

Studi Deskriptif Pesan Dakwah tentang Kesehatan Pada Konten Kreator Youtube dr. Zaidul Akbar

Nurhasanah¹, Ravico², Aan Firtanosa³

^{1,2,3}Institut Agama Islam Negeri Kerinci

¹Email: nh840385@gmail.com

ABSTRACT

dr. Zaidul Akbar was used YouTube as a media for da'wah by the health themes, YouTube is very good way to use for da'wah, because it presents interesting content. Then, da'wah messages with health themes will be easily accepted and understood. This research wanted to know about da'wah messages with health themes in videos that last 40:34 and 50:31 minutes durations which are uploaded on dr. Zaidul Akbar content. This reaserch was used a qualitative approach, and instrumnt was used observation by the sense of sight, which means not asking questions, in other words, the researcher wanted to observe directly on Dr. Zaidul Akbar's YouTube content. After conducting the research, the researcher found that the results of da'wah messages about health in dr. Zaidul Akbar content, consists of 5 moral messages, 4 sharia messages, and 1 aqidah message. In both videos that are 40:34 and 50:31 minutes durations. Da'wah messages about health that are often discussed in their content are moral messages with a total of 5 discussions of moral messages. The health messages include explanations regarding the benefits of dates, spices such as ginger, turmeric, galangal, and lemongrass. dr. Zaidul Akbar also explained the benefits of almsgiving, prayer, fasting, doing good to others for physical, mental and other social health.

Keywords: *Praise Message about Health, dr. Zaidul Akbar*

ABSTRAK

dr. Zaidul Akbar biasa menggunakan media Youtube sebagai media dakwah dengan tema kesehatan, youtube sangat bagus digunakan karena menyajikan konten yang menarik sehingga pesan dakwah dengan tema kesehatan akan mudah diterima dan dipahami. Penelitian ini ingin mengetahui mengenai pesan dakwah dengan tema kesehatan dalam video yang berdurasi 40:34 dan 50:31 menit yang diupload dalam konten youtube dr. Zaidul Akbar. Adapun pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif, dengan cara observasi atau pengamatan yaitu pengamatan yang digunakan indra penglihatan yang berarti tidak mengajukan pertanyaan-pertanyaan dengan kata lain peneliti ingin mengamati secara langsung

pada konten youtube dr Zaidul Akbar. Setelah melakukan penelitian, peneliti menemukan hasil pesan dakwah tentang kesehatan yang terkandung dalam konten youtube dr. Zaidul Akbar, yaitu terdapat 5 pesan akhlak, 4 pesan syariah, dan 1 pesan aqidah. Pada kedua video yang berdurasi 40:34 dan 50:31 menit. Pesan dakwah tentang kesehatan yang sering dibahas pada kontennya adalah pesan akhlak dengan jumlah 5 pembahasan tentang pesan akhlak. Adapun pesan kesehatan di antaranya adalah penjelasan penjelasan mengenai manfaat dari buah kurma, rempah-rempah seperti jahe, kunyit, lengkuas, dan serai. dr. Zaidul Akbar juga menjelaskan manfaat sedekah, sholat, puasa, berbuat baik kepada sesama untuk kesehatan fisik, mental, dan sosial lainnya.

Kata Kunci: Pesan Dakwah tentang Kesehatan, dr. Zaidul Akbar

PENDAHULUAN

Kesehatan adalah kondisi kesejahteraan fisik, mental, dan sosial yang lengkap dan bukan sekedar tidak ada penyakit atau kelemahan (Pratiwi, 2012). Pemahaman mengenai kesehatan telah berubah dari waktu ke waktu. Perkembangan mengenai kesehatan telah memungkinkan setiap orang untuk mempelajari dan menilai diri sendiri serta berpartisipasi aktif dalam gerakan promosi kesehatan berbagai faktor sosial, seperti mempengaruhi status kesehatan. Perilaku individu, kondisi sosial, genetika dan biologi, perawatan kesehatan dan lingkungan fisik.

Ajaran tentang kesehatan di dalam Islam diwakili dengan syariat Islam yang mewajibkan untuk menjaga kebersihan diri dari kotoran. Peristilahan kesehatan banyak ditemukan di dalam dua sumber ajaran Islam, yaitu Al-Qur'an dan Sunnah. Al-Qur'an memandang kesehatan sebagai keadaan umum fisik, mental, spiritual dan kesejahteraan sosial. Hal ini harus dipertahankan tidak hanya merawat masalah kesehatan individu, tetapi juga dengan memelihara sistem yang menjaga tetap sehat dan memelihara sistem kesehatan masyarakat.

Pada saat ini banyak masyarakat yang hobi menonton konten youtube terutama konten-konten yang berbau keislaman, maka dari itu banyak kreator yang meng-upload atau mengunggah sebuah unggahan baik tentang pesan dakwah yang dikontenkan untuk meningkatkan perilaku, akhlak penonton melalui pesan-pesan dakwah. Khususnya yang terkandung dalam konten

kreator Youtube dr. Zaidul Akbar. Yang mengenai pesan dakwah tentang kesehatan.

dr. Zaidul Akbar adalah dokter (Prawira & Maulida, 2020), selain itu beliau juga pendakwah Islam, konsultan, dan praktisi pengobatan sunnah Indonesia. Ia adalah pengagas juru sehat Rasulullah. Ia juga merupakan salah satu pendiri dan ketua umum perkumpulan bekam indonesia. Serta pengurus pusat Asosiasi Pengobatan Tradisional Indonesia.

Adapun permasalahan yang perlu diungkapkan adalah membahas atau mengetahui isi pesan dakwah tentang kesehatan yang terkandung dalam konten kreator youtube dr. Zaidul Akbar agar bisa bermanfaat dikalangan masyarakat khususnya bagi penonton *channel* youtube.

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan metode penelitian *research* yang berarti mencari kembali. Pada dasarnya merupakan suatu upaya pencarian untuk memperoleh ataupun menemukan data yang dilakukan, dalam hal ini penelitian menggunakan konten kreator dr. Zaidul Akbar untuk mengetahui isi pesan dakwah tentang kesehatan dalam *channel* youtube. Sumber data primer yang digunakan dalam penelitian ini adalah sumber data asli yang upload pada channel youtube konten kreator dr. Zaidul Akbar tentang kesehatan yaitu “<https://www.youtube.com/@dr.zaidulakbarofficial9729>”. Sumber data sekunder yang digunakan dalam penelitian ini adalah sumber data yang tidak langsung memberi pengumpulan data yang berupa jurnal dan buku online yang didapat di *Internet*, juga buku yang didapatkan dari perpustakaan kampus IAIN Kerinci, dan Perpustakaan Kota Sungai Penuh. Adapun teknik pengumpulan data yang digunakan studi kepustakaan dan observasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Pesan-Pesan Dakwah Tentang Kesehatan Dalam 2 Video (dr. Zaidul Akbar full materi – *Islamic Book Fair. 2020*) dan (kajian live streaming dr. zaidul akbar official), yang di Upload pada Konten Kreator dr. Zaidul Akbar

1. Pesan Dakwah (Akhlak)

a) Memberi Sesuatu Kepada Orang Lain (Sedekah)

Pada video pertama menit ke 03:15, video yang diunggah pada channel Youtube dr. Zaidul Akbar disimpulkan sebagai bentuk sedekah kepada orang lain. Dikatakan berdasarkan pesan dakwah akhlak. Dimana salah satu akhlak terpuji karena orang yang memberi sesuatu kepada orang lain merupakan sedekah, pada dasarnya umat Islam adalah saudara, sudah sepatutnya saling mengasihi dan mendoakan. Sedekah merupakan memberi sesuatu kepada orang lain yang membutuhkan semata-mata hanya mengharap Ridha Allah SWT, dengan kata lain sedekah adalah pemberian yang diberikan oleh seorang muslim kepada orang yang membutuhkan. Sebagai mana dijelaskan dalam Q.S, Al-Hadid ayat 18.

إِنَّ الْمُسْتَدِّقِينَ وَالْمُسَدِّقَاتِ وَأَقْرَضُوا اللَّهَ قَرْضًا حَسَنًا يُضَاعَفُ لَهُمْ
وَلَهُمْ أَجْرٌ كَرِيمٌ

“Sesungguhnya orang-orang yang bersedekah baik laki-laki maupun perempuan dan meminjamkan kepada Allah dengan pinjaman yang baik, akan dilipatgandakan (balasannya) bagi mereka; dan mereka akan mendapat pahala yang mulia.”

Muhammad Yunus dan Wahbah Zuhaili mendefenisikan sedekah sebagai memberikan sesuatu kepada yang membutuhkan seperti orang fakir dan orang yang berhak menerimanya, tanpa amalan dan hanya mengharap Ridha Allah SWT. Untuk Juraij mengatakan bahwa amal adalah segalanya memberi, berada dalam bentuk kepemimpinan, sikap, atau dalam bentuk

perbuatan baik apapun hadiah, hanya berharap untuk mendapat keridha-an Allah SWT .

Secara psikologis memberi atau membagikan memiliki dampak sebagai berikut : yang pertama adalah efek peningkatan serta menunjukkan bahwa orang yang terlibat dalam perilaku memberi cenderung memiliki suasana hati yang lebih baik. Bukan hanya itu saja, orang yang sering memberi atau bersedekah cenderung lebih jarang mengalami suasana hati yang negatif. Yang kedua adalah manfaat dari dukungan sosial : dukungan sosial melalui sedekah sangat penting untuk melewati masa-masa sulit (Sarafino & Smith, 2014).

b) Qolbu Berupa Kasih Sayang, Kepada Sesama

Pada video pertama menit 1:15 menjelaskan tentang hati atau qolbu. Qolbu merupakan sesuatu anugrah Allah SWT, yang diberikan kepada manusia yang mempunyai kedudukan dan fungsi yang sangat penting dan utama. Sesuatu yang halus (*al-lathiiifah*), ketuhanan (*rabbaniah*), dan kerohanian (*rohaniah*), yang memiliki hubungan dengan daging (hati). Namun tidak ada hubungan antara keduanya dijelaskan dengan kata-kata karena terletak pada renah perasaan pribadi beberapa hati yang halus adalah intinya dialah yang tahu, jadi pengertian hati adalah merupakan sumber atau pusat dari ruh.

Arti dan pengertian inilah yang mengenal Allah SWT, dan menagkap sesuatu yang tidak bisa ditangkap seseorang. Allah SWT berfirman dalam Q.S Al-Qaaf: 37

إِنَّ فِي ذَٰلِكَ لَذِكْرًا لِمَنْ كَانَ لَهُ قَلْبٌ أَوْ أَلْقَى السَّمْعَ وَهُوَ شَهِيدٌ

“Sungguh, pada yang demikian itu pasti terdapat peringatan bagi orang-orang yang mempunyai hati atau yang menggunakan pendengarannya, sedang dia menyaksikannya.”

Qolbu berada di jantung tubuh yang terhubung dengan yang halus (*latifah*) dan kehalusan adalah fitrah manusia. Oleh karena itu hati ibarat pohon atau bagian dari tubuh manusia, yang keduanya bergantung pada pohon tersebut. Qolbu juga seperti raja, ketika semua anggotanya mengikutinya, ketika raja baik, rakyat juga baik, ketika raja hancur, rakyat juga dirugikan.

Berbagai psikologis, kasih sayang, kecerdasan emosi dan spritual dapat disimpulkan bahwa ada berbagai hal yang melatarbelakangi keragaman perilaku manusia, mulai dari aspek biologis, kongnitif, emosional spiritual dan aspek psikologis lainnya. Memahami teori psikologis ini memperluas pemahaman tentang prilaku keagamaan (Saleh, 2018).

c) Mendoakan Kebaikan Kepada Sesama

Pada video pertama menit ke 4: 19 dapat disimpulkan mendoakan sesama. Dapat dikatakan sebagai suatu bentuk doa untuk kebaikan orang lain. Dikategorikan berdasarkan nama menjadi pesan dakwah moral. Dimana salah satu akhlak terpuji karena orang yang berpikiran sama harus saling mendoakan. pada Pada dasarnya, umat Islam adalah bersaudara, tidak apa-apa saling mengasihi dan mendoakan. Doa adalah ibadah ini semacam usaha untuk bertanya dan bertanya Tuhan Berdoa untuk orang lain, untuk hal-hal baik yang kita doakan sebagaimana dalam Hadits

مَا مِنْ عَبْدٍ مُسْلِمٍ يَدْعُو لِأَخِيهِ بِظَهْرِ الْغَيْبِ إِلَّا قَالَ الْمَلَكُ وَكَ
بِمِثْلٍ

“Tidak ada seorang muslim pun yang mendoakan kebaikan bagi saudaranya (sesama muslim) tanpa sepengetahuan-nya, melainkan malaikat akan berkata, dan bagimu juga kebaikan yang sama”.(HR. Muslim)

Salah seorang peneliti, M. Abdul Baqi, menjelaskan alasannya berarti berdoa tanpa sepengetahuan orang yang didoakan ada doa yang bermanfaat selain itu untuk orang yang didoakan, tetapi juga untuk orang yang berdoa. mereka yang berdoa. Faktor: Jadi semakin banyak ia berdoa untuk orang lain, maka semakin banyak juga berdoa untuk diri sendiri, melalui doa bisa untuk menyampaikan berbagai permintaan kepada Allah SWT (Baqi & Fuad, 2021).

d) Melakukan Kegiatan yang Bermanfaat (Berdakwah)

Pada video pertama menit ke 2:20 Seperti yang dijelaskan Zaidul Akbar dalam video kesehatannya, sebenarnya bisa disebut sebagai kegiatan yang bermanfaat. Tetapi ketika seseorang menjelaskan atau membahas ajaran Islam, misalnya sedekah, dan cara-cara mengatasinya, maka dapat dikatakan bahwa itu adalah hal yang bermanfaat. Karena menjelaskan kesehatan dalam konteks khotbah, menambah pengetahuan atau pemahaman kita tentang ajaran Islam.

Orang yang bermanfaat adalah ciri orang muslim. Seorang muslim diperintahkan untuk memberi manfaat bagi orang lain, bukan hanya mencari keuntungan orang atau memanfaatkan orang lain. Ini adalah bagi implementasi konsep Islam, yaitu memberi. Apalagi semua manfaat yang kita berikan kepada orang lain akan kembali ke diri kita sendiri (Dinas Kesehatan JABAR, 2015).

Islam mengajarkan bahwa segala sesuatu yang dilakukan harus didasarkan pada manfaat yang dapat dicapai. Dimana manfaat tersebut berupa kebaikan-kebaikan yang telah dijelaskan Islam melalui Al Quran dan Hadits. Itu bukan hal yang baik hanya berdasarkan penilaian manusia, tetapi itu bertentangan dengan ajaran Islam. Anjuran mengerjakan segala sesuatu berdasarkan kemaslahatan yang dikandungnyadalam hadits Hasan riwayat Imam At-Tirmidzi dan lainnya.

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ
مِنْ حُسْنِ إِسْلَامِ الْمَرْءِ تَرْكُهُ مَا لَا يَعْنِيهِ

“Diriwayatkan dari Abi Hurairah –semoga Allah meridhainya- ia berkata, ‘Rasulullah SAW bersabda, ‘Termasuk baik Islam seseorang adalah meninggalkan hal yang tidak bermanfaat baginya.’”

Ayat di atas menjelaskan mengenai hal yang bermanfaat menurut Islam dan menurut pandangan mata manusia sebenarnya tidak jauh berbeda. Islam biasanya menggunakan penjagaan terhadap lima hal penting. Diantaranya adalah hal-hal yang menyangkut jiwa, harta, keturunan dan akal. Dan pada umumnya masyarakat sangat memperhatikan keempat hal tersebut walaupun tanpa ajaran agama. Salah satunya adalah seseorang bebas melakukan apa saja selama tidak melanggar hak orang lain dalam empat hal tersebut.

Dakwah adalah seruan, seruan untuk kebaikan dan upaya menyampaikan pesan dari satu individu ke individu atau kelompok lain. Salah satu nilai yang terkandung dalam ajaran Islam adalah nilai rahmatan lil'alamin, yang ditujukan untuk semua umat. Oleh karena itu, salah satu tugas utama da'i adalah nilai, agar nilai-nilai Islam dapat mempengaruhi masyarakat (Arsam, 2015).

e) Menjelaskan Tentang Ketenangan Hati.

Dalam video yang kedua pada menit ke 7:44 dr. Zaidul Akbar menjelaskan mengenai tentang ketenangan. Ketenangan hati adalah keadaan dimana seseorang tidak memiliki beban aktivitas yang disertai dengan perasaan bahagia. Kedamaian jiwa seseorang tidak bisa langsung diamati atau diukur. Seperti yang telah dijelaskan oleh dr. zaidul akbar dalam Q.S Al-Fath ayat 4

هُوَ الَّذِي أَنْزَلَ السَّكِينَةَ فِي قُلُوبِ الْمُؤْمِنِينَ لِيَزْدَادُوا إِيمَانًا مَعَ إِيمَانِهِمْ وَاللَّهُ
جُنُودُ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ وَكَانَ اللَّهُ عَلِيمًا حَكِيمًا

“Dialah yang telah menurunkan ketenangan ke dalam hati orang-orang mukmin untuk menambah keimanan atas keimanan mereka (yang telah ada). Dan milik Allah-lah bala tentara langit dan bumi, dan Allah Maha Mengetahui, Mahabijaksana.

Ayat ini memiliki arti umum atau khusus. Secara umum, ayat ini bermakna bahwa Allah akan menanamkan ketenangan, kesabaran, dan ketabahan pada setiap orang beriman agar tidak terjadi perselisihan yang dapat menimbulkan perpecahan. Hanya mereka yang kurang beriman mudah berbenturan dengan orang beriman lainnya. Makna khusus adalah bahwa Allah menentramkan jiwa semua orang yang menghadapi Kesepakatan Hidaybiyah dengan Nabi Muhammad.

Ketenangan pikiran juga kesehatan mental, kesejahteraan mental atau kesehatan mental. Karena orang yang jiwanya damai dan tenang berarti orang tersebut mengalami keseimbangan dalam fungsi jiwanya, sehingga dapat berpikir positif, menghadapi masalah dengan bijak, menyesuaikan diri dengan keadaan saat ini dan merasakan kegembiraan dalam hidup. Hal ini sesuai dengan pandangan Zakiah Daradjat bahwa kesehatan mental adalah pencapaian keselarasan yang sesungguhnya antara faktor mental dan kemampuan untuk menghadapi masalah bersama serta mengalami kebahagiaan dan kemampuan diri secara positif (Drajat, 2011).

2. Pesan Dakwah (Syariah)

a) Keutamaan Sholat.

Pada video pertama menit ke 2:20 dr. Zaidul Akbar membahas mengenai sholat dimana dr. Zaidul Akbar mengatakan “kalo lagi sakit jangan ujung-ujung datang kerumah sakit kalo tidak darurat, temui Allah beruduk dulu sholat dua rokaat mintak petunjuk sama Allah”. Sholat merupakan

ibadah atau sholat wajib bagi setiap muslim. Dalam praktiknya, doa tidak dapat dilakukan secara sukarela. Ada syarat sah salat yang harus dipenuhi agar suatu salat sah di sisi Allah SWT. Perintah sholat sesuai dalam Q.S Nisa ayat 103.

إِنَّ الصَّلَاةَ كَانَتْ عَلَى الْمُؤْمِنِينَ كِتَابًا مَّوْقُوتًا

“Sungguh, shalat itu adalah kewajiban yang dituntutkan waktu atas orang-orang yang beriman”.

اقِمِ الصَّلَاةَ لِذُلُوكِ الشَّمْسِ إِلَى غَسَقِ اللَّيْلِ وَقُرْءَانَ الْفَجْرِ إِنَّ قُرْءَانَ الْفَجْرِ
كَانَ مَشْهُودًا

“Dirikanlah shalat dari sesudah matahari tergelincir sampai gelap malam dan (dirikanlah pula shalat) subuh. Sesungguhnya shalat subuh itu disaksikan (oleh malaikat).”

Shalat adalah salah satu dari lima rukun Islam. Shalat adalah tiang agama yang tidak dapat bertahan tanpanya. Sholat adalah ibadah pertama yang diperintahkan oleh Allah. Sholat adalah ibadah pertama yang diperintahkan oleh Allah. Shalat adalah amalan pertama yang diperhitungkan Allah pada hari kiamat. Shalat adalah wasiat terakhir Rasulullah yang beliau tunjukkan kepada umatnya ketika hendak meninggalkan dunia ini. Shalat adalah ajaran agama terakhir yang tersisa (Safroni, 2013).

Shalat adalah landasan agama. Shalat merupakan dasar dari ibadah lainnya, artinya setiap ibadah layak mendapatkan pahala dari Allah SWT jika shalat tersebut dilakukan. Karena pentingnya tempat salat dalam ajaran Islam, maka sudah sepantasnya ibadah salat diajarkan kepada anak-anak sejak dini dan lebih ditekankan amalannya. Idealnya, anak usia 7 tahun sudah diajarkan sholat mandiri, sesuai sabda Nabi:

قال رسول الله -صلى الله عليه وسلم-: مُرُوا أَوْلَادَكُمْ بِالصَّلَاةِ وَهُمْ أَبْنَاءُ
سَبْعِ سِنِينَ، وَاضْرِبُوهُمْ عَلَيْهَا، وَهُمْ أَبْنَاءُ عَشْرِ، وَفَرَّقُوا بَيْنَهُمْ فِي
الْمَضَاجِعِ

“Mintalah anak-anak Anda untuk shalat ketika mereka berusia 7 tahun dan ketika mereka berusia 10 tahun mereka harus dipukul jika mereka tidak shalat dan pisahkan dari tempat tidurnya” (HR. Muslim).

Jadi pengertian di atas menjelaskan bahwa shalat adalah hukum Allah yang dilakukan pada waktu-waktu tertentu, sehingga harus dilakukan pada waktu-waktu tersebut sesering mungkin dan lebih baik membiarkannya bekerja pada waktu yang tetap dalam kondisi yang tidak sempurna daripada menghentikannya meskipun dibuat dengan sempurna.

Shalat juga menyehatkan tubuh. Ada hubungan yang kuat antara tubuh dan pikiran, tubuh dan pikiran dan pikiran dan jiwa. Hidup itu sendiri adalah hasil dari pertumbuhan kekuatan spiritual, kekuatan fisik dan kekuatan intelektual. Setiap kekacauan di salah satu elemen ini mempengaruhi dua elemen lainnya. Dia, pada gilirannya, memengaruhi kehidupan (Rofiqoh, 2020).

b) Membaca dan Mempelajari Al-Qur'an.

Pada video kedua menit ke 4:45 dr. Zaidul Akbar menerangkan dan menjelaskan ketenang itu ada pada Allah “jadi apa yang harus kita kerjakan secara kogritnya, satu satunya dengan cara membaca Al-Qur'an dan mempelajari-nya”. Menurut bahasa Al-Qur'an artinya bacaan yang sempurna, yaitu nama yang tepat yang Allah pilih karena berdasarkan penciptaan manusia dan orang yang pandai menulis, tidak ada yang menandingi bacaan-Nya. Al-Quran adalah kitab suci yang suci. Banyak orang telah menghafal Al-Qur'an karena Allah merancang Al-Qur'an agar mudah dihafal. Kalaupun seseorang tidak bisa memahami apa yang dihafal karena lafalnya adalah

bahasa Arab, mereka tetap berlomba-lomba mengingatnya sebagai bentuk ibadah dan sebagai cara untuk mendekati diri kepada Allah SWT.

Al-Qur'an diturunkan dari Allah kepada manusia untuk melakukan hal ini sebagai petunjuk jalan yang lurus seperti dalam Al-Qur'an, Surat Al-Isra ayat 9:

إِنَّ هَذَا الْقُرْآنَ يَهْدِي لِلَّتِي هِيَ أَقْوَمُ وَيُبَيِّنُ الْمُؤْمِنِينَ الَّذِينَ يَعْمَلُونَ
الصَّالِحَاتِ أَنَّ لَهُمْ أَجْرًا كَبِيرًا

“Sungguh Al-qur'an ini memberi petunjuk ke (jalan) yang paling lurus dan memberi kabar gembira kepada orang mukmin yang mengerjakan kebajikan, bahwa mereka akan mendapat pahala yang besar”.

Perintah untuk mempelajari kitab suci Al-Qur'an terbukti dari sejarah Nabi Muhammad SAW, dia mengajar setiap hari dandia mengajar teman-temannya untuk membaca, menghafal dan memahami kitab suci. Alquran adalah kitab suci umat Islam yang pertama dan terutama, yang berfungsi sebagai panduan untuk kebaikan dan kejahatan (Muzaki, 2015).

Dalam Islam, orang yang membaca Al-Qur'an dianjurkan untuk berbicara, atau setidaknya didengar dengan telinga dirinya sendiri. Rupanya, setiap sel dalam tubuh manusia bergetar dalam sistem yang tepat, dan perubahan sekecil apa pun pada getaran ini menyebabkan kemungkinan penyakit di berbagai bagian tubuh. Membaca Al-Qur'an dengan suara keras memiliki efek yang luar biasa pada sel-sel otak untuk mengembalikan keseimbangannya. Hal ini membuktikan bahwa membaca Al-Qur'an sangat besar pengaruhnya terhadap proses penyembuhan penyakit kanker, tentunya harus dilakukan dengan iman dan tawakal. Selain itu, ketika ayat suci Al-Qur'an dibacakan, virus dan bakteri berhenti bergetar dan sel-sel sehat diaktifkan secara bersamaan.

c) Bersihkan Hati Dengan Puasa

Pada video pertama menit ke 16:00 dr. Zaidul Akbar menjelaskan mengenai puasa dimana dr. Zaidul Akbar mengatakan “bersihkan tubuhmu, Qolbumu, dengan puasa dengan berbuat baik, fisik-nya dengan perkataan-nya

sumuthasibu puasa ini menyehatkan, itu memang benar, maka sebaliknya ada 30 hari puasa Ramadhan ada 6 hari Syawal, ada puasa Senin Kamis, ada puasa sunnah dan tambahan puasa Daud”.

Ibadah puasa membuat pelakunya tumbuh kuat imannya, puasa membuat pelakunya ikhlas, bersyukur dan bersabar, puasa melahirkan pelaku dengan sifat *kebisyu'* (tenang) dan *tawadhu'* (rendah hati), Puasa melahirkan pelaku dengan sifat cinta, kasih sayang dan kelembutan serta kepedulian terhadap sesama, Puasa melahirkan pelaku dengan jiwa (raja) yakindan optimisme. Puasa juga meningkatkan faktor kejujuran dan amanah. Puasa juga melatih pelakunya untuk selalu dekat dan terbiasa dengan nilai-nilai *rabbaniyah*, sesuai dengan Q.S Al-Baqarah.

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ

“Wahai orang-orang yang beriman! Diwajibkan atas kamu berpuasa sebagaimana diwajibkan atas orang sebelum kamu agar kamu bertakwa”.

Pengertian ayat di atas memang benar adanya, meski tidak mudah dirasakan semua orang. Karena lapar, haus, dan akibat puasa lainnya tidak selalu mengingatkan seseorang akan penderitaan orang lain, tetapi bahkan bisa merangsangnya untuk makan dan menyiapkan berbagai makanan di siang hari untuk menghilangkan rasa lapar dan hausnya di malam hari saat berbuka puasa.

Abi Abdillah Muhammad bin Qasim al-Syafi'i "Puasa setelah Syara" adalah pantangapa pun yang ingin dibatalkan keinginan untuk keinginan perut untuk itumakan hanya karena ketaatan kepada Allah dengan niat yang telah ditentukan sebelumnya, seperti niat berpuasa Ramadhan, puasa penebusan atau puasa izin tepat waktu hari dimulai dari matahari terbit hingga matahari terbenam sampai puasanya diterima kecuali di atas liburan-Nya, hari *tasyrik* dan hari keraguan, dan hanya ituseorang muslim yang berakal (*tamyiz*), bersih dari haid, nifas murni dari *Wiladah* (kelahiran) dan bukan dari Ayan danmabuk di siang hari". Semua puasa yang di perintahkan oleh Allah SWT dan di contohkan oleh Rasulallah SAW, seperti puasa

wajib maupun puasa sunah, sudah jelas memiliki manfaat yang pasti tidak main-main (Syafrow & Mahmud, 2016).

d) Mintak pertolongan kepada Allah

Pada video kedua menit ke 9:45 dimana dr. Zaidul Akbar mengatakan “mintaklah pertolongan kepada Allah” Pertolongan Allah berarti kita harus meminta pertolongan Allah ketika kita dalam kesulitan, dan memang Allah adalah penolong karena kebanyakan orang mengingat Allah ketika mereka dalam kesulitan dan ketika mereka tidak dalam kesulitan. kesulitan lalu lupa untuk bersyukur dan selalu bersyukur kepada Allah atas pertolongan yang Allah berikan kepadanya. Pertolongan Allah sesuai dengan Q.S. al-Baqarah ayat 214.

أَمْ حَسِبْتُمْ أَنْ تُدْخَلُوا الْجَنَّةَ وَلَمَّا يَأْتِكُمْ مَثَلُ الَّذِينَ خَلَوْا مِنْ قَبْلِكُمْ مَسَّتْهُمُ
الْبَأْسَاءُ وَالضَّرَّاءُ وَزُلْزِلُوا حَتَّى يَقُولَ الرَّسُولُ وَالَّذِينَ ءَامَنُوا مَعَهُ مَتَى
نَصُرُ اللَّهَ ۗ أَلَا إِنَّ نَصْرَ اللَّهِ قَرِيبٌ

“Apakah kamu mengira bahwa kamu akan masuk surga, padahal belum datang kepadamu (cobaan) sebagaimana halnya orang-orang terdahulu sebelum kamu? Mereka ditimpa oleh malapetaka dan kesengsaraan, serta digoncangkan (dengan bermacam-macam cobaan) sehingga berkatalah Rasul dan orang-orang yang beriman bersamanya: ‘Bilakah datangnya pertolongan Allah?’ Ingatlah, sesungguhnya pertolongan Allah itu amat dekat.”

Hidup tidak selalu mudah. Ada banyak cobaan yang dihadapi baik individu maupun kelompok. Namun bagi orang yang beriman, seberat apapun musibah yang menimpanya, mereka selalu yakin akan pertolongan Allah. Tidak mengeluh, tidak mengumpat, apalagi putus asa. Pertolongan Allah sangat dekat. Saat percobaan mencapai klimaksnya, maka kebebasan-punmendekat.

3. Pesan Dakwah (Aqidah)

a) Berdo'a

Pada video kedua menit ke menit ke 9:30 dr. Zaidul Akbar membahas mengenai satu ungkapan yaitu do'a dimana dr. Zaidul Akbar mengatakan "do'a ini adalah salah satu ungkapan dalam hati, do'a adalah ketulusan hambanya kepada Rob-nya mintak kepada Allah atas hajad-hajadnya keperluanya, urusannya, dan masalahnya."

Arti doa dalam Islam adalah berserah diri kepada Allah SWT. Makna doa ini diucapkan oleh Imam At-Taib Imam Hafizh Ibnu Hajar dalam kitab Fathul Bari menunjukkan sikap ketakwaan dan rasa butuh kepada Allah SWT karena ibadah tidak dianjurkan melainkan ketaqwaan dan ketundukan kepada sang pencipta dan rasa butuh itu Allah SWT (Tysara, 2020).

Orang yang berdoa seolah-olah munajat (berbicara) dengan Allah berbisik kepada-Nya dengan kalimat yang sopan dan rendah hati, seperti yang di jelaskan dalam Q.S Al-Ghafir ayat 60.

وَقَالَ رَبُّكُمْ ادْعُونِي أَسْتَجِبْ لَكُمْ إِنَّ الَّذِينَ يَسْتَكْبِرُونَ عَنْ عِبَادَتِي سَيَدْخُلُونَ جَهَنَّمَ دَاخِرِينَ

"Dan Tuhanmu berfirman, Berdoalah kepada-Ku, niscaya akan Aku perkenankan bagimu. Sesungguhnya orang-orang yang sombong tidak mau menyembah-Ku akan masuk neraka Jahanam dalam keadaan hina dina."

Dalam ayat ini, Allah memerintahkan semua orang untuk berdoa kepadanya dan dengan tulus berdoa hanya untuknya. Ternyata sholat adalah ibadah yang sama seperti ibadah lainnya, sangat bermanfaat bila dilakukan.

ادْعُوا رَبَّكُمْ تَضَرُّعًا وَخُفْيَةً إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُعْتَدِينَ

"Berdoalah kepada Tuhanmu dengan berendah diri dan suara yang lembut. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang melampaui batas."

Dalam ayat ini, Allah memerintahkan semua orang untuk berdoa dan memohon kepada-Nya dengan suara rendah hati dan lembut yang keluar dari lubuk hati mereka. Allah menganggap orang yang tidak mau shalat atau menolak shalat sebagai orang yang melintasi batas, na'udzubillah!

قُلْ أَمَرَ رَبِّي بِالْقِسْطِ وَأَقِيمُوا وُجُوهَكُمْ عِندَ كُلِّ مَسْجِدٍ
وَادْعُوهُ مُخْلِصِينَ لَهُ الدِّينَ ۚ كَمَا بَدَأَكُمْ تَعُودُونَ

“Katakanlah: Tubanku menyuruh menjalankan keadilan. Dan (katakanlah): Luruskanlah muka (diri)mu di setiap sembahyang dan sembahlah Allah dengan mengikhhlaskan ketaatanmu kepada-Nya. Sebagaimana Dia telah menciptakan kamu pada permulaan (demikian pulalah kamu akan kembali kepada-Nya).”

Pada ayat di atas berjanji Allah untuk memenuhi doa hamba-Nya, tetapi Dia tidak menetapkan waktu kapan Dia akan menyetujuinya. Bagi hambanya umat Islam, mengikuti perintah itu wajib, karena itu adalah hikmat Allah.

Kesehatan jiwa bisa dirawat dengan bantuan psikolog yang akan membantu mengatasinya, tapi juga bisa mengatasinya sendiri melalui doa mendekatkan diri kepada Allah, dan doa juga menyehatkan tubuh. Banyak dokter yang berspesialisasi dalam bidang ini, terutama di Amerika. Penyakit yang diketahui dapat diobati dengan cara ini adalah tekanan darah, gangguan pencernaan (*dispepsia*), penyakit mata, sakit kepala kronis dan lain-lain.

PENUTUP

Setelah peneliti melakukan dan menganalisis pembahasan demi pembahasan. adapun pesan dakwah yang terdapat dalam dua video (dr. Zaidul Akbar full materi – *Islamic Book Fair*. 2020) dan (kajian live streaming dr. zaidul akbar official), konten kreator dr. Zaidul Akbar pada video ini terdapat 5 pesan dakwah tentang akhlak, pertama membahas tentang memberi sesuatu kepada

orang lain, yaitu dapat mengurangi stres, darah dan meningkatkan perasaan bahagia. Kedua qolbu berupa kasih sayang, yaitu dapat melindungi diri dari serangan jantung, dan mencegah depresi. Ketiga mendoakan kebaikan kepada sesama yaitu dapat meningkatkan energi positif, dan bisa membahagiakan orang lain. Keempat melakukan kegiatan yang bermanfaat (berdakwah) dapat meningkatkan perasaan nyaman, dan menstabilkan kondisi psikologi. Dan kelima menjelaskan tentang ketenangan hati yaitu untuk dapat mengurangi resiko penyakit jantung, dan menurunkan tekanan darah. 4 pesan dakwah tentang syariah. Pertama menjelaskan keutamaan sholat, yaitu dapat meningkatkan sirkulasi darah, dapat meredakan nyeri punggung dan nyeri sendi. Kedua membaca dan mempelajari al-qur'an yaitu dapat menurunkan tingkat stres dan meningkatkan fokus serta konsentrasi. Ketiga bersih hati dengan puasa yaitu dapat menahan diri dari hawa nafsu, dan meningkatkan metabolisme. Keempat memintak pertolongan kepada Allah SWT, yaitu dapat membuat perasaan diri lebih baik, dan meningkatkan pola pikir yang lebih kuat. Dan 1 pesan dakwah tentang aqidah. Berdoa yaitu bisa meningkatkan kesehatan mental, dan mengurangi migren serta sakit kepala.

DAFTAR REFERENSI

- Arsam. (2015). Strategi dakwah Dalam Menanamkan nilai-nilai Islam Rahmatan Lil *Alamin* di Lingkungan Masyarakat (Study Terhadap Dosen-dosen STAIN Purwokerto). *KOMUNIKAS: Jurnal Dakwah Dan Komunikasi*, 9(2), 276–301.
- Baqi, A., & Fuad, M. (2021). mu'jam Al-Mufahras Li Alfaz Al- Quor'an al Karim. *Bairun: Dar-Al Fikri*.
- Dinas Kesehatan JABAR. (2015). profil kesehatan Tahun 2015. *Dinas Kesehatan JABAR*.
- Drajat, Z. (1982). *Pendidikan Agama Dalam Pembinaan Mental*. Bulan Bintang.
- Muzaki. (2015). *Keutamaan belajar dan mengajar Al-Qur'an Maudhu dalam perspektif hadist*. 18(1).
- Pratiwi, T. F. (2012). Kualitas Hidup Penderita Kanker. *Development and Clinical Psychology*, 1(1).

- Prawira, Y., & Maulida, H. (2020). Kredibilitas Komunikator Jurus Sehat Rasulullah di Kalangan Followers Instagram @Zaidulakbar. *Jurnal Dakwah Risalah*, 31(1).
- Rofiqoh, A. (2020). Shalat dan Kesehatan Jasmani. *Spiritualita: Journal of Ethics and Spirituality*, 4(1).
- Safroni, S. (2013). *Fiqih sholat*. Universitas Pekan Baru.
- Saleh, A. R. (2018). Pengaruh Disiplin Kerja, Motivasi Kerja, Etos Kerja, dan Lingkungan kerja terhadap produktivitas kerja karyawan bagian produksi PT. Inko Java Semarang. *Amongmakarti*, 11(21), 33.
- Sarafino, & Smith. (2014). *psikologi kesehatan interaksi biopsikososial edisi kedelapan*. wily.
- Syafrow, A., & Mahmud. (2016). *manfaat puasa senin kamis dan puasa daud*. Sketsa.
- Tysara, L. (2020). *9 cara hidup virus corona COVID-19 Menurut para ahli, Perlu dimaspadai, Liputan6*.