

KETERKAITAN KESEHATAN MANUSIA DAN PERAN AGAMA DALAM LINGKUP MASYARAKAT

Muhammad Fathi Zihni Purnomo¹, Venecianopan², Vervy Nur Aisyah³

fathizihni23@gmail.com¹, venecianita1803@gmail.com²
vervynuraisyah2807@gmail.com³

Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Lambung Mangkurat, Banjarmasin, Indonesia

Abstrak

Peranan agama sangat penting dalam suatu kehidupan manusia di muka bumi ini atau didunia, untuk mencapai kebahagiaan didunia dan menuju kebahagiaan diakhirat kelak. ketidakseimbangan dalam aspek sosial, ekonomi, politik, pendidikan, dan kesehatan di dalam masyarakat. Hal itu menyebabkan banyaknya peranan agama dalam upaya penyeimbangan beberapa aspek terutama kesehatan di masyarakat, karena para ilmuan tidak menemukan kesulitan dalam menghubungkan antara ilmu pendidikan kesehatan dan agama, sebab dengan adanya Al-Qur`an para ilmuan menganggap bahwa poros utama ilmu pengetahuan modern tidak sedikit yang diwariskan oleh islam. Dengan semangat yang tinggi terhadap sains modern di imbangi dengan nilai-nilai tauhid yang kokoh, menghantarkan umat islam memegang superioritas kebijaksanaan keberhasilan di dalam berbagai bidang.

Keyword: Agama, Kesehatan, Masyarakat

Latar Belakang

Pada dasarnya setiap manusia menghendaki hidup dan kehidupan yang sehat, tenang, tenteram dan bahagia, meskipun tidak selamanya kemauan dan keinginan tersebut tercapai. Islam sebagai agama, sangat memperhatikan keberadaan manusia, karena itulah Islam membentangkan konsep yang sangat tegas tentang kehidupan yang sehat kepada manusia, misalnya mengenai apakah hidup dan kehidupan itu serta kemana arah tujuannya. Islam merupakan agama yang mengatur seluruh aspek kehidupan manusia, untuk mengatur kemakmuran di bumi guna menuju kebahagiaan dunia dan akhirat. Salah satu penunjang kebahagiaan tersebut adalah dengan memiliki tubuh yang sehat, sehingga dengannya kita dapat beribadah dengan lebih baik kepada Allah (Achmad Fuadi Husin, 2014).

Agama Islam sangat mengutamakan kesehatan (lahir dan batin) dan menempatkannya sebagai kenikmatan kedua setelah Iman. Selain itu, Islam sebagai agama yang sempurna dan lengkap, telah menetapkan prinsip-prinsip dalam penjagaan keseimbangan tubuh manusia. Di antara cara Islam dalam menjaga kesehatan ialah dengan menjaga kebersihan dan melaksanakan syariat wudlu dan mandi secara rutin setiap hari bagi setiap muslim (Achmad Fuadi Husin, 2014).

Seringkali kita melihat makna sehat apabila seseorang secara fisik selamat dari penyakit, padahal hakekat sehat itu adalah; Apabila seluruh komponen kepribadian yang terdiri dari: Fisik, psikis, spritual, sosial (Bio psycho, ritual, socio well being) dalam kondisi normal dan berfungsi sebagaimana mestinya. Untuk mewujudkan kesehatan yang komprehensif tersebut, utamanya dari komponen kejiwaan modal dasarnya adalah; meyakini sepenuh hati sifat-sifat dan perbutan Allah Yang Maha Adil, Maha Penyayang, Maha Pembalas, dan sifat sifat` sifat lain yang dikenal dengan Asma Husna (Abdul Hadi, 2020).

Islam banyak mengajarkan pola hidup sehat mulai dari berolahraga, mengkonsumsi makanan dan berpuasa. Beribadah kepada Allah merupakan salah satu olahraga yang baik untuk manusia tanpa kita sadari, gerakan-gerakan shalat mengandung manfaat untuk kesehatan pada tubuh seseorang. Pada awal gerakan shalat yaitu takbiratul ihram dapat mencegah berbagai penyakit pada persendian seperti rematik, membuat oksigen pada tubuh menjadi optimal dan metabolisme tubuh juga optimal (Suci Rakhmawati, 2022).

Tujuan Penelitian

Pembuatan laporan ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh agama terhadap kesehatan manusia baik secara mental maupun fisik di lingkup lingkungan dan masyarakat, atau bisa disebutkan juga mengetahui keterkaitan kesehatan manusia dan apa peran agama di dalamnya dalam lingkup masyarakat.

Metode Penelitian

Penulisan makalah ini menggunakan metode literatur review. Pencarian literatur review menggunakan data base Google Scholar dengan menggunakan kata kunci “Kesehatan”, “Manusia”, “Peran”, “Agama”, “Dalam”, “Lingkup” dan “Masyarakat”.

Pencarian artikel harus memenuhi kriteria inklusi yaitu: artikel penelitian yang dipublikasikan 10 tahun terakhir (2013 - 2023); menggunakan bahasa Indonesia; merupakan artikel jurnal dan open access, artikel full text, systematic review, literature review dan meta analysis.

Hasil

A. Definisi Agama

Agama berfungsi sebagai alat. Agama juga merupakan segala tindakan, perasaan, dan pengalaman pribadi sehubungan dengan segala sesuatu yang dianggap ketuhanan. Pengertian agama sendiri berasal dari kata arab ad-diin yang berarti hukum. Sedangkan kata religi disebut religi dalam bahasa Inggris yang berarti aturan. Oleh karena itu, dari sudut pandang linguistik, agama mempunyai banyak turunan. Pendahuluan menunjukkan bahwa terdapat banyak definisi atau pengertian tentang konsep agama (Ali Mursyid Azisi, 2020). Islam adalah agama terakhir, agama pelengkap dari agama-agama sebelumnya dan tetap berada di urutan teratas, agama tersebut selalu membimbing manusia untuk menggunakan akalunya untuk memahami ayat-ayat Ilahi yang selalu terdapat di alam semesta dan juga ayat-ayat Al-Qur'an. Melalui Alquran, Islam adalah agama yang seimbang antara dunia dan akhirat, Islam tidak bertentangan dengan keimanan ilmu pengetahuan, bahkan menurut Nabi SAW, Islam mewajibkan manusia baik laki-laki maupun perempuan untuk mempelajari dan memperdalam ilmu sejak dari buaian

sampai akhir hayat: “Minal Mahdi ilal lahd” yang artinya pendidikan seumur hidup. Singkatnya hidup dan kehidupan manusia niscaya menjadi lebih baik dengan ilmu pengetahuan, hidup menjadi lebih baik dan bermakna dengan agama. Oleh karena itu, dengan bantuan ilmu pengetahuan yang baik dan agama Islam, kehidupan manusia menjadi sempurna, bahagia dan penuh rahmat. Dalam masyarakat saat ini, masyarakat masih membutuhkan agama (Heru Juabdin Sada, 2016).

Seseorang dapat menunjukkan dan bahkan melihat dalam kehidupan nyata betapa besar perbedaannya antara orang beriman yang hidup menurut agamanya dan orang yang tidak beragama atau acuh terhadap agamanya. Wajah mentah seseorang yang hidup menurut keyakinan agama menunjukkan kedamaian batin, sikap selalu tenang. Mereka tidak merasakan kegelisahan atau kecemasan, perilaku dan tindakannya tidak menimbulkan kesusahan atau masalah bagi orang lain. Lain ceritanya dengan orang-orang yang kehidupannya dipisahkan oleh ikatan agama. Mereka biasanya mudah teralih oleh kebingungan dan suasana galau yang selalu menghiasi pikiran dan perasaannya. Perhatiannya terfokus hanya pada dirinya dan kelompoknya; Perilaku dan kebiasaan dalam hidup biasanya diukur atau dipandu oleh kesenangan lahiriah yang merujuk pada pemenuhan dan pemuasan hasrat belaka. Dalam keadaan bahagia, dimana segala sesuatunya berjalan lancar dan menguntungkannya, orang kafir terlihat bahagia, gembira, bahkan mungkin sampai lupa pada bumi. Namun, ketika ada bahaya dan hidup sulit, ia harus menghadapi banyak masalah, kemudian kepanikan dan kebingungan menguasai jiwanya, bahkan berujung pada gangguan kesehatan mental dan bahkan lebih banyak lagi yang bisa ia lakukan yaitu bunuh diri atau membunuh orang lain (Mulyadi, 2017).

B. Makna Sehat Dalam Islam

Gaya hidup berarti kebiasaan hidup seseorang dan berlangsung dalam jangka waktu yang lama. Dalam gaya hidup seseorang mengacu pada makan, minum, tidur, kebersihan, pergaulan, dll. Islam mengajarkan bahwa setiap mukmin harus memilih gaya hidup sederhana dalam segala hal, termasuk beribadah. Membuang sesuatu tidak diperbolehkan dalam Islam untuk kemaslahatan dunia lain atau sebaliknya, karena menurut pemahaman Islam, antara kehidupan dunia dan kehidupan akhirat ada korelasi yang kuat, selama manusia berbuat baik di dunia pasti akan ada manfaatnya. Senang pada hari kiamat mendapat pahala dari Allah, oleh karena itu dalam kehidupan, korelasi hukum antara dunia dan masa depan, yang hilang di dunia ini pasti hilang di akhirat. Firman Allah: Dan siapa yang buta (hatinya) di dunia, niscaya dia akan buta (juga) di akhirat dan semakin menyimpang dari jalan (yang benar).

Pola hidup yang baik adalah ketika seseorang sehat jasmani dan rohani memilih sifat-sifat berkah dan qona. Seseorang mendapatkan gaya hidup yang baik ketika ia dapat memilih jalan yang tidak berlebih-lebihan dalam segala hal, termasuk makan, minum, beraktivitas, dan bersosialisasi (Abdul Hadi, 2020).

Islam sangat memperhatikan masalah kesehatan, antara lain menyerukan dan menganjurkan setiap orang untuk menjaga dan memelihara kesehatan yang telah dimilikinya. Rekomendasi pelayanan kesehatan dapat dilaksanakan melalui tindakan preventif (profilaksis) dan supresif (pemberantasan atau pengobatan penyakit). Secara proaktif, fokus Islam terhadap kesehatan terlihat dari anjuran seriusnya untuk menjaga kebersihan. Rasulullah saw bersabda:

عن ابن عباس رضي اهلل عنو قال: قال رسول اهلل صلى اهلل علىو وسلم (نعمتان مغبون فيهما كثير من الناس: الصحة والفراغ)

(Artinya: “Dari Ibnu „Abbās ra berkata bahwa Nabi Muhammad Saw bersabda: “Banyak manusia merugi karena dua nikmat; kesehatan dan waktu luang”. (H.R. Bukhari).

Dalam keterangan hadits yang lain, Rasulullah saw bersabda:

لآ اعوذ بك من زوال نعمتك وتحول رسول اهلل علىو وسلم: اللهم إن عافيتك وفجأة نعمتك وجميع سختك. رواه مسلم

Artinya: “Rasulullah Saw berdo“a: Ya Allah saya berlindung kepada-Mu dari kehilangan nikmat karunia-Mu, dari perubahan kesehatan yang telah Engkau berikan, mendadaknyanya balasan-Mu, dan dari segala kemurkaan-Mu”. (HR. Muslim)

Berdasarkan pemaparan hadits di atas, terdapat dua kenikmatan yang telah dikaruniakan Allah Swt kepada hamba-Nya dan sering dilupakan oleh manusia yaitu nikmat sehat dan nikmat waktu luang. Sungguh sangat merugi seseorang hamba Allah Swt, ketika tidak mensyukuri atas apa yang telah Allah berikan kepadanya (Achmad Fuadi Husin, 2014).

1. Kesehatan Mental

Psikologi agama merupakan tanda adanya perhatian khusus para psikolog terhadap peran agama dalam kehidupan dan kesehatan mental manusia. Pendapat paling ekstrem sekalipun mengenai persoalan ini masih menunjukkan bagaimana agama dipandang sebagai bagian dari kehidupan pribadi seseorang yang erat kaitannya dengan gejala psikologis. Sigmund Freud yang dikenal sebagai pengembang psikoanalisis mencoba mengungkapkan hal tersebut dalam beberapa bukunya. Menurut Freud, agama muncul dalam perilaku manusia sebagai simbol kemarahan yang ditujukan kepada ayah, yang diekspresikan dalam bentuk rasa takut terhadap Tuhan.

Secara psikologis, agama adalah ilusi manusia. Masyarakat berlindung pada agama karena merasa tidak berdaya menghadapi bencana. Dari sinilah segala bentuk perilaku keagamaan berkembang dorongan agar dirinya terhindar bahaya dan dapat memberikan rasa aman. Untuk keperluan itu manusia menciptakan Tuhan dalam pemikirannya (Abdul Hamid, 2017).

Kesehatan jiwa dapat dipengaruhi oleh dua faktor, yaitu faktor internal yang timbul dari diri orang itu sendiri. Batin diri ini terdiri dari kepribadian berupa kondisi fisik, perkembangan, bentuk kematangan, kondisi psikis, keragaman, dan masalah sikap. Faktor eksternal adalah kondisi perekonomian, budaya sendiri dan kondisi lingkungan.

Dapat dikatakan bahwa kesehatan jiwa adalah suatu keadaan perkembangan jasmani, intelektual, dan emosi yang timbul dalam diri seseorang dan berkembang lebih besar lagi dengan tercapainya keselarasan dan perlunya adaptasi yang timbul dari keberadaan orang itu sendiri bahkan antar manusia dan lingkungan. Dari sisi keimanan dan ketakwaan, agar dapat meraih kebahagiaan hidup dunia dan kebahagiaan akhirat (Desti Azania, 2021).

2. Kesehatan Jasmani

Kesehatan jasmani ini adalah Kesehatan seseorang yang berdasarkan pemeriksaan fisik, laboratorium, dan radiologi tidak sakit atau tidak mempunyai kelainan. Kesehatan jasmani juga secara alami berkaitan dengan hidup sehat. Gejalanya meliputi masalah biologis dan kesehatan fisik. Sehat secara biologis dibandingkan sehat secara fisik, seperti kebiasaan makan dan kebiasaan yang menunjang kelangsungan hidup (bukan hidup untuk makan), mengatur tidur dan istirahat untuk memulihkan energi, membuang zat sisa dari dalam tubuh dan menjaga berat badan ideal. Fisik sehat jika jasmaninya sehat, seperti menjaga pernafasan agar baik, jantung sehat, otot lentur dengan gerak, dan tulang yang kuat dengan olahraga (Achmad Fuadi Husin, 2014).

C. Ilmu Kesehatan Preventif Sesuai Dengan Ajaran Nabi

Kesehatan adalah anugerah dari Allah SWT, ciptaan manusia terjadi secara seimbang, kecuali Allah Yang Maha Kuasa menghendaki yang lain. Terkadang keseimbangan tubuh terganggu oleh orang itu sendiri, misalnya yang terjadi pada sistem pencernaan karena konsumsi yang sembarangan atau kebiasaan lainnya, seperti merokok, bekerja tanpa istirahat. “Dan musibah apapun yang menimpamu, itu adalah akibat perbuatan tanganmu” (QS.Asyu’ara :30).

Pencegahan penyakit lebih diutamakan daripada pengobatannya, hampir semua zat asing (bahan kimia) masuk ke dalam tubuh melalui makanan. Sebagaimana sabda Nabi dalam sebuah hadis yang berbunyi: “Sumber penyakit adalah lambung, lambung adalah gudangnya penyakit, dan puasa adalah obatnya (HR Muslim). Kebiasaan yang tidak sehat, kurang olah raga, tidur larut malam, kebersihan diri yang buruk menjadi penyebab seseorang banyak terserang penyakit, oleh karena itu Nabi bersabda dalam sebuah hadits bahwa “Jika salah seorang diantara kalian bangun dari tidur, janganlah berendam tangannya bukannya mencuci tangannya, maka dia mencuci tangannya sebanyak tiga kali karena salah satu dari kalian tidak mengetahuinya dimana tangannya bermalam (HR. Sunan Nasa’I).

Meningkatnya jumlah penyakit tidak menular di masyarakat menandakan kurangnya pola hidup sehat. Bimbingan berharga Nabi dalam hadis di atas memberi kita pelajaran hidup yang masuk akal tentang apa yang harus kita lakukan (Khairul Anam, 2016).

D. Fungsi Agama Pada Kesehatan Dalam Kehidupan Masyarakat

Masyarakat adalah sekelompok orang yang hidup bersama, bekerja sama untuk mencapai kepentingan bersama, dan yang pengaturan hidup, norma, dan praktiknya diikuti dalam lingkungannya. Society berasal dari bahasa Inggris yaitu “society” yang berarti “society”, kemudian kata society berasal dari bahasa latin yaitu “societas” yang berarti “teman”. Sedangkan orang Arab adalah “musyarak”. Pengertian masyarakat dalam arti luas adalah keseluruhan hubungan hidup bersama tanpa dibatasi oleh lingkungan, kebangsaan, dan sebagainya. Namun pengertian masyarakat dalam arti sempit adalah sekelompok individu yang dibatasi oleh kelas, suku, wilayah dan sebagainya (Donny Prasetyo, Irwansyah, 2020).

Beberapa fungsi agama terhadap kesehatan mental pada masyarakat :

1. Berfungsi Edukatif

Penganut agama menyatakan bahwa ajaran agama yang dianutnya memberikan ajaran yang wajib dianut. Ajaran agama bekerja secara hukum dengan cara memerintahkan dan melarang. Kedua elemen tersebut berbicara dan hal ini mempunyai latar belakang mengarahkan bimbingan agar pribadi penganutnya menjadi baik dan terbiasa dengan yang baik menurut ajaran agama masing-masing (Mulyadi, 2017).

2. Berfungsi Penyelamat

Dimanapun seseorang berada, dia selalu ingin aman. Keselamatan seperti yang diajarkan agama. Keselamatan yang diberikan agama kepada pemeluknya merupakan keselamatan yang menyangkut dua dunia, yaitu dunia dan akhirat. Untuk mencapai keselamatan, agama mengajarkan umatnya: pengenalan terhadap masalah-masalah suci berupa keimanan kepada Tuhan (Yatim Pujiati, 2019).

3. Berfungsi Sebagai Sosial Kontrol

Sesuai dengan ajaran agama yang dianutnya, para penganut agama tersebut terikat pada petunjuk ajaran tersebut baik sebagai individu maupun kelompok. Menurut para pendukungnya, ajaran agama merupakan kontrol sosial terhadap individu dan kelompok (Mulyadi, 2017).

4. Berfungsi Sebagai Pemupuk Rasa Solidaritas

Secara psikologis, penganut agama yang sama merasa memiliki satu kesamaan: iman dan keyakinan. Rasa persatuan ini menumbuhkan rasa solidaritas antar kelompok dan individu bahkan terkadang dapat menumbuhkan rasa persaudaraan yang kuat. (Mulyadi, 2017).

5. Berfungsi Transformatif

Ajaran agama dapat mengubah kehidupan pribadi seseorang atau kelompok menjadi kehidupan baru sesuai dengan ajaran agama yang dianutnya. Kehidupan baru yang diterimanya berdasarkan ajaran agama yang dianutnya terkadang dapat mengubah kesetiannya terhadap kebiasaan atau standar hidup yang dianutnya sebelumnya (Mulyadi, 2017).

6. Berfungsi Kreatif

Ajaran agama mendorong dan mengajak umatnya untuk produktif tidak hanya bagi dirinya sendiri namun juga bagi orang lain. Penganut agama tidak hanya diminta untuk bekerja secara teratur dengan gaya hidup yang sama, tetapi juga harus melakukan inovasi dan penemuan baru (Mulyadi, 2017).

7. Berfungsi Sublimatif

Ajaran agama mengkoduskan segala usaha manusia, bukan saja yang bersifat agama ukhrawi, malinkan juga yang bersifat duniawi. Segala usaha manusia selama tidak bertentangan dengan normanorma agama, bila dilakukan atas niat tulus, karena dan untuk Allah merupakan ibadah (Mulyadi, 2017).

Sebagai manusia yang hidup bermasyarakat, kita juga harus menjaga lingkungan hidup masyarakat kita agar terhindar dari berbagai penyakit dan bencana. Ada tiga tahapan dalam agama yang dapat menjadi landasan etika lingkungan hidup dalam perspektif Islam.

Pertama ta`abbud. Bahwa menjaga lingkungan adalah meupkan impelementasi kepatuhan kepada Allah. Karena menjaga lingkungan hidup merupakan bagian dari tugas seseorang sebagai khalifah. Dalam ilmu fikih pun, menjaga kelestarian dan keseimbangan lingkungan hidup adalah hal yang wajib,

karena perintahnya sudah jelas baik dalam Al-Qur'an maupun sabda Nabi Muhammad SAW. Dalam fiqih, permasalahan lingkungan hidup termasuk dalam bab jinayat (tindak pidana), sehingga apabila seseorang merusak lingkungan hidup maka ia dapat dikenai sanksi atau hukuman.

Kedua, ta'quli. Tujuan organisasi untuk melindungi lingkungan secara logis dan rasional dapat dimengerti. Lingkungan hidup merupakan tempat dimana makhluk hidup hidup dan bertempat tinggal. Allah merancang lingkungan alam agar seimbang, serasi, dan saling berhubungan. Jika terjadi ketidakseimbangan atau kerusakan pada manusia. Kemudian menimbulkan bencana yang tidak hanya berdampak pada masyarakat itu sendiri, namun seluruh makhluk hidup dan makhluk hidup yang ada di tempat tersebut musnah.

Ketiga, takhalluq. Perlindungan lingkungan harus menjadi moral, kebiasaan dan praktik setiap orang. Karena menjaga lingkungan hidup menjadi sangat sederhana dan indah sekali bila dilandasi oleh kebiasaan atau kehidupan sehari-hari setiap orang sehingga keseimbangan dan kelestarian alam terjadi dengan sendirinya tanpa terancam hukuman atau alasan lain dengan insentif tertentu (Rabiah Z. Harahap, 2015).

Lingkungan hidup mencakup dimensi yang luas dengan manfaat dan implikasi jangka panjang bagi kelangsungan hidup manusia. Lingkungan hidup terdiri dari air, tanah, dan udara. Oleh karena itu, dilaksanakan program penanaman pohon (seperti: "one man on three, sejuta pohon") dan larangan menebang pohon. Kesadaran hidup mengacu pada upaya untuk meningkatkan kesadaran agar kita tidak hanya mengetahui tentang sampah, pencemaran, penghijauan dan perlindungan satwa langka, tetapi juga meningkatkan kesadaran ekologis masyarakat khususnya generasi muda masa kini. Karena pada dasarnya alasan kesadaran lingkungan masyarakat adalah etika lingkungan. Etika lingkungan hidup yang berlaku saat ini adalah etika lingkungan hidup yang didasarkan pada sistem nilai dimana manusia bukanlah bagian dari alam, melainkan manusia sebagai penakluk dan pengatur alam.

Aktivitas manusia yang sadar lingkungan harus ditingkatkan. Permasalahan terbesar yang muncul adalah hubungan antar manusia dalam pencarian kehidupan dan kelangsungan keturunan, yang dapat menimbulkan permasalahan pada kelestarian sumber daya yaitu. kerusakan yang disebabkan oleh orang itu sendiri. Ketika manusia tinggal di lingkungan yang rusak, maka manusia juga ikut rusak.

Keberhasilan dan kelestarian lingkungan hidup sangat mempengaruhi kepedulian dan perhatian anggota masyarakat. Sebab lingkungan hidup merupakan tanggung jawab manusia dalam pemeliharaan dan pengembangannya. Alam memiliki potensi dan sumber daya yang melimpah untuk dinikmati oleh manusia seutuhnya. Namun alam memiliki keterbatasan dalam pengurasannya dan harus dilindungi. Kebersihan lingkungan juga berada di bawah kendali manusia. Menciptakan lingkungan yang bersih dan asri didasari oleh tingginya kesadaran masyarakat bahwa lingkungan mempunyai kontribusi penting bagi masyarakat. Ketika bencana terjadi, Allah tidak sekedar memberikannya begitu saja, namun semacam peringatan karena manusia telah melampaui habisnya sumber daya yang ada dan tidak akan memperbaikinya lagi (Safrihsyah, Fitriani, 2014).

Kesimpulan

Kesimpulan artikel ini yaitu salah satu penunjang kebahagiaan adalah dengan memiliki tubuh yang sehat, sehingga dengannya kita dapat beribadah dengan lebih baik kepada Allah. Untuk mewujudkan kesehatan yang komprehensif tersebut, utamanya dari komponen kejiwaan modal dasarnya adalah meyakini sepenuh hati sifat-sifat dan perbutan Allah Yang Maha Adil, Maha Penyayang, Maha Pembalas, dan sifat - sifat lain yang dikenal dengan Asma Husna. Islam banyak mengajarkan pola hidup sehat mulai dari berolahraga, mengkonsumsi makanan dan berpuasa. Beribadah kepada Allah merupakan salah satu olahraga yang baik untuk manusia tanpa kita sadari, gerakan-gerakan shalat mengandung manfaat untuk kesehatan pada tubuh seseorang.

Referensi

- Amelia, N., Rahmah, S., Harahap, S.N.
2021. Peran Agama dalam Mengatasi Kecemasan Masyarakat Terkait Pandemi Covid-19. *JURNAL ABDI MAS ADZKIA*, 1(2), pp. 90-1
- Amran, A., 2015. Peranan Agama dalam Perubahan Sosial Masyarakat. *Jurnal HIKMAH*, 2(1), pp. 23-39.
- Anam, K., 2016. Pendidikan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Dalam Prespektif Islam. *Jurnal Sagacious*, 3(1).
- Azania, D. and Naan, N., 2021. Peran spiritual bagi kesehatan mental mahasiswa di tengah pandemi covid-19. *HUMANISTIKA: Jurnal Keislaman*, 7 (1), 26-45.
- Azisi, A.M., 2020. Peran Agama dalam Memelihara Kesehatan Jiwa dan Sebagai Kontrol Sosial Masyarakat. *Al-Qalb: Jurnal Psikologi Islam*, 11(2), pp.55-75.
- Hadi, A., 2020. Konsep dan praktek kesehatan berbasis ajaran islam. *Al-Risalah: Jurnal Studi Agama dan Pemikiran Islam*, 11(2), pp.53-70.
- Hadikusuma, W., 2017. Mendialogkan sains dan agama dalam upaya resolusi konflik. *Jurnal Ilmiah Syi'ar*, 17(1), pp. 71-81
- Hamid, A., 2017. Agama dan kesehatan mental dalam perspektif psikologi agama. *Healthy Tadulako Journal (Jurnal Kesehatan Tadulako)*, 3(1), pp.1-14.
- Harahap, R.Z., 2015. Etika Islam dalam Mengelola Lingkungan Hidup. *EDUTECH: Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Ilmu Sosial*, 1(01).
- Husin, A.F., 2014. Islam dan kesehatan. *Islamuna: Jurnal Studi Islam*, 1(2).
- Ishaq, B., Ostby, L., Johannessen, A.,
2021. Muslim Religiosity and health outcomes: A cross-sectional study among muslims in Norway. *SSM-Population Health*, 15(1).
- Muchasan, A., 2020. RELASI AGAMA DAN SAINS. *Inovatif*, 6(1), pp 69-87
- Mulyadi, M., 2017. Agama dan Pengaruhnya dalam Kehidupan. *Tarbiyah Al-Awlad: Jurnal Kependidikan Islam Tingkat Dasar*, 7(2).
- Prasetyo, D., 2019. Memahami masyarakat dan perspektifnya. *Jurnal Manajemen Pendidikan Dan Ilmu Sosial*, 1(1), pp.163-175.
- Pujiati, Y., 2019. *Fungsi Agama Terhadap Kesehatan Mental Menurut Zakiah Daradjat* (Doctoral dissertation, UIN Raden Intan Lampung).

- Rahman, R., 2019. Peran Agama dalam Masyarakat Marginal. *Jurnal sosiologi Agama*, 4(1).
- Rakhmawati, S., 2022. Peran Agama dalam Kesehatan. *Tafani Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(1), pp.1-6.
- Sada, H.J., 2016. Manusia dalam perspektif agama Islam. *Al-Tadzkiyyah: Jurnal Pendidikan Islam*, 7(1), pp.129-142.
- Safrihsyah, S. and Fitriani, F., 2014. Agama dan Kesadaran Menjaga Lingkungan Hidup. *Substantia: Jurnal Ilmu-Ilmu Ushuluddin*, 16(1), pp.61-78.