



# IMPLIKASI MEMINUM AIR PERLAHAN DALAM HADIS PERSPEKTIF ILMU KESEHATAN

## SKRIPSI

Diajukan untuk melengkapi salah satu syarat guna memperoleh  
Gelar Sarjana Agama (S.Ag) pada Program Studi Ilmu Hadis



UIN SUSKA RIAU

Oleh:

**FIRMAN**  
**NIM. 11930111185**

**Pembimbing I**  
**Dr. H. M. Ridwan Hasbi, Lc., M.Ag.**

**Pembimbing II**  
**Dr. Wilaela, M.Ag**

**FAKULTAS USHULUDDIN**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI**  
**SULTAN SYARIF KASIM RIAU**  
**1444 H/2023 M**

### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU

KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU  
FAKULTAS USHULUDDIN

كلية أصول الدين

FACULTY OF USHULUDDIN

Jl. H.R. Soebrantas No.155 KM.15 Simpang Baru Panam Pekanbaru 28293 PO Box 1004 Telp. 0761-562223  
Fax. 0761-562052 Web. www.uin-suska.ac.id, E-mail: rektor@uin-suska.ac.id

### PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul : Implikasi Meminum Air Perlahan dalam Hadis Perspektif Ilmu Kesehatan

Nama : Firman  
Nim : 119303111185  
Jurusan : Ilmu Hadis

Telah dimunaqasyahkan dalam Sidang Panitia Ujian Sarjana Fakultas Ushuluddin Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, pada :

Hari : Kamis  
Tanggal : 6 Juli 2023

Sehingga skripsi ini dapat diterima sebagai syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Agama (S.Ag). Dalam Jurusan Ilmu Hadis Fakultas Ushuluddin Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

Pekanbaru, 11 Juli 2023

Dekan,



Dr. Jamaluddin, M. Us  
19670423 199303 1 004

Panitia Ujian Sarjana

Ketua/Penguji I

Dr. Afrizal Nur, M.I.S.  
NIP. 19800108 200310 1 001

Sekretaris/Penguji II

Dr. Sukiyat, M.Ag.  
NIP. 19701010 200604 1 001

MENGETAHUI

Penguji III

Suja'i Sarifandi, M. Ag.  
NIP. 19700503 199703 1 002

Penguji IV

Dr. Abu Bakar, M. Pd.  
NIP. 19580803 199402 1 001

### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



**Dr. H. M. Ridwan Hasbi, Lc, M.Ag.**  
DOSEN FAKULTAS USHULUDDIN UIN SULTAN SYARIF KASIM RIAU

**NOTA DINAS**

Perihal: Skripsi Saudara

**An. Firman**

Kepada

**Yth. Dekan Fakultas Ushuluddin**

UIN Sultan Syarif Kasim Riau

*Assalamu'alaikum Wr. Wb.*

Setelah kami membaca, meneliti, mengoreksi dan mengadakan perbaikan terhadap isi Skripsi Saudara:

Nama : Firman

NIM : 11930111185

Program Studi : Ilmu Hadis

Judul : Implikasi Meminum Air Perlahan dalam Hadis Perspektif Ilmu Kesehatan

Dengan ini dapat disetujui untuk diuji dan diberikan penilaian, dalam sidang ujian Munaqasyah Skripsi Fakultas Ushuluddin UIN Suska Riau.

Demikian kami sampaikan dan atas perhatian Bapak/Ibu Dekan diucapkan terima kasih.

*Wassalamu'alaikum Wr. Wb.*

Pekanbaru, 13 Juni 2023

Pembimbing I,

**Dr. H. M. Ridwan Hasbi, Lc, M.Ag.**  
**NIP. 19700617 200701 1 033**

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.





- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Dr. Wilaela, M.Ag**

DOSEN FAKULTAS USHULUDDIN UIN SULTAN SYARIF KASIM RIAU

**NOTA DINAS**

Perihal: Skripsi Saudara

**An. Firman**

Kepada

**Yth. Dekan Fakultas Ushuluddin**

UIN Sultan Syarif Kasim Riau

*Assalamu'alaikum Wr. Wb.*

Setelah kami membaca, meneliti, mengoreksi dan mengadakan perbaikan terhadap isi Skripsi Saudara:

Nama : Firman

NIM : 11930111185

Program Studi : Ilmu Hadis

Judul : Implikasi Meminum Air Perlahan dalam Hadis Perspektif Ilmu Kesehatan

Dengan ini dapat disetujui untuk diuji dan diberikan penilaian, dalam sidang ujian Munaqasyah Skripsi Fakultas Ushuluddin UIN Suska Riau.

Demikian kami sampaikan dan atas perhatian Bapak/Ibu Dekan diucapkan terima kasih.

*Wassalamu'alaikum Wr. Wb.*

Pekanbaru, 15 Juni 2023

Pembimbing II,

**Dr. Wilaela, M.Ag**

**NIP. 196808021998032001**

## SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Firman  
NIM : 11930111185  
Tempat/Tgl. Lahir : Lakitan/ 17 April 2002  
Program Studi : Ilmu Hadis

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Skripsi yang saya tulis dengan judul: Implikasi Meminum Air Perlahan dalam Hadis Perspektif Ilmu Kesehatan. Sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana pada Fakultas Ushuluddin UIN Sultan Syarif Kasim Riau, merupakan hasil karya saya sendiri. Adapun bagian-bagian tertentu yang terdapat di skripsi ini, yang saya kutip dari hasil karya orang lain telah dituliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan norma, kaidah dan etika penulisan ilmiah.

Apabila di kemudian hari ditemukan seluruh atau sebagian Skripsi ini bukan hasil karya saya sendiri atau adanya plagiat dalam bagian-bagian tertentu, saya bersedia menerima sanksi pencabutan Gelar Akademik yang saya sandang dan sanksi-sanksi lainnya sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Pekanbaru, 13 Juni 2023



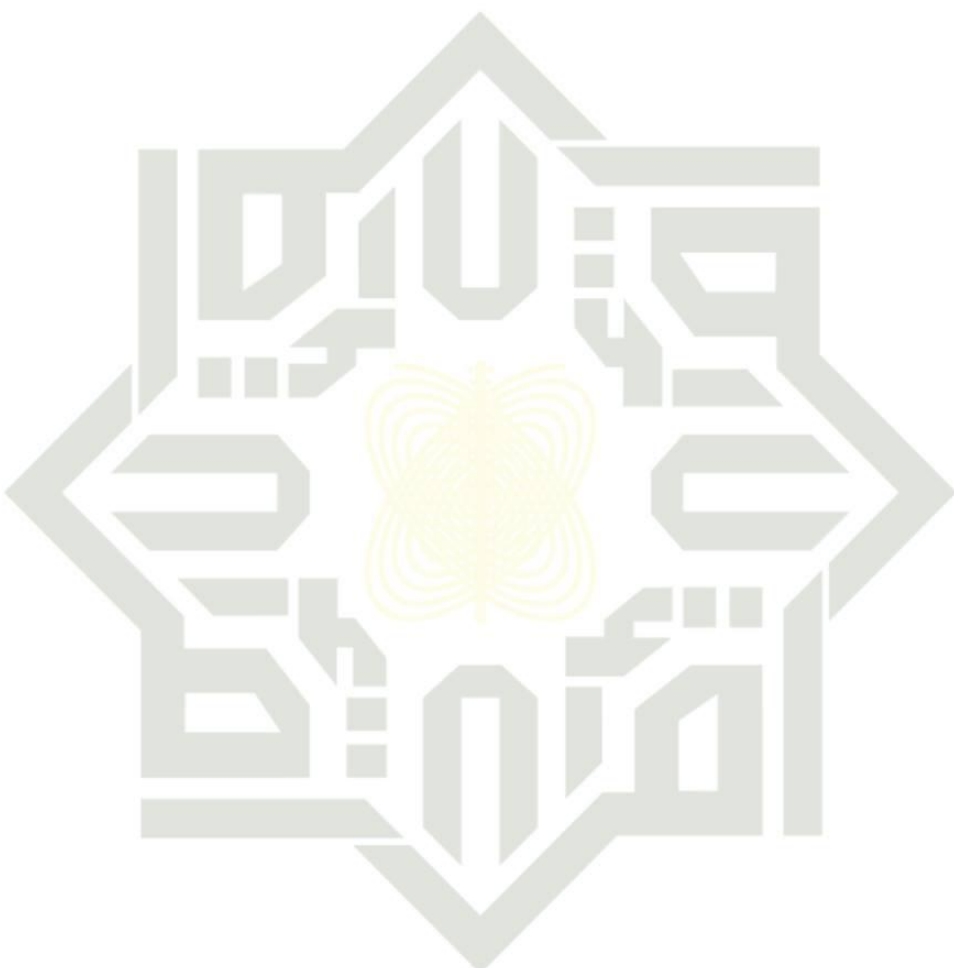
Firman  
NIM. 11930111185

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## MOTTO

*“Teruslah melangkah maju, jika jalanmu buntu, maka buatlah jalan baru dengan riuhnya do’a kepada tuhanmu.”*



UIN SUSKA RIAU

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## KATA PENGANTAR



Segala puji bagi Allah, Tuhan semesta alam. Atas berkah dan *inayah*-Nya hingga penyusunan skripsi berjudul “**Implikasi Meminum Air Perlahan dalam Hadis Perspektif Ilmu Kesehatan**” dapat dirampungkan. Shalawat dan salam senantiasa tercurahkan kepada junjungan Nabi besar Muhammad SAW. Semoga kelak kita mendapatkan syafaatnya di Yaumul Akhir.

Dalam rangka memenuhi persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Agama pada Fakultas Ushuluddin di Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, penulis telah berusaha sebaik-baiknya dan semaksimal mungkin untuk bisa menyelesaikan skripsi ini. Kemudian penulis berharap skripsi ini dapat memberikan pengetahuan dan dapat menarik pembacanya. Kemudian dalam menyelesaikan skripsi penulis menyadari bahwa banyak pihak yang telah berpartisipasi dalam penyelesaian skripsi ini.

Izinkan penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu menyelesaikan skripsi ini, baik membantu dalam membimbing sekaligus mengarahkan penulis dan juga membantu dalam hal moral ataupun dalam material. Untuk itu penulis mengucapkan terima kasih secara khusus yang ditujukan kepada:

1. Kepada yang tercinta orang tua penulis yaitu Ayahanda Rustam Efendi dan Ibunda Mida Suriyani yang telah menjadi inspirator terbaik, memberikan dukungan dan selalu mendoakan yang terbaik untuk penulis. Semoga penulis dapat menjadi anak yang membanggakan dan bermanfaat bagi orang lain.
2. Kepada saudara tercinta abangda Irwan Rusda dan adinda Offi Hasanah yang selalu menjadi motivator penulis dari awal pemilihan judul sampai selesai penulisan skripsi ini.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.
3. Kepada Rektor UIN SUSKA Riau, Prof. Dr. Hairunnas Rajab, M.Ag, beserta jajarannya di Rektorat, yang telah memberikan penulis kesempatan untuk menimba ilmu pengetahuan di Universitas ini.
4. Kepada Ayahanda Dekan Fakultas Ushuluddin Dr. H. Jamaluddin, M.Us, Wakil Dekan I Dr. Rina Rehayati, M.Ag., Wakil Dekan II Dr. Afrizar Nur, S.Th.I, MIS., dan Wakil Dekan III Dr. H. M. Ridwan Hasbi, Lc., M.Ag. yang telah memfasilitasi dan membimbing penulis selama menempuh pendidikan sampai menyelesaikan skripsi di Fakultas Ushuluddin Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
5. Kepada Ayahanda Dr. Adynata, M.Ag, selaku ketua prodi Ilmu Hadis atas kemudahan dan kelancaran pelayanan studi penulis.
6. Kepada Ayahanda Dr. Sukiyat, M.Ag, selaku Pembimbing Akademik yang senantiasa memberikan arahan, bimbingan dan pembelajaran yang berharga kepada penulis.
7. Kepada Ayahanda Dr. H. M. Ridwan Hasbi, Lc, M.Ag dan Ibunda Dr. Wilaela, M.Ag, selaku dosen pembimbing skripsi yang banyak memberikan arahan dan bimbingan dalam menyelesaikan penyusunan skripsi ini.
8. Segenap dosen dan karyawan di Fakultas Ushuluddin yang penuh keikhlasan dan kerendahan hati dalam pengabdianya telah banyak memberikan pengetahuan dan pelayanan baik akademik maupun administratif, sehingga kami dapat menyelesaikan skripsi ini.
9. Sahabat-sahabat sekalian terkhusus: Deti Helvika, Suci Amalia Yasti, Alfiah Rafika, Muhammad Hafizh Al-Aziz dan Tafhajils Iqnesda Syahwir Papude yang selalu membantu penulis dalam penyusunan skripsi ini, mulai dari bantuan menyumbangkan ide, saran, merapikan tulisan hingga memberikan semangat kepada penulis.
10. Teman-teman kontrakan cemara yaitu: Fauzan, Arif, Aidi, dan Andika yang setiap harinya memberikan dukungan kepada penulis sampai penulis menyelesaikan skripsi ini.
11. Teman-teman sekelas yaitu: Aidi, Wahyu, Andika, Alom, Abdi, Deti, Suci, Alfiah, Rani, Leli, Afrina, dan Nadia yang telah memberikan dukungan,



semangat dan motivasi kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

Kemudian teman-teman mahasiswa Ilmu Hadis angkatan 2019 dan juga kepada semua pihak yang turut berpartisipasi yang banyak memberikan semangat sekaligus memotivasi penulis dalam menyelesaikan skripsi ini, semoga Allah SWT senantiasa membalas segala kebbaikannya.

Pekanbaru, 13 Juni 2023  
Penulis,

**Firman**  
**NIM: 11930111185**

UIN SUSKA RIAU

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**DAFTAR ISI**

	<b>HALAMAN</b>
<b>HALAMAN JUDUL</b>	
<b>PENGESAHAN</b>	
<b>NOTA DINAS</b>	
<b>SURAT PERNYATAAN</b>	
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>i</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>iv</b>
<b>PEDOMAN TRANSLITERASI .....</b>	<b>v</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>vii</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>viii</b>
<b>المقدمة.....</b>	<b>ix</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Penegasan Istilah.....	4
C. Identifikasi Masalah.....	5
D. Batasan Masalah .....	6
E. Rumusan Masalah.....	6
F. Tujuan Penelitian .....	6
G. Manfaat Penelitian .....	7
<b>BAB II KERANGKA TEORETIS .....</b>	<b>8</b>
A. Landasan Teori .....	8
B. Karya Terdahulu .....	20
<b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>	<b>25</b>
A. Jenis Penelitian .....	25
B. Sumber Data .....	26
C. Teknik Pengumpulan Data.....	26
D. Teknik Analisis Data .....	27
E. Sistematika Penulisan .....	29
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>31</b>
A. Status dan Pemahaman Hadis Tentang Meminum Air Perlahan .....	31
B. Implikasi Hadis Tentang Meminum Air Perlahan Dalam Ilmu Kesehatan.....	62
C. Analisis Penulis.....	72
<b>BAB V PENUTUP.....</b>	<b>75</b>
A. Simpulan .....	75
B. Saran-Saran.....	75
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	

## PEDOMAN TRANSLITERASI

Pengalihan huruf Arab-Indonesia dalam naskah ini didasarkan atas Surat Keputusan Bersama (SKB) Menteri Agama dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia, tanggal 22 Januari 1988, No. 158/1987 dan 0543.b/U/1987, sebagaimana yang tertera dalam buku Pedoman Transliterasi Bahasa Arab (*A Guide to Arabic Tranliteration*), INIS Fellow 1992.

### A. Konsonan

Arab	Latin	Arab	Latin
ا	A	ط	Th
ب	B	ظ	Zh
ت	T	ع	'
ث	Ts	غ	Gh
ج	J	ف	F
ح	H	ق	Q
خ	Kh	ك	K
د	D	ل	L
ذ	Dz	م	M
ر	R	ن	N
ز	Z	و	W
س	S	ه	H
ش	Sy	ء	'
ص	Sh	ي	Y
ض	Di		

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
    - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
    - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
  2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

### Vokal, Panjang dan Diftong

Setiap Penulisan bahasa Arab dalam bentuk tulisan latin vokal *fathah* ditulis dengan “a”, *kasrah* dengan “i”, *dhommah* dengan “u”, sedangkan bacaan panjang masing-masing ditulis dengan cara berikut:

Vokal (a) panjang = Â	misalnya قال menjadi qâla
Vokal (i) panjang = Î	misalnya قيل menjadi qîla
Vokal (u) panjang = Û	misalnya دون menjadi dûna

Khusus untuk bacaan ya’ nisbat, maka tidak boleh diganti dengan “i”, melainkan tetap ditulis dengan “iy” agar dapat menggambarkan ya’ nisbat diakhirnya. Begitu juga untuk suara diftong, wawu dan ya’ setelah *fathah* ditulis dengan “aw” dan “ay”. Perhatikan contoh berikut:

Diftong (aw) = و	misalnya قول menjadi qawlun
Diftong (ay) = ي	misalnya خير menjadi Khayrun

### C. Ta’ Marbûthah (ة)

*Ta’ marbûthah* ditransliterasikan dengan “*t*” jika berada di tengah kalimat, maka ditransliterasikan dengan menggunakan “h” misalnya الرسالة للمدرسة menjadi *al-risalat<sub>t</sub> li al-mudarrisah*, atau apabila berada di tengah-tengah kalimat yang terdiri dari susunan *mudlaf* dan *mudlaf ilayh*, maka ditransileterasikan dengan menggunakan *t* yang disambung dengan kalimat berikutnya, misalnya في رحمة الله menjadi *fî rahmatillâh*.

### D. Kata Sandang dan Lafdh al-Jalâlah

Kata sandang berupa “al” (ال) ditulis dengan huruf kecil, kecuali terletak di awal kalimat, sedangkan “al” dalam lafadh jalâlah yang berada di tengah-tengah kalimat yang disandarkan (*idhafah*) maka dihilangkan. Perhatikan contoh-contoh berikut ini:

1. al-Imâm al-Bukhâriy mengatakan ...
2. al-Bukhâriy dalam Muqaddimah kitabnya menjelaskan ...
3. Masyâ Allah *kâna wa mâ lam yasy’ lam yakun*.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## ABSTRAK

Skripsi ini berjudul “**Implikasi Meminum Air Perlahan dalam Hadis Perspektif Ilmu Kesehatan**”. Rasa haus adalah suatu kondisi normal yang terjadi pada kehidupan sehari-hari dan biasanya disebabkan karena tubuh sedang membutuhkan cairan untuk menjalankan *metabolisme*. Untuk mengatasi kehausan, penting bagi individu untuk memastikan bahwa mereka meminum cukup air setiap hari. Ini dapat dilakukan dengan meminum air putih atau minuman lain yang mengandung cairan. Di dalam hadis dijelaskan bahwa adab ketika meminum air adalah hendaklah meminum dengan perlahan. Namun, dalam realita sehari-hari banyak dijumpai umat muslim sendiri menganggap bahwa meminum air adalah sesuatu yang sepele dan jarang memperhatikan adab ketika meminum air tersebut. Rumusan masalah penelitian ini yaitu bagaimana status dan pemahaman hadis tentang anjuran meminum air perlahan dan bagaimana implikasi hadis tentang meminum air perlahan dalam ilmu kesehatan. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan jenis penelitian *library research*. Adapun hasil penelitian ini adalah status hadis tentang anjuran meminum air perlahan adalah *dhaif* karena terdapat beberapa sanadnya yang tidak bersambung dan terdapat beberapa perawi yang *majhul* disetiap jalur periwayatan. Dan implikasi hadis tentang meminum air perlahan dalam ilmu kesehatan, bahwa Rasulullah SAW menganjurkan umatnya untuk tidak tergesa-gesa dalam hal apapun khususnya dalam meminum air, hal ini dilakukan agar dapat membantu tubuh dalam penyerapan nutrisi yang lebih baik, meningkatkan hidrasi tubuh yang optimal, mencegah pemberian beban yang berlebihan kepada ginjal dan dapat terhindar dari resiko penyakit berbahaya seperti *Deuresis* air dan *Hyponatremia*.

**Kata Kunci:** Meminum Air, Perlahan, Implikasi, Hadis, Ilmu Kesehatan

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## ABSTRACT

This research entitled “Implications of Drinking Water Slowly on the Hadist Perspective of Health Sciences”. Thirst was a normal condition occurred in everyday life and it was usually caused by the body needed fluids to run metabolism. To overcome thirst, it was important for individuals to ensure that they drunk enough water every day. It could be conducted by drinking water or other drinks containing fluids. In hadist, it was explained that the adab drinking water was to drink slowly. However, in daily reality, it was often found that Muslims themselves thought that drinking water was something trivial and rarely paid attention to manners when drinking water. The formulations of the problems in this research were: what the status and understanding of hadist regarding to the recommendation drinking water slowly, and what the implications of hadist regarding to drinking water slowly in health sciences. It was a library research using qualitative method. The findings of this research showed that the status of the hadist regarding to the recommendation drinking water slowly was *Dhaif*, because there were several *Sanads* that were not continuous, and there were several narrators who were *Majhul* in each path of transmission. The implications of hadist drinking water slowly in health sciences that Rasulullah SAW advised his community were not in a hurry in anything especially in drinking water, it was done to help the body absorb better nutrients, increase optimal body hydration, prevent giving excessive burden to the kidneys and can avoid the risk of dangerous diseases such as Deurusis water and Hyponatremia.

**Keywords: Drinking Water, Slowly, Implications, Hadith, Health Sciences**



## الملخص

هذه الرسالة بعنوان "الآثار المترتبة على شرب الماء المتمهل في الحديث النبوي بالنظر إلى علم الطب". إن العطش حالة طبيعية تحدث في الحياة اليومية وتحدث عادة لحاجة الجسم إلى المياه لأداء العملية الغذائية. ولتغلب هذا العطش لابد على كل شخص أن يشرب ماء شربا كافيا كل يوم. فيمكن هذه الحالة بشرب الماء العذب أو غيره من المشروبات المحتوية على السوائل. وقد أشار رسول الله ﷺ في حديثه الشريف بأنه إذا أراد المرء أن يشرب فليشرب متمهلا. بل الواقع هذا اعتبر كثير من المسلمين يهتمون في هذا الحال ولا يهتمون إلى آداب عند الشرب. مشكلة هذا البحث هي كيف موقف وتعريف الحديث المذكور فيه عن الأمر في شرب الماء المتمهل وكيف يقو آثار هذا الحديث في مجال علم الطب. وقد استخدم المبحث مدخل الكيفي بنوع البحث المكتبي. ونتيجة البحث هي أن هذا الحديث ضعيف لعدم اتصال بعض الأسناد ومنهم رواة مجهولون في جميع طبقات السند. وتتضمن الحديث عن التمهّل عند الشرب باعتبار علم الطب أن رسول الله ﷺ قد حث المسلمون لألا يتعجلوا عند كل عمل وخاصة عند الشرب. ومن الفضائل هذا العمل هي مساعدة الجسم في امتصاص المواد الطيبة أحسن امتصاص، وترقية مقدار المياه الكافية للجسم، والمنع عن أثقل عمل لدى الكلية، وقادر على درء السقم المخطر مثل ديوروسيس و نقص صوديوم الدم (hyponatremia).

الكلمات الدلالية : شرب الماء، متمهل، الحديث النبوي، علم الطب

### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## BAB I PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Rasa haus merupakan suatu kondisi normal yang menandakan bahwa tubuh sedang membutuhkan cairan untuk menjalankan *metabolisme*. Cairan ini sangat penting bagi kesehatan karena membantu melakukan berbagai fungsi tubuh, seperti membantu mengatur suhu tubuh, membantu pencernaan, dan membantu mengangkut nutrisi dan oksigen ke seluruh tubuh. Para pakar kesehatan menjelaskan, bahwa sensasi haus yang muncul pada manusia dikendalikan oleh sistem saraf pusat sebagai respon terhadap kekurangan cairan pada tubuh manusia. Rasa haus muncul setelah tubuh mengalami kekurangan cairan yang diperlukan sekitar 0,5 persen dari kondisi normal.<sup>1</sup>

Kekurangan cairan dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan, seperti *dehidrasi*. *Dehidrasi* dapat disebabkan oleh berbagai hal, seperti kehilangan cairan melalui suhu, kehilangan cairan melalui keringat, dan juga kurangnya asupan cairan.<sup>2</sup> *Dehidrasi* dapat mempengaruhi kesehatan secara negatif, seperti *dehidrasi* ringan pada seseorang dengan aktivitas fisik yang berat akan mengalami dengan penurunan daya tahan serta peningkatan kelelahan. *Dehidrasi* ringan juga dapat menyebabkan gangguan mood dan fungsi kognitif seperti konsentrasi dan kewaspadaan, sedangkan *dehidrasi* ringan hingga *dehidrasi* sedang dapat mengganggu memori jangka pendek. Selain itu, *dehidrasi* juga merupakan faktor risiko beberapa penyakit seperti *delirium*, pemicu *migrain*, dan dapat mengganggu fungsi saluran cerna seperti *konstipasi*.<sup>3</sup> Untuk mengatasi kehausan, penting bagi individu untuk memastikan bahwa mereka meminum cukup air setiap hari. Ini dapat

<sup>1</sup> Budi Iman Santoso, dkk, *Air Bagi Kesehatan*, (Jakarta: Centra Communication, 2011), hlm. 23.

<sup>2</sup> Kory Taylor, dan Elizabeth B. Jones, *Adult Dehydration*, StatPearl Publishing, dikutip pada [https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK555956/#\\_NBK555956\\_pubdet](https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK555956/#_NBK555956_pubdet) pada tanggal 10 Februari 2023, pukul 19.23 WIB.

<sup>3</sup> Fitri Kurniawati, dkk, 'Hubungan Pengetahuan, Konsumsi Cairan dan Status Gizi dengan Status Hidrasi pada Kurir Ekspedisi' dalam *Jurnal Riset Gizi*, Vol. 9 No. 1 (May 2021)

dilakukan dengan meminum air putih atau minuman lain yang mengandung cairan. Beberapa orang juga dapat memperoleh cairan melalui makanan, seperti buah dan sayuran yang mengandung air.

Tubuh manusia membutuhkan air untuk dikonsumsi sebanyak 0,8 sampai 2,8 liter atau setara dengan 6-8 gelas setiap harinya. Pendapat ini berbeda-beda tergantung pada umur, jenis kelamin, aktivitas, dan suhu lingkungan<sup>4</sup>. Namun, pemahaman ini sering kurang dipahami oleh masyarakat sehingga kesalahan yang sering terjadi adalah kebiasaan mengonsumsi air hanya ketika kita haus saja. Pada minum air juga terdapat etika yang dipakai pada masyarakat. Etika dan moralitas selalu mengacu pada baik dan buruknya manusia sebagai pribadi, sehingga ranah moral adalah ranah kehidupan di mana manusia menjalankan kehidupan sehari-hari dalam hal kebbaikannya sebagai pribadi.<sup>5</sup>

Islam sendiri memandang minum air tidak hanya sebagai pemuas dahaga semata, akan tetapi sebagai bentuk ibadah kepada Allah SWT. Islam mengatur Etika dalam minum itu sendiri, sehingga seseorang muslim yang mengamalkan hal itu pada hidupnya dapat mencerminkan akhlak yang baik dan berpahala. Etika tersebut terdapat baik dari awal minum air, saat minum air, bahkan sampai akhir minum air. Kebanyakan orang bahkan menganggap proses meminum air ini sebagai hal yang wajar, biasa, atau kebutuhan hidup.<sup>6</sup> Etika minum banyak dipraktikkan dari Rasulullah yang mana beliau itu sendiri adalah suri tauladan yang menjadi pedoman bagi umatnya. Dalam keseharian Rasulullah SAW pastinya tidak akan lepas dari minum, dan hal tersebut menjadi perhatian oleh para sahabat terdahulu. Maka banyaknya para sahabat yang meniru cara minum Rasulullah Saw, dan mengabarkannya kepada para sahabat lainnya, hingga pada saat ini dapat kita lihat bahwasanya terdapat banyak hadis-hadis yang berkaitan tentang etika atau pun cara minumnya Rasulullah Saw.

<sup>4</sup> Budi Iman Santoso, dkk, *Air Bagi Kesehatan*, hlm. 1.

<sup>5</sup> Franz Magnis-Suseno SJ, *Etika Jawa*, (Jakarta: PT Gramedia 1984), hlm. 6.

<sup>6</sup> Ade Hashman, dan Wahyuni Widodo, *Rahasia Kesehatan Rasulullah: Meneladani Gaya Hidup Nabi Muhammad Saw*. (Jakarta: Noura Books 2012).

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

Dalam realitas sehari-hari, banyak dijumpai umat muslim melakukan hal hal yang menyalahi etika minum yang diajarkan Rasulullah, seperti contohnya setelah beraktivitas, baik itu aktivitas olahraga ataupun aktivitas lain dalam bentuk apa pun yang membuatnya merasa letih dan *dehidrasi*, lalu meminum air secara tergesa-gesa, guna menghilangkan haus dahaganya. Bahkan meminum air dengan cara berdiri dan Meminum air secara tergesa-gesa dalam satu nafas tanpa berhenti. Hal itu disebabkan karna saat merasa haus, air akan terasa lebih enak dan hal itu membuat seseorang Meminum air secara terus menerus sehingga membuat perut kembung. Seperti yang di ungkap oleh para pakar kesehatan Segelas air terasa lebih enak saat anda kehausan.<sup>7</sup> Hal ini bertentangan dengan yang telah rasul ajarkan kepada umat muslim, bahwasanya tidak boleh minum dalam keadaan berdiri. Dalam ilmu kesehatan membuktikan bahwasanya ketika minum air dengan keadaan berdiri maka air yang diminum itu akan berjatuhan ke dasar lambung dengan sangat keras, sehingga membuat lambung itu menjadi kendor dan membuatnya susah untuk mencerna makanan.<sup>8</sup> Serta Rasulullah SAW juga memerintahkan untuk minum secara perlahan, dengan cara mengambil nafas dalam beberapa tegukan air. Karena hal itu lebih membuat tubuh mudah melepaskan dahaga, dan tidak membuat kembung karna kebanyakan meminum air. Minum air secara tergesa-gesa tidak hanya membuat tersedak tetapi juga menyebabkan beberapa penyakit-penyakit lainnya.

Perkembangan ilmu pengetahuan yang sangat pesat, serta sains dan teknologi dapat membuktikan kembali manfaat yang dikandung dari etika yang diajarkan Rasulullah SAW, salah satunya etika dalam meminum air. Baik manfaat dari segi kesehatan jasmani ataupun kesehatan rohani. Maka dari itu diperlukannya pengkajian kembali tentang hadis Meminum air perlahan dari Nabi SAW dan pandangan kesehatan terhadap hadis tersebut.

<sup>7</sup> David E. Leib, dkk, "Thirst", *Jurnal Current Biology*, Vol. 26 No.24 (Desember, 2016).

<sup>8</sup> Muhammad Suwardi, *Rahasia Sehat Rasulullah yang Tak Pernah Sakit* (Jakarta: Zahira, 2013), hlm. 3.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Melihat penjelasan yang sudah penulis paparkan di atas, maka penulis berkeinginan membuat sebuah penelitian dengan judul : **“Implikasi Meminum Air Perlahan dalam Hadis Perspektif Ilmu Kesehatan.”**

### Penegasan Istilah

Demi menghindari berbagai kesalahpahaman terhadap istilah-istilah atau variabel-variabel yang terdapat dalam penelitian, dan demi memberikan gambaran umum dari tulisan secara keseluruhan, maka perlu memberikan penegasan istilah dari judul yang penulis ingin teliti, yaitu:

#### 1. Implikasi

Implikasi adalah suatu dampak atau akibat langsung dari hasil penemuan suatu penelitian ilmiah. Pengertian lainnya ialah adalah suatu kesimpulan atau hasil akhir temuan atas suatu penelitian.<sup>9</sup>

#### 2. Meminum Air

Kata Meminum menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia adalah meminum (air, obat).<sup>10</sup> Sedangkan kata air adalah benda cair seperti yang biasa terdapat di sumur, sungai, danau, yang mendidih pada suhu 100°C dan membeku pada suhu 0°C.<sup>11</sup> Jadi meminum air adalah suatu aktivitas yang memasukkan air ke dalam mulut dan kemudian meminumnya.

#### 3. Perlahan

Kata perlahan menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia adalah lambat-lambat, tidak tergesa-gesa, tidak cepat.<sup>12</sup> Perlahan yang dimaksud pada penelitian skripsi ini adalah sebuah aktivitas yang tidak tergesa-gesa.

#### 4. Hadis

Adapun kata hadis sendiri menurut bahasa ialah *al-Jadid* (baru), bentuk jamaknya adalah *Ahaadits*, bertentangan dengan qiyas. Menurut

<sup>9</sup> Muawanah, “Implikasi Psikologi Perkembangan Terhadap Pendidikan Anak Usia Dini”, *Jurnal Vijjacariya*, Vol. 5 No. 2, (2018), hlm. 36.

<sup>10</sup> Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka, 2008), hlm. 1651.

<sup>11</sup> *Ibid.*, hlm. 21.

<sup>12</sup> *Ibid.*, hlm. 1164.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

istilah ialah sesuatu yang disandarkan kepada Nabi SAW, baik berupa perkataan, perbuatan, *taqrir* (diamnya) maupun sifatnya.<sup>13</sup>

5. Perspektif

Perspektif adalah suatu cara pandang dan cara berperilaku terhadap suatu masalah, kejadian, atau kegiatan dari sudut kepentingan global.<sup>14</sup>

6. Ilmu Kesehatan

Ilmu Kesehatan merupakan kumpulan disiplin ilmu terapan (*applied science*) yang berfokus pada kesehatan manusia dan hewan. Di dalamnya terdapat penelitian, studi, dan pengetahuan tentang kesehatan serta penerapannya untuk meningkatkan kesehatan, mengobati penyakit, dan memahami fungsi biologis pada manusia dan hewan.<sup>15</sup>

**C. Identifikasi Masalah**

Permasalahan yang diajukan dalam penelitian ini dapat dikenali melalui identifikasi masalah berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan sebelumnya, sebagai berikut::

1. Kehausan membuat orang minum dengan banyak air dan dilakukan dengan sekaligus.
2. Tubuh manusia memerlukan sekitar 2,8 liter air setiap hari, bukan ketika haus saja.
3. Kehausan bisa di atasi dengan minum air dan memakan makanan yang mengandung air.
4. Terdapat banyak bahaya serta dampak buruk pada kesehatan ketika seseorang meminum air dengan tergesa-gesa.
5. Kurangnya edukasi dan perhatian khusus dalam mengamalkan etika minum perlahan yang telah diajarkan Rasulullah Saw.

<sup>13</sup> Mahmud Thahan, *Ilmu Mushthalah Hadits*, Terj. Abu Fuad, (Bogor: Pustaka Thoriqul Izzah, 2010), hlm. 13.

<sup>14</sup> Sumaatmadja dan Winardit, *Perspektif Global* (Jakarta:Universitas Terbuka, 1999), hlm. 14.

<sup>15</sup> Universitas Darussalam Gontor, Fakultas Ilmu Kesehatan, dikutip dari <https://unida.gontor.ac.id/fakultas-ilmu-kesehatan/> pada hari Senin tanggal 03 April 2023, jam 20:20 WIB.



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Batasan Masalah**

Rasulullah SAW memberi contoh tauladan kepada umatnya mengenai etika dalam minum, dengan tujuan menggambarkan karakter seorang Muslim yang baik. Contoh tauladan tersebut meliputi etika minum dalam keadaan duduk, membaca *basmallah* sebelum minum, dan Meminum air perlahan. Dalam hal ini, penulis akan berfokus pada hadis tentang Meminum air perlahan. Setelah melakukan penelusuran pada kitab takhrij *Mu'jam al-Mufahras li-Alfazh al-Hadis an-Nabawi*, hadis tentang Meminum air dengan perlahan terdapat 1 riwayat, yaitu *Sunan at-Tirmidzi* kitab Asrabah, pada hadis bab ke 13, nomor 1885.<sup>16</sup> Kemudian dalam pencarian pada kitab *Jam'u al-Jawami' al-Ma'ruf bi al-Jaami' al-Kabir* terdapat 3 riwayat yaitu *Sunan at-Tirmidzi* nomor 1885, *Mu'jam al-Kabir Thabrani* nomor 11378, dan *Sya'bu al-Iman al-Baihaqi* nomor 6015. Maka dari itu penulis membatasi kajian penelitian ini pada hadis pada kitab *Sunan at-Tirmidzi* nomor 1807, *Mu'jam al-Kabir Thabrani* nomor 11378, dan *Sya'bu al-Iman al-Baihaqi* nomor 6015 sebab lebih tampak dalam etika dan apa yang harus dilakukan. Untuk memenuhi pemahaman yang dimaksudkan oleh hadis tersebut, penulis memilih beberapa kitab syarah seperti kitab *Tuhfatul Ahwadzi* karya Syaikh al-Mubarakfuri dan beberapa kitab lainnya sebagai syarah hadis yang sepadan.

**Rumusan Masalah**

Dari latar belakang masalah yang penulis paparkan di atas, maka penulis dapat merumuskan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana status dan pemahaman hadis tentang meminum air perlahan?
2. Bagaimana implikasi hadis tentang meminum air perlahan dalam ilmu kesehatan?

**Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan penulisan skripsi ini adalah sebagai berikut:

<sup>16</sup> A.J. Wensinck, *Mu'jam al-Mufahras li-Alfazh al-Hadis an-Nabawi*, jilid 3 (Leidin: Pustaka Braille, 1936), hlm. 90.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

1. Untuk mengetahui status dan pemahaman hadis tentang meminum air perlahan.
2. Untuk mengetahui implikasi meminum air perlahan dalam ilmu kesehatan.

**Manfaat Penelitian**

Adapun beberapa manfaat penelitian yang penulis tuju adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis
  - a. Agar penelitian dapat memberikan pengetahuan kepada kita bahwa Rasulullah menganjurkan kita untuk meminum air dengan perlahan.
  - b. Sebagai bahan bacaan bagi penulis dan peneliti berikutnya dalam menulis karya ilmiah terkait hadis tentang meminum air dengan perlahan.
2. Manfaat Praktis
  - a. Untuk melengkapi dan memenuhi syarat menyelesaikan pembelajaran di Program Studi Ilmu Hadis Fakultas Ushuluddin Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
  - b. Menjadi bahan rujukan untuk penelitian kedepannya pada penelitian tentang Hadis anjuran Meminum perlahan.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## BAB II KERANGKA TEORETIS

### A. Landasan Teori

1. Tinjauan tentang Takhrij Hadis
  - a. Pengertian takhrij hadis

Definisi takhrij secara bahasa, berarti *istinbath* (mengeluarkan), *tadrib* (memperdalam), dan *taujih* (menampakkan). Maksudnya yaitu menampakkan sesuatu yang masih tersembunyi, mengeluarkan yang tidak terlihat dan memperdalam yang masih samar. Maksud dari pengeluaran di sini tidak harus berbentuk fisik secara nyata, tetapi mencakup nonfisik yang cukup menggunakan pikiran, seperti makna kata *istikhraj* yang mempunyai kesamaan dengan kata *istinbath* yang artinya mengeluarkan hukum dari nash Al-qur'an dan hadis.<sup>17</sup>

Sedangkan menurut istilah Takhrij adalah penunjukan terhadap tempat hadist di dalam sumber aslinya yang dijelaskan sanad dan martabatnya sesuai keperluan.<sup>18</sup> Para *muhadditsin* mengartikan *takhrij* hadis dengan berbagai makna, yaitu<sup>19</sup>:

- 1) Mengemukakan hadis kepada orang banyak dengan menyebutkan para periwayatannya dalam sanad yang telah menyampaikan hadis itu dengan metode periwayatan yang mereka tempuh.
- 2) Ulama hadis mengemukakan berbagai hadis yang telah dikemukakan oleh para guru hadis, atau berbagai kitab, atau lainnya, yang susunannya dikemukakan berdasarkan riwayatannya sendiri, para gurunya, temannya, atau orang lain, dengan menerangkan siapa periwayatannya dari para penyusun kitab atau karya tulis yang dijadikan sumber penelitian.

<sup>17</sup> Arif Maulana, "Peran Penting Metode Takhrij dalam Studi Kehujjahan Hadis", *Jurnal Riset Agama*, Vol. 1, No. 1, 2021, hlm. 236.

<sup>18</sup> Mahmud al-Tahhan, *Ushl al-Takhrij Wa Dirasat al-Asanid*, diterjemahkan oleh H.S. Aail Husain Al-Munawwar dan Masykur Hakim dengan judul: *Dasar-Dasar Ilmu Takhrij dan Sanad* (Cet. I; Semarang: Dina Utama, 1995), hlm. 12.

<sup>19</sup> Syuhudi Ismail, *Metode Penelitian Sanad Hadis*, (Jakarta: Bulan Bintang, 1992), hlm.41-42.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- 3) Menunjukkan asal-usul hadis dan mengemukakan sumber pengambilannya dari berbagai kitab hadis yang disusun oleh para mukharrij-nya langsung (yakni para periwayatan yang juga sebagai penghimpun bagi hadis yang mereka riwayatkan).
  - 4) Mengemukakan hadis berdasarkan sumbernya, yakni kitab-kitab hadis, yang di dalamnya disertakan metode periwayatannya dan sanadnya masing-masing, serta diterangkan keadaan para periwayatannya dan kualitas hadisnya.
  - 5) Menunjukkan atau mengemukakan letak asli hadis pada sumbernya yang asli, yakni berbagai kitab, yang di dalamnya dikemukakan hadis itu secara lengkap dengan sanadnya masing-masing, kemudian untuk kepentingan penelitian, dijelaskan kualitas hadis yang bersangkutan.
- b. Metode takhrij hadis
- Berbagai metode penelitian ilmiah dapat diterapkan dalam penelitian hadis. Misalnya, menggunakan metode deskriptif, perbandingan normative, dan kesejarahan, yaitu<sup>20</sup>:
- 1) Metode deskriptif digunakan untuk menjelaskan makna matan dan lambang ungkapan perawi dalam sanad sehingga dapat diketahui mana yang diterima dan mana yang ditolak.
  - 2) Metode perbandingan digunakan untuk membandingkan antara satu sanad dan sanad lain atau antara satu matan dan matan lain dalam satu tema untuk memeriksa adanya keganjilan (*syadz*) dan cacat (*'illah*).
  - 3) Metode normatif digunakan untuk memecahkan suatu masalah. Tolak ukur penelitian matan adalah tidak bertentangan dengan Al-Quran, hadis yang lebih kuat, akal sehat, indra, sejarah, dan susunan bahasa.<sup>21</sup>

<sup>20</sup> Shubhi Al-Shalih, *Ulum Al-Hadis wa Mushthalatuh*, cet ke 5, (Beirut: Dar Al-Ilm li Malayin, 1969), hlm. 278.

<sup>21</sup> Shalahuddin bin Ahmad Al-Adlabi, *Manhaj Naqd Al-Matn*, (Beirut: Dar Al-Aflaq Al-Jadidah, 1983), hal. 238.

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

4) Metode kesejarahan digunakan untuk mengetahui ketersambungan sanad dan mengetahui kredibilitas periwayatannya. Para ahli hadis berpendapat bahwa studi matan dan kitab-kitab riwayat menjadi tidak berarti jika tidak disertai dengan ‘ilm al-hadis dirayah ialah analisis kesejarahan mengenai perkataan dan perbuatan Rasulullah SAW, sifat dan keadaan para periwayat, serta matan hadis.

## 2. Pemahaman Syarah Hadis

## a. Pengertian Syarah Hadis

Kata syarah berasal dari bahasa Arab yang terdiri dari tiga huruf (شرح) *shin, ra'* dan *ha'*. Dari ketiga huruf tersebut membentuk beragam makna kata antara lain; potongan daging dari tulang, membukakan, memperlihatkan, menjelaskan dan menafsirkan.<sup>22</sup> Dari makna-makna yang ada, syarah adalah menjelaskan atau menafsirkan sesuatu yang rumit atau susah sehingga menjadi lebih mudah dipahami.

Sedangkan menurut istilah yang dimaksud syarah hadis adalah pemahaman yang diperoleh dari teks-teks hadis, baik yang berhubungan dengan kehidupan agama ataupun berkaitan dengan aspek-aspek lainnya. Jadi, secara singkat syarah hadis merupakan suatu usaha menjelaskan atau mengungkap makna serta pemahaman yang terdapat dibalik teks suatu hadis.<sup>23</sup>

Istilah syarah terkadang juga disebut dengan dengan *Hasyiyah*, dan *ta'liq*. *Hasyiyah* sendiri berasal dari bahasa Arab yang bermakna komentar pinggir, catatan pinggir, tambahan, atau bisa dikatakan catatan kaki; sedangkan *ta'liq* berarti (catatan tepi/pinggir). Hal ini dikarenakan pada tradisi penulisan ulama' dahulu dalam menjelaskan dan memberi catatan terhadap suatu karya diletakkan pada tepi pada tepi/samping kitab. Selain istilah *Hasyiyah*, dan *ta'liq*, istilah tafsir

<sup>22</sup> Muhammad bin Mukrim ibn Manzhur, *Lisan al-'Arab*, Juz 2, (Beirut; Dar Sadir, t.th), hlm. 497.

<sup>23</sup> Moh. Muhtador, "Sejarah Perkembangan Metode dan Pendekatan Syarah Hadis", *Rwayah: Jurnal Studi Hadis*, Vol. 2 No. 2, 2016, hlm. 261.

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

juga mempunyai makna yang hampir sama dengan syarah. Istilah tafsir mempunyai makna keterangan atau penjelasan. Namun pada prakteknya kedua terdapat perbedaan, yakni tafsir lebih diidentikkan dengan al-Qur'an, sedangkan hadis lebih condong kepada hadis.<sup>24</sup>

Dari penjelasan di atas, diketahui syarah hadis merupakan pengetahuan yang didapat dari teks-teks hadis, atau menjelaskan makna yang tersembunyi dibalik teks hadis, maupun yang berhubungan dengan aspek kehidupan agama ataupun aspek-aspek lainnya. Sama halnya dengan alquran yang dapat dipahami makna dan kandungannya secara menyeluruh dengan tafsir al-Qur'an, hadis juga dapat dipahami secara menyeluruh dengan menggunakan syarah hadis.

#### b. Metode Kajian Hadis

Dalam kajian hadis, para ahli biasanya menggunakan beberapa metode, seperti metode *tahlili* (analitis), metode *maudhu'i*, metode *ijmali*, metode *kulli*, dan metode *muqarin*. Namun, secara umum metode yang banyak dipakai adalah metode *tahlili*, metode *maudhu'i*, dan metode *kulli*. Sementara itu, dua metode lainnya sudah termasuk didalamnya. Adapun penjelasannya sebagai berikut<sup>25</sup>:

##### 1) Metode *Tahlili* (analitis)

Metode *tahlili* adalah metode yang menjelaskan makna hadis secara berurutan dengan mengikuti sistematika buku hadis yang disyarahkan. Misalnya, Fath Al-Bari *Syarah Shahih Al-Bukhari* karya Ibnu Hajar Al-Atsqalani (w.852 H). Di sini pensyarah menjelaskan hadis-hadis nabi dengan memaparkan segala aspek, seperti kosakata, konotasi makna, latar belakang datangnya hadis, dan kaitannya dengan hadis lain.

<sup>24</sup> Siti Qurrotul Aini, "Metodologi Syarah Kitab Hadis", *Diklat*, (Jember: UIN KH Ahmad Siddiq, 2021), hlm. 2.

<sup>25</sup> Abdul Majid Khon, *Takhrij dan Metode Memahami Hadis*. (Jakarta: Amzah, 2014), hlm. 141-142.



## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

2) Metode *Maudhu'i* (tematik)

Metode *maudhu'i* ialah metode pembahasan hadis sesuai dengan tema tertentu yang dikeluarkan dari sebuah buku hadis. Semua hadis yang berkaitan dengan tema tertentu, ditelusuri, dan dihimpun kemudian dikaji secara mendalam dan tuntas dari segala aspek. Metode *maudhu'i* diharapkan mampu menjawab persoalan yang terjadi di masyarakat. Membuktikan bahwa persoalan yang disentuh hadis bukan bersifat teoritis semata, serta menolak *stigma* bahwa hadis tidak dapat ditetapkan dalam kehidupan masyarakat. Penjelasan antar hadis dalam metode *maudhu'i* bersifat lebih integral dan kesimpulan yang dihasilkan mudah dipahami.

3) Metode *Kulli* (komprehensif)

Metode *kulli* adalah metode kajian hadis yang menelusuri dan menghimpun hadis-hadis yang bertema sama dari berbagai buku induk hadis untuk ditelaah kandungannya sehingga mendapatkan informasi yang utuh. Di samping itu, metode ini sangat dibutuhkan dalam menganalisis hadis dengan metode *tahlili* dan *maudhu'i* karena dari metode tersebut tidak dapat diperoleh makna yang utuh dan komprehensif.

3. Implikasi Meminum Air

Kata Implikasi berasal dari bahasa Inggris yaitu *implication* yang berarti pengertian, maksud, dan terlibat.<sup>26</sup> Menurut ahli kata implikasi memiliki persamaan kata yang beragam, di antaranya dapat diartikan sebagai dampak, akibat, maksud, ataupun efek. Kata implikasi itu sendiri lebih umum atau cocok digunakan dalam konteks percakapan bahasa ilmiah dan penelitian.<sup>27</sup> Sedangkan menurut Silalahi yang dijelaskan juga oleh Andewi Suhartini, implikasi adalah hasil yang timbul sebagai akibat dari penerapan suatu program, yang dapat memiliki efek positif atau

<sup>26</sup> John M. Echols dan Hasan Shadily, *Kamus Inggris-Indonesia*, (Jakarta: PT Gramedia, 2006) cet. 28, hlm. 313.

<sup>27</sup> Muawanah (2018), "Implikasi Psikologi Perkembangan Terhadap Pendidikan Anak Usia Dini", *Jurnal Vijacariya*, Vol. 5 No. 2, hlm. 35.

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

negatif terhadap pihak-pihak yang terlibat dalam pelaksanaan program tersebut.<sup>28</sup> Maka dari itu dalam bahasa Indonesia, implikasi mengacu pada pengaruh, hasil atau akibat yang dapat dirasakan di masa mendatang sebagai hasil dari pelaksanaan suatu aktivitas.

Adapun meminum air berasal dari 2 kata, yaitu meminum dan air. Kata minum menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia adalah memasukkan air (atau benda cair) ke dalam mulut dan meneguknya.<sup>29</sup> Sedangkan kata air adalah benda cair seperti yang biasa terdapat di sumur, sungai, danau, yang mendidih pada suhu 100°C dan membeku pada suhu 0°C.<sup>30</sup> Jadi meminum air adalah suatu aktivitas yang dilakukan dengan cara memasukkan air ke dalam mulut dan kemudian meneguknya.

Maka dari itu implikasi meminum air adalah sebuah analisa untuk mencari pengaruh, hasil, ataupun akibat yang dirasakan dari aktivitas meminum air.

Manusia memiliki kebutuhan penting terhadap makanan dan minuman dalam kehidupan sehari-hari. Salah satu kebutuhan yang tak tergantikan adalah air minum. Dalam tubuh manusia, terdapat sekitar 70% bagian yang terdiri dari cairan.<sup>31</sup> Kehilangan air dalam tubuh dapat menyebabkan *dehidrasi*, dan *dehidrasi* yang parah dapat berujung pada kematian lebih cepat dibandingkan kekurangan makanan.

Air memiliki peran penting dalam mentransportasikan mineral, vitamin, protein, dan zat gizi lainnya ke seluruh tubuh. Keseimbangan suhu tubuh juga sangat bergantung pada keberadaan air, karena air

<sup>28</sup> Andewi Suhartini, "Belajar Tuntas: Latar Belakang, Tujuan, Dan Implikasi", *Jurnal Pendidikan Belajar Tuntas*, Makassar, Vol. 10, No. 11, 2007.

<sup>29</sup> *Ibid.*, hlm. 1029.

<sup>30</sup> *Ibid.*, hlm. 21.

<sup>31</sup> Indah Prasetyowati Tri Purnama Sari, "Tingkat Pengetahuan tentang Pentingnya Mengonsumsi Air Mineral pada Siswa kelas IV di SD Negeri Keputran A Yogyakarta", *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, Vol. 10, No. 2, 2014

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

berfungsi sebagai pelumas bagi jaringan tubuh dan sebagai bantalan untuk sendi-sendi, tulang, dan otot.<sup>32</sup>

Mengonsumsi air dalam jumlah yang cukup memiliki manfaat yang signifikan bagi kesehatan. Air yang cukup membantu meningkatkan fungsi hormon, memperbaiki kemampuan hati dalam memecah dan melepaskan lemak, serta mengurangi rasa lapar. Di sisi lain, kekurangan air dapat menyebabkan masalah seperti konstipasi, infeksi saluran kemih, pembentukan batu ginjal, kelelahan, dan berbagai masalah kulit, rambut, dan kuku. Oleh karena itu, penting untuk menjaga asupan air yang cukup guna mendukung kesehatan dan keseimbangan tubuh.<sup>33</sup>

## 4. Meminum Air dalam Hadis

## a. Etika Meminum Air dalam Hadis

Secara etimologi, etika berasal dari kata Yunani "ethos" yang mengacu pada adat-istiadat (kebiasaan), perasaan batin, dan kecenderungan hati untuk melakukan perbuatan atau mengajarkan tentang nilai-nilai moral baik-buruk.<sup>34</sup>

Secara terminologi, Etika merupakan salah satu cabang filsafat yang mempelajari konsep nilai, baik buruk, benar salah, dan prinsip-prinsip umum yang membenarkan penggunaannya dalam berbagai konteks. Etika juga mencakup berbagai tafsiran, seperti sopan santun, tata krama, tata pergaulan, perilaku, dan sebagainya. Semua hal tersebut bertujuan untuk mendidik dan meningkatkan kesempurnaan pada diri manusia.<sup>35</sup>

Etiket memiliki arti penting dalam kehidupan manusia dalam bermasyarakat. Pada umumnya, etiket berfungsi sebagai pelengkap dalam hubungan antar manusia atau dalam masyarakat. Di mana pun

<sup>32</sup> Tim PKRS RSUP dr. Kariadi, Pentingnya Konsumsi Air Putih, dikutip dari <https://www.rskariadi.co.id/news/168/PENTINGNYA-KONSUMSI-AIR-PUTIH/Artikel> pada hari Senin tanggal 03 April 2023, jam 20.50 WIB.

<sup>33</sup> *Ibid.*,

<sup>34</sup> M. Yatimim Abdullah, *Pengantar Study Etika*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2006) hlm. 4.

<sup>35</sup> Faisal Badroen, *Etika Bisnis Dalam Islam*, (Jakarta: Kencana Perdana Media Group, 2007), Cet.Ke-2, hlm. 5.



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

seseorang berada, ia selalu dihadapkan dengan etiket, yang merupakan tuntutan bagi individu sebagai anggota masyarakat yang beradab. Etiket mengharuskan seseorang untuk menjadi lebih baik, lebih dewasa, memahami kehidupan, toleran terhadap sesama, dan memiliki pemikiran yang lebih maju. Hal ini sesuai dengan tuntutan zaman yang semakin modern.<sup>36</sup>

Dalam Islam terdapat beberapa etika Meminum air dalam kehidupan sehari-hari, di antaranya:

- 1) Mengucapkan niat minum sebagai ibadah dan membaca Basmallah

Dalam beberapa penjelasan mengenai adab minum, disarankan untuk mengucapkan niat terlebih dahulu, berniat kepada Allah SWT dengan sebaik-baiknya untuk beribadah dan menjaga kesehatan tubuh.

- 2) Minum dalam posisi duduk

Ketika akan minum, disarankan untuk duduk dengan posisi yang nyaman dan stabil agar terhindar dari tersedak. Minum dalam posisi duduk juga merupakan adab yang dianjurkan.

- 3) Menggunakan tangan kanan saat minum

Disarankan untuk minum dengan menggunakan tangan kanan. Hal ini karena tangan kanan memiliki nilai baik, dan juga sebagai etika yang baik dalam perilaku dan sopan santun. Adab minum juga menganjurkan penggunaan tangan kanan saat makan dan minum.

- 4) Menghindari minuman panas

Disarankan untuk tidak minum minuman panas. Larangan ini didasarkan pada hadits dan juga karena minuman panas tidak memiliki berkah di dalamnya. Minuman panas juga dapat memberikan dampak negatif pada organ-organ dalam tubuh,

<sup>36</sup> Ben Handaya, *Etiket dan Pergaulan*, (Yogyakarta: Kanisius, 1975), hlm. 6.

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

seperti kerusakan pada gigi dan sensitivitas syaraf terhadap makanan atau minuman yang terlalu panas atau dingin.

## 5) Tidak meniup air minum

Dianjurkan untuk tidak meniup minuman. Hal ini karena manusia bernafas dengan menghirup oksigen dan mengeluarkan karbondioksida, yang merupakan gas buangan yang tidak diperlukan lagi oleh tubuh. Meniup minuman dapat menghasilkan senyawa karbonat yang berdampak buruk bagi kesehatan.

## 6) Tidak bernafas saat minum

Dilarang bernafas saat minum dengan alasan agar tidak ada sisa makanan yang masuk ke dalam minuman. Hal ini juga dapat menyebabkan bertabrakannya jalur air dan jalur udara di dalam tubuh, yang dapat berdampak negatif pada paru-paru dan menyebabkan pembengkakan hati.

## 7) Tidak minum langsung dari mulut wadah atau teko

Dianjurkan untuk tidak minum langsung dari mulut wadah atau teko. Beberapa ulama menyatakan bahwa minum langsung dari mulut teko adalah haram, dan secara etika dianggap tidak sopan.

## 8) Minum dengan tiga kali tegukan secara perlahan

Dianjurkan untuk minum dengan tiga kali tegukan secara perlahan. Selain untuk menghindari tersedak, minum dengan tiga kali tegukan juga dianggap lebih menyehatkan dan menyegarkan karena kita dapat merasakan manfaat langsung dari minuman yang diminum.<sup>37</sup>

## 5. Perspektif Ilmu Kesehatan

## a. Pengertian Ilmu Kesehatan

Ilmu Kesehatan, secara etimologi, terdiri dari dua kata yaitu "ilmu" dan "kesehatan". "Ilmu" merujuk pada pengetahuan yang

<sup>37</sup> Siti Halimah, *Perancangan Informasi Adab Minum dalam Islam Melalui Media Buku Ilustrasi*, (Bandung: Fakultas Desain Universitas Komputer Indonesia, 2019)

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

disusun secara sistematis dengan menggunakan metode ilmiah untuk menjelaskan dan memahami kondisi tertentu dalam bidang pengetahuan. Sedangkan "kesehatan" mengacu pada keadaan yang sejahtera dari segi fisik, mental, dan sosial yang memungkinkan seseorang hidup secara produktif secara sosial dan ekonomi.<sup>38</sup>

Ilmu Kesehatan merupakan kumpulan disiplin ilmu terapan (*applied science*) yang berfokus pada kesehatan manusia dan hewan. Di dalamnya terdapat penelitian, studi, dan pengetahuan tentang kesehatan serta penerapannya untuk meningkatkan kesehatan, mengobati penyakit, dan memahami fungsi biologis pada manusia dan hewan.<sup>39</sup>

Dalam ruang lingkup ilmu kesehatan, tidak hanya membahas tentang penyakit dan epidemiologi, gizi dan nutrisi, lingkungan kesehatan, ilmu perilaku dan pendidikan, tetapi juga melibatkan penerapan teori-teori tersebut dalam mengatasi masalah kesehatan masyarakat untuk memelihara dan meningkatkan kesehatan masyarakat secara keseluruhan.<sup>40</sup>

#### b. Macam-Macam Ilmu Kesehatan

Pembagian ilmu kesehatan dapat dikelompokkan menjadi beberapa bidang yang berfokus pada aspek-aspek spesifik dalam menjaga dan mempromosikan kesehatan manusia. Berikut adalah beberapa pembagian ilmu kesehatan umum, yaitu:

##### 1) Ilmu Kedokteran

Ilmu keokteran adalah ilmu yang mempelajari gangguan kesehatan pada manusia yang berada dalam matrix biososial dan cara-cara mengatasinya. Dengan demikian maka kedokteran

<sup>38</sup> Sudikno Mertokusumo, *Mengenal Hukum Suatu Pengantar* (Yogyakarta: Library Yogyakarta, 2002), hlm. 2.

<sup>39</sup> Universitas Darussalam Gontor, Fakultas Ilmu Kesehatan, dikutip dari <https://unida.gontor.ac.id/fakultas-ilmu-kesehatan/> pada hari Senin tanggal 03 April 2023, jam 21:20 WIB.

<sup>40</sup> Soekidjo Notoatmodjo, *Kesehatan Masyarakat: Ilmu dan Seni*, (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2007), hlm. v.



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

adalah ilmu, karena mencoba memahami secara *systematis* kesehatan dan gangguan terhadapnya, akan tetapi di samping itu kedokteran juga teknologi, karena berusaha dengan berbagai cara mengatasi gangguan tersebut dan mencegah kembali timbulnya gangguan tersebut. Sebelum kedokteran berupa ilmu, ia sudah ada sebagai teknologi, kejuruan dan seni.<sup>41</sup>

Objek kedokteran adalah manusia, oleh karena itu ilmu kedokteran sangat memerlukan ilmu biologi. Tetapi manusia sebagai suatu system hayat dapat dilihat pada berbagai peringkat, mulai dari system organ sampai ke sel, dan yang belakangan ini masih terdiri atas komponen-komponen yang lebih kecil sampai ke atom. Ilmu kedokteran berfokus pada diagnosis, pengobatan, dan pencegahan penyakit melalui pendekatan medis yang melibatkan penggunaan obat-obatan, prosedur medis, dan intervensi bedah.<sup>42</sup>

#### 2) Ilmu gizi

Gizi berasal dari bahasa arab “*ghidza*” artinya makanan. Gizi dalam bahasa inggris disebut *nutrition*. Gizi merupakan rangkaian proses secara organik makanan yang dicerna oleh tubuh untuk memenuhi kebutuhan pertumbuhan dan fungsi organ, serta mempertahankan kehidupan seseorang.<sup>43</sup>

Makanan adalah bahan yang mengandung zat-zat gizi atau unsur-unsur ikatan kimia yang dapat direaksikan oleh tubuh menjadi zat gizi sehingga berguna bagi tubuh. Zat gizi atau *nutrients* adalah ikatan kimia yang diperlukan tubuh untuk menghasilkan energi, membangun dan memelihara jaringan serta mengatur proses-proses kehidupan. Kondisi seseorang akibat

<sup>41</sup> T. Jacob, “Kedokteran Sebagai Ilmu”, *Journal of the Medical Sciences*, Vol. 13 No. 1, 1981, hlm. 5.

<sup>42</sup> *Ibid.*, hlm. 6.

<sup>43</sup> Ida Mardalena, *Dasar-Dasar Ilmu Gizi dalam Keperawatan*, (Yogyakarta: Pustaka Baru Press, 2021), hlm. 1.

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

mengonsumsi makanan dan zat-zat gizi dapat digolongkan menjadi tiga, yaitu gizi buruk, gizi baik, dan gizi lebih, yang mana kemudian disebut dengan status gizi perorangan.<sup>44</sup>

Jadi, ilmu gizi adalah ilmu yang mempelajari bahan pangan dan zat-zat yang terkandung di dalamnya, yang jika dikonsumsi dapat diolah dan berguna untuk tubuh kecuali obat.

## 3) Ilmu Kesehatan Masyarakat

Ilmu kesehatan masyarakat merupakan salah satu ilmu yang mempelajari tentang kesehatan dalam suatu komunitas. Ilmu kesehatan masyarakat berfokus pada pencegahan (preventif). Ilmu kesehatan Masyarakat terdiri dari berbagai disiplin ilmu, yang digunakan untuk menjelaskan fenomena-fenomena kesehatan yang terjadi di masyarakat.<sup>45</sup>

Menurut Prof. Winslow Ilmu Kesehatan adalah ilmu (*science*) dan seni (*art*) mencegah penyakit, memperpanjang hidup, dan meningkatkan kesehatan melalui usaha-usaha pengorganisasian masyarakat untuk perbaikan sanitasi lingkungan, pemberantasan penyakit menular, pendidikan kesehatan, dan sebagainya.<sup>46</sup>

Jadi Ilmu kesehatan masyarakat adalah ilmu yang mencakup penelitian, pemantauan, dan intervensi untuk meningkatkan kesehatan populasi secara keseluruhan. Ini melibatkan upaya pencegahan penyakit, promosi kesehatan, advokasi kebijakan, dan intervensi masyarakat.

## 4) Ilmu Psikologi Kesehatan

Psikologi kesehatan merupakan ilmu yang mempelajari pengaruh kondisi psikologis terhadap kesehatan seseorang, mengapa seseorang menjadi sakit, dan bagaimana respon

<sup>44</sup> *Ibid.*

<sup>45</sup> Sartika, dkk. *Ilmu Kesehatan Masyarakat*, (Bandung: CV. Media Sains Indonesia), hlm.

<sup>46</sup> Charles-Edward A. Winslow, "The Untilled Fields of Public Health" *Science*, Vol. 51, No. 1306, Januari 1920.

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

seseorang apabila dalam kondisi sakit. Lahirnya psikologi kesehatan ini dilator belakangi oleh munculnya penyakit kronis yang berkaitan dengan gaya hidup. Peran pengembangan perawatan psikologi kesehatan melibatkan bidang ekonomi, realita adanya kontribusi faktor psikologis dan sosial pada kesehatan masyarakat.<sup>47</sup>

Psikologi kesehatan bertujuan untuk mengevaluasi tingkah laku dalam etiologi penyakit, memprediksi tingkah laku tidak sehat, memahami peran psikologi dalam *experience of illness*, mengevaluasi peran psikologi dalam *treatmen*. Selain itu, teori-teori psikologi juga dapat dimanfaatkan dalam, mempromosikan tingkah laku sehat dan mencegah sakit/munculnya penyakit dalam skala individu maupun yang lebih luas (kelompok, komunitas maupun masyarakat), kebiasaan yang merugikan kesehatan (*health impairing habits*) yang juga disebut “*behavioural pathogens*” seperti merokok, memakan makanan berlemak, atau tingkah laku yang menunjang kesehatan (*health protective behaviours*), atau “*behavioural immunogens*” seperti mengikuti pemeriksaan kesehatan dan mengikuti kegiatan olah raga secara aktif.<sup>48</sup>

### Karya Terdahulu

Penulis mulanya menelusuri dari beberapa literatur agar memudahkan penulisan dan memperjelas perbedaan pembahasan atau kajian dari para penulis sebelumnya. Setelah mencari dari literatur-literatur yang berkaitan dengan penelitian skripsi ini, akhirnya penulis menemukan sejumlah literatur dalam bentuk jurnal, disertasi, tesis, dan penelitian skripsi, di antaranya:

<sup>47</sup> Siti Nur Aisyah, *Psikologi Kesehatan*, (Surabaya: UIN Sunan Ampel Press, 2013),

hlm. 1.

<sup>48</sup> *Ibid.*, hlm. 13.



## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

1. Jurnal dari Fatichatus Sa`diyah yang berjudul “*Drinking Ethics According To Hadith And Its Review Based On Science*” Tahun 2022.<sup>49</sup> Dalam Jurnal ini membahas seputar hadis-hadis yang berkaitan dengan etika minum yang diajarkan oleh Rasulullah SAW., kemudian diinterpretasikan dan direlevansi dengan penjelasan sains pada zaman sekarang. Adapun persamaan skripsi ini yaitu sama-sama membahas tentang etika minum yang diajarkan Rasulullah SAW dan menjelaskan pandangan sains terhadap anjuran Rasulullah tersebut, dan adapun letak perbedaannya dengan penelitian ini adalah penelitian ini lebih berfokus kepada anjuran Rasulullah SAW tentang Meminum air dengan perlahan yang belum dimuat dalam jurnal sebelumnya dan menjelaskan pandangan ilmu kesehatan mengenai anjuran tersebut.
2. Jurnal dari Sohrah “Etika Makan dan Minum dalam Pandangan Syariah” Tahun 2016.<sup>50</sup> Jurnal ini membahas tentang perspektif syariah yang menjelaskan bahwa adab sopan santun patut dijaga dan harus mempraktekkan sesuai dengan apa yang diajarkan oleh Rasulullah SAW pada kehidupan sehari-hari. Etika makan dan minum perspektif syariah terbagi atas beberapa bagian, yakni a) membaca basmalah, makan dengan tangan kanan dan meraih makanan yang ada di depan, b) larangan makan dan minum sambil berdiri, c) makan dengan tiga jari dan menjilat jari jemari dan piring, d) larangan bernafas dalam wadah ketika minum, dan anjuran bernafas di luar wadah, e) larangan meniup air minum dalam wadah, f) larangan makan terlalu kenyang, g) berdo’a selesai makan dan minum. Etika makan dan minum yang diajarkan dalam syariat Islam. Adapun persamaannya dengan penelitian ini adalah sama-sama membahas tentang adab dan etika tentang minum air, dan adapun letak perbedaannya pada penelitian ini adalah pada cara pandang yang berbeda, yaitu dari pandangan ilmu kesehatan dan juga memakai hadis yang berbeda.

<sup>49</sup> Fatichatus Sa`diyah, “Drinking Ethics According To Hadith And Its Review Based On Science”, *Jurnal Living Hadis*, Vol. 7 No. 2, 2022.

<sup>50</sup> Sohrah, Etika Makan dan Minum dalam Pandangan Syariah, *Jurnal al-Daulah*, Vol. 5 No. 1, 2016.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

3. Skripsi dari Salma Oktaviani “Meniup ke dalam Bejana ketika Minum: Kajian *Ikhtilaf al-Hadis*” Tahun 2020.<sup>51</sup> Thesis ini membahas tentang adanya ikhtilah pada 2 hadits tentang adab minum. Salah satu adab dalam makan dan minum yang telah diajarkan oleh Nabi saw., yaitu larangan bernapas ketika minum. Hal itu sudah tertera di dalam hadis yang menyatakan bahwa meniup kedalam bejana ketika minum dilarang, Tetapi disisi lain terdapat hadis lain dimana Rasulullah pernah meniup tiga kali kedalam bejana ketika minum, serta mengatakan bahwa “Dengan hal demikian lebih segar, lebih terjamin, dan lebih baik”. Sehingga secara tekstualis kedua hadis tersebut tampak berlawanan. Perbedaan dengan penelitian ini adalah pokok pembahasan yang berkaitan anjuran minum perlahan yang memakai Hadis minum dengan 3 kali nafas. Hasil dari *thetis* ini adalah merumuskan bahwa hadis-hadis mengenai larangan dan kebolehan meniup ke dalam bejana ketika minum merupakan hadis yang maqbul. Dan meniup ke dalam bejana ketika minum merupakan suatu perbuatan yang tercela, begitupun dalam pandangan kesehatan, walaupun ada beberapa pendapat ulama yang membolehkan jika dalam keadaan darurat. Sedangkan penulis mengambil kesimpulan bahwa meniup ke dalam bejana ketika minum merupakan suatu hal yang sangat tidak dianjurkan baik itu dalam keadaan darurat sekalipun. Adapun persamaannya dengan penelitian ini adalah sama-sama membahas tentang adab dan etika seorang muslim tentang makan dan minum, adapun letak perbedaannya pada penelitian ini adalah penelitian ini menggunakan pendekatan ilmu kesehatan dan lebih berfokus kepada perlahan dalam meminum air.
4. Jurnal dari Alfy Salwa Qibty “Hadits Larangan Meniup Makanan dan Minuman yang Panas” Tahun 2021.<sup>52</sup> Jurnal ini membahas hadits tentang larangan meniup makanan dan minuman yang panas dan memakai

<sup>51</sup> Salma Oktaviani, *Meniup ke dalam Bejana ketika Minum: Kajian Ikhtilaf al-Hadis, Skripsi*, Bandung: UIN Sunan Gunung Djati, 2020

<sup>52</sup> Alfy Salwa Qibty, “Hadits Larangan Meniup Makanan dan Minuman yang Panas”, *Indonesian Journal of Islamic Studies*, Vol. 2 No. 2 (2021)

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

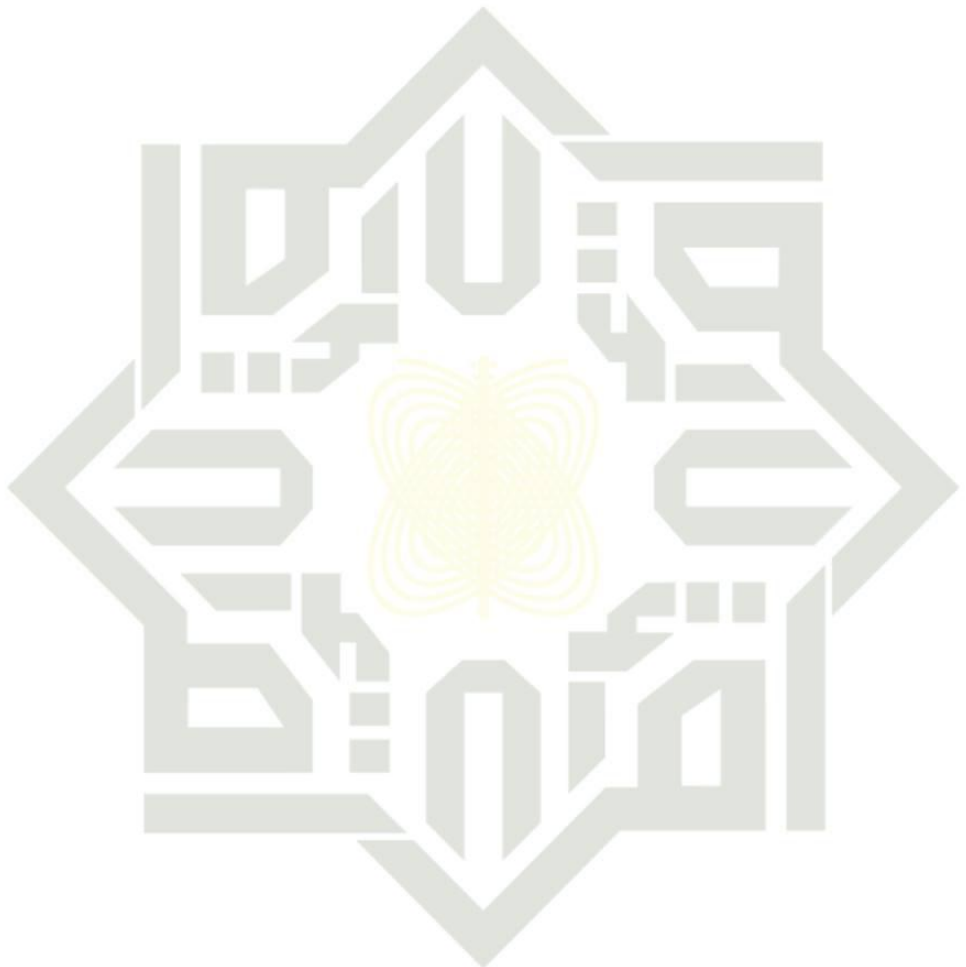
pendekatan ilmu kesehatan. Pembahasan pada penelitian ini meliputi pandangan umum tentang larangan meniup makanan dan minuman yang panas, hadits tentang larangan meniup makanan dan minuman yang panas, dan analisis hadits tentang larangan meniup makanan dan minuman hubungan dengan etika makan menurut ilmu kesehatan. Penelitian ini menyimpulkan bahwa larangan meniup makanan dan minuman yang panas berkaitan dengan ilmu kesehatan, status hadits ini shahih sehingga dapat menjadi dalil etika pengamalan Islam, para ulama menghukumi perbuatan meniup makanan dan minuman yang panas sebagai makruh, dan menurut ilmu kesehatan perbuatan tersebut dapat membuat bakteri dari mulut masuk ke dalam makanan yang dapat menimbulkan penyakit. Adapun persamaannya dengan penelitian ini adalah sama-sama membahas tentang adab dan etika tentang minum air, adapun letak perbedaannya pada penelitian ini adalah tentang adab yang dibahas, pada penelitian ini akan berfokus pada adab minum air dengan perlahan.

5. Skripsi dari Siti Imritiyah “Kajian Hadis-Hadis Adab Makan dan Minum; Perspektif Ilmu Kesehatan” Tahun 2016.<sup>53</sup> Dalam Skripsi ini menjelaskan tentang sejauh mana adab dan minum itu dapat dilakukan serta memaparkan pandangan ilmu kesehatan terhadap adab dan minum yang di ajarkan Rasulullah SAW. Hasil penelitian ini adalah makan dan minum dalam posisi duduk mencegah terjadinya GERDS (Gastroesophageal Reflux Deases) yakni naiknya cairan asam lambung yang menyebabkan rasa terbakar di daerah esophagus atau kerongkongan, meniup makanan maka secara otomatis akan terbentuk asam karbohidrat ( $H_2CO_3$ ) yang menyebabkan kenaikan kadar asam darah yang apabila terakumulasi akan menyebabkan suatu kondisi yang disebut asidosis yakni meningkatnya kadar asam dalam darah melebihi batas normal. Adapun persamaannya dengan penelitian ini adalah sama-sama membahas tentang adab dan etika seorang muslim tentang makan dan minum, adapun letak perbedaannya

<sup>53</sup> Siti Imritiyah, “Kajian Hadis-Hadis Adab Makan dan Minum; Perspektif Ilmu Kesehatan”, *Skripsi*, Jakarta: UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2016



pada penelitian ini adalah tentang fokus pembahasan yang hanya membahas tentang salah satu adab dari minum yaitu meminum air dengan perlahan.



UIN SUSKA RIAU

**Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## BAB III METODE PENELITIAN

### A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang dilakukan ini adalah penelitian kepustakaan (*library research*). Menurut Mardalis, disebut penelitian kepustakaan karena data yang digunakan berasal dari bahan-bahan kepustakaan seperti buku-buku, jurnal-jurnal, artikel-artikel, dan materi kepustakaan lainnya.<sup>54</sup> Dalam kajian ini menggunakan kajian ilmu Tematik al-Hadis dan Ilmu Kesehatan, untuk mengkaji tentang implikasi Meminum air perlahan berdasarkan hadis Nabi Muhammad Saw. Sehingga dibutuhkan kitab-kitab hadis yang diperkuat dengan kitab-kitab syarh hadis, serta buku-buku, jurnal dan artikel hadis maupun kesehatan yang membahas tentang meminum air perlahan serta implikasinya dalam pandangan ilmu kesehatan. Dan peneliti juga menggunakan ilmu *I'jaz Ilmi Fii Hadis* untuk mengungkap makna-makna yang terkandung di dalam hadis, dalam pandangan ilmiah, menggali proses percobaan dari ilmu-ilmu alam dan pandangan ilmu kesehatan.

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kualitatif. Metode kualitatif adalah penelitian tentang riset yang bersifat deskriptif dan cenderung menggunakan analisis, proses, dan makna lebih ditonjolkan dalam penelitian kualitatif. Dan menggunakan pendekatan kesehatan untuk mengetahui adanya keterkaitan kesehatan terhadap anjuran nabi tentang Meminum air dengan perlahan.<sup>55</sup>

### B. Sumber Data

Untuk memperoleh data yang valid, penulis menggunakan dua macam sumber data yaitu sumber data primer dan sekunder.

<sup>54</sup> Milya Sari dan Asmendri, "Penelitian Kepustakaan (Library Research) dalam Penelitian Pendidikan IPA", *Natural Science*, Vol. 6 No. 1 (2020), hlm. 43

<sup>55</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, (Bandung: Penerbit Alfabeta, 2013), hlm. 9.

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

#### 1. Sumber Data Primer

Sumber data primer adalah sumber data pertama atau yang paling utama dalam suatu penelitian.<sup>56</sup> Sumber data primer yang merupakan rujukan utama dalam penelitian ini yaitu *kutub al Tis'ah* (Kitab Shahih Bukhari, Shahih Muslim, Sunan Abu Daud, Sunan at-Tirmidzi, Sunan an-Nasa'I, Sunan Ibnu Majah, Sunan Al-Darimi, Muwatta' Malik dan Musnad Imam Ahmad bin Hambal)

#### 2. Sumber Data Sekunder

Data sekunder adalah sumber data rujukan yang berkaitan dengan topik penelitian dan dikumpulkan dari berbagai sumber yang telah ada.<sup>57</sup> Sumber data sekunder dari penelitian ini adalah dengan mengumpulkan berbagai literatur yang masih berkaitan dengan permasalahan yang diteliti. Seperti kitab Syarah Tuhfatul Ahwadzi dan syarah sepadan, kitab Takhrij Hadis, buku, artikel, dan jurnal yang membahas tentang Meminum air dengan perlahan.

#### C. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data pada penelitian ini dilakukan dalam beberapa tahap, di antaranya:

1. Mencari hadis yang berkaitan dengan topik penelitian, yaitu hadis tentang Meminum air dengan perlahan pada kitab Sunan At-Tirmidzi.
2. Melakukan takhrij hadis, yaitu dengan menelusuri hadis yang menjadi topik pembahasan dalam kitab *Al-Mu'jam li Alfadz Al-Hadis An-Nabawi* karya AJ Wensick.
3. Melengkapi hadis dengan ayat-ayat pendukung. Tujuannya untuk menyajikan pemahaman yang komprehensif dan terperinci tentang isu-isu yang dibahas dalam hadis serta memperkuat keabsahan dan kebenaran hadis tersebut. Dalam penelitian ini, ayat-ayat pendukung yang relevan

<sup>56</sup> Rahmadi, *Pengantar Metodologi Penelitian*, (Banjarmasin: Antasari Press, 2011), hlm.

<sup>57</sup> *Ibid.*



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

dengan konteks hadis akan dikaji dan dianalisis secara teliti. Hal ini akan membantu memperkuat argumen dan penafsiran hadis, serta menunjukkan keselarasan antara hadis dan ajaran Al-Qur'an.

4. Mencari materi-materi yang berkaitan dengan Meminum air perlahan serta pengaruh dalam pandangan ilmu kesehatan. Hal ini bertujuan untuk menggali informasi dan materi-materi terkait dengan proses Meminum air perlahan serta dampaknya dalam konteks ilmu kesehatan. Serta akan melibatkan pencarian literatur ilmiah, jurnal-jurnal kesehatan, dan sumber-sumber terpercaya lainnya yang berkaitan dengan topik tersebut. Tujuannya adalah untuk mendapatkan pemahaman yang lebih mendalam tentang pentingnya meminum air perlahan dan bagaimana hal tersebut dapat mempengaruhi kesehatan tubuh. Dalam penelitian ini, akan dilakukan analisis terhadap studi-studi yang telah dilakukan sebelumnya, termasuk pengaruh meminum air perlahan terhadap pencernaan, hidrasi tubuh, dan potensi manfaat kesehatan lainnya.

#### D. Teknik Analisis Data

Teknik yang digunakan dalam menganalisa data penelitian adalah analisis deskriptif kualitatif. Menurut Moleong analisis deskriptif kualitatif yaitu mencari data, mengumpulkan, memaparkan, dan menganalisa data dengan menggunakan kata-kata.<sup>58</sup> Analisa yang dikumpulkan melalui kitab-kitab syarah, buku-buku yang berkaitan dengannya. Kemudian menganalisa data dengan memahami syarah hadis dan dikaitkan dengan penyakit yang ditimbulkan ketika minum secara tergesa-gesa. Untuk menghasilkan pembahasan yang relevan, maka disusun langkah-langkah analisis sebagai berikut:

1. Melakukan *I'tibar* sanad dari hadis yang ditelusuri berupa skema sanad dan tabel rawi. Menurut bahasa, kata *I'tibar* berasal dari kata *I'tabara* yang berarti mempertimbangkan. *I'tibar* adalah penelusuran jalan-jalan

<sup>58</sup> Lexy Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2005), hlm. 157

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- hadis yang diriwayatkan oleh seorang rawi, untuk mengetahui apakah ada rawi lain yang bersyariah/ bersamanya atau tidak.<sup>59</sup>
2. Menurut istilah ilmu hadis, *I'tibar* berarti menyertakan sanad-sanad yang lain untuk suatu hadis tertentu, yang hadis itu pada bagian sanadnya tampak hanya terdapat seorang periwayat saja. Dengan menyertakan sanadsanad yang lain akan dapat diketahui apakah ada periwayat lain ataukah tidak ada untuk bagian sanad dari hadis yang dimaksud.<sup>60</sup>
3. Melakukan penelitian sanad yang meliputi kepribadian dan kapasitas seorang perawi yang ditelusuri dalam kitab-kitab *Al-Jarh wa Ta'dil*, seperti kitab *Tahdzib al-kamal Fi Asma' Ar-Rijal*, *Tahdzibut Tahdzib*, *Lisanul Mizan*, dan kitab-kitab pendukung lainnya.
4. Memaparkan Syarah Hadis dari hadis yang diteliti. Syarah berasal dari kata bahasa Arab yang berarti penjelasan atau uraian yang agak panjang dan teratur untuk menjelaskan sesuatu, kedudukan, masalah pendapat dan lain-lain. Syarah hadis merupakan satu aspek penting dalam kajian hadis yang memberikan penekanan pada kepahaman dan penjelasan terhadap sesuatu yang disandarkan kepada Nabi saw.<sup>61</sup>
5. Menyusun tema yang dibahas dalam kerangka yang sesuai, dan melengkapi pembahasan dengan hadis, ayat serta data-data dari ilmu kesehatan yang diperlukan agar penelitian ini dapat dipahami dengan baik dan jelas.
6. Menganalisis matan hadis dengan menggunakan ilmu *I'jaz ilmi fi hadis* untuk mengungkap makna-makna yang terkandung di dalam hadis, dalam pandangan ilmiah, menggali proses percobaan dari ilmu-ilmu alam dan pandangan ilmu kesehatan.

<sup>59</sup> Cut Fauziah, "I'tibar Sanad Dalam Hadis", *Al-Bukhari : Jurnal Ilmu Hadis*, Vol. 1 No.1 (2018), hlm. 125.

<sup>60</sup> *Ibid.*

<sup>61</sup> Akhmad Sagir, "Perkembangan Syarah Hadis dalam Tradisi Keilmuan Islam", *Jurnal Ilmu Ushuluddin*, Vol. 9 No. 2 (2010), hlm. 129.

## Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## Sistematika Penulisan

Adapun sistematika penelitian yang akan penulis lakukan adalah sebagai berikut:

**BAB I** : Pendahuluan, meliputi pemaparan latar belakang masalah yang bertujuan untuk memberikan penjelasan secara akademik mengenai alasan mengapa penelitian ini penting dilakukan dan dasar pemikiran penulis dalam menjalankan penelitian ini. Selanjutnya, penjelasan istilah digunakan untuk menghindari kebingungan dan kesalahpahaman dalam memahami judul skripsi ini. Identifikasi masalah, batasan, dan rumusan masalah digunakan untuk membatasi lingkup penelitian agar lebih terfokus. Tujuan dan manfaat penelitian digunakan untuk menjelaskan pentingnya dilakukannya penelitian ini. Terakhir, disajikan juga sistematika penelitian yang akan diikuti.

**BAB II** : Kerangka Teori, pembahasan pada bab ini meliputi pembahasan tentang implikasi, minum air serta ilmu kesehatan, yang bertujuan untuk tempat bertumpunya penelitian ini. Kemudian penulis juga memuat tinjauan pustaka yang dimaksudkan untuk menjelaskan dimana posisi penulis dalam melakukan penelitian, selain itu juga untuk menghindari adanya plagiasi.

**BAB III** : Metode penelitian, dalam bab ini penulis akan menjelaskan langkah-langkah yang akan dilakukan dalam menjalankan penelitian ini, termasuk jenis penelitian yang dipilih, sumber data yang akan digunakan, teknik pengumpulan data yang akan diterapkan, serta metode analisis data yang akan digunakan.

**BAB IV** : Pembahasan dan analisis data, dalam bab ini menjelaskan status dan pemahaman mengenai hadis tentang Minum



air perlahan, serta menjelaskan etika ketika meminum air secara perlahan serta menjelaskan pandangan ilmu kesehatan mengenai meminum air dengan perlahan.

**BAB V** : Penutup, merupakan bagian akhir dari penelitian yang berfungsi sebagai rangkuman yang mencakup kesimpulan dari paparan yang telah dijelaskan sebelumnya mengenai permasalahan yang diangkat. Selain itu, penulis juga memberikan rekomendasi-rekomendasi yang dianggap signifikan untuk memajukan dan melanjutkan penelitian lebih lanjut.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Diarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## BAB V PENUTUP

### A. Simpulan

Berdasarkan penjelasan dari bab-bab sebelumnya, dapat diambil simpulan mengenai implikasi Meminum air perlahan dalam hadis perspektif ilmu kesehatan sebagai berikut:

1. Status hadis tentang meminum air perlahan yang diriwayatkan oleh Imam Tirmidzi, ath-Thabrani, dan al-Baihaqi semuanya berkualitas *Dhaif*, karena di setiap riwayat hadisnya memiliki satu rawi yang sama yaitu Yazid bin Sinan, yang mana pada rawi tersebut banyak dinilai kurang dalam *kedhabitan* beliau. Sedangkan dari segi kuantitas hadis mengenai permasalahan meminum air secara perlahan adalah tergolong hadis *gharib* dan tidak ada hadis yang menjadi *syawahid* pada hadis tersebut.
2. Implikasi hadis tentang meminum air perlahan dalam ilmu kesehatan banyak disebabkan oleh rasa tergesa-gesa ketika meminum air. Tergesa-gesa dalam pengambilan keputusan atau pelaksanaan aktifitas adalah tindakan yang tidak dianjurkan. Keputusan yang diambil dengan tergesa-gesa dapat berpotensi mengarah pada kesalahan atau konsekuensi yang tidak diinginkan. Hal ini juga berlaku dalam etika meminum air, bahwa ketika seseorang Meminum air dengan perlahan terdapat banyak pengaruh yang membuat tubuh menjadi sehat, di antaranya; meminum dengan perlahan-lahan dapat membantu dalam penyerapan nutrisi yang lebih baik, meningkatkan hidrasi tubuh yang optimal, mencegah pemberian beban yang berlebihan kepada ginjal dan dapat terhindar dari resiko penyakit berbahaya seperti *Deurusus* air dan *Hyponatremia* .

### B. Saran-Saran

1. Sebagai umat muslim kita dianjurkan untuk mengamalkan etika Meminum air perlahan, agar mendapatkan pahala dari Allah SWT.

2. Perlunya kajian mendalam tentang meminum air perlahan dari ilmu kesehatan secara khusus, karna pada penelitian ini masih jauh dari kata sempurna.
3. Saran terakhir dari penulis, supaya kita (terutama) umat Islam agar tidak pernah bosan mengkaji aspek kehidupan Nabi Saw, karena penulis yakin dengan demikian akan menambah rasa cinta dan kerinduan terhadap sosok Nabi Saw, tauladan kita semua. Sehingga kelak dapat bersanding bersama beliau (saat menghadap Rabb semesta alam). Âmîn.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.





## DAFTAR PUSTAKA

- Abdil Bar, Yusuf bin Abdullah bin Muhammad, *al-Istighana` fi Ma`rifat al-Mashhurin min Hamalat al-`Ilm bil-Kunya*, Riyad: Dar Ibn Taimiyah, 1985.
- Abdullah, M. Yatimim, *Pengantar Study Etika*, Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2006
- Abu Daud, Sulaiman bin As`as bin Syidad, *Sunan Abi Daud*, Dar ar-Risalah al-Ilmiah, 2009.
- Ade Hashman, dan Wahyuni Widodo, *Rahasia Kesehatan Rasulullah: Meneladani Gaya Hidup Nabi Muhammad Saw.*, Jakarta: Noura Books 2012
- Al-Adlabi, Shalahuddin bin Ahmad, *Manhaj Naqd Al-Matn*, Beirut: Dar Al-Aflaq Al-Jadidah, 1983.
- Aisyah, Siti Nur, *Psikologi Kesehatan*, Surabaya: UIN Sunan Ampel Press, 2013.
- Aini, Siti Qurrotul, “Metodologi Syarah Kitab Hadis”, Diklat, Jember: UIN KH Achmad Siddiq, 2021.
- al-`Aini, Muhammad bin Ahmad bin Musa, *Umdatul Qari Syarh Shahih al-Bukhari*, Beirut: Dar Fikr.
- al-Asqalani, Ahmad bin Ali, *Lisan al-Mizan*, Dar al-Basair al-Islamiah, 2002
- al-Asqalani, Ahmad bin Ali, *Tahzib at-Tahzib*, India: Dairat al-Ma`arif an-Nazhamiyah, 1326 H
- al-Safdi, Khalil bin Aibak, *al-Wafi bi al-Wafayat*, Beirut: Dar Ihya at-Thuras, 2000
- ath-Thabrani, Sulaiman bin Ahmad, *al-Mu`jam al-Kabir*, Kairo: Maktabah ibn Taimiyah, 1994.
- Badroen, Faisal, *Etika Bisnis Dalam Islam*, Jakarta: Kencana Perdana Media Group, 2007.

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- al-Baghdadi, Abu Bakar Ahmad bin Ali, *Talkhish al-Mutasyabih fi al-Rasm*, Damaskus: Thulas li Dirasat wa at-Tarjamah wa an-Nasir, 1985
- al-Baghdadi, Abu Bakar Ahmad bin Ali, *Tarikh Baghdadi*, Beirut: Dar al-Gharbi al-Islami, 2002
- al-Baidhawi, Abdullah bin Umar, *Tuhfah al-Abrar: Syarh Mashabih as-Sunnah*, Kuwait: Wazarah Auqaf, 2012
- al-Baihaqi, Ahmad bin Husain, *Sya'bu al-Iman*, Beirut: Dar al-Kutub al-'Ilmiyah, 2000
- Barry M. Popkin, Kristen E. D'Anci, and Irwin H. Rosenberg, "Water, Hydration and Health", *Nutrition Reviews*, Vol. 68 No. 8, 2010.
- Budi Iman Santoso, dkk, *Air Bagi Kesehatan*, Jakarta: Centra Communication, 2011.
- Charles-Edward A. Winslow, "The Untilled Fields of Public Health" *Science*, Vol. 51, No. 1306, Januari 1920.
- Cut Fauziah, "I'tibar Sanad Dalam Hadis", *Al-Bukhari : Jurnal Ilmu Hadis*, Vol. 1 No.1, 2018.
- David E. Leib, dkk, "Thirst", *Jurnal Current Biology*, Vol. 26 No.24, 2016.
- Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, Jakarta: Balai Pustaka, 2008.
- ad-Durrah, Muhamad Ali Toha, *Tafsir al-Qur'an al-Karim wa I'rabihi wa Bayanihi*, Damaskus: Dar ibn Kasir, 2009.
- adz-Dzahabi, Muhammad bin Ahmad bin Utsman, *Siyar A'lam an-Nubula*, Beirut: Muassasah ar-Risalah, 1985.
- adz-Dzahabi, Muhammad bin Ahmad bin Utsman, *Tarikh al-Islam wa Wafiyat al-Musyahir wa al-A'lam*, Beirut: Dar al-Gharb al-Islamy, 2003.
- adz-Dzahabi, Muhammad bin Ahmad bin Utsman, *Tazkirah al-Hafidz: Tabaqat al-Hafidz li Dzahabi*, Lebanon: Dar al-Kutub al-Ilmiyyah, 1998.



## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Fitri Kurniawati, dkk, 'Hubungan Pengetahuan, Konsumsi Cairan dan Status Gizi dengan Status Hidrasi pada Kurir Ekspedisi', *Jurnal Riset Gizi*, Vol. 9 No. 1, 2021.
- Franz Magnis-Suseno SJ, *Etika Jawa*, Jakarta: PT Gramedia 1984 .
- al-Fuyumi, Hasan bin Ali, *Fathul Qorib al Mujib Ala Tahdzibit Targhib wat Tarhib li al-Imam al-Munziri*, Riyad: Maktabah Dar al-Islam, 2018.
- Grisna Febiyanti dan Kunjung Ashadi, "Perbandingan Jenis Pola Minum terhadap Status Hidrasi pada Remaja Laki-Laki dan Perempuan", *Juara: Jurnal Olahraga*, Vol. 4 No. 2, 2019.
- Hajjaj, Muslim, *al-Jami' as-Shahih: Shahih Muslim*, Turki: Dar ath-Thaba'ah al-'Amirah, 1334 H.
- al-Halimi, Al-Husain bin Hasan, *al-Manahaj fi Sya'bul Iman*, Darul Fikr, 1979.
- Halimah, Siti, *Perancangan Informasi Adab Minum dalam Islam Melalui Media Buku Ilustrasi*, Bandung: Fakultas Desain Universitas Komputer Indonesia, 2019.
- Handaya, Ben, *Etiket dan Pergaulan*, Yogyakarta: Kanisius, 1975.
- al-Hindi, Alauddin Ali bin Husamuddin bin Qadhi Khan al-Qadari, *Kanz al-Ummal fi Sunan al-Aqwal wa al-Af'al*, Beirut: Resalah Publisher, 1981.
- Ibn Abdul Hadi, Muhammad bin Ahmad, *Thabaqat Ulama' al-Hadits*, Beirut: Muasasah al-Risalah, 1996.
- ibn Hazm, Abu Muhammad Ali bin Ahmad bin Syaid, *Jamharah Ansab al-Arabi*, Mesir: Dar al-Mu'arrif, 1962
- ibn Khallikan, Ahmad bin Muhammad, *Wafayat al-A'yan*, Beirut: Dar Shadir, 1900
- ibn Majah, Abu Abdullah Muhammad bin Abi Yazid, *Sunan Ibn Majah*, Kairo: Dar al-Risalah al-A'lamiyyah, 2009
- ibn Mandah, Muhammad bin Ishaq, *Fath al-Bab fi al-Kuna wal Alqab*, Riyad:al-Kautsar, 1996.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- ibn Manzhur, Muhammad bin Mukrim, *Lisan al-‘Arab*, Beirut; Dar Sadir, t.th.
- ibn Nuqtah, Muhammad bin Abdul Ghani, *at-Taqyid li Ma’rifatu Ruwah al-Sunan wal Masanid*, Dar al-Kutub ‘Ilmiyah, 1988.
- ibn Qutaibah, Abdullah bin Muslim, *al-Maarif*, Kairo: al-Haiat al-Misriyah al-Ammah li al-Kitab, 1992
- ibn Sa’ad, Muhammad bin Sa’ad bin Mani’, *ath-Thabaqat al-Kabir*, Beirut: Dar Sudur, 1968.
- Imritiyah, Siti, “Kajian Hadis-Hadis Adab Makan dan Minum; Perspektif Ilmu Kesehatan”, *Skripsi*, Jakarta: UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2016.
- Ismail, Syuhudi, *Metodologi Penelitian Hadis Nabi*, Jakarta: Bulan Bintang, 1992.
- Jacob, T., “Kedokteran Sebagai Ilmu”, *Journal of the Medical Sciences*, Vol. 13 No. 1, 1981.
- al-Jauzy, Abdurrahman bin Ali bin Muhammad, *Sifat ash-Shafwah*, Kairo: Dar al-Hadits
- John M. Echols dan Hasan Shadily, *Kamus Inggris-Indonesia*, Jakarta: PT Gramedia, 2006.
- al-Khatib, Muhammad Ajjaj, *Ushul al-Hadits: ‘Ulumuhu wa Musthalahuhu*, Beirut: Dar al-Fikr, 1989.
- Khon, Abdul Majid, *Ulumul Hadis*, Jakarta:Amzah, 2018
- Khon, Abdul Majid, *Takhrij dan Metode Memahami Hadis*, Jakarta: Amzah, 2014.
- Lasyin, Musa Syahin, *Fath al-Man’am Syarh Shahih Muslim*, Dar as-Syuruq, 2002.
- al-Mansuri, Abu at-Thoyyib, *al-Raudu al-Basyimu fi Tarjim Syaikh al-Hakim*, Riyadh: Darul ‘Asyimah li Nasir wa Tauzi’, 2011.
- Maulana, Arif, “Peran Penting Metode Takhrij dalam Studi Kehujjahan Hadis”, *Jurnal Riset Agama*, Vol. 1, No. 1, 2021.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- al-Mansuri, Abu at-Thoyyib, *as-Salsabilu al-Naqi fi Tarajim Syaikhu al-Baihaqi*, Riyadh: Darul ‘Asyimah li Nasir wa Tauzi’, 2011.
- al-Maqdisy, Abdul Ghani bin Abdul Wahid bin Ali al-Maqdisy, *al-Kamal fi Asma’ al-Rijal*, Kuwait: al-Hayyiat al-‘Ammah lil ‘Inayah Bathba’ah, 2016
- al-Mizzi, Yusuf bin Abdurrahman bin Yusuf, *Tahdzib al-Kamal fi Asma’ ar-Rijal*, Beirut: Muassasah ar-Risalah, 1983.
- Al-Mubarakfuri, Muhammad Abdurrahman bin Abdurrahim, *Tuhfah al-Ahwadzy bi Syarhi Jami’ at-Tirmidzi*, Beirut: Dar al-Kutub Ilmiyah, 1995.
- Muawanah, “Implikasi Psikologi Perkembangan Terhadap Pendidikan Anak Usia Dini”, *Jurnal Vijacariya*, Vol. 5 No. 2.
- Muhtador, Moh., “Sejarah Perkembangan Metode dan Pendekatan Syarah Hadis”, *Riwayah: Jurnal Studi Hadis*, Vol. 2 No. 2, 2016.
- Mardalena, Ida, *Dasar-Dasar Ilmu Gizi dalam Keperawatan*, Yogyakarta: Pustaka Baru Press, 2021.
- Mertokusumo, Sudikno, *Mengenal Hukum Suatu Pengantar*, Yogyakarta: Library Yogyakarta, 2002.
- Milya Sari dan Asmendri, “Penelitian Kepustakaan (Library Research) dalam Penelitian Pendidikan IPA”, *Natural Science*, Vol. 6 No. 1, 2020.
- Min A Joo dan Eun Young Kim, “Hypotremia Caused by Excessive intake of water as a form of child abuse”, *Journal Ann Peditr Endocrinol Metab*, Vol. 18 No. 2, 2013.
- Mohammad A. Shafiee dkk, “Defining Conditions that lead to the retention of water: The importance of the arterial sodium concentratioin”, *Kidney International*, Vol. 67, 2005.
- Moleong, Lexy, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2005
- Muawanah, “Implikasi Psikologi Perkembangan Terhadap Pendidikan Anak Usia Dini”, *Jurnal Vijacariya*, Vol. 5 No. 2, 2018.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- al-Munawi, Muhammad Abdurauf bin Taaj, *Faidhu al-Qadir Syarh al-Jami' as-Shaghir*, Mesir: Maktabah at-Tijariyah al-Kubra, 1937.
- Notoatmodjo, Soekidjo, *Kesehatan Masyarakat: Ilmu dan Seni*, Jakarta: PT Rineka Cipta, 2007.
- an-Nuri, As-Sayyid Abu al-Ma'athi, dkk, *Jami' fi Jarh wa Ta'dil*, Beirut: Alim al-Kutub
- Oktaviani, Salma, Meniup ke dalam Bejana ketika Minum: Kajian Ikhtilaf al-Hadis, *Skripsi*, Bandung: UIN Sunan Gunung Djati, 2020
- al-Qari, Ali bin Sultan Muhammad, *Mirqat al-Mafatih: Syarh Misykat al-Mashabih*, Beirut: Dar al-Fikr, 2002.
- al-Qarsy, Ismail bin Umar bin Kasir, *at-Takmil fil Jarh wa Ta'dil wa Ma'rifah ats-Tsiqah wa ad-Dhaifaa' wa al-Majahil*, Yaman: Markaz Nu'man lil Buhuts wa at-Tahqiq wa at-Turjumah, 2011.
- al-Qurtuby, Yusuf bin Abdullah, *al-Tamhid lima fi al-Muwatha min al-Ma'ani wa al-Masanid*, London: Mua'sasah al-Furqan li Tiras al-Islany, 2017.
- Qibty, Alfy Salwa, "Hadits Larangan Meniup Makanan dan Minuman yang Panas", *Indonesian Journal of Islamic Studies*, Vol. 2 No. 2, 2021.
- Rahmadi, *Pengantar Metodologi Penelitian*, Banjarmasin: Antasari Press, 2011.
- Sa'diyah, Fatichatus, "Drinking Ethics According To Hadith And Its Review Based On Science", *Jurnal Living Hadis*, Vol. 7 No. 2, 2022.
- as-Sharyafyani, Ibrahim bin Muhammad, *al-Muntakhab min Kitab as-Siyaqi li Tarikh Nisiyaburi*, Iran: Jam'ah al-Mudarisin fi al-Hauzati al-Ilmiyah, 1403 H.
- Al-Shalih, Shubhi, 'Ulum Al-Hadis wa Mushthalatuh, cet ke 5, Beirut: Dar Al-Ilm li Al-Malayin, 1969.
- As-Sindy, Muhmmad bin Abdul Hadi, *Fath al-Wudud fi Syarh Sunan Abi Daud*, Damanhur: Maktabah Linah, 2010.
- As-Suyuthi, Abdurrahman bin Abi Bakr, *Jam'u al-Jawami' al-Ma'ruf bi al-Jami' al-Kabir*, Kairo: al-Azhar Syarif, 2005



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- as-Syahami, Dzahari bin Thahir bin Muhammad, *Ja'a Tuhfat 'Idul Fitri*, Saudi: Jamiat al-Malik Saudi, 2008.
- Sagir, Akhmad, "Perkembangan Syarah Hadis dalam Tradisi Keilmuan Islam", *Jurnal Ilmu Ushuluddin*, Vol. 9 No. 2, 2010.
- Sahrani, Sohari, *Ulumul Hadits*, Bogor: Ghalia Indonesia, 2010.
- Sari, Indah Prasetyowati Tri Purnama, "Tingkat Pengetahuan tentang Pentingnya Mengonsumsi Air Mineral pada Siswa kelas IV di SD Negeri Keputran A Yogyakarta", *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, Vol. 10, No. 2, 2014.
- Sartika, dkk. *Ilmu Kesehatan Masyarakat*, Bandung: CV. Media Sains Indonesia.
- Soenarjo, dkk, *Alquran dan Terjemahnya*, Jakarta: Yayasan Penyelenggara Penerjemah / Penafsir al-Qur'an.
- Sohrah, Etika Makan dan Minum dalam Pandangan Syariah, *Jurnal al-Daulah*, Vol. 5 No. 1, 2016.
- Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, Bandung: Penerbit Alfabeta, 2013.
- Suhartini, Andewi, "Belajar Tuntas: Latar Belakang, Tujuan, Dan Implikasi", *Jurnal Pendidikan Belajar Tuntas*, Makassar, Vol. 10, No. 11, 2007.
- Sumaatmadja dan Winardit, *Perspektif Global*, Jakarta: Universitas Terbuka, 1999.
- Suwardi, Muhammad, *Rahasia Sehat Rasulullah yang Tak Pernah Sakit*, Jakarta: Zahira, 2013.
- Thahan, Mahmud, *Ilmu Mushthalah Hadits*, Terj. Abu Fuad, Bogor: Pustaka Thoriqul Izzah, 2010.
- al-Tahhan, Mahmud, *Ushl al-Takhrij Wa Dirasat al-Asanid*, diterjemahkan oleh H.S. Agil Husain Al-Munawwar dan Masykur Hakim dengan judul: *Dasar-Dasar Ilmu Takhrij dan Studi Sanad*, Semarang: Dina Utama, 1995.



## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

ath-Thahhan, Mahmud, *Dasar-dasar Ilmu Hadits*, Terj. Bahak Asadullah, Jakarta: Ummul Qura, 2016.

at-Tibi, Al-Husain bin Muhammad, *Syarh Misykah li at-Tibi al-Haqaiq as-Sunan*, Riyad: Maktabah Nazar Mushtafa al-Baz, 1997.

at-Tirmidzi, Muhammad bin Isa bin Saurah, *Sunan Tirmidzi*, Mesir: Musthafa Al-Bab Al-Halabi, 1975.

Wensinck, A.J. Wensinck, *Mu'jam al-Mufahras li-Alfazh al-Hadis an-Nabawi*, Leiden: Pustaka Braille, 1936

Tim PKRS RSUP dr. Kariadi, *Pentingnya Konsumsi Air Putih*, dikutip dari <https://www.rskariadi.co.id/news/168/PENTINGNYA-KONSUMSI-AIR-PUTIH/Artikel> pada hari Senin tanggal 03 April 2023, jam 20.50 WIB.

Andrew Fiozi, *If You're Chugging Water To Hydrate, You're Doing It Wrong*, pada Website <https://melmagazine.com/en-us/story/if-youre-chugging-water-to-hydrate-youre-doing-it-wrong>, diakses pada tanggal 17 Januari 2023, pada pukul 12.20 Wib.

Fadhli, Rizal, "Air Putih" pada website <https://www.halodoc.com/kesehatan/air-putih> di akses pada tanggal 21 Desember 2022, pada pukul 15.49 Wib.

Universitas Darussalam Gontor, *Fakultas Ilmu Kesehatan*, dikutip dari <https://unida.gontor.ac.id/fakultas-ilmu-kesehatan/> pada hari Senin tanggal 03 April 2023, jam 21.20 WIB.

Kory Taylor, dan Elizabeth B. Jones, "Adult Dehydration", *StatPearl Publishing*, dikutip pada [https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK555956/#\\_NBK555956\\_pu](https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK555956/#_NBK555956_pu) bdet\_ pada tanggal 10 Februari 2023, pukul 19.23 WIB.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## BIODATA PENULIS

**Nama** : Firman  
**Tempat/Tgl. Lahir** : Lakitan, 17 April 2002  
**Pekerjaan** : Mahasiswa  
**Alamat** : Perumahan Nauren D18,  
Mustamindo 3, jln. Rimbo Panjang,  
Kec. Tambang, Kab. Kampar,  
Prov. Riau  
**No. HP** : 082391139963  
**Email** : firman.rusda22@gmail.com  
**Nama Orang Tua** : Rustam Efendi (Ayah)  
: Mida Suriyani (Ibu)



## RIWAYAT PENDIDIKAN:

1. SDN 01 Rantau Batu Ambacang, tahun 2007-2013.
2. Mts.S Thawalib Putra Padang Panjang, tahun 2013-2016.
3. Kuliyatul Ulum al-Islamiyah Thawalib Putra Padang Panjang, tahun 2016-2019.
4. Mahasiwa Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau 2019-2023.

## PENGALAMAN ORGANISASI

1. Himpunan Mahasiswa Program Studi Ilmu Hadis, sebagai Divisi Infokom dan Humas tahun 2020-2021.
2. Komunitas Dakwah Remaja Islam Pekanbaru, sebagai Divisi Media tahun 2019-2020.
- Himpunan Keluarga Mahasiswa Alumni Thawalib Pekanbaru, sebagai Ketua Umum tahun 2022-2023.