

# **PREFERENSI KULINER NABI SERTA RELEVANSINYA DENGAN KESEHATAN**

## **ABSTRAK**

Nabi Muhammad SAW merupakan teladan bagi umat Islam dalam segala aspek kehidupan, termasuk dalam hal kuliner. Preferensi kuliner Nabi mencerminkan pola makan yang seimbang dan sehat, sesuai dengan tuntunan agama Islam. Memahami preferensi kuliner Nabi menjadi penting untuk menerapkan gaya hidup sehat yang sesuai dengan syariat Islam. Akan tetapi jika berkaca pada dunia Kesehatan yang berfokus pada aspek makanan, diketahui bahwasannya banyak umat muslim lebih mengedepankan teori yang dikemukakan oleh sarjana barat dan mereka awam terhadap kuliner yang telah di ajarkan dan dicontohkan nabi. Maka dari itu dengan permasalahan tersebut maka pertanyaan penelitian sebagai Batasan pemelitian yang diangkat penulis ialah terkait apasaja kuliner yang dicontohkan nabi dan bagaimana keabsahan riwayatnya, kandungan matannya dan relevansinya dalam dunia Kesehatan modern. Adapun metode yang digunakan peneliti dalam penelitian ini ialah metode deskriptif, yaitu penyajian apa adanya berdasarkan data yang ditemukan oleh penulis dan menggunakan pendekatan kajian ilmu hadis, baik takhrij, syarh dan kritik hadis. Dari penelitian ini diketahui bawasannya kuliner pada masa nabi terdiri dari puluhan bentuk makanan dan minuman yang terdiri dari buah-buahan, makanan olahan, minuman dan lain sebagainya. Dari segala bentuk kuliner tersebut peneliti merangkum dan memilihnya dalam sepuluh poin utama berdasarkan Riwayat yang penulis jumpai dalam beberapa sumber primer. Adapun kualitas Riwayat terkait hadis-hadis tersebut sendiri terdiri dari berbagai bentuk, baik shahih dan da'if. Selain itu, beberapa macam kuliner atau makanan dan minuman memiliki keterkaitan yang erat dan dapat dibuktikan khasiatnya dalam dunia Kesehatan dan ada yang bertentangan seperti pernyataan kurma adalah penangkal sihir.

**Kata kunci:** Kuliner Nabi; Studi Ma'ani al-Hadis, Dunia Kesehatan