



Penelitian Islam dalam Kedokteran

Erlina Sih Mahanani

- ◊ Thibbun Nabawi
- ◊ Gerakan-gerakan sholat
- ◊ Efek ibadah terhadap kesehatan

MUKADIMAH

◆ Pentingnya ilmu

QS Al Mujadilah (58) : 11

Wahai orang yang beriman! Apabila dikatakan kepadamu, “Berilah kelapangan di dalam majelis-majelis,” maka lapangkanlah, niscaya Allah akan memberi kelapangan untukmu. Dan apabila dikatakan, “Berdirilah kamu,” maka berdirilah, niscaya Allah akan mengangkat (derajat) orang-orang yang beriman diantaramu dan orang-orang yang diberi ilmu beberapa derajat. Dan Allah Mahateliti apa yang kamu kerjakan.

- ◆ Abu Umamah ra. Meriwayatkan, Rasulullah pernah ditanya tentang 2 orang, yg satu ahli ibadah yang satu lagi orang yg berilmu. Rasulullah menjawab: “Kelebihan orang berilmu atas ahli ibadah sama dg kelebihanku atas orang yg paling hina diantara kalian.”

Setelah itu beliau saw. bersabda: “Sesungguhnya Allah dan para malaikatNya, penghuni langit dan bumi, termasuk pula semut di dalam liangnya, termasuk pula ikan paus, benar2 bersalawat kepada orang2 yang mengajarkan kebaikan kepada manusia.”

(Hr. at-Tirmidzi)

BERSIWAK

Rasulullah Saw bersabda:

“Seandainya tidak memberatkan umatku, maka akan aku perintahkan mereka untuk bersiwak sebelum shalat”

(Hr. Bukhari & Muslim)

- Kandungan siwak/ miswak/ *Salvadora persica*, Chloride, pottasium, sodium bucarbonate, silica, sulfur, vitamin C, trimethyl amine, salvadorine, tannin.
- Khasiat siwak (berdasar research)
 1. cleaning oral cavity, whitening the tooth, promoting periodontal health as well as preventing calculus formation and bad breath either through mechanical or pharmlological action.[1]
 2. antibacterial, anti-caries, anti-periopathic, anti plaque and antifungal properties.[2,3,4,5]

Dari Abu Musa ra. :

Suatu ketika saya mendatangi Nabi Saw. Saya melihat beliau siwak ditangannya untuk menyikat giginya. Ketika siwak masih berada di mulut Nabi saw. , beliau bersuara uk uk, seolah beliau hendak muntah.

(Hr Bukhari No hadist 244)

Diriwayatkan dari Hudzayfah ra., dia berkata:

Nabi saw. selalu menggosok giginya dg siwak setiap bangun dari tidur pada malam hari.

(Hr. Bukhari)

WUDHU

Apabila salah seorang dari kamu dalam keadaan marah, maka berwudhulah. Sesungguhnya marah itu berasal dari api.

(Hr Abu Dawud)

- ◆ Article “Muslim Rituals and Their effect on the Person’s Health” (by Dr. Magomedov, General Hygiene and Ecology, Daghestan State Medical Academy) ----- Biological Active Spots ---- 61 dari 65 “drastic spot” bagian tubuh yang dibasuh air wudhu (hydromassage).

BANGUN PAGI

- ◆ Dari Aisyah ra., Rasulullah saw. bersabda : “Dua rakaat fajar (shalat sunnah sebelum subuh) lebih baik dari dunia seisinya.”

(Hr. Muslim)

- ◆ Dari Abu Hurairah ra., Rasulullah bersabda: “Kalau sekiranya manusia mengetahui apa yg tersembunyi dalam adzan dan shaf pertama, maka mereka tidak akan mendapatkan bagian kecuali dengan jalan diundi di dalamnya, niscaya mereka akan ikut serta dalam undian (banyak yg berbondong2 guna mendapatkan shaf yg pertama). Dan jika mereka mengetahui apa yg didapatkan dalam awal kedatangan (shalat jamaah), niscaya akan berlomba-lomba. Dan, jika mereka mengetahui yang tersimpan di dalam shalat subuh dan isya, maka mereka akan mendatangnya walau dg merangkak.”

(Hr. Bukhari)

- ◆ Makalah Rahasia sholat subuh, Dr. Barita Sitompul, Sp. JP, ----sholat subuh mengurangi gangguan kaediovaskuler.
- ◆ Berbagai penelitian serangan jantung biasa terjadi pk 06.00-12.00, peningkatan tegangan saraf simpatis dan penurunan tegangan saraaf paarasimpaatis.
- ◆ Dari dini hari 03.00 –siang hari, adrenalin meningkat ---- tekanan darah meningkat ---- vasokonstriksi ---- agregasi trombosit ----- tendensi gangguan kardiovaskuler terjadi
- ◆ NO (nitric oxide) pada pembuluh darah ---- emngurangi agregasi trombosit. Meningkat saat istirahat atau tidur dan dapat ditingkatkan dg bergerak atau berolah raga.

TIDUR

- ◊ Dari Ibnu Umar ra., Rasulullah berkata: “Sesungguhnya api ini adalah musuhmu, maka jika kamu akan tidur maka matikanlah. (Hr. Bukhari & Muslim)
- melatonin: hormon dihasilkan klg pineal, -----menguatkan sistem pertahanan tubuh, antioksidan, jam biologis
- Cahaya akan mengganggu produksi melantonin
- produksi melantonin dihasilkan diwaktu gelap dan mencapai puncak pada sekitar pukul 02.00-03.00 dini hari.

PUASA

- ◊ Diriwayatkan oleh Imam an-Nasa'i, Abu Umamah ra. Bertanya pada Rasulullah saw., "Wahai Rasulullah, perintahkanlah kepadaku satu amalan yg Allah akan memberikan manfaatNya kepadaku dengan sebab amalan itu."
- ◊ Maka Rasulullah bersabda, " Berpuasalah sebab tidak ada satu amalan pun yang setara dengan puasa."
- makanan tinggal di usus dlm proses pencernaan 14 jam
- Puasa --- *deep sleep* cepat tercapai ---- pemulihan molekul memori
- magnesium meningkat ----- cardio protective, anti penjendalan darah, dll

TAHAJUD

◊ Dari Abasulullah saw. bersabda, “Shalat sunnah yang utama setelah shalat fardhu adalah shalat tahajud.”

(Hr. Abu Dawud)

“Shalat tahajud dapat menghapus dosa, mendatangkan ketenangan dan menghindarkan diri dari penyakit.”

(Hr. Tarmidzi)

-hormon kortisol --- penelitian unt disertasi di FK Unair, Dr. Sholeh, ---- kortisol yg stabil dan lebih rendah dan kadar sistem imun juga bermakna scr statistik.

REFERENSI

- ◆ Al Quranul karim
- ◆ Ringkasan Hadist Shahih Al-Bukhari, Imam Az Zabidi, Pustaka Amani, Jakarta, 2002
- ◆ Hadist Shahih, Bukhari-Muslim, Husein Bahreij, Karya Utama, Surabaya
- ◆ Super Health, Gaya Hidup Sehat Rasulullah, Egha Zainur Ramadhani, Pro U Media, Yogyakarta, 2007

REFERENSI

1. Farooqi, M.I.H. & Srivastava, J.G.. The toothbrush tree (*Salvadora persica*). *Quart. J. Crude Drug Res.* 1968; 8:1297-99
2. Al-Bagieh NH & Almas K. In vitro antimicrobial effects of aqueous and alcohol extracts of Miswak (chewing sticks). *Cairo Dental Journal* 1997; 13(2):221-24.
3. Al-Lafi T & Ababneh H. The effect of the extract of the miswak (chewing sticks) used in Jordan and the Middle East on oral bacteria. *International Dental Journal* 1995; 45(3):218-22.
4. Buadu CY & Bokaye Yodem A.E.. The antibacterial activity of some Ghanaian chewing sticks. *Ghana Pharmacological Journal* 1973; 1:150-53.
5. Erlina Sih Mahanani, Erry M Arief, S Nurhani bt Nurhalim, M Fadhli Khamis, Zainul A Rojiun, Effectiveness *Salvadora persica* in Saliva flow and buffer capacity, 7th Student Scientific Conference, University Science of Malaysia, 2009.