

## ***Infused water* Zaman Nabi Saw untuk Perilaku Sehat di Masa Covid-19: Studi Takhrij dan Syarah Hadits**

**Nami Naluri Nupasti<sup>1</sup>, Muhamad Yoga Firdaus<sup>2</sup>, Cucu Setiawan<sup>3</sup>**

<sup>1,2</sup>Jurusan Ilmu Al-Quran dan Tafsir, Fakultas Ushuluddin

<sup>3</sup>Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi, Fakultas Ushuluddin  
UIN Sunan Gunung Djati Bandung

[nalurinami0101@gmail.com](mailto:nalurinami0101@gmail.com), [yogafirdaus59@gmail.com](mailto:yogafirdaus59@gmail.com),  
[cucusetiawan@uinsgd.ac.id](mailto:cucusetiawan@uinsgd.ac.id)

### **Abstract**

This study aims to analyze the *hadith* about *infused water* during the prophet's time for healthy behavior during the covid-19 era. This study uses a qualitative approach that emphasizes literature study through the *takhrij* and *syarah hadith* methods with contemporary analysis. The results of the research and discussion show that the *hadith* about *infused water* during the prophet's time for healthy behavior during the Covid-19 period is of authentic quality based on a review of the *takhrij hadith* because there are no *syadz* (odd) and *'illat* (disabled), so that it can be practiced and used as an argument. The explanation of this *hadith* shows that *infused water* is not just ordinary soaking water, it is not only delicious to eat but also an easy and cheap recipe and also refers to the Koran and Sunnah, because *infused water* is the favorite drink of the Prophet which has many One of the benefits for healthy behavior during this Covid-19 period is maintaining immunity.

Keywords: Covid-19; *Hadith*; Healthy behavior; *Infused water*

### **Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis *hadis* tentang *infused water* zaman nabi untuk perilaku sehat di masa covid-19. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif yang ditekankan pada studi pustaka melalui metode *takhrij* dan *syarah hadis* dengan analisis kontemporer. Hasil penelitian dan pembahasan menunjukkan bahwa *hadis* tentang *infused water* zaman nabi untuk perilaku sehat di masa covid-19 berkualitas *shahih* berdasarkan tinjauan dari *takhrij hadisnya* karena tidak ada *syadz* (janggal) dan *'illat* (cacat), sehingga dapat diamalkan serta dijadikan dalil. Adapun penjelasan dari *hadis* ini menunjukkan bahwa *infused water* bukanlah sekedar air rendaman biasa,

tidak hanya enak dikonsumsi saja namun juga merupakan resep yang mudah dan murah dan juga merujuk pada Al-Quran dan Sunnah, karena *infused water* ini adalah merupakan minuman kegemaran Rasulullah yang memiliki banyak sekali manfaat untuk perilaku sehat selama masa covid-19 ini salah satunya yaitu menjaga imunitas kekebalan tubuh.

Kata Kunci: Covid-19; *Hadis*; *Infused water*; Perilaku sehat

## Pendahuluan

Masyarakat mulai sangat antusias dalam mempraktekkan *Jurus Sehat Rasulullah (JSR)* ala Zaidul Akbar. Karena dalam Al-Quran dan Sunnah sendiri banyak disebutkannya hal yang berkaitan dengan ilmu kedokteran dan manfaat dari resep ala Rasulullah itu sendiri (Fattah, 2005). Dan banyaknya bermunculan resep-resep kedokteran atau kesehatan tanpa resep yang akurat bahkan tidak menjadikan Al-Quran dan Sunnah sebagai acuan yang utama khususnya dalam dunia virtual dan dengan cepatnya masyarakat percaya akan resep, obat, dan sebagainya yang akan berakibat fatal terhadap mereka (Sari & Qudsy, 2021). Seperti yang dikatakan Jerry D. Gray terhadap pengobatan medis masa kini ialah gaya hidup sehat ala Rasulullah yang menjadikan solusi alternatif dimasa kini (Gray, 2010). Pada akhir tahun 2019 dan awal tahun 2020 dunia dikejutkan dengan adanya virus baru yang dapat menyerang secara masif yang pertama kali ditemukan berasal dari Wuhan Tiongkok. Virus ini merupakan virus corona tipe 2 (SARS-CoV-2) yang dapat cepat menyebar keseluruh dunia yaitu menyebar ke negara lain yaitu Jepang, Korea Selatan, Jerman, Belanda, Amerika Serikat, Singapura, dan termasuk Indonesia (4). Berdasarkan hasil pengamatan virus adalah virus tipe corona yang kemudian dikenal dengan corona tipe baru dengan gejala yang sering muncul adalah yang berhubungan dengan pernapasan seperti batuk, sesak nafas, sakit tenggorokan, dan juga berhubungan dengan gejala pencernaan seperti diare, mual, dan muntah. Untuk saat ini Indonesia mengalami kenaikan kasus pertiap harinya. Berdasarkan data september 2020 ada sebanyak 275.213 orang yang terdeteksi positif corona. Hal ini menyebabkan beberapa tempat di Indonesia mengharuskan PSBB atau lock down untuk menekan angka kasus positif corona. Berbagai portokol kesehatan telah disosialisasi pemerintah seperti penggunaan masker, sesering mungkin untuk mencuci tangan, menggunakan hand sanitizer, dan melakukan social dan physical distancing serta menghindari adanya kerumunan atau berkumpul dan masyarakat juga dihimbau untuk

memperkuat sistem kekebalan tubuh dengan mengonsumsi makanan sehat dan mengonsumsi rempah atau herbal yang secara klinis telah dapat meningkatkan imunitas tubuh (Alami, Fattah, & Chait, 2020). *Infused water* merupakan salah satu minuman yang dapat dikonsumsi untuk memperkuat antibodi. *Infused water* ini adalah air mineral yang ditambah potongan buah dan sayuran segar yang memiliki kandungan vitamin tinggi. Beberapa diantaranya mengandung jenis vitamin yang larut dalam air. Apalagi ditengah cuaca yang kurang bersahabat, minum 1-liter *infused water* dipercaya membuat tubuh terhindar dari virus berbahaya dan berguna untuk memperkuat system imun tubuh. Oleh karena itu, meninjau dari adanya wabah covid-19 penulis tertarik untuk mengetahui lebih dalam mengenai *infused water* untuk perilaku sehat di masa covid-19 menggunakan teori ilmu *hadis* berikut *syarah*-nya melalui pendekatan ilmu kesehatan.

Sejumlah ahli telah melakukan penelitian mengenai *infused water* pada zaman Nabi *Shalallahu 'alaihi wasallam* untuk perilaku sehat di masa covid-19 dalam tinjauan pustaka ini. Diantaranya, Ali, Z. (2010) : Dalam kode etik kedokteran Indonesia (KODEKI) 12 pasal 47 menyatakan bahwa pengobatan tradisional dapat terus ditingkatkan dan dikembangkan bagi masyarakat. Sehingga dengan pengembangan dan peningkatan mutu disertai dengan riset konseptual dan sistematis pengobatan *thibbun nabawi* akan diterima secara universal. Al-Qur'an dan sunnah sendiri telah menjelaskan cara-cara kedokteran. Rasulullah mengatur cara dan jumlah makan-minum, susu murni, tumbuh-tumbuhan, madu, dan buah kurma (Ali, 2010). Safra Ulya (2020): Rasulullah saw. sudah menganjurkan kita untuk hidup sehat. Salah satunya adalah dengan mengonsumsi sesuatu yang bermanfaat. Seperti minum minuman yang baik. Rasulullah saw. pernah meminum air rendaman kurma atau disebut dengan air *nabiz*. Bahkan ada ketentuan-ketentuan tersendiri dari rasul yang termaktub dalam *hadis* mengenai minuman ini. Rasulullah biasa dibuatkan air *nabiz* dengan buah kurma atau kismis kemudian didiamkan untuk beberapa jam. Dalam mengkonsumsinya Rasulullah tidak akan meminum air *nabiz* tersebut melebihi tiga hari karna dikhawatirkan air tersebut menjadi minuman keras dan menjadi haram untuk diminum. Jika batas waktunya habis maka Rasulullah saw. akan membuang air tersebut (Ulya, 2020). Chandra (2017): Rasulullah tidak hanya mengonsumsi air ini untuk pribadinya saja, akan tetapi juga kepada sahabat-sahabatnya dengan cara memuji orang yang menyediakan minuman itu untuk beliau. Dengan cara dipuji maka seseorang akan lebih termotivasi untuk melakukan hal tersebut. seperti keluarga Abbas yang menjadikan minuman itu untuk

minuman sehari-hari mereka. Mengenai minuman jenis minuman yang disebutkan di atas pada zaman sekarang minuman ini dinamakan dengan *infused water* atau air nano. Minuman ini adalah minuman yang terdiri dari irisan buah-buahan segar, bisa satu jenis buah saja atau lebih yang dicampur dalam air mineral atau air putih biasa, tanpa menambah pemanis buatan atau gula, juga tanpa es dan memiliki rasa yang cenderung asam (Chandra, 2017).

Penelitian sebelumnya mengenai *infused water* pada zaman Nabi *Shalallahu 'alaihi wasallam* untuk perilaku sehat di masa covid-19 telah diuraikan pada tinjauan pustaka sangat membantu terhadap suatu penyusunan kerangka berfikir ini. *Hadis* sebagai salah satu sumber ajaran Islam. *Hadis* tidak hanya membicarakan tentang *dalil* keagamaan saja. Jika ditelusuri secara mendalam maka akan ditemui berbagai *hadis* yang berkaitan dengan ilmu pengetahuan. Baik itu yang berkenaan dengan ilmu kesehatan atau hasil riset ilmiah yang berkembang pada teknologi zaman sekarang (Basri, 2018). Ada beberapa tokoh yang mencoba mengkorelasikan antara *hadis* dan sains. Dr. Zaghlul An-Najjar salah satunya. Dalam bukunya yang berjudul Pembuktian Sains dalam *Sunah*, di sana disajikan beberapa *hadis* yang berkaitan dengan ilmu pengetahuan. Pada pendahuluan dikatakan bahwa masyarakat non muslim cenderung mengabaikan tuhan karena capaian-capaian mereka dalam bidang teknologi. Karena fakta inilah Allah membakukan beberapa fakta alam di dalam kitabnya juga dalam *sunah* nabinya. Sehingga manusia terutama para ilmuwan sains mengakui kebenaran fakta-fakta metafisika dengan riset ilmiah yang berujung kepada pengakuan dan persetujuan akan kebenaran fakta-fakta tersebut (An-Najjar, 2007). Khoththobi berkata pengobatan ada dua jenis, yaitu pertama berupa pengobatan Yunani yang berdasarkan analogi dan kedua berupa pengobatan Arab dan India berdasarkan eksperimen. Pengobatan nabawi adalah pengobatan yang dijelaskan oleh nabi kepada orang yang mengalami sakit tentang apa yang beliau ketahui berdasarkan wahyu. Pengobatan ini berlandaskan pada Qs. Asy-Syu'ara: 80 "Jika aku sakit, Dialah Yang menyembuhkanku" (Fattah, 2005). *Thibbun nabawi* merupakan fakta. Dapat disimpulkan bahwa antara fakta Nubuwwat dengan fakta sains terdapat hubungan. Terdapat temuan-temuan dalam bidang sains pada saat ini yang didukung dari beberapa argumentasi dalam *hadis*. Salah satunya adalah ajaran kesehatan yang terdapat dalam *hadis*. *Hadis* adalah segala apapun yang berasal dari Nabi *Shallallahu 'alaihi wasallam* (Damarlaksana & Qomaruzzaman, 2020). *Hadis* merupakan sumber hukum Islam kedua setelah Al-Quran yang memiliki peranan penting dalam Islam (Ridwan, Umar, & Ghafar, 2021). *Takhrij*

adalah suatu metode untuk mengeluarkan *hadis* dari kitab *hadis* untuk dilakukan penelitian terhadap kualitas ke-*shahih*-annya yang mencakup *shahih*, *hasan* dan *dha'if* (Darmalaksana, 2021). *Syarah* adalah penjelasan mengenai *hadis*, adapun *syarah* yang berkaitan dengan *hadis* adalah usaha menafsirkan makna yang berada di balik teks *hadis* (Damarlaksana, 2020b). Berdasarkan penelusuran terhadap *hadis* yang ada kaitannya dengan *Infused water* melalui aplikasi Ensiklopedia Hadis Kitab 9 Imam ditemukan berjumlah tiga *hadis*, tetapi *hadis* yang akan penulis bahas pada penelitian ini hanyalah *hadis* riwayat Imam Muslim No. 3745, Kitab Minuman Bab Bolehnya Perasan Nabiz Jika Belum Bereaksi. Penulis akan melakukan *takhrij* terhadap *hadis* tersebut, setelah keshahihan *hadis* diketahui selanjutnya dilakukan *syarah* untuk menjelaskan makna yang terkandung dalam teks *hadis* (Darmalaksana, 2021). Oleh karena itu penelitian akan membahas “*Hadis* yang berkaitan dengan *Infused water* di Masa Nabi *Shallallahu 'alaihi wasallam* untuk Perilaku Sehat di Masa Covid-19” melalui *takhrij* dan *syarah* menggunakan pendekatan ilmu yang sejalan dan relevan dengannya.

Berdasarkan pada pemaparan diatas, penulis berupaya untuk menyusun formula penelitian yang teridri dari rumusan masalah penelitian, pertanyaan utama terkait penelitian, dan tujuan penelitian (Darmalaksana, 2020a). Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah terdapat *syarah hadis* terkait *infused water* di masa Nabi *Shallallahu 'alaihi wasallam* untuk perilaku sehat di masa covid-19. Pertanyaan utama terkait penelitian ini ialah bagaimana *syarah hadis* terkait *infused water* di masa Nabi *Shallallahu 'alaihi wasallam* untuk perilaku sehat di masa covid-19. Adapun pertanyaan penelitian secara terperinci adalah bagaimana teks *hadis* tentang *infused water* di masa Nabi *Shallallahu 'alaihi wasallam* untuk perilaku sehat di masa covid-19, bagaimana kualitas *hadis* tentang *infused water* di masa Nabi *Shallallahu 'alaihi wasallam* untuk perilaku sehat di masa covid-19, dan bagaimana *syarah hadis* tentang *infused water* di masa Nabi *Shallallahu 'alaihi wasallam* untuk perilaku sehat di masa covid-19. Tujuan penelitian ini ialah membahas *syarah hadis* terkait dengan *infused water* di masa Nabi *Shallallahu 'alaihi wasallam* untuk perilaku sehat di masa covid-19. Dengan dilakukannya penelitian ini diharapkan dapat memberikan kesadaran kepada masyarakat akan besarnya manfaat *infused water* di masa Nabi *Shallallahu 'alaihi wasallam* untuk perilaku sehat di masa covid-19.

### **Metode Penelitian**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif yang ditekankan pada studi pustaka, dengan kata lain peneliti tidak turun langsung ke

lapangan (Darmalaksana, 2020a). Penelitian ini menggunakan metode *takhrij* dan *syarah* (Darmalaksana, 2020c) terhadap *hadis* yang berkaitan dengan *infused water* melalui analisis kontemporer (Darmalaksana, 2020b).

## Hasil dan pembahasan

Hasil penelitian dan pembahasan disajikan dalam beberapa hal berikut ini.

### 1. Teks *Hadis Infused water* di masa Nabi *Shallallahu 'alaihi wasallam* untuk Perilaku Sehat di Masa Covid-19

Berdasarkan pencarian *hadis* tentang *infused water* di masa Nabi *Shallallahu 'alaihi wasallam* melalui aplikasi Ensiklopedia Hadis Kitab 9 Imam (Saltanera, 2015), penulis mendapati beberapa *hadis*, akan tetapi *hadis* yang akan menjadi pembahasan utama dalam penelitian ini adalah *hadis* riwayat Muslim No. 3745 Kitab Minuman Bab Bolehnya Perasan Nabiz Jika Belum Bereaksi, sebagai berikut.

حَدَّثَنَا مُحَمَّدُ بْنُ الْمُثَنَّى الْعَنْزِيُّ ، حَدَّثَنَا عَبْدُ الْوَهَّابِ التَّقِيفِيُّ ، عَنْ يُونُسَ ، عَنِ الْحَسَنِ ، عَنْ أُمِّهِ ، عَنْ عَائِشَةَ ،  
قَالَتْ : كُنَّا نَنْبِذُ لِرَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فِي سِقَاءٍ يُرَكَى أَغْلَاهُ، وَلَهُ عَزْلَاءٌ تَنْبِذُهُ غُدْوَةَ فَيَشْرَبُهُ عِشَاءً،  
وَتَنْبِذُهُ عِشَاءً فَيَشْرَبُهُ غُدْوَةَ

Artinya: "Telah menceritakan kepada kami Muhammad bin Mutsanna Al Anazi telah menceritakan kepada kami Abdul Wahhab Ats Tsaqafi dari Yunus dari Al Hasan dari Ibunya dari 'Aisyah dia berkata, "Kami biasa membuat perasan untuk Rasulullah ﷺ di dalam air minum yang bertali di atasnya, kami membuat rendaman di pagi hari dan meminumnya di sore hari, atau membuat rendaman di sore hari lalu meminumnya di pagi hari." (H.R Muslim)

### 2. Takhrij *Hadis Infused water* di masa Nabi *Shallallahu 'alaihi wasallam* untuk Perilaku Sehat di Masa Covid-19

Takhrij *hadis* berkaitan dengan *infused water* di masa Nabi *Shallallahu 'alaihi wasallam* untuk perilaku sehat di masa covid-19 ditampilkan dalam bentuk table berikut.

**Table 1. Daftar Rawi Sanad**

No.	Rawi Sanad	Lahir/ Wafat		Negeri	Kunyah	Komentar Ulama		Kalangan
		L	w			-	+	
1	Aisyah binti Abi Bakar Ash-shiddiq		58 H	Madin ah	Ummu 'Abdullah			Sahabat
2	Khaiorah Maulana Ummu Salamah			Madin ah	Ummu Al Hasan		Ibnu Hibban: Disebutkan dalam ats- tsiqaat; Ibnu Hajar al- 'Asqalani; Maqbulah	Tabi'in kalangan tua
3	Al Hasan bin Abi Al Hasan Yasar	21 H	110 H	Bashra h	Abu Sa'id		Al-'Ajli : Tsiqah; Muhammad bin Sa'd : Tsiqah ma'mun; Ibnu Hibban : Yudallis	Tabi'in kalangan pertengahan

4	Yunus bin 'Ubaid bin Dinar	84 H	139 H	Bashrah	Abu Ubaid	Ibnu Sa'd; Yahya bin Ma'in; An-Nasa'I; Ahmad bin Hambal : Tsiqah; Ibnu Hibban : Disebutkan dalam 'ats-tsiqaat; Ibnu Hajar al-'Asqalani : Tsiqah tsabat fadil wara'	Tabi'in kalangan biasa
5	Abdul Wahhab bin 'Abdul Majid bin Ash Shalti	110 H	194 H	Bashrah	Abu Muhammad	Al-'Aqli Ibnu Hajar : Tsiqah; Ibnu Hibban : Disebutkan dalam 'ats-tsiqaat; Adz-Dzahabi : Hafidz	Tabi'ut Tabi'in kalangan pertengahan

6	Muhammad bin Al Mutsanna bin 'Ubai	167 H	252 H	Bashrah	Abu Musa	Yahya bin Ma'in Adz-Dzahabi : Tsiqah; Ibnu Hajar al-'Asqalani : Tsiqah Tsabat; Abu Hatim : Shaduuq dan Shalihul hadits; Maslamah bin Qasim : Tsiqah masyhur dan Minal huffaadz; Ibnu Hibban : Disebutkan dalam 'ats-tsiqaat;	Tabi'ul Atba' kalangan tua
7	Al Imam Abdul Husain Muslim bin al-Hajaj al-Qusyairi an-Naisaburi	204 H	261 H			Imam Hadits	Mudawwin

Table 1 merupakan daftar *rawi* dan *sanad hadis* riwayat Imam Muslim No. 3745 Kitab Minuman Bab Bolehnya Perasan Nabiz Jika Belum Bereaksi terkait *infused water*. Pada table tersebut terdapat matrik *rawi-sanad*, tahun

lahir dan wafat, negeri, *kunyah* (panggilan), komentar ulama, dan kalangan. *Hadis* ini diriwayatkan oleh 7 (tujuh) orang *rawi* (periwayat), sejak asal *sanad* (*rawi* pertama) yaitu Aisyah binti Abi Bakar Ash-shiddiq (kalangan Sahabat) samapi *mudawwin* (*rawi* terakhir) yaitu Al Imam Abdul Husain Muslim bin al-Hajjaj al-Qusyairi an-Naisaburi yang dikenal Imam Muslim (204-261 H). Dua periwayat tidak diketahui tahun lahirnya dan satu periwayat yaitu Khaiorah Maulana Ummu Salamah tidak diketahui tahun wafatnya. Komentar ulama beragam mencakup penilaian negatif (*jarh*) dan positif (*ta'dil*). Semua ulama memberikan komentar positif terhadap para *rawi*. Menurut ilmu *hadis*, *rawi* terakhir adalah *sanad* pertama sedangkan *rawi* pertama ialah *sanad* terakhir (Damarlaksana, 2020b).

### 3. Kualitas *Hadis Infused water* di masa Nabi *Shallallahu 'alaihi wasallam* untuk Perilaku Sehat di Masa Covid-19

*Hadis* menjadi shahih apabila memenuhi syarat: 1) *sanadnya* harus bersambung; 2) *rawi* harus *adil* dan *dhabit* (kuat hafalannya); dan 3) *matan hadis* tidak ada *syadz* (janggal) dan tidak ada *'illat* (cacat) (Darmalaksana, 2018). Pada table 1 para ulama semuanya memberi komentar positif yaitu berkomentar *tsiqah*. *Tsiqah* adalah periwayat yang *'adil* dan *dābiṭ* (Al Ahsani, 2021). Dengan demikian *rawi* yang dinilai *tsiqah* adalah orang yang terpercaya dari segi *adil* dan *dābiṭ*. Secara sederhana kata *dābiṭ* dapat diartikan dengan kuat hafalan. Selain *tsiqah*, para ulama memberikan komentar *shuduuq*, *maqbulah*, *tsiqah ma'mun*, *tsiqah tsabat fadil wara'*, dan *hafidz*. *Tsiqah* sendiri adalah tingkat pertama dalam tingkatan *ta'dil* dan *tajrih* menurut Ibn Abi hatim al-Razi (w. 327 H). dan komentar yang lainnya merupakan tingkat kedua (Al Ahsani, 2021). Dan terlihat pada hadis tentang *infused water* ini tidak ada satupun komentar negatif terhadap para *rawi*. Dengan demikian dapat disimpulkan dengan jelas bahwa semua *rawi* dari *sanad* ini semuanya *adil* dan *dhabit* sehingga dapat memengaruhi kualitas *hadis*.

Persambungan *sanad* merupakan salah satu dari beberapa unsur yang sangat penting untuk menentukan seshahihan *sanad hadis* (Firdaus, 2015). Syarat *sanad* bersambung adalah bertemu (*liqa'*) antara guru yaitu penyampai *hadis* dan murid yakni penerima *hadis* (Darmalaksana, 2018). Antara guru dan murid dapat dikatakan bertemu apabila sezaman dan atau mereka berada di satu wilayah, yang mana hal itu dapat dilihat dari tahun lahir dan wafat para periwayat. Apabila para periwayat tidak diketahui tahun lahir dan wafat, maka para *rawi* dapat diasumsikan rata-rata berusia kurang lebih 90 tahun. Berdasarkan dari kaidah tersebut, pada table 1 ada dua *rawi* yang tidak diketahui tahun lahirnya, dan satu *rawi* yang tidak diketahui tahun wafatnya, maka para *rawi* diperkirakan saling bertemu.

Dengan kata lain sanad *hadis* tentang *infused water* pada table 1 dapat dikatakan bersambung atau atau *hadis* yang memiliki sanad bersambung bisa diistilahkan dengan *muttasil* (Firdaus, 2015).

Di samping penilaian dari segi rawi dan sanad, kualitas *hadis* ditentukan dari segi matannya dengan syarat terhindar dari *syadz* (kejanggalan) dan terlepas dari *illat* (cacat) (Devi, 2020). Dari segi *matan*, teks *hadis* tentang *infused water* tidak ada kejanggalan, dan secara logis bisa di terima oleh akal yang sehat, tidak bertentangan dengan hukum Al-Quran dan *hadis* lain yang lebih tinggi derajatnya, dan tidak ditemukannya *illat* (cacat). Dengan demikian, berdasarkan pada penjelasan yang telah dipaparkan maka dapat disimpulkan bahwa *hadis* tentang *infused water* riwayat Imam Muslim No. 3745 dapat diterima sebagai *hadis shahih*

#### **4. Syarah Hadis Infused water di masa Nabi Shallallahu 'alaihi wasallam untuk Perilaku Sehat di Masa Covid-19**

*Syarah* adalah penjelasan mengenai *hadis*, adapun *syarah* yang berkaitan dengan *hadis* adalah usaha menafsirkan makna yang berada di balik teks *hadis* (Darmalaksana, 2020c). *Hadis* yang diterima (*maqbul*) melalui *takhrij* maka dapat diamalkan (*ma'mul*) (Darmalaksana, 2018). Berdasarkan *takhrij* didapati status *hadis* riwayat Imam Muslim No. 3745 berkualitas *shahih* dilihat dari segi bersambungannya sanad, *adil* dan *dhabit rawinya*, dan juga dari segi *matan* tidak ditemukan *syadz* (janggal) ataupun *'illat* (cacat).

*Syarah* *hadis* dapat dilakukan dengan berbagai pendekatan, salah satunya melalui pendekatan kontekstual (Darmalaksana, 2020a). Dalam *hadis* tentang *infused water* riwayat Imam Muslim No. 3745 memberikan keterangan bahwa Rasulullah selalu dibuatkan air rendaman. Dikisahkan pada zaman nabi ada seorang yang bernama Hazn Al Qusyairi yang datang dan menemui Aisyah istri Rasulullah bertanya mengenai air rendaman, Aisyah kemudian memanggil pelayannya dari negeri Habsyi dan menyuruh agar Hazn Al Qusyairi bertanya langsung kepada pelayannya, karena pelayannyalah yang biasa membuatkan air rendaman untuk Rasulullah. Kemudian pelayan itu menjelaskan bahwa dia selalu membuatkan air rendaman untuk Rasulullah, dia membuatnya dalam wadah air minum, kemudian mengikatnya dan menggantungkannya. Jika dibuat di malam hari maka Rasulullah meminumnya di pagi hari, tapi jika dia membuatnya di pagi hari, maka Rasulullah meminumnya di malam hari.

*Hadis* yang berkenaan dengan *infused water* ini dapat menjelaskan bahwa *hadis* tidak hanya berbicara tentang agama, sosial dan ritual saja, tetapi juga ilmu pengetahuan lainnya seperti ilmu sains masa kini (Zuhri,

2003). Dari kebiasaan Rasulullah saw. mengkonsumsi air ini dapat dikaji bahwa selain untuk memulihkan dahaga adakah pengaruhnya dengan manfaat kesehatan bagi tubuh seseorang dan alasan mengapa air ini menjadi air yang baik untuk dikonsumsi (Ulya, 2020).

Dalam hadis ini dijelaskan bahwa Rasulullah meminum air rendaman kurma atau disebut dengan air nabīz, atau yang pada saat ini lebih dikenal dengan *infused water*. Bahkan ada ketentuan-ketentuan tersendiri dari rasul yang termaktub dalam hadis mengenai minuman ini. Rasulullah biasa dibuatkan air nabīz dengan buah kurma atau kismis kemudian didiamkan untuk beberapa jam. Dalam mengkonsumsinya Rasulullah tidak akan meminum air nabīz tersebut melebihi tiga hari karna dikhawatirkan air tersebut menjadi minuman keras dan menjadi haram untuk diminum. Jika batas waktunya habis maka Rasulullah akan membuang air tersebut (Ulya, 2020). Jadi dapat disimpulkan dengan jelas dari hadis tersebut bahwa *infused water* itu sudah ada dari zaman nabi, bahkan nabi sendiri rajin meminumnya. Pada saat ini *infused water* sudah sangat masyhur dan sudah tidak asing lagi di telinga masyarakat, jika pada zaman nabi bahan pembuat *infused water* biasanya dari kurma, kismis dan madu. Namun pada saat ini pembuatan *infused water* sudah sangat beragam. Sayuran, buah-buahan atau herba yang digunakan untuk pembuatan *infused water* mengandung aktioksidan, vitamin dan mineral terlarut sehingga mengkonsumsi *infused water* bermanfaat bagi kesehatan. *infused water* juga memiliki manfaat ganda, yaitu selain dapat memenuhi asupan cairan juga terkandung zat gizi yang terkandung dalam buah, sayur atau herba yang direndam (Handini, 2018).

*Infused water* adalah minuman yang terdiri dari air putih yang diberi irisan buah segar atau buah-buahan, rasa cenderung asam, tanpa menambahkan gula pemanis buatan, atau es batu. *Infused water* ini bisa terdiri dari satu buah atau beberapa buah. Bisa juga dengan menambahkan beberapa lembar daun mint untuk rasa yang lebih segar (Chandra, 2017).

*Infused water* merupakan proses infuse alamiah yang membiarkan nutrisi dari buah yang direndam melebur dengan air secara alami sehingga zat yang berguna tidak meluruh atau tereduksi (Sulianta, 2016). Proses *infused water* ini juga disebut sebagai proses difusi dimana partikel dari area yang berkonsentrasi tinggi berpindah pada area yang mempunyai konsentrasi lebih rendah (Yatim, 1996). Prinsip pembuatan *infused water* yaitu dengan peredaman potongan buah didalam air. Sari dan bahan yang terkandung didalam buah akan terlarut kedalam air sehingga bisa dirasakan manfaatnya ketika menikmati *infused water* (Trisanawati, 2018).

Buah-buahan yang biasa dipakai adalah berbagai jenis jeruk, anggur, strawberry, mentimun, belimbing, kurma dan kismis. Sedangkan buah-buahan yang teksturnya lunak seperti papaya pisang atau semangka, tidak dianjurkan karna mudah hancur jika direndam dalam waktu yang lama. Dengan kata lain *infused water* merupakan salah satu minuman herbal yang dapat mendatangkan manfaat dari dua sisi. Yang pertama manfaat dari air putih itu sendiri dan yang kedua dari sari buah dan daging buahnya. pencampuran keduanya membuat pengkonsumsi lebih mudah dalam mengatur pola hidup sehatnya. Ia bisa langsung mengkonsumsi air sekaligus buah dalam satu botol minuman (Ulya, 2020).

Pada saat ini penyebaran virus sangatlah cepat, tidak hanya virus covid-19 juga virus-virus lainnya, maka sangat penting untuk melindungi dan menjaga kesehatan diantaranya dengan tetap menjaga pola sehat selama masa virus covid-19 ini, salah satunya yaitu dengan meminum *infused water* secara rutin setiap harinya karena banyak sekali manfaat yang bisa diambil dari *infused water* diantaranya yaitu menjaga imunitas tubuh.

### **Kesimpulan**

Hasil dari penelitian ini adalah bahwa *hadis* tentang *infused water* riwayat Imam Muslim No. 3745 adalah *hadis* berkualitas *shahih* berdasarkan tinjauan dari *takhrij hadisnya* karena tidak ada *syadz* (janggal) dan *'illat* (cacat). Dan *syarah hadis* tentang *infused water* ini menunjukkan bahwa *infused water* bukanlah sekedar air rendaman biasa, tidak hanya enak dikonsumsi saja, namun *infused water* juga kaya akan manfaat dalam menjaga pola sehat pada masa covid-19 diantaranya yaitu menjaga imunitas kekebalan tubuh ini dengan cara rutin dikonsumsi setiap hari. Dan ini merupakan resep yang sangat mudah dan juga murah karena minuman ini hanya terdiri dari air putih yang diberi irisan buah segar atau buah-buahan yang direndam dan kemudian didiamkan selama 3-6 jam jika lebih dari tiga hari Rasulullah tidak akan meminumnya karena dikhawatirkan akan menjadi minuman keras dan menjadi haram untuk diminum. Jika batas waktunya habis maka Rasulullah akan membuang air tersebut, dan sangat jarang ditemukan dokter yang memberikan resep mudah dan murah dan juga merujuk pada Al-Quran dan Sunnah, karena *infused water* atau air *nabiz* ini adalah merupakan minuman kegemaran Rasulullah. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan bisa memberikan manfaat dan informasi tentang *infused water* pada zaman nabi dan juga saat covid-19 dan pentingnya untuk menjaga pola hidup sehat di masa covid-19 ini salah satu caranya yaitu dengan mengkonsumsi *infused water* agar bisa menjaga imunitas kekebalan tubuh. Penelitian ini juga memiliki kekurangan dalam hal penguasaan

dalam ilmu hadis maupun ilmu medis. Sehingga penulis merasa diperlukan penelitian lebih lanjut lagi mengenai ilmu medis terutama terhadap takhrij hadis tersebut. Penulis juga berharap adanya kolaborasi lebih lanjut terhadap penelitian ini terhadap peminat ilmu hadis dan ilmu medis untuk meneliti *infused water* zaman nabi untuk pola sehat di masa covid-19 yang mungkin bisa membantah ataupun mendukung penelitian ini.

### Daftar Pustaka

- Al Ahsani, N. (2021). Ulumul Hadits. *Diktat*, 49-114.
- Alami, A., Fattah, A., & Chait, A. (2020). Medical plants used for the prevention purposes during the covid-19 pandemic in Morocco. *Journal of analytical sciences and applied biotechnology*.
- Ali, Z. (2010). *Agama, Kesehatan dan Keperawatan*. Jakarta: Tras Info Media.
- An-Najjar, Z. (2007). *Pembuktian Sains dalam Sunnah*. Jakarta: Amzah.
- Basri, H. (2018). Relevansi anatara Hadis dan Sains. *Ilmiah Keislaman*, 138.
- Chandra. (2017). Pengaruh Lama Penyimpanan *Infused water* Lemon (citrus limon) dan Mentimun (*cucumis sativus* L) Terhadap pertumbuhan Bakteri. *Biologi*, 4.
- Damarlaksana, W. (2020b). Penelitian Hadis Metode Syarah Pendekatan Kontemporer: Sebuah Panduan Skripsi, Tesis, dan Disertasi. *Studi Ilmu Hdits*, 58-68.
- Damarlaksana, W., & Qomaruzzaman, B. (2020). *Teologi Terapan dalam Islam : Sebuah Syarah Hadis dengan Pendekatan High Order Thinking Skill*. Khazanah Theologia.
- Darmalaksana, W. (2018). Paradigma Pemikiran Hadis. *Jurnal Aqidah Dan Filsafat Islam*, 95-106.
- Darmalaksana, W. (2020a). Metode Penelitian Kualitatif Studi Pustaka dan Studi Lapangan. *Pre-Print Digital Library UIN Sunan Gunung Djati Bandung*, 1-6.
- Darmalaksana, W. (2020c). Prosiding Proses Bisnis Validitas Hadis untuk Perancangan Aplikasi Metode Tahrij. *Jurnal Ushuluddin UIN Sunan Gunung Djati Bandung*, 1-7.
- Darmalaksana, W. (2021). Herbal Tumbuhan Senna dalam Pengobatan Infeksi Covid-19: Studi Takhrij dan Syarah Hadis. *Pre-Print kelas Menulis UIN Sunan Gunung Djati Bandung*, 1-11.
- Devi, A. (2020). Studi Kritik Matan Hadits. *Al-Dzikra : Jurnal Studi Ilmu Al-Quran Dan Al-Hadits*, 14.
- Fattah, A. (2005). *Keajaiban Tibbun Nabawi*. Solo: Al-Aqwam.
- Firdaus. (2015). Penelitian Persambungan Sanad Hadis. *Al-Qalam Jurnal Kajian Islam & Pendidikan*, 67-80.

- Gray, J. D. (2010). *Rasulullah Is My Doctor*. Jakarta: Sinergi.
- Handini, S. (2018). *Infused water* dengan kombinasi labu siam, lemon, kurma, jahe merah dan daun mint sebagai Minuman Alternatif Antihipertensi. *Bogor : skripsi pada Departemen Gizi Masyarakat Fak, Ekologi Manusia* , 14.
- Ridwan, M., Umar, M., & Ghafar, A. (2021). Sumber-Sumber Hukum Islam dan Implementasinya (Kajian Deskriptif Kualitatif tentang Al-Quran, Sunnah dan Ijma'). *Journal of Islamic Studies*, 28-41.
- Saltanera. (2015). *Ensiklopedia Hadits 9 Imam*. Lembaga Ilmu Dan Dakwah Publikasi Sarana Keagamaan, Lidwa pusaka.
- Sari, M., & Qudsy, S. Z. (2021). Resepsi Thibbun Nabawi pada Hastag #JurusSehatRasulullah (JSR) Ala Zaidul Akbar. *Jurnal Ilmu Al-Quran dan Tafsir*, 3.
- Sulianta, F. (2016). *Keajaiban Buah dan Air Jadi Satu*. Yogyakarta: Rapha.
- Trisanawati, I. (2018). Tingkat kekeruhan, kadar vitamin C dan Aktivitas Aktioksidan *Infused water* Lemon dengan Variasi Suhu dan Lama Perdaman. *jurnal Ilmiah Program studi teknologi pangan, fak. Ilmu keperawatan dan kesehatan, Universitas Muhammadiyah Semarang*, 4.
- Ulya, S. (2020). *Infused water* Perspektif Hadis. *Analisis Terhadap Hadis Penggunaan Nabiz*, 5.
- Yatim, W. (1996). *Biologi*. Bandung: Tarsito.
- Zuhri, M. (2003). *Telaah Matan Hadits*. Yogyakarta: Lesfi.