

BAB II LANDASAN TEORI

A. Tinjauan Pustaka

1. Kajian Tentang Hadis

a. Pengertian dan Hakikat Hadis

Hadis berasal dari bahasa Arab, yaitu *al-hadits*, jamaknya yaitu *al-ahadits*, *al-haditsan*, dan *al-hudtsan* menurut Ibn Manzhur. Secara bahasa sendiri, mempunyai banyak arti untuk kata tersebut, di antaranya *jadid* (baru) dan *khavar* (berita). Sedangkan secara istilah, ulama hadis mendefinisikan hadis yakni,

كُلُّ مَا أُتِرَ عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ مِنْ قَوْلٍ أَوْ فِعْلٍ
أَوْ تَقْرِيرٍ أَوْ صِفَةٍ خَلْقِيَّةٍ أَوْ خُلُقِيَّةٍ.

Artinya : “Segala sesuatu yang diberitakan dari Nabi Saw, baik berupa sabda, perbuatan, taqir, sifat-sifat maupun hal ihwal Nabi.”¹

Adapun hakikat hadis yaitu semua peristiwa yang dialami Nabi, biarpun kejadiannya hanya satu kali dalam sepanjang hidup-Nya dan meskipun hanya satu orang saja yang meriwayatkan. Berbeda dengan *sunnah*, maka ia sebenarnya adalah “nama bagi amaliyah yang mutawatir, yakni cara Rasul melaksanakan suatu ibadat yang dinukilkan kepada kita dengan amaliyah yang mutawatir pula.” Nabi melakukannya bersama para sahabat, lalu mereka melaksanakannya. Kemudian para tabi’in melanjutkannya, meskipun lafadh penukilannya tidak mutawatir, namun cara pelaksanaannya mutawatir adanya. Mungkin dalam meriwayatkan suatu kejadian terjadi perbedaan-perbedaan lafadz. Maka dalam segi

¹ M. Agus Solahudin, dan Agus Suyadi, *Ulumul Hadis*, (Bandung: CV. Pustaka Setia, 2013), 13-15.

sanad, dia tidak mutawatir, tetapi dari segi amaliyah dia mutawatir. Pelaksanaan yang mutawatir itulah yang dikatakan sunnah.²

b. Ruang Lingkup Pemahaman Hadis

Dilihat dari penjelasan di atas bahwa hadis ialah perkataan, perbuatan, pernyataan, dan sifat, keadaan, *himmah*, dan lain-lain yang disandarkan kepada Nabi Muhammad Saw. namun apa yang dimaksud dengan *aqwal*, *af'al*, *taqrir*, *himmah* itu dapat diuraikan sebagai berikut:

- 1) Perkataan (*aqwal*) ialah ucapan yang pernah beliau katakan, dan mempunyai makna, baik mengenai akidah, hukum, akhlak, pendidikan dan lain-lain.
- 2) Perbuatan (*af'al*) adalah apa yang beliau kerjakan berupa penjelasan dan pengamalan praktis terhadap peraturan syari'at, praktik ibadah, aktivitas muamalah, dan lain-lain.
- 3) Ketetapan (*taqrir*) merupakan pandangan adanya ketetapan ketentuan dan ajaran dari kondisi. Sebagai contoh: Ketika Khalid Ibn Walid dalam salah satu jamuan makan yang menyuguhkan masakan daging biawak dan Nabi Saw dipersilahkan untuk menikmatinya bersama para undangan. Beliau menjawab “ (*Maaf*) tidak, *berhubung binatang itu tidak terdapat di kampung kaumku, aku jijik padanya.*” Namun lain halnya dengan Khalid, ia segera memotong dan memakannya, meskipun Nabi melihat hal itu, namun beliau tidak melarangnya.
- 4) Sifat, keadaan, dan *himmah*
 - a) Para sahabat dan ahli tarikh menggambarkan sifat-sifat Nabi, misalnya bentuk jasmaniah maupun sifat-sifat beliau.
 - b) Keadaan, diantaranya sejarah, tahun kelahiran dan nama-nama yang ditetapkan para sahabat dan ahli tarikh.

² Hasby Ash-Shiddieqy, *Sejarah dan Pengantar Ilmu Hadis*, (Jakarta: Bulan Bintang, 1980), 39-40.

- c) Himmah, keinginan Nabi untuk berpuasa pada tanggal 9 ‘Asyura belum terlaksana seperti yang diriwayatkan oleh Ibn Abbas, yang menyatakan:

Artinya: “Ketika Rasulullah Saw berpuasa pada hari ‘Asyura dan memerintahkan untuk berpuasa pada hari tersebut, para sahabat menghadap kepada Nabi, dan berkata, ‘Ya Rasulullah! Bahwa hari ini adalah yang diagungkan oleh Yahudi dan Nasrani.’ Rasul bersabda, ‘Tahun yang akan datang insya Allah aku akan berpuasa tanggal sembilan.’” (HR. Muslim dan Abu Dawud).

Namun Rasulullah pada tahun depannya tidak sempat melaksanakan puasa karena beliau lebih dahulu tiada (wafat).³

Adapun unsur-unsur pokok dalam hadis ada 3, yaitu sanad, matan dan rawi. Kata sanad menurut bahasa adalah “sandaran”, atau sesuatu yang kita jadikan sandaran. Dikatakan demikian, karena hadis bersandar kepadanya. Menurut istilah, terdapat perbedaan rumusan pengertian, Al-Badru bin Jama’ah dan Al-Thiby mengatakan bahwa sanad adalah

الإِخْبَارُ عَنْ طَرِيقِ الْمَتَنِ

“Berita tentang jalan matan”

Redaksi lain menyebutkan:

سِلْسِلَةُ الرِّجَالِ الْمُؤَصِّلَةُ لِلْمَتَنِ

“Silsilah orang-orang (yang meriwayatkan hadis), yang menyampaikannya kepada matan hadis.”

³ Badri Khaeruman, *Ulum Al-Hadis*, (Bandung: CV Pustaka Setia, 2010), 71-75.

Ada pula yang mengatakan:

سِلْسِلَةُ الرُّوَاةِ الَّذِينَ نَقَلُوا عَنْ مَصْدَرِهِ الْأَوَّلِ

“Silsilah para perawi yang menuliskan hadis dari sumbernya yang pertama”

Sedangkan menurut bahasa *matan* berarti *mairtafa’a min al-ardhi* (tanah yang meninggi). Menurut istilah adalah:

مَا يَنْتَهِي إِلَيْهِ السَّنَدُ مِنَ الْكَلَامِ

“Suatu kalimat tempat berakhirnya sanad”

أَلْفَاظُ الْحَدِيثِ الَّتِي تَقْوُمُ بِمَعَانِيهِ

“Lafadz-lafadz hadis yang di dalamnya mengandung makna-makna tertentu.”

Selain itu ada jua pengertian yang lebih singkat lagi, bahwa *matan* adalah ujung sanad (*gayah as-sanad*). Dari semua pengertian di atas, menunjukkan bahwa yang dimaksud dengan *matan* adalah lafadz atau isi dari hadis itu sendiri. Adapun pengertian “*rawi*” berarti *naqil al-hadis* yaitu orang yang meriwayatkan atau memberitakan hadis.⁴

2. Kajian Tentang Takhrij Al-Hadis

a. Pengertian Takhrij Hadis

Menurut pengertian asal bahasanya, Dr. Mahmud at-Tahhan mendeskripsikan kata *at-takhrij* ialah “Berkumpulnya dua perkara yang berlawanan pada sesuatu yang satu.” Pengertian *at-takhrij* yang populer dan sering dimutlakkan ada beberapa macam, yaitu hal mengeluarkan (*al-istinbat*), hal melatih atau hal pembiasaan (*at-tadrib*), dan hal memperhadapkan

⁴ Munzier Suparta, *Ilmu Hadis*, 45-47.

(*at-taujih*). Sedangkan yang biasa digunakan oleh ulama menurut terminologi, kata *at-takhrij* mempunyai beberapa arti, yakni:

Pertama, Menguraikan hadis kepada orang banyak dengan menyebutkan para periwayatnya dalam sanad yang telah menyampaikan hadis itu dengan metode periwayatan yang mereka tempuh.

Kedua, Ulama hadis mengemukakan berbagai hadis yang telah dikemukakan oleh para guru hadis, atau berbagai kitab atau lainnya, yang susunannya dikemukakan berdasarkan riwayatnya sendiri, para gurunya, temannya atau orang lain, dengan menerangkan siapa periwayatnya dari para penyusun kitab atau karya tulis yang dijadikan sumber pengambilan.⁵

Ketiga, Memperlihatkan asal-usul hadis dan mengemukakan sumber pengambilannya dari berbagai kitab hadis yang disusun oleh para *mukharrij*-nya langsung (yakni para periwayat yang juga sebagai penghimpun bagi hadis yang mereka riwayatkan).

Keempat, Merujuk hadis berdasarkan sumbernya, yakni kitab-kitab hadis yang di dalamnya disertakan metode periwayatannya dan sanadnya masing-masing, serta diterangkan keadaan para periwayatnya dan kualitas hadisnya.

Kelima, Menunjukkan letak asal hadis pada sumbernya yang asli, yakni berbagai kitab yang di dalamnya ditampilkan hadis itu secara lengkap dengan sanadnya masing-masing. Kemudian untuk kepentingan penelitian, dijelaskan kualitas hadis yang bersangkutan.⁶

b. Objek dan Tujuan Takhrij Al-Hadis

Penelitian sanad dan matan merupakan objek dalam takhrij hadits. Keduanya saling berkaitan karena matan dapat dianggap valid jika disertai silsilah sanad

⁵ M. Syuhudi Ismail, *Metode Penelitian Hadis Nabi*, (Jakarta: Bulan Bintang, 1992), 41.

⁶ M. Syuhudi Ismail, *Metode Penelitian Hadis Nabi*, 42.

yang valid pula. Studi pertama penelitian sanad disebut *khariji* (studi eksternal hadits). Sementara studi yang kedua ialah penelitian matan disebut *dakhili* (internal hadits). Studi internal hadits yang tidak disertai silsilah sanad yang valid atau disertai sanad tetapi perawi tidak memiliki kredibilitas yang tinggi, haditsnya menjadi tidak shahih dan dapat ditolak. Adapun tujuan dalam melakukan takhrij al-hadis di antaranya:

- 1) Menemukan suatu hadis dari beberapa buku induknya.
- 2) Mengetahui keberadaan suatu hadis, apakah hadis tersebut benar-benar ada di dalam kitab-kitab maupun buku hadis atau tidak.
- 3) Mengetahui redaksi sanad dan matan dari *mukharrij* yang tidak sama.
- 4) Mengetahui kualitas dan kuantitas hadis, baik dari segi sanad maupun matan. Dengan demikian, dapat ditetapkan dan diketahui apakah hadis tersebut diterima (makbul) atau tertolak (mardud).
- 5) Menemukan cacat atau tidaknya dalam sanad dan matan, mengetahui sanad yang bersambung (*muttashil*) atau terputus (*munqathi*'), serta mengetahui kemampuan periwayat dalam mengingat hadis dan kejujurannya.
- 6) Mengetahui kualitas hadis. Bilamana sanad suatu hadis berkualitas dha'if kemudian melalui sanad dan statusnya shahih, kualitas hadis tersebut akan naik yang mulanya dha'if menjadi *hasan li ghairihi* atau hasan menjadi *sahih li ghairihi*.
- 7) Memahami bagaimana ulama menilai hadis dan bagaimana penilaian tersebut disampaikan.⁷

c. Metode Takhrij Al-Hadis

Berbagai metode penelitian ilmiah dapat diterapkan dalam penelitian hadis. Seperti melalui metode deskriptif, perbandingan, nomatif dan kesejarahan.

⁷ Abdul Majid Khon, *Takhrij Dan Metode Memahami Hadis*, (Jakarta: Amzah, 2014), 4-5.

- 1) Metode deskriptif digunakan untuk menggambarkan serta menjelaskan isi kandungan matan dan lambang ungkapan perawi dalam sanad sehingga dapat diketahui mana yang diterima atau ditolak.
- 2) Metode perbandingan digunakan untuk membandingkan antara sanad satu dan sanad lain atau antara satu matan dan matan lain dalam satu tema untuk memeriksa adanya *syadz* (keganjilan) dan *'illat* (cacat).
- 3) Metode normatif digunakan untuk memecahkan suatu masalah. Tolok ukur penelitian matan ialah tidak bertolak belakang dengan Al-Qur'an, hadis yang lebih kuat, indra, akal sehat, sejarah, dan susunan bahasa.
- 4) Metode kesejarahan digunakan untuk mengetahui ketersambungan sanad dan mengetahui kejujuran periwayatnya. Para ahli hadis berpendapat bahwa studi matan dan kitab-kitab *riwayah* menjadi tidak berarti jika tidak disertai dengan *'ilm al-hadis dirayah*, yang berarti analisis kesejarahan mengenai perkataan dan perbuatan Rasulullah Saw, sifat dan keadaan para periwayat, serta matan hadis.

Keempat metode di atas sangat diperlukan dalam penelitian hadis. Selanjutnya setelah menelusuri sanad dan matan melalui takhrij, dapat ditemukan hal di antaranya sebagai berikut:

- 1) Kualitas apakah shahih, hasan atau dha'if.
- 2) Kualitas hadis apakah mutawatir, ahad, masyhur, aziz, atau gharib.
- 3) Sumber berita utama apakah qudsi, marfu', mauquf atau maqthu'.⁸

3. Metode Pemahaman Hadis

Hadis berfungsi sebagai *bayan* ayat al-Qur'an yang masih global. Selain itu ia dapat menjadi penetap (*muqarrir*) suatu hukum yang belum ditetapkan oleh al-

⁸ Abdul Majid Khon, *Takhrij Dan Metode Memahami Hadis*, 5-7.

Qur'an. Maka dari itu hadis merupakan sumber ajaran Islam kedua setelah Al-Qur'an.

Tetapi terkadang relatif tidak “*mudah*” untuk mengartikan makna suatu hadis secara baik dan benar, terlebih bilamana menemukan hadis-hadis yang tampak saling berlawanan. Perihal semacam itu, para ulama hadis umumnya menggunakan 4 metode, yakni mengompromikan (*al-jam'u*), pembatalan (*nasikh wa mansukh*), pengunggulan (*tarjih*) dan mendiamkan (*tawaquf*). sampai ditemukannya penjelasan, hadis manakah yang bisa dijadikan hujjah.⁹

Di samping itu, jangan terpaku pada teks hadisnya saja untuk memahami suatu hadis melainkan kita harus melihat konteksnya, terlebih bila hadis itu mempunyai *asbabul wurud*. Dengan kata lain, ketika kita ingin menggali makna suatu hadis secara mendalam, perlu diperhatikan konteks historisnya, pada siapa hadis itu disampaikan Nabi Saw dan bagaimana Nabi Saw waktu menyampaikannya. Seseorang akan mengalami kesulitan dalam menangkap dan memahami makna suatu hadis tanpa memperhatikan konteks historisnya, bahkan ia dapat salah memahami maksud yang sebenarnya. Maka itulah mengapa dalam ilmu hadis *asbabul wurud* begitu penting. Seperti pentingnya *asbabun nuzul* dalam kajian tafsir al-Qur'an.

Namun tidak semua hadis mempunyai *asbabul wurud*. Sebagian ada yang memiliki ada pula yang tidak. Untuk hadis-hadis yang memiliki sebab khusus dalam memahami maknanya dapat menggunakan *asbabul wurud*. Sedangkan hadis yang tidak memiliki, yakni adanya kemungkinan melakukan analisis pemahaman hadis (*fiqhul hadis*) dengan pendekatan historis, sosiologis, antropologis bahkan mungkin juga pendekatan psikologis.¹⁰

⁹ Said Agil Husin Munawar, dan Abdul Mustaqim, *Asbabul Wurud: Studi Kritis Hadis Pendekatan Sosio-Historis-Kontekstual*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2001), 24.

¹⁰ Said Agil Husin Munawar, dan Abdul Mustaqim, *Asbabul Wurud: Studi Kritis Hadis Pendekatan Sosio-Historis-Kontekstual*, 5-6.

Pemikiran al-A'zami dalam studi hadis dan pembelaannya dalam mempertahankan otentisitas hadis tidak bisa jauh dari pendekatan dan metode yang dipergunakannya, karena melalui pendekatan dan metode tersebut dapat diketahui landasan dan langkah-langkah metodologis yang dipakai seseorang ketika melakukan suatu pengkajian. Di antara pendekatan dan metodenya dalam studi hadis yaitu:

a. Pendekatan Historis-Teologis-Rasional

Di dalam kajian ilmiah, pendekatan merupakan titik pijak dari mana seseorang akan melihat suatu objek. Oleh karena itu, pendekatan akan mengarahkan persepsi seseorang. Pendekatan juga akan menentukan apa yang dapat dilihat, diketahui, dan beberapa banyak pelajaran yang dapat diambil dari objek kajian. Dasar pijakan al-A'zami dalam mengkaji hadis ialah historis-teologis-rasional.¹¹

b. Metode Historis-Ilmiah

Metode merupakan prosedur dan proses bagaimana seseorang melihat objek tersebut. Kajian al-A'zami atas hadis menggunakan metode historis ilmiah. Penggunaan metode ilmiah ini dapat dimengerti karena al-A'zami secara epistemologi menggabungkan antara wahyu, otoritas, dan rasionalisme. Gabungan antara tiga poros epistemologi akan meniscayakan penggunaan metode ilmiah. Hal ini tampak ketika al-A'zami menggunakan landasan wahyu ketika menyampaikan pandangannya mengenai keadilan sahabat. Selain itu juga menggunakan rasio untuk menjelaskan argumen-argumen tentang keadilan sahabat tersebut.¹²

Sedangkan untuk memahami hadis dalam metodologinya Yusuf Qardawi yang ditawarkan di antaranya yakni:

¹¹ Umma Farida, *Kontribusi Pemikiran Muhammad Mustafa Al-Azami Dalam Studi Hadis*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2018), 233.

¹² Umma Farida, *Kontribusi Pemikiran Muhammad Mustafa Al-Azami*, 236-238.

- a. Memahami hadis sesuai dengan petunjuk al-Qur'an.
- b. Klaim adanya pertentangan hadis dengan al-Qur'an.
- c. Mengumpulkan hadis-hadis yang bertema sama.
- d. Menggabungkan hadis yang kontradiktif atau nasikh dan mansukh dalam hadis.
- e. Memahami hadis sesuai dengan kondisi maupun situasi, latar belakang serta tujuannya.¹³

4. Kajian Tentang Makanan

a. Pengertian Makanan

Makanan merupakan apa yang dimakan oleh manusia, baik berupa makanan yang bisa dimakan ataupun yang lainnya.¹⁴ Pangan bagi manusia ialah kebutuhan pokok yang harus dipenuhi untuk dapat mempertahankan hidup serta menjalankan kehidupan. Makan diperlukan untuk memperoleh kebutuhan zat gizi yang cukup untuk kelangsungan hidup, pemulihan kesehatan sesudah sakit, untuk beraktivitas, serta pertumbuhan dan perkembangan. Secara fisiologik, makan merupakan suatu bentuk pemenuhan atau pemuasan rasa lapar.¹⁵ Sekuat apapun tubuh seseorang, jika tidak diberi makan, pasti akan lemah dan tidak berdaya. Apabila terus dibiarkan tanpa makanan, besar kemungkinan ia akan meninggal dunia.

Makan menjadi kebutuhan primer bagi kehidupan kita. Setelah kebutuhan ini terpenuhi, baru kita berpikir untuk memenuhi kebutuhan lainnya atau yang disebut juga dengan kebutuhan sekunder. Betapa pentingnya kebutuhan untuk makan ini, Allah SWT memberi penjelasan yang tegas di beberapa tempat yakni dalam QS. al-Baqarah: 168-169 dan 172-173.¹⁶

Rasa gembira maupun senang ialah fungsi psikologis, dan merupakan fungsi kesadaran. Apabila

¹³ Surahmat, *Metode Pemahaman Hadis Nabi Syaikh Yusuf Al-Qaradhwai*, Jurnal Inovatif: Volume 1, No. 2 Tahun 2005, 48-53.

¹⁴ Syaikh Abu Malik Kamal, *Fiqhus Sunnah Linnisia Ensiklopedia Fiqih Wanita*, (Depok: Pustaka Khazanah Fawa'id, 2016), 45.

¹⁵ Soegeng Santoso, dan Anne Lies Ranti, *Kesehatan dan Gizi*, 88.

¹⁶ Abdul Mukmin, *Makanan Halal*, (Yogyakarta: Insan Madani, 2008), 2.

kita tidak sadarkan diri dalam keadaan tidur, fungsi kesadaran ini tidak berfungsi. Sedangkan dalam keadaan pulih (sadar), zat-zat gizi yang terkandung dalam bahan-bahan makanan tersebut yang kita makan akan memberikan rasa puas atau tidaknya, tergantung dari kondisi makanan tersebut, dan suasana tatkala sedang makan.

Tidak setiap keinginan untuk memenuhi kepuasan jiwa dapat dilampiaskan, menurut pandangan ilmu gizi. Ternyata ada katagori makanan yang tidak boleh dimakan, meskipun menarik sekali. Sebab makanan yang tampak menarik kelihatan mencolok warnanya dan cantik dilihat oleh kasat mata, ada kemungkinan-kemungkinan mengandung penyakit, atau hal-hal yang dapat merusakkan jiwa manusia. Adapun pentingnya pentingnya makanan bergizi bagi tubuh, kita harus mengetahui dahulu komposisi makanan guna dapat menilai bergizi atau tidak.¹⁷

Tubuh kita dibentuk, tumbuh dan berkembang disebabkan adanya gizi pada makanan yang setiap hari kita konsumsi. Kesehatannya pula banyak tergantung pada apa yang kita makan.¹⁸ Makanan yang ideal terdiri dari karbohidrat, protein, lemak dalam jumlah yang mencukupi. Makanan sempurna itu akan memberikan apa yang dibutuhkan tubuh manusia yakni energi kalor yang sangat signifikan untuk kelangsungan hidupnya. Makanan yang sempurna pun perlu berbagai macam vitamin, yang juga menjadi unsur pokok dan penting bagi kesehatan tubuh serta pengaturan fisiologisnya. Mineral, air dan garam termasuk unsur lain yang diperlukan oleh tubuh manusia.¹⁹

¹⁷ Thobie Al-Asyhar, *Bahaya Makanan Haram*, 163-164.

¹⁸ Thobie Al-Asyhar, *Bahaya Makanan Haram*, 165.

¹⁹ Jamaluddin Mahran dan 'Abdul 'Azhim Hafna Mubasyir, *Al-Qur'an Bertutur Tentang Makanan*, 230-231.

b. Adab Makan dan Minum

Adapun etika makan dan minum di antaranya sebagai berikut:

- 1) Niat dan tanamkan dalam hati, oleh karena itu ketika makan dan minum kita niatkan untuk menjadikan tubuh lebih kuat supaya dapat beribadah kepada Allah Swt.
- 2) Agar bersih dan sehat, sebaiknya cuci tangan sebelum makan.
- 3) Tidak mencela jenis makanan dan makan seadanya. Namun, seandainya tidak suka dengan makanannya tinggalkan saja.²⁰
- 4) Makan secara bersama-sama dianjurkan oleh Islam, karena kondisi tersebut dapat menebarkan rasa kesatuan dan kasih sayang di antara yang hadir, yang akan berdampak positif pada selera dan nafsu makan.
- 5) Ketika hendak makan awali dengan mengucapkan Basmalah, dan membaca do'a terlebih dahulu. Dari Umar bin Abi Salamah, dia berkata, *"Rasulullah pernah berkata padaku, sebutlah nama Allah Swt dan makanlah dengan tangan kananmu."* (HR. Bukhari dan Muslim)²¹
- 6) Selesai makan ucapkan hamdallah dan do'a pula *"Segala puji bagi Allah yang telah mencukupi kita dan menghilangkan rasa haus kita tanpa kufur."* (HR. Bukhari)²²
- 7) Makanlah dengan tangan kanan. Di sunnahkan makan dengan 3 jari, serta dengan suapan yang kecil dan kunyahlah dengan baik.
- 8) Ambillah lauk yang paling dekat, tidak boleh mengambil yang jauh dan sulit dijangkau,

²⁰ Adab Aturan Dan Akhlak Baik: Islamic Girls Boarding School Darul Hikmah, diakses pada 03 Oktober 2019 <http://www.google.com/url?sa=t&source=web&rc=j&url=http://www.darulmarhamah.com/files/buku-adab.pdf> , 29.

²¹ Abu Abdullah Muhammad ibn Isma'il ibn Ibrahim ibn al-Mugirah ibn Bardizbah al-Ju'fi al Bukhari, *Shahih Bukhari*, (Beirut Lebanon: Dar El Fikr), 242.

²² Abu Abdullah Muhammad ibn Isma'il ibn Ibrahim ibn al-Mugirah ibn Bardizbah al-Ju'fi al Bukhari, *Shahih Bukhari*, (Beirut Lebanon: Dar El fikr), 322.

apabila sedang makan bersama-sama. Lalu sebaiknya saling menawarkan atau mengambilkan teman lain yang menginginkan.²³

- 9) Jangan meniup makanan dan minuman yang panas, memakan makanan yang panas, serta minum tergesa-gesa, karena Rasulullah Saw mengisyaratkan larangan meniup napas dalam piring ataupun gelas (HR. Turmudzi).²⁴
- 10) Tidak boleh menggunakan wadah yang terbuat dari emas.
“Janganlah kalian minum dengan benda yang terbuat dari emas dan perak, janganlah pakai sutera. Sesungguhnya semua itu bagi mereka (orang kafir) di dunia dan bagi kalian di akhirat.” (Mutafaqun Alaih)
- 11) Upayakan dan biasakan sikap mendahulukan orang lain, yakni apabila makanannya sedikit, maka dahulukan orang lain untuk memulainya.
- 12) Tidak diperbolehkan memantau makanannya atau melihat-lihat wajahnya.
- 13) Saat sedang makan bersikaplah yang sopan, jangan melontarkan kata-kata tentang kotoran ataupun kata-kata yang kotor. Dan tidak boleh pula melakukan sesuatu yang tidak baik untuk didengar dan dilihat, seperti mengeluarkan dahak, ingus, dan lain sebagainya.
- 14) Setelah selesai makan, bersihkan tangan dan mulut.²⁵

c. Hikmah dari Adab Makan

Semua yang telah dilakukan Rasulullah merupakan suatu ketentuan dalam suatu persoalan yang awal mulanya dihukumi mubah, namun dapat

²³ Adab Aturan Dan Akhlak Baik: Islamic Girls Boarding School Darul Hikmah, 30.

²⁴ Muhammad bin Isa bin Sarah bin Musa al-Dhuhak al-Silmi Abu Isa at Tirmidzi al-Dzohir al-Hafidz, *Sunan Tirmidzi*, (Riyadh: Maktabatul Ma'arif 1996), 433.

²⁵ Adab Aturan Dan Akhlak Baik: Islamic Girls Boarding School Darul Hikmah, 31-32.

berubah menjadi berkah, salah satu contohnya adalah tata cara makan. Ada banyak hikmah di dalamnya, di antaranya:

- 1) Dipenuhi kemuliaan, keberkahan dan pahala dari Allah Swt.

Doa merupakan salah satu amalan yang sangat mulia di mata Allah. Oleh sebab itu, Rasulullah Saw selalu berdoa sebelum atau setelah makan. Karena mengawali suatu perbuatan ataupun pekerjaan dengan berdoa kepada Allah Swt akan menjadikan seseorang sebagai orang yang mengerjakan amal mulia (termasuk makan dan minum). Maka ia akan mendapatkan keberkahan dan pahala dari Allah Swt.

- 2) Menujukkan rasa syukur

Makan seadanya dan menerima yang sudah tersedia dan tidak memaksakan kehendak atau sedikit pun tidak memakannya tanpa diawali dengan merendahkan makanan tersebut, dan itu merupakan bagian dari rasa syukur kita kepada Allah. Hal seperti itu merupakan akhlak mulia yang pernah diajarkan Rasulullah Saw. Sebaliknya mencela makanan, biarpun kita tidak memakannya, maka perilaku semacam itu bagian dari mengufuri nikmat yang telah Allah berikan.

Bila makanan yang telah tersedia kita makan dengan hati yang ikhlas, inilah bukti rasa syukur kita. Termasuk di dalamnya, ialah doa kita kepada Allah, baik sebelum maupun sesudah makan. Syukur kepada Allah akan bertambah kenikmatan yang kita peroleh. Sebaliknya, jika kita mengingkari nikmat Allah, maka azab yang pedih menanti pelakunya.

وَإِذْ تَأَذَّنَ رَبُّكُمْ لَئِنْ شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ وَلَئِنْ كَفَرْتُمْ إِنَّ عَذَابِي لَشَدِيدٌ (٧)

Artinya: “Dan (ingatlah juga), tatkala Tuhanmu memaklumkan; Jika kamu bersyukur, pasti kami akan menambah (nikmat) kepadamu, dan jika kamu mengingkari (nikmat-Ku), maka adzab-Ku sangat pedih.” (QS. Ibrahim [14]: 7)²⁶

3) Menjauhkan sakit dan menyehatkan tubuh

Memakai jari tangan saat makan akan mengeluarkan cairan kelenjar yang memindahkan proses pencernaan di dalam tubuh. Kelenjar tersebut yang akan menjaga sistem pencernaan kita agar tetap sehat, sehingga mampu menghindari sakit yang diakibatkan karena perut. Dan itu sarana untuk memperoleh hasil terbaik dalam proses pencernaan.

Selain belaiu melarang kita meniup makanan dan minuman, Rasulullah melarang bernafas di dalam gelas ketika minum. Lebih baik mendinginkan makanan atau minuman hingga dingin, itu yang beliau sarankan kepada umatnya, tidak memaksa dari memakan makanan atau minuman yang masih panas. Hal ini mengandung banyak manfaat.²⁷

d. Pola Makan Rasulullah

Di antara pola makan Rasulullah Saw sebagai berikut:

- 1) Baginda Rasulullah Saw makan sehari dua sampai tiga kali. Terkadang jika ada makanan beliau makan, namun jika tidak ada pun beliau akan berpuasa.

²⁶ Asadulllah Al-Faruq, *Mengapa Nabi saw Tidak Gampang Sakit*, (Solo: As-Salam, 2012), 52-53.

²⁷ Asadulllah Al-Faruq, *Mengapa Nabi saw Tidak Gampang Sakit*, 54.

- 2) Bilamana berpuasa, beliau sering menyambunginya hingga malam (puasa wishal). Ketika makan pun, sering sekali pakai lauk yang sangat sederhana, seperti air dan kurma, labu, atau roti dan cuka.
- 3) Beliau akan mengundang orang untuk makan bersama, jika beliau sedang memakan makanan yang enak seperti roti dan daging.
- 4) Sebagai contoh kesederhanaan, beliau pernah menggadaikan baju perangnya untuk digadaikan dengan 30 sha' gandum (1 sha' = 2,75 liter).²⁸

Aisyah ra berkata:

“Kami, keluarga Muhammad, pernah tidak menyalakan api (memasak makanan) selama sebulan penuh, kami hanya makan kurma dan air.” (HR. al-Bukhari dan Muslim)²⁹

e. Pola Makan yang Buruk Sebagai Sumber Penyakit

Kesalahan pola makan juga mudah terserang penyakit. Dengan mengetahui hal ini, diharapkan kita semakin cermat dalam beragam hal yang terkait makan. Ada beberapa pola makan yang buruk sebagai sumber penyakit, di antaranya sebagai berikut:

1) Lupa akan Kebersihan Pada Makanan

Kebersihan merupakan bagian terpenting dalam makan. Hal semacam ini menjadikan aktivitas makan lebih sehat dan bebas dari penyakit. Namun sangat disayangkan masih ada sejumlah orang masa bodoh dan tidak menghiraukannya sebab sangat lapar sehingga tergesa-gesa untuk makan. Seharusnya harus dimulai dari diri sendiri untuk aspek

²⁸ Ahmad Lutfi Fathullah, *Potret Pribadi Dan Kehidupan Rasulullah Saw*, (Jakarta: Pusat Kajian Hadis Al-Mugni Islamic Center), 2-4.

²⁹ Abu Abdullah Muhammad ibn Isma'il ibn Ibrahim ibn al-Mugirah ibn Bardizbah al-Ju'fi al-Bukhari, *Shahih Bukhari*, *Shahih Bukhari*, (Beirut: Dar Elfikr, 1993), 322.

kebersihan. Oleh sebab itu, sebelum makan cuci tangan terlebih dahulu dengan air yang mengalir dan bersih, serta pakailah sabun. Dengan demikian, kita akan selalu sehat dan tidak mudah dari beragam jenis penyakit.

2) **Penting kenyang dan enak**

Kesalahan pola makan lainnya adalah yang penting enak dan kenyang. Apapun yang terasa lezat di lidah dan menyenangkan perut, tanpa memperhatikan kandungan gizi yang ada di dalamnya. Hal ini yang menyebabkan kita cenderung lahap makan. Pola makan yang seperti itu kurang beradab. Karena tak hanya terasa enak dan agar kenyang kebutuhan makan, tetapi juga perlu kecerdasan dan emosional untuk memperbaiki kualitas hidup.³⁰

3) **Makan kekenyangan**

Pola makan lainnya yang keliru ialah makan kekenyangan. Sementara untuk menampung makanan tubuh mempunyai batasannya. Karena itu terkait adanya kinerja lambung saat menerima jumlah makanan yang masuk ke dalam tubuh. Pola makan yang tak teratur seperti inilah yang mengakibatkan lambung, usus, serta sistem pencernaan setiap saat berada dalam kondisi tegang. Selain itu akan sulit dirawat pula berbagai macam organ tubuh atau bahkan karena kelebihan muatan bisa jadi tidak terawat. Serta akan merusak tubuh dan otak, makan yang berlebihan.

4) **Tidak memperhatikan keseimbangan gizi**

Secara universal, letak kesalahan sebagian orang ketika makan hanya memetingkan rasa makanan dan tidak memperhatikan keseimbangan gizinya. Dampaknya makanan yang dikonsumsi memicu datangnya penyakit. Dampak buruk yang mesti dimengerti bagi

³⁰ Ainun Hidayah, *Kesalahan-Kesalahan Pola Makan Pemicu Seabrek Penyakit Mematikan*, (Jogjakarta: Buku Biru, 2011), 23-25.

orang yang tidak memperhatikan keseimbangan gizi ada dua, yaitu kelebihan maupun kekurangan gizi. Kedua kondisi tersebut berakibat fatal terhadap kesehatan tubuh.³¹

5) Tidak mencermati kondisi kesehatan tubuh

Pada dasarnya, mengonsumsi makanan apa saja tidak menjadi problem bagi seseorang. Akan halnya yang menjadi masalah adalah keadaan tubuhnya. Tatkala ada kendala di dalam tubuhnya yang mengakibatkan badannya terasa sakit bilamana mengonsumsi jenis makanan tertentu, berarti makanan tersebut tidak bagus untuknya.

Makan dengan memperhatikan kesehatan tubuh adalah makan yang sehat, begitu juga perlunya memperhatikan keseimbangan gizi. Maka dari itu, tidak boleh makan jenis makanan yang malah membuat tubuh sakit. Tetapi dalam konteks kesehatan tergantung pada kondisi tubuh seseorang baik buruknya makanan, sekalipun sebenarnya ada prosedur standar tentang makanan sehat.

6) Makan tidak teratur

Ketidakseimbangan tubuh akan mendatangkan bermacam-macam penyakit sebab makan tidak teratur. Hal tersebut berkaitan dengan porsi maupun waktu makanan. Jenis penyakit yang menyerang ialah mag dan wasir, jika makan tidak teratur. Biasanya terjadi dalam kondisi lapar sekali ataupun sebaliknya terlalu kenyang. Sehingga bisa mengganggu kondisi lambung dan pencernaannya.³²

³¹ Ainun Hidayah, *Kesalahan-Kesalahan Pola Makan Pemicu Seabrek Penyakit Mematikan*, 28-31.

³² Ainun Hidayah, *Kesalahan-Kesalahan Pola Makan Pemicu Seabrek Penyakit Mematikan*, 35-37.

7) Suka makan tetapi malas olahraga kerja

Menjadikan tubuh sehat merupakan salah satu tujuan makan. Tetapi, bilamana tidak diimbangi dengan kerja dan olahraga memiliki badan sehat tidak akan terpenuhi. Tentu akan banyak penyakit yang menghampiri, seseorang yang *hoby* makan tapi enggan ataupun malas olah raga dan bekerja malah akan banyak penyakit yang menghampiri. Karena akan terjadi penumpukan lemak di dalam tubuh.

8) Tidak hati-hati terhadap makanan kemasan

Banyak makanan kemasan yang berderar di tengah masyarakat di masa sekarang ini, beraneka makanan kemasan semakin digemari oleh mereka, mulai dari *snack* hingga daging dan ikan, baik yang dikemas dengan kaleng maupun plastik. Kerena disurvei dari cara konsumsinya, makanan kemasan memang lebih praktis dan efektif. Sudah siap saji dan tinggal dimakan, tidak perlu mengolah.

Namun, ketelitian dalam mengonsumsi makanan kemasan yang sering diabaikan oleh mereka. Tidak segala makanan kemasan itu menyehatkan. Hal ini bersangkutan dengan masa penggunaannya. Bisa jadi, ada makanan kemasan yang kadaluarsa. Bahkan ada pula yang mengandung bahan-bahan yang membahayakan tubuh.

9) Tidak pandai dalam menjaga makanan dari hal-hal kotor

Kekeliruan pola makan berikutnya adalah tidak bisa menjaga makanan dari hal-hal kotor. Karena sebenarnya lingkungan sangat berpengaruh pada makanan dari diri kita. Apabila kita makan sembarangan atau menyimpan makanan tanpa memperhatikan lingkungan di sekeliling kita, maka hal itulah suatu kelalaian. Sebab makanan mungkin sekali tercampur dengan hal-hal kotor. Sehingga mudah dihindangi penyakit.

10) Tidak fokus pada makanan sehingga tidak terasa habis banyak

Makan tanpa konsentrasasi ialah kesalahan pola makan yang juga kerap dilakukan oleh banyak orang. contohnya suka makan sambil mengetik, menelepon, menonton televisi, berjalan dan lain sebagainya. Ini merupakan kebiasaan yang keliru. Karena, selain tidak bisa menikmati makanan yang dikonsumsi, tanpa disadari ternyata menyantap banyak makanan. Hal itu bisa membuat badan kegemukan dan timbulnya aneka penyakit.³³

11) Tak peduli terhadap pewarna, pengawet, dan penyedap buatan dalam makanan

Biasanya terjadi pada anak-anak kekeliruan pola makan ini. Namun, tak menutup kemungkinan jika itu terjadi jua pada remaja dan orang dewasa. Pada umumnya, dengan adanya warna pada makanan yang sangat mencolok, itulah yang menggugah selera ketika makan sesuatu. Karena tampilan warna makanan yang menggoda memang bisa menarik pembeli untuk membeli makanan tersebut. Bahan tambahan yang dapat memperbaiki penampilan makanan adalah pewarna. Selain itu, ditambahkan pula bahan pengawet ke dalam makanan. Padahal, kedua bahan ini merupakan zat kimia yang banyak mengandung racun.

12) Lebih terhadap label

Ada beberapa hal yang mesti diperhatikan untuk menjaga kesehatan tubuh yaitu label pada makanan. Di antaranya yaitu tanggal kedaluarsa (expired date), nama produk (product name), daftar isi yang tergantung (ingredients), dan daftar kadar nutrisi (nutrition information panel).

³³ Ainun Hidayah, *Kesalahan-Kesalahan Pola Makan Pemicu Seabrek Penyakit Mematikan*, 43-55.

Sebaiknya label-label itu diperiksa dan perhatikan untuk menjaga kesehatan tubuh. Sayangnya, kebanyakan masyarakat masa bodoh akan hal itu. Akibatnya, mereka tidak tahu mengenai kedaluarsa suatu *product*, komposisi yang terkandung di dalamnya, dan lain sebagainya.

13) Lebih suka mengonsumsi junk food

Kekeliruan pola makan berikutnya adalah kian senang mengonsumsi *junk food*, yakni makanan tidak mengandung gizi yang cukup bagi tubuh, bahkan bisa mendatangkan penyakit. Biasanya, yang menjadi incaran adalah makanan cepat saji (*fast food*). Walaupun begitu, penting untuk dipahami bahwa tidak semua *fast food* merupakan *junk food*. Masih ada beberapa jenis makanan *fast food* yang mengandung banyak gizi, salah satu contohnya yaitu burger.

14) Suka mengumbar hobi daripada memikirkan kesehatan

Kesalahan selanjutnya adalah suka mengumbar hobi makan. Sebenarnya, tidak salah mempunyai hobi makan asalkan tidak berlebihan dan masih wajar. Tidak akan punya masa berehat sistem pencernaan apabila makan terlalu banyak, sehingga badan terancam kegemukan (*obesitas*). Selain itu, biasanya seseorang yang hobinya makan tidak peduli kesehatan. Ia akan terus berpetualang mengonsumsi aneka makanan yang lezat, tanpa peduli kondisi kesehatannya. Sehingga, ia mudah terserang berbagai penyakit yang berbahaya bagi tubuhnya.³⁴

³⁴ Ainun Hidayah, *Kesalahan-Kesalahan Pola Makan*, 59-75.

5. Kajian Tentang Sains

a. Pengertian Sains

Istilah “sains” atau “ilmu dalam arti luas menurut *The Liang Gie*, ialah serangkaian aktivitas manusia dengan pikirannya dan menggunakan berbagai metode sehingga menghasilkan sekumpulan pengetahuan yang teratur perihal gejala-gejala alami, kemasyarakatan, dan personal untuk tujuan meraih kebenaran, pemahaman, penjelasan, atau penerapan. Sedangkan menurut Capra kata “sains” dalam bahasa modern masa kini, diturunkan dari kata *scientia* bahasa latin, yang berarti “pengetahuan”, sebuah makna yang bertahan sepanjang abad pertengahan dan renaissans. Pengertian modern tentang sains sebagai bangunan pengetahuan yang terorganisir, diperoleh melalui metode tertentu, muncul secara bertahap selama abad ke-18 dan ke-19.³⁵

Sains merupakan ilmu pengetahuan yang dipakai untuk menunjukkan berbagai macam pengetahuan, sistematis dan objektif serta dapat diteliti kebenarannya. Pengetahuan berawal dari rasa ingin tahu dan hasil proses dari usaha manusia. Pengetahuan ialah kebenaran dan sebaliknya kebenaran ialah pengetahuan, maka terdapat berbagai pengetahuan dan kebenaran dalam kehidupannya manusia.

Ada beberapa pengetahuan yang dimiliki manusia, adapun pengetahuan tersebut di antaranya sebagai berikut:

- 1) Pengetahuan biasa
- 2) *Science*
- 3) Pengetahuan filsafat
- 4) Pengetahuan religi

Sedangkan ilmu pengetahuan sendiri mempunyai arti sebagai hasil usaha pemahaman manusia yang disusun dalam satu sistematisa mengenai kenyataan, struktur, pembagian, bagian-

³⁵ Syarif Hidayatullah, *Agama Dan Sains: Sebuah Kajian Tentang Relasi dan Metodologi*, Jurnal Filsafat, Vol. 29, No. 1Februari 2019, 105-106.

bagian dari hukum-hukum tentang hal ikhwal yang diselidikinya (alam, manusia, dan juga agama) sejauh yang dapat dijangkau daya pemikiran manusia yang dibantu penginderaannya, yang kebenarannya diuji secara empiris, riset, dan experimental. Ilmu pengetahuan tersusun dalam satu sistem untuk menentukan hakikat dan prinsip hal yang sedang dipelajari dan itu berasal dari pengamatan, belajar serta pengalaman.³⁶

b. Hakikat Sains

Hakikat sains ialah sebagai *a way of thinking* (cara berfikir), *a way of investigating* (cara penyelidikan) dan *a body of knowledge* (sekumpulan pengetahuan), menurut Chiappetta. Sebagai cara berpikir, sains merupakan kegiatan berpikir seseorang yang mendalam dalam bidang yang dikaji. Para ilmuwan mencoba mengungkap, menjelaskan serta menggambarkan fenomena alam. Gagasan dan ulasan suau gejala alam tersebut disusun dalam di dalam pikiran, aktivitas mental tersebut didorong oleh rasa ingin tahu (*curiosity*) untuk memahami fenomena alam. Sebagai usaha penelitian, sains memberikan paparan tentang pendekatan-pendekatan dalam menyusun pengetahuan. Pengamatan dan prediksi merupakan dasar sejumlah metode dalam menyelesaikan masalah pengetahuan. Sebagai sekumpulan pengetahuan, sains adalah berisi tentang fakta, prinsip, konsep, hukum, teori maupun model ke dalam kumpulan pengetahuan sesuai bidang kajiannya.³⁷ Sains terdiri atas beberapa ilmu dasar, yaitu fisika, kimia dan biologi. Dengan memahami landasan pokok, kita dapat mengembangkan suatu permasalahan hingga diperoleh sebuah solusi. Di

³⁶ Nuraini, *Mengintegrasikan Agama, Filsafat, Dan Sains*, Istawa:Jurnal Pendidikan Islam, Volume 2, Nomor 1, Juli-Desember 2016, 119-120.

³⁷ Siti fatonah dan Zuhdan K. Presetyo, *Pembelajaran Sains*, (Yogyakarta: Ombak, 2014), 6.

dalam dunia medis, berbagai persoalan kesehatan dapat dipahami melalui penerapan ilmu dasar tersebut.³⁸

Selain itu, hakikat sains adalah sebagai produk, proses, dan sikap. Adapun indikatornya sebagai berikut:

- 1) Sains sebagai produk
 - a) Ilmu pengetahuan berdasarkan fakta empiris (nyata).
 - b) Eksperimen merupakan dasar ilmu pengetahuan.
 - c) Suatu usaha untuk menjelaskan gejala.
 - d) Berlandaskan pada alasan yang logis.
 - e) Bersifat obyektif.
 - f) Dibangun oleh apa yang ada sebelumnya.
 - g) Produk sains berupa hukum, teori, fakta, konsep dan prinsip.
 - h) Berperan penting dalam teknologi.
- 2) Sains sebagai proses
 - a) Bersifat sementara pengetahuan ilmiah.
 - b) Ilmu pengetahuan harus dapat diuji.
 - c) Berdasarkan pada pengamatan.
 - d) Cara untuk melakukan penyelidikan itulah yang disebut metode ilmiah.
 - e) Ilmu pengetahuan yang diuji menjadi kerangka berfikir bagi ilmu pengetahuan.
- 3) Sains sebagai sikap

Ilmuwan harus bertanggung jawab atas keilmuannya. Bersifat konsisten, harus terbuka pada ide baru, bersifat jujur, dan ilmu pengetahuan menjadi bagian dari tradisi intelektual. Oleh sebab itu ilmuwan tidak puas terhadap ilmu pengetahuan.³⁹

³⁸ Lenni Margiyani, dan Dhara Nurani, *Sains Untuk Paramedis*, (Yogyakarta: Pustaka Press), 3.

³⁹ Tursina Wati, *Penguasaan Konsep Hakikat Sains Dalam Pelaksanaan Percobaan Pada Pembelajaran IPA Di SDN Kota Banda Aceh*, Jurnal Pesona Dasar Vol. 2 No. 4, April 2016, 76.

B. Penelitian Terdahulu

Pertama, Jurnal al-daulah Vol. 5/ No. 1/ Juni 2016 oleh Sohrah yang berjudul *Etika Makan Dan Minum Dalam Pandangan Syari'ah*, penelitian ini membahas tentang tinjauan umum tentang etika makan dan minum bagi kesehatan di dalamnya mencakup tujuannya, dampak pola makan dan minum yang salah untuk kesehatan serta membahas bagian penting dalam jurnal ini yaitu etika makan dan minum dalam perspektif syari'ah. Dalam kaitannya ini terdapat persamaan dan perbedaan antara penelitian Sohrah dengan karya peneliti, letak persamaannya adalah sama-sama membahas tentang etika makan, sedangkan perbedaannya adalah karya peneliti lebih spesifikasi salah satu etika makan yaitu larangan meniup makanan panas relevansi antara hadis dan sains.

Kedua, Jurnal Sgacious Vol.3 No. 1 Juli Desember 2016 oleh Khairul Anam yang berjudul *Pendidikan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Dalam Perspektif Islam*. Jurnal ini membahas tentang ilmu kesehatan preventive sesuai dengan ajaran Nabi yang di dalamnya terdapat adab makan, pentingnya menjaga kesehatan, serta sehat dalam perspektif Islam. Penelitian ini memiliki sedikit persamaan dengan karya peneliti yaitu di dalamnya terdapat adab makan. Perbedaannya ialah jurnal ini lebih umum membahas perilaku hidup bersih dan sehat menurut Islam. Sedangkan karya peneliti lebih terfokus terhadap larangan meniup makanan panas dan mencoba menghubungkan antara hadis dan sains.

Ketiga, Skripsi oleh Muhammad Jufri Bin Sapie yang berjudul *Konsep Pola Makan Sehat Dalam Perspektif Hadis Dalam Kitab Musnad Ahmad (Studi Analisis Kritik Sanad Dan Matan*. Skripsi ini membahas tentang pengertian pola makan sehat, tata cara pola makan sehat dan manfaat mengikuti pola makan Rasulullah. membahas lebih lanjut skripsi ini menjelaskan bagaimana kaidah kesahihan sanad dan matan tentang makan sehat dalam perspektif hadis dalam kitab Musnad Ahmad, serta membahas bagian fiqhul al-hadisnya yang di dalamnya meliputi kriteria makanan sehat, pola makan Nabi dan pentingnya kesehatan dalam Islam. Persamaannya dengan karya peneliti yaitu membahas tentang makanan dalam perspektif hadis. Letak perbedaannya ialah skripsi Muhammad Jufri Bin Sapie lebih terfokus terhadap hadis kitab

Musnad Ahmad, sedangkan karya peneliti mencoba menghubungkan antara hadis dengan sains.

Keempat, Skripsi oleh Mustika Rahayu yang berjudul *Pola Makan Menurut Hadis Nabi Saw (Studi Kajian Tahlili)*. Di dalamnya mengkaji dari segi kesehatan, agama, Kualitas hadisnya, memuat pula kandungan hadisnya dan penerapan hadis pola makan. Persamaanya adalah sama-sama kajian hadis. Letak perbedaanya yaitu skripsi Mustika Rahayu membahas pola makan, sedangkan karya peneliti lebih terfokus terhadap adab makan, yakni larangan meniup makanan panas relevansi antara hadis dan sains.

Kelima, Jurnal Living Hadis, Volume 1, Nomor 1, Mei 2016 oleh Aprilia Mardiatuti yang berjudul *Syari'at Makan Dan Minum Dalam Islam: Kajian Terhadap Fenomena Standing Party Pada Pesta Pernikahan (Walimatul 'Ursy)*. Jurnal ini membahas tentang fenomena *Standing Party* dalam pesta pernikahan, hadis tentang makan dan minum sambil berdiri dan mengontekstualkan dengan teori-teori kesehatan.

Berdasarkan yang telah diuraikan, ada persamaan dan perbedaan dengan penelitian ini. Persamaannya yaitu masing-masing secara umum membahas beberapa etika dan pola makan dan minum yang di dalamnya terdapat larangan meniup makanan atau minuman panas. Namun dalam jurnal living hadis penelitian yang dilakukan oleh Aprilia Mardiatuti terdapat sedikit perbedaan, penelitian tersebut hanya memfokuskan makan dan minum sambil berdiri dalam pesta pernikahan. Sedangkan penelitian ini lebih difokuskan terhadap larangan meniup makanan panas relevansi antara hadis dan sains.

C. Kerangka Berfikir

Makanan merupakan apa yang dimakan oleh manusia, baik berupa makanan yang bisa dimakan ataupun yang lainnya. Manusia sebagai makhluk Allah dituntut untuk bisa mempertahankan hidupnya dengan cara beradaptasi dengan lingkungannya. salah satu dari usaha manusia untuk mempertahankan hidupnya adalah dengan makan. Pangan bagi manusia ialah kebutuhan pokok yang harus dipenuhi untuk dapat menjalankan kehidupan serta mempertahankan hidup.

Hadis menurut ulama hadis ialah segala sesuatu yang bersumber dari Nabi Saw, baik berupa sabda, perbuatan, taqirir, sifat-sifat maupun hal ihwal Nabi. Sedangkan Sains merupakan ilmu pengetahuan yang dipakai sebagai untuk menunjukkan berbagai macam pengetahuan dan sistematik dan objektif serta terbukti validitasnya. Pengetahuan ialah kebenaran dan kebenaran ialah pengetahuan, yakni berawal dengan rasa ingin tahu dan hasil proses dari usaha manusia, oleh sebab itu, di dalam kehidupannya manusia dapat mempunyai beragam pengetahuan dan kebenaran.

Salah satu dalam adab makan kita tidak diperbolehkan makanan dan minuman yang panas ditiup, memakan makanan yang panas, serta minum tergesa-gesa, karena Rasulullah Saw mengisyaratkan larangan meniup napas dalam piring ataupun gelas (HR. Turmudzi).⁴⁰ Dalam ilmu pengetahuan, makanan yang mengandung air jika ditiup, maka akan terjadi reaksi penggabungan H₂O dari makanan dengan gas CO₂ dari mulut reaksi ini menghasilkan H₂O₂ dan CO yang keduanya bersifat racun. Selain itu, di dalam mulut terdapat partikel yang berbahaya, yaitu sisa-sisa makanan yang dalam mulut akan membusuk tanpa kita sadari, sehingga menyebabkan bau mulut tidak sedap. Bau tersebut jika dihembuskan dalam makanan dan kemudian dikonsumsi, maka hal itu tidak baik untuk tubuh.⁴¹ Oleh karena itu, pembuktian terhadap kualitas hadis tentang larangan meniup makanan panas menjadi keniscayaan dengan ditarik relevansinya antara hadis tersebut dengan ilmu pengetahuan modern atau sains.

⁴⁰ Muhammad bin Isa bin Sarah bin Musa al-Dhuhak al-Silmi Abu Isa at Tirmidzi al-Dzohir al-Hafidz, *Sunan Tirmidzi*, (Riyadh: Maktabatul Ma'arif 1996), 433.

⁴¹Sri Nuryati, *Halalkah Makanan Anda?* (Solo: Aqwamedika, 2008), 45.