

BAB IV

PENUTUP

A. Kesimpulan

Susu sapi merupakan minuman yang memiliki banyak nilai gizi yang dianjurkan oleh Rasulullah untuk di konsumsi. Dalam HR. Ahmad bin Hanbal yang menjelaskan bahwa Nabi Saw menganjurkan kita untuk mengkonsumsi susu sapi. Analisis hadis ini termasuk kedalam hadis marfu' yakni hadis yang disandarkan kepada Nabi Saw. Dilihat dari kuantitas sanadnya hadis ini termasuk kedalam hadis ahad yakni Hadis yang diriwayatkan oleh satu, dua, tiga atau lebih. Dan hadis ini termasuk kedalam hadis Gharib yakni hadis yang diriwayatkan oleh seorang rawi saja. Kemudian jika dilihat dari segi kualitas sanad hadis ini termasuk hadis mursal shahabi, karena terdapat salah satu perawi yang gugur di tingkat sahabat. Akan tetapi para ulama menganggap bahwa hadis mursal shahabi adalah shahih. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa kualitas sanad dan matan hadis adalah *shahih li ghairihi*.

Makna hadis secara tekstual maupun kontekstual dilakukan untuk memastikan kebenaran hadis tersebut. secara tekstual pendekatan yang digunakan adalah mencari makna mufrodah dan ilmu nahwu, kemudian pemaknaan secara kontekstual mengaitkan hadis tersebut dengan kebenaran ilmiah berupa ilmu sains yang ada pada saat ini. Hasil dari pemaknaan keduanya menunjukkan bahwa makna hadis tentang anjuran mengonsumsi susu sapi sejalan dengan kebenaran sains yang juga mengatakan bahwa susu

sapi memiliki kandungan gizi yang sangat banyak, dan bermanfaat bagi tubuh.

Kondisi pada saat ini sudah mulai stabil karena pemerintah telah meniadakan lockdown sehingga keadaan sekarang sudah seperti awal sebelum datangnya covid-19, akan tetapi hal ini tidak boleh di sepelekan. Karena jika dilihat dari data WHO maupun kementerian kesehatan RI, masih banyak masyarakat yang terpapar covid-19, oleh karena itu kita tetap harus menjaga kesehatan, menjaga imun tubuh dengan menjalani pola hidup sehat, makan makanan sehat serta mengkonsumsi susu sapi yang kaya akan gizi. Susu sapi mengandung air, lemak, protein, laktosa, mineral dan vitamin (A,D,E,K), kemudian mengandung zat seperti, kalsium, kalium, nitrogen, magnesium, forfor, sulfur, zat besi dan zinc, yang berfungsi untuk membantu memperbaiki sistem sel darah, meningkatkan imun tubuh, menjaga kekuatan tulang dan lainnya. Meningkatkan imunitas tubuh bukan hanya dengan menjaga pola hidup sehat tetapi dengan mematuhi protokol kesehatan, dan mengendalikan stres yang berlebihan.

B. Saran

1. Untuk umum diharapkan penelitian ini dapat menambah wawasan masyarakat dan memberi pemahaman mengenai manfaat susu sapi untuk meningkatkan imun tubuh
2. Untuk pembaca diharapkan mampu memahami isi dari penelitian ini, tidak meremehkan covid-19 dan tetap menjaga daya tahan tubuh agar terhindar dari paparan virus covid-19 maupun virus lainnya