

Habbatus Sauda Mampu Merawat Pelbagai Penyakit

Oleh: NurZatil Aqmar binti Mohd Zamri

Universiti Sains Islam Malaysia

Diterbitkan pada 16 Jun 2021

Kita sering mendengar tentang khasiat dan kebaikan habbatus sauda atau dikenali dengan nama saintifiknya, *Nigella sativa*.

Ia merupakan salah satu makanan sunah Nabi Muhammad SAW pada zaman dahulu yang boleh dijadikan sebagai penawar kepada pelbagai penyakit.

Walaupun sebahagian anggota masyarakat tahu tentang manfaatnya terhadap kesihatan, pengambilan makanan sunah ini kurang diterapkan dalam kehidupan kita.



Gambar hiasan

Dari hadis yang diriwayatkan oleh Aisyah r.a., Rasulullah SAW bersabda, “Sesungguhnya habbatus sauda boleh menyembuhkan segala penyakit kecuali al-sam.” Aku bertanya “Apakah al-sam itu?” Baginda menjawab, “Al-sam itu adalah maut.” (Riwayat Bukhari)

Hadis tersebut merungkai tentang manfaat serta kelebihan habbatus sauda yang dapat menyihatkan tubuh kita.

Walau bagaimanapun, terdapat salah faham tentang mesej yang disampaikan dalam hadis tersebut.

Tidak semua penyakit dapat disembuhkan dengan habbatus sauda yang lazimnya berkesan untuk merawat penyakit yang dikaitkan dengan cuaca sejuk.

Memetik artikel dalam laman sesawang Institut Kefahaman Islam Malaysia (IKIM), menurut para ulama, Ibn Hajar al-Asqalani dalam *Fathul Bari* dan Imam al-Nawawi dalam *Syarah Al-Nawawi 'ala Sahih Muslim* menjelaskan, habbatus sauda hanya bermanfaat untuk penyakit-penyakit yang wujud kerana cuaca sejuk.

Namun, terdapat juga perbezaan pendapat dalam kalangan ulama yang dipetik dari artikel dalam laman sesawang rasmi Pejabat Mufti Wilayah Persekutuan.

Ada yang menyatakan, habbatus sauda boleh digunakan bagi merawat penyakit-penyakit yang bersifat sejuk atau panas.

Sementara itu, sebahagian ulama yang lain berpandangan bahawa lafaz hadis tersebut bergantung kepada perincian-perincian tertentu.

Boleh dikatakan bahawa ungkapan habbatus sauda sebagai penyembuh segala penyakit bukanlah bermakna ia dapat merawat semua jenis penyakit.

Terdapat pelbagai cara menggunakan habbatus sauda untuk merawat penyakit dan sebahagiannya dikongsikan dalam artikel dalam laman sesawang ilmusunnah.com.

Artikel tersebut menjelaskan hadis berkaitan kaedah rawatan menggunakan habbatus sauda daripada al-Hafiz Ibn Hajar r.a.

Sifat habbatus sauda yang panas lagi kering berupaya menghilangkan bengkak, merawat demam batuk dan kahak serta membuka liang-liang yang tersumbat dan dimasuki angin selain mengeringkan bahagian yang lembap pada perut.

Selain itu, serbuk habbatus sauda yang dicampur dengan madu dan air panas boleh membantu menghancurkan batu karang, melancarkan aliran kencing dan pengeluaran darah haid. Ramuan tersebut juga boleh memutuskan pengeluaran haid dengan sempurna.

Aroma serbuk habbatus sauda yang dibungkus di dalam kain atau kulit juga boleh merawat selesema yang berpunca daripada cuaca sejuk.

Bagi merawat individu yang mengalami penyakit kuning atau jaundis, rendam tujuh biji habbatus sauda dalam air susu ibu dan titiskan ke dalam rongga hidung pesakit.

Masalah gangguan pernafasan juga boleh dirawat dengan meminum air yang dicampur dengan habbatus sauda seberat kira-kira satu *mitsqal*.

Di samping itu, sakit kepala boleh dirawat dengan menyapukan campuran habbatus sauda pada kepala manakala perbuatan berkumur-kumur menggunakan ramuan habbatus sauda yang dimasak dengan cuka dapat meredakan sakit gigi.

Dari sudut saintifik, laman sesawang *Majalah Sains* melaporkan, para penyelidik dari Pusat Kimmel Cancer, Universiti Thomas Jefferson, Philadelphia menemukan *thymoquinone* dalam ekstrak *Nigella sativa*.

Bahan itu merupakan sejenis komponen kimia yang mengandung bahan antioksidan yang dapat mencegah pertumbuhan sel kanker pada pankreas dan membunuh sel kanker melalui proses *apoptosis*.

Memang banyak manfaat habbatus sauda yang boleh digunakan sebagai ikhtiar untuk merawat penyakit-penyakit tertentu khususnya yang berlaku akibat cuaca sejuk.