

## Eksplorasi Hadis Tentang Kurma Ajwa: Perspektif Kesehatan Dalam Kajian Islam

**Supandi<sup>1</sup>, Muhamad Raj Chandra<sup>2</sup>, Alam Tarlam<sup>3</sup>**

<sup>1</sup>Ekonomi Syariah, STAI Miftahul Huda Subang, Indonesia

<sup>2</sup>Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah, STAI Miftahul Huda Subang, Indonesia

<sup>3</sup>Pendidikan Islam Anak Usia Dini, STAI Miftahul Huda Subang, Indonesia

[supandi97456@gmail.com](mailto:supandi97456@gmail.com)

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji khasiat kurma, khususnya kurma ajwa, dari perspektif hadis dan ilmu kedokteran. Metode penelitian yang digunakan yaitu metode kualitatif berbasis studi pustaka (bibliografi), penelitian ini mengintegrasikan analisis hadis menggunakan pendekatan sanad dan matan dengan kajian ilmiah tentang kandungan nutrisi dan manfaat medis kurma. Data hadis dikumpulkan dari kitab-kitab utama seperti Shahih Bukhari, Shahih Muslim, dan Lu'lu wa al-Marjan. Proses analisis melibatkan validasi hadis melalui tashhih untuk menentukan status hadis sebagai maqbul atau mardud. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kurma tidak hanya memiliki nilai spiritual yang kuat, tetapi juga manfaat kesehatan yang signifikan, seperti menguatkan rahim, melancarkan pencernaan, dan meningkatkan fungsi jantung. Penelitian ini mengungkapkan bahwa khasiat kurma yang disebutkan dalam hadis dapat didukung oleh temuan ilmiah modern, sehingga memperkuat relevansinya sebagai makanan sunnah dengan manfaat kesehatan yang komprehensif.

**Kata kunci :** Hadis; Kurma; Kesehatan.

### Abstract

*This study aims to examine the efficacy of dates, especially ajwa dates, from the perspective of hadith and medical science. The research method used is a qualitative method based on literature studies (bibliography), this study integrates hadith analysis using the sanad and matan approaches with scientific studies on the nutritional content and medical benefits of dates. Hadith data is collected from major books such as Saheeh Bukhari, Saheeh Muslim, and Lu'lu wa al-Marjan. The analysis process involves validating the hadith through tashhih to determine the status of the hadith as maqbul or mardud. The results of the study show that dates not only have strong spiritual value, but also significant health benefits, such as strengthening the uterus, improving digestion, and improving heart function. This study reveals that the efficacy of dates mentioned in the hadith can be supported by modern scientific findings, thus strengthening its relevance as a sunnah food with comprehensive health benefits.*

**Keywords:** Hadith; Dates; Health.

## I. PENDAHULUAN

Kurma menduduki tempat istimewa di hati kaum muslimin. Kurma dianggap sebagai salah satu makanan paling baik yang dinasihatkan dan dijelaskan oleh Nabi Muhammad SAW dalam banyak Hadis, Nabi Muhammad SAW menjadikan kurma sebagai makanan pembuka puasa dan makanan yang banyak manfaatnya.

Saudi Arabia sebagai negarsa penghasil minyak juga penghasil kurma terbesar. Di kawasan Madinah terdapat banyak area tanah subur dan oase-oase yang dapat ditanami sayuran dan buah-buahan, namun berbeda dengan Mekah yang benar-benar gersang. Kesuburan tanah Madinah itu tidak akan berkurang, tetapi akan terus bertambah dan berkembang mengimbangi kedatangan tamu-tamu Allah. Di sana pohon kurma sejak dahulu tumbuh subur. Tanah Madinah memiliki mukjizat atau setidaknya 'berkah' khusus karena Rasulullah pernah memohon pada Allah Subhaanahu wa ta'ala . "Ya Allah berilah Madinah ini dua kali berkah yang Kau berikan kepada Mekah (Hakim et al., 2024).

Manfaat dan khasiat kurma ditinjau dari sudut pandang medis menguatkan khabar Al-Qur'an Al-Karim dan Al-Sunnah Al-Shahihah tentang khasiat dan keutamaan kurma. Sebagian dari manfaat kurma, berfungsi untuk menguatkan sel-sel usus dan dapat membantu melancarkan saluran kencing karena mengandung serabut-serabut yang bertugas mengontrol laju gerak usus dan menguatkan rahim terutama ketika melahirkan.

Penelitian yang terbaru menyatakan bahwa buah ruthab (kurma basah) mempunyai pengaruh mengontrol laju gerak rahim dan menambah masa sistol-nya (kontraksi jantung ketika darah dipompa ke seluruh tubuh-red).

Dalam Shahih Bukhari dan Shahih Muslim, diriwayatkan Hadis dari Sa'ad bin Abi Waqqash, dari Nabi Shalallahu 'alaihi wa sallam, bahwa beliau pernah bersabda.

سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، يَقُولُ: مَنْ تَصَبَّحَ سَبْعَ تَمَرَاتٍ عَجْوَةً لَمْ يَضُرَّهُ، ذَلِكَ الْيَوْمَ، سُمْ وَلَا  
سِحْرٌ<sup>5</sup>

"Barang siapa mengkonsumsi tujuh butir kurma ajwa pada pagi hari, maka pada hari itu ia tidak akan terkena racun maupun sihir"

Hadis stersebut ditemukan dalam kitab "Lu'lu wa al-Marjân fî ma Ittafaqa 'alaihi al-Syikhan" karya Muhammad Fu'ad ibn 'Abdul Baqi ibn Shalih ibn Muhammad (w. 1388 H), Hadis di atas diriwayatkan oleh sahabat Sa'ad, Aisyah, Abu Hurairah dan Jabir.

Kurma ajwa disebut juga sebagai kurma Nabi atau kurma Rasullullah. kurma ajwa ditanam sendiri oleh Nabi Muhammad SAW di Kota Madinah sekitar 14 abad yang lampau. Hingga kini pohon kurma ajwa di Madinah jumlahnya tidak banyak yaitu hanya sekitar ratusan. Jadi, tidak heran jika harganya pun agak mahal .

Berdasarkan asbabul wurud (sebab-sebab turunnya suatu Hadis) disebutkan dulu Nabi Muhammad SAW kalau berbuka puasa yang dimakan adalah kurma. Kurma yang

*Eksplorasi Hadis Tentang Kurma Ajwa: Perspektif Kesehatan Dalam Kajian Islam* dimakan itu diberi nama kurma ajwa. Ceritanya, pada saat itu ajwa adalah nama anak Salmân Alfarisi, orang Nasrani yang akhirnya masuk Islam. Dia mewakafkan lahan kurmanya untuk perjuangan Islam. Untuk mengenang jasa-jasanya itu, akhirnya Rasulullah menamakan kurma yang dimakannya saat berbuka puasa sebagai kurma ajwa. Itulah alasannya kenapa, akhirnya kurma ajwa disebut juga sebagai kurma Nabi .

Penelitian tentang kurma sudah banyak dilakukan diantaranya jurnal tentang ‘The sweet and safe date’ oleh Pratiwi Dwi Windu Kinanti Arti salah satu staf fakultas kedokteran Universitas Muhamadiyah. ‘Potensi Kurma Ajwa (Phoenix Dactilifera L.) Bagi Kesehatan Reproduksi Wanita Dalam Literatur Islam dan Penelitian Ilmiah’ Ida Royani, Nasrudin, M Hamzah, Shofiyah Latief, Erlin Syahril, Fakultas Kedokteran Universitas Makasar Indonesia. ‘Keistimewaan Kurma Dalam Al-Qur’an Ditinjau Dari Perspektif Ilmu’, Jurnal Kesehatan STIKes Muhammadiyah Ciamis.

Seiring dengan perkembangan ilmu hadis, penelitian hadis dengan metode takhrij sudah banyak dilakukan, diantaranya ‘Analisis Hadis tentang Anjuran Berbuka dengan Kurma’ oleh Solehudin UIN Riau, Tinjauan Hadis Tentang Pengobatan Nabi, Studi Kritik Sanad Dan Matan Hadis Nabi Tentang Pengobatan Menggunakan Kurma Dan Madu’ oleh Lubna (*Solahudin.Pdf*, n.d. 2024).

## **II. METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif berbasis studi pustaka (bibliografi) dengan pendekatan multidisipliner, yang mengintegrasikan kajian hadis dan ilmu kedokteran (himayahfoundation, 2022). Proses penelitian diawali dengan pengumpulan data hadis menggunakan kamus hadis dan aplikasi seperti CD Maktabah Syamilah untuk menemukan hadis-hadis yang relevan mengenai khasiat dan keutamaan kurma (Fajar, 2020). Fokus pengumpulan data diarahkan pada hadis-hadis yang terdapat dalam kitab-kitab seperti Shahih Bukhari, Shahih Muslim, dan Lu’lu wa al-Marjan.

Setelah data terkumpul, dilakukan analisis hadis dengan meneliti aspek sanad dan matan. Analisis sanad bertujuan untuk memastikan keabsahan jalur periwayatan hadis, sementara analisis matan dilakukan untuk memahami isi hadis dalam kaitannya dengan manfaat medis kurma. Hasil analisis ini kemudian dilanjutkan dengan proses tashhih untuk menentukan status hadis sebagai maqbul (diterima) atau mardud (ditolak) (*Mughni Al-Muhtaj Ila Ma’rifati Ma’ani Alfadz al-Minhaj Jilid 2 / Syamsudin Muhammad Bin Muhammad Khatibi Syarbani / Perpustakaan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau*, n.d.-a).

Selanjutnya, kajian dilanjutkan dengan menelaah kandungan nutrisi dan manfaat medis kurma berdasarkan hasil penelitian ilmiah terkini. Berbagai studi tentang manfaat kurma, seperti untuk kesehatan reproduksi, pencernaan, dan kontraksi rahim, dianalisis untuk mengidentifikasi zat aktif dalam kurma, seperti serat, gula alami, dan mineral. Kajian ini bertujuan mendukung validitas manfaat medis yang disebutkan dalam hadis.

Tahap akhir adalah integrasi hasil analisis hadis dan data ilmiah modern untuk memberikan pemahaman yang komprehensif mengenai manfaat kurma dari perspektif Islam dan sains. Pendekatan ini bertujuan memadukan keilmuan tradisional Islam dengan ilmu pengetahuan modern, sehingga menghasilkan kajian holistik yang relevan dan valid terkait manfaat kurma dalam konteks keagamaan dan kesehatan.

### III. HASIL DAN PEMBAHASAN

#### A. Temuan penelitian

##### 1. Otentisitas Hadis Kurma Ajwa

###### a. Melacak Keberadaan Hadis

Untuk melacak keberadaan hadis tertentu, misalnya kita ambil contoh Hadis “*Man tashabbaha*” yang pertama kali ditemukan pada kitab “*al-Lu’lu wa al-Marjân fî mâ Ittafaqa ‘alaihi al-Syaikhân*” karya Muhammad Fu’ad ibn ‘Abdul Bâqi ibn Shâlih ibn Muhammad dengan redaksi;

حديث سعد رضي الله عنه، قَالَ: سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، يَقُولُ: مَنْ تَصَبَّحَ سَبْعَ تَمَرَاتٍ عَجْوَةً لَمْ يَضُرَّهُ، ذَلِكَ الْيَوْمَ، سُمٌّ وَلَا سِحْرٌ

Hadis dari sahabat Sa’d r.a. ia berkata: Aku mendengar Rasulullah SAW, bersabda: Barang siapa yang (makan) pada waktu pagi sebanyak tujuh butir kurma Ajwa maka tidak akan terserang racun dan sihir pada hari itu” (Baqi, n.d.).

Atau boleh jadi hadis yang pertama kali kita temukan tidak memiliki sanad sama sekali, seperti hadis-hadis yang ditemukan dalam buku-buku islam yang berbahasa indonesia, atau naskah-naska lainnya. Bisa jadi anda mendengar dari ceramah-ceramah ustdz atau mubalig yang menyampaikan hadis tidak disertai sanadnya atau hanya sebagai hadis saja yang dibacakannya.

Kita ambil conto saja hadis ini pertama kali dilihat dalam kitab “*al-Lu’lu wa al-Marjân*, dan berdasarkan petunjuk yang terdapat dalam kitab “*al-Lu’lu wa al-Marjân fî mâ Ittafaqa ‘alaihi al-Syaikhân*” diketahui bahwa Hadis tersebut dikeluarkan oleh al-Bukhari dalam kitâb *at-Thib, Bab ad-Dawâ bil al-Ajwah li Sihr* halaman 814.

###### b. Melacak Dengan Beberapa Kitab Kamus Hadis

Untuk melacak hadis tersebut ada dalam kitab apa saja, maka yang diperlukan adalah kitab-kitab kamus seperti *al-Jami al-Shaghir, ath-Tharaf, al-Mu’jam al-Mufahrasy*, atau boleh juga menggunakan CD *Maktabah Syamilah*.

*Dilalah* atau *tautsiq* Hadis tersebut pada *al-mashâdir al-asliyyah*. Menggunakan kamus *al-Jami al-Shaghir* karya al-Suyuthi (911 H), berdasarkan lafad awal "من تصبح كل يوم" diperoleh petunjuk sebagai berikut:

من تصبح كل يوم بسبع تمرات عجوة لم يضره في ذلك اليوم سم ولا سحر (حم ق د عن سعد بن أبي وقاص) (صح)

Berdasarkan petunjuk tersebut maka *mashâdir ashliyyah* sesuai dengan rumus hadis adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Rumus Hadis

| No | Rumus | Maksud             |
|----|-------|--------------------|
| 1  | حم    | Ahmad ibn Hanbal   |
| 2  | ق     | Bukhari dan Muslim |
| 3  | د     | Abu Daud           |

Dengan demikian Hadis tersebut terdapat dalam kitab *Jami' al-Sahih Bukhari dan Muslim, Musnad Ahmad ibn Hanbal* dan *Sunan Abu Daud*, semuanya bersumber dari sahabat Sa'd ibn Abi Waqqâs dengan kualitas sebagai Hadis shahih (DIA, 2022).

Kitab kamus *al-Mu'jam al-Mufahrasy*

*Dilalah* atau *tautsiq* lebih lanjut menggunakan kamus *al-Mu'jam al-Mufahrasy* susunan A.J Wensink, dengan menggunakan lafad *عجوة*, diperoleh petunjuk sebagai berikut:

من تصبح بسبع قمرات عجوة

خ أطعمة 43، طب 52، 56، م أشرية 155، 154، د طب 12، حم 1، 181-

Berdasarkan petunjuk tersebut maka *mashâdir ashliyyah* sesuai dengan rumus hadis:

Tabel 2. Rumus Hadis

| No | Rumus | Baca                                                                            |
|----|-------|---------------------------------------------------------------------------------|
| 1  | خ     | Sohih Bukhari kitab <i>ath'imah</i> bab 42 dan kitab <i>thibb</i> bab 52 dan 56 |
| 2  | م     | Muslim kitab <i>asyribah</i> no. 154 dan 155                                    |
| 3  | د     | Abu Daud kitab <i>Thibb</i> bab. 12                                             |
| 4  | حم    | Musnad Ahmad ibn Hanbal juz. 1, hal. 181                                        |

## 2. Penilaian Sanad dan Matan

### a. Jenis Hadis dan Kualifikasi Hadis

#### 1) Berdasarkan Jumlah Rawi

Berdasarkan jumlah rawi terdapat jenis Hadis *mutawatir* dan Hadis *ahad*, Hadis *mutawatir* yaitu Hadis yang rawinya banyak dengan syarat *makhsus*, tidak

ada kesan dusta, jumlah rawi disetiap *thabaqah* minimal empat. Sedangkan Hadis *ahad* adalah yang tidak memenuhi syarat *mutawatir*, yaitu Hadis yang jumlah rawinya tidak banyak. Apa bila jumlah rawinya tiga per*thabaqah* disebut dengan Hadis *masyhur*, apabila jumlahnya dua di tiap *thabaqah* maka Hadisnya disebut *aziz*; dan apabila satu orang rawi per*thabaqah*nya disebut Hadis *gharib*.

Berdasarkan kriteria tersebut di atas, maka Hadis مَنْ تَصَبَّحَ كُلَّ يَوْمٍ سَبْعَ مَرَّاتٍ عَجُوزَةً أَوْ بَضْرَةً فِي ذَلِكَ الْيَوْمِ سُبْحًا وَلَا سَحَرًا adalah Hadis *ahad aziz masyhur*, sebab Hadis tersebut diriwayatkan oleh sejumlah rawi yang tidak mencapai derajat *mutawati*, yaitu tiga rawi di *thabaqah* sahabat dan beberapa rawi di *thabaqah* tabi'n, sedangkan di *thabaqah* selanjutnya diriwayatkan oleh empat bahkan lebih. Dengan demikian Hadis tersebut adalah *zhanni al-wurud* dan *zhanni al-dilalah* yang memerlukan penelitian lebih lanjut (Zaenudin & Tarlam, 2023).

## 2) Berdasarkan Matan

Berdasarkan bentuk matan, jenis Hadis terbagi kedalam *qauli*, *fi'li taqriri*, dan *hammi*. Hadis *qauli* yaitu Hadis yang berupa perkataan; Hadis *fi'li* berupa perbuatan, Hadis *taqriri* berupa ketetapan; dan *hammi* berupa rencana.

Berdasarkan idhafat matan, jenis Hadis terbagi kedalam Hadis *qudsi*, *marfu*, *mauquf*, dan *maqthu*. Hadis *qudsi* yaitu Hadis yang disandarkan kepada Allah tetapi bukan Al-Qur'an. Hadis *marfu* adalah Hadis yang di sandarkan (idhafah) kepada Nabi SAW Hadis *mauquf* adalah Hadis yang idhafah kepada sahabat. Dan Hadis *maqthu* adalah Hadis yang idhafah kepada tabi'n.

Berdasarkan kaidah tersebut maka Hadis مَنْ تَصَبَّحَ كُلَّ يَوْمٍ سَبْعَ مَرَّاتٍ عَجُوزَةً أَوْ بَضْرَةً فِي ذَلِكَ الْيَوْمِ سُبْحًا وَلَا سَحَرًا maka Hadis ini dinamakan Hadis *marfu qauli hakiqi eksflisit*, Dikatakan *marfu* karena idhafah kepada Nabi, dikatakan *qauli* karena matanya berbentuk perkataan serta tanda bentuk idhafahnya berbentuk *eksflisit* yaitu dengan menggunakan lafad: قَالَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ:

## 3) Berdasarkan Sanad

Dari segi bersambungannya sanad, Hadis terbagi kepada Hadis *muttashil* dan *munfashil*. Hadis *muttashil* adalah Hadis yang sanadnya bersambung, yakni rawi murid dan rawi guru pada sanad bertemu (*liqa*) karena hidup sezaman, setempat, dan seprofesi Hadis. Hadis *munfashil* adalah Hadis yang sanadnya terputus (*inqitha'*) meliputi *mursal* (putus rawi pertama), *mu'alaq* (putus mudawin dan gurunya), *munqathi'* (putus satu rawi atau lebih tapi tidak berurutan), dan *mu'dhal* (putus dua rawi dari dua *thabaqat* secara beturut-turut).

Berdasarkan kaidah tersebut, maka Hadis مَنْ تَصَبَّحَ كُلَّ يَوْمٍ سَبْعَ تَمَرَاتٍ عَجْوَةً لَمْ يَضُرَّهُ فِي ذَلِكَ

الْيَوْمِ سُمْ وَلَا سِحْرٌ adalah Hadis *muttashil* sebab sanadnya bersambung, yaitu yang melalui riwayat sahabat Sa'd, Aisyah, dan Jabir. Jika memperhatikan hubungan seluruh sanad, maka dapat dikatakan bahwa Hadis bersangkutan adalah bersambung sanadnya.

Berdasarkan keadaan sanad, jenis Hadis terbagi kedalam *mu'an'an* (terdapat 'an dalam sanad), *muanan* (terdapat lafazh *anna* dalam sanad), *'ali* (jumlah rawi dalam sanad sedikit, rata-rata satu atau dua *perthabaqah*), *nazil* (jumlah rawi dalam sanad banyak, rata-rata *perthabaqah*nya lebih dari dua), *musalsal* (ada persamaan sifat dalam sanad) dan *mudabbaj* (terdapat dua rawi dalam sanad yang saling meriwayatkan).

Berdasarkan kriteria tersebut, maka Hadis مَنْ تَصَبَّحَ كُلَّ يَوْمٍ سَبْعَ تَمَرَاتٍ عَجْوَةً لَمْ يَضُرَّهُ فِي ذَلِكَ

الْيَوْمِ سُمْ وَلَا سِحْرٌ adalah Hadis *mu'an'an* sebab terdapat lafad 'an dalam sanad, serta *nazil* sebab jumlah rawi dalam sanad *perthabaqah* lebih dari dua.

## b. Tashhih dan Kualitas Hadis

### 1) Tashhih

*Tashhih* adalah menentukan kualitas Hadis berdasarkan kaidah dirayah dengan meneliti rawi, sanad dan matan menurut criteria dalam indikatornya dengan menggunakan ilmu Hadis dan kitab pembantu. Dengan *tashhih*, Hadis terbagi kedalam Hadis *maqbul shahih* yakni Hadis yang diterima sebagai *hujjah* dengan sebutan shahih apabila memenuhi syarat rawi yang adil *tam*, *dhabit*, *sanad muttashil*, *matan marfu'*, tidak ada *illat* dan tidak janggal. Adil dalam *tabaqah* dan *mur'uah*. *Tam dhabit* adalah *tam dhabit shadr* dan *dhabit kitab* yaitu *qawwiyy al-hafizh*, *qawwiyy al-fahm*, dan *qawwiyy al-dzikr*. Sanad mutasil adalah rawi dalam sanad *liqa* karena hidup sezaman, setempat, sepropesi Hadis, matan *marfu'* dan *idhafah* kepada Nabi SAW Tidak ada *illat* artinya tidak ada penambahan, pengurangan, dan penggantian lafadz. Tidak janggal artinya tidak bertentangan dengan al-Quran, Hadis *mutawatir* atau Hadis *ahad* yang lebih kuat, serta akal sehat (Mukromin, n.d.).

Setelah melakukan penelitian terhadap *sanad* dan *matan* Hadis, dapat disimpulkan bahwa Hadis "*Man tashabbaha kula yaumin sab'a tamaratin*" ada yang *tasyadud* dan ada pula yang *tawasuth*. Untuk Hadis yang *tasyadud* maka Hadisnya menjadi mardud (ditolak), penyebab ketertolakannya adalah ada salah satu rawi yang *maudhu*, *munkar* dan *matruk*. Dalam Hadis yang diriwayatkan oleh Thabrani dan Zahir, terdapat rawi yang *matruk* yaitu; Qasim ibn Abdullah ibn Umar, Ishaq ibn Abdullah ibn Abdurrahman dan Shadaqah ibn Abdullah. Dengan ditemukannya kecacatan dalam rawi yang tidak bisa dimaafkan, maka Hadis ini menjadi mardud tidak dapat diamalkan (*ghair mamul bih*).

Untuk Hadis yang *tawasuth* dalam kaidah *tashhih* kenaikan kualitas, Hadis dhaif yang disebabkan karena adanya beberapa rawi yang *majhul*, *dha'if* (lemah), dapat menjadi *hasan li ghairihi* jika terdapat *syahid* dan *mutabi* yang menguatkannya. Dalam Hadis yang diriwayatkan oleh Thabrani yang bersumber dari Anas ibn Malik ada salah satu rawi yang dinilai *dha'if* yaitu; Abdullah ibn Ishaq ibn Fadhil. Dengan demikian, Hadis yang asalnya dhaif naik kualitasnya menjadi *hasan li ghairihi* karna terdapat matan lain (*syâhid*) dan sanad lain (*mutâbi*), maka kedudukan Hadis tersebut maqbul atau *mamul bih*. Sedangkan sisanya diriwayatkan secara Shahih ("Terjemah Al Mu'jam Ash-Shaghir Thabrani," n.d.).

### c. Pengamalan Hadis

Secara keseluruhan Hadis "*Man tashabbaha kula yaumin sab'a tamarâtin*" terbagi kedalam dua bagian. *Pertama*: Hadis yang ditolak (*ghair mamul bih*), yaitu Hadis yang terdapat pada kitab Thabrani (*Mujam Shaghîr*) dan Zahir (*al-Sabâih al-Alf*) adalah *mardudd* karena beberapa rawinya matruk. *Kedua*: Hadis yang maqbul (*mamul bih*), yaitu Hadis yang naik derajatnya menjadi *hasan li ghairihi* yaitu Hadis riwayat al-Thabrani dalam kitabnya *Mujam al-Aûsath* dan Hadis-hadis yang terdapat dalam kitab Musnad Hamaidi, Mushanaf Ibn Abi Syaibah, Musnad Ahmad ibn Hanbal, Musnad Sa'd ibn Abi Waqas, Bukhari, Muslim, Abi Da'ud, Bazzar, Nasai, Musnad Abu Ya'la al-Maushûli, Baihaqi diriwayatkan secara Shahih. (Supandi, 2014).

## 3. Implikasi Hadis Kurma Ajwa Terhadap Kesehatan

Kurma ajwa, atau yang dikenal sebagai "kurma nabi," memiliki posisi istimewa dalam Islam dan tradisi kesehatan. Disebutkan dalam hadis Nabi Muhammad SAW, kurma ini memiliki keutamaan khusus, termasuk perlindungan dari racun dan sihir jika dikonsumsi tujuh butir setiap pagi. Selain dari segi spiritual, khasiat kurma ajwa juga dapat dibuktikan melalui analisis gizi dan penelitian ilmiah.

### a. Komposisi Nutrisi Kurma Ajwa

Kurma ajwa mengandung komponen gizi yang mendukung kesehatan tubuh. Karbohidrat dalam bentuk glukosa dan fruktosa memberikan energi instan, terutama saat berbuka puasa. Dalam 100 gram kurma kering, terdapat kandungan vitamin seperti vitamin A (50 IU), niasin (2,20 mg), dan mineral penting seperti kalium (666 mg), fosfor, kalsium, serta magnesium. Kalium, misalnya, berperan dalam menjaga keseimbangan elektrolit dan mencegah stroke, sedangkan fosfor mendukung kesehatan tulang dan fungsi otak.

b. Manfaat Kesehatan Kurma Ajwa

1) Sebagai Sumber Energi Cepat

Kandungan gula alami, terutama fruktosa, membuat kurma ajwa mudah diserap tubuh dan memberikan energi instan. Fruktosa ini juga mendukung fungsi otak, saraf, dan sistem darah merah, menjadikannya pilihan ideal saat berbuka puasa.

2) Mengandung Antioksidan Tinggi

Kurma ajwa kaya akan antioksidan, terutama polifenol seperti cinnamic acid dan flavonoid. Zat ini melindungi tubuh dari radikal bebas yang dapat merusak sel dan menyebabkan berbagai penyakit degeneratif, seperti kanker. Penelitian menunjukkan bahwa biji kurma memiliki aktivitas antioksidan tertinggi dibandingkan daging buahnya.

3) Kesehatan Pencernaan

Kandungan serat pangan dalam kurma ajwa membantu melancarkan sistem pencernaan dan mengurangi risiko sembelit. Serat ini juga mendukung kesehatan usus besar dengan menghambat penyerapan kolesterol dan lemak, sehingga membantu menjaga kadar kolesterol darah.

4) Efek Terapeutik Lainnya

Kurma ajwa juga diketahui memiliki kandungan hormon potuchsin, yang membantu mencegah pendarahan rahim, serta asam salisilat yang bersifat antinyeri. Dalam konteks medis, penelitian mendukung penggunaan kurma sebagai antitumor, antiradang, dan imunomodulator (Suyatna, 2015).

c. Perspektif Hadis dan Medis

Hadis tentang kurma ajwa yang menyebutkan kemampuannya menangkal racun dan sihir telah melalui pentakhrijan dan dinyatakan sahih. Namun, pembuktian secara medis atas efek spesifik ini masih terbatas. Kandungan bioaktif dalam kurma, seperti antioksidan dan polisakarida, dapat mendukung sistem imun, tetapi kaitan langsung dengan penangkal sihir belum dapat dijelaskan secara ilmiah (Supandi, 2014).

d. Studi Ilmiah dan Arah Penelitian Masa Depan

Penelitian oleh Omar Ishurd dan J.F. Kennedy menunjukkan bahwa polisakarida yang diisolasi dari kurma Libya memiliki potensi antitumor. Hal ini membuka peluang untuk penelitian lebih lanjut mengenai komponen bioaktif dalam kurma ajwa dan efeknya terhadap penyakit lain, termasuk potensi penangkal racun sebagaimana disebutkan dalam hadis (Irfiani & Tarlam, 2023).

#### **IV. KESIMPULAN**

Hadis “Man tashabbaha kula yaumin sab’a tamarâtin ajwatan lam yadhurrahu fi dzalikal yaumi sumun wa lâ sihrun” adalah otentik sebagai Hadis, Hadis tersebut diriwayatkan dalam kitab al-Mashâdir al-Ashliyyah. Dinilai hadis marfu karna idhafahkan kepada Nabi SAW.

Secara keseluruhan Hadis “Man tashabbaha kula yaumin sab’a tamarâtin” terbagi kedalam dua bagian. Pertama: Hadis yang ditolak (ghair mamul bih), yaitu Hadis yang terdapat pada kitab Thabrani (Mujam Shaghîr) dan Zahir (al-Sabâihâh al-Alfh) adalah mardudd karena beberapa rawinya matruk. Kedua: Hadis yang maqbul (mamul bih), yaitu Hadis yang naik derajatnya menjadi hasan li ghairihi yaitu Hadis riwayat al-Thabrani dalam kitabnya Mujam al-Aûsath dan Hadis-hadis yang terdapat dalam kitab Musnad Hamaidi, Mushanaf Ibn Abi Syaibah, Musnad Ahmad ibn Hanbal, Musnad Sa’d ibn Abi Waqas, Bukhari, Muslim, Abi Da’ud, Bazzar, Nasai, Musnad Abu Ya’la al-Maushûli, Baihaqi diriwayatkan secara Shahih.

Implikasi kurma terhadap kesehatan tubuh penulis belum bisa menjelaskan secara rinci, karna dianggap luar kajian penulis. Namun menurut beberapa sumber yang penulis temukan dan sudah terbukti dalam ilmu kesehatan, kurma dapat mengobati dan sekaligus pencegahan terhadap berbagai penyakit seperti; stroke, insomnia, darah tinggi, demam berdarah, reumatik, kangker, pendarahan rahim, asma, usus buntu, meningkatkan daya tahan tubuh, gairah sex, dsb. Untuk bukti kongkrit penangkal sihir sesuai dengan teks Hadis “Man tashabbaha kula yaumin sab’a tamarâtin ajwatan lam yadhurrahu fi dzalikal yaumi sumun wa lâ sihrun” sampi saat ini belum ada sumber yang dapat menjelaskannya, terutama jika ditinjau dalam pandangan medis.

## V. DAFTAR PUSTAKA

- Baqi, M. F. A. (n.d.). *Al Lu'lu' u wa al Marjan fi Ma Ittifaqa 'alaihi al Syaikh al (2)* (Riyadh). Maktabah al Riyadh al Haditsah. Retrieved November 26, 2024, from [//libcat.uin-malang.ac.id%2Findex.php%3Fp%3Dshow\\_detail%26id%3D25399%26keywords%3D](http://libcat.uin-malang.ac.id%2Findex.php%3Fp%3Dshow_detail%26id%3D25399%26keywords%3D)
- DIA, Y. (2022, August 25). *Kitab Al-Jami' Ash-Shaghir min Ahadits al-Basyir an-Nadzir*. Kitab Al-Jami' Ash-Shaghir min Ahadits al-Basyir an-Nadzir. <https://www.laduni.id/kitab/post/read/302/kitab-al-jami-ash-shaghir-min-ahadits-al-basyir-an-nadzir.html>
- Download *Syarh al-Waraqat / al-Mubarak*. (2016, January 29). <https://www.al-mubarak.com/download-syarh-al-waraqat/>
- Fajar, S. (2020, May 11). *Download Maktabah Syamilah Terbaru 4.0 Juni 2022*. Dakwah.ID. <https://www.dakwah.id/gratis-download-maktabah-syamilah-terbaru-update-oktober-2020/>
- Hakim, M. L., Fauziah, N., Amar, M. A., & Tarlam, A. (2024). KARAKTERISTIK DAN NILAI-NILAI MORAL DALAM QASHASHUL QUR'AN: PERSPEKTIF ETIKA ISLAM. *AL-KAINAH: Journal of Islamic Studies*, 3(1), Article 1. <https://doi.org/10.69698/jis.v3i1.567>
- Hamsa, H. (2023). AL-AF'AL (Pengenalan Kata Kerja dalam Bahasa Arab dan Pola Perubahan): Fi'il, Pola Tashrifnya. In *IAIN Parepare Nusantara Press*. <https://doi.org/10.7788/ipn.71>
- himayahfoundation. (2022, September 5). *Al Lu'lu' wal Marjan; Kitab Hadits Muttafaqun 'Alaih—Himayah Foundation*. <https://himayahfoundation.com/al-lulu-wal-marjan-kitab-hadits-muttafaqun-alaih/>
- [https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/78910/1/11200360000075\\_Muhammad%20Solahudin.pdf](https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/78910/1/11200360000075_Muhammad%20Solahudin.pdf). (n.d.). Retrieved November 26, 2024, from [https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/78910/1/11200360000075\\_Muhammad%20Solahudin.pdf](https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/78910/1/11200360000075_Muhammad%20Solahudin.pdf)
- Irfiani, V., & Tarlam, A. (2023). Potensi Manusia Dalam Perspektif Islam: Menggali Potensi Diri Untuk Kesempurnaan Spiritual. *KAMALIYAH : Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 1(2), Article 2. <https://doi.org/10.69698/jpai.v1i2.430>
- Kumpulan Hadits Bukhari Muslim*. (n.d.). Retrieved November 26, 2024, from <https://bintangpusnas.perpusnas.go.id/konten/BK53294/kumpulan-hadits-bukhari-muslim>
- Metode pengobatan nabi SAW =: Ath-thib an nabawi / Ibnu qayyim al-jauziyah; Penerjemah, Abu umar basyier al-madani / Perpustakaan Daerah Kota Singkawang*. (n.d.). Retrieved November 26, 2024, from <https://inlis.singkawangkota.go.id/opac/detail-opac?id=9847>

- Mughni al-muhtaj ila ma'rifati ma'ani alfadz al-minhaj jilid 2 / Syamsudin Muhammad bin Muhammad Khatibi Syarbani | Perpustakaan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau*. (n.d.-a). Retrieved November 26, 2024, from <https://inlislite.uin-suska.ac.id/opac/detail-opac?id=29891>
- Mughni al-muhtaj ila ma'rifati ma'ani alfadz al-minhaj jilid 2 / Syamsudin Muhammad bin Muhammad Khatibi Syarbani | Perpustakaan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau*. (n.d.-b). Retrieved November 26, 2024, from <https://inlislite.uin-suska.ac.id/opac/detail-opac?id=29891>
- Mukromin, I. (n.d.). *Pemikiran M. Syuhudi Ismail dalam Metode Penelitian hadits Nabi.docx*. Retrieved November 26, 2024, from [https://www.academia.edu/29302010/Pemikiran\\_M\\_Syuhudi\\_Ismail\\_dalam\\_Metode\\_Penelitian\\_hadits\\_Nabi\\_docx](https://www.academia.edu/29302010/Pemikiran_M_Syuhudi_Ismail_dalam_Metode_Penelitian_hadits_Nabi_docx)
- Supandi, S. (2014). *Syarah dan kritik dengan metode takhrij hadis tentang kurma ajwa dan implikasinya terhadap kesehatan* [Masters, UIN Sunan Gunung Djati Bandung]. <https://digilib.uinsgd.ac.id/19469/>
- Suyanti Satuha. (2015). *Kurma Khasiat dan Olahannya*. Penebar Swadaya.
- Taj al 'urus min jawahir al qamus jilid 1: Juz 1—2 / Sayyid Muhammad Murtada bin Muhammad al Husaini al Zabidi | Perpustakaan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau*. (n.d.). Retrieved November 26, 2024, from <https://inlislite.uin-suska.ac.id/opac/detail-opac?id=33328>
- Tajuddin al-Subki. (Tajuddin al-Subki). *Al-Asybah wa al-Nadzâhir* [Computer software].
- Tarlam, A. (2023). Studi Analisis Metodologi Tafsir Mafatih Al-Ghayb Karya Fakruddin Al-Razi. *AL-KAINAH: Journal of Islamic Studies*, 2(1), Article 1. <https://doi.org/10.69698/jis.v2i1.112>
- Terjemah Al Mu'jam Ash-Shaghir Thabrani. (n.d.). *Terjemah Kitab Kuning*. Retrieved November 26, 2024, from <https://www.alkhoirot.org/2024/07/terjemah-al-mujam-ash-shaghir-thabrani.html>
- Zaenudin, & Tarlam, A. (2023). Studi Kritik Pemikiran John Wansbrough terhadap Al-Qur'an, Kenabian Muhammad dan Islam: Studi Kritik Pemikiran John Wansbrough Terhadap Al-Qur'an, Kenabian Muhammad dan Islam. *Risalah, Jurnal Pendidikan Dan Studi Islam*, 9(4), Article 4. [https://doi.org/10.31943/jurnal\\_risalah.v9i4.716](https://doi.org/10.31943/jurnal_risalah.v9i4.716)
- ZULISNAWATI, N.-98532564. (2003). *HADIS-HADIS TENTANG KURMA SEBAGAI OBAT (Studi Ma'ani al Hadis)* [Skripsi, UIN SUNAN KALIJAGA]. <https://digilib.uin-suka.ac.id/id/eprint/9356/>