yang bahkan melampaui zaman. Salah satunya adalah mengandung perihal *syifa*(penawar/pengobatan) yang mana ketika kita mendengarkan Al-Qur'an dapat menghidupkan kembali hati, menstabilkannya, menghilangkan ketegangan dan kekacauan yang ada pada detak jantung.⁹⁶

Wacana konsep *syifa* dalam Al-Qur'an berorientasi terhadap fenomena fisiologis, spiritual, dan sosiologis.⁹⁷ Perbincangan konsep ini tidak lepas dari tiga hal tersebut, karena ketika melihat realitas teks dan konteks diperlihatkan diskusi jasmani dan rohani. Ditambah dengan penjelasan para ulama yang tidak berselisih tentang praktik Al-Qur'an digunakan untuk penyembuhan bagi penyakit ruhani

⁹⁶Abduldaem Kaheel, *Al-Qur'an The Healing Book, II* (Jakarta: Tarbawi Press, 2011), 5.

⁹⁷Gista Naruliya Siswanti, Eksistensi Dan Konsep *Syifa'* Dalam Tafsir Fakhruddin Al-Razi, *Al-Mada: Jurnal Agama, Sosial, Dan Budaya* 2 (2), 2019. 2, <https://doi.org/10.31538/almada.v2i2.330>.

atau kejiwaan. Namun demikian, sebagaimana telah dijelaskan terdapat perselisihan terhadap praktik Al-Qur'an bagi penyakit fisik.⁹⁸ Perihal syifa bahwa Allah Yang Maha Tinggi menurunkan dari Al-Qur'an apa yang orang-orang percaya sebagai “kesembuhan, ketenteraman dan rahmat bagi jiwa mereka dan menyelamatkan mereka dari kebingungan dan kerumitan, dan ini berbeda dengan para penindas yang semakin keras kepala karena dari kejahatan lipatan yang mereka bangun, dan dengan demikian meningkatkan kerugian”.⁹⁹

Syifa' secara bahasa merupakan bentuk isim mashdar شفاء dari fiil madhi شفّى yang memiliki arti sembuh, menyembuhkan, mengobati.¹⁰⁰ M. Quraish Shihab memberikan pandangan bahwa kata syifa memiliki arti kesembuhan atau obat, dan digunakan juga dalam pengertian keterbatasan dari kekurangan, atau ketiadaan arah dalam memperoleh manfaat.¹⁰¹ Dalam kitab *Lisan al-Lisan* diungkapkan bahwa syifa adalah obat yang dikenal/dipahami dan menyembuhkan dari rasasakit.¹⁰² Kemudian Muhammad Idris memberikan arti kata syifa dengan kesembuhan dan sebagai obat.¹⁰³

Term penyembuhan atau pengobatan dalam tatanan bahasa Arab terdapat kata selain syifa, yaitu kata *dawa'*, *thib*, dan *'ilaj*. Kata *dawa'* bermakna ke arah obat, pengobatan, dan perihal metode pengobatan. Pengertian *dawa'* adalah tentang persoalan badaniyah atau fisik dan memiliki relasi dengan kata *thib*. *Thib* sendiri memiliki makna umum sebagai penyembuhan dan pengobatan, pada praksisnya kata ini digunakan kepada dua bentuk penyakit yaitu terkait rohaniyah dan jasmaniyah. Kemudian kata *'ilaj* memiliki padanan yang sama dengan kata

⁹⁸Hidayah and Firdausi, *Redefining The Meaning of Asy-Syifa' In The Qur'an As Qur'anic Healing In Pshysical Ailments*.

⁹⁹ Muhammad Izzat Darwazah, *Tafsirul Hadits: Tartibulas Suwar Hasb An-Nuzuli*, jilid II (Beirut: Darul Ghorbi Al-Islami, 2000), 423.

¹⁰⁰Ahmad Warson Munawwir, *Kamus Al-Munawwir* (Yogyakarta: Pustaka Progressif, 1997), 731

¹⁰¹ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan, Dan Keserasian Al-Qur'an*, jilid IV (Tangerang: Lentera Hati, 2005), 532.

¹⁰²Abu al-Fadl Jamaluddin, *Lisan Al-Lisan* (Beirut: Daar al-Kutub Ilmiah, t.h.), 863.

¹⁰³ Muhammad Idris Abdurrauf Marbawi, *Kamus Idris Al-Marbawi* (Bandung: Ma'arif, 1986), 323.

thib, bermakna perihai badaniyah dan ruhaniyah, tetapi term ini lebih condong kepada persoalan nafsiyah/kejiwaan.

Dan disini penulis menemukan bahwa konsep Syifā' itu sendiri sebagai obat atau penawar bagi penyakit ruhani dan jasmanai pada surah Yunus ayat 57 menurut Ibnu 'Asyur Al Al-Lusi, berikut adalah teksnya:

يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَتْكُمْ مَوْعِظَةٌ مِّن رَّبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِّمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ
لِّلْمُؤْمِنِينَ

Wahai manusia, sungguh telah datang kepada kamu pengajaran dari Tuhan kamu dan suatu obat bagi apa yang ada dalam dada, dan petunjuk dan rahmat bagi orang-orang yang beriman. (Q.S. Yunus [10]: 57)

A. Penafsiran Ibnu 'Asyur Q.S Yunus ayat 57

يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَتْكُمْ مَوْعِظَةٌ مِّن رَّبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِّمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ
لِّلْمُؤْمِنِينَ

Wahai manusia, sungguh telah datang kepada kamu pengajaran dari Tuhan kamu dan suatu obat bagi apa yang ada dalam dada, dan petunjuk dan rahmat bagi orang-orang yang beriman. (Q.S. Yunus [10]: 57)

Al-Qur'an merupakan pedoman hidup bagi umat manusia khususnya bagi umat muslim yang memberitakan kabar gembira bagi orang yang beriman, dan kabar siksa bagi orang yang ingkar. Namun jika ditinjau dari segi lain, ternyata Al-Qur'an juga dapat menyembuhkan segala macam penyakit. Didalam sebuah kisah, Imam Abu Qasim Qushairi ra. berkata: "seorang di antara anakku jatuh sakit sehingga dia hampir meninggal. Di waktu itu aku bermimpi bertemu Rasulullah saw. Baginda bersabda : [Mengapa kamu tidak ambil manfaat dari ayat-ayat syifa'?" mengapa kamu tidak mengamalkan ayat-ayat itu dan memohon (kepada Allah swt.) untuk disembuhkan"

Ibnu ‘Asyur berpendapat terhadap sesuatu yang telah datang dan sampai kepada mereka itu adalah Al-Qur’an yang telah diturunkan dan dibacakan kepada mereka. Pada ayat di atas diungkapkan dengan empat sifat dan cirinya, yaitu; pertama, Al-Qur’an sebagai nasihat dan pelajaran; kedua, penyembuh dari segala penyakit hati atau jiwa; ketiga, sebagai petunjuk (hudan); dan keempat, sebagai rahmat bagi orang-orang yang beriman.¹⁰⁴

Ayat diatas menegaskan fungsi Al-Qur’an: pengajaran, obat, petunjuk serta rahmat. Thahir Ibn ‘Asyur mengemukakan bahwa ayat ini memberi perumpamaan tentang mental manusia dalam kaitannya dengan kehadiran Al-Qur’an. Ulama itu memberi ilustrasi lebih kurang sebagai berikut. Seseorang yang sakit adalah yang tidak stabil kondisinya, timpang keadaannya lagi lemah tubuhnya. Ia menanti kedatangan dokter yang dapat memberinya obat guna kesembuhannya. Sang dokter tentu saja perlumemberi peringatan kepada pasien ini menyangkut sebab-sebab penyakitnya dan dampak-dampak kelanjutan penyakit itu, lalu memberinya obat guna kesembuhannya, kemudian memberinya petunjuk dan saran tentang cara hidup sehat agar kesehatannya dapat terpelihara sehingga penyakit yang dideritanya tidak kambuh lagi. Nah, jika yang bersangkutan memenuhi tuntunan sang dokter, niscaya ia akan sehat, sejahtera dan hidup bahagia serta terhindar dari segala penyakit. Dan itulah rahmat yang sungguh besar.¹⁰⁵

Kalau kita menerapkan secara berurutan keempat fungsi Al-Qur’an yang disebut di atas, maka dapat dikatakan bahwa pengajaran Al-Qur’an pertama kali menyentuh hati yang masih diselubungi oleh kabut keraguan dan kelengahan serta aneka sifat kekurangan. Dengan sentuhan pengajaran itu, keraguan berangsur sirnah dan berubah menjadi keimanan, kelengahan beralih sedikit demi sedikit menjadi waspadaan. Demikian dari saat ke saat, sehingga ayat-ayat Al-Qur’an menjadi obat bagi aneka penyakit-penyakit ruhani, dari sini, jiwa seseorang akan menjadi lebih siap meningkat dan meraih petunjuk tentang pengetahuan yang

¹⁰⁴ Ibnu ‘asyur *At Tahrir Wa At tanwir* juz 11, 201

¹⁰⁵ Ibnu ‘asyur *At Tahrir Wa At tanwir* juz 11, 202

benar dan makrifat tentang tuhan. Ini membawa kepada lahirnya akhlak luhur, amal-amal kebajikan yang mengantar seseorang meraih kedekatan kepada Allah swt. dan ini, pada gilirannya nanti, mengundang aneka rahmat yang puncaknya adalah surga dan ridha Allah swt¹⁰⁶.

Pada ayat ini, Allah Swt. berseru kepada sekalian manusia bahwa kepada mereka telah didatangkan Al-Qur'an melalui rasul-Nya. Di dalamnya terkandung pedoman-pedoman hidup yang sangat berguna bagi kehidupan mereka. Dalam ayat ini disebutkan pedoman-pedoman hidup itu, sebagai jawaban atas keingkaran mereka terhadap ayat-ayat Allah swt. dan ancaman-ancaman-Nya. Ayat ini menyimpulkan fungsi Al-Qur'an Alkarim dalam memperbaiki mental manusia di antaranya: sebagai:

(1) Pelajaran dari Allah swt. kepada seluruh manusia agar mereka mencintai yang hak dan benar, serta menjauhi perbuatan yang batil dan jahat, pelajaran ini harus betul-betul dapat terwujud dalam perbuatan mereka.

(2) Penyembuh bagi penyakit yang bersarang di dada manusia, seperti penyakit syirik, kufur, dan munafik, termasuk pula semua penyakit mental yang mengganggu ketentraman mental manusia. Seperti putus harapan, lemah pendirian, memperturutkan hawa nafsu, menyembunyikan rasa hasad dan dengki terhadap manusia, perasaan takut dan pengecut, mencintai kebatilan dan kejahatan, serta membenci kebenaran dan keadilan.

(3) Petunjuk ke jalan yang lurus yang menyelamatkan manusia dari keyakinan yang sesat dengan jalan membimbing akal dan perasaannya agar berkeyakinan yang benar dengan memperhatikan bukti-bukti kebenaran Allah Swt. Serta membimbing mereka agar giat beramal, dengan jalan mengutamakan kemaslahatan yang akan mereka dapati dari amal yang ikhlas serta menjalankan aturan hukum yang berlaku, mana perbuatan yang boleh dilakukan dan mana perbuatan yang harus dihindari.

¹⁰⁶ M. Quraish Shihab, *Tafsir al-Misbah: Pesan, Kesan dan keserasian Al-Quran*, 102

Karunia Allah swt. yang diberikan kepada orang-orang mukmin, yang dapat mereka petik dari petunjuk-petunjuk yang terdapat dalam Al-Qur'an. Orang-orang mukmin yang meyakini dan melaksanakan petunjuk-petunjuk yang terdapat dalam Al-Qur'an akan merasakan buahnya. Mereka akan hidup tolong-menolong, sayang menyayangi, bekerja sama dengan menegakkan keadilan, menumpas kejahatan dan kekejaman, serta saling bantu membantu untuk memperoleh kesejahteraan.

Analisa penulis ayat ini menegaskan bahwa Al-Qur'an adalah obat bagi apa yang terdapat dalam dada penyebut kata dada yang diaktifkan dengan hati, menunjukkan bahwa Wahyu-Wahyu Ilahi itu berfungsi menyembuhkan penyakit-penyakit rohani seperti ragu, dengki, takabur dan sebagainya. Memang, oleh Al-Qur'an hati ditunjukkan sebagai wadah yang menampung rasa cinta dan benci, berkehendak dan menolak, bahkan hati dinilai sebagai alat untuk mengetahui. Hati juga yang mampu melahirkan ketenangan dan kegelisahan serta menampung sifat-sifat baik dan terpuji.

Fakhrudin Ar-Razi menyatakan pada surat Yunus ayat 57 bahwasanya Allah memberikan sifat Al-Qur'an dengan empat macam yaitu: Pertama, keberadaan Al-Qur'an sebagai mauidzah atau pelajaran dari Allah. Kedua, Al-Qur'an sebagai Syifā' atau obat terhadap penyakit hati. Ketiga Al-Qur'an sebagai hudan atau petunjuk. Keempat Al-Qur'an sebagai rahmat bagi orang-orang yang beriman.¹⁰⁷

Empat pembagian sifat Al-Qur'an di atas tidak ada masalah, namun ketika beranjak pada persoalan penyakit yang besarang pada subtansi ruh sebagai penyakit terberat dan membutuhkan seorang dokter khusus merupakan permasalahan yang patut dikaji dan dicermati secara mendalam.

Menurut Ar-Razi arwah itu hakikatnya bermacam-macam. Di antaranya ada yang suci bersinar, ada yang jelek menyasatkan, ada yang terang, ada yang rusak, ada yang baik ada yang hina. Sedangkan jasad dapat dipahami sebagai

¹⁰⁷ Fakhrudin Ar-Razi *Mafatih Al-gaib* Jilid 9 Juz 17, 121.

segala sesuatu sebagai jasadiyah maupun badaniah. Hubungan keduanya itu, digambarkan sebagai bentuk keterkaitan yang lebih mengarah pada nilai-nilai jasadiyah, mulai dorongan psikologis yang menekan pada ruh untuk berada pada posisi jasad sehingga substansi ruh dapat merasakan bentuk kenikmatan dan keindahannya melalui perantara panca indra. Sehingga hal ini dinyatakan sebagai penyakit yang sangat berat, demikian pula yang terjadi pada akal. Dimana akal itu sendiri pada substansinya adalah dapat digunakan untuk mengetahui hakikat ruh. Dengan hubungan kemesraan jasadiyah ini, maka dapat menjadi sebab tercapainya suatu akidah yang salah dan akhlak yang tercela pada substansi ruh.

Oleh karenanya, sudah barang tentu sangat membutuhkan seorang dokter yang cerdas, karena seorang yang penyakitnya sudah berat, kemudian tidak ada seorang dokter yang cerdas menanganinya atau menyembuhkannya maka akan besar kemungkinan akan terjadi kematian. Akan tetapi apabila di bawaan seorang dokter yang cerdas yang menanganinya kemudian fisik juga bisa menerimanya, maka besar kemungkinan dapat memperoleh kesehatan.¹⁰⁸

Konsep Syifā' pada Q.S. Yunus Ayat 57 menurut Ar Razi dengan empat langkah sebagai berikut: *Pertama, Mauizah* (pencegahan atau anjuran) mencegah dari perbuatan yang mendatangkan sakit. *Kedua, Syifā'* (penyembuhan), jalan memberikan obat untuk membersihkan batin seperti mensucikan kerusakan akidah dan akhlak tercela untuk menampakkan kebersihan dan kesehatan pada jiwa. *Ketiga, Hudan* (pencerahan atau petunjuk), hal ini tidak bisa diperoleh kecuali setelah melewati tahapan syifā' karena substansi ruh atau jiwa itu hanya menerima yang. *Keempat, Rahmah* (pengembangan anugrah atau kenikmatan), hal ini adalah proses penyembuhan dari berbagai penyakit yang dikenal sebagai an-nubuwwah.¹⁰⁹

M. Quraish Shihab Menguraikan ayat diatas yaitu wahyu yang diturunkan kepada Nabi Muhammad saw., terhadap mereka, setelah bukti kebenaran Al-Qur'an dipaparkan bahkan ditantang, kini kepada semua manusia, ayat ini

¹⁰⁸ Fakhruddin Ar-Razi *Mafatih Al-gaib*, Jilid 9, Juz 17, 121.

¹⁰⁹ Fakhruddin Ar-Razi, *jilid 9*, 121

menyampaikan fungsi wahyu yang merekaingkari dan lecehkan itu. Hai seluruh manusia, di mana dan kapan pun sepanjang masa, Sadarilah bahwa sesungguhnya telah datang kepada kamu semua pengajaran yang sangat Agung dan bermanfaat dari Tuhan pemelihara dan pembimbing kamu yaitu Al-Qur'an al-karim dan obat yang sangat ampuh bagi apa yakni penyakit penyakit kejiwaan yang terdapat dalam dada yakni hati manusia dan petunjuk yang sangat jelas menuju kebenaran dan kebajikan serta rahmat yang amat besar lagi melimpah bagi orang-orang Mukmin.¹¹⁰

M. Quraish Shihab Menerapkan 4 (empat) konsep syifa' yaitu al-Qur'an mengajarkan pertama kali yang menyentuh hati, dengan sentuhan pengajaran dari Al-Qur'an, sehingga ayat-ayat Al-Qur'an menjadi obat bagi aneka penyakit-penyakit ruhani. Dari sini, jiwa seseorang akan menjadi lebih siap meningkat dan melalui petunjuk tentang pengetahuan yang benar dan ma'rifat tentang Tuhan. Dan pada gilirannya nanti, mengundang aneka rahmat yang puncaknya adalah surga dan ridha Allah swt.¹¹¹

B. Penafsiran al-Alusi Surah Yunus Ayat 57

Menurut al-Alusi, ia melihat kecenderungan jiwa manusia akan kebenaran, menerima dan mengikutinya. Berkata Abu Hayan, sesungguhnya Allah memberikan petunjuk atas *uluhiyah*, yaitu agar meng-Esa-kan Allah dalam segala bentuk ibadah dengan sikap dan perbuatan yang hanya semata-mata mencari ridha-Nya dan menyebutkan kebenaran atas kenabian dan mengarahkan kepada Al-Qur'an.¹¹² Sebagaimana imam ath-Thabari¹¹³ membuatnya khusus untuk orang Quraisy dalam lafaz *mauizah* (nasehat), berupa peringatan-peringatan yang dapat melembutkan hati berupa pahala dan siksa. Dikatakan lafaz syifa' adalah penyembuh obat yang dikombinasikan dengan lafaz *asyfih* dan kalimat syifa' yang dikumpulkan atas

¹¹⁰ M. Quraish Shihab, Jilid 6, 102

¹¹¹ M. Quraish Shihab,

¹¹² Al-Alusi, *Ruhul Al-Ma'ani*, juz 11, 182

¹¹³ Al-Alusi, *Ruhul Al-Ma'ani*, juz 11, 182. Lihat juga, Thabari dalam tafsirnya jilid 12. 193

kalimat asyfihi, maka gabungannya adalah asyāfi yang terjadi kesembuhan lebih dari sekali.

Sedangkan lafaz *al-Hudā* artinya petunjuk yang diketahui dari apa-apa yang dilaluinya dan ini terjadi lebih dari satu kali dan berulang-ulang sedang lafaz rahmah adalah ihsan, kebaikan atau kehendaknya, sifat keduanya yang melekat kepada orang yang taat.¹¹⁴

Dijelaskan juga telah datang kepada umat Islam yaitu kitab Al-Qur'an, kumpulan faidah-faidah yang mengungkap tentang keadaan-keadaan, perbuatan-perbuatan baik dan buruk, mencintai pada yang pertama dan mencegah dari yang lain dan penjelas bagi pengetahuan-pengetahuan yang benar, menjadi penyembuh bagi penyakit hati, ragu-ragu dan petunjuk kepada jalan dan aqidah yang benar bagi jiwa dan rahmat bagi orang mukmin yang selamat dari kegelapan, jauh dari kekufuran dan kesesatan kepada cahaya iman terlepas dari api neraka dan mencapai surga. Sebagian *Al-Muḥaqqiq* yang menegaskan bahwa isyārat itu kesembuhan bagi jiwa manusia dengan tingkatan-tingkatan kesempurnaan bagi siapa yang berpegang pada Al-Qur'an, dan dia akan meraih kemenangan salah satunya dengan:

- a. Disiplin diri, dari perbuatan buruk yang dilakukan dan ini isyārat mauizah, petunjuk berupa nasehat yang didalamnya ada teguran-teguran dari maksiat
- b. Disiplin batin, *takhalli*, menghindari dari keyakinan yang rusak dari sifat-sifat buruk dan fasiq yang melekat padanya keburukan dan ini sebagai isyārat syifā' dalam hati.
- c. *Tahallī*, menghiasi, mengisi jiwa dengan keyakinan yang benar dan akhlak yang luhur dan ini tidak tercapai kecuali dengan petunjuk
- d. *Tajallī*, perwujudan akhlak yang mulia, hasil dari cahaya *ma'rifatullah* berupa rahmat *illahiyah* dan mereka menjadi insan kamil,

¹¹⁴ Al-Alusi, *Ruhul Al-Ma'ani*, juz 11, 182. Lihat juga dalam usul, mencegah tanpa wau dan terbukti dari lafaz *min* dalam tafsir *abī al-Su'ud* jilid 4, 155.

jiwa yang sempurna yang siap-siap menuju hasil kesempurnaan lahir dan batin.

Imam al-Alusi mengatakan: *al-Muwaizah isyārat* merupakan nasehat pembersihan diri dari akhlak-akhlak yang tercela dan menjadi kesembuhan bagi jiwa dari keyakinan yang rusak dan tercela dengan mengikuti *hudā*, petunjuk kepada kebenaran dengan hati yang membenarkannya. Rahmah merupakan kesempurnaan jiwa yang muncul atasnya, yaitu kenabian dan kepemimpinan.¹¹⁵ Dengan bahasa lain harus berurutan tingkatan-tingkatan yang harus dilalui ketika *tazkiyyatun nafs*.¹¹⁶ Lafaz *muwaizah* dalam susunan kalimatnya berbentuk *naqirāh*, umumnya dibaca *tafḥim* (tebal), bahwa *hudā* dengan makna dalil-dalil yang mutlak menunjukkan makna umum dengan kekhususannya yaitu kepada orang yang beriman, sebagaimana firman Allah *hudā lill-Muttaqīn* (Q.S. al-Baqarah [2]: 2).

Oleh karenanya, Al-Qur'an merupakan nasehat yang didalamnya tarḥīb (bentuk penyampaian hukuman dan ancaman atas sesuatu yang dilanggar) dan tarḡīb (memotifasi diri) untuk melakukan, mencintai kebaikan, ikhlas dengan harapan pahala disisi Allah atau nasehat berupa teguran dari melakukan maksiat dengan diiringi menakut-nakuti sebagai dasar penjelasan lafaz *muwaizah*, dan sebagai teguran bagi jiwa dari penyakit-penyakit yang merusak kehancuran, kebodohan dan ragu-ragu, syirik. Untuk itu perlu seorang mursyid, pembimbing yang menjelaskan apa-apa yang pantas dan apa-apa yang tidak pantas dalam meraih keselamatan dan kemenangan agar mendapat nikmat yang kekal.

Perjelasan al-Jalāludin as-Suyūṭī¹¹⁷ pada ayat tersebut di atas, bahwa Al-Qur'an menyembuhkan¹¹⁸ penyakit fisik sebagaimana menyembuhkan dari

¹¹⁵ Tafsir ar-Rozī jilid 17, 117

¹¹⁶ Alifiah Laila Afiyatin, Ruqyah Sebagai Pengobatan Berbasis Spiritual Untuk Mengatasi Kesurupan", *HIBAH: Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam*, 16 (2), 2019, 224.

¹¹⁷ *al-Iklīlu fī-Istnabāt at-Tanazīl*, 148

¹¹⁸ Al-Alusi, *Ruhul Al-Ma'ani*, juz 11, 184.

penyakit hati. Ibnu Mardawīh dari Abī Sa'īd khurdī berkata: telah datang kepada Nabi Saw, maka dia berkata: “Sesungguhnya aku mengeluhkan dadaku sakit, maka Rasulullah Saw berkata: Bacalah Al-Qur'an, bahwa Allah berfirman kesembuhan bagi penyakit didalam jiwa”. Pada riwayat Baihaqi dalam asy'uub dari Wāṣilāh bin al-Asyqa' bahwa seorang laki-laki mengeluh kepada Nabi Saw. yang sakit tenggorokannya, maka Nabi berkata: “Bacalah olehmu Al-Qur'an”.

Keadaan itu tidak dapat disangkal, hadis yang pertama yang nampak jelas dari yang dimaksud, namun makna yang tersirat adalah bahwa Rasulullah melihat di dalam jiwa, dada laki-laki tersebut yang sakit disebabkan sakit fisiknya. Maka Rasulullah memerintahkan kepada laki-laki tersebut agar membaca Al-Qur'an untuk menghilangkan rasa sakitnya, baik laki-laki yang pertama dan laki-laki yang kedua tidak ada pengecualian antara penyakit yang satu dengan penyakit lainnya karena sama-sama diperintahkan untuk membaca Al-Qur'an. Hal yang demikian itu bisa dilihat bahwa pada penyakit hati kadang-kadang terjadi karena sebab penyakit fisiknya.

C. Perbandingan Konsep Syifa perspektif Ibnu 'Asyur dan Imam Al Alusi

Ibnu Asyur dalam tafsirnya Al Tahrir Wa At Tanwir mengemukakan pendapat bahwa syifa sesuatu yang telah datang dan sampai kepada mereka itu adalah Al-Qur'an yang telah diturunkan dan dibacakan kepada mereka. Pada ayat di atas diungkapkan dengan empat sifat dan cirinya, yaitu; pertama, Al-Qur'an sebagai nasihat dan pelajaran; kedua, penyembuh dari segala penyakit hati atau jiwa; ketiga, sebagai petunjuk (hudan); dan keempat, sebagai rahmat bagi orang-orang yang beriman.

Analisa penulis ayat ini menegaskan bahwa Al-Qur'an adalah obat bagi apa yang terdapat dalam dada penyebutan kata dada yang diaktifkan dengan hati, menunjukkan bahwa Wahyu-Wahyu Ilahi itu berfungsi menyembuhkan penyakit-penyakit rohani seperti ragu, dengki, takabur dan semacamnya. Memang, oleh Al-Qur'an hati ditunjukkan sebagai wadah yang menampung rasa cinta dan benci, berkehendak dan menolak, bahkan hati dinilai sebagai alat untuk mengetahui. Hati

juga yang mampu melahirkan ketenangan dan kegelisahan serta menampung sifat-sifat baik dan terpuji.

Dan ayat ini menyimpulkan fungsi Al-Qur'an Alkarim dalam memperbaiki mental manusia di antaranya: sebagai (1) Pelajaran dari Allah swt. kepada seluruh manusia agar mereka mencintai yang hak dan benar, serta menjauhi perbuatan yang batil dan jahat, pelajaran ini harus betul-betul dapat terwujud dalam perbuatan mereka. (2) Penyembuh bagi penyakit yang bersarang di dada manusia, seperti penyakit syirik, kufur, dan munafik, termasuk pula semua penyakit mental yang mengganggu ketentraman mental manusia. Seperti putus harapan, lemah pendirian, memperturutkan hawa nafsu, menyembunyikan rasa hasad dan dengki terhadap manusia, perasaan takut dan pengecut, mencintai kebatilan dan kejahatan, serta membenci kebenaran dan keadilan. (3) Petunjuk ke jalan yang lurus yang menyelamatkan manusia dari keyakinan yang sesat dengan jalan membimbing akal dan perasaannya agar berkeyakinan yang benar dengan memperhatikan bukti-bukti kebenaran Allah Swt.

Sedangkan Imam Al Alusi dalam tafsirnya *Ruh Al-Ma'ani* menerangkan bahwa kecenderungan jiwa manusia akan kebenaran Sebagaimana imam ath-Thabari¹¹⁹ membuatnya khusus untuk orang Quraisy dalam lafaz *mauizah* (nasehat), berupa peringatan-peringatan yang dapat melembutkan hati berupa pahala dan siksa. Dikatakan lafaz syifa' adalah penyembuh obat yang dikombinasikan dengan lafaz *asyfih* dan kalimat syifa' yang dikumpulkan atas kalimat asyfih, maka gabungannya adalah asyafi yang terjadi kesembuhan lebih dari sekali.

Sedangkan lafaz *al-Hudā* artinya petunjuk yang diketahui dari apa-apa yang dilaluinya dan ini terjadi lebih dari satu kali dan berulang-ulang sedang lafaz rahmah adalah ihsan, kebaikan atau kehendaknya, sifat keduanya yang melekat kepada orang yang taat.

¹¹⁹ Al-Alusi, *Ruhul Al-Ma'ani*, juz 11, 182. Lihat juga, Thabari dalam tafsirnya jilid 12. 193

Dan kesembuhan bagi jiwa manusia dengan tingkatan-tingkatan kesempurnaan bagi siapa yang berpegang pada Al-Qur'an, dan dia akan meraih kemenangan salah satunya dengan tingkatan-tingkatan tazkiyatun nufus.

Analisis penulis pada ayat ini menerangkan bahwa al Qur'an menyembuhkan penyakit fisik sebagaimana Al-Qur'an menyembuhkan penyakit hati. Dan yang demikian itu bisa dilihat bahwa pada penyakit hati kadang-kadang terjadi karena sebab penyakit fisiknya.

D. Fungsi Al-Qur'an Sebagai Syifa

Allah SWT dengan tegas menyebutkan bahwa Al-Qur'an adalah *asy-syifâ'*, yang berarti "penyembuh," bukan sekadar *ad-dawâ'* (obat). Penegasan ini ditemukan dalam tiga ayat Al-Qur'an yang berbeda, yaitu dalam Q.S Al-Isra' ayat 82, Q.S Fushshilat ayat 44, dan Q.S Yunus ayat 57.

Dalam Q.S Al-Isra' ayat 82, Allah berfirman: Dan Kami turunkan dari Al-Qur'an sesuatu yang menjadi *asy-syifâ'* dan rahmat bagi orang-orang yang beriman, dan Al-Qur'an itu tidaklah menambah kepada orang-orang yang zalim selain kerugian.(Q.S Al-Isra; ayat 82)

Ayat ini menegaskan bahwa Al-Qur'an berfungsi sebagai penyembuh (*asy-syifâ'*) dan rahmat bagi orang yang beriman. Namun, bagi mereka yang zalim, Al-Qur'an hanya akan menambah kerugian. Penegasan ini menunjukkan bahwa fungsi penyembuhan Al-Qur'an adalah khusus bagi mereka yang menerima dan mengamalkannya dengan penuh keimanan.

Selain itu, dalam Q.S Fushshilat ayat 44 dan Q.S Yunus ayat 57, Allah juga menggunakan istilah *asy-syifâ'* untuk menggambarkan fungsi Al-Qur'an sebagai penyembuh. Istilah ini, yang berarti penyembuh atau obat, disebutkan hanya empat kali dalam Al-Qur'an, di mana satu merujuk pada khasiat madu dan tiga lainnya menegaskan khasiat Al-Qur'an sebagai penyembuh spiritual.

Rasulullah SAW juga menguatkan konsep ini melalui sabdanya, "Hendaklah kalian menggunakan *syifa-ain* (dua kesembuhan), yaitu madu dan Al-

Qur'an” (HR. Hakim, dishahihkan oleh Imam adz-Dzahabi dan Imam al-Albani dari Abdullah bin Mas'ud ra). Hadis ini menunjukkan bahwa Al-Qur'an dan madu keduanya memiliki peran sebagai penyembuh, tetapi Al-Qur'an memiliki dimensi penyembuhan yang lebih luas, mencakup aspek spiritual dan mental.

Istilah *asy-syifâ'* dalam konteks Al-Qur'an menggambarkan fungsi Al-Qur'an dalam memberikan penyembuhan spiritual dan mental. Ini berarti Al-Qur'an memiliki kemampuan untuk menyembuhkan berbagai penyakit hati dan jiwa, seperti keraguan, kekhawatiran, dan ketidakbahagiaan. Penyembuhan ini tidak hanya bersifat fisik tetapi juga melibatkan aspek emosional dan spiritual dari kehidupan manusia. Dengan demikian, penekanan Allah SWT dan Rasulullah SAW pada fungsi Al-Qur'an sebagai *asy-syifâ'* menegaskan bahwa Al-Qur'an bukan hanya sekadar teks agama tetapi juga sumber utama penyembuhan bagi berbagai aspek kehidupan manusia, terutama dalam mengatasi gangguan jiwa dan spiritual. Ini menegaskan kedalaman dan kekuatan Al-Qur'an dalam mempengaruhi dan memperbaiki kondisi spiritual dan mental umat manusia¹²⁰

Banyak orang beranggapan bahwa Al-Qur'an hanya berfungsi sebagai penyembuh untuk penyakit ruhani atau spiritual dan tidak mempengaruhi terapi penyakit jasmani. Namun, pemahaman ini perlu diperluas. Imam Ibnul Jauzi dalam kitab tafsirnya *Zadul Masir* mengemukakan bahwa Al-Qur'an mengandung tiga jenis kesembuhan. Pertama, kesembuhan dari kesesatan, karena Al-Qur'an memberikan petunjuk hidup yang benar, menyembuhkan manusia dari kesesatan ideologis dan spiritual. Kedua, kesembuhan dari penyakit melalui keberkahan yang terkandung di dalam Al-Qur'an. Ini berarti bahwa membaca dan mengamalkan ajaran Al-Qur'an dapat memberikan manfaat kesehatan yang positif, tidak hanya pada tingkat spiritual tetapi juga fisik. Ketiga, kesembuhan dari kebodohan, karena Al-Qur'an menjelaskan berbagai kewajiban dan hukum yang diperlukan untuk kehidupan manusia, sehingga dapat mengatasi kebodohan dalam berbagai aspek kehidupan.

¹²⁰Ali bin Sulaiman Ar-Rumaikhan, *Fiqh Pengobatan Islami, Terj. Tim Al-Qowam* (Solo: Pustaka Al-Qowam, 2008), 23

Dalam *Q.S Asy-Syu'ara'* ayat 80, Allah SWT berfirman, “Dan apabila aku sakit, Dialah Yang menyembuhkan aku.” Ayat ini menunjukkan bahwa Allah SWT adalah penyembuh utama dan juga dapat memberikan kesembuhan dari penyakit jasmani melalui izin-Nya. Selain itu, dalam *Q.S An-Nahl* ayat 69, Allah SWT juga merujuk pada terapi fisik melalui madu dengan firman-Nya: “Kemudian makanlah dari tiap-tiap (macam) buah-buahan dan tempuhlah jalan Tuhanmu yang telah dimudahkan (bagimu). Dari perut lebah itu ke luar minuman (madu) yang bermacam-macam warnanya, di dalamnya terdapat obat.”

Ayat ini menunjukkan bahwa Al-Qur'an memberikan indikasi tentang terapi untuk penyakit fisik, dengan madu sebagai contoh konkret dari *asy-syifâ'* atau terapi fisik. Dengan demikian, Al-Qur'an berfungsi sebagai sumber kesembuhan baik untuk penyakit ruhani maupun jasmani. Kesembuhan ruhani meliputi penyembuhan dari kesesatan dan kebodohan, sementara kesembuhan jasmani dapat dicapai melalui praktik dan terapi yang disarankan dalam Al-Qur'an, seperti penggunaan madu sebagai obat. Penjelasan ini menunjukkan bahwa Al-Qur'an adalah panduan komprehensif yang mencakup berbagai aspek kesehatan dan kesejahteraan manusia

Perdana Akhmad menjelaskan bahwa konsep terapi dalam dunia kesehatan dan psikologi bukanlah hal yang asing. Dalam konteks Al-Qur'an, istilah *asy-syifâ'* (terapi) mengacu pada pengobatan dan penyembuhan. Menurut Gusti Abdur Rahman, *asy-syifâ'* berarti pengobatan dan penyembuhan, sedangkan dalam bahasa Arab, istilah terapi sepadan dengan kata *al-isyitisyfâ'*, yang berasal dari akar kata *syafa-yashfi* yang berarti penyembuhan.

Dalam Al-Qur'an, posisi Al-Qur'an sebagai terapi ditegaskan dalam *Q.S Al-Isra'* ayat 82: “Dan Kami turunkan dari Al-Qur'an sesuatu yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman, dan Al-Qur'an itu tidaklah menambah kepada orang-orang yang zalim selain rugi.” Ayat ini menunjukkan bahwa Al-Qur'an berfungsi sebagai penawar atau terapi yang memberikan rahmat dan penyembuhan bagi mereka yang beriman. Namun, bagi orang-orang yang zalim, Al-Qur'an hanya akan menambah kerugian.

Terapi bisa diperuntukan untuk obat fisik maupun psikis. Kata *AsySyifâ'* sebagai obat fisik, termaktub dalam Al-Qur'ân, Q.S. An-Nahl/16: 69, "Kemudian makanlah dari tiap-tiap (macam) buah-buahan dan tempuhlah jalan Tuhanmu yang telah dimudahkan (bagimu). Dari perut lebah itu ke luar minuman (madu) yang bermacam-macam warnanya, di dalamnya terdapat obat yang menyembuhkan bagi manusia. Sesungguhnya pada yang demikian itu benar-benar terdapat tanda (kebesaran Tuhan) bagi orang-orang yang memikirkan".

Al-Qur'an dapat dianggap sebagai semacam autobiografi dari Allah SWT, karena di dalamnya terdapat penjelasan yang mendetail tentang siapa, apa, dan bagaimana Allah SWT. Penggambaran Allah SWT dalam Al-Qur'an sangat rinci dan menyeluruh, sehingga tidak ada keraguan bahwa Al-Qur'an merupakan manifestasi verbal dari Allah SWT, yang diungkapkan melalui tulisan, ilustrasi, dan suara.

Al-Qur'an berfungsi sebagai media komunikasi antara Allah SWT dan manusia. Sebagai pedoman hidup, Al-Qur'an menyediakan berbagai jaminan untuk pemenuhan kebutuhan komunikasi verbal yang bersifat edukatif, persuasif, dan spiritual. Ini bertujuan untuk membantu manusia mencapai kehidupan yang seimbang dan kepribadian yang paripurna. Untuk mencapai derajat kehidupan yang paripurna, setiap individu dianjurkan untuk rutin membaca Al-Qur'an.

Al-Qur'an tidak hanya berfungsi sebagai terapi jiwa, tetapi juga sebagai terapi fisik. Hal ini dicontohkan dalam sebuah hadis yang diriwayatkan oleh Ibnu Aby Syaibah dari Abdullah bin Mas'ud. Dalam hadis tersebut, disebutkan bahwa ketika Rasulullah SAW sedang shalat dan disengat oleh seekor kalajengking, beliau meminta sebuah wadah berisi larutan garam dan meletakkan bagian yang tersengat ke dalam larutan itu. Rasulullah SAW kemudian membaca Surah al-Ikhlâs dan dua Surah Mu'awwidzatain (Surah Al-Falaq dan Surah An-Nas), dan sakitnya pun mereda.

Fenomena ini menunjukkan bahwa Al-Qur'an dapat berfungsi sebagai terapi yang efektif untuk berbagai penyakit. Kombinasi antara media pengobatan alami, seperti larutan garam, dan kekuatan spiritual yang diperoleh dari

pembacaan Al-Qur'an, menciptakan sinergi yang menyembuhkan. Dengan demikian, Al-Qur'an memiliki peran yang signifikan dalam proses penyembuhan, baik secara fisik maupun spiritual, menunjukkan bahwa dimensi spiritual Al-Qur'an berimplikasi pada kesehatan fisik dan mental seseorang. Menghadirkan Al-Qur'an sebagai terapi bagi gangguan kejiwaan, merupakan salah satu upaya mengembangkan konsep psikologi Islam sebagai sarana terapi gangguan kejiwaan yang dialami manusia, dimana dalam proses terapi tidak bisa lepas dari metode.¹²¹

Usaha Muhammad Utsman Najati dalam menghadirkan Al-Qur'an sebagai terapi di tengah-tengah kompleksitas sosial yang berpotensi memunculkan berbagai gangguan kejiwaan, dengan kadar atau tingkatan yang berbeda-beda yaitu menghimpun hakikat dan konsep kejiwaan yang ada dalam Al-Qur'an. Misalkan saja emosi takut dalam Al-Qur'an sebagai bentuk guncangan yang dahsyat hingga mampu menghilangkan kemampuan berpikir. Allah telah menjelaskan guncangan psikis berupa emosi takut melalui firman-Nya (Q.S. Al-Hajj/22: 1-2),

“Wahai manusia bertakwalah kepada Rabb kalian. Sesungguhnya keguncangan kiamat itu adalah sesuatu yang besar pada hari (ketika) kalian melihatnya, lelailah semua wanita menyusui dari anak-anak yang disusunya, dan setiap wanita hamil akan mengalami keguguran, dan kalian akan melihat orang-orang dalam keadaan mabuk, padahal mereka tidak mabuk, tetapi azab Allahlah yang sangat dahsyat”. (Q.S. Al-Hajj:1-2)

Oleh karena itu, para ulama menjelaskan, bahwa untuk mendapatkan pengobatan dan rahmat Allah melalui media/sarana Al-Qur'an, setiap orang harus memenuhi persyaratannya, yaitu: “iman”. Tanpa persyaratan utama itu, maka fungsi Al-Qur'an sebagai obat (penawar) dan rahmat dari Allah SWT tidak akan pernah diperoleh oleh siapa pun, di mana pun dan kapan pun. Dari penjelasan inilah, (kemudian) para ulama menjelaskan bahwa faktor utama yang akan mengakibatkan seseorang akan memperoleh kesembuhan dari setiap penyakit

¹²¹ Utsman Najati, *Al-Qur'an dan Ilmu Jiwa*, 444.

dan rahmat dari Allah SWT adalah: “iman”. Semakin kokoh iman seseorang, maka dengan media/sarana Al-Qur’an, seseorang akan lebih bisa berharap untuk mendapatkan kesembuhan dari setiap penyakit dan rahmat dari Allah SWT. Dan sebaliknya, dengan (modal) keimanan yang lemah, seseorang akan mengalami kesulitan untuk mendapatkan kesembuhan dari semua penyakit yang menimpanya dan (juga) harapan untuk memperoleh rahmat dari Allah, karena lemahnya modal yang dimiliki. Apalagi ketika seseorang itu sama sekali tidak memiliki “iman”, maka harapan untuk mendapatkan kesembuhan dari penyakit yang diderita dan perolehan rahmat dari Allah SWT dapat diprediksi sama sekali tidak akan pernah diperoleh.

Maka dari itu, agar manusia bisa memperoleh kesembuhan dari semua penyakit yang tengah dialami melalui pengobatan yang dilakukan dengan media/sarana Al-Qur’ân dan juga harapan kita untuk menggapai rahmat dari Allah SWT. Harus dimulai saat ini dan tidak boleh tidak. Tugas pertama seorang muslim adalah memerkokoh keimanan sebagai prasyarat utama untuk menggapai kesembuhan (obat) dan rahmat dari Allah SWT melalui proses tahapan dari pembacaan Al-Qur’ân, kemudian pemahaman, penghayatan dan pengamalan kitab suci Al-Qur’ân

E. Syifâ’ul Qur’ân dalam Bentuk Hudan

Yusuf al-Qaradawi, dalam penjelasan salah satu fatwa kontemporeranya, menguraikan bahwa kata syifâ’ adalah bentuk mashdar (kata dasar) yang berarti kesembuhan. Dalam bahasa Arab, penggunaan bentuk mashdar untuk menggambarkan sifat atau kualitas sering kali menandakan penekanan dan intensitas, yang disebut mubâlaghah. Dengan kata lain, ketika Al-Qur’an disebut sebagai asy-syâfi (obat penyembuh), penggunaan kata syifâ’ (kesembuhan) dimaksudkan untuk menunjukkan tingkat penekanan yang tinggi pada fungsi penyembuhan Al-Qur’an.

قَالُوا يَا أَبَانَا مَا لَكَ لَا تَأْمِنَّا عَلَىٰ يُوسُفَ وَإِنَّا لَهُ لَنَصِحُونَ أَرْسَلَهُ مَعَنَا غَدًا يَزْتَعِ وَيَلْعَبِ
وَإِنَّا لَهُ لَحَفِظُونَ

Mereka berkata: "Wahai ayah Kami, apa sebabnya kamu tidak mempercayai Kami terhadap Yusuf, Padahal Sesungguhnya Kami adalah orang-orang yang mengingini kebaikan baginya.

Para ulama dan ahli tafsir menguatkan pemahaman ini. Misalnya, Az-Zarkasyi menjelaskan bahwa penyebutan syifâ' dalam konteks Al-Qur'an menunjukkan bahwa bagi seseorang yang beriman kepadanya, Al-Qur'an akan menjadi penyembuh dari penyakit kekufuran. Sedangkan bagi mereka yang mempelajari dan mengamalkan ajaran Al-Qur'an, Al-Qur'an akan menyembuhkan mereka dari penyakit kebodohan.

Syeikh ath-Thusi menambahkan bahwa syifâ' berfungsi sebagai obat yang menghilangkan penyakit. Ia menekankan bahwa penyakit kebodohan dianggap lebih parah dibandingkan penyakit fisik. Pengobatan terhadap kebodohan lebih kompleks dan jarang ditemukan "dokter" yang mampu mengatasinya, sehingga kesembuhan dari penyakit ini sangat penting dan menjadi prioritas utama. Secara keseluruhan, penjelasan ini menunjukkan bahwa Al-Qur'an berperan sebagai obat yang menyembuhkan baik penyakit fisik maupun spiritual. Penggunaan kata syifâ' menggarisbawahi betapa Al-Qur'an berfungsi secara mendalam dalam memberikan kesembuhan yang menyeluruh, baik dari kekufuran maupun kebodohan.

Menurut Ahsin Sakho, Al-Qur'an memberikan terapi khusus terhadap sifat kemunafikan, yang dianggap sebagai salah satu karakteristik terburuk yang dapat dimiliki seseorang. Sifat munafik ini mencerminkan ketidakjelasan dan ambiguitas, membuat individu menjadi musuh dalam selimut. Munafik sering kali lebih berbahaya dibandingkan dengan orang yang secara terbuka kafir atau musyrik karena mereka berperilaku berpindah-pindah sesuai dengan keuntungan yang mereka dapatkan.

Kemunafikan ini dibagi menjadi dua jenis utama: pertama, kemunafikan dalam akidah (*nifaaq i'tiqadi*), di mana seseorang menyembunyikan kekafiran di balik kepura-puraan sebagai seorang Muslim; kedua, kemunafikan dalam perilaku (*nifaaq 'amali*), yang melibatkan kebiasaan berbohong, ingkar janji, dan khianat terhadap amanah.

Al-Qur'an menggambarkan sifat-sifat kemunafikan ini dengan istilah seperti "sumbatan di telinga mereka," yang menunjukkan betapa hati dan pikiran mereka tertutup terhadap kebenaran. Dengan menjelaskan sifat buruk ini secara jelas, Al-Qur'an membuka apa yang ada di dalam hati orang-orang munafik. Bagi mereka, Al-Qur'an terasa seperti kegelapan yang sangat jauh dan sulit diakses.

Namun, meskipun demikian, Al-Qur'an tetap memberikan kesempatan untuk perbaikan. Ia memberikan peringatan dengan tegas namun penuh kasih sayang, mengundang mereka untuk bertaubat dan menerima hidayah. Jika orang-orang munafik mau mendengarkan dan merenungkan nasihat-nasihat yang terkandung dalam Al-Qur'an, mereka dapat mengatasi kegelapan kemunafikan yang menyumbat hati dan telinga mereka. Ini akan memungkinkan mereka untuk bergerak menuju pencerahan dan petunjuk yang benar.¹²²

F. *Mau'izhah, Hudan wa Rahmah* Sebagai Proses Syifâ'ul Qur'ân.

Kata "*mau'izhah*" dalam konteks tafsir memiliki makna yang mendalam dan beragam, sebagaimana dijelaskan oleh beberapa ahli. Menurut ar-Raghib Al-Asfahani, *mau'izhah* adalah bentuk nasihat yang disertai dengan ancaman atau menakut-nakuti sebagai cara untuk mencegah tindakan buruk. Sementara itu, Al-Khalil Al-Farâhidi, seorang pakar bahasa, menggambarkan *mau'izhah* sebagai pengingat akan kebaikan yang dilakukan dengan cara yang lembut dan menyentuh hati.

Syeikh ath-Thusi menjabarkan makna *mau'izhah* sebagai usaha untuk mengajak kepada kebaikan dan mencegah kejelekan melalui kombinasi rayuan

¹²² Ahsin Sakho Muhammad, *Oase Al-Qur'an* (Tangerang Selatan: Qaf Media Kreativa, 2017), 181-182

dan ancaman. *Mau'izhah* bertujuan untuk memotivasi seseorang menuju kekhusyu'an dan ibadah, serta menjauhkan dari kefasikan dan dosa. Dalam Al-Qur'an, *mau'izhah* mencakup nasehat dan pelajaran yang mendalam. Ini adalah bentuk nasihat yang penuh makna dan menyentuh, berfungsi sebagai wasiat untuk melakukan kebaikan, mengikuti kebenaran, dan menjauhi keburukan serta kebatilan. Penulis Kitab At-Tafsir al-Wasith menekankan bahwa *mau'izhah* adalah nasehat yang tidak hanya mengandung pesan moral yang kuat tetapi juga memberikan panduan praktis untuk hidup sesuai dengan ajaran yang benar dan menjauhi perilaku yang salah.¹²³

Menurut Amru Khalid, makna Al-Qur'an sebagai nasehat dan pelajaran mengacu pada perannya dalam melarang perbuatan keji. Imam Ibnu Katsir menegaskan bahwa Al-Qur'an berfungsi sebagai *zajir 'anil fawahish*," yaitu mencegah tindakan-tindakan yang tidak pantas atau keji. Sementara itu, Syekh As-Sa'di memberikan penjelasan yang lebih mendalam mengenai peran Al-Qur'an sebagai *mau'izhah*. Menurutnya, Al-Qur'an tidak hanya memberikan nasihat tetapi juga memperingatkan manusia tentang berbagai perbuatan yang bisa mendatangkan murka Allah dan mengakibatkan hukuman-Nya. Al-Qur'an menjelaskan dampak buruk dari perbuatan tersebut dan akibatnya bagi kehidupan manusia.

Al-Qur'an menggunakan metode yang sesuai dengan sifat dan kecenderungan alami jiwa manusia untuk menasehati dan membimbing. Metode ini meliputi *tadzkir* (peringatan), *targhib* (motivasi), dan *tarhib* (ancaman). Para ahli tafsir, termasuk Imam Ath-Thabari, Asy-Syaukani, dan Az-Zuhaili, sepakat bahwa metode ini efektif dalam mengarahkan manusia menuju kebaikan, mengikuti kebenaran, dan menjauhi perbuatan buruk yang dapat mengundang hukuman Allah. Fungsi dan peran Al-Qur'an sebagai *mau'izhah* tidak hanya dijelaskan dalam satu ayat saja tetapi juga dalam beberapa ayat lain, Selain dalam

¹²³ Wahbah Az-Zuhaili, *Tafsir Al-Wasith*, jilid 2, terj Muhtadi et.al (Jakarta: Gema Insani Press, 2013), 44

ayat ini, fungsi dan peran Al-Qur'ân sebagai *mau'izhah* diterangkan pula dalam ayat lain diantaranya Q.S Ali Imran ayat 138 dan An-Nur ayat 34

هَذَا بَيَانٌ لِلنَّاسِ وَهُدًى وَمَوْعِظَةٌ لِّلْمُتَّقِينَ

(Al Quran) ini adalah penerangan bagi seluruh manusia, dan petunjuk serta pelajaran bagi orang-orang yang bertakwa."

وَلَقَدْ أَنْزَلْنَا إِلَيْكُمْ آيَاتٍ مُّبَيِّنَاتٍ وَمَثَلًا مِّنَ الَّذِينَ خَلَوْا مِن قَبْلِكُمْ وَمَوْعِظَةٌ لِّلْمُتَّقِينَ

"Dan sesungguhnya Kami telah menurunkan kepada kamu ayat-ayat yang memberi penerangan, dan contoh-contoh dari orang-orang yang terdahulu sebelum kamu dan pelajaran bagi orang-orang yang bertakwa."

Dari ayat diatas, istilah "*hudân*" atau petunjuk dijelaskan sebagai panduan yang lembut dan penuh perhatian untuk mencapai tujuan. Ar-Raghib Al-Asfahani menjelaskan bahwa "*hudân*" berarti petunjuk yang membawa kita dengan lembut ke arah yang benar. Dalam konteks Al-Qur'an, "*hudân*" menunjukkan bahwa kitab suci ini berfungsi sebagai pemandu utama dalam kehidupan manusia. Al-Qur'an memberikan petunjuk yang jelas untuk menjalani kehidupan dengan benar, menghindari kesesatan dalam akidah dan amalan.

Sebagai "*hudân*," Al-Qur'an tidak hanya menunjukkan kebenaran tetapi juga memandu kita dalam mengamalkannya. Ini berarti Al-Qur'an berfungsi sebagai pedoman dan tuntunan yang mengajarkan ilmu bermanfaat, memastikan bahwa mereka yang mengikuti ajarannya akan memperoleh petunjuk yang sempurna dari Allah SWT. Al-Qur'an membimbing manusia ke jalan yang lurus dan mengajarkan cara-cara yang benar dalam beribadah dan beramal.

Ketika Al-Qur'an disebut sebagai "*hudân*" dalam ayat-ayatnya, terkadang ia dikategorikan sebagai petunjuk bagi seluruh umat manusia, orang-orang beriman, atau orang-orang bertakwa. Ini menunjukkan bahwa Al-Qur'an memang diturunkan untuk seluruh umat manusia, tetapi manfaatnya sangat terasa bagi mereka yang percaya dan mengikuti ajarannya. Bagi orang-orang kafir, yang tidak menghargai petunjuk Al-Qur'an, kitab suci ini justru menambah kerugian mereka

karena sikap mereka yang menolak kebenaran. Dengan demikian, Al-Qur'an berfungsi secara berbeda tergantung pada sikap seseorang terhadapnya: sebagai petunjuk bagi yang mengikuti dan sebagai kerugian bagi yang mengabaikannya.¹²⁴

G. Syifâ'ul Qur'ân Sebagai Rahmat Allah SWT.

وَنُنزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ وَلَا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا

Dan Kami turunkan dari Al Quran suatu yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman dan Al Quran itu tidaklah menambah kepada orang-orang yang zalim selain kerugian.

Ibnu Katsir dalam kitab tafsirnya menyatakan bahwa sesungguhnya Al-Qur'ân itu merupakan obat (penawar) dan rahmat bagi kaum yang beriman. Bila seseorang mengalami keraguan, penyimpangan dan kegundahan yang terdapat dalam hati, maka Al-Qur'ân -lah yang menjadi obat (penawar) semua itu. Di samping Al-Qur'ân merupakan rahmat yang membuahkan kebaikan dan mendorong untuk melakukannya, kegunaan itu tidak akan didapatkan kecuali bagi orang yang mengimani (membenarkan) serta mengikutinya. Bagi orang yang seperti ini (beriman), Al-Qur'ân akan berfungsi menjadi obat (penawar) dan – sekaligus rahmat baginya.

Adapun bagi orang kafir yang telah dengan sengaja mezalimi diri sendiri dengan sikap kufurnya, maka tatkala mereka mendengarkan dan membaca ayat-ayat Al-Qur'ân, tidaklah bacaan ayat-ayat Al-Qur'ân itu tidak akan berguna bagi mereka, melainkan mereka bahkan akan semakin jauh dan semakin bersikap kufur, karena hati mereka telah tertutup oleh dosa-dosa yang mereka perbuat. Dan yang menjadi sebab bagi orang kafir menjadi semakin jauh dari kesembuhan dari penyakit dan rahmat Allah itu bukanlah karena (kesalahan) bacaan aya-ayat (Al-Qur'ân)-nya, tetapi karena (disebabkan oleh) sikap mereka yang salah terhadap Al-Qur'an.

¹²⁴ Sayyid Quthub, *Tafsir Fi Zhilalil Qur'an*, 143-144.

Sebagaimana firman Allah SWT: “Katakanlah: Al-Qur’ân itu adalah petunjuk dan obat (penawar) bagi orang-orang yang beriman. Dan orang-orang yang tidak beriman pada telinga mereka ada sumbatan sedang Al-Qur’an itu suatu kegelapan bagi mereka. Mereka itu adalah orang-orang yang dipanggil dari tempat yang jauh.” (Q.S Fushshilat/41: 44). Dan Allah SWT dalam hal ini juga berfirman: “Dan apabila diturunkan suatu surat maka di antara mereka ada yang berkata: ‘Siapakah di antara kamu yang bertambah iman dengan surat ini?’ Adapun orang-orang yang beriman maka surat ini menambah iman sedang mereka merasa gembira. Adapun orang-orang yang di dalam hati mereka ada penyakit maka dengan surat itu bertambah kekafiran mereka di samping kekafiran dan mereka mati dalam keadaan kafir.” (Q.S at-Taubah/9: 124-125).

Obat (penawar) yang terkandung dalam Al-Qur’ân bersifat umum, meliputi obat (penawar) hati dari berbagai syubhat kejahilan berbagai pemikiran yang merusak penyimpangan yang jahat dan berbagai tendensi yang batil. Sebab ia mengandung ilmu yang meyakinkan yang dengan akan memusnahkan setiap syubhat dan kejahilan. Ia merupakan pemberi nasihat serta peringatan yang dengan akan memusnahkan setiap syahwat yang menyelisihi perintah Allah SWT.

Di samping itu Al-Qur’an juga menjadi obat jasmani dari berbagai macam penyakit, meski pun tata-cara yang digunakannya bukan dengan tata-cara yang lazim digunakan dalam penggunaan obat untuk penyakit jasmani, tetapi digunakan dengan tatacara yang spesifik melalui terapi spiritual yang bisa berdampak pada orang-orang yang beriman karena pengaruh (sugesti) yang diakibatkan oleh keyakinan mereka ketika menggunakan Al-Qur’an sebagai obat (penawar) bagi penyakit yang diderita olehnya. Karena yang dimaksud penyakit jasmani di sini, bukanlah penyakit fisik (murni), tetapi penyakit yang di dalam istilah kedokteran dikenal dengan sebutan psikosomatik. Misalnya: “penyakit sesak nafas atau dada bagaikan tertekan karena adanya ketidakseimbangan ruhani”. Dalam hal ini dokter bisa menyarankan kepada pasien muslim untuk membaca ayat-ayat Al-Qur’ân untuk memberikan sugesti agar pasien merasa

tenang dan nyaman, sehingga secara kejiwaan terbantu untuk melakukan pengobatan pada dampak fisiknya.¹²⁵

Adapun rahmat yang disebut di dalam ayat itu, dimaksudkan sebagai karunia Allah SWT yang bisa diraih oleh setiap orang yang beriman dengan cara membaca, memahami, menghayati dan mengamalkan isi alQuran. Maka sesungguhnya di dalam bacaan ayat Al-Qur'ân itu sebab terkandung sebab dan sarana untuk meraihnya. Kapan saja seseorang melakukan sebab-sebab atau saranya itu, maka dia akan beruntung dengan bukti nyata “meraih rahmat dan kebahagiaan yang abadi serta ganjaran kebaikan dari Allah SWT, cepat atau pun lambat.”

Manusia yang mempunyai kesehatan mental merupakan manusia yang jiwanya bahagia, beruntung dan damai. Tidak ada lagi yang dipikirkan olehnya malaikan ridho Allah. Hal ini yang membuat hatinya bahagia. Kebahagiaan melambangkan kondisi hati yang tidak melakukan hal-hal buruk yang dilarang agama. Perbuatannya senantiasa positif.¹²⁶

H. Relevansi Konsep Syifa Dengan Kesehatan Mental

Mereka yang melakukan kezaliman didalam hatinya ada penyakit, yang akan membawa akibat kematian rohani. Karena rahmat-Nya, Allah swt. memperlihatkan petunjuk-Nya kepada mereka, dan ini akan membimbing hidup serta menyembuhkan rohani mereka dari penyakit. Jika mereka beriman, itulah obatnya mereka akan berada dalam bimbingan yang benar dan menerima ampunan serta rahmat Allah swt. Sungguh itu pemberian yang jauh lebih baik daripada keuntungan dunia, benda, kekayaan dan harta¹²⁷

Nabi saw. juga mengisyaratkan bahwa ada keluhan fisik yang terjadi karena gangguan mental. Seseorang datang mengeluh penyakit perut yang diderita

¹²⁵ Ahsin Sakho Muhammad, *Keberkahan Al-Qur'an*, 23.

¹²⁶ Didi Junaedi, Tafsir Kebahagiaan Menyingkap Makna Kebahagiaan dalam AlQur'an Perspektif Tafsir Psikologi, *Desertasi*, Pascasarjana UIN Syarif Hidayatullah, 2019, 51

¹²⁷ Abdullah Yusuf Ali, *Quran Terjemahan dan Tafsirnya*, Juz I s/d XV, Cet. I (Jakarta: Pustaka Firdaus, 1993), 499

saudaranya setelah diberi obat berkali-kali, tetapi tidak kunjung sembuh dinyatakan oleh Nabi saw. Bahwa, “perut saudaramu berbohong” (HR. Bukhari).

Allah swt. mengingatkan hamba-hamba-Nya tentang Al-Qur’an yang diturunkan-Nya, yang menghimpun segala hukum, yang menyembuhkan apa yang ada di dalam dada, yang memberi petunjuk ke jalan keselamatan dan kebahagiaan. Karena itu manusia harus berpegang teguh kepada petunjuk dan pengarahannya, hendaklah merasa gembira karena nikmat diturunkannya Al-Qur’an kepada manusia, karena Al-Qur’an jelas baik dari seisi dunia dengan segala kenikmatan kesenangan

Al-Qur’an karim memang banyak berbicara tentang penyakit mental, seperti Q.S. Yunus [10]: 57, berbicara tentang obat bagi penyakit yang ada dalam dada manusia. Inti dari penyakit-penyakit yang ada di dalam dada ada dua yaitu (1) *Shubhat*, yaitu penyakit hati yang merusak keilmuan seseorang sehingga perkara kebenaran menjadi samar baginya dan tercampur dengan kebatilan. (2) *Syahwat*, yaitu penyakit hati yang merusak keinginan seseorang, sehingga kebenaran yang sudah dia ketahui ingin dia tinggalkan.

Mereka yang lemah iman dinilai oleh Al-Qur’an sebagai orang yang memiliki penyakit di dalam dadanya. Dari hadits-hadits Nabi saw. diperoleh petunjuk, bahwa sebagian kompleks kejiwaan tercipta pada saat janin masih berada di perut ibu atau bahkan pada saat hubungan (pertemuan sperma dan ovum), demikian juga ketika bayi masih dalam buaian. Karena itu, Islam memerintahkan kepada para ibu dan bapak agar menciptakan suasana tenang dan mengamalkan ajaran agama pada saat bayi berada dalam kandungan, sebagaimana memerintahkan kepada para orang tua untuk memperlakukan anak-anak mereka secara wajar. Memang menghukum anak diperbolehkan, malah seorang ayah atau ibu boleh memukulnya di kondisi tertentu. Namun para orang tua sebaiknya tidak melakukan untuk memberi kasih sayang padanya. Hadits mendidik anak dengan kasih sayang seperti yang di riwayatkan oleh sahabat Nabi saw. Abu Harairah, beliau berkata:

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ: قَبَّلَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ الْحَسَنَ بْنَ عَلِيٍّ وَعِنْدَهُ الْأَقْرَعُ بْنُ حَابِسٍ التَّمِيمِيُّ جَالِسًا فَقَالَ الْأَقْرَعُ: إِنَّ لِي عَشْرَةَ مِنَ الْوَالِدِ مَا قَبَّلْتُ مِنْهُمْ أَحَدًا. فَنَظَرَ إِلَيْهِ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ ثُمَّ قَالَ: مَنْ لَا يَرْحَمُ لَا يُرْحَمُ

Nabi saw. mencium Al-Hasan bin Ali dan di sisi Nabi ada Al-Aqro' bin Haabis At-Tamimiy yang sedang duduk. Maka Al-Aqro' berkata, aku memiliki 10 orang anak, tidak seorangpun dari mereka yang pernah kucium. Maka Rasulullah saw. melihat kepada Al-Aqro' lalu nabi berkata, barang siapa yang tidak merahmati atau menyayangi maka ia tidak akan dirahmati. (HR. Al-Bukhari No 5998 dan Muslim No 2315)

Peletakan dasar untuk perkembangan mental anak sangat ditentukan oleh proses pembelajaran yang diberikan oleh orang tua sejak anak-anak masih berusia 0 hingga 6 tahun. Sehingga dalam fase ini orang tua yang berperan penting dalam tumbuh kembang anak agar memiliki kesehatan mental yang baik.

Mereka yang lemah iman dinilai oleh Al-Qur'an sebagai orang yang memiliki penyakit di dalam dadanya. Dari hadits-hadits Nabi saw. diperoleh petunjuk, bahwa sebagian kompleks kejiwaan tercipta pada saat janin masih berada di perut ibu atau bahkan pada saat hubungan (pertemuan sperma dan ovum), demikian juga ketika bayi masih dalam buaian. Karena itu, Islam memerintahkan kepada para ibu dan bapak agar menciptakan suasana tenang dan mengamalkan ajaran agama pada saat bayi berada dalam kandungan, sebagaimana memerintahkan kepada para orang tua untuk memperlakukan anak-anak mereka secara wajar.

Seperti diungkapkan oleh beberapa pakar ilmu jiwa/mental, sebagian kompleks kejiwaan yang diderita orang dewasa, dapat diketahui penyebab utamanya pada perlakuan yang diterimanya sebelum dewasa. Dapat disimpulkan

bahwa pandangan Islam tentang penyakit-penyakit mental mencakup banyak hal, yang boleh jadi tidak dijangkau oleh pandangan ilmu kesehatan modern.¹²⁸

Penyakit-penyakit mentalpun beraneka ragam dan bertingkat-tingkat. Sikap angkuh, benci, dendam, fanatisme, loba dan kikir. Yang antara lain disebabkan karena bentuk keberlebihan dari seseorang. Sedangkan rasa takut, cemas, pesimisme, rendah diri dan lain-lain adalah karena kekurangannya. Sehingga penyakit yang ada dalam dada manusia seperti yang telah dijelaskan di atas harus dibersihkan untuk mendapatkan kebahagiaan, ketenangan batin dan yang terpenting untuk mendapatkan keselamatan baik di dunia maupun di akhirat kelak. Yang akan memperoleh keberuntungan di hari kemudian adalah mereka yang terbebas dari penyakit-penyakit tersebut, seperti bunyi firman Allah swt. dalam Q.S. Asy-Syu'ara [26]: 88-89 berikut ini :

يَوْمَ لَا يَنْفَعُ مَالٌ وَلَا بَنُونَ إِلَّا مَنْ أَتَى اللَّهَ بِقَلْبٍ سَلِيمٍ

(yaitu) pada hari (ketika) harta dan anak-anak tidak berguna (88) kecuali orang-orang yang menghadap Allah dengan hati yang bersih (89). (Q.S. Asy-Syu'ara [26]: 88-89)¹²⁹

Islam mendorong manusia agar memiliki qalbu yang sehat dari segala macam penyakit dengan jalan bertobat dan mendekati diri kepada tuhan, karena dengan mengingat Allah swt. jiwa akan memperoleh ketenangan. Menurut Al-Maraghi, kesehatan mental yang dimaksud dalam ayat ini adalah orang-orang yang mau menerima nasihat-nasihat yang baik. Dapat memperbaiki akhlak dan amal perbuatan dan merupakan obat dari berbagai penyakit bathiniyah, di samping merupakan petunjuk yang jelas kepada jalan yang lurus, yang dapat mengantarkan

¹²⁸Muhammad Quraish Shihab, *Wawasan Alquran: Tafsir Maudhu'i Atas Pelbagai Persoalan Umat*, 189

¹²⁹ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahan*, 371

manusia kepada kebahagiaan dunia dan akhirat, juga merupakan rahmat khusus bagi orang-orang Mu‘min, dari Tuhan semesta alam.¹³⁰

Ibnu Katsir juga menambahkan kesehatan mental yang dimaksud dalam ayat ini adalah orang-orang yang mengamalkan kandungan Al-Qur’an sehingga tercegah dari perbuatan-perbuatan jahat dan sehat dari berbagai penyakit ragu-ragu dan was-was. Petunjuk kepada jalan yang lurus dan sebagai rahmat bagi orang-orang yang beriman¹³¹ sejalan dengan pendapat Sayyid Quthb kesehatan mental yang dimaksud dalam ayat ini adalah orang-orang yang menjadikan Al-Qur’an sebagai penyejuk jiwa sehingga dapat mengobati hati dari Keraguan, penyelewengan dan keguncang. Agar terwujudnya kesembuhan, keyakinan, ketentraman dan keselamatan bersama iman. Ia adalah pelajaran bagi orang yang oleh iman telah diberi petunjuk ke jalan yang lapang, dan sebagai rahmat dari kesesatan dan azab.¹³² Dan diperkuat oleh Sya‘rawi, kesehatan mental yang dimaksud dalam ayat ini adalah orang-orang yang tidak tamak, iri, dengki dan senantiasa mensucikan hati agar dapat menyelamatkan dalam setiap langkah kehidupan.

Menurut Ibnu Asyur Dalam Q.S.Yunus [10]: 57 ini dikatakankan, “dan penyembuh bagi penyakit-penyakit (yang berada) dalam dada”. Allah swt. telah menurunkan syifa’/penyembuh bagi manusia dari penyakit hati. Karena setiap langkah manusia mempunyai sumber awal, yaitu hati. Sumber ini harus terlebih dahulu disembuhkan, sehingga perbuatan yang muncul dapat seiring dengan sumbernya. Suci dan menyucikan, selamat dan menyelamatkan. Dan penyembuh-penyakit (yang berada) dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang yang beriman. Kata syifa’/penyembuh berada dimuka untuk menerangkan bahwa hidayah itu sesungguhnya selalu menunjuk ke arah jalan yang lurus. Jika seseorang bertanya apa bedanya syifa’ dan rahmat? Akan dijawab bahwa syifa’

¹³⁰Ahmad Mushthafa Al-Maraghi, *Tafsir Al-Maraghiy*, Juz XI, (Mesir: Mushthafa Al-Babi Al-Halabi, 1394 H/1974 M), 234

¹³¹ Imam Abi Fida, *Ismail Ibnu Katsier, Tafsir Ibnu Katsier*, (Birut: Darul Fikr, 1401 H/1981 M), 224

¹³² Sayyid Quthb, *Fizhilalil Qur’an*, (Bairut: Darusy-Syuruq, 1412 H/1992 M), 138

berarti menghilangkan apa yang membuat sakit dalam hati, sedangkan rahmat ialah pemberian hidayah yang tidak mengandung rasa sakit.¹³³

Menurut Muhammad Ali Ash-Shabuny, kesehatan mental yang dimaksud dalam ayat ini adalah orang-orang yang tidak menyibukan diri dengan dunia dan kesenangan yang fana. Orang yang berakal ialah yang lebih memetingkan yang kekal dari pada yang sirnah. Maka hendaklah manusia bersyukur kepada rabbnya, karena Allah swt. telah memberikan karunia kepada manusia dengan menurunkan Al-Qur'an, yang di dalamnya terdapat petunjuk dan obat penawar dari segala penyakit, Ayat itu lebih jelas menjelaskan tentang obat yang menyembuhkan penyakit yang ada dalam dada manusia termasuk penyakit yang bersangkutan dengan kesehatan mental, yang apa bila tidak ditanggulangi akan menjadi bencana bagi manusia itu sendiri di akhirat nanti.

Menurut Muhammad Quraish Shihab, kesehatan mental yang dimaksud dalam ayat ini adalah orang-orang yang mampu mengfungsikan hatinya agar terhindar dari penyakit-penyakit ruhani seperti ragu-ragu, dengki dan takabur. Sehingga membawa kepada lahirnya akhlak luhur dan amal-amal kebajikan yang mengantarkan meraih syurga dan ridha Allah swt.

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

Sementara ulama memahami bahwa ayat-ayat Al-Qur'an juga dapat menyembuhkan penyakit-penyakit jasmani. Mereka merujuk kepada sekian riwayat yang diperselisihkan nilai dan maknanya, antara lain yang diriwayatkan oleh Ibn Mardawaih melalui sahabat Nabi saw. Ibn Mas'ud ra. Yang

¹³³ Syekh Muhammad Mutawalli Sya'rawi, *Tafsir Sya'rawi*, (Kairo: Akhbar al-Yaum), 293- 294.

memberitakan bahwa ada seorang yang datang kepada Nabi saw. Kemudian bersabda, “hendaklah engkau membaca Al-Qur’an.” Makna serupa dikemukakan oleh al-Baihaqi melalui Wa‘ilah Ibn al-Asqa.¹³⁴

Tanpa mengurangi penghormatan terhadap Al-Qur’an dan hadits-hadits Nabi saw. Agaknya riwayat ini, bila benar adanya, maka yang dimaksud bukanlah penyakit jasmani, tetapi penyakit ruhani yang diakibatkan oleh jiwa. Ia adalah psikosomatik. Memang tidak jarang seseorang merasa sesak nafas atau dada bagaikan tertekan karena adanya ketidakseimbangan ruhani.

Rahmat adalah kepedihan di dalam hati karena melihat ketidak berdayaan pihak lain sehingga mendorong yang pedih hatinya itu untuk membantu menghilangkan atau mengurangi ketidakberdayaan tersebut. Ini adalah rahmat manusia/makhluk. Rahmat Allah swt. dipahami dalam arti bantuan-Nya sehingga ketidak berdayaan itu tertanggulangi. Bahkan, seperti tulis *Thabathab‘i*, rahmatNya adalah limpahan karunia yang tidak dapat terhingga. Rahmat Allah swt. yang dilimpahkan-Nya kepada orang-orang mukmin adalah kebahagiaan hidup dalam berbagai aspeknya, seperti pengetahuan kebutuhan yang benar, akhlak yang luhur, amal-amal kebajikan, kehidupan berkualitas di dunia dan di akhirat, termasuk perolehan surga dan ridha-Nya. Kerena itu, jika Al-Qur’an disifati sebagai rahmat untuk orang-orang mukmin, maka maknanya adalah limpahan karunia kebajikan an kebenaran yang disediakan Allah swt. bagi mereka yang menghayati dan mengamalkan nilai-nilai yang diamanatkan Al-Qur’an.

Ayat ini membatasi rahmat Al-Qur’an untuk orang-orang mukmin karena merekalah yang paling berhak menerimanya sekaligus paling banyak memperolehnya. Tapi ini bukan berarti selain mereka tidak memperoleh, walau secerach, dari rahmat akibat kehadiran Al-Qur’an. Perolehan yang sekadar beriman tanpa kemantapan, jelas lebih sedikit dari perolehan orang mukmin, dan perolehan orang kafir atas kehadirannya lebih sedikit lagi dibanding orang-orang yang sekadar beriman.

¹³⁴M. Quraish Shihab, Tafsir al-Misbah: *Pesan, Kesan dan keserasian Alquran*, 102

Kalau kita menerapkan secara berurutan keempat fungsi Al-Qur'an yang disebut di atas, maka dapat dikatakan bahwa pengajaran Al-Qur'an pertama kali menyentuh hati yang masih diselubungi oleh kabut keraguan dan kelengahan serta aneka sifat kekurangan. Dengan sentuhan pengajaran itu, keraguan berangsur sirnah dan berubah menjadi keimanan, kelengahan beralih sedikit demi sedikit menjadi waspadaan. Demikian dari saat ke saat, sehingga ayat-ayat Al-Qur'an menjadi obat bagi aneka penyakit-penyakit ruhani, dari sini, jiwa seseorang akan menjadi lebih siap meningkat dan meraih petunjuk tentang pengetahuan yang benar dan makrifat tentang tuhan. Ini membawa kepada lahirnya akhlak luhur, amal-amal kebajikan yang mengantar seseorang meraih kedekatan kepada Allah swt. dan ini, pada gilirannya nanti, mengundang aneka rahmat yang puncaknya adalah surga dan ridha Allah swt.

Pada ayat ini, Allah swt. berseru kepada sekalian manusia bahwa kepada mereka telah didatangkan Al-Qur'an melalui rasul-Nya. Di dalamnya terkandung pedoman-pedoman hidup yang sangat berguna bagi kehidupan mereka. Dalam ayat ini disebutkan pedoman-pedoman hidup itu, sebagai jawaban atas keingkaran mereka terhadap ayat-ayat Allah swt. dan ancaman-ancaman-Nya. Ayat ini menyimpulkan fungsi Al-Qur'an dalam memperbaiki mental manusia di antaranya:

1. Pelajaran dari Allah swt. kepada seluruh manusia agar mereka mencintai yang hak dan benar, serta menjauhi perbuatan yang batil dan jahat, pelajaran ini harus betul-betul dapat terwujud dalam perbuatan mereka.
2. Penyembuh bagi penyakit yang bersarang di dada manusia, seperti penyakit syirik, kufur, dan munafik, termasuk pula semua penyakit mental yang mengganggu ketentraman mental manusia. Seperti putus harapan, lemah pendirian, memperturutkan hawa nafsu, menyembunyikan rasa hasad dan dengki terhadap manusia, perasaan takut dan pengecut, mencintai kebatilan dan kejahatan, serta membenci kebenaran dan keadilan.

3. Petunjuk ke jalan yang lurus yang menyelamatkan manusia dari keyakinan yang sesat dengan jalan membimbing akal dan perasaannya agar berkeyakinan yang benar dengan memperhatikan bukti-bukti kebenaran Allah swt. Serta membimbing mereka agar giat beramal, dengan jalan mengutamakan kemaslahatan yang akan mereka dapati dari amal yang ikhlas serta menjalankan aturan hukum yang berlaku, mana perbuatan yang boleh dilakukan dan mana perbuatan yang harus dijauhan.
4. Karunia Allah swt. yang diberikan kepada orang-orang mukmin, yang dapat mereka petik dari petunjuk-petunjuk yang terdapat dalam Al-Qur'an. Orang-orang mukmin yang meyakini dan melaksanakan petunjuk-petunjuk yang terdapat dalam Al-Qur'an akan merasakan buahnya. Mereka akan hidup tolong-menolong, sayang menyayangi, bekerja sama dengan menegakkan keadilan, menumpas kejahatan dan kekejaman, serta saling bantu membantu untuk memperoleh kesejahteraan.¹³⁵

Jadi, Q.S.Yunus [10]: 57, sangat berhubungan dengan pembahasan ini mengenai kesehatan mental, karena untuk dapat memiliki kesehatan rohani haruslah manusia lebih mendekatkan diri kepada Allah swt. salah satu cara dengan banyak memperbanyak membaca dan mengamalkan Al-Qur'an. Karena, di dalam Al-Qur'an terdapat banyak obat dari segala penyakit batin yang diderita manusia, seperti dijelaskan di dalam Q.S.Yunus [10]: 57

I. Solusi Untuk Mengatasi Gangguan Mental Perspektif Al-Alusi

Ada 5 solusi menurut al-Alusi untuk mengatasi gangguan kesehatan mental, yaitu:

a. Iman/tawakkal

Dalam tafsir *Ruh al-Ma'ani* menjelaskan bahwa orang yang beriman adalah orang yang tinggi derajatnya disisi Allah, yang termasuk syarat beriman

¹³⁵ Departemen Agama RI, *Al-Quran dan Tafsirnya*, jilid. IV (Jakarta: Penerbit Lentera Abadi, 2010), 330-331

adalah seperti tawakkal kepada-Nya, dan subjek tawakkal dihilangkan agar bersifat umum, yaitu tawakkal kepada-Nya dalam segala urusan, baik yang besar maupun yang kecil, yang senang maupun yang sedih. Beriman juga selalu dikaitkan dengan amal saleh, yang mana dengan inilah syarat untuk mendapatkan tempat yang baik disisi Allah.

Pentingnya peranan agama dalam kedokteran jiwa dan kesehatan mental telah diakui oleh pakar kedokteran jiwa dan kesehatan mental diseluruh dunia. Dari pelbagai penelitian yang telah dilakukan oleh para pakar dapat disimpulkan bahwa:

- a. Komitmen agama dapat mencegah dan melindungi seseorang dari penyakit, meningkatkan kemampuan mengatasi penyakit dan mempercepat penyembuhan.
- b. Agama lebih bersifat protektif dan pencegahan
- c. Komitemen agama mempunyai hubungan yang signifikan dan positif dengan keuntungan klinis.

Secara umum dikemukakan Larson et al, bahwa dalam memandu kehidupan dan kesehatan manusia yang serba kompleks ini dengan segala keterkaitannya, maka komitmen agama adalah merupakan faktor yang tidak diabaikan.¹³⁶

Firman Allah dalam Q.S Ar Ra'd ayat 28

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

Orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tentram. (Q.S Ar Ra'd ayat 28)

¹³⁶ Hawari, D. (1997). *Alquran ilmu kedokteran jiwa dan kesehatan mental*. Jakarta: Dana Bhakti Yasa.

b. Shalat

Shalat adalah ibadah yang sangat diwajibkan mau dalam kondisi atau sedarurat apapun yang orang itu alami, shalat tetap harus dilaksanakan. Dan kondisi darurat seseorang bisa mendapatkan keringanan dalam ibadah shalat tapi tidak dengan meninggalkannya. Shalat menjauhkan seseorang dari perbuatan keji dan mungkar. Shalat juga ibadah yang dapat membuat orang merasakan ketenangan dan kedamaian. Memang sudah menjadi tabiat manusia berkeluh-kesah, manusia akan merasa takut saat dia ditimpa musibah, sampai-sampai menunjukkan kesedihan di hadapan orang lain. Sebaliknya, saat diberikan kebaikan berupa harta atau kesehatan, mereka menjadi kikir. Sifat ini dikecualikan pada orang-orang yang shalat, yang sifat shalatnya dawaim atau terus menerus, tidak bolong-bolong pada shalat fardhu dan tepat waktu.

Allah SWT berfirman dalam Q.S Al-Ankabut ayat 45

أَتْلُ مَا أُوحِيَ إِلَيْكَ مِنَ الْكِتَابِ وَأَقِمِ الصَّلَاةَ إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَى عَنِ الْفَحْشَاءِ
وَالْمُنْكَرِ ۗ وَلَذِكْرُ اللَّهِ أَكْبَرُ ۗ وَاللَّهُ يَعْلَمُ مَا تَصْنَعُونَ

Sesungguhnya shalat itu mencegah dari perbuatan-perbuatan keji dan mungkar. Dan sesungguhnya mengingat Allah (shalat) adalah lebih besar (keutamaannya dari ibadah-ibadah yang lain). (Q.S Al-Ankabut ayat 45)

Pada saat seseorang sedang sholat maka seluruh alam pikiran dan perasannya terlepas dari semua urusan dunia yang membuat dirinya setres.

c. Zikir

Zikir sebagai sarana untuk mendekatkan diri kepada Allah dan meredakan kecemasan. Menjaga hubungan yang kuat dengan Allah melalui ibadah dapat membantu menciptakan ketenangan dalam jiwa. Seorang mukmin dapat berzikir kapanpun, dimanapun, dan dalam kondisi bagaimanapun. Karena itulah, zikir menjadi cara paling praktis dan mudah untuk mengamunisi jiwa. Al-Alusi menafsirkan bahwa hati menjadi tenang dengan mengingat rahmat/kasih sayang

Allah dan ampunan yang sebelumnya penuh kegelisahan karena ketakutan kepadaNya. Dalam artian zikir dapat memberikan rasa tenteram, aman, dan tenang.

Firman Allah dalam Q.S Ar Ra'd ayat 28

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

Orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tentram (Q.S Ar Ra'd ayat 28)

Menurut DR. Tri Niswati Utami, pelatihan spiritual zikir memiliki dampak signifikan terhadap perubahan persepsi dan pengurangan distress. Pelatihan ini, yang merupakan bentuk pembelajaran kognitif, fokus pada penguatan rasa syukur kepada Allah. Dengan memperkuat syukur, individu dapat berpikir lebih positif, yang pada gilirannya berkontribusi pada ketenangan mental. Ketenangan ini memengaruhi respons biologis tubuh, termasuk keseimbangan hormon, yang esensial untuk kesehatan.

Penelitian terbaru menunjukkan dua temuan utama tentang intervensi zikir. Pertama, modifikasi teknik zikir dapat mengubah persepsi seseorang dan meningkatkan nilai spiritual, yang membantu mengatasi distress. Kedua, dengan mengubah persepsi melalui praktik zikir, seseorang dapat mengembangkan sikap syukur kepada Allah yang lebih mendalam. Sikap ini mendukung ikhlas, yang berkontribusi pada peningkatan nilai spiritual. Akibatnya, kualitas karakter internal menjadi lebih baik dan optimis, memungkinkan individu beradaptasi lebih efektif terhadap stres. Secara ilmiah, pelatihan spiritual zikir menunjukkan bahwa praktik spiritual seperti zikir tidak hanya mempengaruhi aspek psikologis tetapi juga dapat berdampak pada keseimbangan hormonal dan kesehatan biologis.

Dengan memperbaiki persepsi dan sikap seseorang terhadap stres, zikir menjadi alat yang efektif dalam meningkatkan kesejahteraan mental dan emosional.¹³⁷

d. Sabar

Konsep sabar dan ridha seringkali ditekankan dalam tafsir. Menyikapi cobaan dan kesulitan dengan sabar, serta menerima takdir dengan penuh ridha, dapat membawa ketenangan jiwa. Dalam hal menghadapi suatu penyakit, hendaknya penyakit yang diderita itu dianggap sebagai cobaan dari Allah SWT, dan untuk mengatasinya diperlukan kesabaran sebagaimana Allah firmankan dalam Q.S Al-Baqarah ayat 153

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ

Wahai orang –orang yang beriman , mintalah pertolongan dengan sabar dan sholat, sesungguhnya Allah bersama orang-orang yang sabar (Q.S Al Baqarah ayat 153)

e. Doa

Doa adalah gabungan antara rasa takut dan harap dalam ibadah. Takut kepada Allah dan berharap kalau apa yang diminta/diharapkan dapat terealisasi, ada sebagian orang yang menjaga doa pada makna zahirnya dan menggeneralisasikannya dalam konteks rasa takut dan cita-cita. Ini juga sebagai pengajaran dari Allah kepada hamba-hamba-Nya tentang doa dan permohonan kepada-Nya, yang merupakan kedermawanan yang paling tinggi dan sedekah yang paling agung, mengajarkan mereka untuk meminta agar Allah memberikannya, serta membimbing mereka untuk tetap selalu meminta kepada Allah.

Dipandang dari sudut kesehatan jiwa, do'a mengandung unsur *psikoterapeutik* yang mendalam. Psikoreligius terapi ini tidak kalah pentingnya

¹³⁷ Utami, T. N. (2016). *Peran Pelatihan Spiritual Zikir Terhadap Perubahan Persepsi Dan Perbaikan Distress Perawat Di Rumah Sakit Umum Haji Medan (Pendekatan Psikoneuroimunologi)* (Doctoral Dissertation, Universitas Airlangga).

dibandingkan dengan psikoterapi psikiatrik, karena ia mengandung kekuatan spritual yang membangkitkan rasa optimisme (harapan kesembuhan) Dalam ajaran Islam, tuntunan untuk berobat (secara ilmu pengetahuan/medis) dan do'a, banyak dijumpai dalam ayat maupun hadits, antara lain:

تداووا، فإن الله عز وجل لم يضع داء إلا وضع له دواء، غير داء واحد الهرم

Berobatlah kalian, maka sesungguhnya Allah SWT tidak mendatangkan penyakit kecuali mendatangkan juga obatnya, kecuali penyakit tua” (HR. At Tirmidzi)

Penelitian yang dilakukan oleh Comstok, GW dan kawan-kawan (1972) sebagaimana termuat dalam *Journal of Chonic Diseases*, menyatakan bahwa bagi mereka yang melakukan kegiatan keagamaan secara teratur diseraikan dengan do'a, ternyata risiko kematian akibat penyakit hati (*circhosis hepatis*) lebih rendah 74%, dan kematian akibat bunuh diri lebih rendah 53%. Dari hasil penelitian ilmiah tersebut diatas, Dr. Ralph Snyderman (1996) menyatakan bahwa dalam perawatan kesehatan ilmu pengetahuan tanpa keimanan/keagamaan tidaklah lengkap.

J. Kontekstualisasi Penafsiran Ibnu Asyur dan al-Alusi Terhadap Terapi Jiwa (mental)

Pada dasarnya manusia memiliki dua hakikat substansi yaitu psikis dan fisik. Pada hakikat substansi fisik merupakan yang bersifat materi, yaitu tidak berdiri sendiri, tidak kekal dan wadahnya adalah jasad. Sedangkan pada hakikat substansi psikis bersifat immaterial, berdiri sendiri, memiliki pengetahuan yang di luar nalar, bersifat kekal dan berasal dari metafisik. Kesadaran manusia semuanya terpusat pada dua hakikat substansi yaitu pada psikis dan fisik. Psikis sifatnya langsung sedangkan fisik sifatnya tidak langsung karena masih ada yang mengendalikan yaitu psikis.¹³⁸

¹³⁸Hanna Djumhana Bastaman, *Integrasi Psikologi dengan Islam Menuju Psikologi Islami* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2011), 55.

Asli dari sifat manusia adalah mengenal Allah dan senantiasa untuk selalu mengingat dan mendekat kepada Allah. Apabila manusia melupakan Allah, maka itu adalah suatu penyimpangan dari sifat asli dan juga merupakan gangguan jiwa yang sudah ada. Karena melalaikan Allah salah satunya disebabkan oleh akal yang tidak sehat, lemah dan lebih banyak dikendalikan oleh nafsu dan syahwat serta amarah. Orang yang jiwanya terganggu dapat dinetralisir dengan psikoterapi Islami.

Psikoterapi Islam merupakan pengobatan dan penyembuhan penyakit, baik mental, spiritual, fisik ataupun moral dengan cara Al-Qur'an dan hadis Nabi Muhammad, atau jika dikaji secara dalam yaitu dengan bimbingan kandungan al-Quran dan Hadis.¹³⁹ Psikoterapi Islami dapat disebut juga dengan terapi tasawuf, terapi psikospiritual, psikoreligius. Intinya yaitu untuk penyembuhan penyakit kejiwaan dengan menggunakan dasar-dasar keagamaan, yang tujuannya adalah menguatkan ke-batinan untuk membantu dalam penyembuhan.



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN

¹³⁹Hamdani Bakran Dzaki, *Konseling dan Terapi Islam* (Yogyakarta: Pustaka Baru, 2002), 281.