

## KHASIAT KURMA PERSPEKTIF HADIS DAN SAINS

Muhammad Nawawi<sup>1</sup>, Ahmad Fauzan Ali Afsa<sup>2</sup>,  
Fatichatus Sa'diyah<sup>3</sup>

Sekolah Tinggi Ilmu Ushuluddin Darussalam (STIUDA) Bangkalan  
e-mail: <sup>1</sup>muhammadnawawy18@gmail.com, <sup>2</sup>fauzanali@gmail.com, <sup>3</sup>alves@gmail.com,  
<sup>3</sup>faticcha.sadiyah@gmail.com

### Abstrak:

Telah menjadi aksioma bahwa problematika kehidupan saat ini semakin kompleks termasuk juga masalah pengobatan, yang seiring berjalannya waktu semakin beragam. Islam sebagai agama universal telah menawarkan pengobatan herbal. Salah satu pengobatan herbal yang ditawarkan di dalam al-Quran dan hadis ialah kurma. Namun khasiat kurma harus dibuktikan dan direlevansikan dengan sains modern. Karena realitasnya mayoritas manusia lebih percaya terhadap pengobatan kimiawi, seperti laxatab dan neolaxa untuk bawasir, hemobion untuk anemia dan spironolactone untuk hipertensi. Padahal penyakit-penyakit tersebut juga dapat disembuhkan dengan mengkonsumsi kurma. Demikian itu karena kurangnya pengetahuan tentang khasiat kurma. Oleh karena itu perlu penelitian untuk mengungkapkan unsur-unsur yang terkandung dalam buah ini. Tujuannya untuk meyakinkan bahwa kurma memiliki banyak manfaat untuk keberlangsungan hidup manusia. Metodologi yang digunakan dalam penelitian ini ialah metodologi kualitatif dengan jenis *library research*. Sedangkan teknik penggalian data yang digunakan ialah dokumentasi. Hasil penelitian ini menyimpulkan bahwa kurma memiliki kandungan yang berguna secara ilmu kedokteran.

**Kata Kunci:** *Kurma, perspektif hadis, sains*

خلاصة:

لقد أصبح من البديهي أن مشاكل الحياة اليوم تزداد تعقيدا، بما في ذلك مشكلة العلاج الذي مع مرور الوقت يكثر تنوعا. لقد قدم الإسلام كدين عالمي طب الأعشاب. أحد العلاجات العشبية الواردة في القرآن والحديث هو التمر. ومع ذلك، يجب إثبات فعالية التمر وأن تكون ذات صلة بالعلم الحديث. لأن الحقيقة هي أن غالبية الناس يؤمنون أكثر بالعلاجات الكيميائية، مثل لاسكاتاب ونيولاكسا للبواسير، وهيموبيون لفقر الدم، وسبيرونولاكتون لارتفاع ضغط الدم. ومع ذلك، يمكن أيضًا علاج هذه الأمراض عن طريق تناول التمر. وذلك بسبب قلة المعرفة بفوائد التمر. ولذلك لا بد من البحث للكشف عن العناصر التي تحتويها هذه الفاكهة. الهدف هو إقناع أن التمر له فوائد عديدة لبقاء الإنسان. المنهجية المستخدمة في هذا البحث هي المنهجية النوعية من نوع البحث المكتبي. وفي الوقت نفسه، فإن تقنية استخراج البيانات المستخدمة هي التوثيق. وخلصت نتائج هذا البحث إلى أن التمر يحتوي على مكونات مفيدة في العلوم الطبية.

الكلمات المفتاحية: التمر، منظور الحديث، العلم

### A. PENDAHULUAN.

Karakter dari penghuni padang pasir yang paling menonjol adalah kekuatan fisik, tubuh yang ramping lagi tinggi dan daya tahan tubuh mereka terhadap berbagai penyakit. Realitas tersebut tidak dapat dibantah lagi bahwa makanan pokok merekalah kuncinya, yaitu kurma yang memiliki segudang keistimewaan. Bahkan ilmu pengetahuan modern

menjuluki kurma sebagai barang tambang karena kandungannya yang komplit.<sup>1</sup> Kurma merupakan salah satu tanaman yang banyak tumbuh di padang pasir, hal ini tidak lepas dari ketahanan fisik pohon kurma yang tahan terhadap cuaca panas. Namun selain itu, kurma dikenal sebagai makanan pokok yang mengandung manfaat yang sangat banyak bagi keberlangsungan hidup manusia.<sup>2</sup>

Allah SWT telah mengabarkan di dalam al-Quran tentang kurma yang oleh manusia dijadikan makanan atau minuman yang memabukkan dan makanan-makanan lainnya.

وَمِنْ ثَمَرَاتِ النَّخِيلِ وَالْأَعْنَابِ تَتَّخِذُونَ مِنْهُ سَكَرًا وَرِزْقًا حَسَنًا إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَةً لِّقَوْمٍ يَعْقِلُونَ.<sup>3</sup>

“Dan di antara buah-buah kurma dan anggur kalian jadikan darinya minuman yang memabukkan dan rizki yang baik. Sesungguhnya dalam demikian itu terdapat ayat bagi kaum yang berakal”.

Imam Ibn Jarīr al-Ṭabarī dalam tafsirnya, *Jami` al-Bayān fī Ta`wīl al-Qur`ān*, menyebutkan bahwa ulama ahli *ta`wīl* berbeda pendapat tentang makanan yang memabukkan dan rizki yang baik sebagaimana yang dimaksud dalam ayat. Sebagian berpendapat makanan yang dimaksud memabukkan itu khamr, sedangkan yang dimaksud rizki yang baik itu kurma dan kismis.<sup>4</sup> Sebagian lagi berpendapat di antaranya Ibn `Abbās yang dimaksud makanan yang memabukkan dalam ayat adalah makanan yang haram, sedangkan yang dimaksud rizki yang baik adalah makanan yang halal.<sup>5</sup>

Secara umum banyak penelitian lain terkait khasiat kurma di antaranya, “Interpretation of The Meaning of Hadith About The Parable of The Date-Palm Tree With A Muslim Through The Tahlili Method” karya Alfia Salwa Qibty, “Keutamaan Makan Sahur Dengan *Tamar* (Kurma) (Kajian Kontekstual Hadist Abu Dawud)” karya Nurul Hidayah, “Mengungkap Rahasia Buah Kurma dan Zaitun dari Petunjuk Hadits dan Penjelasan Sains” karya Moh. Erfan Soebahar dkk, “Kajian Matan dan Sanad Hadits dalam Metode Historis” karya Mohamad S. Rahman, dan “Pemahaman Hadis Riwayat Bukhari Nomor Indeks 5445 Tentang Buah Kurma Sebagai Obat Herbal Perspektif Ilmu Kesehatan” karya Nur Annisa Istifarin dan Andris Nurita.

Penelitian-penelitian tersebut memiliki persoalan yang hampir sama yaitu tentang manfaat kurma itu sendiri. Tulisan ini hanyalah bentuk formulasi dari tulisan-tulisan tersebut. Adapun pembahasan pokok yang penulis tawarkan ada lima meliputi: *pertama*, matan hadis. *Kedua*, *takhrij al-ḥadīth*. *Ketiga*, skema sanad. *Keempat*, *sharāḥ al-ḥadīth*. *Kelima*, pendapat ulama. *Keenam*, relevansi hadis dengan sains modern.

## B. METODE PENELITIAN

Metodologi yang digunakan dalam penelitian ilmiah ini adalah metodologi yang kualitatif. Penelitian kualitatif adalah suatu metode penelitian yang mendeskripsikan kata, data yang ditemukan meliputi kata-suatu objek dari data tulisan dan lain-lain. Sedangkan jenis penelitian kualitatif yang digunakan adalah *library research*, yaitu salah satu

---

<sup>1</sup> Nadiyah Thayyarah, *Buku Pintar Sains dalam al-Quran* (Jakarta: Zaman, 2013), 772-773.

<sup>2</sup> Alfia Salwa Qibty, “Interpretation Of The Meaning Of Hadith About The Parable Of The Date-Palm Tree With A Muslim Through The Tahlili Method”. *Jurnal Living Hadis*, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, Vol. 7, No. (9Desember 2022), 186.

<sup>3</sup> al-Quran, 16: 67.

<sup>4</sup> Muḥammad ibn Jarīr ibn Yazīd ibn Kathīr ibn Ghālib Abū Ja`far al-Ṭabarī, *Jami` al-Bayān fī Ta`wīl al-Qur`ān*, juz 17 (tt: Muassasah al-Risalah, 2000), 240.

<sup>5</sup> Ibid.

metode penelitian yang mengkaji suatu hal dengan berdasarkan informasi-informasi dan data-data pustaka meliputi jurnal, ykrip dan yang buku, kitab, artikel, majalah, manus semisalnya. Dalam penelitian ini penulis berusaha menelaah dan mengkaji semaksimal mungkin tentang khasiat kurma baik menurut hadis maupun sains berdasarkan data kepustakaan yang dapat penulis kumpulkan. Data tersebut kemudian oleh penulis uraikan dan deskripsikan menggunakan diksi yang mudah dimengerti dan dipahami.

### **C. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Ulama menetapkan bahwa dalam mengkaji hadis seseorang terlebih dahulu harus meneliti dua aspek, yaitu sanad dan matan. Tujuannya untuk mengetahui otentisitas dan otoritas suatu hadis. Selanjutnya ketika hadis setelah diteliti diketahui sahih, maka perlu melihat realitas untuk menguji hadis tersebut. Perkembangan ilmu pengetahuan mempengaruhi terhadap kajian hadis. Dewasa ini banyak muncul metode pemahaman hadis yang bertujuan untuk mengkontekstualisasikan hadis itu sendiri dengan zaman yang selalu berubah. Di antara pemahaman baru dalam kajian hadis adalah pemahaman hadis pradigma interkoneksi, yaitu pemahaman hadis yang mengaitkan hadis dengan berbagai disiplin ilmu seperti ekonomi, politik, sains dan lain-lain. Tulisan ini mengkaji hadis dengan mengkoneksikannya dengan sains modern terkhusus ilmu kodekteran.

#### **1. Matan Hadis Tentang Kurma**

Secara bahasa matan adalah muka jalan, tanah keras dan tinggi. Sedangkan menurut istilah matan hadis merupakan kalimat yang menjadi isi riwayat, baik kalimat tersebut berbentuk perkataan (*qauli*), perbuatan (*fi'li*) atau diamnya (*taqrir*) Rasulullah SAW.<sup>6</sup> Berkenaan dengan buah kurma Nabi SAW telah bersabda sebagaimana bunyi teks berikut:

قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: «مَنْ تَصَبَّحَ كُلَّ يَوْمٍ سَبْعَ تَمْرَاتٍ عَجْوَةً، لَمْ يَضُرَّهُ فِي ذَلِكَ الْيَوْمِ سُمْ وَلَا سِحْرٌ»<sup>7</sup>.

“Rasulullah SAW bersabda, ‘Barang siapa setiap pagi mengkonsumsi tujuh butir kurma ajwa, maka pada hari itu i racun dan sihir tidak dapat membahayakannya”.

#### **2. Takhrij al-Ḥadīth Tentang Kurma**

Secara bahasa *takhrij* adalah mengeluarkan,<sup>8</sup> sedangkan secara istilah *takhrij* ialah seorang *muḥaddith* meriwayatkan hadis-hadis di dalam kitabnya disertai sanad-sanadnya.<sup>9</sup> Maḥmūd al-Ṭaḥḥān di dalam kitabnya, *Uṣūl al-Takhrij wa Dirāsah al-Asānid*, mendefinisikan *takhrij*

هُوَ الدَّلَالَةُ عَلَى مَوْضِعِ الْحَدِيثِ فِي مَصَادِرِهِ الْأَصْلِيَّةِ الَّتِي أَخْرَجْتُهُ بِسَنَدِهِ ثُمَّ بَيَّانَ مَرْتَبَتَهُ عِنْدَ الْحَاجَةِ<sup>10</sup>.

“Takhrij adalah menunjukkan tempat suatu hadis dalam kitab sumbernya yang asli, mengelurkannya beserta sanadnya kemudian dijelaskan tingkatannya apabila dibutuhkan”.

<sup>6</sup> Mohamad S. Rahman, “Kajian Matan dan Sanad Hadits dalam Metode Historis”. *Jurnal Al-Syir'ah* Vol. 8, No. 2 (Desember 2010), 427.

<sup>7</sup> Muḥammad ibn Ismā'īl Abū `Abdillāh al-Bukhārī al-Ju`fi, *al-Jāmi' al-Musnad al-Ṣaḥīḥ al-Mukhtaṣar min 'Umūr Rasūlillāh Ṣallā `alayhi wa Sallam wa Sunanihi wa Ayyāmihī*, juz 1 (tt: Dār al-Ṭauq al-Najāh, 1422 H), 22.

<sup>8</sup> Atabik Ali dan Ahmad Zuhdi Muhdar, *al-Aṣrī* (Yogyakarta: Multi Karya Grafika, tt), 1617.

<sup>9</sup> Muḥammad Abū al-Layith al-Khayr Ābādī al-Qāsimī, *Takhrij al-Ḥadīth Nash'atuhū wa Manhajiyatuhū* (tt: Ittiḥad, 2004), 9.

<sup>10</sup> Maḥmūd al-Ṭaḥḥān, *Uṣūl al-Takhrij wa Dirāsah al-Asānid* (Bayrūt: Dār al-Qur'ān al-Karīm, tt), 12.

Hemat penulis *takhrīj* adalah upaya mencari hadis dalam berbagai kitab sumber. Tujuannya untuk mengetahui mata rantai sanad suatu hadis dalam kitab aslinya. Metode *takhrīj* menurut Maḥmūd al-Ṭaḥḥān ada lima macam yaitu:<sup>11</sup>

- a. *Takhrīj* dengan cara mengetahui perawi hadis yang pertama (sahabat).
- b. *Takhrīj* dengan cara mengetahui lafad pertama dalam matan.
- c. *Takhrīj* dengan cara mengetahui lafad dalam matan.
- d. *Takhrīj* dengan cara mengetahui tema hadis.
- e. *Takhrīj* dengan cara melihat sifat-sifat tertentu dalam sanad atau matan suatu hadis.

Berkenaan hadis di atas penulis men-*takhrīj*-nya menggunakan metode yang ketiga, yaitu dengan cara mengetahui lafad dalam matan. Adapun kitab yang digunakan dalam *takhrīj* ini adalah Kitab *al-Mu'jam al-Mufahras li Alfaz al-Ḥadīth al-Nabawī* karya tokoh orientalis berkebangsaan Belanda yaitu Arnold Jonh Wensink (W. 1939), ia seorang profesor bahasa-bahasa semit termasuk bahasa Arab. Kitab ini memuat sembilan kitab hadis sumber: *Kutub al-Sittah* (*Ṣaḥīḥ al-Bukhārī*, *Ṣaḥīḥ Muslim*, *Sunan al-Nasa'ī*, *Sunan Abī Dāūd*, *Sunan al-Turmudhī* dan *Sunan Ibn Mājah*), *Musnad al-Dārimī*, *Musnad Aḥmad ibn Ḥanbal* dan *al-Muwatṭṭā'* Imam Mālik.<sup>12</sup> Sesuai namanya penulisan kitab karya A.J Wensink ini menggunakan sistematika kitab *Mu'jam*, yaitu metode penulisan kitab berdasarkan urutan huruf abjad.<sup>13</sup> Penulis men-*takhrīj* hadis di atas dengan menggunakan kata kunci صَبَّحَ yang dapat ditemukan di dalam empat kitab hadis sumber: *Ṣaḥīḥ al-Bukhārī*, *Ṣaḥīḥ Muslim*, *Sunan Abī Dāūd* dan *Musnad Aḥmad ibn Ḥanbal*. Lebih jelasnya sebagaimana yang tertera di bawah ini:<sup>14</sup>

الصفحة	رقم الحديث	الكتاب	المصدر	المعجم المفهرس
80	5445	الاطعمة	صحيح البخاري	
1618	155	اشربة	صحيح مسلم	
8	3876	طب	سنن ابي داود	
52	1442	مسند أبي إسحاق سعد بن أبي وقاص رضي الله عنه	مسند احمد ابن حنبل	

<sup>11</sup>Ibid, 37-38.

<sup>12</sup> Abdurrahman Badawi, *Ensiklopedi Tokoh Orientalis* (Yogyakarta: LKIS, 2003), 424.

<sup>13</sup> Ahmad Izzan, *Studi Takhrīj Hadis* (Bandung: Tafakur, 2012), 29.

<sup>14</sup> A.J Wensinck, *al-Mu'jam al-Mufahras li Alfāz al-Ḥadīth al-Nabawī*, Juz 3 (Liden: Brill, 1936), 234.

Langkah selanjutnya ialah membuka kitab-kitab hadis sumber yang dimaksud. Bentuk *takhrij* hadis di atas akan kita temukan dengan matan-matan sebagaimana berikut:

a. *Ṣaḥīḥ al-Bukhārī* No. 5445

5445 - حَدَّثَنَا جُمُعَةُ بْنُ عَبْدِ اللَّهِ، حَدَّثَنَا مَرْوَانُ، أَخْبَرَنَا هَاشِمُ بْنُ هَاشِمٍ، أَخْبَرَنَا عَامِرُ بْنُ سَعْدٍ، عَنْ أَبِيهِ، قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: «مَنْ تَصَبَّحَ كُلَّ يَوْمٍ سَبْعَ تَمْرَاتٍ عَجْوَةً، لَمْ يَضُرَّهُ فِي ذَلِكَ الْيَوْمِ سُمٌّْ وَلَا سِحْرٌ».<sup>15</sup>

“Jum’ah ibn `Abdillāh bercerita kepada kami’, ‘Marwān bercerita kepada kami’, Hāshīm ibn Hāshim mengabarkan kepada kami’, ‘`Amir ibn Sa`ad mengabarkan kepada kami’, ‘Dari bapaknya, ia berkata, ‘Rasulullah SAW bersabda’, ‘Barang siapa sarapan tujuh kurma ajwa setiap hari, maka pada hari itu racun dan sihir tidak dapat membahayakannya”.

b. *Ṣaḥīḥ Muslim* No. 155

155-(2047) حَدَّثَنَا أَبُو بَكْرِ بْنُ أَبِي شَيْبَةَ، حَدَّثَنَا أَبُو أُسَامَةَ، عَنْ هَاشِمِ بْنِ هَاشِمٍ، قَالَ: سَمِعْتُ عَامِرَ بْنَ سَعْدٍ بْنِ أَبِي وَقَّاصٍ، يَقُولُ: سَمِعْتُ سَعْدًا، يَقُولُ: سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَقُولُ: «مَنْ تَصَبَّحَ بِسَبْعِ تَمْرَاتٍ عَجْوَةً، لَمْ يَضُرَّهُ ذَلِكَ الْيَوْمَ سُمٌّْ، وَلَا سِحْرٌ»<sup>16</sup>.

“Abū Bakr ibn Abī Shaybah bercerita kepada kami,’ ‘Abū Usāmah bercerita kepada kami,’ ‘Dari Hāshim ibn Hāshim berujar, ‘Aku mendengar `Amir ibn Sa`ad ibn Abī Waqāṣ berkata, ‘Aku mendengar Sa`ad berkata’, ‘Aku mendengar Rasulullah SAW bersabda, ‘Barang siapa sarapan tujuh kurma ajwa, maka pada hari itu racun dan sihir tidak dapat membahayakannya”.

c. *Sunan Abī Dāūd* No. 3876

3876- حَدَّثَنَا عُثْمَانُ بْنُ أَبِي شَيْبَةَ، حَدَّثَنَا أَبُو أُسَامَةَ، حَدَّثَنَا هَاشِمُ بْنُ هَاشِمٍ، عَنْ عَامِرِ بْنِ سَعْدٍ بْنِ أَبِي وَقَّاصٍ، عَنْ أَبِيهِ، عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ: مَنْ تَصَبَّحَ سَبْعَ تَمْرَاتٍ عَجْوَةً لَمْ يَضُرَّهُ ذَلِكَ الْيَوْمَ سُمٌّْ وَلَا سِحْرٌ<sup>17</sup>.

“Uthmān ibn Abī Shaybah bercerita kepada kami’, Abū Usāmah bercerita kepada kami’, Hāshim ibn Hāshim bercerita kepada kami,’ `Dari `Amir ibn Sa`ad ibn Abī Waqāṣ dari bapaknya dari Nabi SAW beliau bersabda, ‘Barang siapa sarapan tujuh kurma ajwa setiap hari, maka pada hari itu racun dan sihir tidak dapat membahayakannya”.

d. *Musnad Aḥmad ibn Ḥanbal* No. 1442

1442 - حَدَّثَنَا أَبُو عَامِرٍ، حَدَّثَنَا فُلَيْحٌ، عَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ عَبْدِ الرَّحْمَنِ يَعْنِي ابْنَ مَعْمَرٍ، قَالَ: حَدَّثَ عَامِرُ بْنُ سَعْدٍ عَمْرَ بْنَ عَبْدِ الْعَزِيزِ - وَهُوَ أَمِيرٌ عَلَى الْمَدِينَةِ - أَنْ سَعْدًا، قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: «مَنْ أَكَلَ سَبْعَ

<sup>15</sup>Ibid., 80.

<sup>16</sup>Muslim ibn al-Ḥajjāj Abū al-Ḥasan al-Qushayrī al-Naysābūrī, *al-Musnad al-Ṣaḥīḥ al-Mukhtaṣar bi Naql al-`Adl `an al-`Adl ilā Rasūl al-Lāh Ṣallā Allāh `alayh wa Sallam*, Juz 3 (Bayrūt: Dār Iḥyā’ al-Turāth al-`Arabī, tt), 1618.

<sup>17</sup>Abū Dāūd Sulaymān ibn al-`Ath`ath ibn Ishāq ibn Bashīr ibn Shaddād ibn `Amr al-`Azdī al-Sijistānī, *Sunan Abī Dāūd*, juz 4 (Bayrūt: al-Maktabah al-`Aṣriyah, tt), 8.

تمرات عجوة من بين لابتي المدينة على الريق، لم يضره يومه ذلك شيء حتى يمسي» قال فليح: وأظنه قال: «وإن أكلها حين يمسي لم يضره شيء حتى يصبح». فقال عمر: انظر يا عامر ما تحدث عن رسول الله صلى الله عليه وسلم. فقال: أشهد ما كذبت على سعد، وما كذب سعد على رسول الله صلى الله عليه وسلم<sup>18</sup>

“Abū `Āmir bercerita kepada kami’, ‘Faliḥ bercerita kepada kami’, ‘Dari `Abdillāh ibn `Abd al-Raḥmān yakni Ibn Ma`mar berujar’, ‘Āmir ibn Sa`ad bercerita kepada `Umar ibn `Abd al-`Azīz, ia adalah *amīr al-mu`minīn*, bahwa Sa`ad berkata, ‘Rasulullah SAW bersabda’, ‘Barang siapa di antara orang-orang yang meratap di kota dengan perut kosong, mengkonsumsi tujuh kurma ajwa, maka tidak ada yang membahayakannya pada hari itu hingga sore hari.”

### 3. *Sharḥ al-Ḥadīth* Tentang Kurma

Darmalaksana sebagaimana yang dikutip oleh Dinar Siti Nur Aisyah mendefinisikan *sharḥ al-ḥadīth* sebagai usaha menafsirkan makna yang ada di balik teks hadis.<sup>19</sup> Artinya *sharḥ al-ḥadīth* adalah penjelasan daripada suatu hadis meliputi sanad dan matannya. Berkenaan dengan hadis di atas penulis menemukan *sharḥ*-nya sebagai berikut:

Hadis di atas menunjukkan panduan bagi seseorang dalam mengkonsumsi kurma yang baik, yaitu mengkonsumsinya sebanyak tujuh butir di waktu pagi sebelum mengkonsumsi apapun.<sup>20</sup> Kurma yang dianjurkan dikonsumsi dalam hadis ini adalah kurma ajwa, yaitu jenis kurma yang paling tinggi kualitasnya. Jika hal itu dilakukan, pengkonsumsinya akan terhindar dari racun dan sihir.<sup>21</sup> Menurut Ibn Ḥajar kurma ajwa merupakan kurma Madinah yang paling berkualitas dan paling lunak. Ia juga megutip dari Imam al-Khaṭṭābī bahwa kurma ajwa berhasiat menyembuhkan dari racun dan sihir berkat doa Nabi SAW terhadap semua kurma Madīnah. Sedangkan menurut Imam al-Nawāwī di dalam hadis terdapat isyarat khusus terhadap kurma ajwa Madīnah dan tidak mengandung isyarat umum terhadap semua jenis kurma Madīnah. Pendapat ini dikuatkan oleh Imam al-Qurtubī, ia juga mengatakan bahwa tekstual hadis mengindikasikan kekhususan kurma ajwa kota Madīnah yang dapat menyembuhkan seseorang dari racun dan sihir. Racun menurutnya dapat membunuh karena menimbulkan rasa sangat dingin. Ketika seseorang mengkonsumsi kurma ajwa, maka akan timbul rasa panas. Karenanya racun dapat disembuhkan dengan mengkonsumsi kurma, hanya saja hasiat ini khusus dimiliki kurma ajwa Madīnah terlepas itu khusus zaman Nabi SAW atau tidak. Meskipun begitu, tidak menutup kemungkinan kurma yang lainnya memiliki hasiat yang sama.<sup>22</sup>

Sementara maksud penentuan tujuh butir kurma, menurut Ibn Ḥajar sebagaimana yang dikutip Muḥammad Ashraf hal itu tidak dapat dipahami.<sup>23</sup> Prihalnya sama dengan

---

<sup>18</sup>Abū `Abdillāh Aḥmad ibn Muḥammad ibn Ḥanbal ibn Hilāl ibn Asd al-Shaybānī, *Musnad al-Imām Aḥmad ibn Ḥanbal*, Juz 3 (tt: Muassasah al-Risālah, 2001), 52.

<sup>19</sup>Dinar Siti Nur Aisyah, “Daun Zaitun dalam Pengobatan Sakit Gusi: Studi Takhrij dan Syarah Hadis”. *Jurnal Riset Agama* Vol. 1, No. 2 (Agustus 2021), 397.

<sup>20</sup>Aḥmad ibn `Alī ibn Ḥajar Abū al-Faḍl al-`Asqalānī al-Shāfi`ī, *Fatal-Bārī Sharḥ Ṣaḥīḥ al-Bukhārī*, juz 1 (Bayrūt: Dār al-Ma`rifah, 1379 H), 203.

<sup>21</sup>Aisyah, “Daun Zaitun..”, 397.

<sup>22</sup>al-`Asqalānī, *Fatal-Bārī...*, 629.

<sup>23</sup>Muḥammad Ashraf ibn Amīr ibn `Alī ibn Ḥaydar, *Aun al-Ma`būd Sharḥ Sunan Abī Dāūd*, Juz 10 (Bayrūt: Dār al-Kutub al-`Ilmiyah, 1415 H), 256.

jumlah salat dan *niṣab* zakat. Jika tidak demikian maksud hadis menunjukkan makna kesunnahan untuk mengkonsumsi kurma dengan bilangan ganjil.<sup>24</sup>

#### **4. Pendapat Ulama**

Ibn Qayyim dalam Kitab *al-Ṭib al-Nabawī: al-Mafūd*, menyatakan bahwa kurma dapat menyembuhkan penyakit liver terutama kurma ajwa yang berasal dari kota Madinah.<sup>25</sup> Ia juga menyebutkan bahwa kurma dapat menguatkan perut yang dingin, menyamankan dan menyuburkan, di samping kurma termasuk buah-buahan yang paling mulia dan bermanfaat.<sup>26</sup> Zaghlul Rāghib Muḥammad al-Najjār dalam kitabnya, *al-Ijāz al-ʿIlmī fī al-Sunnah al-Nabawīyyah*, menyatakan bahwa kurma dapat membasmi racun dan bermanfaat untuk orang yang mengalami gagal ginjal, darah tinggi, wasir (ambeien) dan encok, di samping buah kurma juga merupakan pelembut alami, penguat pendengaran, pemberi sinyal aktivitas rahim dan pengencang otot-otot rahim sehingga mempermudah proses kelahiran secara alami. Oleh karena itu, Allah SWT memerintahkan Siti Maryam untuk memakan kurma saat melahirkan Nabi Isa AS.<sup>27</sup> Allah SWT berfirman,

وَهَزِي إِلَيْكَ بِجَذَعِ النَّخْلَةِ تَسْقِطُ عَلَيْكَ رُطْبًا جَنِيًّا<sup>28</sup>.

“Dan goyangkan pangkal pohon kurma itu ke arahmu, maka pohon itu akan menjatuhkan kepadamu buah kurma basah yang masak”.

al-Zamakhshari dalam tafsirnya, *al-Kashshāf* menyebutkan suatu pendapat bahwasannya pada saat itu kurma biasa dikonsumsi oleh perempuan-perempuan nifas.<sup>29</sup> Ayat ini mengandung isyarat dianjurkannya mengkonsumsi kurma untuk perempuan yang melahirkan. Selain itu Imam al-Tirmidhī melansir hadis tentang hasiat kurma dengan redaksi sebagaimana berikut

حَدَّثَنَا قُتَيْبَةُ قَالَ: حَدَّثَنَا سُفْيَانُ بْنُ عُيَيْنَةَ، عَنْ عَاصِمِ الْأَحْوَلِ، عَنْ حَفْصَةَ بِنْتِ سَيْرِينَ، عَنِ الرَّبَابِ، عَنْ عَمْرِهَا سَلْمَانَ بْنِ عَامِرٍ يَبْلُغُ بِهِ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ: «إِذَا أَفْطَرَ أَحَدُكُمْ فَلْيُفْطِرْ عَلَى تَمْرٍ، فَإِنَّهُ بَرَكَةٌ، فَإِنْ لَمْ يَجِدْ تَمْرًا فَالْمَاءُ فَإِنَّهُ طَهُورٌ»<sup>30</sup>.

“Qutaybah bercerita kepada kami’, Sufyān ibn `Uyaynah bercerita kepada kami’, ‘Dari `Āshim al-Aḥwal, ‘Dari Ḥafṣah binti Sirrīn , ‘Dari al-Rabāb, ‘Dari pamanya: Salmān ibn Āmir, Nabi SAW menyampaikan kepadanya, ‘Apabila salah seorang di antara kalian berbuka, maka berbukalah dengan kurma, karena kurma itu barakah. Apabila tidak menemukannya, maka berbukalah dengan air, karena sesungguhnya air itu suci”.

<sup>24</sup>Ibid.

<sup>25</sup>Istifarin, “Pemahaman Hadis..., 240.

<sup>26</sup>Abdul Syukur al-Azizi, *Islam Itu Ilmiah* (Yogyakarta: Laksana, 2018), 375-376.

<sup>27</sup>Zaghlul Rāghib Muḥammad al-Najjār, *al-Ijāz al-ʿIlmī fī al-Sunnah al-Nabawīyyah* (Mesir: Dār al-Nahḍah, 2012), 317-318.

<sup>28</sup>al-Quran, 19:25.

<sup>29</sup>Abū al-Qāsim Maḥmūd ibn `Umar al-Khawarizmī al-Zamakhsharī, *al-Kashshāf*, juz 3 (Beirut: Dār al-Kutub al-ʿArabī, 1407 H), 13.

<sup>30</sup>Muḥammad ibn `Isā ibn Saurah ibn Mūsā ibn al-Ḍaḥḥāk al-Tirmidhī, *Sunan al-Tirmidhī*, Juz 3 (Mesir: Shirkah Maktabah wa Maṭba`ah Muṣṭafā al-Bābī al-Ḥalbī 1975), 37.

Atas dasar hadis inilah Ibn `Uyaynah sebagaimana yang dikutip Zaghlul Rāghib Muḥammad al-Najjār mengungkapkan alasan dianjurkan berbuka dengan kurma adalah karena kurma merupakan buah yang banyak mengandung barakah.<sup>31</sup> Secara sains alasan Rasulullah SAW menganjurkan ummatnya berbuka dengan kurma adalah karena kurma mengandung fruktosa dan glukosa, yaitu kandungan sejenis karbohidrat sederhana yang tinggi. Fruktosa dan glukosa ini yang menjadi energi siap pakai bagi tubuh. Oleh sebab itu, kurma dapat memulihkan energi tubuh setelah seharian berpuasa. Alasan lainnya adalah karena kurma mengandung rasa manis alami. Di mana ketika insulin dalam tubuh rendah, ketika mengkonsumsi kurma, maka tubuh mendapatkan asupan gula yang cukup sehingga tubuh akan merespon secara normal. Alhasil, insulin yang sebelumnya rendah akan naik secara perlahan.<sup>32</sup>

Selain ummat Islam dianjurkan berbuka dengan kurma, mereka juga dianjurkan sahur dengan kurma. Pasalnya kurma mengandung unsur gula dan gizi yang dapat menambah energi bagi seseorang yang melaksanakan puasa. Dalam sebuah hadis Rasulullah SAW bersabda,

حَدَّثَنَا عُمَرُ بْنُ الْحُسَيْنِ بْنِ إِبْرَاهِيمَ، حَدَّثَنَا مُحَمَّدُ بْنُ أَبِي الْوَزِيرِ أَبُو الْمُطَرِّفِ، حَدَّثَنَا مُحَمَّدُ بْنُ مُوسَى، عَنْ سَعِيدِ الْمُقْبَرِيِّ، عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ، عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ: «نِعْمَ سَحُورُ الْمُؤْمِنِ التَّمْرُ».<sup>33</sup>

“Umar ibn al-Ḥusayn ibn Ibrāhīm bercerita kepada kami, ‘Muḥammad ibn Abī al-Wazīr Abū al-Muṭarrif bercerita kepada kami, ‘Muḥammad ibn Mūsā bercerita kepada kami, ‘Dari Sa`īd al-Maqbarī, ‘Dari Abū Hurayrah, ‘Dari Nabi SAW bersabda, ‘Sebaik-baik sahur orang mukmin adalah kurma”.

Ibn Qayyim al-Jauziyah mengatakan bahwa kurma mengandung gizi yang mengenyangkan dan dibutuhkan tubuh karena kandungan unsur panas dan lembab. Orang yang berpuasa sangat membutuhkan zat gula yang ada dalam tubuhnya, terlebih yang tersimpan dalam liver. Zat gula yang terdapat pada sahur orang yang berpuasa hanya mampu mencukupi zat gula tubuh selama enam jam saja, setelah itu mulailah meminta bantuan zat gula yang terdapat pada liver. Oleh karena itu, orang yang berpuasa dan berbuka dengan kurma, zat besi yang tunggal akan sampai ke darah dan liver dengan cepat, dan kemudian disalurkan ke seluruh anggota tubuh terutama ke bagian otak.<sup>34</sup> Secara sederhana dapat dikatakan bahwa mengkonsumsi kurma saat sahur dapat mengurangi rasa lapar.

Menarik untuk dicermati bahwa menurut Nurul Hidayah perintah mengkonsumsi kurma saat sahur dalam hadis bersifat *tashrīyah* dan *ghayru tashrīyah*. Bersifat *tashrīyah* karena sahur dianjurkan untuk orang yang hendak melakukan puasa agar tidak menimbulkan penyakit di kemudian hari. Bersifat *ghayru tashrīyah* dikarenakan anjuran sahur dengan kurma bersifat lokal temporal. Artinya kurma bukan satu-satunya makanan terbaik saat sahur karena kurma bukan makanan pokok di semua tempat.<sup>35</sup> Oleh karena itu

---

<sup>31</sup>al-Najjār, *al-I`jāz al-`Ilmī...*, 319.

<sup>32</sup>al-Azizī, *Islam Itu ...*, 377.

<sup>33</sup>Abū Dāūd Sulaymān ibn al-`Ash`ath ibn Ishāq ibn Bashīr ibn Shaddād ibn `Amr al-`Azdī al-Sijistānī, *Suan Abī Dāūd*, juz 2 (Bayrūt: al-Maktabah al-`Ashriyah, tt), 303.

<sup>34</sup>Nurul Hidayah, “Keutamaan Makan Sahur Dengan *Tamar* (Kurma) (Kajian Kontekstual Hadist Abu Dawud)”. *Dinamika* Vol. 1, No. 1 (Desember 2016), 13.

<sup>35</sup>Hidayah, “Keutamaan Makan...”, 15-16.

seseorang dapat menggantinya dengan makanan bergizi yang lain seperti nasi, sayur-sayuran, lauk-pauk dan makanan serta minuman yang manis-manis.

Dari pemaparan di atas dapat disimpulkan bahwa ada dua alasan umat Islam dianjurkan mengonsumsi kurma: *pertama*, kurma mengandung manfaat yang sangat banyak. *Kedua*, kurma mengandung unsur-unsur yang dapat menambah stamina bagi yang melaksanakan ibadah puasa.

### **5. Relevansi Hadis dengan Sains Modern**

Buah kurma merupakan buah yang dikabarkan al-Quran dan hadis. Buah kurma memiliki banyak manfaat yang dapat memberikan efek dalam keberlangsungan hidup manusia. Hal ini dibuktikan dengan banyak penelitian yang dilakukan para pakar, terutama pakar kesehatan. Disebutkan dalam buku *Cara Sehat dengan Resep-Resep Ajaib, Herbal Islami* karya Mukhlid Hanun bahwa kurma menyimpan banyak manfaat. Ia melanjutkan bahwa di antara pakar kesehatan yang meneliti buah kurma ialah Paul Groos. Paul Groos memasukkan buah kurma sebagai buah super karena banyak mengandung nutrisi, kandungan fitokimia, warna dan lulus dari berbagai uji klinis berkenaan manfaat buah.<sup>36</sup> Sedangkan Nadiyah Thayyarah menjuluki kurma sebagai raja buah-buahan karena kandungannya yang lengkap.<sup>37</sup> Kurma atau dalam bahasa ilmiahnya *Dactylifera Phoenix* merupakan buah asli dari semenanjung Arab, Timur Tengah, dan Afrika Utara. Warna kulitnya beragam, ada yang coklat terang hingga mendekati warna hitam. Bentuknya juga berbeda-beda, mulai dari persegi panjang, bulat kecil, hingga buah yang berukuran besar dan panjang.<sup>38</sup>

Adapun jenis buah kurma secara umum dikelompokkan menjadi tiga kategori:<sup>39</sup>

- a. Buah kurma basah, yaitu kurma yang daging buahnya sangat lembut dan lembab. Warnanya agak kemerahan hingga kecoklatan dengan kandungan gula yang tinggi (manis). Kurma jenis ini sangat banyak ditemukan di Indonesia dengan harga murah.
- b. Buah kurma agak kering, yaitu kurma yang daging buahnya kenyal, mengandung gula yang cukup, tidak banyak mengandung air dan memiliki aroma yang lebih kuat.
- c. Buah kurma kering, yaitu kurma yang buahnya keras, kering dan memiliki kelembapan rendah. Buah kurma kering sangat disukai tetapi harganya lebih mahal di bandingkan jenis kurma lainnya. Kurma ini sering dikemas dengan tangkainya. Salah satu kurma kering adalah kurma ajwa (Madinah).

Sedangkan secara khusus kurma memiliki banyak jenis di antaranya:<sup>40</sup>

- a. Kurma ajwa, yaitu kurma favorit Rasulullah SAW. Karenanya kurma ini sering disebut "Kurma Nabi".

---

<sup>36</sup>Ahmad Syamil Bin Ahmad, *Keistimewaan Kurma dalam al-Qur'an Ditinjau dari Perspektif Ilmu Kesehatan* (tt: tp, tt), 65-66.

<sup>37</sup>Thayyarah, *Buku Pintar...*, 775.

<sup>38</sup>Ahmad, *Keistimewaan Kurma...*, 66.

<sup>39</sup>Farhati dan Rika Resmana, *Monografi Mengatasi Anemiadengan Mixed Juice Kurma dan Terong Belanda* (tt: tp, tt), 21.

<sup>40</sup>Iqra Anugrah dkk, "Perbandingan Kandungan Antioksidan Senyawa  $\beta$ -Karoten Golongan Karotenoid pada Kurma Ajwa (Madinah), Kurma Sukari (Mesir), Kurma Medjool (Palestina), Kurma Khalas (Dubai), dan Kurma Golden Valley (Mesir)". *Fakumi Medical Journal: Jurnal Mahasiswa Kedokteran* Vol. 2, No. 9 (September, 2022), 614.

- b. Kurma sukari, sesuai namanya kurma jenis ini memiliki rasa yang manis dan berdaging lembut seperti karamel.
- c. Kurma medjool, yaitu kurma yang ukurannya besar, manis rasanya dan memiliki tekstur yang lembut sehingga kurma ini disebut “Ratu Kurma”.
- d. Kurma khalas, kurma yang dalam bahasa Arab artinya paling sempurna. Dikatakan demikian karena kurma ini dipandang paling nikmat dan paling banyak manfaatnya.
- e. Kurma golden valley, yaitu kurma sejenis kurma khalas, ukurannya sedang dan warnanya coklat kemerahan.

Setiap kurma mengandung zat gula, karbohidrat, protein, lemak dan sejumlah unsur lain yang penting dan vitamin yang sangat dibutuhkan bagi kehidupan manusia. Analisis kimiawi telah membuktikan bahwa kurma kering mengandung 70,6% karbohidrat, 2,5% lemak, 1,32% garam mineral yang mengandung komposisi kalsium, zat besi, fosfor, magnesium, potasium, tembaga, asam, kobalt, zinc (seng). Kurma kering juga mengandung 10% serat, di samping vitamin, A, B1, B2 dan vitamin C ditambah kadar gula dan protein yang berbeda-beda.<sup>41</sup>

Tidak hanya itu ahli medis mengungkapkan bahwa di dalam tujuh biji kurma, ternyata bila ditimbang memiliki 100 gram. Dalam 100 gram tersebut memiliki beberapa zat.<sup>42</sup> Zat tersebut di antaranya Gula (75,00 gram), Serat selulosa (4,00 gram), air (22,50 gram), protein (2,50 gram), lemak (2,50 gram), vitamin A (60 iu 7), vitamin B1 (0,08 miligram) dan vitamin B2 (0,05 miligram). Kurma juga mengandung asam mineral yaitu potosium (79 miligram), tembaga (21 miligram), belerang (65 miligram), besi (5 miligram), mangan (2 miligram), fosfor (72 gram) dan kalsium (65 miligram). Ditinjau dari ilmu kimia, kurma beberapa unsur meliputi air (100 gram 20/22,5), protein (9,75 2,2), hidrat arang (325 75/72,9), vitamin A (500 i.u 60 miligram), vitamin B1 (50, 36), vitamin B2 (60, 73) dan vitamin C (0, 2).<sup>43</sup>

Khusus kuram ajwa kandungan gula dalam daging buah kurma jenis ini dari sudut sains yaitu gula total  $74.3 \pm 0.2^b$ , gula pereduksi  $71.1 \pm 0.5^b$ , sukrosa  $3.2 \pm 0.03^c$ , glukosa  $51.3 \pm 0.3^a$ , fruktosa  $48.5 \pm 0.2^a$ , dan glu/fru  $1.05^d$ . Gula daging kurma terdiri dari gula pereduksi, disakarida berupa sukrosa, dan monosakaridanya berupa glukosa (37,3-52,3%) dan fruktosa (28,05-47,5%). Adanya gula pereduksi yang banyak dalam kurma membuktikan adanya aktivitas enzim invertase yang dapat mengurangi kadar sukrosa. Selain gula, daging kurma juga kaya mineral. Kandungan mineralnya berupa kalsium (123-187 mg/100 g), fosofr (12-27 mg/100 g), kalium (289,6-512 mg/100 g), natrium (4,9-8,9 mg/100 g), dan magnesium (5,6-150 mg/100 g). Dalam kurma ajwa komposisi mineral yaitu kalsium  $187 \pm 0,5^a$ , fosfor  $27 \pm 0,01^a$ , kalium  $4/6,3 \pm 0,4^a$ , natrium  $7,5 \pm 0,01^a$  dan magnesium  $150 \pm 0,7^a$ .<sup>44</sup>

Organisasi Kesehatan Dunia *atau Word Health Organization* (WHO), menyimpulkan bahwa kurma memiliki zat gula yang berbeda dengan zat gula buah-buahan lainnya. Kurma juga mengandung glukosa, tidak seperti gula dan tebu yang mengandung sukrosa dan kemudian menjadi glukosa setelah dicerna oleh enzim.<sup>45</sup> Abdul Syukur al-Azizi

---

<sup>41</sup>al-Najjār, *al-Ijāz al-ʿIlmī...*, 317-318.

<sup>42</sup>Ahmad, *Keistimewaan Kurma...*, 66.

<sup>43</sup>Ibid., 67-68.

<sup>44</sup>Istifarin, “Pemahaman Hadis..”, 243.

<sup>45</sup>al-Azizi, *Islam Itu ...*, 373-374.

menyebutkan beberapa unsur penting yang dikandung buah kurma berikut manfaatnya secara medis di antaranya yaitu:<sup>46</sup>

- a. Kurma mengandung beberapa bahan kimia yang dapat mempengaruhi hormon oksitosik, hormon yang bercampur di dalam peranakan wanita, sehingga dapat membantu percepatan kelahiran serta mengurangi risiko pendarahan setelah melahirkan. Kurma juga mengandung hormon pembangkit kelenjar susu sehingga dapat memperlancar ASI.
- b. Serat selulosa yang terdapat pada kurma bermanfaat untuk membangkitkan kerja usus. Serat ini tidak dapat dicerna oleh alat pencernaan, sehingga dapat menjaga tubuh supaya terhindar dari kekosongan perut.
- c. Kurma mengandung vitamin A yang berfungsi untuk memelihara epitel selaput lendir, ketajaman penglihatan mata dan pencegahan infeksi.
- d. Fosfor dan kalsium yang terdapat dalam kurma bermanfaat untuk membentuk tulang dan kesehatan gigi.
- e. Kurma mengandung aspirin alami yang dapat mengurangi rasa sakit.
- f. Kalium dalam kurma bermanfaat untuk mengatasi kelelahan, membantu jantung bekerja lebih optimal, mengaktifkan kontraksi otot dan berperan dalam pengaturan tekanan darah.

Sedangkan menurut Nadiyah Thayyarah manfaat kurma di antaranya sebagai berikut:<sup>47</sup>

- a. Mengatasi sembelit dan bawasir jika dimakan saat perut kosong karena mengandung serat.
- b. Membantu penurunan berat badan karena bisa mengendalikan nafsu makan dan mengandung sedikit lemak.
- c. Menutrisi otak dan memperkuat memori karena kaya kandungan fosfor.
- d. Membantu menghilangkan penyumbatan aliran darah dalam tubuh, khususnya jika terjadi gangguan sirkulasi darah di kaki.
- e. Dapat mencegah kerusakan gigi karena mengandung fluoride empat kali lebih banyak daripada buah-buahan lainnya.
- f. Dapat mengobati anemia karena banyak mengandung zat besi.
- g. Meredakan batuk menahun dan meluruhkan dahak.
- h. Mengatasi kulit kering dan pecah-pecah karena mengandung vitamin B.
- i. Berperan penting dalam mencegah kanker karena mengandung fosfor dan magnesium.
- j. Mengobati tekanan darah tinggi karena kaya akan kandungan magnesium dan minim sodium.
- k. Membantu sistem elastis ukuran rahim dan memperkuat otot-ototnya.
- l. Mencegah pusing dan turunnya kadar gula darah bagi orang yang berpuasa.
- m. Membantu menyeimbangkan kadar asam lambung karena kaya akan garam basa seperti kalsium dan potasium.
- n. Kandungan garam basa tersebut dapat menyeimbangkan kadar asam lambung akibat mengkonsumsi karbohidrat seperti roti atau nasi.

Berdasarkan informasi di atas dapat disimpulkan bahwa buah kurma memiliki banyak manfaat bagi kesehatan. Akan tetapi perlu digarisbawahi bahwa hampir segala sesuatu itu

---

<sup>46</sup>Ibid., 374-375.

<sup>47</sup>Thayyarah, *Buku Pintar...*, 784-786.

memiliki manfaat dan juga mudarrat. Tidak terlepas kurma, ia menimbulkan efek positif apabila dikonsumsi sesuai kadarnya dan sebaliknya akan menimbulkan efek negatif apabila dikonsumsi secara berlebihan.

#### **D. KESIMPULAN**

Salah satu manfaat kurma seperti yang tersirat dalam hadis ialah dapat menolak sihir dan menyembuhkan penyakit. Baik menurut ulama ataupun ahli medis kurma memiliki manfaat yang sangat banyak untuk menyehatkan tubuh dan menyembuhkannya dari berbagai penyakit. Demikian karena kurma memiliki kandungan-kandungan yang secara medis bermanfaat untuk kesehatan.

#### **REFERENSI**

- AbūyD āūd, Sulaymā-n ibn al'Ash`ath ibn Ishāq ibn Bashīr ibn Shaddād ibn `Amr al-ý'Azdī Sijistan-alī .(tt) .*Sunan Abī Dāūd*. Bayrūt: al-Maktabah al-`Aşriyah.
- ýAḥmad ibn Muḥammad, Abū `Abdillāh ibn Ḥanbal ibn Hilāl ibn Asd al-Shaybānī. 92001).  
ý*Musnad al-Imām Aḥmad ibn Ḥanbal*. tt: Muassasah al-Risālah.
- Muslim ibn al-Ḥajjāj Abū al-Ḥasan al-Qushayrī al-Naysābūrī. (tt). *al-Musnad al-Şaḥīḥ al-Mukhtaşar bi Naql al-`Adl `an al-`Adl ilā Rasūl al-Lāh Şallā Allāh `alayh wa Sallam*. Bayrūt: Dār Iḥyā' al-Turāth al`Arabī.
- Aisyah, Dinar Siti Nur. (2021, Agustus 2). "Daun Zaitun dalam Pengobatan Sakit Gusi: Studi Takhrij dan ý." *Syarah Hadis Jurnal Riset Agama*. Vol. 1. No. 2. Agustus 2021.
- Ali, Atabik dan Ahmad Zuhdi Muhdar. *al-Aşrī*. Yogyakarta: Multi Karya Grafika, tt. al-Quran
- Anugrah, Iqra dkk. "Perbandingan Kandungan Antioksidan Senyawa  $\beta$ -Karoten ýGolongan Karotenoid pada Kurma ajwa (Madinah), Kurma Sukari (Mesir), Kurma ýMedjool (Palestina), Kurma Khalas (Dubai), dan Kurma Golden Valley (Mesir)". ýFakumi :*Medical Journal Jurnal Mahasiswa Kedokteran*. Vol. 2. No. 9. September, ýý.2022
- Azizi (al), Abdul Syukur. (2018). *Islam Itu Ilmiah*. Yogyakarta: Laksana.
- ý.(3Badawi, Abdurrahman. (200*Ensiklopedi Tokoh Orientalis*. Yogyakarta: LKIS.
- Bin Ahmad, Ahmad Syamil. (tt). *Keistimewaan Kurma dalam al-Qur'an Ditinjau dari ýPerspektif Ilmu Kesehatan*. tt: tp.
- Bukhārī (al), Muḥammad ibn Ismā`īl Abū `Abdillāh al-Ju`fī, *al-Jāmi' al-Musnad al-Şaḥīḥ ý-al Mukhtaşar min `Umūr Rasūlillāh Şallā `alayhi wa Sallam wa Sunanihi wa ýAyyāmihī*. (1422 H). tt: Dār al-Ṭauq al-Najāh.
- Farhati dan Rika Resmana. (tt). *Monografi Mengatasi Anemiadengan Mixed Juice Kurma ýdan Terong Belanda*. tt: tp.
- Hidayah, Nurul. "Keutamaan Makan Sahur Dengan Tamar (Kurma) (Kajian ýKontekstual ."(Hadist Abu Dawud*Dinamika*. Vol. 1, No. 1. Desember 2016.
- Ibn Ḥajar, Aḥmad ibn `Alī Abū al-Faḍl al-`Asqalānī al-Shāfi`ī. (1379). *Fatal-Bārī Sharḥ Şaḥīḥ ýBukh-alārī*. Bayrūt: Dār al-Ma`rifah.
- Istifarin, Nur Annisa dan Andris Nurita. "Pemahaman Hadis Riwayat Bukhari Nomor ýIndeks 5445 Tentang Buah Kurma Sebagai Obat Herbal Perspektif Ilmu Kesehatan". ý :*Mushaf Journal Jurnal Ilmu Al Quran dan Hadis*. Vol. 3. No. 2. Agustus 2023.
- Izzan,Ahmad. (2012). *Studi Takhrij Hadis*. Bandung: Tafakur.

- Muḥammad Ashraf ibn Amīr ibn `Alī ibn Ḥaydar. (1415 H). *`Aun al-Ma`būd Sharḥ Sunan Abī Dāūd*. Bayrūt: Dār al-Kutub al`Ilmiyah.
- Najjār (al), Zaghlūl Rāghib Muḥammad. (2012). *al-I`jāz al-`Ilmī fī al-Sunnah al-Nabawiyyah*. Mesir: Dār al-Nahḍah.
- Qāsimī (al), Muḥammad Abū al-Layith al-Khayr Ābādī. (2004). *Takhrīj al-Ḥādīth Nash`atuhū ywa Manhajiyatuhū*. tt: Ittiḥad.
- Qibty, ýInterpretation Of The Meaning Of Hadith About The Parable Of ý“Alfi Salwa. The Date-Palm Tree With A Muslim Through The Tahlili Method”. *Jurnal Living ýHadis*, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. Vol. 7. No. 9. Desember 2022.
- Rahmadi. (2011). *Pengantar Metodologi Penelitian*. Banjarmasin;Antasari Pres.
- Rahman, Mohamad S. “Kajian Matan dan Sanad Hadits dalam Metode Historis”. *ýJurnal Al-Syir`ah*. Vol. 8. No. 2. Desember 2010.
- Soebahar, Moh. Erfan dkk. “Mengungkap Rahasia Buah Kurma dan Zaitun dari ýPetunjuk”. *Hadits dan Penjelasan SainsUlul Albab*. Vol.16. No. 2015.
- Ṭabarī (al), Muḥammad ibn Jarīr ibn Yazīd ibn Kathīr ibn Ghālib Abū Ja`far. (2000). *Jami` al-ýBayān fīTa`wīQur-l al`ān*. tt: Muassasah al-Risālah.
- Ṭaḥḥān (al), Maḥmūd. *Uṣul al-Takhrīj wa Dirāsah al-Asānid*. (tt). Bayrūt: Dār al-Qur`ān ý-al Karīm
- ý.Thayyarah, Nadiyah. (tt)*Buku Pintar Sains dalam al-Quran*. Jakarta: Zaman.
- Tirmidhī (al), Muḥammad ibn `Isā ibn Saurah ibn Mūsā ibn al-Ḍaḥḥāk. 91975). *Sunan al-ýTirmidhī*. Mesir: Shirkah Maktabah wa Maṭba`ah Muṣṭafā al-Bābī al-Ḥalbī.
- Wensinck, A.J. (1936). *al-Mu`jam al-Mufahras li Alfāz al-Ḥadīth al-Nabawī*. Liden: ý.Bril
- Zamakhsharī (al), Abū al-Qāsim Maḥmūd ibn `Umar al-Khawarizmī. (1407 H). *al-Kashshāf*. Beirut: Dār al-Kutub al-`Arabī.