

**SOSIALISASI TENTANG SOLUSI SEHAT DAN PENGOBATAN ALA
RASULULLAH DENGAN AL-HIJAMAH BEKAM DI ERA SOCIETY 5.0
YAYASAN ALJANNAH SUMATERA BARAT**

***SOCIALIZATION ABOUT HEALTHY SOLUTIONS AND PROPHETIC
TREATMENT WITH AL-HIJAMAH CUPPING IN THE ERA OF SOCIETY 5.0
ALJANNAH FOUNDATION, WEST SUMATRA***

**Ade Wisandra¹, Alfauzain², Muhammad Al Ashari³, Deni Maisa Putra⁴, Devid
Leonard⁵, Siti HandamDewi⁶, Mirza Aulia⁷, Satrio Bagus Yudhanto⁸, Sri Jingga
Oktavia⁹**

STIKES Dharma Landbouw Padang

¹adeperpus@gmail.com, ²alfauzain@gmail.com, ³asharichok24@gmail.com
⁴denimaisaputra@gmail.com, ⁵devid@stikeslandbouw.ac.id,
⁶dewisitihandam@gmail.com, ⁷mirzaauliaaa@gmail.com, ⁸sbhagas@gmail.com, ⁹srijin
ggaoktaviaa@gmail.com

Disubmit : 11 November 2024, Diterima : 30 November 2024, Dipublikasi : 12 Desember 2024

Abstract

Indeed, Allah has equipped every human body with a natural power that can be used to reject and personally cure every disease that attacks him. This power is known in medicine as the immune system. It functions to ward off the entry of various diseases that come from outside the body in the form of bacteria, viruses or external pathogens. Healthy solutions in the style of the Prophet Muhammad teach the principles of a balanced and natural life, including hygiene, healthy eating, physical activity, mental health, and ,disease prevention. In the context of technology 5.0, these principles can be integrated with various digital innovations to support a more effective and efficient healthy lifestyle. Technology 5.0 offers convenience in accessing health information, monitoring physical activity, and managing mental health through apps and wearables. Thus, the combination of the Prophet's teachings and modern technology can create a more holistic and integrated approach to maintaining physical, mental and spiritual health, thereby improving the quality of life of people in this digital era. The Prophet's teachings on hygiene, a halal and nutritious diet, and the importance of maintaining a balanced life, can be combined with technological sophistication to strengthen disease prevention and health promotion efforts. The use of apps to monitor diet, exercise, and good sleeping habits allows individuals to be more aware of their daily habits. On the other hand, advanced medical devices that can identify health problems early, as well as data-driven health systems that facilitate diagnosis and treatment, enable Technology 5.0 also provides opportunities to develop apps that support mental health, such as meditation and stress management. By increasing spiritual awareness through digital Qur'an apps or prayer reminders, Muslims can maintain their connection with Allah while improving their spiritual quality of life. Therefore, by combining the Prophet's healthy principles with modern technology, people can lead a well-rounded healthy life, covering physical, mental and spiritual aspects, in the midst of increasingly advanced times.

Keywords: Health, Teachings of Rosulullah, Technology 5.0

Abstrak

Sesungguhnya Allah telah membekalipada setiap tubuh manusia dengan satu kekuatan fitrah (alami) yang bisa digunakan untuk menolak serta menyembuhkan secara pribadi setiap penyakit yang menyerang dirinya. Kekuatan tersebut dalam dunia kedokteran dikenal dengan system imuniti (daya tahan tubuh). Ia berfungsi menghalau masuknya berbagai penyakit yang datang dari luar tubuh baik yang berupa bakteri, virus atau patogen-patogen luar. Solusi sehat ala Rasulullah

<https://journal.yrpiuku.com/index.php/ceej>

e-ISSN:2715-9752, p-ISSN:2715-9868

Copyright © 2024 THE AUTHOR(S). This article is distributed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International license

SAW mengajarkan prinsip hidup yang seimbang dan alami, meliputi kebersihan, pola makan sehat, aktivitas fisik, kesehatan mental, dan pencegahan penyakit. Dalam konteks teknologi 5.0, prinsip-prinsip tersebut dapat diintegrasikan dengan berbagai inovasi digital untuk mendukung gaya hidup sehat yang lebih efektif dan efisien. Teknologi 5.0 menawarkan kemudahan dalam mengakses informasi kesehatan, memonitor aktivitas fisik, serta mengelola kesehatan mental melalui aplikasi dan perangkat wearable. Dengan demikian, kombinasi antara ajaran Rasulullah dan teknologi modern dapat menciptakan pendekatan yang lebih holistik dan terintegrasi dalam menjaga kesehatan fisik, mental, dan spiritual, sehingga meningkatkan kualitas hidup masyarakat di era digital ini. Ajaran Rasulullah SAW tentang kebersihan, pola makan halal dan bergizi, serta pentingnya menjaga keseimbangan hidup, dapat dipadukan dengan kecanggihan teknologi untuk memperkuat upaya pencegahan penyakit dan promosi kesehatan. Penggunaan aplikasi untuk memantau pola makan, olahraga, serta kebiasaan tidur yang baik, memungkinkan individu untuk lebih sadar akan kebiasaan sehari-hari mereka. Di sisi lain, perangkat medis canggih yang dapat mengidentifikasi masalah kesehatan secara dini, serta sistem kesehatan berbasis data yang mempermudah diagnosa dan perawatan, memungkinkan akses yang lebih cepat dan tepat kepada layanan kesehatan. Teknologi 5.0 juga memberikan peluang untuk mengembangkan aplikasi yang mendukung kesehatan mental, seperti meditasi dan manajemen stres. Dengan meningkatkan kesadaran spiritual melalui aplikasi digital, umat Islam dapat menjaga hubungan dengan Allah sekaligus meningkatkan kualitas hidup spiritualnya. Oleh karena itu, dengan menggabungkan prinsip-prinsip sehat ala Rasulullah dengan teknologi modern, masyarakat dapat menjalani hidup sehat yang menyeluruh, mencakup aspek fisik, mental, dan spiritual, di tengah perkembangan zaman yang semakin maju.

Keywords: Kesehatan, Ajaran Rosulullah, Teknologi 5.0

1. Pendahuluan

Pesatnya perkembangan teknologi dan inovasi medis di era Revolusi Industri 5.0, yang mengintegrasikan kecerdasan buatan, Internet of Things (IoT), dan teknologi canggih lainnya dalam dunia kesehatan, pengobatan ala Rasulullah SAW tetap relevan dan penting untuk dipertimbangkan. Pengobatan ala Rasulullah yang berbasis pada prinsip-prinsip yang sederhana, alami, dan holistik, menawarkan pendekatan yang mengutamakan keseimbangan tubuh, jiwa, dan pikiran, yang semakin penting di tengah dunia yang penuh dengan stres dan polusi modern (Aksenta & Ridwan, 2023)

Era Teknologi 5.0 menuntut adaptasi yang cepat dalam dunia medis, namun tidak dapat dipungkiri bahwa teknologi seringkali memfokuskan pada pengobatan sintomatik dan penggunaan bahan kimia sintetis yang bisa memiliki efek samping jangka panjang. Pengobatan ala Rasulullah, yang mengutamakan penggunaan bahan alami seperti madu, minyak zaitun, habbatussauda, dan berbagai rempah-rempah lainnya, memberikan solusi yang lebih ramah lingkungan dan minim efek samping. Prinsip ini juga sejalan dengan konsep kesehatan yang menyeluruh (holistik), yaitu menjaga keseimbangan antara aspek fisik, mental, dan spiritual.

Dalam menghadapi tantangan era teknologi yang serba cepat ini, pengobatan ala Rasulullah dapat menjadi alternatif atau pelengkap bagi sistem kesehatan modern. Sebagai contoh, pengobatan dengan menggunakan tanaman herbal yang disebutkan dalam hadits-hadits Nabi, bukan hanya untuk meredakan gejala, tetapi juga untuk mencegah penyakit dan memperkuat daya tahan tubuh. Penggunaan bahan alami dalam pengobatan ini tidak hanya mengurangi ketergantungan pada obat kimia, tetapi juga berpotensi untuk mengurangi biaya

perawatan kesehatan, yang seringkali menjadi beban bagi masyarakat modern (Stianingsih et al., 2023).

Masalah gangguan mental menurut (2,5) menunjukkan bahwa sebanyak 9,8% penduduk mengalami gangguan emosional dan bila dibandingkan dengan data riskesdas 2013 adanya peningkatan yang signifikan dari tahun ke tahun sebanyak kurang lebih 7%. Dalam hal ini menurut kemenkes RI 2021 usia yang paling mempengaruhi stressor yaitu usia rentan antara umur 60-74 tahun dengan presentasi terbanyak yaitu 10% umur tersebut dalam katagori lansia yang produktif. (Afifil Ahmad Afton, 2024)

Pengobatan ala Rasulullah juga mengajarkan pentingnya pola hidup sehat yang lebih sederhana dan lebih mendekatkan diri kepada Tuhan. Ini mencakup kebiasaan seperti menjaga kebersihan tubuh dan lingkungan, menjaga pola makan yang seimbang, berolahraga dengan cara yang moderat, serta menjaga hubungan sosial yang harmonis. Semua ini merupakan pendekatan yang dapat mengimbangi kemajuan teknologi yang cenderung menekankan pada penyembuhan penyakit tanpa memperhatikan aspek pencegahan dan kesehatan preventif.

Selain itu, dengan kecanggihan teknologi yang ada, informasi mengenai pengobatan ala Rasulullah semakin mudah diakses dan disebarluaskan. Aplikasi kesehatan dan platform digital dapat digunakan untuk mengedukasi masyarakat tentang pentingnya pola hidup sehat dan pengobatan alami yang telah terbukti melalui pengalaman Nabi Muhammad SAW, yang banyak dijadikan teladan oleh umat Islam di seluruh dunia.

Secara keseluruhan, di era teknologi 5.0, pengobatan ala Rasulullah dapat menjadi bagian dari solusi untuk memperbaiki kualitas hidup manusia dengan menjaga keseimbangan antara teknologi modern dan warisan ilmu kesehatan yang telah terbukti efektif dan bernilai tinggi dari zaman ke zaman. (AMA Saputra & LPI Kharisma, 2023)

2. Metode

Metode yang digunakan dalam kasus ini adalah pendekatan *analisis deskriptif* yang bertujuan untuk mengkaji dan menggali relevansi pengobatan ala Rasulullah SAW dalam konteks perkembangan teknologi medis modern di era Teknologi 5.0. Beberapa langkah metode yang digunakan adalah: (Rheinata Rhamadani Putri Supriadi et al., n.d.)

- a. Memanfaatkan Aplikasi Android : memanfaatkan penerapan teknologi yang ada dalam mendigitalisasi pengetahuan pengobatan ala Rasulullah sebagai panduan untuk diterapkan dalam kehidupan sehari-hari, seperti melalui aplikasi kesehatan atau platform online yang menyebarkan informasi mengenai bahan alami dan cara-cara hidup sehat yang diajarkan oleh Rasulullah SAW.
- b. Studi Kasus Penggunaan Teknologi dalam Pengobatan Alami: Mengidentifikasi contoh-contoh aplikasi yang tersedia untuk dapat mendukung penyebaran dan pemanfaatan pengobatan ala Rasulullah, serta bagaimana masyarakat modern dapat mengintegrasikan prinsip-prinsip tersebut dalam kehidupan mereka melalui media digital, aplikasi, dan sumber informasi lainnya.
- c. Simulasi dan Praktek

Kegiatan Simulasi dan Praktek dilaksanakan menggunakan skenario yang disiapkan oleh Tim untu dipraktekkan oleh mitra sesuai dengan jadwal kegiatan yang sudah ditentukan

d. Evaluasi

Evaluasi kegiatan dilakukan terhadap proses pelatihan kepada petugas rekam medis terkait tentang, prosedur kerja pengobatan dan peranan sistem aplikasi alih media rekam medis yang sesuai dengan kebutuhan teknologi. Beberapa hal yang dievaluasi adalah permasalahan, kekurangan-kekurangan dan kelemahan-kelemahan yang muncul dalam proses pelatihan serta rekomendasi terhadap sistem pengobatan.

3. Hasil dan Pembahasan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pengobatan ala Rasulullah SAW memiliki relevansi yang kuat meskipun berada di tengah pesatnya perkembangan teknologi medis di era 5.0. Penggunaan bahan alami seperti madu, minyak zaitun, habbatussauda, serta penerapan pola hidup sehat yang diajarkan oleh Rasulullah SAW terbukti memiliki manfaat yang luas dalam menjaga kesehatan tubuh, mencegah penyakit, dan meningkatkan daya tahan tubuh. Beberapa penelitian modern juga menunjukkan bahwa bahan-bahan alami ini memiliki kandungan antibakteri, antiinflamasi, dan nutrisi penting yang mendukung kesehatan tubuh secara keseluruhan. Oleh karena itu, pengobatan ala Rasulullah dapat menjadi alternatif yang aman dan efektif dalam menghadapi tantangan kesehatan di era modern.

Selain itu, meskipun pengobatan modern menggunakan teknologi canggih untuk diagnosis dan pengobatan, pendekatan ala Rasulullah SAW lebih mengutamakan pencegahan dan pemeliharaan kesehatan tubuh secara alami. Pengobatan ala Rasulullah SAW menekankan pentingnya menjaga kebersihan, pola makan sehat, dan keseimbangan antara fisik, mental, dan spiritual. Hal ini sejalan dengan prinsip kesehatan holistik yang kini semakin diakui oleh banyak ahli medis, yang tidak hanya fokus pada pengobatan gejala tetapi juga pada upaya mencegah penyakit melalui gaya hidup sehat dan pendekatan yang lebih alami.(abdun Muhammad et al., 2024)

Integrasi teknologi dalam praktik pengobatan ala Rasulullah dapat memperluas jangkauan dan efektivitasnya. Penggunaan aplikasi kesehatan, platform digital, dan media sosial memungkinkan penyebaran informasi tentang pengobatan alami ini kepada masyarakat secara lebih luas dan cepat. Sebagai contoh, aplikasi kesehatan yang menyediakan informasi tentang manfaat bahan alami seperti madu, minyak zaitun, dan habbatussauda dapat memberikan edukasi dan rekomendasi pengobatan yang berbasis pada prinsip-prinsip yang diajarkan Rasulullah. Teknologi ini tidak hanya memperkenalkan manfaat bahan-bahan tersebut tetapi juga memberikan panduan praktis dalam penerapannya dalam kehidupan sehari-hari.



Gambar 1. Pemaparan materi Solusi sehat dan pengobatan ala Rasulullah di Era Society 5.0

Namun, tantangan yang dihadapi adalah bagaimana memastikan bahwa informasi yang disebarakan melalui teknologi benar-benar valid dan berdasarkan pada sumber yang sahih. Meskipun teknologi memungkinkan penyebaran informasi lebih cepat, kualitas dan keakuratan informasi tetap harus menjadi prioritas utama. Oleh karena itu, perlu ada upaya untuk memastikan bahwa sumber-sumber yang digunakan dalam penyebaran informasi pengobatan ala Rasulullah adalah terpercaya dan didukung oleh penelitian ilmiah yang dapat menjamin efektivitasnya. Kolaborasi antara ahli medis, ahli herbal, dan pengembang teknologi diperlukan untuk memastikan bahwa aplikasi dan platform kesehatan yang ada dapat memberikan informasi yang akurat dan bermanfaat.(Yusuf et al., 2023)

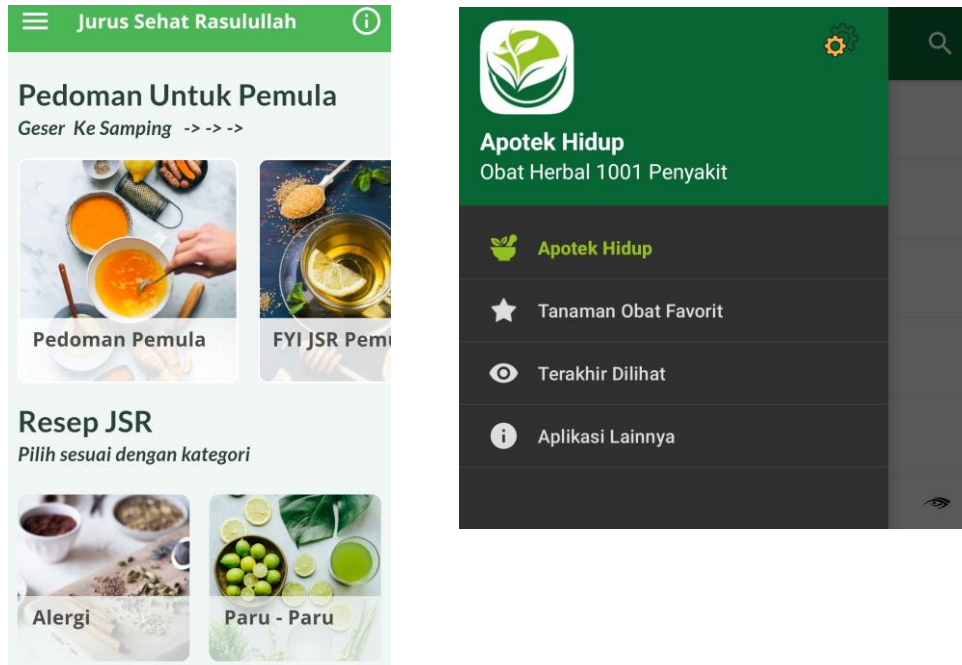
Di sisi lain, meskipun pengobatan ala Rasulullah menawarkan pendekatan yang alami dan lebih minim efek samping, tetap diperlukan kesadaran dan edukasi kepada masyarakat tentang pentingnya konsultasi medis profesional dalam penggunaan bahan-bahan alami ini. Pengobatan modern tetap memiliki peran penting dalam diagnosis penyakit dan penanganan kondisi medis yang kompleks, sementara pengobatan ala Rasulullah lebih dapat dijadikan sebagai pelengkap atau pencegahan. Dengan kombinasi yang tepat antara pengobatan modern dan pengobatan ala Rasulullah, masyarakat dapat memperoleh manfaat terbaik dari kedua pendekatan tersebut dalam menjaga kesehatan dan kualitas hidup.



Gambar 2. Peserta Sosialisasi di Yayasan Al-Jannah Sumatera Barat

Tim Memperkenalkan solusi sehat dan cara pengobatan dan teknis dalam mengimbangi pengobatan dan penggunaan teknologi antara lain :

- 1) Contoh aplikasi android sudah ada pada *play store* yang dapat dimanfaatkan antara lain aplikasi jurus sehat Rasulullah dan Obat Herbal 1001 penyakit :



Gambar 3. Beberapa aplikasi yang tersedia di playstore yang dapat dimanfaatkan dalam solusi sehat ala Rasulullah

Pada gambar tersebut peserta mencatat materi terkait panduan resep Jurus Sehat Rasulullah dan Herbal dalam pengobatan penyakit

Pada tahapan ini dilakukan Penjelasan Cara pengobatan dan referensi obat yang dipakai.

Pada bagian ini dijelaskan tentang beberapa aplikasi jurus sehat ala rasulullah berupa fungsi terkait dalam menjaga kesehatan dan pengobatan herbal.

a. Tahapan Simulasi dan Praktek

Tim membuat skenario simulasi dan praktek yang akan dilakukan oleh staf/pejabat mitra, kemudian melakukan praktek sesuai dengan skenario dengan didampingi oleh anggota tim yang ditunjuk.

- 1) Melakukan persiapan untuk dilakukan praktek pengobatan dan melihat teori dan seputar diagnosa dan esep obat yang tepat digunakan menggunakan *smartphone*
- 2) Dokumen Peserta yang sudah dikonversi menjadi versi digital menggunakan *smartphone*
- 3) Hasil pengobatan diperiksa oleh staf/pejabat yang berwenang untuk memastikan kesesuaian hasil rekam medis dengan apa yang diharapkan.



Gambar 5. Kegiatan Uji Coba Materi untuk dipraktekkan

b. Tahapan Evaluasi

Pada tahap ini tim melakukan evaluasi keseluruhan rangkaian simulasi dan praktek teknologi dan praktek pengobatan sejauh mana pemahaman peserta dalam menjalankan prosedur, melakukan persiapan pengobatan Alternatif ini. Salah satu pengobatan yang dilakukan dalam pengabdian ini adalah bekam yang merupakan sunnah dari Sallallah hu alaihi wa sallam.

4. Simpulan

Solusi sehat ala Rasulullah SAW, yang meliputi kebersihan, pola makan sehat, aktivitas fisik, kesehatan mental, dan pencegahan penyakit, tetap relevan di era teknologi 5.0. Pengintegrasian ajaran beliau dengan teknologi modern memungkinkan penerapan gaya hidup sehat yang lebih efektif dan efisien. Teknologi 5.0, melalui aplikasi kesehatan, perangkat wearable, dan sistem medis canggih, memberikan kemudahan untuk memantau dan meningkatkan kesehatan fisik, mental, serta spiritual. Dengan demikian, kombinasi antara ajaran Rasulullah dan inovasi teknologi dapat menciptakan pendekatan yang holistik dalam menjaga kualitas hidup manusia, serta memperkuat upaya pencegahan penyakit dan promosi kesehatan di tengah kemajuan zaman.

5. Ucapan Terimakasih

Terima kasih kami sampaikan kepada semua pihak yang terlibat dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat, khususnya staf dan pejabat Yayasan aljannah Sumatera Barat sebagai mitra dalam pengabdian ini, dan STIKES Dharma Landbouw Padang atas dukungan yang diberikan sehingga kegiatan ini dapat berjalan dengan baik.

6. Daftar Pustaka

- Abdun Muhammad, hatami aceng, & aina mia. (2024). *PERAN TEKNOLOGI 5G DALAM MENDORONG INOVASI PEMBELAJARAN*.
- Afifil Ahmad Afton, afifah N. (2024). *Terapi Bekam Sebagai Stimulasi Penurunan Stress Pada Lansia Di Desa Mrawan Kecamatan Mayang*. 3(terapi bekam), 6.
- Aksenta, A., & Ridwan, A. (2023). *LITERASI DIGITAL : Pengetahuan & Transformasi Terkini Teknologi Digital Era Society 5.0*. Pt Sonpedia Publishing.
- AMA Saputra, & LPI Kharisma. (2023). *TEKNOLOGI INFORMASI: Peranan TI dalam berbagai bidang*. sonpedia publishing.
- Rheinata Rhamadani Putri Supriadi, S., Minan Chusni Program Studi Pendidikan Fisika UIN Sunan Gunung Djati Bandung Jl Nasution No, M. A., Wetan, C., Cibiru, K., Bandung, K., & Barat, J. (n.d.). *Inovasi pembelajaran berbasis teknologi Artificial Intelligence dalam Pendidikan di era industry 4.0 dan society 5.0*. <https://e-journal.iain-palangkaraya.ac.id/index.php/mipa/>
- Stianingsih, L., Tullah, R., Maisaroh, S., & Nurhasanah, M. (2023). Aplikasi E-commerce Herbal Binasyifa Berbasis Android Menggunakan Framework Flutter. In *AJCSR [Academic Journal of Computer Science Research]* (Vol. 5, Issue 1).
- Yusuf, M., Julianingsih, D., & Ramadhani, T. (2023). *Karya ini berlisensi di bawah Creative Commons Attribution 4.0 (CC BY 4.0) Transformasi Pendidikan Digital 5.0 melalui Integrasi Inovasi Ilmu Pengetahuan dan Teknologi*. 2(1), 11–19. <https://doi.org/10.34306/mentari.v2i1.328>