

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Sehat dan sakit adalah fenomena yang tidak bisa dilepaskan dalam kehidupan manusia. Dua keadaan tersebut sebagai penggambaran atas keberadaan tubuh manusia. Sehat menggambarkan suatu sosok tubuh yang tegar, aktif, ceria dan dinamis. Dalam mengarungi kehidupan, tiada hari yang dilewatkan tanpa adanya kreativitas. Setiap orang selalu menginginkan hari-harinya, bahkan setiap detik dalam hidupnya mempunyai makna yang berarti. Sehingga, banyak hal yang dilakukan untuk menjaga kesehatan tubuhnya, diantaranya berolahraga, mengatur pola makan, istirahat, dan rutin melakukan general *cek-up* ke rumah sakit. Hal ini dilakukan agar kondisi tubuhnya tetap prima dan dapat mencegah timbulnya penyakit dalam tubuh.

Sebaliknya, sakit sering diartikan suatu hal yang membawa kepada kesengsaraan, penghalang, penghambat, dan suatu musibah yang tidak diinginkan oleh setiap orang. Sakit juga menunjukkan suatu keadaan tubuh yang disebabkan adanya pengaruh jahat baik secara medis maupun non medis. Dalam keadaan sehat manusia memiliki kemampuan untuk mengekspresikan pemikiran, keinginan, serta cita-citanya. Namun kenyataan yang tak terpungkiri adalah tidak seorangpun manusia yang luput dari penyakit atau rasa sakit.¹

Pada hakikatnya, Allah SWT telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sempurna. Hanya saja, gaya hidup manusia justru mengubah keseimbangan

¹ Busyroni Majid, *Mujarab! Teknik Penyembuhan Penyakit dengan Bekam* (Yogyakarta: Mutiara Media, 2009), 6.

yang telah diciptakan Allah SWT. munculnya banyak penyakit merupakan pola hidup yang tidak sehat dari manusia itu sendiri. Keseimbangan tubuh terganggu oleh beberapa perkara, yaitu karena kita tidak menerapkan cara makan-minum dan memperhatikan kelayakannya, gangguan gerak dan diamnya tubuh, yaitu pergerakan otot maupun tulang yang pasif maupun yang aktif, gerak dan diamnya emosi yaitu bergejolak emosi atau matinya emosi seseorang yang dalam kedokteran disebut efek datar. Gangguan keseimbangan ini menyebabkan berbagai faktor kekebalan maupun pertahanan tubuh menurun, sehingga timbullah rasa cemas terhadap penyakit yang di derita oleh pasien.

Rasa cemas yang berkepanjangan maka akan memicu perubahan DNA sel sehingga sel mengalami gangguan yang mengakibatkan dalam melakukan pertumbuhannya tidak terkontrol. Dengan berbagai macam pengobatan dokter tetapi tak kunjung sembuh, disinilah pasien merasa cemas dengan penyakit yang dialaminya. Setiap manusia pernah mengalami penyakit yang terjadi karena faktor emosi sehingga menimbulkan suatu kecemasan.

Kecemasan merupakan suatu kondisi yang rumit dan reaksi orang terhadapnya berbeda-beda. Tetapi dibalik setiap kecemasan memang terdapat serangkaian gejala. Gejala-gejala fisik akan terlihat. Gejala-gejala yang dialami adalah reaksi-reaksi adrenalin normal yang pernah dialami oleh manusia dalam bentuk ekstrem pada suatu waktu ketika orang lain tidak mengalaminya. Gejala-gejala tersebut berupa : ketegangan otot, sakit kepala, nyeri pada bahu atau dada atau mungkin pada kaki, kelelahan yang berlebihan, rasa pusing, jantung berdebar, kesulitan bernapas, gemetar, diare, gangguan perut, sulit menelan, rasa

takut pada gejala. Kecemasan adalah kumpulan gejala yang dihasilkan oleh sistem saraf yang terlalu aktif. Perasaan cemas merupakan suatu respon tubuh kita terhadap adanya suatu bahaya atau ancaman yang tidak dapat melindungi kita dari bahaya fisik namun dapat berupa bahaya psikologis.

Kecemasan merupakan reaksi perasaan terhadap akan adanya suatu ancaman yang dirasakan oleh individu akan adanya bahaya untuk dirinya. Orang dapat merasakan cemas dalam pelbagai bentuk yang berbeda juga. Individu yang mengalami rasa cemas merasa bingung, pikiran kacau dan terus menerus lupa dengan apa yang sedang dikerjakan². Rasa cemas memiliki beragam bentuk perasaan seperti perasaan yang tidak mengenakan hingga ke halusinasi. Kesan yang terbayang jika individu memiliki penyakit kolesterol itu sesuatu yang harus dibinasakan karena menyebabkan kematian dan penderitaan. Individu yang mempunyai penyakit kolesterol pun merasa cemas dengan dirinya dan mempersepsikan bahwa penyakit ini merupakan penyakit yang bahaya.

Kolesterol adalah lemak yang sebagian besar dibentuk dalam tubuh, khususnya di dalam hati. Kolesterol dialirkan melalui pembuluh darah oleh (*Low Density Lipoprotein*) (LDL) ke seluruh jaringan. Apabila (*Low Density Lipoprotein*) (LDL) tinggi akan terjadi pengendapan pada lapisan dalam pembuluh darah dan dapat membentuk *plaque*. Pembentukan *plaque* dalam jangka waktu lama mempertinggi risiko *atherogenic* (menyebabkan terjadinya *atherosclerosis*) dan sering dijuluki kolesterol buruk.³ Penyakit kolesterol membawa dampak tidak baik untuk tubuh. Kolesterol dapat membawa penyakit-

²Rochelle Semmel Albin, *Emosi bagaimana mengenal, menerima dan mengarahkannya*, (Jakarta: Kanisius, 1986), 49.

³Busyroni Majid, *Mujarab! Teknik Penyembuhan Penyakit dengan Bekam*, 47- 48.

penyakit lainnya yang mudah timbul, seperti penyakit jantung koroner, stroke, obesitas, diabetes dan penyakit lainnya yang dikarenakan oleh penyakit kolesterol tinggi.

Ada beberapa cara untuk mengatasi kecemasan bagi pasien yang mengalami penyakit kolesterol misalnya mengendalikan kolesterol (*Low Density Lipoprotein*) (LDL) dalam menurunkan berat badan dan meningkatkan kadar (*High Density Lipoprotein*) (HDL) seperti olahraga secara teratur sehingga peredaran darah pun menjadi lancar, mengurangi makanan yang mengandung lemak tinggi, pola makan diatur, dan membiasakan untuk mengkonsumsi makanan yang sehat seperti sayur-sayuran dan buah-buahan yang banyak mengandung vitamin C sehingga dapat larut dalam membuang kolesterol, kebiasaan yang tidak menyehatkan diubah seperti kebiasaan merokok, minum-minuman yang memabukkan dan perilaku yang tidak sehat lainnya. Dengan kebiasaan yang baik pun kita harus dapat mendekatkan diri pada sang khalik, atau jika tidak bisa mengatasi kecemasannya dengan sendiri maka dapat berkonsultasi kepada psikologi yang dilanjutkan dengan terapi atau dengan cara alternatif. Cara alternatif yang sedang berkembang salah satunya adalah dengan melakukan terapi bekam yang dikenal bermanfaat untuk mengobati penyakit fisik dan menurunkan ketegangan otot-otot dan saraf dalam tubuh kita.

Rahasia dalam pengobatan yang dianjurkan oleh Nabi sudah terbukti dari zaman lampau hingga zaman modern ini. Dimana manusia pada saat ini selalu panik dalam mencari suatu pengobatan yang tepat agar dapat sembuh, karena dari tim medis pun sudah berusaha semaksimal mungkin. Sedangkan pasien sangat

menderita dalam menahan kesakitannya, biaya pengobatan yang cukup mahal dan memiliki resiko yang berbahaya pula terhadap tubuh, maka mereka pun mencari pengobatan yang alternatif.

Bekam merupakan cara alternatif dalam pencegahan dan penyembuhan berbagai penyakit. Bekam merupakan terapi komplementer dan alternatif yang diajarkan langsung dan dianjurkan oleh Nabi Muhammad SAW. Alquran yang dijabarkan melalui Sunah merupakan mukjizat yang membawa *syifa'* (penawar/obat) untuk jasmani dan rahmat untuk rohani. Semakin hari, semakin tampak kebenaran mukjizat Alquran dan Sunah, diantaranya mukjizat agung itu *hijamah* (bekam). Bekam merupakan pengobatan yang paling utama, tentunya tidak perlu disinergikan dengan pengobatan-pengobatan lain.

عَنْ أَنَسِ بْنِ مَالِكٍ قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ إِنَّ أَمْثَلَ مَا تَدَا وَيُتَمُّ بِهِ الْحِجَامَةُ (مُتَّفَقٌ عَلَيْهِ، صَحِيحُ بُخَارِيٍّ وَ مُسْلِمٍ)

Dari Anas bin Malik, *Rasulullah SAW* bersabda, “ Sesungguhnya cara pengobatan yang paling ideal yang kalian pergunakan adalah *hijamah* (bekam). (HR Muttafaq’alaihi, Shahih al-Bukhari dan Shahih Muslim)”.
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI
BANDUNG

Konsep Islam mengajarkan bahwa apapun yang disabdakan oleh Rasulullah SAW. merupakan bahasa wahyu yang terbebas dari cecar hawa nafsu. Oleh karena itu, sabda Rasulullah SAW. tentang berobat dengan bekam merupakan perintah Allah SWT. yang terungkap melalui lisan Rasulullah SAW. Firman Allah SWT. dalam QS. An-Najm [53]:3-4 mengungkapkan konsep dasar tersebut dengan kalimat,

وَمَا يَنْطِقُ عَنِ الْهَوَىٰ ۗ ۝٣ إِنْ هُوَ إِلَّا وَحْيٌ يُوحَىٰ ۗ ۝٤

“Dan tidaklah dia berbicara dengan hawa, melainkan dia berbicara dengan wahyu yang diwahyukan.”

Terapi bekam merupakan metode penyembuhan dengan mengeluarkan zat-zat beracun yang ada pada tubuh melalui permukaan kulit dengan cara melukai kulit dengan jarum dilanjutkan dengan penghisapan menggunakan kop (*cup*) yang divakumkan.⁴

Dalam berbagai terapi di Pondok Sehat, penulis mengambil pengobatan alternatif bekam. Terapi bekam dapat menyembuhkan dan mengurangi gejala penyakit yang diderita oleh pasien dan juga dapat membantu pasien mengurangi tingkat kecemasan dalam menghadapi penyakit kolesterol yang dideritanya. Pondok sehat beralamat di Jl. Mashudi Raya No.12 Pangulah Utara Kotabaru Karawang. Oleh karena itu peneliti akan melakukan penelitian terapi bekam ditempat tersebut, untuk membuat bahan skripsi yang berjudul : *“PENGARUH TERAPI BEKAM TERHADAP KECEMASAN PASIEN PENGIDAP KOLESTEROL”*.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah adalah konteks penelitian yang mengarahkan pelaksanaan dan pencapaian tujuan penelitian.⁵ Rumusan masalah merupakan hal utama yang harus ditentukan pada saat pertama kali kita menentukan riset.

Dari latar belakang masalah diatas yang menjadi masalah dapat diangkat pertanyaan-pertanyaan penelitian lapangan sebagai berikut :

⁴Busyroni Majid, *Mujarab! Teknik Penyembuhan Penyakit dengan Bekam*, 25-26.

⁵Ulber Silalahi, *Metode Penelitian Sosial* (Bandung: PT Refika Aditama, 2009), 54.

1. Bagaimana proses terapi bekam yang dilakukan di Pondok Sehat Kota Baru Karawang ?
2. Bagaimana kondisi kecemasan pasien pengidap kolesterol di Pondok Sehat Kota Baru Karawang ?
3. Bagaimana pengaruh terapi bekam terhadap kecemasan pasien pengidap kolesterol di Pondok Sehat Kota Baru Karawang?

C. Tujuan Penelitian

Berkaitan dengan hal tersebut, untuk tercapainya penelitian ini maka adapun tujuan penelitian adalah :

1. Untuk mengetahui bagaimana proses terapi bekam yang dilakukan di Pondok Sehat Kota Baru Karawang.
2. Untuk mengetahui bagaimana kondisi kecemasan pasien pengidap kolesterol di Pondok Sehat Kota Baru Karawang.
3. Untuk mengetahui sejauh mana pengaruh terapi bekam terhadap kecemasan pasien pengidap kolesterol di Pondok Sehat Kota Baru Karawang.

D. Kegunaan Penelitian

1. Penelitian ini diharapkan menjadi khasanah ilmiah bagi perkembangan Ilmu Pengetahuan kepsikoterapian khususnya di jurusan Tasawuf dan Psikoterapi.
2. Penelitian ini diharapkan menarik peneliti lain khususnya dikalangan akademis dan masyarakat pada umumnya untuk pengembangan penelitian tentang masalah yang sama.

E. Tinjauan Pustaka

Berdasarkan tinjauan pustaka yang dilakukan, ada beberapa penelitian yang relevan dengan tema penelitian, antara lain :

1. Riska Krisnawati, Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung Jurusan Tasawuf Psikoterapi Fakultas Ushuluddin selesai pada tahun 2007, dengan judul : *“Pengaruh Terapi Bekam Terhadap Kesehatan Fisik dan Psikis Pasien”*. Hasil dari skripsi ini bahwa terapi bekam bukan hanya menyembuhkan dari segi penyakit fisik tetapi dari terapi bekam bisa mempengaruhi proses penyembuhan psikis, karena aliran darah dapat mempengaruhi kesehatan fisik ataupun psikis seseorang.
2. Nikmatul Hamidah, Institut Agama Islam Negeri Walisongo Semarang Jurusan Tasawuf Psikoterapi Fakultas Ushuluddin selesai pada tahun 2008, dengan judul : *“Pengaruh Terapi Bekam Terhadap Kesehatan Psikis (Studi Analisis Pusat Kesehatan Holistik Zahra Kota Semarang)”*. Hasil dari skripsi ini bahwa terapi bekam memiliki hubungan dan pengaruh bagi kesehatan psikis manusia. Dibuangnya darah kotor dan sumbatan darah akan memperlancar sari-sari makanan yang sehat bagi tubuh sehingga proses perbaikan sel yang rusak segera teratasi dan akan menimbulkan dampak sehat bagi pasien. Fisik yang telah sehat kembali tersebut pada akhirnya akan membawa perubahan terhadap kesehatan psikis bagi pasien, khususnya rasa tenang dalam diri manusia.
3. Tri Puspa Rini, Darwin Karim, dan Riri Novayelinda. Program Studi Ilmu Keperawatan, Universitas Riau. Jurnal Jom Psik Vol. 1 No 2 Oktober 2014.

Yang berjudul : *Gambaran Kadar Kolesterol Pasien Yang Mendapatkan Terapi Bekam*. Hasil dari jurnal ini, gambaran kadar kolesterol pasien yang didapatkan hasil penelitian rata-rata mean sebelum terapi bekam 200,61 mg/dl dan mean sesudah terapi bekam 197,94 mg/dl. Hasil penelitian ini relatif stabil dan tidak ada perbedaan yang bermakna antara sebelum dan sesudah bekam.

4. Che Zarrina Sa'ari. 2001. Akademi Pengajian Islam, University Malaya : Bahagian Pengajian Ushuluddin. Jurnal Ushuluddin, Bil 14. Yang berjudul : *Penyakit Gelisah (Anxiety / Al-Halu') Dalam Masyarakat Islam Dan Penyelesaiannya Menurut Psiko-Spiritual Islam*. Hasil dari jurnal ini, kecemasan dalam perspektif barat lebih menekankan gejala-gejala kecemasan fisik tanpa menyelidiki esensi kecemasan yang dihadapi oleh individu. Sedangkan kecemasan menurut perspektif islam disebut *Al-Halu'* yaitu sifat gelisah atau keluh kesah apabila seseorang ditimpa suatu kesengsaraan/kesusahaan dan seseorang itu amat bakhil dalam hal kebaikan.

F. Kerangka Pemikiran

Terapi bekam merupakan salah satu terapi untuk mendatangkan kesembuhan. Kesembuhan dengan biaya yang dapat dijangkau oleh siapapun, dapat dipelajari, dapat dilakukan sendiri, dan tidak ada efek samping apabila dilanjutkan berdasarkan ilmu. Bekam merupakan Sunah Rasul yang sangat dianjurkan.⁶ Sedangkan untuk pengertian terapi adalah upaya untuk memulihkan

⁶ Ahmad Fatahillah, *Keampuhan Bekam: Pencegahan Dan Penyembuhan Penyakit Ala Rasulullah* (Jakarta: QultumMedia, 2006), 16.

kesehatan orang yang sedang sakit, pengobatan penyakit dan juga perawatan penyakit.

Penyakit adalah terganggu atau tidak berlangsungnya fungsi-fungsi fisik dan psikis, yaitu ada kelainan dan penyimpangan yang mengakibatkan kerusakan dan berbahaya pada organ tubuh, sehingga bisa mengancam kehidupan.

Penyakit *Psiko-Somatik*, adalah penyakit jasmani yang pada dasarnya disebabkan oleh faktor-faktor kejiwaan, yaitu suasana emosi. Maka emosi seperti marah, sedih, takut, cemas, rasa berdosa adalah keadaan jiwa yang berontak, berbeda dari segi jasmani dengan kegoncangan organ seperti lambung, pernapasan, pembuluh darah, pencernaan dan kelenjar-kelenjar. Apabila orang terhalang dari pengungkapan emosinya secara tepat dengan perkataan, atau perbuatan maka kegoncangan lambung tersebut akan meningkat.⁷

Pasien yang mengalami kolesterol mengakibatkan perasaan-perasaan cemas, stress, takut, gelisah, minder atau putus asa. Banyaknya pasien yang selalu mengeluh sakit di bagian tertentu dan mereka pun tidak menyadari rasa sakit tersebut ditimbulkan oleh kolesterol buruk. Kolesterol buruk merupakan faktor resiko penyakit jantung kritis yang dipengaruhi oleh genetika dan kondisi lingkungan.

Kolesterol dihasilkan secara alami berupa sesuatu yang berlemak dan berbau lunak, karena ditentukan oleh faktor genetik yang dihasilkan oleh hati. Tubuh manusia membutuhkan kolesterol dalam kadar tertentu agar dapat menghantarkan rangsangan dari sel-sel saraf yang telah dilapisi, memproduksi

⁷Musthafa Fahmy, *Penyesuaian Diri* (Jakarta: N.V. Bulan Bintang, 1982), 110.

hormon untuk tubuh, serta membran terluar dapat terbentuk untuk sel-sel tubuh. Dalam kadar kolesterol yang pas maka tidak akan berdampak buruk untuk tubuh kita, karena kolesterol merupakan sejenis lemak dan tidak dapat larut dalam darah.⁸ Kolesterol tinggi dalam darah adalah faktor risiko utama penyakit jantung, bisa mengakibatkan serangan jantung atau stroke. Semakin tinggi kadar kolesterol semakin tinggi juga risikonya. Gejala kolesterol disebabkan karena pola makan dan gaya hidup manusia yang tidak menyehatkan sehingga dapat memicu penyakit kolesterol tinggi.

Orang dengan gangguan kecemasan umum mudah merasa stres dan khawatir dengan gangguan dan permasalahan sederhana yang terjadi dalam kehidupannya. Dan gangguan kecemasan yang berlebihan sulit untuk mengendalikannya. Dalam mengendalikan kecemasan tersebut biasanya terjadi kegagalan dan terlihatnya suatu tanda atau ciri penyakit yang dapat dirasakan berupa perasaan mual dan pusing, aspek lingkungan pun dapat mempengaruhi kehidupan baik fisik maupun psikologis.⁹ Sehubungan dengan itu, penyakit membuat seseorang merasa lemah, membuat orang menjadi sangat bergantung pada orang lain dan ketegangan-ketegangan batin bisa mempengaruhi.

Kekhawatiran akan menimbulkan rasa tidak senang, gelisah, tegang, tidak tenang, dan tidak aman. Kekhawatiran biasanya akan menjurus pada bentuk

⁸ Karen Kingham, *Makan Oke Hidup Oke Dengan Kolesterol Tinggi* (Jakarta: Erlangga, 2009), 6.

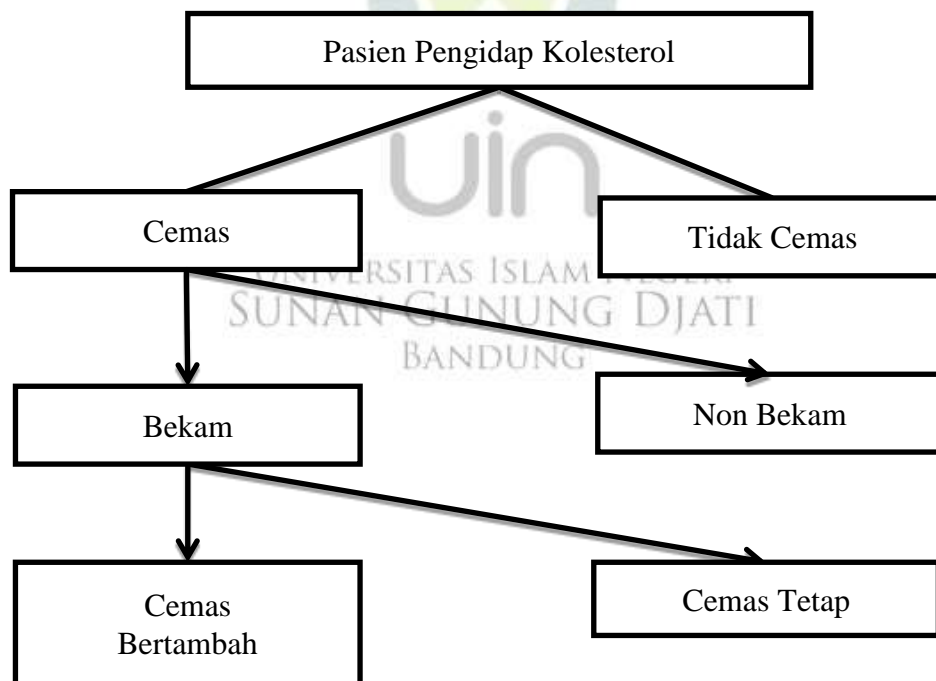
⁹Richard P. Halgin dan Susan Krauss Whitbourne, *Psikologi Abnormal : Perspektif Klinis dan Gangguan Psikologis*, (Jakarta: Salemba Humanika, 2010), 213.

kehati-hatian seseorang. Dan ini merupakan suatu hal yang positif, sehingga seseorang dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitarnya.¹⁰

Banyaknya metode-metode dan petunjuk praktis yang ada pada ajaran Islam. Praktiknya tersebut mengajarkan bagaimana untuk menjaga kesehatan dan keselamatan baik lahir maupun batin, termasuk pada terapi dan cara pengobatannya. Terapi bekam merupakan metode dalam membersihkan racun yang ada pada darah, dengan cara menyedot melalui permukaan kulit untuk mengeluarkan sisa toksin yang terdapat dalam tubuh.¹¹

Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada bagan 1.1 kerangka pemikiran sebagai berikut :

Bagan 1.1 Kerangka Pemikiran



¹⁰Ahmad Dahro, *Psikologi Kebidanan : Analisis perilaku wanita untuk kesehatan*, (Jakarta: Salemba Medika, 2012), 62.

¹¹Ahmad Fatahillah, *Keampuhan Bekam: Pencegahan Dan Penyembuhan Penyakit Ala Rasulullah*, 21.