

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Deskripsi Teori

1. Emosi Marah

a. Pengertian Emosi Marah

Marah dalam bahasa arab berasal dari “*ghadab*” dan “*ghaidz*”. *Ghadab* berasal dari kata *ghadhaba* – *yaghdhibu* - *ghadhiban* artinya yaitu benci kepada seseorang dengan berujung menyakiti seseorang tersebut. Orang yang sedang marah disebut “*ghadib/ghadaban*”. Marah juga diartikan sebagai reaksi yang mengarah pada permusuhan. Asal usul kata “*ghadza*” yaitu yang artinya membuatnya sangat marah.¹

Menurut Al-Ghazali sesungguhnya marah merupakan sekam atau arang yang disimpan dalam hati, seperti tersembunyinya bara dibalik abu. Dari api tersebutlah setan diciptakan. Hakikat marah menurut Al-Ghazali adalah manusia diberikan sifat marah untuk membela dirinya. Marah merupakan kekuatan yang lahir dari batinnya. Apabila muncul reaksi yang keras dari lawannya, maka api marah menyala dan bergejolak sehingga darah di jantung mendidih dan mengalir di urat-urat lalu naik ke atas badan seperti naiknya api atau air yang mendidih.²

Diriwayatkan oleh Abu Hurairah Radliyallahu anhu, seseorang sahabat pernah berkata, “wahai Rasulullah wasiatkan kepadaku amalan yang ringan untuk aku kerjakan” lalu Beliau menjawab “hindari sikap marah”.

Diriwayatkan oleh Ibnu Mas’ud Radliyallahu anhu, Nabi Shallallahu alai wa sallam pernah bertanya, “menurut kalian, siapa orang yang paling kuat diantara kalian?” sahabat menjawab

¹ Rovi husnaini, hadis mengendalikan amarah dalam perspektif psikologi, 83

² Al-ghazali, ringkasan *ihya'ulumuddin*, (mutiara ilmu agency, 2019), 361

ليس ذلك ولكنّ الذي يملك نفسه عند الغضب

Artinya : “orang yang tidak terkalahkan”. Beliau berkata “bukan itu, akan tetapi orang yang mampu mengontrol dirinya dalam kondisi sedang marah”³

Nabi Shallallahu alahi wa sallam juga berpesan

ما غضب احد الاّ أشفى على جهنم

Artinya : “seseorang yang sedang marah itu hakikatnya sedang mendekat ke neraka jahannam”

Sikap marah tidak dapat dihilangkan keseluruhan, setidaknya dapat diredam dan dialihkan, dengan cara mengenali nafsu diri sendiri dan menyadari bahwa tidak seharusnya tunduk kepada nafsunya.⁴

b. Indikator Marah

Menurut Al-Ghazali orang marah dikelompokkan menjadi 4 golongan antar lain;

- 1) Lambat marah, lambat reda dan lambat bermusuhan
Durasi marah sangat lama, sulit mengambil keputusan, akibat marahnya akan dijauhi orang karena takut jika bermusuhan dengannya.
- 2) Cepat marah dan lambat redanya
Jenis ini lebih jelek dari yang pertama, menyikapi sesuatu dengan marah. biasanya membutuhkan waktu yang lama untuk meredakan marahnya.
- 3) Cepat marah dan cepat reda
Emosi cenderung naik turun, bisa marah secara tiba-tiba dan bisa baik secara tiba-tiba.
- 4) Lambat marah dan cepat reda
Biasanya orang ini tidak mudah tersinggung, jika terjadi sesuatu yang salah, ia akan mencari alasan

³ Al-Ghazali, Ringkasan Ihya' Ulumuddin, (Mutiara Ilmu Agency), 361

⁴ Al-Ghazali, Ringkasan Ihya' Ulumuddin, (Mutiara Ilmu Agency), 363

untuk memaklumi orang lain, memaafkan dan melupkannya, jika marah ia cepat memaafkan.⁵

c. Derajat manusia diwaktu marah

Manusia mempunyai 3 derajat diwaktu marah, antara lain

- 1) Kurang, yaitu lemahnya atau hilangnya kekuatan dalam diri seseorang.
- 2) Bersikap l'tidal atau wajar, yaitu sifat yang digambarkan Allah SWT kepada para Sahabat Nabi Radliyallahu Anhum "bersikap keras terhadap orang-orang kafir dan saling menyayangi di antara sesama mereka" (QS. Al-Fath, 29).
- 3) Berlebihan yaitu jika marah melebihi batas wajar dan menguasai diri seseorang hingga tidak bisa dikendalikan dan menghiraukan syariat islam. Orang yang bersifat ini ketika marah sama dengan orang yang tercela, tampilannya terlihat berubah lebih buruk dan batinnya juga lebih buruk.⁶

Meskipun sikap marah tidak bisa dihilangkan secara keseluruhan, tetapi bisa diredam dan dialihkan. Lebih-lebih jika tidak menyangkut persoalan prinsip dalam hidup. Caranya adalah dengan mengenali nafsu diri kita sendiri dan menyadari bahwa nafsu tidak selalu harus dituruti.

d. Cara Mengatasi Marah yang Bergejolak

Marah yang bergejolak dapat diatasi dengan beberapa langkah sebagai berikut

- 1) Seseorang yang marah harus menyadari bahwa pahala jika menahan marah itu sangat besar.
- 2) Menakuti diri sendiri akan siksaan Allah jika diri kita telah marah.
- 3) Menyakini bahwa Allah lebih kuasa mengatasi segala hal daripada diri kita.

⁵ Skripsi nurul faizah terapi istighfar untuk mengatasi seorang remaja yang suka marah kepada orang tua di kelurahan morokrengan Surabaya, 2018, 34-35

⁶ Al-ghazali, ringkasan *ihya'ulumuddin*, (mutiara ilmu agency, 2019), 362

- 4) Memikirkan konsekuensi bahkan sanksi sosial yang kita dapatkan jika marah.
- 5) Memikirkan betapa buruknya penampilan seseorang yang sedang marah.

Demikianlah rasulullah menyuruh mengucapkan “aku berlindung dengan Allah dari setan yang terkutuk”. Apabila Aisyah marah, Nabi Shallallahu alaihi wa sallam memegang hidungnya seraya berkata “ Hai Uwaisy katakanlah! Ya Allah, Tuhan Muhammad, ampuni dosaku dan lenyapkanlah kemarahan hatiku serta lindungilah aku dari fitnah-fitnah yang menyesatkan, baik yang Nampak maupun yang tersembunyi”.⁷

e. Keutamaan Mengendalikan Marah

1) Keutamaan bersikap santun

Sikap santun atau bersabar merupakan sikap yang lebih utama dari meredam kemarahan, yang dimaksud yaitu memaksakan diri bersikap santun akan menjadi watak dalam dirinya. Tujuannya adalah mematahkan kekuatan marah dengan cara berfikir dan lama kelamaan akan menjadi kebiasaan.⁸

Ada pendapat yang mengatakan, “jika orang yang santun dijahili, maka bersikaplah santun kepadanya. Karena hal itu menjadikan keselamatan dunia akhirat”. Dan jika hal tersebut dipraktikkan didepannya, maka selain menambah kemuliaan dirinya, juga menjanjikan pahala yang berlimpah di akhirat.⁹

2) Keutamaan memberi maaf

Seseorang berhak membalas tindakan yang dzalim kepadanya, namun lebih baik memaafkannya. Sebagaimana Allah SWT berfirman “jadikanlah kalian pemaaf.” (QS. Al-A’raf, 199).¹⁰

⁷ Al-ghazali, ringkasan *ihya’ulumuddin*, (mutiara ilmu agency, 2019), 363-364

⁸ Al-Ghazali, Ringkasan *Ihya’ Ulumuddin*, (Mutiara Ilmu Agency: 2019), 365

⁹ Al-Ghazali, Ringkasan *Ihya’ Ulumuddin*, (Mutiara Ilmu Agency: 2019), 367

¹⁰ Al-Ghazali, Ringkasan *Ihya’ Ulumuddin*, (Mutiara Ilmu Agency: 2019), 367

Nabi SAW juga pernah bersabda

التواضع لا يزيد العبد الا رفعة فتواضعوا يرفعكم الله
والعفو لا يزيد العبد الا عزّا فاعفوا يعزكم الله والصدقة
لا تزيد الا كسرة فتصدق يرحمكم الله

Artinya : “sikap rendah hati itu pasti akan menabahkan kemuliaan seseorang. Oleh karena itu bersikaplah rendah hati, niscaya Allah akan mengangkat derajat kalian. Sikap memaafkan juga akan menambah kemuliaan seorang hamba. Oleh karena itu berilah maaf, niscaya Allah akan menambah nilai harta menjadi semakin banyak. Oleh karena itu bersedekahlah, niscaya Allah akan menyayangi kalian (HR. Muslim).¹¹

3) Keutamaan bersikap lemah lembut

Sikap lemah lembut merupakan buah dari akhlak yang baik, kebalikannya sikap keras dan kasar. Nabi Shallallahu alaihi wa sallam bersabda kepada Aisyah

انه من أعطي حظّه من الرزق أعطي حظّه من خير
الدنيا والاخرة ومن حرم حظّه من الرزق حرم حظّه من
خير الدنيا والاخرة

Artinya : “sesungguhnya siapa yang dikaruniai baginya dari sikap lemah lembut, maka ia telah dikaruniai bagian dari kebaikan dunia dan akhirat. Dan barang siapa menghalangi sikap lemah lembut, maka ia dihalangi

¹¹ Al-Ghazali, Ringkasan *Ihya' Ulumuddin*, (Mutiar Ilmu Agency: 2019), 369

bahiannya dari kebaikan dunia dan akhirat.¹²

f. Kecaman Terhadap Sifat Marah

Nabi Shallallahu alaihi wa sallam bersabda “sifat dengki memakan kebaikan-kebaikan sebagaimana api memakan kayu” sifat dengki merupakan akibat dari dendam, sedangkan sifat dendam akibat dari marah.¹³

2. Terapi Bekam

a. Pengertian Bekam

Bekam merupakan pengobatan yang sudah ada pada zaman Nabi dengan metode mengeluarkan darah kotor dari dalam tubuh melalui permukaan kulit. Pengobatan bekam atau yang dulu disebut hijamah ini sudah ada sejak ribuan tahun sebelum masehi, nama lain dari bekam yaitu canduk, canthuk, kop, mambakan, di Eropa disebut dengan *cuping therapeutic method*. Menurut Santoso bekam adalah metode membersihkan darah, angin dan sisa toksid dalam tubuh melalui permukaan kulit dengan cara menyedot.¹⁴

حَدَّثَنِي الْحُسَيْنُ حَدَّثَنَا أَحْمَدُ بْنُ مَنِيعٍ حَدَّثَنَا مَرْوَانَ بْنِ شِجَاعٍ حَدَّثَنَا سَالِمُ الْأَفْطَسِ عَنْ سَعِيدِ بْنِ جَبْرِ عَنْ ابْنِ عَبَّاسٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا، قَالَ: الشِّفَاءُ فِي ثَلَاثَةِ شَرِيحَاتٍ: عَسَلٍ، وَشَرْطَةِ مُحْجَمٍ، وَكَيْيَةِ نَارٍ، وَأَنْهَى أُمَّتِي عَنِ الْكَيْيِ رَفَعَ الْحَدِيثَ وَرَوَاهُ الْقُمِّيُّ، عَنْ لَيْثٍ، عَنْ مُجَاهِدٍ، عَنْ ابْنِ عَبَّاسٍ، عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: فِي الْعَسَلِ وَالْحَجْمِ

¹² Al-ghazali, ringkasan *ihya'ulumuddin*, (mutiara ilmu agency, 2019), 36.

¹³ Al-ghazali, ringkasan *ihya'ulumuddin*, (mutiara ilmu agency, 2019), 370

¹⁴ Skripsi Muhammad alfian Rahman, pengaruh terapi bekam terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi di klinik bekam abu zaky Mubarak, 2016, 26

Artinya: “Al-Husain menyampaikan kepadaku dari Ahmad BinMani’, dari Marwan bin Syuja’, dari Salim Al-Aftas, dari Sa’id Jubair bahwa Ibnu Abbas berkata “kesembuhan itu ada pada tiga hal: minum madu, bekam, dan pengobatan menggunakan besi panas, namun aku melarang umatku (melakukan) pengobatan dengan besi yang dipanaskan” Ibnu Abbas mengatakan hadist ini marfu’. Al-Qumi meriwayatkan hadis ini dari Laits dari Mujahid dari Ibnu Abbas dari Nabi Muhammad SAW, tentang madu dan bekam.”¹⁵

Menurut Mustamir Pedak pemilik klinik griya sehat syafa’at 99 semarang bekam adalah proses pengeluaran darah kotor, angin, lembab, dan kelebihan energy dengan cara melukai permukaan kulit, lalu di kop dan diulang selama tiga kali atau sampai darah tidak mengalir.¹⁶

b. Bekam dalam prespektif kenabian (thibbun nabawi)

Pada era kemunculan Islam, terapi bekam tidak hanya menjadi sebatas saran terapi, melainkan telah menjadi Sunnah Nabi setelah didukung dan sebagian aspeknya telah dijabarkan oleh Rasulullah Saw. dalam hadis-hadisnya. Pada zaman Nabi Saw., bekam sudah banyak di kerjakan para sahabat. Bahkan menjadi sunnah dan kebiasaan mereka. Nabi Muhammad Saw. selain memerintahkan umatnya untuk berobat dengan bekam juga memberikan petunjuk tentang tempat-tempat di bagian tubuh manusia yang sangat baik untuk bekam. Walaupun Nabi Saw. sendiri bukan tabib, namun umat Islam percaya semuanya itu berdasarkan petunjuk Allah Swt.¹⁷

¹⁵ Muhammad bin ismlail al-bukhari, shahih al-bukhari, 467

¹⁶ Wawancara Dengan Mustamir Pedak Pemilik Klinik Griya Sehat Syafaat 99 Semarang Pada Hari Jum’at 10 Desember 2021 Di Semarang

¹⁷ Flori Ratnasari, M. Arskal Salim GP,Fika E, Imam Subchi, *Bekam Sebagai Kedokteran Profetik Dalam Tinjauan Hadis, Sejarah, dan Kedokteran Berbasis Bukti*. Depok: Rajawali Press, 15

Rasulullah Saw. dalam suatu sabdanya pernah menegaskan efektivitas bekam dan mengajak para sahabat untuk melakukan bekam. Beliau juga menentukan beberapa titik pada bagian tubuh yang bila dibekam akan membawa kesembuhan dengan seizin Allah Ta'ala. Begitu juga, beliau menetapkan waktu terbaik untuk melaksanakan bekam, serta tindakan prosedur kehati-hatian yang harus di ambil pembekam sebelum dan sesudah proses bekam.

Di masa perkembangan Islam sekitar tahun 300 Hijriyah di Baghdad, bekam merupakan pengobatan yang paling maju saat itu. Mereka menggunakan bekam bersama al-kay bakar, fashid, dan bekam jubb, yaitu bekam yang terbuat dari gelas kaca yang indah, pisaunya pun khusus, bentuknya kecil dan tajam. Pisau itu direbus terlebih dahulu untuk mensterilkan. Para juru bekamnya pun bermacam-macam, dari yang hanya belajar karena turuntemurun, atau dikenal dengan praktik bekam jalanan, hingga ahli bekam yang berpendidikan tinggi seperti di pusat-pusat studi kedokteran sejumlah kota seperti Jundi Syahpur, Haran, Syam, maupun Iskandariah. Namun, juru bekam banyak juga yang berasal dari madrasah yang mengkhususkan pada kajian fikih.¹⁸

c. Bekam Sebagai Thibun Nabawi (Pengobatan yang Dianjurkan Rasulullah Saw.)

Saat ini masyarakat sudah berkembang pemahaman bahwa bekam merupakan thibbun nabawi. Banyak ajakan agar masyarakat kembali pada pengobatan bekam. Demikian juga, ajakan agar kembali memanfaatkan thibbun nabawi. Fenomena ini merupakan suatu hal yang cukup baru karena masyarakat diajak

¹⁸ Flori Ratnasari, M. Arskal Salim GP, Fika E, Imam Subchi, *Bekam Sebagai Kedokteran Profetik Dalam Tinjauan Hadis, Sejarah, dan Kedokteran Berbasis Bukti*. Depok: Rajawali Press, 16

untuk menghidupkan kembali pengobatan-pengobatan yang pernah direkomendasikan Nabi Muhammad Saw. ribuan tahun yang lalu. Namun, tidak semua merespons secara positif ajakan kembali kepada thibbun nabawi itu. Sejumlah penolakan juga muncul terhadap beberapa jenis pengobatan lainnya yang dianggap bukan bagian dari thibbun nabawi.

Istilah thibbun nabawi sebenarnya tidak ada pada zaman Nabi Muhammad Saw. Nabi Muhammad Saw. sendiri tidak pernah membuat pernyataan atau klarifikasi mengenai hal ini. Tidak pernah ada penjelasan mana yang dimaksud dengan thibbun nabawi dan mana yang bukan. Demikian pula para sahabat, tabi'in, dan tabi'it tabi'in, juga tidak pernah menyebut praktik-praktik yang berkembang di masa mereka sebagai thibbun nabawi, ataupun bukan thibbun nabawi. Istilah thibbun nabawi dimunculkan oleh para dokter Muslim sekitar abad ke-13 Masehi untuk memudahkan kategorisasi.¹⁹

Dalam kitab *Muqodimmah*, Ibnu Khaldun mengatakan bahwa kedokteran Islam, yang juga disebut thibbun nabawi, muncul sebagai hasil integrasi ilmu kedokteran Yunani, Persia, India, Cina, dan Mesir, yang sudah ada sebelum diutusnya Nabi Muhammad Saw. Dengan datangnya Nabi Muhammad Saw., kedokteran kuno tersebut dipandu dengan wahyu Allah dan diturunkan kepada beliau Saw., sehingga kesyirikan, tahayul dan khurafat tersingkir dan keimanan dan ketaqwaan kepada Allah Swt. bertambah.²⁰

¹⁹ Flori Ratnasari, M. Arskal Salim GP, Fika E, Imam Subchi, *Bekam Sebagai Kedokteran Profetik Dalam Tinjauan Hadis, Sejarah, dan Kedokteran Berbasis Bukti*. Depok: Rajawali Press, 16

²⁰ Flori Ratnasari, M. Arskal Salim GP, Fika E, Imam Subchi, *Bekam Sebagai Kedokteran Profetik Dalam Tinjauan Hadis, Sejarah, dan Kedokteran Berbasis Bukti*. Depok: Rajawali Press, 17

Penulis ilmu kedokteran Nabi Saw. yang pertama adalah Ali bin Sahl bin Robban Ath-Thobroni (sekitar tahun 785–816 M). Ia adalah seorang ahli kedokteran yang mampu menyatukan dan memadukan ilmu kedokteran Yunani, Mesir, Persi, dan India. Salah satu bukunya yang berjudul *Manafi'ul Ath'imlah* (Manfaat makanan). Ia menulis lebih dari 360 judul buku kedokteran.

Ilmu kedokteran terus dikembangkan oleh orang-orang Islam, mulai Tsabit bin Qurrah (836-901 M), Yuhana bin MuSaw. aih (857M), Ishaq Yudha (855-95M), Ibnu Zuhr (1073–1162 M), Ibnu Khotib Jaujiyyah yang menulis buku *Al-Jawabul Kafi Liman Bekam* Sebagai Kedokteran Profetik Sa'ala Anid Dawa' Aly Syhafi (Jawaban lengkap tentang obat-obatan mujarab), *Zadul Ma'ad fi Hadyi Khoiril Ibad* dan buku-buku lainnya.

Kehadiran para dokter tersebut dalam sejarah Islam tidak diragukan lagi, bahwasanya pada abad ke-7–13 Masehi dasar-dasar kedokteran modern telah dipancarkan di dunia Islam. Para dokter yang mempraktikkan *thibbun nabawi* tersebut tidak memisahkan antara pengobatan tradisional, medis, dan non medis. Akan tetapi mereka tetap menjaga agar metode pengobatan tersebut tetap berada dalam bingkai keIslaman dan dalam arahan wahyu Ilahi.

Eropa dan di negara Barat sendiri bekam terus dikembangkan. Ahli bekam seperti Dr. Michael Reed Gach menulis buku *Potent Point, a Guide to self Care for Common Ailment* (titik-titik berkhasiat sebagai panduan perawatan diri dan pengobatan penyakit secara umum). Atau Kohler D. (1990) dengan bukunya berjudul *The Connective Tissue as the Physical Medium for Conduction of Healing Energy in Cupping Therapeutic Method* (jaringan ikat sebagai media fisik untuk

menghantarkan energi pengobatan dengan bekam). Sarjana lain Thomas W. Anderson (1985) menulis buku berjudul *100 Disease Treated by Cupping Method* (100 penyakit yang bisa diobati dengan Bekam).

Semua penemuan modern ternyata sesuai dengan hadis Nabi Muhammad Saw. sekitar tahun 600 M yang di riwayatkan oleh Thobroni, bahwa pembekaman pada satu titik di sekitar tengkuk saja dapat menyembuhkan 72 penyakit;

“Hendaklah kalian semua melakukan pengobatan dengan bekam di tengah tengkuk (qomahduah), karena sesungguhnya hal itu merupakan obat dari tujuh puluh dua penyakit dan lima penyakit gila, kusta, belang (vitiligo) dan sakit gigi.” (HR Thobroni)²¹

d. Anjuran Rasulullah Saw. tentang Praktik Pengobatan Bekam (Tinjauan Hadis)

Sebagaimana sudah diterangkan sebelumnya, bahwa bekam sudah dilakukan sebelum Islam datang. Bahkan sejak ribuan tahun sebelumnya, bekam sudah dipraktikkan di beberapa negara seperti Mesir, Persia, Hindustan, Sunnah, Iskandariyah, Saba, dan Palestina. Saat itu, bekam merupakan cara pengobatan sehari-hari. Hampir semua masyarakat bisa melakukan bekam, baik yang terpelajar maupun yang tidak terpelajar.

Meskipun bekam bukanlah urusan beribadah kepada Allah Swt., namun mendapat perhatian dari Rasulullah Saw. Rasulullah Saw. menyampaikan hadis tentang bekam antara lain mengenai:

- 1) Bahwa bekam merupakan perbuatan yang baik. Pada zaman Rasulullah Saw., bekam sudah menjadi perbuatan sehari-hari masyarakat, sehingga para

²¹ Flori Ratnasari, M. Arskal Salim GP, Fika E, Imam Subchi, *Bekam Sebagai Kedokteran Profetik Dalam Tinjauan Hadis, Sejarah, dan Kedokteran Berbasis Bukti*. Depok: Rajawali Press, 18

sahabat khawatir kalau-kalau bekam itu bertentangan dengan Islam. Lalu, Rasulullah Saw. membolehkan membekam, bahkan memerintahkannya. (Hadis ini diriwayatkan oleh Bukhori dalam Ath-Thibb (5680 dan 5681) Bab III: Asy-Syifa fi tsalatsin.

- 2) Memberikan pendidikan kepada manusia, agar manusia mempelajari bekam dan melakukan penelitian-penelitian tentang bekam.
- 3) Menunjukkan bahwa bekam merupakan pilihan utama dari berbagai metode pengobatan yang sudah ada pada saat itu.
- 4) Menunjukkan kekuasaan Allah Swt., bahwa walaupun Rasulullah Saw. bukan ahli bekam dan menyerahkan pengobatan bekam kepada sahabat lain, namun ternyata Rasulullah Saw. dengan bimbingan wahyu Illahi, mampu menunjukkan titik-titik bekam yang efektif.
- 5) Menunjukkan bahwa Islam tidak hanya membahas rukun Islam dan rukun iman saja, namun juga tentang pengobatan.

Berikut ini beberapa hadis Nabi Muhammad Saw. tentang bekam.

Dari Sa'id bin Jubair, dan Ibnu Abbas, Rasulullah Saw. bersabda:

“Kesembuhan itu ada dalam tiga hal. Yaitu minum madu, sayatan dengan alat bekam, dan kay, aku melarang umatku melakukan kay (penyembuhan dengan menempelkan besi panas pada daerah yang terluka).”

Dalam sebuah hadis Rasulullah Saw. bersabda:

“Lima hal termasuk sunnah para rasul: malu, pemaaf, bekam, siwak, dan wewangian.” (HR Thobroni dan Ibnu Jahir)

Imam Ahmad dalam Musnadnya, menyebutkan bahwasanya Rasulullah Saw. bersabda:

“Sebaik-baik obat adalah bekam dan fashd.”

Rasulullah Saw. bersabda:

“Hal terbaik yang kalian gunakan untuk berobat adalah bekam, dan al-fashd (mengeluarkan darah dari pembuluh darah vena, dengan cara pengikatan dan pembukaan kecil

pada kulit sehingga darah dalam pembuluh darah vena dapat terdorong keluar).”

Jabir RA meriwayatkan dari Rasulullah Saw., beliau bersabda:

”Bila ada kesembuhan dalam pengobatan kalian, maka itu ada pada goresan pembekam dan terapi bakar (pemanasan). Namun aku tidak suka melakukan terapi bakar.“

Dari Ibnu Abbas RA

“Kesembuhan ada pada tiga hal: meminum madu, goresan pembekam, dan terapi bakar (pemanasan). (namun) aku melarang umatku melakukan terapi bakar.” “Nabi Saw. membekam telapak kaki bagian atasnya.” (HR At-Tirmizi dan Nasa’i)²²

e. Jenis Bekam

Menurut Kasmui jenis bekam ada 4, antara lain :

1) Bekam kering

Yaitu menghisap permukaan kulit dengan kop dan memijit ditempat sekitar yang dibekam.

2) Bekam luncur

Bekam yang dilakukan dengan cara mengekop bagian tubuh tertentu dan meluncurkan kebagian tubuh yang lain, biasanya digunakan untuk pemanasan sebelum bekam, fungsinya untuk melancarkan peredaran darah dan rileksasi.

3) Bekam Tarik

Bekam ini hanya dikop beberapa detik lalu langsung ditarik kembali dan diulangi beberapa kali hingga kulit menjadi merah.

4) Bekam basah

Bekam basah merupakan bekam yang dimulai dengan bekam kering dulu kemudian dilukai

²² Flori Ratnasari, M. Arskal Salim GP,Fika E, Imam Subchi, *Bekam Sebagai Kedokteran Profetik Dalam Tinjauan Hadis, Sejarah, dan Kedokteran Berbasis Bukti*. Depok: Rajawali Press, 20

menggunakan jarum setelah itu dikop lagi untuk mengeluarkan darah kotor dalam tubuh.²³

Bekam menurut Mustamir Pedak pemilik klinik griya sehat syafa'at 99 Semarang bekam dibagi menjadi 3, antara lain

1) Bekam basah

Bekam yang dilakukan dengan cara mengekop permukaan kulit hingga memerah guna mengeluarkan angin didalam tubuh.

2) Bekam kering

Bekam yang dilakukan dengan cara mengekop permukaan kulit hingga memerah guna anastesi setelah itu ditusuk menggunakan lancet atau jarum, setelah itu dikop kembali guna untuk mengeluarkan darah kotor, dan diulangi sebanyak 3 kali atau hingga darah tidak keluar lagi.

3) Bekam luncur

Bekam luncur merupakan bekam yang dilakukan dengan cara mengekop lalu meluncurkan kop ke daerah sekitar yang dikop dengan menggunakan minyak dingin dan guna untuk mengeluarkan angin maupun relaksasi.²⁴

f. Manfaat Bekam

Bekam memiliki banyak manfaat yang baik bagi tubuh diantaranya menjaga kesehatan tubuh, menghilangkan rasa lelah, meningkatkan daya tahan tubuh, perut kembung, migrain, asam urat, kolesterol, hipertensi, dan banyak lainnya.

Adapun manfaat bekam di Klinik Griya Sehat Syafa'at 99 untuk fisik antara lain :

- 1) Mengeluarkan darah kotor
- 2) Mengatasi tensi darah yang tidak normal
- 3) Menghilangkan rasa pusing
- 4) Meringankan rasa nyeri pada otot
- 5) Menyembuhkan reumatik
- 6) Mengatasi gangguan penyakit kulit

²³ Skripsi Muhammad alfan Rahman, pengaruh terapi bekam terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi di klinik bekam abu zaky Mubarak, 2016, 27

²⁴ Wawancara Dengan Mustamir Pedak Pemilik Klinik Griya Sehat Syafa'at 99 Semarang Pada Hari Jum'at 10 Desember 2021 di Semarang

- 7) Meredakan bisul
- 8) Meringankan rasa sakit akibat masuk angin.

Selain bermanfaat untuk fisik di klinik griya sehat syafa'at 99 Semarang bekam juga bermanfaat untuk psikis juga, emosi mempengaruhi fisik dan fisik juga mempengaruhi psikis, jika psikis sedang sakit maka bisa diobati melalui fisik yaitu lewat terapi bekam.²⁵

g. Alat yang dibutuhkan

Dari berbagai jenis alat yang digunakan untuk bekam, klinik griya sehat syafa'at 99 Semarang menggunakan alat-alat sebagai berikut untuk bekam :

- 1) Kop atau cupping set
- 2) Lancing device (alat yang digunakan untuk memasang jarum)
- 3) Lancet atau jarum bekam
- 4) Hanscoon
- 5) Masker
- 6) Tempat sampah medis
- 7) Minyak dingin
- 8) Bahan sterilisasi

h. Hal-hal yang Perlu diperhatikan Ketika Bekam

Menurut Musmir Pedak pemilik klinik griya sehat syafa'at 99 Semarang hal-hal yang diperhatikan saat akan membekam yaitu psikologis klien dan fisik klien

- 1) Psikologis klien

Pada tahap ini seorang terapis harus menanyakan kepada klien mau dibekam atau tidak.

- 2) Fisik klien

Jika klien sudah siap untuk dibekam maka tahap selanjutnya yaitu pemeriksaan nadi dan lidah

- a) Pemeriksaan nadi

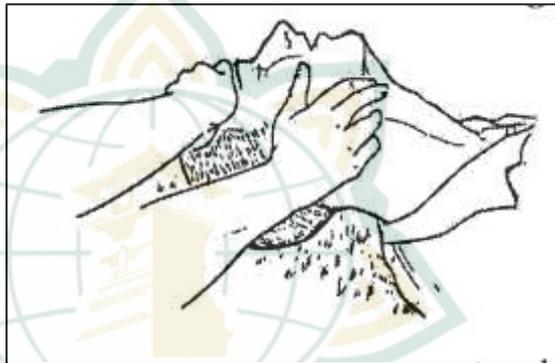
Memeriksa nadi yaitu salah satu pemeriksaan terpenting untuk mendiagnosis suatu penyakit. Nadi dapat diperiksa menggunakan jari telunjuk, jari tengah, serta jari manis diatas nadi radialis atau searah sisi jari jempol pada pergelangan tangan pasien. Sebaiknya

²⁵ Wawancara Dengan Mustamir Pedak Pemilik Klinik Griya Sehat Syafaat 99 Semarang Pada Hari Jum'at 10 Desember 2021 di Semarang

memeriksa nadi pasien tangan kanan menggunakan tangan tangan kanan dan tangan kiri diukur menggunakan tangan kiri²⁶
 lokasi perabaan nadi

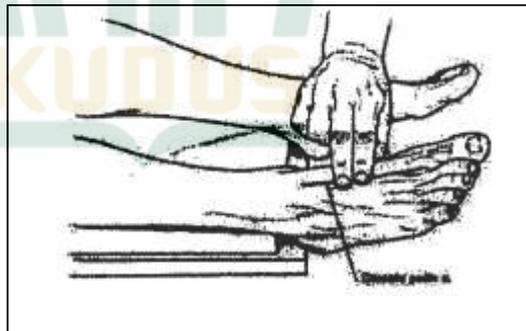
- 1.) *Arteri Carotis Communis*, yaitu denyut nadi dileher dan biasa disebut dengan *Ren Ying*.²⁷

Gambar 2.1
Arteri Carotis Communis



- 2.) *Arteri Dorsalis Pedis*, yaitu denyut nadi di pergelangan kaki biasa disebut nadi *fu yang*.²⁸

Gambar 2.2
Arteri Dorsalis Pedis



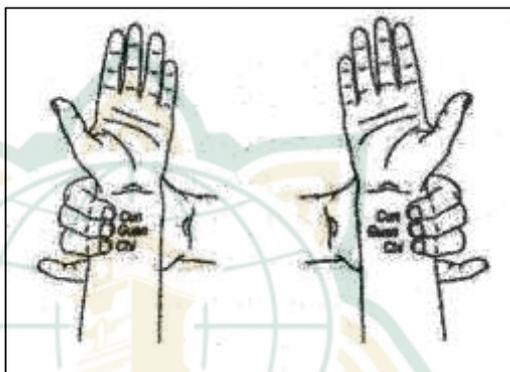
²⁶ Mustamir Pedak, *Bekam dan akupresur untuk emosi*, 19

²⁷ Mustamir Pedak, *Bekam dan akupresur untuk emosi*, 12

²⁸ Mustamir Pedak, *Bekam dan akupresur untuk emosi*, 12

- 3.) *Arteri Radialis*, yaitu denyut nadi di pergelangantangan sisi radialis dan biasa disebut dengan nadi *cun kbeu*. Posisi seperti ini lah yang biasa digunakan untuk diagnosis.²⁹

Gambar 2.3
Arteri Radialis



Nadi dikatakan normal jika frekwensinya antara 60-90 kali dalam satu menit, tidak terlalu mengambang maupun tenggelam, mempunyai akar atau meskipun ditekan agak keras masih tetap tenang dan bertenaga.³⁰

b) Pemeriksaan lidah

Dalam tubuh yang normal lidah berwarna merah muda, jika lidah berwarna pucat maka kurang darah, dan jika lidah berwarna merah berarti adanya panas dalam tubuh.

Setelah itu selaput lidah. Jika selaput lidah putih menunjukkan sindrom dingin tidak baik dibekam, akan tetapi jika kuning menunjukkan sidrom panas maka baik untuk dibekam.³¹

i. Titik-titik yang Dianjurkan Untuk di Bekam

Berikut tempat dimana titik bekam berada beserta masing-masing fungsinya :

²⁹ Mustamir Pedak, *Bekam dan akupresur untuk emosi*, 12

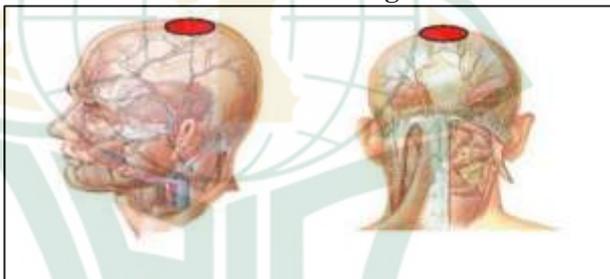
³⁰ Mustamir Pedak, *Bekam dan akupresur untuk emosi*, 13

³¹ Mustamir Pedak. *Bekam dan akupresur untuk emosi*, 13

1) Titik Ummu Mughits

Titik bekam ini merupakan titik utama yang sering digunakan Nabi SAW untuk mengobati berbagai penyakit. Titik bekam ini berada di atas kepala tepatnya berada tepat di ubun-ubun. Titik ummu mughits ini ditutupi rambut kepala, oleh sebab itu saat melakukan terapi bekam biasanya rambut anda akan dicukur oleh terapis untuk mempermudah pembekaman. Titik ini memiliki khasiat yang luar biasa seperti menyembuhkan hipertensi, stroke, vertigo dan migrain yang memang semua penyakit tersebut berhubungan langsung dengan kepala. Untuk pengobatan stroke bukan hanya titik ini yang akan dibekam tapi titik yang ada di tangan serta di kaki juga akan dibekam.³²

Gambar 2.4
Titik Ummu Mughits



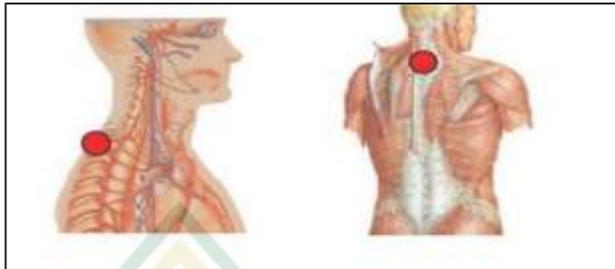
2) Al-Kaahil

Nabi SAW pernah melakukan bekam di titik ini yang terletak di bagian punuk atau di ujung atas tulang belakang yang berada diantara dua pundak. Titik bekam ini akan mengobati berbagai penyakit yang ada disekitar kepala serta gangguan syaraf seperti stres bahkan depresi.³³

³² Wawancara dengan Mustamir pada tanggal 10 Desember di Semarang

³³ Wawancara dengan Mustamir pada tanggal 10 Desember di Semarang

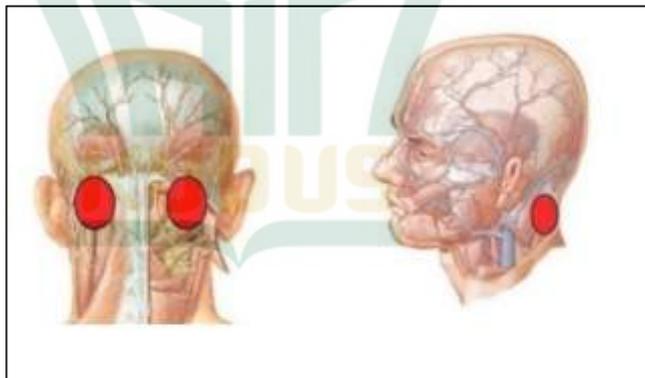
Gambar 2.5
Al-Kaahil



3) Titik Al-Akhdain

Titik bekam yang berada diantara urat samping kiri dan kanan leher. Titik ini juga sangat penting karena merupakan titik pusat usus besar dan usus kecil dimana pusat dari perjalanan serta kegiatan kedua usus tersebut. Melakukan bekam di titik ini akan mengobati penyakit yang disebabkan oleh kelebihan darah atau kerusakan pada jaringan darah disekitar kepala, selain itu titik bekam al-akhdain ini dapat mencegah sakit kepala, wajah, telinga, hidung dan kerongkongan.

Gambar 2.6
Titik Al-Akhdain



4) Titik Punggung

Titik ini merupakan titik yang paling sering dibekam. Tepatnya berada di punggung kiri dan punggung kanan, Kedua bagian punggung ini memiliki titik yang sama. Berbagai penyakit seperti gangguan saluran pernapasan bisa diobati dengan melakukan bekam

di titik tersebut seperti gangguan asma, paru-paru serta bronkitis.³⁴

5) Titik Pinggang atau Ala Warik

Nabi Muhammad SAW pernah dibekam bagian pinggangnya. Titik ala warik ini terletak di 2 jari lateral dari tulang belakang atau berada di belakang pusar. Titik bekam yang terletak pada pinggang bermanfaat mengobati gangguan pada ginjal dan susah buang air kecil.³⁵

6) Titik Pinggul

Selain pinggang yang memiliki titik bekam, bagian pinggul juga memiliki titik bekam yang bermanfaat menghilangkan rasa nyeri yang disebabkan jatuh. Meski tidak bisa mengobati penyakit akibat racun namun keberadaannya juga sangat penting untuk mengobati penyakit yang berasal dari luar fisik atau benturan.³⁶

7) Titik Pangkal Paha

Titik ini terletak di pangkal paha dengan khasiat untuk menyembuhkan kaki yang lemas atau memar akibat jatuh atau terpukul. Titik ini juga akan menghilangkan rasa nyeri ketika usai terbentur benda keras di bagian pangkal paha.³⁷

8) Titik Betis

Titik bekam ini terletak di tengah antara kaki dan lutut. Saat melakukan pembekaman di area ini akan membantu mengobati gangguan kandung kemih, asam urat dan pegal linu.³⁸

9) Titik Punggung Atas Telapak Kaki

Saat sedang mengalami gangguan ketika datang bulan atau haid dapat membekam pada titik ini, selain itu pembekaman pada titik ini akan menyembuhkan

³⁴ Wawancara dengan Mustamir pada tanggal 10 Desember di Semarang

³⁵ Wawancara dengan Mustamir pada tanggal 10 Desember di Semarang

³⁶ Wawancara dengan Mustamir pada tanggal 10 Desember di Semarang

³⁷ Wawancara dengan Mustamir pada tanggal 10 Desember di Semarang

³⁸ Wawancara dengan Mustamir pada tanggal 10 Desember di Semarang

gangguan pada zakar, serta mengobati luka pada paha dan betis.³⁹

10) Al-Katifain

Titik ini terletak pada bagian bahu kanan dan kiri. Titik bekam pada area ini akan membantu mengobati berbagai penyakit berat dan penyakit ringan dari mulai gangguan jantung, paru-paru, saluran pernapasan, masuk angin serta menjadi salah satu dari sekian banyak titik yang mampu mengobati stroke.

j. Titik-titik yang Dilarang Untuk Dibekam

Selain beberapa titik dasar yang biasa digunakan nabi muhammad SAW untuk mengobati berbagai penyakit mulai dari penyakit ringan sampai penyakit kronis tersebut ada juga beberapa titik yang dilarang untuk dibekam seperti berikut ini:

- 1) Titik yang memiliki banyak simpul limpa beberapa titik tersebut sangat dilarang dilakukan bekam karena disana terdapat titik yang dapat menghasilkan antibodi seperti di area pipi, tonsil, bawah rahang, dada, ulu hati, selangkangan serta ketiak.
- 2) Lubang alamiah tubuh manusia memiliki beberapa lubang yang memang sudah diciptakan dari lahir dengan fungsinya masing-masing seperti mulut, telinga, hidung, dubur, kemaluan serta puting susu.
- 3) Lipatan tubuh, lipatan pada tubuh memiliki sifat elastis ini juga dilarang dibekam seperti ketiak, selangkangan seeta siku bagian dalam.
- 4) Serta bagian tubuh lain, beberapa bagian tubuh yang dilarang dibekam seperti titik varises, jaringan luka, kanker, tulang punggung, tempurung lutut, pusat kelenjar limfa atau getah bening, wanita hamil serta bagian tubuh yang memiliki syaraf-syaraf halus seperti tangan bagian dalam.

³⁹ Wawancara dengan Mustamir pada tanggal 10 Desember di Semarang

Semua titik bekam tersebut memiliki manfaatnya tersendiri serta memiliki bahayanya tersendiri. Sebaiknya minta bantu para ahli bekam saat akan melakukan bekam. Meskipun tidak memiliki penyakit tertentu tapi terapi bekam juga dapat dilakukan untuk mengeluarkan racun yang mengendap di dalam tubuh yang akan menjadi bibit penyakit serta dapat meningkatkan daya tahan tubuh.⁴⁰

B. Penelitian Terdahulu

Sebelum melaksanakan penelitian ini, peneliti melakukan kajian kepustakaan terkait beberapa sumber penelitian sejenis. Beberapa penelitian yang peneliti jadikan sebagai kajian pustaka adalah sebagai berikut :

Menurut Raden Surahmat, dan Nanda Rizki Damayanti dalam jurnalnya yang berjudul Pengaruh Terapi Bekam Dalam Menurunkan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Rumah Bekam Palembang, terdapat pengaruh yang signifikan tekanan darah sebelum dilakukan terapi bekam dengan tekanan darah setelah dilakukan terapi bekam di rumah bekam Palembang tahun 2016.⁴¹

Menurut Siti Fatonah, Tori Rihiantoro, dan Titi Astuti dalam jurnalnya yang berjudul Pengaruh Terapi Bekam Terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi Terapi bekam terhadap penderita hipertensi dapat menurunkan tekanan darah sistolik dan rata-rata tekanan darah arteri dibuktikan dengan uji statistik yang didapatkan perbedaan rata-rata tekanan darah sistolik sebelum dan sesudah terapi bekam, dengan nilai p value sebesar 0,000 dan terdapat perbedaan rata-rata tekanan.⁴²

Menurut Yuni Fitriah Ningsih dalam jurnalnya yang berjudul Pengaruh Sport Massage Dan Terapi Bekam

⁴⁰ Wawancara dengan Mustamir pada tanggal 10 Desember di Semarang

⁴¹ Raden surahmat, nanda rizki damayanti. Majalah kedokteran sriwijaya. No. 1. Th 2017

⁴² Siti fatonah, tori rihiantoro, titi astutie. Jurnal keperawatan, vol. XI no. 1. Th 2015

Terhadap Penurunan Kadar Asam Laktat dan Denyut Nadi Ada pengaruh yang signifikan terapi bekam terhadap penurunan kadar asam laktat dan penurunan denyut nadi pada mahasiswa putra jurusan Penkep 2015.⁴³

Menurut Hengki Irawan dan Setyo Ari dalam jurnalnya yang berjudul Pengaruh Terapi Bekam Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Klien Hipertensi, terdapat pengaruh terapi bekam basah terhadap penurunan tekanan darah pada klien hipertensi di perum permata hijau kec. pesantren kota kediri.⁴⁴

Daftar kajian pustaka diatas sama-sama meneliti tentang pengaruh terapi bekam, akan tetapi Kajian pustaka diatas menekankan pada gangguan fisik, sedangkan temuan pada penelitian yang akan dilakukan ini lebih menekankan pada emosi marah.

Berdasarkan beberapa uraian tentang tinjauan pustaka di atas dapat diketahui bahwa penelitian yang diajukan oleh peneliti belum pernah ada pihak yang menelitinya.

C. Landasan Teori

Menurut Mustamir Pedak, pada keadaan emosional pasti akan mempengaruhi Liver. Jika perasaan tersebut berangsur lama maka akan berakibat kemacetan *Qi*-Liver atau *Xie*-Darah, lalu naiknya *Yang*-Liver atau mengobarkan Api-Liver. Jika orang dalam keadaan marah dan membuat *Qi*- Energi naik akan menimbulkan banyak gejala dan tanda-tanda dikepala dan leher seperti sakit kepala, telinga berdengung, muncul jerawat di leher depan, pusing, wajah memerah, gampang terasa haus, lidah merah dan terasa pahit, paling umum yang dirasakan oleh orang marah yaitu sakit kepala.⁴⁵

Kemarahan juga bisa menjadikan muntah darah karena marah menjadikan *Qi*-Liver dan Api-Liver menyerbu Limpa.

⁴³ Yuni fitriah ningsih, journal of physical education, helath and sport vol. 3 no.2. Th 2016

⁴⁴ Hengky irawan, setyo ari, pengaruh bekam terhadap penurunan tekanan darah pada klien hipertensi, jurnal ilmu kesehatan vol. 1 no. 1

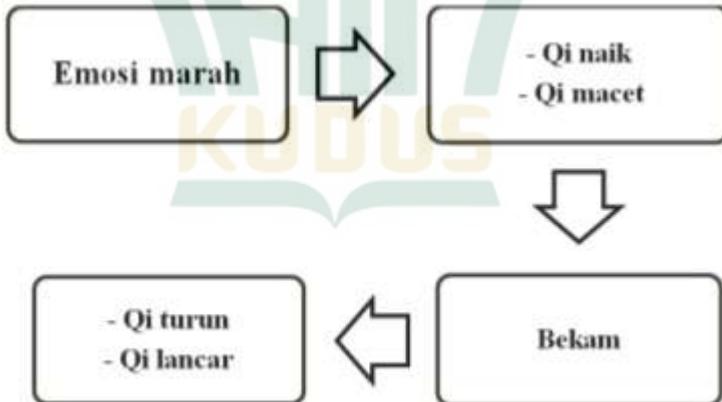
⁴⁵ Mustamir Pedak, Bekam dan akupresur untuk emosi, 7

Tetapi orang yang marah tidak selalu memperlihatkan gejala-gejala seperti yang disebutkan diatas justru menunjukkan rasa tertekan. Seseorang yang marah bisa mengalami depresi mental yang berangsur lama jika marahnya disimpan kedalam batin. Marah juga sering mempengaruhi lambung, Limpa dan Liver. Dikarenakan *Qi*-Liver yang macet menyerbu Lambung dan Limpa. Kondisi ini akan lebih beresiko pada seseorang yang marah dalam waktu makan dan terjadi berulang-ulang. Dalam kondisi tersebut terapi yang dianjurkan dalam klinik Griya Sehat Syafaat 99 adalah terapi bekam, karena jika Liver sehat maka dapat menghidupi jantung, jantung menghidupi limpa, limpa menghidupi paru, dan paru akan menghidupi ginjal.⁴⁶

Dengan adanya hal tersebut bisa disimpulkan bahwa orang yang marah maka akan menyebabkan naiknya *Qi* dan stagnasi *Qi*, dimana *Qi* ini bisa turun dan lancar kembali dengan cara diterapi menggunakan terapi bekam.⁴⁷

D. Kerangka Teori

Tabel 2.1
Kerangka Teori



⁴⁶ Mustamir Pedak, Bekam dan akupresur untuk emosi, 8

⁴⁷ Giovanni maciocia, *The Foundations of Chinese medicine*, 1989). Hlm 282-283

E. Hipotesis

Menurut Budiyono hipotesis adalah suatu jawaban atau dugaan sementara terhadap penelitian dan dibuktikan dengan melalui data.⁴⁸ Adapun hipotesis dalam penelitian ini yaitu ada pengaruh bekam terhadap penurunan emosi marah pada pasien Klinik Griya Syafaat Semarang 99.



⁴⁸ Budiyono. *Statistika untuk penelitian* hal. 141