



RUQYAH SYAR'IYYAH SEBAGAI AMALAN HARIAN MUSLIM: TINJAUAN NASKAH KEISLAMAN DAN KESEHATAN

RUQYAH SYAR'IYYAH AS A DAILY MUSLIM PRACTICE: REVIEW OF ISLAMIC AND HEALTH MANUFACTURES

Andik Isdianto^{1*}, Nuruddin Al Indunissy², Novariza Fitrianti³, Abdul Hamid Arif⁴

¹*Universitas Brawijaya, Email : andik.isdianto@ub.ac.id

²Rehab Hati Foundation, Email : nai.rehab@icloud.com

³Rehab Hati Malang Kota, Email : novarizza.sda@gmail.com

⁴Praktisi Thibb Nabawi Indonesia, Email : halalmugibarokah@gmail.com

*email koresponden: andik.isdianto@ub.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.62567/ijis.v2i1.1527>

Abstract

This article examines the effectiveness of cupping (hijamah) and ruqyah on blood pressure and heart rate regulation, and the potential synergy of both in clinical practice. The objective is to evaluate physiological and psychological effects and propose application strategies aligned with conventional care. A structured literature review was conducted, covering scientific evidence (complementary medicine, cardiovascular, psychophysiology) and primary Islamic sources (Qur'an, hadith) using an interpretive-comparative approach. Findings indicate that cupping produces direct hemodynamic benefits—enhanced perfusion, reduced peripheral vascular resistance, decreased systolic/diastolic blood pressure, and improved heart rate variability (HRV). Ruqyah primarily reduces stress and shifts autonomic balance toward parasympathetic dominance, lowering anxiety, heart rate, and blood pressure while improving HRV. Sequencing ruqyah prior to cupping may yield additive effects on the neuro-cardio-endocrine axis and attenuate procedural stress. Conclusion: cupping and ruqyah are feasible, safe, and affordable complementary options for assisting hypertension control and heart rate stability, with attention to patient selection, contraindications, asepsis, and vital monitoring. Recommendation: standardize protocols (points, duration, “dose” of cups; ruqyah duration/content) and pursue long-term randomized controlled trials with clinical outcomes, HRV metrics, and stress biomarkers to strengthen evidence and practice guidance.

Keywords : *Ruqyah Syar'iyah, Hijamah (Cupping), Hypertension, Heart Rate, Heart Rate Variability (HRV), Islamic Complementary Medicine..*

Abstrak

Artikel ini mengkaji efektivitas terapi bekam (hijamah) dan ruqyah terhadap regulasi tekanan darah dan detak jantung serta peluang sinerginya dalam praktik klinis. Tujuan penelitian adalah menilai bukti fisiologis-psikologis kedua terapi dan merumuskan rekomendasi aplikatif yang selaras dengan tata laksana medis. Metode yang digunakan adalah studi pustaka terstruktur



terhadap literatur ilmiah (kedokteran komplementer, kardiovaskular, psiko-fisiologi) dan sumber-sumber primer pengobatan Islam (Al-Qur'an, hadis) dengan pendekatan interpretatif-komparatif. Hasil dan pembahasan menunjukkan bahwa bekam memberikan efek hemodinamik langsung berupa peningkatan perfusi, penurunan resistensi vaskular perifer, penurunan tekanan darah sistolik–diastolik, serta perbaikan variabilitas denyut jantung (HRV). Ruqyah terutama bekerja melalui reduksi stres dan pergeseran otonom ke arah parasimpatis, yang tercermin pada penurunan kecemasan, detak jantung, dan tekanan darah serta peningkatan HRV. Integrasi ruqyah sebelum bekam secara rasional berpotensi memberi efek aditif pada sumbu neuro–kardio–endokrin, sekaligus menurunkan respons stres prosedural. Simpulan: bekam dan ruqyah layak diposisikan sebagai terapi komplementer yang aman dan terjangkau untuk membantu pengendalian hipertensi dan stabilitas denyut, dengan perhatian pada seleksi pasien, kontraindikasi, aseptis, dan monitoring vital. Saran: perlunya standardisasi protokol (titik, durasi, “dosis” cawan; durasi dan materi ruqyah) serta uji acak terkontrol jangka panjang dengan luaran klinis, metrik HRV, dan biomarker stres untuk memperkuat validitas dan panduan praktik.

Kata Kunci : Ruqyah Syar'iyah, Hijamah (Bekam), Hipertensi, Detak Jantung, Heart Rate Variability (HRV), Pengobatan Islam Komplementer.

1. PENDAHULUAN

Pengelolaan tekanan darah dan detak jantung merupakan aspek krusial dalam kesehatan masyarakat global, terutama di negara-negara dengan prevalensi hipertensi yang tinggi. Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), hipertensi tetap menjadi faktor risiko utama bagi penyakit kardiovaskular, yang berkontribusi signifikan terhadap morbiditas dan mortalitas di seluruh dunia. Meningkatnya jumlah penyakit tidak menular, khususnya yang berkaitan dengan kesehatan jantung, telah menyebabkan perhatian besar terhadap pencarian pengobatan yang efektif. Hipertensi, khususnya, mempengaruhi sebagian besar orang dewasa di negara maju dan berkembang, dengan lebih dari satu miliar orang di dunia diperkirakan menderita kondisi ini. Sayangnya, banyak kasus hipertensi yang tidak terdiagnosis atau dikelola dengan buruk, yang menggarisbawahi perlunya intervensi yang efektif untuk mengurangi risiko komplikasi terkait, seperti stroke, serangan jantung, dan gagal ginjal^{1,2}.

Dalam beberapa tahun terakhir, perhatian yang semakin meningkat diberikan kepada terapi alternatif, terutama bekam (hijama) dan ruqyah (penyembuhan spiritual melalui bacaan Al-Qur'an), sebagai pilihan pengobatan non-invasif yang memiliki potensi dalam mengelola hipertensi. Bekam, sebuah praktik tradisional yang berakar dalam pengobatan Islam, telah semakin diakui karena manfaat terapeutiknya dalam menurunkan hipertensi dan meningkatkan kesehatan jantung. Penelitian menunjukkan bahwa terapi bekam dapat berpotensi menurunkan

¹ Manus, M. B., Bloomfield, G. S., Leonard, A. S., Guidera, L. N., Samson, D. R., & Nunn, C. L. (2018). High prevalence of hypertension in an agricultural village in madagascar. Plos One, 13(8), e0201616. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0201616>

² Bennett, J. E., Stevens, G. A., Mathers, C., Bonita, R., Rehm, J., Kruk, M. E., ... & Ezzati, M. (2018). Ncd countdown 2030: worldwide trends in non-communicable disease mortality and progress towards sustainable development goal target 3.4. The Lancet, 392(10152), 1072-1088. [https://doi.org/10.1016/s0140-6736\(18\)31992-5](https://doi.org/10.1016/s0140-6736(18)31992-5)



tekanan darah pada pasien hipertensi, dengan beberapa studi yang menunjukkan penurunan signifikan pada tekanan darah pasca terapi^{3,4,5}. Terapi ini dikatakan meningkatkan sirkulasi darah dan memiliki efek positif pada parameter kesehatan lainnya, termasuk kadar kolesterol dan kesehatan jantung secara keseluruhan^{6,7}.

Di sisi lain, ruqyah, yang melibatkan pembacaan ayat-ayat Al-Qur'an, telah terbukti mengurangi stres dan kecemasan, yang berhubungan erat dengan pengaturan tekanan darah dan detak jantung. Meskipun bukti yang ada mengenai ruqyah masih terbatas, beberapa penelitian menunjukkan bahwa ruqyah dapat memiliki efek positif pada regulasi tekanan darah dan detak jantung dengan mengurangi tingkat stres yang memicu gangguan kardiovaskular⁸. Meskipun demikian, penelitian lebih lanjut diperlukan untuk menggali lebih dalam mekanisme yang mendasari efek terapi ini dan untuk membandingkan efektivitasnya dengan pengobatan medis konvensional.

Kebaruan dari artikel ini terletak pada penelitiannya yang mengintegrasikan dimensi ilmiah dan spiritual dari terapi bekam dan ruqyah dalam konteks pengelolaan tekanan darah dan detak jantung. Dengan menggabungkan praktik pengobatan Islam dengan pemahaman medis modern, artikel ini bertujuan memberikan kontribusi terhadap pengembangan pengetahuan dalam pengobatan alternatif dan memperkuat argumen mengenai pentingnya integrasi metode non-invasif dalam pengelolaan kesehatan, khususnya bagi pasien yang mencari pengobatan alternatif atau pelengkap untuk hipertensi dan masalah kesehatan jantung. Pendekatan holistik yang menggabungkan pengobatan konvensional dengan terapi non-invasif dapat memperkaya pilihan pengobatan, memberikan hasil yang lebih baik dalam pengelolaan kondisi hipertensi dan jantung.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan studi pustaka (library research), yang melibatkan pengumpulan data dari berbagai sumber seperti buku, jurnal, artikel, serta tafsir dan terjemahan

³ Rohayu, S. B., Wahyudi, K., & IHA, S. G. (2022). The effect of cupping on blood pressure in hypertension. *Science Midwifery*, 10(4), 3143-3148. <https://doi.org/10.35335/midwifery.v10i4.778>

⁴ Andrian, A. A. A. (2023). Cupping therapy in reducing blood pressure in patients with hypertension: a literature study. *Asian Australasian Neuro and Health Science Journal (AANHS-J)*, 5(2), 34-47. <https://doi.org/10.32734/aanhsj.v5i2.11846>

⁵ Stiyasih, V., Yuniarsih, S. M., & Indriono, A. (2022). Effectiveness of cup therapy on reducing blood pressure in hypertension patients: a literature review. *Scientific Proceedings of Islamic and Complementary Medicine*, 1(1), 139-148. <https://doi.org/10.55116/spicm.v1i1.18>

⁶ Sutriyono, S., Robbina, M. R., & Ndi, M. Z. (2019). The effects of wet cupping therapy in blood pressure, glucose, uric acid and total cholesterol levels. *Biology, Medicine, & Natural Product Chemistry*, 8(2), 33-36. <https://doi.org/10.14421/biomedich.2019.82.33-36>

⁷ Jeni, L., Tahiruddin, T., & Rosjidi, C. H. (2023). The effectiveness of wet cupping complementary therapy to decrease blood pressure in hypertension patients at kolaka. *Klasics*, 3(02), 23-32. <https://doi.org/10.46233/klasics.v3i02.1025>

⁸ Rejeki, S., Trimuliani, S., Machmudah, M., & Khayati, N. (2020). Therapeutic effect of al-quran murattal (surah yusuf) on blood pressure level in pregnant women with preeclampsia. *South East Asia Nursing Research*, 2(1), 27. <https://doi.org/10.26714/seanr.2.1.2020.27-32>



Al-Qur'an yang relevan⁹. Sumber utama yang digunakan dalam penelitian ini mencakup Shahih Bukhari, Shahih Muslim, Sunan Abu Dawud, dan Sunan Ibnu Majah, serta jurnal ilmiah terkait pengobatan alternatif. Data yang terkumpul dianalisis dengan menggunakan metode interpretatif, dimana hadis-hadis yang berkaitan dengan pengobatan Islam diidentifikasi, dan jenis-jenis pengobatan (seperti ruqyah, hijamah, madu, habbatussauda, dan air zamzam) diklasifikasikan, untuk kemudian dibandingkan dengan temuan-temuan medis modern. Proses analisis dilakukan dengan dasar teori yang relevan, guna memberikan pemahaman yang lebih menyeluruh. Penelitian ini dilaksanakan dalam jangka waktu tiga bulan, dengan tahapan yang mencakup pengumpulan literatur, analisis data, dan validasi akademik. Diharapkan hasil penelitian ini dapat memperkuat pemahaman akademik mengenai penerapan pengobatan Islam dalam praktik kesehatan modern.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Konsep Kesehatan dalam Islam

Dalam konteks kesehatan menurut Islam, kesehatan dipahami sebagai anugerah dari Allah yang harus dijaga dan dipelihara. Islam menekankan pentingnya keseimbangan antara tubuh, pikiran, dan jiwa sebagai elemen utama dalam menjaga kondisi kesehatan yang optimal. Dalam ajaran Islam, perintah untuk menjaga kesehatan dapat ditemukan dalam Al-Qur'an dan hadis, yang mendorong umat Islam untuk mengikuti pola hidup sehat serta menjaga kebersihan. Contohnya, Allah berfirman dalam surat Al-Baqarah ayat 168,

يَا أَيُّهَا النَّاسُ كُلُوا مِمَّا فِي الْأَرْضِ حَلَالًا طَيِّبًا وَلَا تَتَّبِعُوا خُطُوَاتِ الشَّيْطَانِ إِنَّهُ لَكُمْ عَدُوٌّ مُبِينٌ

“Hai sekalian manusia, makanlah yang halal lagi baik dari apa yang terdapat di bumi, dan janganlah kamu mengikuti langkah-langkah syaitan; karena sesungguhnya syaitan itu adalah musuh yang nyata bagimu”. Dalam ayat lainnya di surat Al-Ma'idah Ayat 6 disebutkan,

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِذَا قُمْتُمْ إِلَى الصَّلَاةِ فَاغْسِلُوا وُجُوهَكُمْ وَأَيْدِيَكُمْ إِلَى الْمَرَافِقِ وَامْسَحُوا بِرُءُوسِكُمْ وَأَرْجُلَكُمْ إِلَى الْكَعْبَيْنِ وَإِنْ كُنْتُمْ جُنُبًا فَاطَّهَّرُوا وَإِنْ كُنْتُمْ مَرْضَىٰ أَوْ عَلَىٰ سَفَرٍ أَوْ جَاءَ أَحَدٌ مِنْكُم مِّنَ الْغَائِطِ أَوْ لَمَسْتُمُ النِّسَاءَ فَلَمْ تَجِدُوا مَاءً فَتَيَمَّمُوا صَعِيدًا طَيِّبًا فَامْسَحُوا بِوُجُوْهِكُمْ وَأَيْدِيكُمْ مِنْهُ مَا يُرِيدُ اللَّهُ لِيَجْعَلَ عَلَيْكُمْ مِنْ حَرَجٍ وَلَكِنْ يُرِيدُ لِيُطَهِّرَكُمْ وَلِيُتِمَّ نِعْمَتَهُ عَلَيْكُمْ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ

“Hai orang-orang yang beriman, apabila kamu hendak mengerjakan shalat, maka basuhlah mukamu dan tanganmu sampai dengan siku, dan sapulah kepalamu dan (basuh) kakimu sampai dengan kedua mata kaki, dan jika kamu junub maka mandilah, dan jika kamu sakit atau dalam perjalanan atau kembali dari tempat buang air (kakus) atau menyentuh perempuan, lalu kamu tidak memperoleh air, maka bertayammumlah

⁹ Chalkiadaki, A. (2018). A Systematic Literature Review of 21st Century Skills and Competencies in Primary Education. *International Journal of Instruction*, 11(3), 1–16. <https://doi.org/10.12973/iji.2018.1131a>



dengan tanah yang baik (bersih); sapulah mukamu dan tanganmu dengan tanah itu. Allah tidak hendak menyulitkan kamu, tetapi Dia hendak membersihkan kamu dan menyempurnakan nikmat-Nya bagimu, supaya kamu bersyukur". Kedua ayat ini menggarisbawahi pentingnya memelihara tubuh agar tidak merusak diri sendiri¹⁰.

Pentingnya kesehatan dalam Islam juga dijelaskan dalam hadis Nabi Muhammad ﷺ yang mengatakan,

!إن لجسدك عليك حقاً

"Sesungguhnya tubuhmu memiliki hak untuk kamu jaga" (HR. Bukhari dan Muslim), yang menegaskan bahwa menjaga kesehatan adalah kewajiban setiap Muslim dan seharusnya menjadi prioritas¹¹. Ada pengakuan bahwa aspek fisik kesehatan tidak dapat dipisahkan dari dimensi spiritual, yang merupakan bagian mendasar dalam kehidupan seorang Muslim. Dalam hal ini, penelitian menunjukkan bahwa dimensi spiritual memiliki dampak signifikan terhadap kesehatan fisik dan mental¹².

Islam mengarahkan umatnya untuk tidak hanya mengandalkan pengobatan medis tetapi juga melibatkan aspek spiritual dalam proses penyembuhan. Pendekatan ini termasuk praktik seperti ruqyah dan bekam, yang diyakini dapat membantu dalam mengatasi masalah kesehatan baik secara fisik maupun spiritual. Hal ini sejalan dengan pandangan bahwa pencarian kesehatan dan penyembuhan tidak terbatas pada praktik medis tetapi juga meliputi doa dan harapan kepada Allah¹³. Terlebih lagi, Nabi Muhammad ﷺ mendorong umatnya untuk mencari pengobatan; namun, hal ini dilandasi dengan keyakinan bahwa kesembuhan yang sejati berasal dari Allah¹⁴.

Dalam kajian kesehatan Islam, ada kesadaran bahwa untuk mencapai kesehatan yang holistik, seseorang harus memahami dan menjaga kedua dimensi ini, yaitu kesehatan jasmani dan rohani¹⁵. Oleh karena itu, pengintegrasian prinsip-prinsip spiritual dan religius ke dalam praktik kesehatan sangat penting, dan penelitian menunjukkan bahwa pendekatan ini dapat berkontribusi positif dalam konteks

¹⁰ Ali-Asghar, S. and Otaghi, M. (2022). Relevance between faith to god and health dimensions in the holy quran: a content analysis. *International Journal of Health Sciences*, 5342-5351. <https://doi.org/10.53730/ijhs.v6ns6.11723>

¹¹ Marzband, R. and Zakavi, A. A. (2015). A concept analysis of self-care based on islamic sources. *International Journal of Nursing Knowledge*, 28(3), 153-158. <https://doi.org/10.1111/2047-3095.12126>

¹² Mmaryan, N., Rassouli, M., & Mehrabi, M. (2016). Spirituality concept by health professionals in iran: a qualitative study. *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*, 2016(1). <https://doi.org/10.1155/2016/8913870>

¹³ Rahman, H. A., Sufian, F. A., Fauzi, S., Azmi, S., & Aziz, A. A. (2019). Prevalence and patient feedback on islamic spiritual healing in brunei. *Spirituality in Clinical Practice*, 6(3), 158-165. <https://doi.org/10.1037/scp0000193>

¹⁴ Zadeh, M. S., Mesri, M., Hosseini, S. M., Gooshki, H. S., & Ahmadi, M. (2019). An exploration of the knowledge components of spiritual health based on the quran and hadiths: a qualitative research. *Journal of Ecophysiology and Occupational Health*, 19(3&4), 144. <https://doi.org/10.18311/jeoh/2019/24619>

¹⁵ Ghalichi, L., Shirzad, F., & Pournik, O. (2023). How do iranian researchers measure spirituality in health studies? a scoping review. *Medical Journal of the Islamic Republic of Iran*. <https://doi.org/10.47176/mjiri.37.24>



penyembuhan komunitas Muslim¹⁶. Dengan demikian, menjaga kesehatan dalam Islam melibatkan usaha aktif untuk memelihara keseimbangan antara tubuh, pikiran, dan jiwa, serta merawat diri dengan cara yang mencerminkan keyakinan dan praktik spiritual.

B. Terapi Bekam dalam Perspektif Islam

Bekam atau hijamah adalah metode pengobatan tradisional yang telah dikenal luas dalam berbagai budaya, khususnya di kalangan umat Islam. Istilah "hijama" berasal dari bahasa Arab yang berarti "menghisap" atau "menyedot," yang menggambarkan mekanisme dasar dari terapi ini, yakni penggunaan cawan atau alat khusus yang diletakkan di atas kulit untuk menghasilkan hisapan dengan cara mengurangi udara di dalamnya^{17,18}. Dalam banyak kasus, terapi bekam juga melibatkan pembuatan sayatan kecil pada kulit untuk mengeluarkan darah yang dipercaya dapat membawa manfaat medis, seperti detoksifikasi dan peningkatan sirkulasi darah^{19,20}.

Praktik bekam sudah ada sejak ribuan tahun yang lalu dan telah menjadi bagian integral dari pengobatan tradisional di berbagai kebudayaan, terutama dalam tradisi Islam. Ajaran Nabi Muhammad ﷺ mengenai bekam sangat jelas, dan beliau sendiri menganjurkan terapi ini sebagai metode penyembuhan. Dalam sebuah hadis yang diriwayatkan oleh Abu Dawud dan Ibnu Majah, Rasulullah ﷺ bersabda:

إِنْ كَانَ فِي شَيْءٍ مِمَّا تَدَاوُونَ بِهِ خَيْرٌ فَالْحِجَامَةُ

“Sesungguhnya sebaik-baik apa yang kalian lakukan untuk mengobati penyakit adalah dengan melakukan bekam [HR Abu Dawud dan Ibnu Majah]

Selain itu, terdapat hadis dari Jabir bin Abdullah yang menceritakan pengalamannya berbekam, yang menunjukkan keutamaan dan manfaatnya:

أَنَّ عَاصِمَ بْنَ عُمَرَ بْنِ قَتَادَةَ حَدَّثَهُ أَنَّ جَابِرَ بْنَ عَبْدِ اللَّهِ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا عَادَ الْمُقَنَّعَ ثُمَّ قَالَ لَا أَبْرَحُ حَتَّى تَحْتَجِمَ فَإِنِّي سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَقُولُ إِنَّ فِيهِ شِفَاءً [رواه أحمد والبخاري ومسلم]

¹⁶ Bagasra, A. (2023). Religious interpretations of mental illness and help-seeking experiences among muslim americans: implications for clinical practice. *Spirituality in Clinical Practice*, 10(1), 20-31. <https://doi.org/10.1037/scp0000299>

¹⁷ Al-luhaidan, K. and Prarthana, M. S. (2020). Hijama practices and the perceived health benefits among the people of al-qassim region, saudi arabia. *Journal of Complementary and Alternative Medical Research*, 13-21. <https://doi.org/10.9734/jocamr/2020/v9i130132>

¹⁸ Tabatabaei, F., Pasalar, M., Tajadini, H., Kamali, M., & Rampp, T. (2021). Effectiveness of wet cupping on patients with facial acne vulgaris: a 12-week, randomized, single-blind, intervention-sham-controlled trial. *Complementary Medicine Research*, 28(6), 508-515. <https://doi.org/10.1159/000514943>

¹⁹ Siddiqui, S. A. and Shoaib, M. H. (2022). Hijama (wet cupping) an ancient traditional healing: a review. *International Journal of Unani and Integrative Medicine*, 6(1), 11-16. <https://doi.org/10.33545/2616454x.2022.v6.i1a.202>

²⁰ Dergaa, I. and Saad, H. B. (2023). From tradition to science: unravelling the mysteries of wet cupping therapy for modern healthcare. *New Asian Journal of Medicine*, 12-19. <https://doi.org/10.61838/kman.najm.1.1.4>



Dari 'Ashim bin Umar bin Qatadah (diriwayatkan) dia memberitahukan bahwa Jabir bin Abdullah r.a. pernah menjenguk al-Muqanna', dia bercerita: Aku tidak sembuh sehingga aku berbekam, karena sesungguhnya aku pernah mendengar Rasulullah saw. bersabda: “Sesungguhnya di dalamnya terkandung kesembuhan” [H.R. Ahmad, al-Bukhari dan Muslim].

Dalam perspektif Islam, manfaat terapi bekam dianggap mencakup aspek fisik dan spiritual. Secara medis, terapi bekam terbukti efektif untuk mengatasi berbagai masalah kesehatan, termasuk nyeri otot, nyeri sendi, dan gangguan sirkulasi darah^{21,22}. Penelitian menunjukkan bahwa terapi ini dapat membantu mengurangi gejala-gejala seperti sakit punggung, sakit kepala, serta masalah hormon^{23,24}. Bekam dipercaya dapat meningkatkan aliran darah, mempercepat proses pemulihan, dan mengeluarkan racun dalam tubuh, yang dikenal sebagai detoksifikasi.

Secara spiritual, terapi bekam memiliki nilai yang lebih mendalam. Dalam Islam, pengobatan tidak hanya dilihat dari sisi fisik, tetapi juga melibatkan aspek spiritual. Bekam menjadi sarana untuk mendekatkan diri kepada Allah, mengamalkan sunnah Nabi Muhammad ﷺ, serta mencari keberkahan melalui ikhtiar yang sesuai dengan ajaran agama. Bekam menjadi simbol pengobatan yang mengharmoniskan tubuh dan jiwa, sebagaimana dijelaskan dalam hadis yang menyebutkan bahwa bekam membawa kesembuhan, baik secara fisik maupun spiritual.

Seiring berjalannya waktu, terapi bekam tidak hanya diterima di dunia Islam, tetapi juga diakui secara ilmiah. Banyak studi modern yang menunjukkan efektivitas terapi bekam dalam pengobatan medis. Misalnya, hasil penelitian yang menunjukkan bahwa bekam dapat memberikan hasil yang efektif dalam mengobati nyeri punggung bawah, dibandingkan dengan terapi alternatif lainnya²⁵. Di Arab Saudi, penelitian juga menunjukkan bahwa masyarakat menerima terapi bekam sebagai bagian dari praktik kesehatan sehari-hari, dengan banyak partisipan yang melaporkan perbaikan signifikan setelah menjalani terapi ini²⁶.

²¹ Bilal, M. and Khan, R. A. (2016). Therapeutic effectiveness of hijama in sciatica pain. *Pharmacology & Pharmacy*, 07(08), 326-330. <https://doi.org/10.4236/pp.2016.78040>

²² Alam, M. (2021). The role of cupping therapy (ct) in pain tackling, an insight into mechanism therapeutic effects and its relevance in current medical scenario. *International Journal of Current Science Research and Review*, 04(07). <https://doi.org/10.47191/ijcsrr/v4-i7-16>

²³ Al-luhaidan, K. and Prarthana, M. S. (2020). Hijama practices and the perceived health benefits among the people of al-qassim region, saudi arabia. *Journal of Complementary and Alternative Medical Research*, 13-21. <https://doi.org/10.9734/jocamr/2020/v9i130132>

²⁴ Khalil, M., Al-Eidi, S., Al-Qaed, M., & Alsanad, S. M. (2018). Cupping therapy in saudi arabia: from control to integration. *Integrative Medicine Research*, 7(3), 214-218. <https://doi.org/10.1016/j.imr.2018.05.002>

²⁵ Dastjerdi, M. J., Azadvari, M., Kordafshari, G., Zhao, B., Adel-Mehraban, M. S., Alipour, R., ... & Sefti, A. V. (2024). Comparative efficacy of acupuncture, venesection, and physical therapy on chronic low back pain outcomes: a randomized clinical trial. *Annals of Medicine & Surgery*, 86(5), 2729-2738.

<https://doi.org/10.1097/ms9.0000000000001944>

²⁶ Buran-Omar, A. P. and Alaban, A. (2022). Integrating al-hijamah into the healthcare system in saudi arabia: hospital staff's perception, possible use, and acceptability. *Complementary Medicine Research*, 29(3), 228-234. <https://doi.org/10.1159/000522469>



C. Ruqyah (Terapi dengan Bacaan Al-Qur'an) dalam Perspektif Islam

Ruqyah adalah metode pengobatan spiritual yang sangat penting dalam ajaran Islam, yang melibatkan pembacaan ayat-ayat Al-Qur'an dan doa-doa tertentu sebagai sarana untuk penyembuhan. Kata "ruqyah" berasal dari bahasa Arab yang berarti "penyembuhan" atau "pengobatan" melalui doa atau bacaan. Dalam konteks Islam, ruqyah tidak hanya digunakan untuk menyembuhkan penyakit fisik, tetapi juga untuk mengatasi gangguan-gangguan spiritual, seperti gangguan dari jin, sihir, atau mata jahat (ain). Praktik ruqyah berdasarkan ajaran Nabi Muhammad ﷺ yang menganjurkan umatnya untuk mencari kesembuhan melalui bacaan Al-Qur'an dan doa-doa tertentu.

Salah satu hadis yang menunjukkan keutamaan ruqyah adalah hadis yang diriwayatkan oleh Abu Sa'id Al-Khudri, di mana Jibril datang kepada Nabi Muhammad ﷺ dan bertanya tentang penyakit yang diderita oleh beliau. Kemudian Jibril membaca doa penyembuhan, yang menjadi salah satu bentuk ruqyah yang terkenal:

بِسْمِ اللَّهِ أَرْقِيكَ، مِنْ كُلِّ شَيْءٍ يُؤْذِيكَ، مِنْ شَرِّ كُلِّ نَفْسٍ أَوْ عَيْنٍ حَاسِدٍ اللَّهُ يَشْفِيكَ، بِسْمِ اللَّهِ أَرْقِيكَ

Artinya: Dengan nama Allah aku meruqyahmu, dari segala sesuatu yang mengganggu, dan dari keburukan penyakit 'ain yang timbul dari pandangan mata orang yang dengki. Semoga Allah menyembuhkanmu. Dengan nama Allah aku meruqyahmu" [HR. Muslim]

Ruqyah dalam Islam memiliki dasar yang kuat dalam Al-Qur'an dan hadis. Salah satu ayat yang mendasari praktik ruqyah adalah Surah Al-Isra (17:82), yang berbunyi:

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

"Dan Kami turunkan dalam Al-Qur'an sesuatu yang menjadi penyembuh dan rahmat bagi orang-orang yang beriman...". Ayat ini menunjukkan bahwa Al-Qur'an itu sendiri berfungsi sebagai penyembuh, memberikan rahmat bagi umat yang beriman dan mencari pertolongan melalui wahyu Allah.

Praktik ruqyah juga didukung oleh banyak hadis Nabi Muhammad ﷺ, yang mengajarkan bahwa pembacaan ayat-ayat tertentu, seperti Al-Fatihah, Ayat Kursi (Al-Baqarah 2:255), dan Al-Ikhlas, dapat menjadi sarana perlindungan dan penyembuhan. Bacaan-bacaan ini, bersama dengan doa-doa lain yang diajarkan dalam hadis, digunakan untuk mengatasi berbagai penyakit fisik maupun gangguan yang berhubungan dengan aspek spiritual.

Mekanisme kerja ruqyah dapat dipahami melalui efek psikologisnya. Penelitian menunjukkan bahwa pembacaan ayat-ayat Al-Qur'an dapat menanamkan ketenangan batin dan mengurangi kecemasan, yang berkontribusi pada perbaikan kesehatan fisik. Misalnya, ketenangan mental yang tercapai melalui mendengarkan atau membaca Al-



Qur'an dapat membantu mengurangi penyakit terkait stres, seperti hipertensi²⁷. Ruqyah diyakini dapat mengatasi kondisi psikogenik dan memberikan bantuan simptomatik untuk berbagai kondisi fisik yang tidak merespons pengobatan konvensional²⁸.

Selain itu, ruqyah berfungsi sebagai proteksi terhadap kekuatan-kekuatan jahat yang tidak tampak, seperti gangguan jin, sihir, atau mata jahat. Hal ini tercermin dalam Surah Al-Falaq (113:4-5) yang berbunyi:

وَمِنْ شَرِّ النَّفَّاثَاتِ فِي الْعُقَدِ
وَمِنْ شَرِّ حَاسِدٍ إِذَا حَسَدَ

"Dan dari kejahatan (makhluk) yang meniup pada simpul-simpul, dan dari kejahatan orang yang dengki apabila ia dengki". Ayat ini menunjukkan bahwa ruqyah adalah sarana untuk berlindung dari hal-hal buruk yang tidak tampak, menggarisbawahi pentingnya terapi ini dalam Islam sebagai pelindung dari kejahatan yang datang dari dunia gaib.

D. Efektivitas Bekam terhadap Tekanan Darah dan Detak Jantung

Berdasarkan penelitian eksperimental yang telah dilakukan oleh berbagai peneliti, terapi bekam terbukti memiliki dampak yang signifikan dalam menurunkan tekanan darah dan menstabilkan detak jantung pada pasien hipertensi dan gangguan kardiovaskular lainnya. Terapi bekam bekerja melalui peningkatan aliran darah yang dihasilkan dari efek hisapan pada cawan bekam, yang membantu mengurangi resistansi vaskular perifer dan meningkatkan perfusi darah ke organ-organ vital, termasuk jantung dan otak²⁹. Proses ini juga mengurangi ketegangan pada pembuluh darah yang dapat menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik³⁰.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah tiga sesi bekam, pasien hipertensi mengalami penurunan tekanan darah yang signifikan³¹. Penurunan tekanan darah ini tidak hanya terbatas pada satu jenis hipertensi, tetapi juga efektif pada pasien dengan hipertensi ringan hingga sedang. Begitu pula, penelitian di Kolaka yang mengonfirmasi hasil serupa dengan menunjukkan bahwa tekanan darah pasien hipertensi turun rata-rata 10-15 mmHg setelah terapi bekam selama 4 minggu³². Hal ini menunjukkan bahwa

²⁷ Ghiasi, A. and Keramat, A. (2018). The effect of listening to holy quran recitation on anxiety: a systematic review. *Iranian Journal of Nursing and Midwifery Research*, 23(6), 411. https://doi.org/10.4103/ijnmr.ijnmr_173_17

²⁸ Rahman, H. A. and Hussin, S. (2021). Case study of using ruqyah complementary therapy on a british muslim patient with cluster headache. *European Journal of Medical and Health Sciences*, 3(1), 5-7. <https://doi.org/10.24018/ejmed.2021.3.1.635>

²⁹ Bilal, M. and Khan, R. A. (2016). Therapeutic effectiveness of hijama in sciatica pain. *Pharmacology & Pharmacy*, 07(08), 326-330. <https://doi.org/10.4236/pp.2016.78040>

³⁰ Sutriyono, S., Robbina, M. R., & Ndii, M. Z. (2019). The effects of wet cupping therapy in blood pressure, glucose, uric acid and total cholesterol levels. *Biology, Medicine, & Natural Product Chemistry*, 8(2), 33-36. <https://doi.org/10.14421/biomedich.2019.82.33-36>

³¹ Rohayu, S. B., Wahyudi, K., & IHA, S. G. (2022). The effect of cupping on blood pressure in hypertension. *Science Midwifery*, 10(4), 3143-3148. <https://doi.org/10.35335/midwifery.v10i4.778>

³² Jeni, L., Tahiruddin, T., & Rosjidi, C. H. (2023). The effectiveness of wet cupping complementary therapy to decrease blood pressure in hypertension patients at kolaka. *Klasics*, 3(02), 23-32. <https://doi.org/10.46233/klasics.v3i02.1025>



bekam memiliki potensi besar sebagai terapi komplementer untuk mengontrol hipertensi.

Mekanisme yang mendasari efektivitas bekam dalam mengurangi tekanan darah terletak pada peningkatan aliran darah yang terjadi di bawah cawan bekam, yang memperbaiki sirkulasi darah secara keseluruhan. Peningkatan perfusi darah ini membantu mengurangi ketegangan pada pembuluh darah, memperbaiki elastisitas pembuluh, dan mengurangi resistansi vaskular perifer, yang pada gilirannya menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik. Selain itu, penelitian lain menyatakan bahwa bekam juga dapat menurunkan kadar kortisol (hormon stres), yang diketahui berperan dalam peningkatan tekanan darah, memberikan efek tambahan dalam pengelolaan hipertensi³³.

Selain memberikan dampak positif pada tekanan darah, terapi bekam juga terbukti efektif dalam menstabilkan detak jantung. Bekam dapat menurunkan detak jantung berlebih, terutama pada pasien yang mengalami gangguan detak jantung akibat stres atau hipertensi³⁴. Mekanisme ini dijelaskan dengan cara bekam yang merangsang sistem saraf parasimpatis, yang berfungsi menurunkan detak jantung dan membantu tubuh mencapai keseimbangan kardiovaskular yang lebih stabil. Ini juga didukung oleh penelitian yang mengungkapkan bahwa bekam dapat menstabilkan detak jantung, terutama pada pasien dengan gangguan jantung akibat kecemasan atau hipertensi³⁵.

Selain itu, hasil penelitian melaporkan bahwa terapi bekam memiliki dampak yang lebih luas pada keseimbangan sistem saraf otonom³⁶. Dengan menstimulasi sistem parasimpatis, bekam mengurangi aktivitas simpatis yang berlebihan, yang sering kali menjadi faktor penyebab meningkatnya detak jantung pada pasien hipertensi³⁷. Dengan demikian, bekam tidak hanya menurunkan tekanan darah, tetapi juga membantu mengatur detak jantung, memberikan stabilitas pada sistem kardiovaskular secara keseluruhan.

Secara keseluruhan, berdasarkan bukti klinis yang ada, terapi bekam memiliki banyak manfaat dalam pengelolaan kardiovaskular, khususnya dalam menurunkan tekanan darah dan menstabilkan detak jantung. Efek terapeutiknya tidak hanya bersifat fisik, tetapi juga memberikan kontribusi dalam pengelolaan stres dan ketegangan

³³ Dergaa, I. and Saad, H. B. (2023). From tradition to science: unravelling the mysteries of wet cupping therapy for modern healthcare. *New Asian Journal of Medicine*, 1(1), 12-19. <https://doi.org/10.61186/najm.1.1.12>

³⁴ Alam, M. (2021). The role of cupping therapy (ct) in pain tackling, an insight into mechanism therapeutic effects and its relevance in current medical scenario. *International Journal of Current Science Research and Review*, 04(07). <https://doi.org/10.47191/ijcsrr/v4-i7-16>

³⁵ Mehta, P. and Dhapte, V. (2015). Cupping therapy: a prudent remedy for a plethora of medical ailments. *Journal of Traditional and Complementary Medicine*, 5(3), 127-134. <https://doi.org/10.1016/j.jtcme.2014.11.036>

³⁶ Khalil, M., Al-Eidi, S., Al-Qaed, M., & Alsanad, S. M. (2018). Cupping therapy in Saudi Arabia: from control to integration. *Integrative Medicine Research*, 7(3), 214-218. <https://doi.org/10.1016/j.imr.2018.05.002>

³⁷ Dergaa, I. and Saad, H. B. (2023). From tradition to science: unravelling the mysteries of wet cupping therapy for modern healthcare. *New Asian Journal of Medicine*, 1(1), 12-19.



emosional yang sering kali menjadi faktor pemicu gangguan kardiovaskular. Terapi ini memberikan pendekatan non-invasif yang efektif, yang dapat digunakan sebagai alternatif atau terapi tambahan dalam pengelolaan hipertensi dan gangguan detak jantung, yang semakin penting dalam konteks pengobatan berbasis Islam dan medis modern.

Dengan hasil penelitian yang menunjukkan efektivitasnya, bekam semakin diakui sebagai terapi yang relevan dan memiliki potensi besar dalam pengelolaan penyakit jantung dan hipertensi, yang tentunya dapat melengkapi terapi medis konvensional. Hasil penelitian ini memberikan landasan kuat untuk memperkenalkan terapi bekam sebagai bagian dari pendekatan pengobatan yang holistik, yang menggabungkan aspek fisik dan spiritual dalam menjaga kesehatan jantung.

E. Efektivitas Ruqyah terhadap Tekanan Darah dan Detak Jantung

Secara konsisten, temuan eksperimental menunjukkan bahwa paparan bacaan Al-Qur'an—baik melalui mendengarkan maupun ruqyah syar'iyah terstruktur—menurunkan beban psikofisiologis yang berasosiasi dengan hipertensi dan takikardia. Pada pasien hipertensi dan cemas, mendengarkan tilawah menurunkan tekanan darah serta detak jantung secara bermakna, menegaskan peran modulasi stres sebagai jalur utama efek terapeutik^{38,39}. Efek akut serupa juga diamati pada pasien pra-operasi, yang diikuti penurunan signifikan parameter hemodinamik, mengindikasikan potensi ruqyah sebagai teknik relaksasi perioperatif yang aman⁴⁰.

Mekanisme sentral yang paling sering dilaporkan adalah penurunan aktivasi simpatis dan peningkatan dominansi parasimpatis. Studi dengan penilaian HRV dan EEG menunjukkan detak jantung berkurang, variabilitas denyut meningkat, serta peningkatan gelombang alfa—semuanya selaras dengan keadaan relaksasi neurofisiologis^{41,42}. Pada konteks rawat intensif, pembacaan ayat Alquran menurunkan tekanan darah dan nadi secara signifikan, menegaskan bahwa bahkan pada kondisi stres

³⁸ Draman, A. P. D. N., Daud, N., Bakar, M., & Ahmad, K. (2023). The effect of listening to al-quran recitation among uncontrolled hypertensive muslim patient attending primary care clinic in kelantan, malaysia: a randomised control trial. *IIUM Medical Journal Malaysia*, 22(1). <https://doi.org/10.31436/imjm.v22i1.1806>

³⁹ Shiddiqsuryadi, M., Hidayat, M. H. M., Muwanni, H. M. M. H. M., & Hasina, S. N. (2024). Effect of murottal al-quran letter asy-syu'ara therapy on blood pressure in hypertension patients. *Journal for Quality in Public Health*, 7(2), 138-144. <https://doi.org/10.30994/jqph.v7i2.487>

⁴⁰ Zulkifli, N. A., Zain, U. I. Z. M., Hadi, A. A., Ismail, M. N., & Aziz, K. H. A. (2022). Effects of listening to quran recitation and nature sounds on preoperative anxiety among patients undergoing surgery. *Pakistan Journal of Psychological Research*, 37(2), 295-310. <https://doi.org/10.33824/pjpr.2022.37.2.18>

⁴¹ Ghiasi, A. and Keramat, A. (2018). The effect of listening to holy quran recitation on anxiety: a systematic review. *Iranian Journal of Nursing and Midwifery Research*, 23(6), 411. https://doi.org/10.4103/ijnmr.ijnmr_173_17

⁴² Majidi, H. and Rajabi-Tavakkol, A. (2025). A systematic review of eeg studies on the neural effects of quran listening. *Iranian Journal of Psychiatry*. <https://doi.org/10.18502/ijps.v20i2.18206>



tinggi, paparan ayat Al-Qur'an dapat menekan reaktivitas fisiologis⁴³. Murottal Al-Qur'an tidak hanya dapat mengurangi kadar hormon stres, tetapi juga dapat mengaktifkan endorfin alami, menghasilkan perasaan relaksasi yang dalam^{44,45}.

Tilawah, yang berupa praktik spiritual dalam bentuk pembacaan, menunjukkan kemampuan untuk menurunkan kadar kortisol, sebuah hormon yang berperan dalam stres, sekaligus meningkatkan kesehatan kardiovaskular di kalangan mahasiswa keperawatan. Dalam penelitian ditemukan bahwa praktik dzikir atau tilawah dan relaksasi dapat secara signifikan mengurangi persepsi stres yang dialami individu, dengan penurunan kadar kortisol yang terukur secara statistik⁴⁶, yang juga menunjukkan keterhubungan dengan sumbu stres yakni sumbu hipotalamus-hipofisis-adrenal (HPA axis) yang memproduksi hormon kortisol dalam kadar seimbang. Efek ini konsisten dengan penurunan kecemasan dan nyeri pada laporan kasus klinis (cluster headache; gangguan depresi mayor) yang disertai perbaikan parameter kardiovaskular, mengindikasikan bahwa ruqyah bekerja sebagai ko-terapi psikospiritual yang menstabilkan respons otonom⁴⁷.

Efektivitas ruqyah juga tercatat pada kelompok khusus. Pada ibu hamil dengan hipertensi ringan, recitation-based intervention menurunkan tekanan darah dan memperbaiki HRV, yang penting untuk keselamatan ibu-janin⁴⁸. Pada pasien hipertensi rawat jalan, hanya 15 menit paparan tilawah menurunkan tekanan darah dan nadi, memperkuat utilisasi ruqyah sebagai intervensi singkat berbiaya rendah di layanan primer⁴⁹. Penelitian yang mengkaji pengaruh pembacaan Al-Qur'an terhadap Heart Rate Variability (HRV) mahasiswa, menunjukkan bahwa berbagai jenis bacaan Al-

⁴³ Hardiyani, T. (2023). The effectiveness of al-qur'an murottal therapy on hemodynamic status during intraoperative at wijayakusuma hospital, purwokerto. *Jambura Nursing Journal*, 5(2), 202-209. <https://doi.org/10.37311/jnj.v5i2.21094>

⁴⁴ Indarti, E. T. (2024). The differences in stress scores after being given murottal therapy qs al-anbiya 83 – 112 in hypertension sufferers. *International Journal of Nursing and Midwifery Science (Ijnms)*, 7(3), 419-424. <https://doi.org/10.29082/ijnms/2023/vol7/iss3/542>

⁴⁵ Astuti, A., Nursalam, N., & Hidayati, L. (2017). The comfort of post orthopedic surgery's client given murottal al-qur'an. *Proceedings of the 8th International Nursing Conference on Education, Practice and Research Development in Nursing (INC 2017)*. <https://doi.org/10.2991/inc-17.2017.24>

⁴⁶ Amir, F., Mastutik, G., Hasinuddin, M., & Putra, S. T. (2018). Dhikr (recitation) and relaxation improve stress perception and reduce blood cortisol level in type 2 diabetes mellitus patients with oad. *Folia Medica Indonesiana*, 54(4), 249. <https://doi.org/10.20473/fmi.v54i4.10707>

⁴⁷ Razali, Z. A., Rahman, N. A. A., & Husin, S. (2018). Complementing the treatment of a major depressive disorder patient with ruqyah shar'iyah therapy: a malaysian case study. *Journal of Muslim Mental Health*, 12(2). <https://doi.org/10.3998/jmmh.10381607.0012.204>

⁴⁸ Ulaa, M., Marlin, R., Yuniza, Y., Azmi, K. T., & Puryanti, F. (2024). The effect of listening to murottal al-quran on anxiety of pregnant women with preeclampsia. *Journal La Medihealthico*, 5(5), 1064-1070. <https://doi.org/10.37899/journallamedihealthico.v5i5.1643>

⁴⁹ Apriliani, E., Basri, B., & Mulyadi, E. (2021). Aplikasi terapi murottal al-quran terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah kerja puskesmas nagrak cianjur. *Jurnal Lentera*, 4(1), 17-27. <https://doi.org/10.37150/jl.v4i1.1395>



Qur'an, termasuk tajweed, surah, dan tema tertentu, dapat mengurangi stres, ketegangan, dan kecemasan dengan meningkatkan keseimbangan fisiologis jantung⁵⁰.

Bacaan Al-Quran dapat membantu meningkatkan stabilitas fisiologis pada bayi prematur, menjelaskan peran stimulasi auditori dalam mengatur fungsi vital⁵¹. Penelitian yang lainnya juga memperlihatkan bahwa suara dari bacaan Al-Quran dapat mengaktifkan bagian-bagian tertentu di otak yang berhubungan dengan penyembuhan psikosomatik, menyoroti efek multimedia dari bacaan dan keterkaitannya dengan EEG⁵².

Dari sisi translasi klinis, pola protokol yang berulang di berbagai studi—durasi 15–20 menit, penggunaan surat dasar (Al-Fatihah, Ayat Kursi) atau tilawah terstandar, lingkungan tenang—menghasilkan penurunan cepat parameter simpatis dan perbaikan penanda otonom^{53,54}. Meski heterogen dalam desain (uji klinis, pre-post, kasus), arah efeknya seragam: penurunan tekanan darah, detak jantung, kecemasan, serta peningkatan HRV—mendukung ruqyah sebagai terapi komplementer non-farmakologis untuk kontrol kardiovaskular berbasis pengurangan stres^{55,56}.

Secara keseluruhan, bukti yang dihimpun memperlihatkan bahwa ruqyah menargetkan simpul kunci regulasi kardiovaskular—psikologis (reduksi kecemasan), neurofisiologis (dominansi parasimpatis, HRV membaik), dan endokrin (penurunan kortisol)—yang bersama-sama menurunkan tekanan darah dan menstabilkan detak jantung. Dengan profil keamanan baik, biaya minimal, dan penerimaan tinggi pada populasi Muslim, ruqyah layak diposisikan sebagai intervensi komplementer yang berdampingan dengan terapi konvensional untuk hipertensi dan disfungsi otonom kardiovaskular.

⁵⁰ Ghanem, E. and Wahab, M. N. A. (2018). Effects of quran recitation on heart rate variability as an indicator of student emotions. *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*, 8(4). <https://doi.org/10.6007/ijarbss/v8-i4/3999>

⁵¹ Noor, F., Shafiq, M., & Fatima, S. (2025). Effect of the holy quran recitation on the physiological responses in premature infants. *Insights-Journal of Health and Rehabilitation*, 3(3 (Health & Allied)), 133-139. <https://doi.org/10.71000/v9svjq30>

⁵² Ismail, S., Reza, F., Jusoh, M. H., Awang, W. S. W., & Juahir, H. (2023). Psychospiritual healing from al-quran: internal aesthetic factor of quranic sound and its effects in activating greater brain regions. *Malaysian Journal of Fundamental and Applied Sciences*, 19(4), 583-606. <https://doi.org/10.11113/mjfas.v19n4.2969>

⁵³ Shiddiqsuryadi, M., Hidayat, M. H. M., Muwanni, H. M. M. H. M., & Hasina, S. N. (2024). Effect of murottal al-quran letter asy-syu'ara therapy on blood pressure in hypertension patients. *Journal for Quality in Public Health*, 7(2), 138-144. <https://doi.org/10.30994/jqph.v7i2.487>

⁵⁴ Hasibuan, A. F. and Prihati, D. R. (2019). Penerapan terapi murottal ayat kursi untuk mengatasi ketidakefektifan koping pada pasien ca mammae. *Jurnal Manajemen Asuhan Keperawatan*, 3(1), 8-15. <https://doi.org/10.33655/mak.v3i1.52>

⁵⁵ Rahman, H. A. and Hussin, S. (2021). Case study of using ruqyah complementary therapy on a british muslim patient with cluster headache. *European Journal of Medical and Health Sciences*, 3(1), 5-7. <https://doi.org/10.24018/ejmed.2021.3.1.635>

⁵⁶ Zamri, N., Ismail, S., Ismail, A., Bakar, N. A., Hassan, S. N. H., Hadi, T. S. T., ... & Bakar, N. A. A. (2025). Electroencephalography and heart rate variability prognostics in mental health therapies for malaysian workers. *International Journal of Public Health Science (IJPHS)*, 14(2), 760. <https://doi.org/10.11591/ijphs.v14i2.25224>



F. Sinergi Bekam dan Ruqyah untuk Regulasi Kardiovaskular

Bekam (hijamah) dan ruqyah merupakan praktik komplementer yang, bila diterapkan terstandar, dapat saling menguatkan dalam pengendalian tekanan darah dan stabilisasi detak jantung. Secara hemodinamik, bekam bekerja melalui tekanan negatif yang meningkatkan perfusi dan menurunkan resistensi vaskular perifer; sejumlah studi klinis/terkontrol melaporkan penurunan tekanan darah serta perbaikan variabilitas denyut jantung (HRV), meski masih terdapat variasi protokol (titik, durasi, teknik) dan tindak lanjut yang pendek sehingga memerlukan standarisasi dan validasi lebih lanjut^{57,58,59}.

Ruqyah terutama memodulasi stres—menggeser keseimbangan otonom ke arah parasimpatis—sehingga menenangkan detak jantung dan berpotensi menurunkan tekanan darah; keunggulannya non-invasif, berbiaya rendah, dan aplikatif lintas konteks (termasuk kehamilan dan pra-operasi), namun bukti masih didominasi studi berskala kecil/kurang kontrol sehingga uji acak berkualitas tinggi tetap dibutuhkan^{60,61,62}.

Integrasi bekam–ruqyah layak diposisikan sebagai strategi holistik pada sumbu neuro–kardio–endokrin: ruqyah ±15–20 menit (mis. Al-Fatihah, Ayat Kursi) dilakukan sebelum bekam untuk menurunkan kecemasan/drive simpatis (stabilisasi HR/HRV, penurunan TD), lalu diikuti bekam basah terstandar (jumlah cawan, titik aman, durasi, asepsis) guna menghasilkan manfaat hemodinamik langsung; urutan ini berpotensi mengurangi respons stres prosedural dan memaksimalkan kontrol tekanan darah, dengan syarat seleksi pasien, skrining kontraindikasi (koagulopati/antikoagulan), serta

⁵⁷ Al-Bedah, A., Khalil, M., El-Olemy, A., Hussein, A., Alqaed, M., Mudaiheem, A., ... & Bakrain, M. (2015). The use of wet cupping for persistent nonspecific low back pain: randomized controlled clinical trial. *The Journal of Alternative and Complementary Medicine*, 21(8), 504-508. <https://doi.org/10.1089/acm.2015.0065>

⁵⁸ Khalil, M., Al-Eidi, S., Al-Qaed, M., & Alsanad, S. (2018). Cupping therapy in Saudi Arabia: from control to integration. *Integrative Medicine Research*, 7(3), 214-218. <https://doi.org/10.1016/j.imr.2018.05.002>

⁵⁹ Xu, R., Liu, S., Xu, G., Yan, C., Cui, Q., Liu, S., ... & Sun, M. (2025). Trends and hotspots in cupping therapy research for pain: a bibliometric study. *Frontiers in Medicine*, 12. <https://doi.org/10.3389/fmed.2025.1559099>

⁶⁰ Razali, Z. and Tahir, M. (2018). The role of psychiatrists and Muslim faith healers in mental health issues. *Iium Medical Journal Malaysia*, 17(1). <https://doi.org/10.31436/imjm.v17i1.1037>

⁶¹ Mahmudah, S. and Muhammad, H. (2022). Sufistic values in cupping therapy from the Sufi healing perspective. *Spirituality and Local Wisdom*, 1(2), 94-102. <https://doi.org/10.15575/sl.w.v1i2.19726>

⁶² Setiyawati, D., Jatmika, W., Read, U., & Colucci, E. (2025). "they think we are trying to combine knowledges, whereas we are trying to harmonize them": a visual exploration of what promotes successful collaboration between mental health workers and healers in Indonesia. *Transcultural Psychiatry*, 62(5), 555-571. <https://doi.org/10.1177/13634615251338906>



monitoring tanda vital pra–pasca tindakan^{63,64,65}. Singkatnya, bekam memberi efek segera pada hemodinamika namun perlu kehati-hatian prosedural, sedangkan ruqyah menawarkan modulasi stres yang aman dan murah; penggabungan keduanya—selaras dengan terapi medis konvensional—menyajikan pendekatan komprehensif untuk meningkatkan kesehatan kardiovaskular dan kesejahteraan menyeluruh.

4. KESIMPULAN

Hasil penelitian ini menegaskan bahwa bekam (hijamah) dan ruqyah sama-sama berkontribusi positif pada regulasi kardiovaskular melalui jalur yang saling melengkapi: bekam memberi efek hemodinamik langsung—meningkatkan perfusi, menurunkan resistensi vaskular perifer, menurunkan tekanan darah sistolik–diastolik, serta memperbaiki HRV; sedangkan ruqyah terutama bekerja lewat reduksi stres—menekan aktivitas simpatis, meningkatkan dominansi parasimpatis, menurunkan detak jantung, dan menstabilkan tekanan darah. Integrasi keduanya—ruqyah ±15–20 menit sebelum bekam basah terstandar—berpotensi menghasilkan efek aditif pada sumbu neuro–kardio–endokrin, sekaligus mengurangi respons stres prosedural. Di tataran praktik, terapi harus ditempatkan sebagai komplementer terhadap tata laksana medis konvensional dengan memperhatikan seleksi pasien, skrining kontraindikasi (koagulopati/antikoagulan), asepsis, serta pemantauan tanda vital. Keterbatasan bukti saat ini mencakup heterogenitas protokol, ukuran sampel kecil, dan tindak lanjut pendek; karena itu diperlukan standarisasi protokol (titik, durasi, “dosis” cawan) dan uji acak terkontrol jangka panjang dengan luaran klinis keras (kejadian kardiovaskular), metrik otonom (HRV domain waktu/frekuensi), dan biomarker stres (mis. kortisol), termasuk kajian keamanan pada populasi khusus (lansia, kehamilan). Integrasi berbasis bukti ini diharapkan memperkaya pilihan terapi yang aman, terjangkau, dan holistik bagi pasien dengan hipertensi dan gangguan irama jantung.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Alam, M. (2021). The role of cupping therapy (CT) in pain tackling, an insight into mechanism therapeutic effects and its relevance in current medical scenario. *International Journal of Current Science Research and Review*, 04(07). <https://doi.org/10.47191/ijcsrr/v4-i7-16>
- Al-Bedah, A., Khalil, M., El-Olemy, A., Hussein, A., Alqaed, M., Mudaiheem, A., ... & Bakrain, M. (2015). The use of wet cupping for persistent nonspecific low back pain: Randomized controlled clinical trial. *The Journal of Alternative and Complementary Medicine*, 21(8), 504–508. <https://doi.org/10.1089/acm.2015.0065>

⁶³ Khoury, B., Rafah, M., & Dargham, Z. (2024). Traditional healing for physical and mental problems in the arab region: past and current practices. *Bjpsych International*, 21(2), 44-46.

<https://doi.org/10.1192/bji.2024.3>

⁶⁴ Al-Bedah, A., Khalil, M., El-Olemy, A., Hussein, A., Alqaed, M., Mudaiheem, A., ... & Bakrain, M. (2015). The use of wet cupping for persistent nonspecific low back pain: randomized controlled clinical trial. *The Journal of Alternative and Complementary Medicine*, 21(8), 504-508.

<https://doi.org/10.1089/acm.2015.0065>

⁶⁵ Khalil, M., Al-Eidi, S., Al-Qaed, M., & Alsanad, S. (2018). Cupping therapy in saudi arabia: from control to integration. *Integrative Medicine Research*, 7(3), 214-218. <https://doi.org/10.1016/j.imr.2018.05.002>



- Al-luhaidan, K., & Prarthana, M. S. (2020). Hijama practices and the perceived health benefits among the people of Al-Qassim region, Saudi Arabia. *Journal of Complementary and Alternative Medical Research*, 13–21. <https://doi.org/10.9734/jocamr/2020/v9i130132>
- Ali-Asghar, S., & Otaghi, M. (2022). Relevance between faith to God and health dimensions in the Holy Quran: A content analysis. *International Journal of Health Sciences*, 5342–5351. <https://doi.org/10.53730/ijhs.v6ns6.11723>
- Amir, F., Mastutik, G., Hasinuddin, M., & Putra, S. T. (2018). Dhikr (recitation) and relaxation improve stress perception and reduce blood cortisol level in type 2 diabetes mellitus patients with OAD. *Folia Medica Indonesiana*, 54(4), 249. <https://doi.org/10.20473/fmi.v54i4.10707>
- Andrian, A. A. A. (2023). Cupping therapy in reducing blood pressure in patients with hypertension: A literature study. *Asian Australasian Neuro and Health Science Journal (AANHS-J)*, 5(2), 34–47. <https://doi.org/10.32734/aanhsj.v5i2.11846>
- Apriliani, E., Basri, B., & Mulyadi, E. (2021). Aplikasi terapi murottal Al-Quran terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Nagrak Cianjur. *Jurnal Lentera*, 4(1), 17–27. <https://doi.org/10.37150/jl.v4i1.1395>
- Astuti, A., Nursalam, N., & Hidayati, L. (2017). The comfort of post orthopedic surgery's client given murottal Al-Qur'an. *Proceedings of the 8th International Nursing Conference on Education, Practice and Research Development in Nursing (INC 2017)*. <https://doi.org/10.2991/inc-17.2017.24>
- Bagasra, A. (2023). Religious interpretations of mental illness and help-seeking experiences among Muslim Americans: Implications for clinical practice. *Spirituality in Clinical Practice*, 10(1), 20–31. <https://doi.org/10.1037/scp0000299>
- Bennett, J. E., Stevens, G. A., Mathers, C., Bonita, R., Rehm, J., Kruk, M. E., ... & Ezzati, M. (2018). NCD Countdown 2030: Worldwide trends in non-communicable disease mortality and progress towards Sustainable Development Goal target 3.4. *The Lancet*, 392(10152), 1072–1088. [https://doi.org/10.1016/s0140-6736\(18\)31992-5](https://doi.org/10.1016/s0140-6736(18)31992-5)
- Bilal, M., & Khan, R. A. (2016). Therapeutic effectiveness of hijama in sciatica pain. *Pharmacology & Pharmacy*, 07(08), 326–330. <https://doi.org/10.4236/pp.2016.78040>
- Buran-Omar, A. P., & Alaban, A. (2022). Integrating Al-Hijamah into the healthcare system in Saudi Arabia: Hospital staff's perception, possible use, and acceptability. *Complementary Medicine Research*, 29(3), 228–234. <https://doi.org/10.1159/000522469>
- Chalkiadaki, A. (2018). A systematic literature review of 21st century skills and competencies in primary education. *International Journal of Instruction*, 11(3), 1–16. <https://doi.org/10.12973/iji.2018.1131a>
- Dastjerdi, M. J., Azadvari, M., Kordafshari, G., Zhao, B., Adel-Mehraban, M. S., Alipour, R., ... & Sefti, A. V. (2024). Comparative efficacy of acupuncture, venesection, and physical therapy on chronic low back pain outcomes: A randomized clinical trial. *Annals of Medicine & Surgery*, 86(5), 2729–2738. <https://doi.org/10.1097/ms9.0000000000001944>



- Dergaa, I., & Saad, H. B. (2023). From tradition to science: Unravelling the mysteries of wet cupping therapy for modern healthcare. *New Asian Journal of Medicine*, 1(1), 12–19. <https://doi.org/10.61186/najm.1.1.12>
- Draman, A. P. D. N., Daud, N., Bakar, M., & Ahmad, K. (2023). The effect of listening to Al-Quran recitation among uncontrolled hypertensive Muslim patient attending primary care clinic in Kelantan, Malaysia: A randomised control trial. *IIUM Medical Journal Malaysia*, 22(1). <https://doi.org/10.31436/imjm.v22i1.1806>
- Ghanem, E., & Wahab, M. N. A. (2018). Effects of Quran recitation on heart rate variability as an indicator of student emotions. *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*, 8(4). <https://doi.org/10.6007/ijarbss/v8-i4/3999>
- Ghalichi, L., Shirzad, F., & Pournik, O. (2023). How do Iranian researchers measure spirituality in health studies? A scoping review. *Medical Journal of the Islamic Republic of Iran*. <https://doi.org/10.47176/mjiri.37.24>
- Ghiasi, A., & Keramat, A. (2018). The effect of listening to holy Quran recitation on anxiety: A systematic review. *Iranian Journal of Nursing and Midwifery Research*, 23(6), 411–420. https://doi.org/10.4103/ijnmr.ijnmr_173_17
- Hardiyani, T. (2023). The effectiveness of Al-Qur'an murottal therapy on hemodynamic status during intraoperative at Wijayakusuma Hospital, Purwokerto. *Jambura Nursing Journal*, 5(2), 202–209. <https://doi.org/10.37311/jnj.v5i2.21094>
- Hasibuan, A. F., & Prihati, D. R. (2019). Penerapan terapi murottal Ayat Kursi untuk mengatasi ketidakefektifan koping pada pasien Ca mammae. *Jurnal Manajemen Asuhan Keperawatan*, 3(1), 8–15. <https://doi.org/10.33655/mak.v3i1.52>
- Indarti, E. T. (2024). The differences in stress scores after being given murottal therapy QS Al-Anbiya 83–112 in hypertension sufferers. *International Journal of Nursing and Midwifery Science (IJNMS)*, 7(3), 419–424. <https://doi.org/10.29082/ijnms/2023/vol7/iss3/542>
- Ismail, S., Reza, F., Jusoh, M. H., Awang, W. S. W., & Juahir, H. (2023). Psychospiritual healing from Al-Quran: Internal aesthetic factor of Quranic sound and its effects in activating greater brain regions. *Malaysian Journal of Fundamental and Applied Sciences*, 19(4), 583–606. <https://doi.org/10.11113/mjfas.v19n4.2969>
- Jeni, L., Tahiruddin, T., & Rosjidi, C. H. (2023). The effectiveness of wet cupping complementary therapy to decrease blood pressure in hypertension patients at Kolaka. *Klasics*, 3(02), 23–32. <https://doi.org/10.46233/klasics.v3i02.1025>
- Khalil, M., Al-Eidi, S., Al-Qa ed, M., & Alsanad, S. M. (2018). Cupping therapy in Saudi Arabia: From control to integration. *Integrative Medicine Research*, 7(3), 214–218. <https://doi.org/10.1016/j.imr.2018.05.002>
- Khoury, B., Rafeh, M., & Dargham, Z. (2024). Traditional healing for physical and mental problems in the Arab region: Past and current practices. *BJPsych International*, 21(2), 44–46. <https://doi.org/10.1192/bji.2024.3>



- Mahmudah, S., & Muhammad, H. (2022). Sufistic values in cupping therapy from the sufi healing perspective. *Spirituality and Local Wisdom*, 1(2), 94–102. <https://doi.org/10.15575/slw.v1i2.19726>
- Majidi, H., & Rajabi-Tavakkol, A. (2025). A systematic review of EEG studies on the neural effects of Quran listening. *Iranian Journal of Psychiatry*. <https://doi.org/10.18502/ijps.v20i2.18206>
- Manus, M. B., Bloomfield, G. S., Leonard, A. S., Guidera, L. N., Samson, D. R., & Nunn, C. L. (2018). High prevalence of hypertension in an agricultural village in Madagascar. *PLOS ONE*, 13(8), e0201616. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0201616>
- Marzband, R., & Zakavi, A. A. (2015). A concept analysis of self-care based on Islamic sources. *International Journal of Nursing Knowledge*, 28(3), 153–158. <https://doi.org/10.1111/2047-3095.12126>
- Mehta, P., & Dhapte, V. (2015). Cupping therapy: A prudent remedy for a plethora of medical ailments. *Journal of Traditional and Complementary Medicine*, 5(3), 127–134. <https://doi.org/10.1016/j.jtcme.2014.11.036>
- Memaryan, N., Rassouli, M., & Mehrabi, M. (2016). Spirituality concept by health professionals in Iran: A qualitative study. *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*, 2016(1). <https://doi.org/10.1155/2016/8913870>
- Noor, F., Shafiq, M., & Fatima, S. (2025). Effect of the Holy Quran recitation on the physiological responses in premature infants. *Insights—Journal of Health and Rehabilitation*, 3(3 (Health & Allied)), 133–139. <https://doi.org/10.71000/v9svjq30>
- Rahman, H. A., & Hussin, S. (2021). Case study of using ruqyah complementary therapy on a British Muslim patient with cluster headache. *European Journal of Medical and Health Sciences*, 3(1), 5–7. <https://doi.org/10.24018/ejmed.2021.3.1.635>
- Rahman, H. A., Sufian, F. A., Fauzi, S., Azmi, S., & Aziz, A. A. (2019). Prevalence and patient feedback on Islamic spiritual healing in Brunei. *Spirituality in Clinical Practice*, 6(3), 158–165. <https://doi.org/10.1037/scp0000193>
- Razali, Z. A., Rahman, N. A. A., & Husin, S. (2018). Complementing the treatment of a major depressive disorder patient with ruqyah shar'iyah therapy: A Malaysian case study. *Journal of Muslim Mental Health*, 12(2). <https://doi.org/10.3998/jmmh.10381607.0012.204>
- Rejeki, S., Trimuliani, S., Machmudah, M., & Khayati, N. (2020). Therapeutic effect of Al-Quran murattal (Surah Yusuf) on blood pressure level in pregnant women with preeclampsia. *South East Asia Nursing Research*, 2(1), 27. <https://doi.org/10.26714/seanr.2.1.2020.27-32>
- Rohayu, S. B., Wahyudi, K., & IHA, S. G. (2022). The effect of cupping on blood pressure in hypertension. *Science Midwifery*, 10(4), 3143–3148. <https://doi.org/10.35335/midwifery.v10i4.778>
- Setiyawati, D., Jatmika, W., Read, U., & Colucci, E. (2025). “They think we are trying to combine knowledges, whereas we are trying to harmonize them”: A visual exploration



- of what promotes successful collaboration between mental health workers and healers in Indonesia. *Transcultural Psychiatry*, 62(5), 555–571. <https://doi.org/10.1177/13634615251338906>
- Shiddiqsuryadi, M., Hidayat, M. H. M., Muwanni, H. M. M. H. M., & Hasina, S. N. (2024). Effect of murottal Al-Quran letter Asy-Syu'ara therapy on blood pressure in hypertension patients. *Journal for Quality in Public Health*, 7(2), 138–144. <https://doi.org/10.30994/jqph.v7i2.487>
- Siddiqui, S. A., & Shoaib, M. H. (2022). Hijama (wet cupping) an ancient traditional healing: A review. *International Journal of Unani and Integrative Medicine*, 6(1), 11–16. <https://doi.org/10.33545/2616454x.2022.v6.i1a.202>
- Stiyasih, V., Yuniarsih, S. M., & Indriono, A. (2022). Effectiveness of cup therapy on reducing blood pressure in hypertension patients: A literature review. *Scientific Proceedings of Islamic and Complementary Medicine*, 1(1), 139–148. <https://doi.org/10.55116/spicm.v1i1.18>
- Sutriyono, S., Robbina, M. R., & Ndi, M. Z. (2019). The effects of wet cupping therapy in blood pressure, glucose, uric acid and total cholesterol levels. *Biology, Medicine, & Natural Product Chemistry*, 8(2), 33–36. <https://doi.org/10.14421/biomedich.2019.82.33-36>
- Tabatabaei, F., Pasalar, M., Tajadini, H., Kamali, M., & Rampp, T. (2021). Effectiveness of wet cupping on patients with facial acne vulgaris: A 12-week, randomized, single-blind, intervention-sham-controlled trial. *Complementary Medicine Research*, 28(6), 508–515. <https://doi.org/10.1159/000514943>
- Ulaa, M., Marlin, R., Yuniza, Y., Azmi, K. T., & Puryanti, F. (2024). The effect of listening to murottal Al-Quran on anxiety of pregnant women with preeclampsia. *Journal La Medihealtico*, 5(5), 1064–1070. <https://doi.org/10.37899/journallamedihealtico.v5i5.1643>
- Xu, R., Liu, S., Xu, G., Yan, C., Cui, Q., Liu, S., ... & Sun, M. (2025). Trends and hotspots in cupping therapy research for pain: A bibliometric study. *Frontiers in Medicine*, 12. <https://doi.org/10.3389/fmed.2025.1559099>
- Zadeh, M. S., Mesri, M., Hosseini, S. M., Gooshki, H. S., & Ahmadi, M. (2019). An exploration of the knowledge components of spiritual health based on the Quran and hadiths: A qualitative research. *Journal of Ecophysiology and Occupational Health*, 19(3&4), 144. <https://doi.org/10.18311/jeoh/2019/24619>
- Zamri, N., Ismail, S., Ismail, A., Bakar, N. A., Hassan, S. N. H., Hadi, T. S. T., ... & Bakar, N. A. A. (2025). Electroencephalography and heart rate variability prognostics in mental health therapies for Malaysian workers. *International Journal of Public Health Science (IJPHS)*, 14(2), 760. <https://doi.org/10.11591/ijphs.v14i2.25224>
- Zulkifli, N. A., Zain, U. I. Z. M., Hadi, A. A., Ismail, M. N., & Aziz, K. H. A. (2022). Effects of listening to Quran recitation and nature sounds on preoperative anxiety among patients



undergoing surgery. *Pakistan Journal of Psychological Research*, 37(2), 295–310.
<https://doi.org/10.33824/pjpr.2022.37.2.18>