

I'jaz Terhadap Kata “الطيب” Pada Hadis Pertama Kitab *Arba'in an-Nawawi*

Irfan Pramudya Ramadhan¹, Mohammad Faundra Haikal², Ilmi Syuhada³, Ikram⁴

¹Fakultas Ushuluddin; irfanpramudyaramadhan@gmail.com

²Fakultas Ushuluddin; tugasfaundra39@gmail.com

³Fakultas Ushuluddin; ilmisyuhada1@gmail.com

⁴Fakultas Ushuluddin; ikramkadir175@gmail.com

Abstrak: Penelitian ini membahas makna kata al-Ṭayyib (الطيب) dalam hadis ke-10 Arba'in an-Nawawi melalui pendekatan i‘jāz ‘ilmī (kemukjizatan ilmiah). Hadis tersebut menegaskan bahwa Allah Maha baik dan tidak menerima kecuali yang baik, yang dalam konteks ini berkaitan erat dengan kualitas makanan, minuman, dan harta yang dikonsumsi oleh seorang Muslim. Pemaknaan terhadap kata al-Ṭayyib tidak cukup dilihat hanya dari aspek hukum halal, tetapi juga meliputi kebersihan, kemanfaatan, kesucian, serta dampaknya terhadap spiritualitas dan keterkabulan doa. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi pustaka (library research), yang bertumpu pada analisis literatur klasik dan kontemporer. Sumber primer yang digunakan meliputi kitab-kitab tafsir, syarah hadis, dan karya ulama klasik seperti al-Rāghib al-Asfahānī, Ibn Rajab, serta dukungan dari literatur ilmiah modern yang membahas konsep halal-thayyib dalam perspektif kesehatan dan sains kontemporer (Tsani et al., 2021; Hasanah et al., 2021; Manaf & Novera, 2022). Hasil penelitian menunjukkan bahwa al-Ṭayyib mencakup dimensi legal, etis, spiritual, dan biologis. Dalam hadis, kata ini menjadi indikator diterimanya amal seperti doa dan sedekah. Dari perspektif i‘jāz ‘ilmī, hadis ini mengisyaratkan keterkaitan antara konsumsi yang baik dan kesehatan tubuh serta kejernihan jiwa, sebagaimana dibuktikan oleh berbagai temuan dalam ilmu gizi, neurologi, dan psikologi spiritual. Penelitian ini menyimpulkan bahwa konsep al-Ṭayyib adalah prinsip integral dalam Islam yang menghubungkan nilai-nilai keimanan, etika, dan ilmu pengetahuan. Kajian ini menunjukkan bahwa pemaknaan mendalam terhadap lafadz dalam hadis dapat memperkuat posisi Islam sebagai agama yang tidak hanya normatif, tetapi juga selaras dengan fitrah dan ilmu modern.

Kata Kunci: Hadis; Al-Tayyib; Halal; Baik.

Abstract: This study discusses the meaning of the word al-Tayyib (الطَّيِّب) in the 10th hadith of Arba'in an-Nawawi through the approach of *i'jāz 'ilmī* (scientific miracle). The hadith emphasizes that Allah is All-Good and does not accept anything but that which is good, which in this context is closely related to the quality of food, drink, and wealth consumed by a Muslim. The meaning of the word al-Tayyib is not enough to be seen only from the aspect of halal law, but also includes cleanliness, benefits, sanctity, and its impact on spirituality and the answerability of prayers. This study uses a qualitative approach with a library research method, which is based on the analysis of classical and contemporary literature. The primary sources used include tafsir books, hadith commentary, and works of classical scholars such as al-Rāghib al-Asfahānī, Ibn Rajab, as well as support from modern scientific literature that discusses the concept of halal-thayyib from a contemporary health and science perspective (Tsani et al., 2021; Hasanah et al., 2021; Manaf & Novera, 2022). The results of the study indicate that al-Tayyib includes legal, ethical, spiritual, and biological dimensions. In the hadith, this word is an indicator of the acceptance of deeds such as prayer and alms. From the perspective of *i'jāz 'ilmī*, this hadith suggests a link between good consumption and physical health and clarity of soul, as evidenced by various findings in nutrition, neurology, and spiritual psychology. This study concludes that the concept of al-Tayyib is an integral principle in Islam that connects the values of faith, ethics, and science. This study shows that a deeper understanding of the words in the hadith can strengthen the position of Islam as a religion that is not only normative, but also in harmony with nature and modern science..

Keywords: Hadith; Halal; Good.

1. Pendahuluan

A. Latar Belakang

Hadis ke-sepuluh dari Kitab Arba'in an-Nawawi merupakan salah satu pilar fundamental dalam pemahaman Islam, khususnya terkait dengan konsep rezeki dan amal yang diterima oleh Allah SWT. Hadis ini diriwayatkan oleh Abu Hurairah radhiyallahu 'anhu, yang menyampaikan sabda Rasulullah shallallahu 'alaihi wa sallam: "Sesungguhnya Allah Ta'ala itu baik (Tayyib) dan tidak menerima kecuali yang baik.". Pesan sentral Hadis ini tidak hanya menekankan sifat kesempurnaan Allah, tetapi juga menetapkan standar bagi segala sesuatu yang diterima oleh-Nya, termasuk amal dan rezeki yang dikonsumsi manusia.

Meskipun Hadis ini sering dikutip dan diajarkan, makna komprehensif dari kata "الطَّيِّب" (al-Tayyib) seringkali hanya dipahami dalam konteks halal-haram semata. Pemahaman yang

lebih dalam menunjukkan bahwa 'Tayyib' memiliki kedalaman makna yang melampaui sekadar kebolehan syariat, mencakup aspek kebersihan, kemurnian, kualitas, dan kebermanfaatan holistik. Kesesuaian antara ajaran Hadis yang diungkapkan berabad-abad lalu dengan temuan ilmiah modern mengenai kesehatan holistik menunjukkan sebuah dimensi kemukjizatan yang melekat pada ajaran kenabian. Hal ini mengindikasikan adanya pandangan ilahi yang melampaui pengetahuan manusia pada masa itu, memperkuat argumen tentang asal-usul ilahi ajaran Islam dan relevansinya yang abadi. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi kedalaman makna 'Tayyib' yang mencakup dimensi fisik, mental, dan spiritual, serta aspek kemukjizatan (*i'jaz*) yang terkandung di dalamnya.

Di era modern, dengan semakin kompleksnya sumber makanan, proses produksi, dan gaya hidup, pemahaman holistik tentang 'Tayyib' menjadi krusial. Konsep ini tidak hanya relevan untuk kepatuhan syariat, tetapi juga untuk kesehatan dan kesejahteraan manusia secara menyeluruh. Studi-studi kontemporer telah menggarisbawahi pentingnya konsep 'halalan tayyiban' sebagai kerangka hidup sehat dalam Islam, yang menekankan implikasinya terhadap kesejahteraan fisik, mental, dan spiritual.⁵

Penelitian ini menunjukkan bagaimana ajaran Hadis dapat selaras dengan temuan ilmiah kontemporer. Keselarasan ini memperkuat keyakinan dan memberikan panduan praktis bagi umat Islam dan masyarakat luas dalam menghadapi tantangan kesehatan dan gaya hidup modern. Pemahaman yang lebih kaya tentang 'Tayyib' yang melampaui sekadar aspek hukum, memungkinkan perluasan makna yang mencakup dimensi ilmiah kontemporer. Hadis yang ringkas ini, dengan demikian, memiliki makna berlapis yang terungkap seiring kemajuan ilmu pengetahuan, menunjukkan bahwa kemukjizatannya tidak statis melainkan terungkap secara progresif seiring waktu. Pendekatan ini mendorong kajian Islam kontemporer untuk berinteraksi dengan bidang-bidang ilmiah modern, memperlihatkan sifat holistik dari pedoman Islam dan kemampuannya untuk mengatasi tantangan kontemporer terkait kualitas makanan, kesehatan mental, dan kesejahteraan.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif-analitis dengan pendekatan multidisiplin. Data dikumpulkan melalui telaah pustaka (literature review) terhadap sumber primer dan sekunder yang relevan. Sumber primer meliputi kitab-kitab Hadis utama seperti Shahih Muslim dan Arba'in an-Nawawi, serta karya-karya tafsir dan syarah Hadis dari ulama klasik seperti Ibn Rajab al-Hanbali dan leksikon bahasa Arab seperti Al-Mufradat fi Gharib al-Quran karya Al-Raghib al-Isfahani. Sumber sekunder mencakup jurnal-jurnal ilmiah terbaru di

bidang nutrisi, psikologi, dan neurosains yang membahas dampak makanan terhadap kesehatan fisik dan mental.

C. Literatur Review

Kajian terhadap konsep al-Tayyib telah banyak dibahas dalam berbagai disiplin ilmu, mulai dari hukum Islam, tafsir, linguistik, hingga sains kontemporer. Pemahaman terhadap makna kata ini tidak hanya penting dari sisi semantik, tetapi juga dari segi penerapannya dalam kehidupan umat Islam modern yang menghadapi tantangan konsumsi dan etika global. Studi yang dilakukan oleh Tsani et al. (2021) menjelaskan bahwa dalam syariat Islam, prinsip halal dan thayyib merupakan satu kesatuan yang tidak dapat dipisahkan. Halal berkenaan dengan keabsahan hukum, sementara thayyib menekankan aspek kebersihan, kesehatan, dan manfaat. Hal ini menunjukkan bahwa Islam tidak hanya memerintahkan yang diperbolehkan secara hukum, tetapi juga mengarahkan umatnya pada apa yang baik secara fisik dan spiritual. Hasanah et al. (2021) dalam kajiannya menggarisbawahi pentingnya prinsip thayyib dalam menunjang kehidupan yang seimbang secara jasmani dan rohani. Mereka menyatakan bahwa konsep ini menjadi indikator spiritualitas, dan sangat erat kaitannya dengan kesehatan mental dan fisik seorang Muslim. Penekanan pada kebersihan, kesucian, dan manfaat dari makanan atau harta menjadi titik temu antara nilai keislaman dan sains modern. Dalam konteks hadis, Manaf dan Novera (2022) mengangkat pendekatan *i‘jāz ‘ilmī* terhadap praktik wudu dan pengaruhnya terhadap kesehatan sebagai contoh konkret integrasi antara sunnah dan ilmu pengetahuan. Model pendekatan ini menjadi relevan untuk diterapkan pula dalam pengkajian kata al-Tayyib, yang dalam beberapa hadis dijadikan syarat keterkabulan doa. Pendekatan *i‘jāz* ini menuntut penggalian makna-makna yang mendalam dan argumentasi ilmiah atas hikmah syar’i. Selain itu, kajian linguistik klasik yang dikemukakan oleh al-Rāghib al-Asfahānī dan Fakhruddin al-Rāzī turut memperluas pemahaman bahwa al-Tayyib tidak hanya sekadar baik secara materi, tetapi juga menunjukkan sesuatu yang menyenangkan, bersih, dan sesuai dengan fitrah manusia. Mereka mengaitkan makna al-Tayyib dengan kenikmatan panca indera dan ketenangan batin, menjadikannya sebuah konsep multidimensi yang fleksibel namun padat nilai.

2. Hasil Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah ditetapkan pada pembahasan sebelumnya maka terdapat beberapa poin yang akan peneliti berusaha untuk jelaskan.

A. Kata “الطيب” dalam Tinjauan Bahasa

الطيب berasal dari bahasa Arab thaba yang artinya baik, lezat, menyenangkan, enak dan nikmat atau berarti pula bersih atau suci. Para ahli tafsir menjelaskan kata الطيب berarti makanan yang tak kotor dari segi zatnya atau rusak (kadaluarsa) atau dicampuri benda najis. Ada juga yang mengartikan sebagai makanan yang mengandung selera bagi yang akan memakannya atau tidak membahayakan fisik atau akalnya.

Kata “الطيب” (al-Tayyib) dalam Hadis ke-sepuluh Arba'in an-Nawawi memiliki spektrum makna yang luas dan mendalam, melampaui sekadar konotasi "halal" atau "diperbolehkan". Pemahaman yang komprehensif terhadap istilah ini memerlukan tinjauan dari berbagai perspektif, termasuk linguistik, teologis, dan hubungannya dengan konsep "halal".

Kata "الطيب" merupakan bentuk isim şifat (kata sifat) dalam bahasa Arab yang berasal dari akar kata: ط - ي - ب (tā - yā - bā). Akar ini membawa makna umum tentang kebaikan, kesucian, keharuman, dan kenikmatan. Dalam berbagai konteks, kata ini dapat digunakan untuk menyifati makanan, ucapan, perbuatan, jiwa, hingga kondisi ruhaniyah seseorang (Auliya Izzah Hasanah et al., 2021).

Secara morfologis, “الطيب” adalah bentuk şifah musyabbahah (kata sifat yang menunjukkan keadaan tetap), dari bentuk dasar kata kerja طَاب (tāba) yang berarti “menjadi baik”. Kata “الطيب” secara terminologis adalah segala sesuatu yang baik, halal, bersih, dan bermanfaat bagi jasmani dan rohani, yang diizinkan oleh syariat untuk dikonsumsi, diucapkan, atau dilakukan.

Secara linguistik, "Tayyib" (طيب) berasal dari akar kata yang berarti murni, bebas dari cacat, baik, dan bermanfaat. Kata ini juga dapat diartikan sebagai sesuatu yang menyenangkan dan baik untuk dimakan, yang tidak bertentangan dengan fitrah manusia. Sebaliknya, lawan kata dari "Tayyib" adalah "Khabith" (خبيث), yang berarti buruk, kotor, menjijikkan, atau berbahaya.

Ulama klasik seperti Ibn Rajab al-Hanbali, dalam syarahnya terhadap Hadis ini, menafsirkan "Tayyib" sebagai "pure" atau "at-tahir" (yang suci atau murni). Ia menjelaskan bahwa Allah itu Tayyib dalam Dzat, Nama, Sifat, dan Perbuatan-Nya. Semua nama Allah adalah Tayyib, bebas dari kekurangan atau cacat.⁴ Ini berarti kesempurnaan Allah tidak hanya pada eksistensi-Nya, tetapi juga pada setiap atribut dan tindakan-Nya.

Al-Raghib al-Isfahani, dalam karyanya yang monumental Al-Mufradat fi Gharib al-Quran, yang merupakan leksikon penting untuk memahami istilah-istilah Al-Qur'an, memberikan landasan kuat untuk analisis linguistik kata-kata Quran. Meskipun tidak ada kutipan langsung dari definisi 'Tayyib' dari karyanya dalam sumber yang tersedia, penggunaan kata 'Tayyib' dalam Al-Qur'an secara konsisten merujuk pada hal-hal yang baik, bersih, dan murni, seperti rezeki, perkataan, dan tanah yang subur.

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, kata "baik" sebagai padanan kata الطيب memiliki arti: elok; tidak jahat; berguna; sopan; sesuai (dengan keadaan, tempat, waktu); menyenangkan hati; menyedapkan; halal dan layak (tentang makanan). Maka dapat disimpulkan bahwa padanan kata الطيب dalam bahasa Indonesia mencakup unsur moral, etika, dan kualitas sesuatu hal secara umum.

B. Pensyarah-an Para Ulama Terhadap Kata "الطيب"

Hadis ke-sepuluh Arba'in an-Nawawi, serta banyak ayat Al-Qur'an (misalnya QS. Al-Baqarah: 168, 172; Al-Maidah: 88; Al-Mu'minun: 51), seringkali menggabungkan kata "halal" dan "tayyib". Meskipun sering disebut bersamaan, kedua istilah ini memiliki makna yang berbeda namun saling melengkapi.

"Halal" merujuk pada kebolehan secara syariat, yaitu sesuatu yang diizinkan atau tidak dilarang oleh hukum Islam. Ini adalah prasyarat dasar. Sementara itu, "Tayyib" menambahkan dimensi kualitas, kebersihan, kemurnian, kesehatan, dan kebermanfaatan. Dengan kata lain, sesuatu yang halal belum tentu

Tayyib jika tidak bersih, sehat, bergizi, atau diperoleh dengan cara yang tidak etis meskipun tidak secara langsung haram. Sebaliknya, sesuatu yang Tayyib haruslah halal. Konsep 'halalan tayyiban' oleh karena itu dipahami sebagai kerangka holistik untuk hidup sehat dalam Islam, menekankan kesejahteraan fisik, mental, dan spiritual.

Pemilihan kata 'Tayyib' dalam Hadis, daripada hanya 'halal', untuk menggambarkan atribut Allah dan apa yang Dia terima, serta apa yang harus dikonsumsi manusia, menunjukkan pandangan dunia yang mendalam dan holistik. Ini menyiratkan bahwa penerimaan ilahi dan kesejahteraan manusia tidak hanya bergantung pada kepatuhan hukum, tetapi juga pada kualitas intrinsik dan kemurnian. Hal ini menunjukkan sebuah kemukjizatan dalam sifat komprehensif dari istilah itu sendiri, karena secara implisit mencakup aspek-aspek yang baru

mulai sepenuhnya dihargai oleh ilmu pengetahuan modern (misalnya, dampak kualitas makanan terhadap kesehatan mental, bukan hanya fisik). Hadis ini bukan hanya sebuah aturan hukum tetapi panduan untuk kehidupan yang optimal.

Selain itu, contoh penutup Hadis tentang seorang pria yang doanya ditolak karena rezekinya haram, membangun hubungan sebab-akibat langsung antara sumber dan kualitas rezeki seseorang dengan efektivitas tindakan spiritualnya. Ini bukan hanya tentang akuntabilitas individu; ini adalah pernyataan mendalam tentang keterkaitan alam materi dan spiritual. Kemurnian rezeki seseorang (*Tayyib*) secara langsung memengaruhi kemurnian dan penerimaan usaha spiritualnya. Ini menyiratkan bahwa efikasi spiritual tidak hanya bergantung pada tindakan itu sendiri (seperti etiket doa) tetapi juga pada kondisi mendasar dari kehidupan seseorang, terutama praktik ekonomi dan konsumsi. Ini menyoroti kemukjizatan spiritual dengan menekankan ekologi spiritual holistik di mana kemurnian internal terkait dengan kemurnian eksternal dari sarana.

Sehubungan dengan pengertian الطيب, berbagai takrif atau definisi telah diberikan oleh para ulama. al-Sabuni menakrifkan bahwa semua yang dihalalkan oleh Allah SWT. adalah baik, sedangkan yang diharamkan, semuanya adalah tidak baik.

Sementara al-Qurthubi dalam tafsirnya tidak menjelaskan arti perkataan *thayyiban* tetapi hanya menguraikan arti kata *al-akl* (makanan) yang baik yang memberi manfaat dan fungsi dari berbagai aspeknya. Walaupun begitu, *al-akl* yang diberikan arti sebagaimana dimaksud, mempunyai persamaan dengan arti kata *al-thayyib*.

Al-Ghazali menyatakan, secara umum, setiap yang halal itu baik, akan tetapi bentuk kebaikannya mempunyai perbedaan antara satu dengan yang lain. Menurut pandangan Kalamuddin Nurdin di dalam kamus Syawarifiyyah memberikan pemahaman kata الطيب adalah kebijikan, kebaikan, kemulian, keberkahan dan juga nikmat. Al-Raghib al-Ashfahani menjelaskan bahwa kata *thayyib* khusus digunakan untuk mengambarkan sesuatu yang memberikan kelezatan kepada panca indra dan jiwa, seperti makanan, pakaian, tempat tinggal dan sebagainya. Dalam menguraikan kaitan antara halal dan الطيب, al-Razi menjelaskan bahwa kata الطيب dari segi bahasa berarti bersih dan halal, disifatkan baik. Sedangkan makna asalnya menunjukkan kepada apa yang melezatkan dan mengenakkan sesuai dengan selera.

Wahbah al-Zuhayli mengatakan, kata *thayyiban* yang dirujuk pada makanan, tidak mempunyai unsur *syubhat*, tidak berdosa (jika mengambilnya) dan tidak memiliki kaitan dengan hak orang lain. Pendapat ini tidak saja menekankan pada aspek materi makanan, tapi juga merangkumi persoalan dari mana ia di dapat, atau dengan kata lain, berkaitan dengan sumbernya. Ibnu Katsîr dan al-Shabuni mengatakan halâlan thayyiban merujuk kepada apa yang telah dihalalkan oleh Allah swt. Dan thayyiban sesuatu yang halal itu sesuai dengan harkat diri seseorang yang tidak mendatangkan bahaya pada tubuh dan akalnya. Penafsiran ini menekankan bukan saja soal halal tapi juga soal kesesuaian dan keselamatan diri dari penggunaan barang atau makanan yang halal.

Kesimpulannya, *halâlan thayyiban* adalah makanan dan minuman yang dihalalkan dan mendatangkan kebaikan kepada manusia, tetapi tahap kebaikan tersebut bergantung kepada kesesuaianya dengan diri individu yang bisa memberikan kesehatan tubuh dan akal. Di samping itu, mesti dijamin kebersihan dan kesuciannya dan tidak boleh mengandung unsur-unsur *syubhat* dan dosa (termasuk cara mendapatkannya). Pesan penting yang bisa diambil dari penafsiran di atas, seorang muslim diperintahkan agar senantiasa berhati-hati dalam soal konsumsi pangan dengan melihat dua unsur penting, *halâlan thayyiban*.

C. Makna kata “الطيب” Pada Dalil-dalil yang Lain

Sebelum menarik I’jaz dari kata “الطيب” maka alangkah baiknya untuk kemudian menulusuri dan menelaah secara singkat terlebih dahulu kata “الطيب” atau yang masih serupa dengannya pada sumber dalil yang lain baik dalam ayat al-Quran atau dalam hadis yang lain yang nantinya akan menjadi pembanding dan referensi untuk menarik I’jaz dari kata “الطيب” pada hadis pertama *Arba’in an-Nawawi*.

Penulis menemukan terdapat hadis yang terdapat kata “الطيب” di dalamnya. Namun, karena redaksi hadis yang rata-rata sama maka penulis hanya mengambil 2 contoh hadis untuk ditelaah.

Adapun Hadis-hadis tersebut antara lain sebagai berikut.

- 1) Shahih Muslim, No. 1685,

وَحَدَّثَنِي أَبُو حَرْيَنْبِ مُحَمَّدُ بْنُ الْعَلَاءِ حَدَّثَنَا أَبُو أَسَامَةَ حَدَّثَنَا فُضَيْلُ بْنُ مَرْزُوقٍ حَدَّثَنِي عَوْيَيْنُ بْنُ ثَابِتٍ
عَنْ أَبِي حَازِمٍ عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّ اللَّهَ طَيِّبٌ لَا يُفْقِدُ

إِلَّا طَبَّبَا وَلَنَّ اللَّهُ أَمْرَ الْمُؤْمِنِينَ بِمَا أَمْرَ بِهِ الْمَرْسَلُونَ فَقَالَ { يَا أَيُّهَا الرَّسُولُ كُلُّوا مِنَ الطَّيَّابَاتِ وَاعْمَلُوا صَالِحًا إِنِّي بِمَا تَعْمَلُونَ عَلَيْكُمْ } وَقَالَ { يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُلُّوا مِنْ طَيَّابَاتِ مَا رَزَقْنَاكُمْ } ثُمَّ ذَكَرَ الرَّجُلُ يُطَبِّلُ السَّفَرَ أَشْعَثَ أَغْبَرَ يَمْدُدُ يَدَيْهِ إِلَى السَّمَاءِ يَا رَبِّ يَا رَبِّ وَمَطْعَمُهُ حَرَامٌ وَمُشَرِّبُهُ حَرَامٌ وَغُذِيَ بِالْحَرَامِ فَإِنَّمَا يُسْتَحْجَبُ لِذَلِكَ

“Dan telah menceritakan kepadaku Abu Kuraib Muhammad bin Al Ala` , telah menceritakan kepada kami Abu Usamah, telah menceritakan kepada kami Fudlail bin Marzuq, telah menceritakan kepadaku Adi bin Tsabit, dari Abu Hazim, dari Abu Hurairah, ia berkata: Rasulullah ﷺ bersabda: "Wahai sekalian manusia, sesungguhnya Allah itu baik. Dia tidak akan menerima sesuatu melainkan yang baik pula. Dan sesungguhnya Allah telah memerintahkan kepada orang-orang mukmin seperti yang diperintahkan-Nya kepada para Rasul dalam firman-Nya, 'Wahai para Rasul, makanlah makanan yang baik-baik (halal) dan kerjakanlah amal saleh. Sesungguhnya Aku Maha Mengetahui apa yang kalian kerjakan.' Dan Allah juga berfirman, 'Wahai orang-orang yang beriman, makanlah dari rezeki yang baik-baik yang telah kami rezekikan kepadamu.'" Kemudian Nabi ﷺ menceritakan tentang seseorang yang menempuh perjalanan jauh, sehingga rambutnya kusut nan kusam. Orang itu menadahkan tangannya ke langit seraya berdoa, "Wahai Tuhanku, wahai Tuhanku." Padahal makanannya dari yang haram, minumannya dari yang haram, pakaianya dari yang haram dan segala sesuatunya dihasilkan dari yang haram. Lantas, bagaimanakah Allah akan memperkenankan doanya?"

Hadis ini dapat ditemukan dalam kitab *Shahih Muslim*, tepatnya dalam Kitab "zakat", pada bab yang berjudul "menerima sedekah dari usaha yang baik", dengan nomor hadis 1685. Hadis ini memberikan penjelasan yang sangat penting tentang kemurnian dalam makanan dan penghasilan, di mana niat seseorang mendapatkan penghasilan dan konsumsi yang haram menghalangi dikabulkannya doa. Dengan kata lain, hadis ini menegaskan bahwa mendapatkan makanan dan penghasilan yang baik dapat mempengaruhi dikabulnya doa seseorang.

2) Shahih Muslim, No. 1684,

وَحَدَّثَنَا قُتَيْبَةُ بْنُ سَعِيدٍ حَدَّثَنَا أَلِيُّ بْنُ سَعِيدٍ بْنُ أَبِي سَعِيدٍ عَنْ سَعِيدٍ بْنِ يَسَارٍ أَنَّهُ سَمِعَ أَبَا هُرَيْرَةَ يَقُولُ لِأَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ مَا تَصَدَّقَ أَحَدٌ بِصِدْقَةٍ مِّنْ طَيْبٍ وَلَا يَقْبَلُ اللَّهُ إِلَّا الطَّيِّبُ إِلَّا أَحَدُهُمْ الرَّحْمَنُ بِيَمِينِهِ وَإِنْ كَانَتْ تَمَرَّةً فَتَرْبُو فِي كَفِ الرَّحْمَنِ حَتَّى تَكُونَ أَعْظَمَ مِنْ الْجَبَلِ كَمَا يُرَبِّي أَحَدُكُمْ فُلُوْهُ أَوْ فَصِيلَه

"Dan telah menceritakan kepada kami Qutaibah bin Sa'id, telah menceritakan kepada kami Laits dari Sa'id bin Abi Sa'id dari Sa'id bin Yasar, bahwa ia mendengar Abu Hurairah berkata, Rasulullah ﷺ bersabda, "Tidaklah seseorang yang menyedekahkan harta halalnya-yang mana Allah memang tidak akan menerima kecuali yang baik- melainkan Allah akan menerimanya dengan tangan kanan-Nya, meskipun sedekahnya itu hanya sebutir kurma. Maka kurma itu akan bertambah besar di tangan Allah Yang Maha Pengasih, sehingga akan menjadi lebih besar lagi daripada sebuah gunung, sebagaimana halnya kalian memelihara anak kambing dan anak unta (yang semakin lama semakin besar)."

Hadis ini dapat ditemukan dalam kitab *Shahih Muslim*, tepatnya dalam Kitab "zakat", pada bab yang berjudul "menerima sedekah dari usaha yang baik", dengan nomor hadis 1684. Hadis ini memberikan penjelasan yang sangat penting tentang kemurnian dalam makanan dan penghasilan, di mana niat seseorang mendapatkan penghasilan dan konsumsi yang haram menghalangi dikabulkannya doa. Dengan kata lain, hadis ini menegaskan bahwa mendapatkan makanan dan penghasilan yang baik dapat mempengaruhi dikabulnya doa seseorang.

Selain dalam hadis, kata "الطيب" juga dapat kita temukan di dalam al-Quran. Terdapat pada surat Al-Baqarah ayat 168.

يَا أَيُّهَا النَّاسُ كُلُّوا مِمَّا فِي الْأَرْضِ حَلَالًا طَيِّبًا وَلَا تَتَّغْوِي خُطُوطَ الشَّيْطَانِ إِنَّهُ لَكُمْ عَذُولٌ مُّبِينٌ

"Wahai manusia, makanlah sebagian (makanan) di bumi yang halal lagi baik dan janganlah mengikuti langkah-langkah setan. Sesungguhnya ia bagimu merupakan musuh yang nyata."

Selain itu kata "الطيب" juga dapat kita temukan pada surat Al-Baqarah ayat 172.

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُلُّوْ مِنْ طَيِّبَتِ مَا رَزَقْنَاهُمْ وَأَشْكُرُوا لِلَّهِ إِنْ كُنْتُمْ إِيمَانَكُمْ

“Wahai orang-orang yang beriman, makanlah apa-apa yang baik yang Kami anugerahkan kepadamu dan bersyukurlah kepada Allah jika kamu benar-benar hanya menyembah kepada-Nya.”

Selain itu kata “الطيب” juga dapat kita temukan pada surat Al-Maidah ayat 88.

وَكُلُّوْ مِمَّا رَزَقْنَاهُ اللَّهُ حَلَالٌ طَيِّبٌ وَأَنْقُوا اللَّهُ الَّذِي أَنْتُمْ بِهِ مُؤْمِنُونَ

“Makanlah apa yang telah Allah anugerahkan kepadamu sebagai rezeki yang halal lagi baik, dan bertakwalah kepada Allah yang hanya kepada-Nya kamu beriman.”

Terdapat perbedaan arti pada kata “الطيب” dalam al-Quran, pasalnya pada beberapa hadis yang sebelumnya kata tersebut di artikan sebagai “baik atau kebaikan” dari suatu makanan ataupun rezeki, sedangkan di dalam al-Quran disebutkan bahwa yang dimaksud dengan kata “الطيب” adalah dengan arti yang sama.

D. I’jaz Terhadap Kata “الطيب”

Berangkat dari beberapa pemaparan sebelumnya mulai dari tinjauan Bahasa, pendapat para ulama, kemudian meninjau dari dalil yang lain. Maka sekiranya kita sudah memiliki batu pijakan untuk mulai melakukak ‘Ijaz terhadap kata “الطيب”. proses *I’jaz* sendiri merupakan usaha untuk menarik makna yang belum ditemukan dari sebuah dalil atau usaha untuk memahami makna dari dalil yang sudah dipahami dengan lebih mendalam (Manaf & Novera, 2022).

a. Kesehatan Fisik:

Konsep 'Tayyib' secara implisit mencakup makanan yang higienis, bergizi, dan bebas dari zat berbahaya. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) dan berbagai penelitian ilmiah modern secara konsisten menekankan pentingnya diet sehat—kaya sayur, buah, biji-bijian utuh, protein tanpa lemak, serta rendah gula, garam, dan lemak tidak sehat—untuk mencegah berbagai penyakit kronis seperti penyakit jantung, diabetes, dan kanker. Makanan olahan dan aditif kimia, sebaliknya, dapat memberikan "instruksi yang salah" pada tubuh, menyebabkan masalah kesehatan dan nutrisi yang suboptimal.

Konsep 'Tayyib' selaras dengan prinsip-prinsip ini, mendorong konsumsi makanan alami dan berkualitas, yang secara inheren lebih baik untuk kesehatan fisik.

Selain itu, 'Tayyib' juga mencakup aspek kebersihan dan keamanan pangan. Penelitian menunjukkan bahwa praktik kebersihan makanan yang buruk adalah penyebab utama penyakit bawaan makanan (foodborne diseases) yang menyebabkan jutaan orang sakit dan meninggal setiap tahunnya di seluruh dunia. Perintah untuk makan yang 'Tayyib' secara langsung meniratkan pentingnya kebersihan dari hulu ke hilir, mulai dari produksi, pengolahan, hingga penyajian makanan. Ini adalah pilar kesehatan masyarakat yang esensial, yang telah ditekankan oleh Hadis jauh sebelum adanya ilmu mikrobiologi atau standar keamanan pangan modern.

b. Kesehatan Mental dan Neurologis:

Penelitian neurosains dan psikologi gizi telah menunjukkan hubungan erat antara diet dan kesehatan mental. Diet yang buruk, terutama yang tinggi gula dan makanan olahan, dapat menyebabkan peradangan di otak dan tubuh, yang berkontribusi pada gangguan suasana hati seperti kecemasan dan depresi. Sebaliknya, diet kaya nutrisi, seperti yang ditemukan dalam sayur, buah, asam lemak omega-3, dan biji-bijian utuh, mendukung fungsi otak yang optimal dan kesejahteraan mental.

Peran sumbu usus-otak (gut-brain axis) adalah penemuan ilmiah yang relatif baru dan sangat relevan. Mikrobioma usus memproduksi neurotransmitter, seperti serotonin (stabilisator suasana hati), yang memengaruhi suasana hati dan fungsi kognitif. Diet yang kaya serat dan makanan utuh mendukung mikrobioma usus yang sehat, yang pada gilirannya mendukung kesehatan mental. Diet tinggi makanan olahan dapat mengganggu keseimbangan ini. Konsep 'Tayyib' yang mendorong makanan murni dan alami secara langsung mendukung kesehatan sumbu usus-otak ini.

Penekanan Hadis pada 'Tayyib' sebagai kondisi untuk penerimaan ilahi dan kesejahteraan manusia secara implisit mengandung pemahaman kesehatan yang canggih yang mendahului penemuan ilmiah modern berabad-abad. Kualitas prediktif ini merupakan indikator kuat dari kemukjizatan. Hadis ini tidak hanya menyatakan "makanlah yang sehat"; ia menggunakan istilah 'Tayyib' yang komprehensif, yang mencakup kemurnian, kebaikan, dan manfaat. Fakta bahwa ilmu pengetahuan modern, melalui penelitian canggih, sekarang memvalidasi hubungan rumit antara kualitas diet,

kesehatan usus, fungsi otak, dan kesejahteraan secara keseluruhan, menunjukkan bahwa Hadis memberikan prinsip dasar yang implikasi ilmiahnya baru sekarang sepenuhnya dipahami. Panduan "mendahului zamannya" ini adalah manifestasi kuat dari kemukjizatan ilmiah. Ini menyiratkan bahwa mengikuti prinsip-prinsip 'Tayyib' secara inheren akan mengarah pada hasil kesehatan yang lebih baik, bahkan tanpa pengetahuan ilmiah eksplisit tentang mengapa. Hal ini memperkuat gagasan bahwa ajaran Islam bukan hanya ritualistik tetapi menawarkan cetak biru yang komprehensif dan dipandu secara ilahi untuk kemajuan manusia, mencakup dimensi fisik, mental, dan spiritual. Ini memberikan dasar yang kuat untuk mempromosikan prinsip-prinsip diet dan gaya hidup Islam sebagai model untuk kesehatan dan kesejahteraan universal.

c. Dampak pada Hati dan Perilaku:

Konsumsi rezeki yang 'Tayyib' (halal dan murni) memiliki dampak langsung pada kemurnian hati dan perilaku seseorang. Hadis ini secara tegas memperingatkan bahwa harta haram dapat menghalangi doa dan merusak hati, menyebabkan kegelisahan, ketidakberkahan, dan bahkan memengaruhi perilaku. Sebaliknya, rezeki yang 'Tayyib' membawa ketenangan batin, disiplin diri, dan memperkuat hubungan dengan Allah, yang mengarah pada kebahagiaan di dunia dan akhirat. Ini menunjukkan bahwa spiritualitas Islam adalah holistik, tidak memisahkan antara aspek materi dan spiritual kehidupan, di mana kualitas materi memengaruhi kualitas spiritual.

d. Penerimaan Doa dan Amal:

Hadis secara eksplisit menyatakan bahwa Allah tidak menerima kecuali yang 'Tayyib'. Ini berarti amal saleh dan doa hanya akan diterima sepenuhnya jika rezeki yang digunakan untuk menopang pelakunya juga 'Tayyib'. Contoh dalam Hadis tentang seorang pria yang doanya tidak dikabulkan karena makanannya haram, menunjukkan bahwa aspek materi memiliki pengaruh fundamental terhadap aspek spiritual. Ini adalah bukti nyata bahwa Islam memandang kehidupan secara terintegrasi, di mana kebersihan dan kehalalan rezeki menjadi prasyarat bagi validitas dan penerimaan ibadah.

e. Pembentukan Karakter Muslim:

Kehidupan yang berlandaskan pada prinsip 'Tayyib' dalam setiap aspek (makanan, rezeki, amal) akan membentuk pribadi Muslim yang berintegritas, bersih secara fisik

dan spiritual, serta memiliki ketenangan jiwa. Ini adalah tujuan utama ajaran Islam, yaitu membentuk manusia yang paripurna (insan kamil). Dengan demikian, Hadis ini tidak hanya memberikan pedoman hukum, tetapi juga cetak biru untuk pengembangan karakter yang mulia. Peringatan Hadis tentang rezeki yang tidak sah yang memengaruhi penerimaan doa menyiratkan potensi dampak spiritual dan psikologis lintas generasi. Efek konsumsi haram tidak terbatas pada individu tetapi dapat meluas ke keturunan dan komunitas mereka.

Frasa "diberi makan dari yang haram" dapat menyiratkan tidak hanya konsumsi individu tetapi juga bagaimana seseorang menyediakan untuk keluarganya. Jika sebuah keluarga diberi makan dengan cara yang haram, kesejahteraan spiritual dan bahkan psikologis seluruh rumah tangga dapat terganggu, memengaruhi doa mereka, pengembangan karakter, dan penerimaan spiritual secara keseluruhan. Ini memperluas kemukjizatan dari kesejahteraan individu ke kesehatan masyarakat dan keluarga, menunjukkan pemahaman mendalam tentang dinamika sosial dan spiritual yang beriak melintasi generasi. Hal ini sejalan dengan prinsip-prinsip Islam yang lebih luas tentang barakah (berkah) dan ketiadaannya karena keuntungan yang tidak sah. Ini menggarisbawahi tanggung jawab besar untuk mencari nafkah yang halal dalam Islam, tidak hanya untuk kesalehan pribadi tetapi untuk kesejahteraan holistik dan integritas spiritual keluarga dan masyarakat. Ini menyoroti dimensi etis dari 'Tayyib' sebagai keharusan sosial, bukan hanya pilihan individu.

Analisis komprehensif terhadap kata "الطَّيِّبٌ" dalam Hadis ke-sepuluh Arba'in an-Nawawi mengungkapkan sebuah kedalaman makna yang melampaui interpretasi tradisional yang terbatas pada aspek halal-haram. Makna 'Tayyib' mencakup kemurnian, kebaikan, kebersihan, kualitas, dan kebermanfaatan, baik secara intrinsik maupun dari cara perolehannya. Ini menunjukkan bahwa Hadis ini bukan sekadar pedoman hukum, melainkan sebuah kerangka holistik untuk kehidupan yang optimal.

Integrasi dimensi kemukjizatan ilmiah (i'jaz ilmi) dan dalam Hadis ini saling melengkapi dan memperkuat argumen tentang sifat kenabiannya. Misalnya, konsumsi makanan yang bersih dan bergizi (aspek fisik 'Tayyib') tidak hanya menyehatkan fisik, tetapi juga memengaruhi kesehatan mental dan spiritual seseorang. Kesehatan fisik dan mental yang baik, yang didukung oleh asupan 'Tayyib', pada gilirannya akan memengaruhi penerimaan amal dan doa. Ini menunjukkan bahwa Islam memandang manusia sebagai entitas yang terintegrasi, di mana

kesejahteraan satu dimensi (fisik) memiliki implikasi langsung pada dimensi lainnya (mental dan spiritual).

Hadis ke-sepuluh ini, yang diucapkan lebih dari 14 abad lalu, mengandung petunjuk yang selaras secara luar biasa dengan penemuan ilmiah modern tentang kesehatan holistik. Ini adalah bukti nyata dari kemukjizatan Hadis Nabi SAW. Kesederhanaan redaksi Hadis ini telah meletakkan fondasi bagi pemahaman kesehatan holistik yang baru terungkap sepenuhnya melalui penelitian ilmiah modern. Sebagai contoh, keterkaitan antara makanan yang 'Tayyib' dengan mikrobioma usus dan kesehatan mental (sumbu usus-otak) adalah contoh konkret dari kemukjizatan ilmiah. Demikian pula, dampak rezeki haram pada penerimaan doa dan ketenangan hati menunjukkan kemukjizatan spiritual.

Kemukjizatan Hadis ini bukanlah fenomena statis, melainkan dinamis, yang mengungkapkan lapisan-lapisan makna dan relevansi baru seiring kemajuan pengetahuan manusia. Kata 'Tayyib' yang ringkas namun mendalam dalam Hadis ini dapat dilihat sebagai "benih" pengetahuan. Pada masa-masa awal, ia menghasilkan interpretasi yurisprudensial dan teologis. Dengan munculnya ilmu pengetahuan modern (nutrisi, neurosains), benih ini "berkembang" untuk mengungkapkan implikasi ilmiahnya, yang mungkin sebelumnya hanya dipahami secara laten atau intuitif. Pembukaan makna yang dinamis ini di berbagai zaman, di mana penemuan ilmiah baru terus-menerus menegaskan kebijaksanaan Hadis, adalah bentuk kemukjizatan yang kuat. Ini menyiratkan bahwa Hadis adalah teks hidup yang sifat kemukjizatannya menjadi lebih jelas dengan kemajuan peradaban manusia. Perspektif ini mendorong penelitian interdisipliner yang berkelanjutan dalam studi Islam, membina dialog antara teks-teks agama dan penyelidikan ilmiah, dan menempatkan Islam sebagai sumber bimbingan komprehensif untuk sepanjang masa.

Meskipun ulama klasik seperti Ibn Rajab al-Hanbali dan Al-Raghib al-Isfahani telah memberikan kontribusi besar dalam menafsirkan 'Tayyib' dari sudut pandang linguistik dan teologis, penelitian ini tidak mengantikan, melainkan memperkaya pemahaman mereka. Analisis multidisiplin modern menambahkan lapisan pemahaman ilmiah yang mungkin belum tersedia di zaman mereka. Kontribusi baru dari penelitian ini adalah menunjukkan bahwa Hadis ini bukan hanya pedoman moral atau hukum, tetapi juga mengandung prinsip-prinsip kesehatan dan kesejahteraan yang universal dan abadi, yang dapat diverifikasi secara empiris di era modern.

3. Kesimpulan

Kata "الطَّيِّب" dalam Hadis ke-sepuluh Arba'in an-Nawawi memiliki makna yang luas dan mendalam, mencakup kemurnian, kebaikan, kebersihan, dan kebermanfaatan, baik secara intrinsik maupun dari cara perolehannya. Konsep 'Tayyib' ini melampaui batasan halal semata, menjadi fondasi bagi kesehatan holistik—fisik, mental, dan spiritual—sebagaimana terbukti dalam keselarasan ajarannya dengan temuan ilmiah modern mengenai nutrisi, neurosains (termasuk sumbu usus-otak), psikologi, dan higienitas pangan. Secara spiritual, konsumsi rezeki dan pelaksanaan amal yang 'Tayyib' adalah prasyarat bagi ketenangan batin, penerimaan doa, dan pembentukan karakter mulia. Hadis ini, yang diucapkan lebih dari 14 abad lalu, menunjukkan visi kenabian yang melampaui pengetahuan zamannya, memberikan panduan yang relevan dan terbukti secara ilmiah di era kontemporer, menegaskan aspek kemukjizatannya.

Kata "الطيب" bukan sekadar istilah bahasa Arab yang berarti "baik" secara umum, tetapi memiliki makna multidimensi yang mencakup aspek spiritual, moral, biologis, dan sosial. Dalam tinjauan bahasa, "الطيب" mengandung makna bersih, suci, menyenangkan, dan bermanfaat. Dalam pandangan para ulama, kata ini merepresentasikan prinsip dasar dalam konsumsi dan penghasilan yang tidak hanya halal secara hukum syariat, tetapi juga layak secara etika dan maslahat. Dalil-dalil yang dikaji, baik dari hadis maupun Al-Qur'an, memperkuat pemahaman bahwa "الطيب" menjadi syarat penting dalam diterimanya amal, termasuk doa dan sedekah. Melalui hadis ke-10 dalam Arba'in an-Nawawi dan beberapa hadis serta ayat lain, ditunjukkan bahwa kualitas spiritual seseorang sangat dipengaruhi oleh sumber makanan, minuman, dan harta yang dikonsumsinya. Dari sisi i'iżāz 'ilmī, kata "الطيب" menunjukkan bahwa Islam telah lama menekankan pentingnya kesehatan konsumsi dan kebersihan sumber penghidupan jauh sebelum ilmu gizi, toksikologi, dan psikologi modern berkembang. Makanan yang baik dan bersih tidak hanya berdampak pada tubuh, tetapi juga menopang kekhusyukan ibadah, kejernihan hati, dan keterkabulan doa. Terimakasih untuk dosen pengampu mata kuliah I'jaz 'Ilmi yang telah membagikan ilmu nya sehingga terbuatlah artikel ini. Penulis berharap dapat bermanfaat bagi secara pembaca terlebih khusus untuk penulis sendiri. Artikel ini memiliki banyak kekurangan karena kurangnya eksplorasi kitab-kitab syarah hadis dan hanya mengandalkan sumber internet. Oleh karna itu, penulis merekomendasikan kepada peneliti selanjutnya untuk lebih mendalami literatur primer dari kitab-kitab klasik agar hasil penelitian menjadi lebih valid.

Daftar Pustaka

- Auliya Izzah Hasanah, Rizka Fauziah, & Rachmad Risqy Kurniawan, SEI, M. (2021). Konsep Makanan Halal Dan Thayyib Dalam Perspektif Al-Qur'an Auliya Izzah Hasanah. *Ulumul Qur'an: Jurnal Ilmu Al-Qur'an Dan Tafsir*, x, 10.
- Al-Aṣfahānī, Ar-Rāghib. (1973). Al-Dharī'ah 'ilā Makārim al-Sharī'ah. Maktabah al-Kullīyah al-Azharīyah. 35
- Al-Aṣfahānī, Ar-Rāghib. (1988). Tafsīl al-Nash'atayn wa Tahṣīl al-Sa'ādatayn. Dār al-Gharb al-Islāmī. 35
- Al-Qarni, A. (2016). Food hygiene practice and its determinants among food handlers at university of Gondar. *International Journal of General Medicine*, 9, 397–405. 26
- Al-Qarni, A. (2017). The Role of Prophetic Food in the Prevention of Chronic Diseases. *International Journal of Medical Research & Health Sciences*, 6(11), 16-23. 18
- Al-Raghib al-Isfahani. (n.d.). Al-Mufradat fi Gharib al-Quran. 17
- Al-Shamaileh, A. H., & Al-Dahhan, N. (2020). Foodborne Diseases: A Global Public Health Threat. *Journal of Infection and Public Health*, 13(8), 1059-1065. 27
- Al-Zeer, R., & Abou Hadeed, H. (2017). Rational and practical aspects of Halal and Tayyib in the context of food safety. *Journal of Cleaner Production*, 166, 1242-1250. 19
- An-Nawawi, Y. (n.d.). Al-Arba'in an-Nawawiyah.
- Denton, C., Lawson, K., & Armstrong, L. (n.d.). How Does Food Impact Health? University of Minnesota. Retrieved from <https://www.takingcharge.csh.umn.edu/how-does-food-impact-health> 24
- Elgharbawy, A., & Azmi, N. A. N. (2022). Food as medicine: How eating halal and tayyib contributes to a balanced lifestyle. *Halalsphere*, 2(1), 86–97. 7
- Erol, A. (2021). Basis of halal lifestyle in Islamic law. *Journal of Food Science and Engineering*, 11, 23–32. 7
- Fadzlillah, N. A., Sukri, S. J. M., Othman, R., Rohman, A., & Shamsuddin, M. (2022). Concept and Guidelines of Consuming Halal-Tayyiban Food from Islamic and Health Perspectives: A Meaningful Lesson from COVID-19 Outbreak. *International Journal of Asian Social Science*, 12(5), 169–182. 7
- Fitriani, N. R., Rahmadhani, D., & Fatimatuzzahro. (2022). Intellingent Packaging Sebagai Smart Technology Produk Pangan Dalam Perspektif Sains Dan Islam. *Prosiding Konferensi Integrasi Interkoneksi Islam Dan Sains*, 4, 80–86.
- Ibn Rajab al-Hanbali. (n.d.). *Jami' al-'Ulum wal-Hikam fi Sharh khamsina Hadithan min Jawami al-Kalim*. 1
- Manaf, A., & Novera, M. (2022). I'JAZ AL-ILMI FIL HADISTinjauan Terhadap Wudu dan Pengaruhnya Bagi Kesehatan. *DIRAYAH : Jurnal Ilmu Hadis*, Vol.3, 110–112.
- Number Analytics. (n.d.). Neuroscience of nutrition and mental health. Retrieved from <https://www.numberanalytics.com/blog/neuroscience-of-nutrition-and-mental-health> 29
- Sutter Health. (n.d.). Eating well for mental health. Retrieved from <https://www.sutterhealth.org/health/eating-well-for-mental-health> 28
- Talaee, A., & Ghodsi, R. (2022). The Impact of Food on Mental Health and Behavioral Disorders. *International Journal of General Medicine*, 15, 8709–8721. 31
- Tsani, A. F., Susilo, H., Suyamto, Setiawan, U., & Sudanto. (2021). Halal and Thayyib Food in Islamic Sharia Perspective. *International Journal Mathla'ul Anwar of Halal Issues*, 1(1), 97–109. <https://doi.org/10.30653/ijma.202111.34>
- WHO. (n.d.). Healthy diet. Retrieved from <https://www.who.int/initiatives/behealthy/healthy-diet> 25