

GAYA HIDUP MUSLIM DI INDONESIA DALAM MENGHADAPI VIRUS COVID-19

Ayu Septiani

Departemen Sejarah dan Filologi, Fakultas Ilmu Budaya, Universitas Padjadjaran

E-mail: ayu.septiani@unpad.ac.id

ABSTRAK. Pandemi covid-19 yang terjadi pada 2020 telah mengubah gaya hidup masyarakat Indonesia khususnya, dan masyarakat dunia umumnya. Artikel ini merupakan jenis artikel hasil penelitian penulis. Dalam penelitian ini penulis bermaksud memaparkan bahwa gaya hidup muslim telah mengajarkan mengenai persoalan gaya hidup bersih berdasarkan hadis ‘kebersihan sebagian dari iman’ dan seyogyanya dapat dijadikan sebagai salah satu solusi untuk mempertahankan dan meningkatkan imunitas tubuh agar terhindar dari virus covid-19 khususnya dan penyakit-penyakit lain umumnya. Dalam artikel ini digunakan Metode Kualitatif dengan pendekatan studi literatur. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan memanfaatkan media massa online, *elektronik book*, situs *website* resmi dari pemerintah atau lembaga yang kredibel, serta jurnal ilmiah yang dilanggan oleh Perpustakaan Nasional Republik Indonesia yang diakses secara daring mengingat artikel ini disusun saat pandemi covid-19. Hasil penelitian menunjukkan bahwa gaya hidup muslim merupakan gaya hidup yang tepat dalam menjaga dan meningkatkan imunitas tubuh saat dan setelah pandemi covid-19.

Kata kunci: gaya hidup; muslim; pandemi Covid-19

MUSLIM LIFESTYLE IN INDONESIA IN FACING THE COVID-19 VIRUS

ABSTRACT. *Pandemi Covid-19 that has lasted almost a year since set by the WHO in March 2020 have changed the lifestyle of the people of Indonesia in particular, and the world community generally. This article is a type of article the results of research of the author. In this research the author intends explained that the lifestyle of muslims have been taught about the issue of lifestyle clean based on the hadith of ‘cleanliness is half of faith’ and should be used as one of the solutions to maintain and improve the immunity of the body to avoid the Virus Covid-19 in particular and other diseases generally. In this article used a Qualitative Method approach to the study of literature. The technique of data collection was conducted online by utilizing the mass media online, electronic book, site the official website of the government or credible institutions, as well as scientific journals subscribed by the National Library of the Republic of Indonesia accessed on-line, given the situation of the pandemi Covid-19 is not yet over. The results showed that the muslim lifestyle is a lifestyle that is right in maintaining and enhancing the immunity of the body during and after the pandemi covid-19.*

Keywords: *lifestyle; Muslim; Pandemi Covid-19.*

PENDAHULUAN

Pada Rabu, 11 Maret 2020, WHO menetapkan wabah covid-19 sebagai pandemi global. Berdasarkan data yang dihimpun Kompas, covid telah menginfeksi lebih dari 126.000 orang dari 123 negara dari Asia, Eropa, Amerika Serikat, sampai Afrika Selatan (Putri, 2020). Sejak saat itu, sosialisasi gerakan 3M yaitu Memakai masker, Mencuci tangan, dan Menjaga jarak terus digencarkan oleh pemerintah dan Masyarakat.

Pasar Grosir Makanan Laut Huanan (Tiongkok Selatan), tempat jual beli hewan liar (seperti Kelelawar) diperjualbelikan merupakan lokasi pertama yang dilaporkan dan diduga penyebaran Virus covid-19 dimulai dari sana.

Virus ini menyerang kekebalan tubuh namun dengan reaksi yang berbeda-beda pada setiap orang. Menurut Ben Neuman, Ph.D., Kepala Departemen Biologi Texas A&M University-Texarkana, di dalam tubuh manusia

terdapat sistem kekebalan yang selalu memantau dan memeriksa apabila terdapat kuman, virus, atau bakteri yang masuk dan dapat menyebabkan penyakit. Sistem ini bereaksi ketika dia menemukan sebuah kuman, virus, atau bakteri yang dianggap berbahaya. Pun ketika virus covid-19 masuk ke dalam tubuh. Maka, respons imun bawaan langsung diaktifkan oleh sistem kekebalan untuk melakukan perlawanan pada virus hingga sistem tersebut dapat menggerakkan respons imun adaptif yang lebih kuat untuk melawan virus. Pertahanan ini dapat memberikan perlawanan dan mendorong pembuatan sel pembunuh, yaitu sel T. orang yang berhasil selamat dari virus covid-19 jika diperiksa darahnya maka akan ditemukan respons sel pembunuh T tersebut, namun tidak bagi orang yang tidak berhasil melawan virus covid-19 (Fadli, 2020).

Oleh karena itu, pada masa awal penyebaran virus covid-19 hingga ditemukannya obat untuk menyembuhkan pasien yang terin-

feksi virus ini, dokter dan tenaga kesehatan selalu mengampanyekan gerakan 3M (Memakai masker, Mencuci tangan, dan Menjaga jarak) kemudian berkembang menjadi gerakan 5M (Memakai masker, Mencuci tangan, Menjaga jarak, Menghindari kerumunan, dan Mengurangi mobilisasi) serta menjaga kekebalan tubuh dengan rutin mengkonsumsi makanan sehat, vitamin, rutin berolahraga, dan berjemur di pagi hari.

Berangkat dari data dan pemaparan di atas penulis bermaksud memaparkan mengenai gaya hidup muslim dalam menghadapi Virus covid-19. Ruang lingkup pembahasan meliputi kebersihan jiwa dan raga, mengonsumsi makanan halal, thoyib, dan sehat seperti rimpang/empon-empon, dan bahan makanan lainnya yang sudah dicontohkan oleh Rasulullah SAW. serta terdapat dalam Al-Qur'an dan Hadis. Pembahasan tersebut penulis tuangkan dalam judul *Gaya Hidup Muslim di Indonesia dalam menghadapi Virus Covid-19*.

METODE

Oleh karena tulisan ini disusun saat Pandemi Covid-19, maka metode yang digunakan yaitu metode kualitatif dengan pendekatan studi literatur. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan memanfaatkan media massa *online*, *elektronik book*, situs *website* resmi dari pemerintah atau lembaga yang kredibel, serta jurnal ilmiah yang dilanggan oleh Perpustakaan Nasional Republik Indonesia yang diakses secara daring.

Adapun konsep yang digunakan yaitu *pertama*, gaya hidup adalah tingkah atau cara hidup yang nampak khas di kalangan warga suatu masyarakat, suatu kelompok, atau suatu lapisan sosial. Gaya hidup merupakan bentuk lahir dari suatu kebudayaan atau kebudayaan khusus, yaitu pola bertingkah laku yang merupakan pencerminan nilai sosial. Sartono Kartodirdjo (1992: 200-201) mengungkapkan gaya hidup dengan segala simbolismenya mencerminkan pada status, peranan, kekuasaan, dan keterampilan para pendukung gaya hidup tersebut. Secara garis besar ia merinci beberapa unsur gaya hidup, yaitu tempat tinggal, kebiasaan, makan, pakaian, hiburan, kepercayaan dan solidaritas. *kedua*, muslim adalah sebutan untuk pemeluk agama Islam. Dengan demikian, gaya hidup muslim adalah tingkah atau cara hidup yang khas di kalangan pemeluk agama Islam, yang meliputi tempat tinggal, kebiasaan, makan, pakaian, dan hiburan.

Berkaitan dengan fokus pembahasan dalam artikel ini, maka gaya hidup muslim yang dibahas yakni kebiasaan dan makan karena dua hal ini menurut hemat penulis berkaitan langsung dengan pandemi covid-19 (Kartodirdjo, 1992; Septiani, 2010; Sugono, 2008).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam sejarah peradaban manusia, sudah beberapa kali terjadi pandemi. Beberapa pandemi yang disebabkan oleh virus sebelum covid-19 di antaranya *Pertama*, Flu Spanyol terjadi pada 1918 di tengah peristiwa Perang Dunia pertama. Virus tersebut diduga menjadi virus influenza paling mematikan dalam sejarah peradaban manusia karena membunuh lebih banyak orang dalam waktu kurang dari setahun dibandingkan wabah *Black Death* pada abad ke-14 yang berlangsung selama 4 tahun. Virus H1N1 membunuh lebih banyak orang dalam waktu 24 minggu dibandingkan Virus HIV/AIDS. (Wibowo, 2009: 27-31).

Kedua, Flu Asia, pandemi Flu Asia terjadi pada 1957. Kasus flu Asia pertama kali muncul di Provinsi Guizhou di Tiongkok barat daya pada Februari 1957. *Ketiga*, Flu Hongkong yang terjadi pada 1968. Penyebabnya adalah virus influenza A tipe H3N2. Kasus pertama Flu Hongkong terjadi di Hongkong pada 1968 dan dilaporkan pada 13 Juli 1968. *Keempat*, Virus SARS yakni *Severe Acute Respiratory Syndrome*. Penyebab virus tersebut adalah Virus Korona. Virus tersebut pertama kali diidentifikasi saat wabah muncul di Provinsi Guangdong, Cina Selatan pada November 2002. *Kelima*, Virus Mers yakni *Middle East Respiratory Syndrome*. Virus ini dikenal juga dengan sindrom pernapasan Timur Tengah. Kuat dugaan virus MERS ditularkan dari Unta Dromedaris ke manusia karena telah teridentifikasi pada beberapa negara di Timur Tengah, Afrika, Asia Selatan, dan Eropa (Tim Website WHO, 2003; CNN Indonesia, 2020).

Oleh karena gejala umum bagi seseorang yang terpapar covid-19 mirip flu biasa, maka kondisi seseorang itu hilang gejalanya atau justru menjadi semakin parah bergantung pada sistem imunitas masing-masing individu. Dengan demikian, saat pandemi, sebaiknya selain menjadikan protokol kesehatan sebagai gaya hidup atau kebiasaan baru, perlu juga mengubah gaya hidup dengan mengonsumsi makanan bergizi seimbang, olah raga secara teratur, dan berjemur di bawah sinar matahari pada pagi hari.

Dalam Agama Islam diatur tentang halal dan haram terutama mengenai makanan dan minuman yang boleh dikonsumsi. Hal tersebut bukan tanpa alasan. Sebagai contoh, umat Islam dilarang mengonsumsi daging babi karena menurut penelitian ilmiah ada beberapa alasan mengapa Islam mengharamkan daging babi untuk dikonsumsi. Pertama, menurut Dr. Muhammad Abdul Khair, daging babi mengandung benih-benih *trachenea lolipia* dan cacing pita. Cacing tersebut berpindah ke manusia yang mengonsumsi daging babi. Kedua, berdasarkan penelitian di Cina dan Swedia daging babi merupakan penyebab utama kanker usus besar dan anus. Ketiga, menurut Prof. A.V. Nalbandov kantung urine babi sering bocor sehingga urine merembes dan daging tercemar kotoran yang seharusnya ikut terbuang bersama urine (Virdani dan Ruslan, 2012).

Berkaitan dengan virus covid-19, Pada pembahasan di awal dikatakan bahwa virus ini berasal dari kelelawar yang dalam Islam merupakan hewan yang tidak disarankan untuk dikonsumsi. Dalam Islam ada dua pendapat mengenai hukum mengonsumsi kelelawar.

Pertama, menurut Mazhab Syafi'i dan Hanbali kelelawar merupakan hewan yang haram dikonsumsi karena hewan ini bertaring, punya cakar, dan menjijikan. Pendapat itu berdasarkan pada sabda Rasulullah SAW, dari 'Abdullah bin 'Amru, ia berkata, "Janganlah kalian membunuh katak, karena suaranya adalah tasbih. Jangan kalian pula membunuh kelelawar, karena ketika Baitul-Maqdis roboh ia berkata: "Wahai Rabb, berikanlah kekuasaan padaku atas lautan hingga aku dapat menenggelamkan mereka" (HR. Al Baihaqi), namun pada umumnya para ulama melakukan penguatan pada pendapat ini dengan berkesimpulan bahwa hukum membunuh dan mengonsumsi kelelawar adalah haram karena sebelum mengonsumsi tentu saja harus dibunuh lebih dulu, maka tentu saja hukum mengonsumsi kelelawar adalah haram dapat dipahami. **Kedua**, menurut Mazhab Maliki dan Hanafi hukum mengonsumsi kelelawar adalah makruh. Pemakruhan ini karena secara usul fiqih kedua mazhab ini memandang bahwa setiap dalil yang bersifat dzani (masih persangkaan) tidak bisa mengubah asal hukum dari sesuatu yang semuanya menurut syariat dihalalkan (Muslim, 2020)

Kesehatan seorang muslim berangkat dari kebersihan jiwa dan raga. Kebersihan raga dalam Islam direpresentasikan dengan adanya konsep bersuci, mengonsumsi makanan dan minuman halal. Tentu saja semuanya berkaitan dengan aspek kesehatan setiap muslim. Dalam

konsep bersuci, seorang muslim melakukan gerakan wudhu yang dilakukan sebelum melaksanakan shalat (sehari 5 kali untuk shalat wajib dan bisa lebih jika ditambah dengan shalat sunah yang waktu pelaksanaannya di antara shalat wajib seperti sholat Rawatib, duha, tahajud, hajat, dsb.), Hal tersebut menunjukkan bahwa lebih sering mencuci tangan dan menjaga kebersihan telah menjadi gaya hidup muslim sejak dulu.

Menurut Zaidul Akbar, seorang muslim harus sehat agar dapat khusyu' dalam beribadah. Oleh karenanya mengonsumsi makanan dan minuman halal diwajibkan bagi setiap muslim. Aktivitas dari bangun tidur hingga tidur lagi jika dilaksanakan dengan mencontoh Rasulullah SAW dapat menyehatkan tubuh. Sebagaimana pendapatnya berikut ini:

"Sehat adalah efek samping, buah dari ketaatan seseorang menerapkan semua syariat dalam agama. Mereka yang rajin menerapkan semua contoh dan aturan pasti sehat. Tuhan Maha Tahu yang kita Butuhkan dan kita bergerak dari situ. Kembali pada Allah SWT dan petunjuk Nabi Muhammad SAW" (Widiyani, 2019). Kesehatan raga seorang muslim juga sangat dipengaruhi oleh kesehatan jiwanya. Hal ini berdasarkan sabda Rasulullah SAW yang berbunyi, dari Abu Abdillah an-Nu'man ibnu Basyir radhiallahu'anhu, Rasulullah SAW bersabda, "ketahuilah pada tubuh manusia itu terdapat segumpal daging, kalau daging itu baik maka baiklah semua, kalau daging itu rusak maka rusaklah semua, daging itu adalah Qolbu". Oleh karenanya seorang muslim sangat meyakini bahwa jika seseorang ingin raganya sehat, maka jiwanya pun harus sehat, sehingga berbagai 'penyakit hati' seperti iri, dengki, riya', hasad harus dihindari. Hal ini diatur dalam Al-Qur'an surah Al Hujurat (49) ayat 12 yang artinya: "Hai orang-orang beriman, jauhilah prasangka (kecurigaan), karena sebagian prasangka itu dosa. Dalam ilmu psikologi, seorang yang memiliki kecurigaan terhadap orang lain secara berlebihan tergolong memiliki gangguan kepribadian paranoid (Marianti, 2017). Biasanya, seseorang yang memiliki rasa curiga berlebihan terlihat cemas, stress, bahkan depresi. Berdasarkan sebuah penelitian disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara tingkat kecemasan, stress, dan depresi dengan meningkatnya tekanan darah seseorang.

Sementara itu, berbicara kesehatan dalam Islam juga berbicara tentang kebersihan. Dalam Al-Qur'an terdapat 3 kata untuk merujuk pada kebersihan yaitu taharah, tazkiyyah, dan nazafah (Elkarimah, 2016: 106). penekanan ketiga kata

tersebut tampak pada penggunaannya dalam kalimat sehingga kadang terlihat sama, adakalanya terlihat berbeda, dalam artikel ini penulis menggunakan istilah Taharah. Secara bahasa Taharah artinya suci dan bersih dari najis yang terlihat (kencing dan sebagainya) dan tidak terlihat (aib dan maksiat). Dalam Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an (2009) taharah adalah bersih dari makanan haram, bersih dari usaha dengan cara yang batil, dan bersih dari kemunafikan (Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an, 2009:22). Kebersihan raga juga diawali dari pakaian yang digunakan karena pakaian merupakan tampilan pertama dalam pergaulan. Hal tersebut sesuai dengan firman Allah dalam Al-Qur'an Surah al-Muddassir/74 ayat 4 yang artinya "dan pakaianmu bersihkanlah".

Berkaitan dengan pandemi covid-19, lebih sering mencuci tangan dan disiplin menerapkan protokol kesehatan masuk ke rumah setelah bepergian selama pandemi covid-19 merupakan gaya hidup yang sudah diterapkan oleh muslim sejak zaman Rasulullah SAW. Hal ini disebabkan adanya kewajiban bagi setiap muslim untuk suci dari najis terutama jika akan melaksanakan ibadah sholat. Terdapat beberapa tahapan dalam aturan protokol kesehatan masuk rumah selama pandemi, yakni:

1. Setiap individu sebelum masuk ke rumah harus mencuci tangan lebih dulu,
2. baju kotor yang baru saja digunakan harus langsung disimpan dalam wadah cucian kotor secara terpisah dengan cucian kotor lainnya,
3. langsung mandi atau mengganti baju,
4. setelah itu barulah dapat melakukan aktivitas lainnya. (Yulianto, 2020).

Sementara itu, aturan masuk rumah sebelum pandemi covid-19 bagi muslim, tidak kaku sebagaimana protokol kesehatan di atas. Hanya saja, menurut hemat penulis, jika diterapkan secara disiplin, maka hal tersebut tentu lebih baik dan bermanfaat. Ada hal yang bertolak belakang yakni tentang berkumpul dalam majelis. Selama pandemi covid 19 masyarakat dihimbau untuk melakukan *physical distancing*, sehingga di beberapa wilayah acara pengajian rutin dilarang sementara waktu. Namun demikian, memasuki *new normal*, aturan tersebut dicabut dan sudah diperbolehkan, tentu saja dengan menerapkan protokol kesehatan secara disiplin dan konsisten.

Gaya hidup muslim dengan mengonsumsi makanan halal dan menjaga kebersihan tentu dapat dijadikan sebagai *role model* untuk menghadapi pandemi covid-19. Selain itu, gaya hidup muslim lainnya adalah mengonsumsi

semua yang dihasilkan oleh lebah (madu, royal jelly, bee pollen, dan propolis lebah), yang dicampurkan dengan jeruk nipis dan air hangat. Jeruk nipis juga merupakan buah berkhasiat yang disebutkan dalam Al-Qur'an surah Ar-Ra'd ayat 4 yang artinya "dan di bumi ini terdapat bagian-bagian yang berdampingan, dan kebun-kebun anggur. Tanaman-tanaman dan pohon korma yang bercabang, disirami dengan air yang sama. Kami melebihkan sebahagian tanaman-tanaman itu atas sebahagian yang lain tentang rasanya. Sesungguhnya pada yang demikian itu terdapat tanda-tanda (kebesaran Allah) bagi kaum yang berfikir." meskipun tidak disebutkan secara eksplisit, namun jeruk nipis merupakan satu di antara jenis tanaman bercabang yang dimaksud dalam ayat tersebut. (Maghfiroh, 2013). Terdapat juga bahan lainnya yang dapat dikonsumsi seperti ketumbar, jahe, kunyit, batang sereh, dan sebagainya. Bahan-bahan tersebut dikenal dengan sebutan rempah-rempah, rimpang atau empon-empon. Tidak dapat dipungkiri bahwa ternyata bahan-bahan yang biasa digunakan untuk memasak, memiliki khasiat untuk kesehatan tubuh. Rutin melakukan bekam atau yang dikenal dengan konsep thibbun Nabawi juga dianjurkan dalam rangka menjaga imunitas tubuh.

Jurus Sehat Rasulullah (JSR) yang dipopulerkan oleh Zaidul Akbar dianggap sebagai Thibbun Nabawi zaman globalisasi. JSR menggabungkan konsep sehat ala Rasulullah (Thibbun Nabawi) dengan tanaman herbal khas nusantara yang ternyata juga disebutkan dalam Al-Qur'an, seperti bawang merah, bawang putih, jahe, kemangi, kurma, minyak zaitun, jinten hitam, dan kunyit. Jahe merupakan makanan surga. Hal tersebut dijelaskan dalam Al Qur'an Surah Al-Insan ayat 17 yang artinya, "di dalam surga itu mereka diberi minum segelas (minuman) yang campurannya adalah jahe." Uniknya, konsep JSR tidak hanya fokus pada makanan halal, tetapi juga thayib yaitu tidak berdampak buruk pada tubuh, dengan kata lain thayib diartikan pula sebagai segala sesuatu yang baik bagi tubuh dan pikiran. Hal ini disebabkan karena tidak semua makanan halal itu thayib. Contohnya, Mie Instan merupakan makanan halal tetapi tidak thayib. Maka dapat dipahami alasan Islam sangat tegas dalam mengatur persoalan halal dan haram (Muftikah, 2019; Widiyani, 2019; Jaswir, 2020).

Sejak WHO menetapkan bahwa covid-19 sebagai pandemi karena menyebar secara global ke berbagai negara di dunia, negara-negara yang memiliki kasus positif covid-19 mulai berpikir tentang gaya hidup halal yang selama ini dijalani

oleh masyarakat muslim. Bahkan WHO menghimbau masyarakat dunia untuk menjaga kebersihan dengan lebih sering mencuci tangan dengan benar, menutup hidung dan mulut saat batuk dan atau bersin, membersihkan lingkungan, mengelola sanitasi dan air minum dengan baik, dan melakukan *physical distancing*, serta menjaga imunitas tubuh. Mengingat virus covid-19 menyerang imunitas tubuh seseorang, maka para ahli kesehatan menghimbau kepada masyarakat dunia untuk menjaga kesehatan dengan menjaga pola makan dan tidur, menghindari stress, menjaga asupan makanan dengan gizi seimbang, berjemur di bawah sinar matahari pagi untuk menjaga asupan vitamin D, berolahraga secara teratur, dan tidak merokok, serta tidak mengonsumsi minuman beralkohol. Himbauan-himbau tersebut sebetulnya sesuai dengan gaya hidup halal yang sudah dijalankan oleh muslim. Halal merupakan konsep yang memiliki cakupan yang luas. Para pegiat bisnis di negara-negara non muslim sudah mulai melirik konsep halal sebagai strategi bisnis mereka. Sebut saja Selandia Baru yang sudah mengeksport 65% daging halal ke seluruh negara-negara non-muslim, Thailand sudah menyatakan diri sebagai Halal Kitchen of the World, Australia sebagai The Largest Supplier of Halal Beef in the World, Brazil sebagai the Largest Supplier of Halal Poutry (Direktur Eksekutif KNEKS, 2020).

SIMPULAN

Berdasarkan pembahasan tersebut maka dapat disimpulkan bahwa dalam menghadapi pandemi covid-19 ini gaya hidup muslim dapat dijadikan *role model* untuk mencegah terinfeksi virus covid-19. Gaya hidup halal yang saat ini mulai dilirik oleh masyarakat nonmuslim ternyata berlaku umum sesuai dengan konsep dasar agama Islam yakni *Rahmatan lil 'alamin* sehingga, masyarakat nonmuslim pun dapat mengikuti gaya hidup muslim mulai dari mengonsumsi makanan halal dan thoyib karena makanan yang halal saja belum tentu thayib, apalagi makanan haram. Oleh karena itu, gaya hidup halal yang saat ini mulai dilirik oleh masyarakat nonmuslim di beberapa negara di dunia harus lebih sering digaungkan. Sebagai seorang muslim, hendaknya kita memberikan contoh di lingkungan pergaulan kita, terlebih jika kita memiliki lingkungan pertemanan yang terdapat umat nonmuslim.

DAFTAR PUSTAKA

- Direktur Eksekutif KNEKS, (2020). “Gaya Hidup Halal untuk meningkatkan Kualitas Hidup Manusia”, *Insight* (edisi 12, Oktober-Desember 2020), <https://knks.go.id/storage/upload/1605495263-Insight%20Edisi%2012%20Fin.pdf>, diakses 23 Maret 2021.
- Elkarimah, Mia Fitriyah, (2016). “Kajian Al-Qur’an dan Hadits tentang Kesehatan Jasmani dan Ruhani”, *Tajdid*, Vol. XV. No. 1 (2016), p. 109, [<https://doi.org/10.30631/tjd.v15i1.29>].
- Kartodirdjo, Sartono, (1992). “Pendekatan Sosial dalam Metodologi Sejarah”, (Jakarta: Gramedia, 1992), hlm. 200-201
- Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an, (2009). “Kesehatan dalam Perspektif Al-Qur’an”, *Badan Litbang Dan Diklat Departemen Agama RI*, (2009), p. 22.
- Maghfiroh, Evi, (2013). “Pengaruh Konsentrasi dan Lama Perendaman dalam Air Perasan Jeruk Nipis (*Citrus Aurantifolia* S.) terhadap Kualitas Protein dan Total Mikroba pada Tahu Putih”, *Skripsi* (Malang: Jurusan Biologi Fakultas Sains dan Teknologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang).
- Marianti, (2017). “Gangguan Kepribadian”, *Alodokter* (3 Oktober 2017), <https://www.alodokter.com/gangguan-kepribadian>, accessed 2 Maret 2021.
- Muslim, (2020). “Pandangan Islam Terhadap Kelelawar, Halalkah atau Haram?”, *Sindonews* (27 Januari 2020), <https://www.rctiplus.com/trending/detail/304/pandangan-islam-terhadap-kelelawar,-halalkah-atau-haram>, accessed 22 Februari 2021.
- Putri, Gloria Setyvani. (2020). “WHO Resmi Sebut Virus Corona Covid-19 sebagai Pandemi Global”. *Kompas*, (12 Maret 2020), <https://www.kompas.com/sains/read/2020/03/12/083129823/who-resmi-sebut-virus-corona-covid-19-sebagai-pandemi-global?page=all>, accessed 12 Februari 2021.
- Septiani, Ayu, (2010). “Perubahan Gaya Hidup Bangsaawan Pribumi di Jawa 1900-1942”, *Skripsi*, (Jatinangor, Program

- Studi Sejarah Fakultas Ilmu Budaya Universitas Padjadjaran).
- Sugono, Deny, dkk., (2008). “Kamus Besar Bahasa Indonesia”, (Jakarta: Pusat Bahasa, 2008), hlm. 988.
- Tim CNN Indonesia, (2020).”Membandingkan Wabah SARS, MERS, dan Virus Corona”, *CNN Indonesia* (13 Maret 2020), <https://www.cnnindonesia.com/internasional/20200312160647-113-482934/membandingkan-wabah-sars-mers-dan-virus-corona/1>, accessed 19 Maret 2021.
- Tim Website WHO. 2003. “Severe Acute Respiratory Syndrome (SARS)”, *World Health Organization* (16 Maret 2003), https://www.who.int/health-topics/severe-acute-respiratorysyndrome#tab=tab_1, accessed 19 Maret 2021; CNN Indonesia,”Membandingkan Wabah SARS, MERS, dan Virus Corona”,
- Virdani, Rachmita dan Heri Ruslan. 2012. “Inilah Sepuluh Alasan Mengapa Islam Mengharamkan Babi”, *Republika* (4 Maret 2012), <https://republika.co.id/berita/m0d4h7/inilah-sepuluh-alasan-mengapa-islam-mengharamkan-babi>, accessed 22 Februari 2021.
- Wibowo, Priyanto, dkk, 2009. “Yang Terlupakan: Sejarah Pandemi Influenza 1918 di Hindia Belanda”, (Jakarta: Departemen Sejarah Fakultas Ilmu Pengetahuan Budaya Universitas Indonesia, 2009), hlm. 27-31.
- Widiyani, Rosmha, 2019. “Kisah dr. Zaidul Akbar, Jadi Pendakwah Karena Gelisah Kehalalan Obat”, *Detikhealth* (4 Oktober 2019), <https://health.detik.com/berita-detikhealth/d-4734112/kisah-dr-zaidul-akbar-jadi-pendakwah-karena-gelisah-kehalalan-obat>, accessed 2 Maret 2021.
- Yulianto, Hanif Sri, 2020. “Protokol Keluar dan Masuk Rumah selama Pandemi Corona Covid-19”, *Liputan6* (29 Maret 2020), <https://www.liputan6.com/bola/read/4213684/protokol-keluar-dan-masuk-rumah-saat-pandemi-corona-covid-19>, accessed 3 Maret 2021.