



*The Concept of Public Health from Hadith Perspective*

**Konsep Kesehatan Masyarakat Perspektif Hadis**

**Ikmal Ahmad Fauzi<sup>1</sup>, Ecep Ismail<sup>2</sup>**

Jurusan Ilmu Hadis Fakultas Ushuluddin

UIN Sunan Gunung Djati Bandung

[ikmal Fauzi@gmail.com](mailto:ikmal Fauzi@gmail.com)<sup>1</sup>, [ismailecep27@uinsgd.ac.id](mailto:ismailecep27@uinsgd.ac.id)<sup>2</sup>

**Abstract**

*This study aims to explain the concept of hadith about public health. This research is a qualitative type that applies literature study to interpret the hadith (hadith text) by using the sharah hadith approach method. The results and discussion of this study include a general view of health, an explanation of public health hadiths, and the concept of hadith about public health. This research concludes that there are many things taught by the Prophet about health through his hadiths. The hadiths listed provide an overview of how the behavior and efforts to cure disease sufferers, especially the community.*

**Keywords:** *Hadith, Health, Society*

**Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan konsep hadis tentang kesehatan masyarakat. Penelitian ini merupakan jenis kualitatif yang menerapkan studi pustaka untuk melakukan interpretasi terhadap matan (teks hadis) dengan menggunakan metode pendekatan syarah hadis. Hasil dan pembahasan penelitian ini mencakup pandangan umum tentang kesehatan, penjelasan hadis kesehatan masyarakat, dan konsep hadis tentang kesehatan masyarakat. Penelitian ini menyimpulkan bahwa ada banyak hal yang diajarkan oleh Rasul mengenai kesehatan lewat hadis-hadisnya. Hadis-hadis yang tercantum memberikan gambaran tentang bagaimana perilaku dan upaya penyembuhan kepada penderita penyakit, khususnya masyarakat.

**Kata Kunci:** *Hadis, Kesehatan, Masyarakat*



## Pendahuluan

Saat ini manusia sedang diguncang berbagai penyakit. Mulai dari penyakit menular ataupun tidak menular. Penyakit-penyakit baru pun mulai bermunculan seperti Covid-19 yang saat ini hangat diperbincangkan. Banyak masyarakat yang meremehkan bahkan acuh atas penyakit-penyakit tersebut dengan embel-embel 'semua manusia akan mati'. Salah satu alasan munculnya berbagai penyakit tersebut karena masyarakat kurang memperhatikan kesehatan, khususnya kesehatan dirinya. Seperti makan sembarangan, tidak mencuci tangan, dan pola hidup yang tidak sehat. Dan banyak hadis-hadis yang menjelaskan mengenai cara menjaga kesehatan dan mengobati penyakit.

Sejumlah penelitian telah dilakukan sebagai tinjauan pustaka penelitian ini, antara lain Qardhawi Yusup (1995), *Perhatian Islam Terhadap Kesehatan Masyarakat dan Kedokteran*, Gema Insani Press. Penelitian kualitatif ini menerangkan pandangan umum mengenai kesehatan serta memaparkan hadis-hadis tentang kesehatan masyarakat. Lalu, menyimpulkan bahwa dalam hadis banyak pula anjuran-anjuran Rasulullah untuk menjaga kesehatan, seperti bersiwak, mandi, memotong kuku, mencukur rambut ketiak dan lain sebagainya (Yusuf 1995). Nurhayati (2016). *Kesehatan Dan Perobatan Dalam Islam*, Ahkam. Penelitian kualitatif ini memaparkan mengenai pengobatan-pengobatan Islam dalam kitab Bukhari. Penelitian ini menyimpulkan bahwa Nabi mengajarkan pengobatan-pengobatan praktis dalam Islam (Nurhayati 2016). Yeni M Dalil (2016), *Hadis-hadis Tentang Farmasi: Sebuah Kajian Integral Dalam Memahami Hadis Rasulullah*, International conference IAIN Batu sangkar. Penelitian kualitatif ini menerapkan konsep farmasi/kesehatan menggunakan pola Islam sesuai pengalaman Nabi. Dan menyimpulkan bahwa hadis-hadis itu sangat berkontribusi sekali terhadap kemajuan farmasi (Dalil 2017).

Berbagai penelitian terdahulu bermanfaat bagi penyusunan kerangka berpikir penelitian ini. Kesehatan yaitu keadaan yang meliputi kesehatan badan, rohani dan sosial dan bukan hanya keadaan yang bebas dari penyakit, cacat dan lemah (World Health Organization). Secara garis besar, kesehatan adalah keadaan yang terhindar dari penyakit. Penyakit jasmani maupun rohani. Hadis mengenai kesehatan masyarakat banyak dijumpai dalam Shahih Bukhari bab Syifa' Tsalâtsah. Hadis tentang kesehatan dari segi sanad dan matannya berkualitas shahih karena diriwayatkan oleh Imam Bukhari. Syarah hadis menunjukkan bahwa ada beberapa poin pedoman dasar yang diajarkan Nabi saw antara lain: a) Tidak mengotori sumber-sumber air; b) Membersihkan halaman dan rumah; c) Menghilangkan halangan yang merintang atau mengusik pengguna jalan, pasar, dan tempat umum lainnya; dan d) Mengharamkan memotong pohon dan tanaman di tempat-tempat



umum. Konsep kesehatan masyarakat yaitu menggabungkan antara *thibb jasad* (perobatan jasmani) dan *thibb qalb* (perobatan rohani). Mencegah penyakit dan menjaga kesehatan. Lalu mengobati penyakit menggunakan metode pengobatan Islam (Rahmasari 2017).

Berdasarkan paparan di atas, disusun formula penelitian, yaitu rumusan masalah, pertanyaan penelitian dan tujuan penelitian. Rumusan penelitian ini adalah terdapat konsep hadis mengenai kesehatan masyarakat. Pertanyaan penelitian ini adalah bagaimana pandangan umum kesehatan, bagaimana hadis tentang kesehatan masyarakat dan bagaimana konsep hadis mengenai kesehatan masyarakat. Penelitian ini bertujuan menjelaskan konsep hadis tentang kesehatan masyarakat. Penelitian ini diharapkan bermanfaat untuk pengembangan penelitian hadis kesehatan selanjutnya dan juga sebagai tambahan wawasan dalam memahami konsep hadis masyarakat.

### **Metode Penelitian**

Penelitian ini merupakan jenis kualitatif dengan menerapkan studi pustaka. Penelitian dilaksanakan dengan menghimpun sumber-sumber kepustakaan, baik primer maupun sekunder. Setelah terhimpun, sumber-sumber kepustakaan dikategorikan sesuai pertanyaan-pertanyaan penelitian. Setelah dikategorisasi, peneliti melakukan pengambilan data dari sumber pustaka. Data-data tersebut ditampilkan sebagai temuan penelitian. Data yang telah ditampilkan kemudian diabstraksikan yang bertujuan untuk menampilkan fakta. Lalu, fakta tersebut diinterpretasi untuk menghasilkan informasi atau pengetahuan. Pada tahap intrpretasi digunakan metode, atau analisis, atau pendekatan sosiologis.

### **Hasil Penelitian**

#### **1. Pandangan Umum Tentang Kesehatan**

Kesehatan berasal dari kata sehat, dalam kamus Bahasa Indonesia sehat yaitu suatu keadaan baik segenap badan serta bagian-bagiannya bebas dari sakit. Menurut WHO (World Health Organization) "Kesehatan yaitu keadaan yang meliputi kesehatan badan, rohani dan sosial dan bukan hanya keadaan yang bebas dari penyakit, cacat dan lemah". Secara garis besar, kesehatan adalah keadaan yang terhindar dari penyakit. Penyakit jasmani maupun rohani.

Pada tahun 1920 seorang bakteriologis dan ahli kesehatan masyarakat warga Amerika Serikat menulis definisi dan pengertian kesehatan masyarakat. CEA Winslow tidak mendefinisikan secara tegas tetapi menandai bahwa kesehatan masyarakat adalah ilmu dan seni untuk mencegah penyakit, memperpanjang masa hidup dan meningkatkan derajat kesehatan melalui usaha-usaha pengorganisasian masyarakat umum: a) perbaikan sanitasi



lingkungan; b) pemberantasan penyakit menular; c) pendidikan untuk kebersihan perorangan; d) pengorganisasian pelayanan-pelayanan medis dan perawatan untuk diagnosis dini dan pengobatan; e) pengembangan rekayasa sosial untuk menjamin setiap orang terpenuhi kehidupan yang layak dalam memelihara kesehatannya (Achmadi 2013).

Pengertian tentang kesehatan masyarakat itu sendiri, terus berkembang dari waktu ke waktu, dan semakin luas. Para ahli kesehatan masyarakat sepakat bahwa lingkungan merupakan determinan utama derajat kesehatan penduduk. Meskipun 'sakit' bukan satu-satunya variabel pembentuk derajat kesehatan, namun tidak mungkin suatu kelompok penduduk dikatakan sehat kalau mereka sakit-sakitan. Sehat setidaknya suatu kelompok penduduk yang digambarkan ke dalam angka-angka morbiditas, mortalitas, angka harapan hidup, dan lain sebagainya merupakan unsur pokok dalam setiap pembicaraan kesehatan masyarakat (Etika 2007).

Kejadian penyakit merupakan inti persoalan kesehatan bahkan kesejahteraan, produktivitas, dan kualitas manusia, baik dalam prespektif individu sebagai anggota sebuah komunitas maupun masyarakat dalam sebuah wilayah. Untuk itu proses kejadian penyakit dalam sebuah komunitas harus dipelajari dengan seksama agar dapat dicarikan strategi pencegahan dan pengendalian kejadian penyakit berbasis evidence, tepat sasaran dan dilakukan dengan cara sebaik-baiknya. Dengan kata lain evidence yang dimaksud adalah determinan utama kejadian penyakit, yakni kompleksitas hubungan interaktif antara variabel lingkungan dan kependudukan (Achmadi 2014).

Secara ideal, agama Islam sebagai landasan ideologis masyarakat muslim, diyakini memiliki nilai-nilai yang cukup intens dalam permasalahan lingkungan. Nabi Muhammad saw telah memberi perhatian sangat besar terhadap kebersihan dan kesehatan lingkungan seperti tanah, udara, cuaca dan air. Beliau telah meletakkan pedoman dasar lingkungan dan kesehatannya (Rahmasari 2017).

## **2. Hadis Kesehatan Masyarakat**

Penggunaan istilah "lingkungan" sering kali digunakan secara bergantian dengan istilah "lingkungan hidup". Kedua istilah tersebut meskipun secara harfiah dapat dibedakan, tetapi pada umumnya digunakan dengan makna yang sama, yaitu lingkungan dengan pengertian yang luas, yang meliputi lingkungan fisik, kimia, maupun biologi (lingkungan hidup manusia, lingkungan hidup hewan dan lingkungan hidup tumbuhan). Lingkungan hidup juga memiliki makna yang berbeda dengan ekologi, ekosistem dan daya dukung lingkungan. Kendati demikian, tiga hal yang

disebutkan terakhir tidak dapat dipisahkan dari pengertian lingkungan atau lingkungan hidup (Akib 2019).

Ajaran Islam memandang penting kebersihan lingkungan hidup, menghindari pencemaran dari limbah atau sampah. Sebagaimana dalam Hadis yang berbunyi:

إِنَّ اللَّهَ تَعَالَى طَيِّبٌ يُحِبُّ الطَّيِّبَ تَطَيِّفٌ يُحِبُّ النَّظَافَةَ كَرِيمٌ يُحِبُّ الْكِرَمَ جَوَادٌ يُحِبُّ الْجُودَ فَتَنَظَّفُوا أَفَنِيَّتْكُمْ (رواه التيرمدى: 2723)

Artinya: Sesungguhnya Allah swt itu baik, Dia menyukai kebaikan. Allah itu bersih, Dia menyukai kebersihan. Allah itu mulia, Dia menyukai kemuliaan. Allah itu dermawan ia menyukai kedermawanan maka bersihkanlah olehmu tempat-tempatmu (H.R. at -Tirmizi: 2723) (Marpaung 2020).

عَنْ أَبِي مَالِكٍ الْأَشْعَرِيِّ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ الطُّهُورُ شَطْرُ الْإِيمَانِ وَالْحَمْدُ لِلَّهِ تَمْلَأُ الْمِيزَانَ وَسُبْحَانَ اللَّهِ وَالْحَمْدُ لِلَّهِ تَمْلَأُنَّ أَوْ تَمْلَأُ مَا بَيْنَ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَالصَّلَاةُ نُورٌ وَالصَّدَقَةُ بُرْهَانٌ وَالصَّبْرُ ضِيَاءٌ وَالْقُرْآنُ حُجَّةٌ لَكَ أَوْ عَلَيْكَ كُلُّ النَّاسِ يَغْدُو فَبَايِعَ نَفْسَهُ فَمَعِيفُهَا أَوْ مُؤْبِقُهَا

Artinya: Dari Abu Malik al-as'ari berkata, Rasulullah saw. Bersabda, "Bersuci itu sebagian dari iman, membaca alhamdulillah adalah memenuhi timbangan amal, membaca subhanallah wal hamdulillah adalah memenuhi seisi langit dan bumi, salat sunah adalah cahaya, sedekah adalah petunjuk, sabar adalah sinar yang memancar, dan Al-Qur'an adalah hujjah (argumen) dalam pembicaraanmu. Setiap manusia pada waktu pagi hari, hakekatnya harus memperjual belikan dirinya. Ada kalanya ia laba (selamat dari maksiat) dan ada kalanya rugi (terseret maksiat) (H.R. Muslim: 328).

Ada beberapa ayat hadis yang menjelaskan tentang kesehatan dan kebersihan:

a. Hadis menjaga Kesehatan Lingkungan

Abu Hurairah radhiyallahu 'anhu mengatakan, Rasulullah shallallahu 'alaihi wasallam bersabda, "Setiap persendian manusia ada sedekahnya setiap hari di mana matahari terbit di dalamnya, kamu mendamaikan di antara dua orang adalah sedekah, kamu membantu seseorang untuk menaikannya di atas kendaraannya atau mengangkatkan barangnya di atasnya adalah sedekah, kalimat yang baik adalah sedekah, pada tiap-tiap langkah yang kamu tempuh menuju sholat adalah sedekah, dan kamu membuang



gangguan dari jalan adalah sedekah" (HR.al-Bukhari, No.2989 dan Muslim, No 1009).

Dalam hadits tersebut, menjaga kesehatan tak cukup dengan hanya membersihkan diri saja namun juga diimbangi dengan menjaga kebersihan lingkungan. Karena lingkungan yang kotor akan menjadi sumber penyakit bagi manusia di sekelilingnya.

#### b. Hadis Gosok Gigi

Aisyah radhiyallahu 'anha berkata bahwa Nabi shallallahu 'alaihi wa sallam bersabda, "Bersiwak itu akan membuat mulut bersih dan diridhoi oleh Allah" (Shohih, HR. An-Nasa'i, Ahmad, dan lain-lain) (Jazariyah 2019).

Dalam hadits ini diterangkan bahwa menjaga kebersihan dan kesehatan mulut merupakan bagian dari sunah bagi umat muslim.

#### c. Hadis menjaga Lima Fitrah

Abu Hurairah radhiyallahu 'anhu, Rasulullah shallallahu 'alaihi wa sallam bersabda, "Ada lima macam fitrah, yaitu khitan, mencukur bulu kemaluan, memotong kumis, memotong kuku, dan mencabut bulu ketiak" (HR. Bukhari No. 5891 dan Muslim No. 258) (Marpaung 2020).

Seperti yang kita ketahui, lima fitrah tersebut harus dirawat untuk menjaga kesehatan, seperti misal memotong kuku. Kuku yang panjang merupakan sarang bakteri yang dapat masuk ke dalam tubuh saat tangan digunakan untuk makan.

#### d. Hadis Kebersihan Air

Air adalah asal kehidupan dan menjaga sumber-sumbernya adalah kewajiban, karena air yang tercemar dapat menyebabkan tersebarnya berbagai penyakit. Islam sungguh-sungguh menganjurkan agar tidak mengotori air, karena 36 air merupakan salah satu sumber kebutuhan pokok manusia. Oleh karena itu Islam melarang membuang kotoran, najis dan kencing ke dalam air. Sebagaimana sabda Rasulullah saw: Dari Abi Hurairah ra dari Nabi saw: "Janganlah kalian kencing pada tempat air tenang yang tidak mengalir kemudian mandi di dalamnya" (HR. Bukhari) (Prodjokusumo et al. 2015).

#### e. Hadis Menjaga Kebersihan Tempat Umum

Tempat umum atau tempat-tempat yang biasa dikunjungi dan dimanfaatkan oleh masyarakat umum merupakan milik bersama bukan milik pribadi sehingga kewajiban untuk menjaga kebersihan dan kelestariaannya merupakan tanggung jawab bersama.



Rasullullah saw bersabda: Telah menceritakan kepada kami Ishaq bin Suwaid al-Ramliy dan Umar bin Khatthāb dan hadisnya lebih sempurna; bahwasannya Sa'īd bin al-Hakam menceritakan kepada mereka, katanya: Nāfi' bin Yazīd mencerita kepada kami. Haywah bin Syuraih telah menceritakan kepadaku bahwa Abā Sa'īd al-Himyariy menceritakannya dari Mu'ādz bin Jabal, seraya berkata: Rasulullah saw bersabda: "Takutlah kamu dengan tiga hal terkutuk, yaitu buang hajat pada sumber air, tempat berlalunya manusia dan pada tempat berteduh" (HR. Abū Dāwud) (Rahmasari 2017).

### **3. Konsep Hadis tentang Kesehatan Masyarakat**

Di dalam kitab fikih, masalah yang berkaitan dengan kebersihan disebut "Thaharah". Thaharah secara etimologi berarti "kebersihan". kebersihan menurut syara' mencakup kebersihan badan, pakaian dan tempat. Kata ath-Thaharah disebutkan dalam Al-Qur'an sebanyak lebih dari tiga puluh kali. Makna "Thaharah" mencakup aspek bersih lahir dan batin. Bersih lahir artinya terhindar dari segala kotoran, hadas dan najis. Sedangkan bersih batin artinya terhindar dari sifat tercela (Marpaung 2020).

Ada beberapa konsep mengenai kesehatan, di antaranya :

#### **a. Memelihara Kesehatan dan Kebersihan**

Pemeliharaan akan kebersihan "at-Thuhuru" di dalamnya terkandung makna bersih dari hadats besar, hadats kecil dan bersih dari segala jenis kotoran. Pada riwayat al-Muslim menegaskan bahwa "kebersihan adalah bahagian dari iman." Riwayat tersebut yakni sabda Nabi mengandung penekanan pada aspek pengetahuan tentang kesehatan. Harus diingat bahwa pengetahuan masyarakat tentang kesehatan akan memengaruhi tingkat pemeliharaan kesehatannya. Semakin tinggi tingkat pengetahuan seseorang tentang kesehatan semakin tinggi pula tingkat kesadarannya (kewaspadaannya) terhadap pemeliharaan kesehatan.

Kebersihan dapat dikatakan sebagai pangkal kesehatan. Ayat yang kedua turun kepada Nabi Muhammad Saw di dalamnya ditekankan aspek kesehatan dalam surah al-Mudatsir ayat 1-4 yang berbunyi:

يَا أَيُّهَا الْمُدَّثِّرُ (١) قُمْ فَأَنْذِرْ (٢) وَرَبَّكَ فَكَبِّرْ (٣) وَتِيَابَكَ فَطَهِّرْ (٤)

Artinya : "Hai orang yang berkemul (berselimut), bangunlah, lalu berilah peringatan! dan Tuhanmu agungkanlah! dan pakaianmu bersihkanlah" (Departemen Agama 2005).



**Gunung Djati Conference Series, Volume 4 (2021)**  
**Proceedings The 1st Conference on Ushuluddin Studies**

ISSN: 2774-6585

Website: <https://conferences.uinsgd.ac.id/gdcs>

Salah satu hadits yang diriwayatkan oleh al-Turmudzy disebutkan bahwa “Allah Swt Maha baik dan mencintai kebaikan, maha bersih dan mencintai kebersihan” (H.R At-Turmudzy).

Apabila diperhatikan dan ditelaah syari’at dalam Islam, maka kebersihan termasuk dalam kategori “masyru” shalat tidak sah apabila tidak ada wudhu, bahkan dalam hadits riwayat Abu Daud diperintahkan untuk berwudhu setiap kali hendak shalat (Idris 2014). Bahkan dalam riwayat-riwayat yang ada tidak hanya diperintahkan berwudhu tetapi juga diperintahkan juga mandi, minimal satu kali dalam tempo satu kali dalam dua puluh empat jam (Idris 2014). Riwayat yang menganjurkan mandi diperkuat pula oleh riwayat yang bersumber dari Aisyah yang mengatakan “mandi setiap hari” (Idris 2014). Sekalipun dalam riwayat ini tidak disebutkan berapa kali mandi setiap hari, tetapi didapatkan syarat dari riwayat lain bahwa mandi itu yang memenuhi standar kesehatan adalah mandi minimal dua kali sehari semalam. Riwayat yang bersumber dari Qais bin Ashim mengisyaratkan agar mandi dengan menggunakan sabun (Idris 2014). Sekalipun sebab al-wurudnya hadits ini ditujukan kepada al-Qais yang baru masuk Islam.

Untuk menjaga kesehatan mulut dan gigi Rasulullah Saw menganjurkan untuk bersuci karena “bersuci adalah salah satu prasyarat membersihkan mulut (Idris 2017). Dalam riwayat tersebut disebutkan pula bahwa kebersihan mulut adalah salah satu prasyarat mendapatkan keridhaan Allah Swt. Hal ini dapat dipahami bahwa aspek kesehatan dalam Islam berkaitan dengan aspek moral dan etika, karena dengan mulut yang tidak bersih akan mengganggu kondisi orang lain apabila diajak berbicara.

Rasulullah Saw sangat menganjurkan bersiwak minimal lima kali sehari semalam. An-Naza’y menyebutkan bahwa yang dikehendaki dengan ‘al-siwak al-muthahharah’ ialah memperbanyak bersiwak (Idris 2014). Selain perintah berwudhu, mandi dan bersiwak, didapatkan pula riwayat yang menjelaskan perlunya membersihkan anggota badan lainnya seperti disebutkan dalam hadits riwayat al-Naza’y “ada lima hal merupakan fitrah (yang berhubungan dengan kebersihan badan) yaitu khitan, mencukur bulu kemaluan, menggunting kumis, mengerat kuku, dan mencabut bulu ketiak (Idris 2014).

Al-Hathiby mengomentari kata ‘fitrah’ pada hadits tersebut bahwa kebanyakan ulama mengatakan bahwa “yang dikehendaki adalah sunnah Nabi Saw”, demikian pula Ibnu Salah menegaskan “bahwa yang dikehendaki adalah sunnah Nabi Saw”, selanjutnya Ibnu Hajar al-Asqalani menyatakan bahwa “fitrah disini sudah menjadi sunnah Nabi Saw”. Berdasarkan uraian di atas maka dapat dipahami bahwa sunnah-sunnah Nabi Saw sangat terkait





dengan masalah kebersihan diri yang merupakan sarana pemeliharaan kesehatan.

b. Memperhatikan Masalah Makanan

Pendidikan kesehatan dalam arti pemeliharaan akan kesehatan dalam Islam terkait dengan masalah makanan (gizi). Al-Qur'an memerintahkan untuk makan dan minum selalu diulang-ulangi. Kadang-kadang perintah untuk makan tanpa diikuti perintah minum, seperti dalam surah al-An'am 142:

كُلُوا مِمَّا رَزَقَكُمُ اللَّهُ وَلَا تَتَّبِعُوا خُطُوَاتِ الشَّيْطَانِ ۚ إِنَّهُ لَكُمْ عَدُوٌّ مُّبِينٌ

Artinya : “Makanlah dari rezeki yang telah diberikan Allah kepadamu, dan janganlah kamu mengikuti langkah-langkah syaitan. Sesungguhnya syaitan itu musuh yang nyata bagimu” (Idris 2017).

Perintah untuk makan selalu diikuti dengan penjelasan tentang apa yang harus dimakan. Salah satu kriteria yang diperintahkan untuk dimakan adalah al-halaldan al-Thayyibah. Kata ini disebutkan sebanyak sembilan kali dalam al-Qur'an pada tujuh surah al-Baqarah, al-Maidah, al-A'raf, al-Anfal, an-Nahl, Tha-ha, dan al-Muzammil. Yang dimaksud makanan al-Thayyibah adalah makanan yang berfaedah pada diri dan tidak akan mendatangkan kemudharatan pada anggota jasmani, dan tidak pula mendatangkan kemudharatan pada akal.

c. Memperhatikan Masalah Keseimbangan Antar Berkerja dan Beristirahat

Tubuh manusia ibarat mesin yang mempunyai keterbatasan dan kemampuan untuk bekerja. Perlu pengaturan antara waktu bekerja dan waktu istirahat. Hadist Nabi Saw menyatakan bahwa “dirimu punya hak atasmu” (al-Buhary al-Ja'fi 1981). Hal ini mengandung pengertian bahwa anggota badan, seperti mata, tangan, kaki dan pikiran selain mempunyai tugas untuk melakukan aktivitas sesuai dengan fungsinya masing-masing, juga punya hak untuk beristirahat. Mengurangi atau meniadakan haknya berarti mandzalimi diri sendiri, dan pada gilirannya akan menimbulkan gangguan kesehatan pada tubuh.

Selain keseimbangan antara waktu istirahat dan waktu untuk bekerja, perlu pula pengaturan antara keseimbangan makan minum dilain pihak dan puasa dipihak lain. Islam melarang untuk berpuasa terus menerus. Maksimum puasa orang Islam adalah berpuasa satu hari dan berbuka satu hari, sebagaimana sabda Nabi Saw “berpuasalah sehari, dan berbukalah sehari sebagaimana puasa Nabi Daud As dan itulah puasa yang afdhal (al-Buhary al-Ja'fi 1981). Berpuasa satu bulan berturut-turut hanya dibenarkan dan



diwajibkan pada bulan Ramadhan. Pengaturan jadwal puasa menurut syariat Islam salah satu hikmahnya adalah untuk menjaga kondisi kesehatan, apalagi mengingat bahwa salah satu tujuan ibadah pada dimensi duniawi adalah agar tercipta kesehatan yang prima, selain tujuan utamanya yaitu untuk memperoleh derajat taqwa.

d. Memelihara dan Menjaga Kesehatan Lingkungan

Salah satu syarat untuk hidup sehat adalah menjaga kesehatan lingkungan agar tidak tercemar dan tidak menjadi sumber penyakit. Dijelaskan dalam sabda Nabi Saw “sekali-kali janganlah ada salah seorang di antara kamu yang kencing dalam air yang diam tidak mengalir kemudian mandi di dalamnya” (al-Buhary al-Ja’fi 1981). Nabi Saw melarang buang air pada lobang atau tempat serangga bersarang dan buang air pada air yang tergenang. Larangan Nabi Saw tersebut pada prinsipnya adalah upaya untuk menjaga kesehatan lingkungan.

e. Mengadakan Olahraga

Pada prinsipnya jika shalat maktubah dan shalat sunnah rawatib dilaksanakan secara sempurna dan rutin, maka dapat menjaga kebugaran tubuh, sebab dengan gerakan shalat semua persendian bergerak minimal dua puluh tujuh kali melalui gerakan berdiri tegak, ruku’, bangkit dari ruku’, sujud, bangkit dari sujud, mengangkat kedua tangan, dan persendian leher, melalui gerakan menoleh ke kanan dan ke kiri. Selain gerakan shalat sebagai sarana olahraga, dalam salah satu riwayat disebutkan bahwa “ajarilah anak-anakmu berenang dan memanah” (al-Buhary al-Ja’fi 1981). Berenang dan memanah dikategorikan sebagai olahraga dan sekaligus bela diri. Namun hadits tersebut termasuk dhaif.

### Kesimpulan

Konsep hadis kesehatan masyarakat dapat difahami melalui sunnah-sunnah Nabi Saw yang berkaitan dengan masalah kebersihan seperti bersiwak, memotong kuku, mandi, berwudhu, dan lain-lain. Untuk menjaga kesehatan masyarakat, maka faktor makanan dan minuman perlu mendapat perhatian, baik dari segi kualitas maupun kuantitasnya. Selain itu perlu pengetahuan tentang kesehatan dalam kaedah ushul dikatakan *shihhatul al-abda’ di mukaddamatun ala shihhatun al-abda-ni*, kesehatan jasmani didahulukan dari pada kesempurnaan agama. Pemeliharaan kesehatan badan termasuk perkara yang diwajibkan, seperti wajibnya seseorang makan apabila ia lapar, karena kesehatan adalah salah satu syarat untuk melaksanakan suatu kewajiban seperti shalat, puasa, haji, dengan demikian hukumnya juga wajib. Kaedah ushul mengatakan *ma layatimmu al-wajibu li-abi-hi fahuwa wa-*



*jibun* artinya hal-hal yang menjadikan sempurnanya suatu kewajiban hukumnya adalah wajib. Diharapkan penelitian ini memiliki implikasi manfaat bagi pembaca khususnya dan umumnya bagi masyarakat. Diakui penelitian ini memiliki keterbatasan dalam pengerjaannya, sehingga diperlukan penelitian lebih lanjut mengenai hadis kesehatan masyarakat dengan pendekatan yang sama dan dikembangkan lagi.

### Daftar Pustaka

- Bekti Rahmasari, 2017, *Kebersihan dan Kesehatan Lingkungan dalam Perspektif Hadis*, Fakultas Ushuluddin, Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah, Jakarta.
- Yeni M Dalil, 2016, *Hadis hadis tentang farmasi : sebuah kajian intergratif dalam memahami hadis Rasulullah*, *Proceeding IAIN Batu Sangkar*, Vol 1 no 1, <http://ecampus.iainbatusangkar.ac.id/>, 19:50.
- Nurhayati, 2016, *Kesehatan dan perobatan dalam tradisi islam*, *Ahkam*, Vol. XVI, No. 2, <http://journal.uinjkt.ac.id/index.php/ahkam>, 19:57.
- Qardhawi yusuf, 1995, "Perhatian Islam terhadap kesehatan masyarakat dan kedokteran", Gema insani Press.  
<https://www.brilio.net/wow/dalil-dan-hadits-tentang-kesehatan-cara-menjaganya-menurut-islam-200512a.html>
- Al-'Ayni, 'Umdah al-Qâri Shahih al-Bukhâri, jilid 21, h. 229.
- Imam al-Bukhari, Shahih al-Bukhâri, Kitab al-Tibb, Bab al-Judzam.
- Shahih al-Bukhâri, Kitab al-Tibb, Bab Syifa' f Tsalâtsah.
- Ibn Hajar al-'Asqalani, *Fath al-Bâri*, jilid 10, h. 170. 16
- Ibn Hajar al-'Asqalani, *Fath al-Bâri*, jilid 10, h. 171
- Al-Buhary al-Ja'fi, Al-Imam abi Abdillah Muhammad Ibnu Ismail Ibnu Mughhirah (Imam Buhary). Shahih Buhary. Juz 1: al Maktabah usaha Keluarga, Semarang, 1981.
- Al-Qasimy, Muhammad Jamaluddin. Tafsir al-Qasimy. Isa al-Baby al-Halaby wa al-syarikah. Juz II, 1376H/1957
- M.al-Syajastani al-azadiy (Abu Daud), Abi Daud Sulaiman Ibn al-Asy'as. Sunan Abu Daud. Maktabah Dahlan Indonesia, tth.
- Departemen Agama. Al Qur'an dan Terjemahannya. Asy-Syifa Semarang, 1999.



**Gunung Djati Conference Series, Volume 4 (2021)**  
**Proceedings The 1st Conference on Ushuluddin Studies**

ISSN: 2774-6585

Website: <https://conferences.uinsgd.ac.id/gdcs>

Abdillahal-Rahman Ibn Shihab al-Naza'y, Sunan Nasai, (Juz 1:  
al-Mujtabah al-Syarikah Maktabah Wamatbaah Mustafa al-Baby  
al-Halaby waauladuh. Mesir, 1387H/1964M), h. 15.