

JANGAN TUNGGU SAKIT

Mengenal Tanda Bahaya dan Menjaga Diri Sekeluarga



HJ CHE ALIM HJ CHE HARON

Pesara Penolong Pegawai Perubatan

quranscience.my

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

SIRI TUBUH SIHAT, JIWA TAAT

JANGAN TUNGGU SAKIT

Mengenal Tanda Bahaya dan Menjaga Diri Sekeluarga

﴿وَأَيُّوبَ إِذْ نَادَىٰ رَبَّهُ أَنِّي مَسَّنِيَ الضُّرُّ وَأَنْتَ أَرْحَمُ الرَّحِيمِينَ﴾

“Dan (sebutkanlah peristiwa) Nabi Ayub, ketika ia berdoa merayu kepada Tuhannya dengan berkata: ‘Sesungguhnya aku ditimpa penyakit, sedang Engkaulah sahaja yang lebih mengasihani daripada segala (yang lain) yang mengasihani.’”

SURAH AL-ANBIYA’ 21:83

HJ CHE ALIM HJ CHE HARON

Pesara Penolong Pegawai Perubatan

quranscience.my | @QuranDanSains

© 2026/1447 quranscience.my — eBook percuma. Dilarang dijual.

PENGHARGAAN

Segala puji bagi Allah, Tuhan yang menyembuhkan apabila kita sakit dan memelihara kita daripada bahaya yang tidak kita sedari. Selawat dan salam ke atas Rasulullah ﷺ, yang mengajar kita mengikat unta sebelum bertawakal — serta ke atas keluarga dan para sahabat baginda.

eBook ini didedikasikan khas kepada isteri tercinta,

ZAHARAH MOHD LATIF;

anak-anak yang dikasihi,

**MUHAMMAD HAFIZ, NOOR HAZWANI, ABDUL HAKIM, NOOR HIDAYAH, NOR AQILA dan NOR
ATIQA;**

serta menantu-menantu,

FAZILAH, MALEK, HANIN, FAIRIZAL dan FIRWAN.

Semoga Allah memelihara kita sekeluarga daripada segala bahaya, mengurniakan ilmu untuk menyelamatkan nyawa, dan menjadikan ilmu ini *'ilmun yuntafa'u bih* — ilmu yang dimanfaatkan.

TENTANG KULIT eBook INI

Kulit eBook ini memaparkan **sebuah keluarga Melayu** di ruang tamu rumah mereka. **Si bapa**, berbaju polo biru gelap dan bersongkok hitam, melutut di atas tikar mengkuang sambil menunjukkan cara **CPR (bantuan pernafasan dan tekanan dada)** pada **patung latihan**. **Anak lelaki dan anak perempuannya** yang remaja memerhati dengan teliti di sisinya, manakala **si ibu** yang berbaju kurung biru lembut berdiri di belakang sambil memegang **kotak pertolongan cemas berwarna merah** yang terbuka. Di atas meja kecil terletak **termometer**, **buku rekod kesihatan**, sebuah alat kecil dan **telefon bimbit**, manakala di dinding tergantung **sebuah jam**.

Bapa yang mengajar anak-anaknya melambangkan pesan “*peliharalah diri kamu dan keluarga kamu*” (66:6): ilmu menyelamatkan nyawa bermula di rumah, diwariskan daripada ibu bapa kepada anak-anak. **Patung latihan CPR** mengingatkan bahawa kemahiran ini perlu dipelajari sebelum ia diperlukan, bukan ketika kecemasan sudah berlaku (Bab 2).

Kotak pertolongan cemas di tangan ibu, **termometer** dan **telefon** ialah kelengkapan sebuah keluarga yang bersedia (Bab 3 dan Bab 6). **Jam di dinding** ialah lambang utama eBook ini: dalam strok, serangan jantung dan jangkitan teruk, *masa itu nyawa*. **Jalur biru gelap** dengan **garis emas yang halus** di bahagian bawah ialah asas yang kukuh tempat nama penulis tertera.

KANDUNGAN

JANGAN TUNGGU SAKIT — *Ikhtiar Dahulu, Kemudian Tawakal; Yusuf 12:67, At-Talaq 65:3; Jami' al-Tirmidhi 2517*

1. STROK: SETIAP MINIT BERMAKNA — *An-Nahl 16:78; Sahih al-Bukhari 6011*

2. SERANGAN JANTUNG DAN CPR — *Al-Ma'idah 5:2; Sahih Muslim 2699*

3. ANAK KECIL: DEMAM, SAWAN DAN TERCEKIK — *Al-Kahf 18:46; Sahih al-Bukhari 5723*

4. WARGA EMAS: JATUH, KELIRU DAN JANGKITAN — *Al-Isra' 17:23–24; Sahih Muslim 2568*

5. KANSER: TANDA AWAL JANGAN DIABAIKAN — *Al-Baqarah 2:155–157; Sahih al-Bukhari 5641*

6. BERSEDIA SEKELUARGA — *At-Tahrim 66:6, Al-Anbiya' 21:83–84; Jami' al-Tirmidhi 3514; Senarai Semak*

RUJUKAN

SOKONGAN & SUMBANGAN

Panduan warna: kotak hijau = ayat Al-Qur'an; kotak emas = Hadith; kotak biru = penemuan sains; kotak kelabu = athar / kata-kata ulama. Nama perawi bergaris biru boleh diklik untuk ke halaman perawi di sunnah.com.

JANGAN TUNGGU SAKIT

“Nanti dululah, mungkin angin sahaja.” “Esok baru ke klinik, sekarang dah lewat malam.” “Tak mahu susahkan anak-anak.” Ayat-ayat seperti ini sering kita dengar — dan kadang-kadang ia menjadi ayat terakhir sebelum sesuatu yang besar berlaku. Dalam banyak keadaan kecemasan, **masa ialah ubat yang paling mahal**: ia tidak boleh dibeli semula.

eBook ini ialah buku ketiga dalam Siri Kesihatan *Tubuh Sihat, Jiwa Taat*. Jika *Amanah Yang Bernama Tubuh* menerangkan penjagaan harian, dan *Sihat Sebelum Sakit* menyeru kita bertindak awal, eBook ini memberi tumpuan kepada **dua perkara**: mengenal **tanda bahaya** sebelum terlambat, dan **bersedia sekeluarga** untuk bertindak dengan tenang dan betul.

IKHTIAR DAHULU, KEMUDIAN TAWAKAL

HADITH — JAMI‘ AL-TIRMIDHI, No. 2517

حَدَّثَنَا أَبُو حَفْصٍ، عَمْرُو بْنُ عَلِيٍّ حَدَّثَنَا يَحْيَى بْنُ سَعِيدٍ الْقَطَّانُ، حَدَّثَنَا الْمَغِيرَةُ بْنُ أَبِي قُرَّةٍ السَّدُوسِيُّ، قَالَ سَمِعْتُ أَنَسَ بْنَ مَالِكٍ، يَقُولُ قَالَ رَجُلٌ يَا رَسُولَ اللَّهِ أَعْقِلْهَا وَأَتَوَكَّلْ أَوْ أَطْلُقْهَا وَأَتَوَكَّلْ قَالَ «اعْقِلْهَا وَتَوَكَّلْ». قَالَ عَمْرُو بْنُ عَلِيٍّ قَالَ يَحْيَى وَهَذَا عِنْدِي حَدِيثٌ مُنْكَرٌ. قَالَ أَبُو عِيسَى وَهَذَا حَدِيثٌ غَرِيبٌ مِنْ حَدِيثِ أَنَسٍ لَا نَعْرِفُهُ إِلَّا مِنْ هَذَا الْوَجْهِ وَقَدْ رَوَى عَنْ عَمْرُو بْنِ أُمَيَّةَ الضَّمَرِيُّ عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ نَحْوُ هَذَا.

TERJEMAHAN:

Daripada Anas bin Malik رضى الله عنه, beliau berkata: Seorang lelaki bertanya: “Wahai Rasulullah, adakah aku ikat untaku lalu bertawakal, atau aku lepaskannya lalu bertawakal?” Baginda bersabda: “**Ikatlah ia, dan bertawakallah.**” ‘Amr bin ‘Ali berkata: Yahya (al-Qattan) berkata: “Hadith ini di sisiku munkar.” Abu ‘Isa (al-Tirmidhi) berkata: Hadith ini gharib daripada riwayat Anas; kami tidak mengetahuinya melainkan dari jalan ini. Dan telah diriwayatkan daripada ‘Amr bin Umayyah al-Damri, daripada Nabi ﷺ, seumpamanya.

SANAD Riwayat Imam al-Tirmidhi: daripada [Abu Hafs ‘Amr bin ‘Ali al-Fallas](#), daripada [Yahya bin Sa‘id al-Qattan](#), daripada [al-Mughirah bin Abi Qurrah al-Sadusi](#), daripada [Anas bin Malik](#) رضى الله عنه.

RUJUKAN: Riwayat Imam al-Tirmidhi dalam Jami‘ al-Tirmidhi, Abwab Sifat al-Qiyamah wa al-Raqa’iq wa al-Wara‘, Hadith No. 2517. Turut diriwayatkan oleh Ibn Hibban daripada ‘Amr bin Umayyah al-Damri.

روايت إمام الترمذي دالم جامع الترمذي، حديث نومبور ٢٥١٧

DARJAT: HASAN — dinilai hasan oleh Darussalam dan al-Albani, kerana disokong oleh riwayat ‘Amr bin Umayyah al-Damri. Pendedahan: al-Tirmidhi menilai jalan Anas ini gharib, dan Yahya al-Qattan menganggapnya munkar. Maknanya diterima ulama kerana selari dengan ajaran Al-Qur’an tentang ikhtiar dan tawakal.

Sumber: <https://sunnah.com/tirmidhi:2517>

Hadith ini merumuskan sikap seorang Muslim terhadap bahaya: **ikat dahulu**, kemudian serahkan kepada Allah. Mengenal tanda strok, mempelajari CPR, menyimpan nombor kecemasan dan bersegera ke hospital ialah “mengikat unta”. Selepas semua itu dilakukan, hati menjadi tenang kerana kita telah menunaikan bahagian kita, dan selebihnya urusan Allah.

SURAH YUSUF 12:67

وَقَالَ يَبْنَى لَا تَدْخُلُوا مِنْ بَابٍ وَاحِدٍ وَادْخُلُوا مِنْ أَبْوَابٍ مُتَفَرِّقَةٍ وَمَا أُغْنِي عَنْكُمْ مِنَ اللَّهِ مِنْ شَيْءٍ إِنْ أَلْحَكُمُ إِلَّا لِلَّهِ عَلَيْهِ تَوَكَّلْتُ وَعَلَيْهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُتَوَكِّلُونَ ﴿٦٧﴾

Dan ia berkata lagi: "Wahai anak-anakku! Janganlah kamu masuk (ke bandar Mesir) dari sebuah pintu sahaja, tetapi masuklah dari beberapa buah pintu yang berlainan. Dan aku (dengan nasihatku ini), tidak dapat menyelamatkan kamu dari sesuatu takdir yang telah ditetapkan oleh Allah. Kuasa menetapkan sesuatu (sebab dan musabab) itu hanya tertentu bagi Allah. KepadaNya lah aku berserah diri, dan kepadaNya lah hendaknya berserah orang-orang yang mahu berserah diri

Terjemahan: Abdullah Muhammad Basmeih — quran.com/12:67

Ayat ini merakamkan nasihat Nabi Ya‘qub عَلَيْهِ السَّلَامُ kepada anak-anaknya: masuklah dari pintu-pintu yang berlainan — satu langkah berjaga-jaga yang munasabah — sambil menegaskan **“kepada-Nya jualah aku berserah diri”**. Ibn Kathir menjelaskan bahawa Ya‘qub عَلَيْهِ السَّلَامُ mengambil sebab yang dibenarkan, sedangkan baginda yakin bahawa ketetapan Allah tidak dapat ditolak. [Tafsir Ibn Kathir 12:67](#)

SURAH AT-TALAQ 65:3

وَيَرْزُقْهُ مِنْ حَيْثُ لَا يَحْتَسِبُ وَمَنْ يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُ إِنَّ اللَّهَ
بَلِغُ أَمْرِهِ قَدْ جَعَلَ اللَّهُ لِكُلِّ شَيْءٍ قَدْرًا ﴿٣﴾

Serta memberinya rezeki dari jalan yang tidak terlintas di hatinya. Dan (Ingatlah), sesiapa berserah diri bulat-bulat kepada Allah, maka Allah cukuplah baginya (untuk menolong dan menyelamatkannya). Sesungguhnya Allah tetap melakukan segala perkara yang dikehendakiNya. Allah telahpun menentukan kadar dan masa bagi berlakunya tiap-tiap sesuatu

Terjemahan: Abdullah Muhammad Basmeih — quran.com/65:3

CARA MENGGUNAKAN EBOOK INI

Setiap bab menerangkan satu kumpulan keadaan kecemasan yang sering berlaku dalam keluarga Malaysia: **strok, serangan jantung, kecemasan kanak-kanak, kecemasan warga emas** dan **tanda awal kanser**. Bab terakhir membantu keluarga membuat persediaan. Setiap bab mengandungi ayat Al-Qur'an, Hadith bersanad, satu dapatan sains dan **Langkah Amalan** yang jelas.

Nota penting: eBook ini panduan pengetahuan umum untuk orang awam, bukan pengganti nasihat doktor, latihan pertolongan cemas yang bertauliah, atau arahan petugas kecemasan. Jika ragu-ragu, anggaplah ia kecemasan dan hubungi 999. Penemuan sains dikemukakan sebagai bukti keselarasan, bukan untuk "membuktikan" Al-Qur'an — kebenaran wahyu berdiri dengan sendirinya.

STROK: SETIAP MINIT BERMAKNA

Strok berlaku apabila bekalan darah ke sebahagian otak terputus — sama ada kerana salur darah tersumbat oleh bekuan (strok iskemia, jenis yang paling kerap) atau kerana salur darah pecah (strok berdarah). Sel-sel otak yang kehilangan oksigen mula mati dalam beberapa minit.

SURAH AN-NAHL 16:78

وَاللَّهُ أَخْرَجَكُمْ مِنْ بُطُونِ أُمَّهَاتِكُمْ لَا تَعْلَمُونَ شَيْئًا وَجَعَلَ لَكُمُ
السَّمْعَ وَالْأَبْصَرَ وَالْأَفْئِدَةَ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ ﴿٧٨﴾

(Dan Allah mengeluarkan kamu dari perut ibu kamu dengan keadaan tidak mengetahui sesuatupun; dan dia mengurniakan kepada kamu pendengaran dan penglihatan serta hati akal fikiran); supaya kamu bersyukur

Terjemahan: Abdullah Muhammad Basmeih — quran.com/16:78

Pendengaran, penglihatan dan akal ialah nikmat yang Allah kurniakan supaya kita **“bersyukur”** (16:78). Strok boleh merampas ketiga-tiganya dalam sekelip mata: penglihatan kabur, percakapan hilang, dan fikiran menjadi keliru. Kerana itu, mengenal tandanya dan bertindak segera ialah sebahagian daripada mensyukuri nikmat tersebut.

Kenali Strok: BE-FAST

B	E	F	A	S	T
Imbangan <i>Balance</i>	Mata <i>Eyes</i>	Muka <i>Face</i>	Lengan <i>Arm</i>	Percakapan <i>Speech</i>	Masa <i>Time</i>
Tiba-tiba pening, terhuyung-hayang, sukar berjalan	Penglihatan kabur atau hilang tiba-tiba, nampak berganda	Muka senget atau lurut sebelah ketika diminta senyum	Sebelah lengan atau kaki lemah, kebas, terjatuh	Pelat, bercakap merapu atau sukar faham percakapan	Catat masa mula. Hubungi 999 SERTA-MERTA

Satu tanda pun sudah cukup untuk bertindak. Jangan tunggu tanda itu “hilang sendiri”.

Disesuaikan daripada panduan BE-FAST yang digunakan secara meluas dalam perubatan kecemasan.

Rajah 1: Tanda-tanda strok mengikut singkatan BE-FAST.

Satu perkara yang sering mengelirukan keluarga: tanda strok kadang-kadang **datang dan pergi** dalam masa beberapa minit. Ini dipanggil *serangan iskemia sementara* (TIA) atau “strok kecil”. Walaupun pesakit kembali normal, ia ialah **amaran** bahawa strok yang lebih besar mungkin menyusul. Ia tetap memerlukan pemeriksaan di hospital pada hari yang sama.

HADITH — SAHIH AL-BUKHARI, No. 6011

حَدَّثَنَا أَبُو نَعِيمٍ، حَدَّثَنَا زَكَرِيَّا، عَنْ عَامِرٍ، قَالَ سَمِعْتُهُ يَقُولُ سَمِعْتُ النُّعْمَانَ بْنَ بَشِيرٍ، يَقُولُ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ « تَرَى الْمُؤْمِنِينَ فِي تَرَاحُمِهِمْ وَتَوَادِّهِمْ وَتَعَاطُفِهِمْ كَمَثَلِ الْجَسَدِ إِذَا اشْتَكَى عُضْوًا تَدَاعَى لَهُ سَائِرُ جَسَدِهِ بِاللَّيْلِ وَالنَّهَارِ ».

TERJEMAHAN:

Daripada al-Nu‘man bin Basyir رضي الله عنهما, beliau berkata: Rasulullah ﷺ bersabda: “**Engkau melihat orang-orang beriman dalam sifat saling mengasihi, saling mencintai dan saling bersimpati sesama mereka seperti satu jasad; apabila satu anggota mengadu sakit, seluruh jasadnya turut merasakannya dengan berjaga malam dan demam.**”

SANAD Riwayat Imam al-Bukhari: daripada [Abu Nu‘aim al-Fadl bin Dukain](#), daripada [Zakariyya bin Abi Za‘idah](#), daripada [‘Amir al-Sya‘bi](#), daripada [al-Nu‘man bin Basyir](#) رضي الله عنهما.

RUJUKAN: Riwayat Imam al-Bukhari dalam Sahih al-Bukhari, Kitab al-Adab, Bab Berkasih Sayang Kepada Manusia dan Haiwan, Hadith No. 6011.

ريوایت إمام البخاري دالم صحيح البخاري، كتاب الأدب، حديث نومبور ٦٠١١

DARJAT: SAHIH — terkandung dalam Sahih al-Bukhari, kitab hadith paling sahih selepas Al-Qur'an menurut ijmak ulama hadith.

Sumber: <https://sunnah.com/bukhari:6011>

Rasulullah ﷺ menggunakan perumpamaan tubuh untuk menggambarkan kasih sayang sesama mukmin: apabila satu anggota sakit, seluruh tubuh turut berjaga dan demam. Perumpamaan ini juga benar dari sudut perubatan — apabila satu bahagian otak rosak akibat strok, seluruh tubuh menanggung kesannya. Dan ia mengajar kita sikap sebuah keluarga: apabila seorang ahli keluarga menunjukkan tanda strok, seluruh keluarga mesti bergerak serta-merta.

PENEMUAN SAINS: RAWATAN STROK BERGANTUNG KEPADA JAM

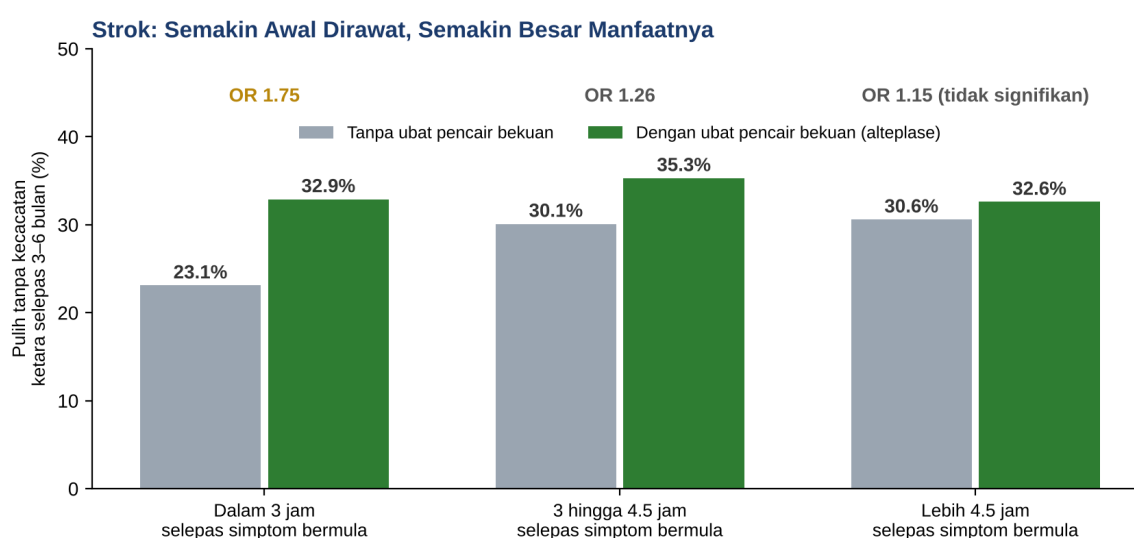
Emberson dan rakan-rakan (2014) menganalisis data individu **6,756 pesakit** daripada **sembilan ujian rawak** yang menguji ubat pencair bekuan *alteplase* untuk strok iskemia.

Bagi pesakit yang dirawat **dalam masa 3 jam** selepas simptom bermula, **32.9%** pulih tanpa kecacatan ketara, berbanding **23.1%** tanpa ubat (nisbah kemungkinan **1.75**). Bagi rawatan **antara 3 hingga 4.5 jam**, manfaatnya lebih kecil (1.26), dan **selepas 4.5 jam** manfaatnya tidak lagi signifikan (1.15).

Ubat ini juga membawa risiko pendarahan otak, dan doktor hospitallah yang menimbang kesesuaiannya. Tugas keluarga hanya satu: **sampai ke hospital secepat mungkin**, dan **ingat masa simptom bermula**.

RUJUKAN KAJIAN:

Emberson J, Lees KR, Lyden P, et al. (2014). Effect of treatment delay, age, and stroke severity on the effects of intravenous thrombolysis with alteplase for acute ischaemic stroke: a meta-analysis of individual patient data from randomised trials. *Lancet* 384(9958):1929–1935. PubMed PMID 25106063. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(14\)60584-5](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(14)60584-5)



Data: Emberson et al., *Lancet* 2014 (9 ujian rawak, 6 756 pesakit strok iskemia). OR = nisbah kemungkinan pulih dengan baik.

Rajah 2: Kadar pulih tanpa kecacatan ketara mengikut masa rawatan (dilukis daripada data Emberson et al., 2014).

LANGKAH AMALAN

1. Lakukan ujian BE-FAST jika seseorang tiba-tiba kelihatan pelik: minta dia senyum, angkat kedua-dua tangan, dan ulang satu ayat mudah.

2. Catat masa simptom bermula — atau masa terakhir dia dilihat normal. Ini maklumat paling penting untuk doktor.

- 3. Hubungi 999 serta-merta.** Jangan menunggu anak pulang, jangan tidurkan pesakit “untuk berehat”.
- 4. Jangan beri makan, minum atau ubat melalui mulut.** Pesakit strok mungkin sukar menelan dan boleh tersedak.
- 5. Jangan urut, jangan picit jari hingga berdarah, jangan cuba rawatan tradisional dahulu.** Setiap minit lebih berharga di hospital.

SERANGAN JANTUNG DAN CPR

Serangan jantung berlaku apabila salur darah yang membekalkan otot jantung tersumbat. Gambaran biasa ialah **sakit dada seperti ditekan, dihipit atau rasa berat**, lebih daripada beberapa minit, mungkin menjalar ke lengan kiri, leher, rahang atau belakang, disertai peluh dingin, sesak nafas atau loya.

TANDA YANG TIDAK BIASA

Tidak semua serangan jantung datang dengan sakit dada yang hebat. **Wanita, warga emas dan pesakit kencing manis** kerap mengalami simptom yang “senyap” atau berbeza: sesak nafas, letih luar biasa, rasa tidak selesa di perut bahagian atas seperti gastrik, loya, pening atau peluh dingin tanpa sebab. Ramai yang menyangka ia “angin” atau “gastrik” lalu menunggu di rumah — dan inilah kelewatan yang paling berbahaya.

APABILA JANTUNG BERHENTI: HENTI JANTUNG

Henti jantung berbeza daripada serangan jantung. Ia berlaku apabila jantung tiba-tiba berhenti mengepam darah dengan berkesan. Pesakit rebah, **tidak sedar** dan **tidak bernafas secara normal** (mungkin tercungap-cungap). Dalam beberapa minit, otak mula rosak. Pada saat itu, orang yang paling hampir — selalunya ahli keluarga — ialah harapan pertama.

SURAH AL-MA'IDAH 5:2

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا لَا تَحْلُوا شَعِيرَ اللَّهِ وَلَا الشَّهْرَ الْحَرَامَ وَلَا الْهَدْيَ وَلَا
 الْقُلَيْدَ وَلَا ءَامِينَ الْبَيْتِ الْحَرَامِ يَبْتَغُونَ فَضْلًا مِّن رَّبِّهِمْ وَرِضْوَانًا وَإِذَا
 حَلَلْتُمْ فَاصْطَادُوا وَلَا يَجْرِمَنَّكُمْ شَنَاٰنُ قَوْمٍ أَن صَدُّوكُمْ عَنِ الْمَسْجِدِ
 الْحَرَامِ أَن تَعْتَدُوا وَتَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَالتَّقْوَىٰ وَلَا تَعَاوَنُوا عَلَى الْإِثْمِ
 وَالْعُدْوَانِ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ شَدِيدُ الْعِقَابِ ﴿٢﴾

Wahai orang-orang yang beriman, janganlah kamu ingat halal membuat sesuka hati mengenai syiar-syiar ugama Allah, dan mengenai bulan-bulan yang dihormati, dan mengenai binatang-binatang yang dihadiahkan (ke Makkah untuk korban), dan mengenai kalong-kalong binatang hadiah itu, dan mengenai orang-orang yang menuju ke Baitullah Al-Haraam, yang bertujuan mencari limpah kurnia dari Tuhan mereka (dengan jalan perniagaan) dan mencari keredaanNya (dengan mengerjakan ibadat Haji di Tanah Suci); dan apabila kamu telah selesai dari ihram maka bolehlah kamu berburu. Dan jangan sekali-kali kebencian kamu kepada suatu kaum kerana mereka pernah menghalangi kamu dari masjid Al-Haraam itu - mendorong kamu mencerooboh. Dan hendaklah kamu bertolong-tolongan untuk membuat kebajikan dan bertaqwa, dan janganlah kamu bertolong-tolongan pada melakukan dosa (maksiat) dan pencerobohan. Dan bertaqwalah kepada Allah, kerana sesungguhnya Allah Maha Berat azab seksaNya (bagi sesiapa yang melanggar perintahNya)

Terjemahan: Abdullah Muhammad Basmeih — quran.com/5:2

Perintah **“bertolong-tolonglah kamu dalam (mengerjakan) kebajikan”** (5:2) tidak mempunyai contoh yang lebih nyata daripada seseorang yang melutut di sisi orang yang rebah, menekan dadanya, sementara menunggu ambulans tiba.

HADITH — SAHIH MUSLIM, No. 2699A

حَدَّثَنَا يَحْيَى بْنُ يَحْيَى التَّمِيمِيُّ، وَأَبُو بَكْرِ بْنُ أَبِي شَيْبَةَ وَمُحَمَّدُ بْنُ الْعَلَاءِ الْهَمْدَانِيُّ - وَاللَّفْظُ لِيَحْيَى - قَالَ يَحْيَى أَخْبَرَنَا وَقَالَ الْآخَرَانِ، حَدَّثَنَا أَبُو مُعَاوِيَةَ، عَنِ الْأَعْمَشِ، عَنْ أَبِي صَالِحٍ، عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ، قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ « مَنْ نَفَسَ عَنْ مُؤْمِنٍ كُرْبَةً مِنَ كُرْبِ الدُّنْيَا نَفَسَ اللَّهُ عَنْهُ كُرْبَةً مِنْ كُرْبِ يَوْمِ الْقِيَامَةِ وَمَنْ يَسَّرَ عَلَى مُعْسِرٍ يَسِّرَ اللَّهُ عَلَيْهِ فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ وَمَنْ سَتَرَ مُسْلِمًا سَتَرَهُ اللَّهُ فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ وَاللَّهُ فِي عَوْنِ

الْعَبْدُ مَا كَانَ الْعَبْدُ فِي عَوْنِ أَخِيهِ وَمَنْ سَلَكَ طَرِيقًا يَلْتَمِسُ فِيهِ عِلْمًا سَهَّلَ اللَّهُ لَهُ بِهِ طَرِيقًا إِلَى الْجَنَّةِ وَمَا اجْتَمَعَ قَوْمٌ فِي بَيْتٍ مِنْ بُيُوتِ اللَّهِ يَتْلُونَ كِتَابَ اللَّهِ وَيَتَادَرُسُونَهُ بَيْنَهُمْ إِلَّا نَزَلَتْ عَلَيْهِمُ السَّكِينَةُ وَغَشِيَتْهُمُ الرَّحْمَةُ وَحَفَّتْهُمُ الْمَلَائِكَةُ وَذَكَرَهُمُ اللَّهُ فِيمَنْ عِنْدَهُ وَمَنْ بَطَأَ بِهِ عَمَلُهُ لَمْ يُسْرِعْ بِهِ نَسَبُهُ».

TERJEMAHAN:

Daripada Abu Hurairah رضي الله عنه, beliau berkata: Rasulullah ﷺ bersabda: “Sesiapa yang melepaskan seorang mukmin daripada satu kesusahan dunia, Allah akan melepaskannya daripada satu kesusahan pada hari kiamat. Sesiapa yang memudahkan orang yang dalam kesempitan, Allah akan memudahkannya di dunia dan akhirat. Sesiapa yang menutup (aib) seorang Muslim, Allah akan menutup (aibnya) di dunia dan akhirat. **Allah sentiasa menolong hamba-Nya selagi hamba itu menolong saudaranya.** Sesiapa yang menempuh satu jalan untuk mencari ilmu, Allah akan memudahkannya baginya dengannya jalan ke syurga. Tidaklah berhimpun satu kaum di salah sebuah rumah Allah, membaca Kitab Allah dan mempelajarinya sesama mereka, melainkan turun ke atas mereka ketenangan, rahmat meliputi mereka, para malaikat mengelilingi mereka, dan Allah menyebut mereka di kalangan (makhluk) yang berada di sisi-Nya. Dan sesiapa yang dilambatkan oleh amalannya, tidak akan dipercepatkan oleh keturunannya.”

SANAD Riwayat Imam Muslim: daripada [Yahya bin Yahya al-Tamimi](#), [Abu Bakr bin Abi Syaibah](#) dan [Muhammad bin al-‘Ala’ al-Hamdani](#), daripada [Abu Mu‘awiyah](#), daripada [Sulaiman al-A‘masy](#), daripada [Abu Salih Dhakwan](#), daripada [Abu Hurairah](#) رضي الله عنه.

RUJUKAN: Riwayat Imam Muslim dalam Sahih Muslim, Kitab al-Dhikr wa al-Du‘a’ wa al-Taubah wa al-Istighfar, Bab Kelebihan Berhimpun Membaca Al-Qur’an dan Berzikir, Hadith No. 2699a.

ريوایت إمام مسلم دالم صحيح مسلم، کتاب الذكر والدعاء، حديث نومبور ٢٦٩٩

DARJAT: SAHIH — terkandung dalam Sahih Muslim.

Sumber: <https://sunnah.com/muslim:2699a>

Perkataan **kurbah** bermaksud kesusahan yang menyesakkan dada. Henti jantung ialah kesusahan dunia yang paling genting. Imam al-Nawawi menjelaskan bahawa hadith ini menunjukkan kelebihan menunaikan keperluan orang Islam dan memberi manfaat kepada mereka dengan apa jua yang termampu — ilmu, harta, pertolongan atau nasihat. Belajar CPR ialah menyediakan diri untuk menunaikan keperluan itu.

CPR Tangan Sahaja untuk Orang Dewasa: 4 Langkah



Ringkasan untuk orang awam berdasarkan garis panduan resusitasi antarabangsa. Sertailah kursus CPR yang bertauliah.

Rajah 3: Empat langkah CPR tangan sahaja untuk orang dewasa.

PENEMUAN SAINS: CPR OLEH ORANG SEKELILING MENYELAMATKAN NYAWA

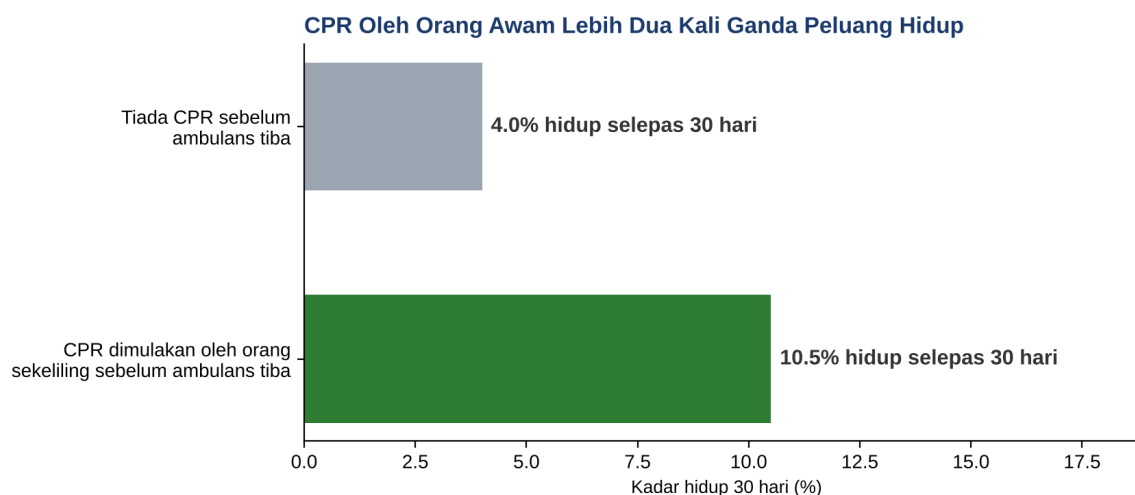
Hasselqvist-Ax dan rakan-rakan (2015) menganalisis **30,381 kes henti jantung** yang disaksikan di luar hospital di Sweden antara tahun 1990 hingga 2011 — negara yang telah melatih kira-kira tiga juta penduduknya dalam CPR.

Apabila CPR dimulakan oleh orang sekeliling **sebelum ambulans tiba**, kadar hidup selepas 30 hari ialah **10.5%**, berbanding **4.0%** apabila tiada CPR. Selepas mengambil kira umur, lokasi, punca dan masa ambulans tiba, peluang hidup masih **lebih dua kali ganda** (nisbah kemungkinan 2.15).

Kajian ini juga mendapati bahawa **semakin cepat CPR dimulakan** selepas pesakit rebah, semakin tinggi kadar hidupnya.

RUJUKAN KAJIAN:

Hasselqvist-Ax I, Riva G, Herlitz J, et al. (2015). Early cardiopulmonary resuscitation in out-of-hospital cardiac arrest. *New England Journal of Medicine* 372(24):2307–2315. PubMed PMID 26061835. <https://doi.org/10.1056/NEJMoa1405796>



Data: Hasselqvist-Ax et al., NEJM 2015 (30 381 kes henti jantung di luar hospital di Sweden, 1990–2011).

Rajah 4: Kadar hidup 30 hari dengan dan tanpa CPR oleh orang sekeliling (dilukis daripada data Hasselqvist-Ax et al., 2015).

LANGKAH AMALAN

- 1. Sakit dada lebih 5 minit? Hubungi 999.** Jangan memandu sendiri ke hospital, dan jangan menunggu “angin keluar”.
- 2. Pesakit rebah, tidak sedar dan tidak bernafas normal?** Hubungi 999, buka pembesar suara telefon, dan mulakan tekanan dada serta-merta. Petugas 999 boleh membimbing anda melalui telefon.
- 3. Tekan kuat dan laju** di tengah dada — kira-kira 5 hingga 6 cm, 100 hingga 120 kali seminit — dan jangan berhenti sehingga bantuan tiba.
- 4. Gunakan AED jika ada.** Mesin ini kini terdapat di banyak masjid, pusat beli-belah dan pejabat. Ia memberi arahan suara langkah demi langkah.
- 5. Sertai kursus CPR bertauliah** bersama ahli keluarga. Banyak hospital, Bulan Sabit Merah, St John Ambulans dan masjid menganjurkannya.

ANAK KECIL: DEMAM, SAWAN DAN TERCEKIK

Anak-anak ialah amanah dan perhiasan hidup. Tubuh mereka kecil, dan keadaan mereka boleh berubah dengan cepat — tetapi mereka juga pulih dengan cepat apabila dirawat pada masa yang betul.

SURAH AL-KAHF 18:46

الْمَالُ وَالْبَنُونَ زِينَةُ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَالْبَاقِيَةُ الصَّالِحَةُ خَيْرٌ عِنْدَ رَبِّكَ
ثَوَابًا وَخَيْرٌ أَمَلًا ﴿٤٦﴾

Harta benda dan anak pinak itu, ialah perhiasan hidup di dunia; dan amal-amal soleh yang kekal faedahnya itu lebih baik pada sisi Tuhanmu sebagai pahala balasan, dan lebih baik sebagai asas yang memberi harapan

Terjemahan: Abdullah Muhammad Basmeih — quran.com/18:46

DEMAM: FAHAMI, JANGAN PANIK

HADITH — SAHIH AL-BUKHARI, No. 5723

حَدَّثَنِي يَحْيَى بْنُ سُلَيْمَانَ، حَدَّثَنِي ابْنُ وَهْبٍ، قَالَ حَدَّثَنِي مَالِكٌ، عَنْ نَافِعٍ، عَنْ ابْنِ
عُمَرَ - رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا - عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ «الْحُمَّى مِنْ فَيْحِ جَهَنَّمَ فَأُطْفِئُوهَا
بِالْمَاءِ». قَالَ نَافِعٌ وَكَانَ عَبْدُ اللَّهِ يَقُولُ اكْشِفْ عَنَّا الرَّجْزَ.

TERJEMAHAN:

Daripada Ibn ‘Umar رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا, daripada Nabi ﷺ, baginda bersabda: “**Demam itu daripada bahang (panas) Jahannam, maka padamkanlah ia dengan air.**” Nafi’ berkata: Dan ‘Abdullah (bin ‘Umar) pernah berdoa: “Hilangkanlah daripada kami kesakitan ini.”

SANAD Riwayat Imam al-Bukhari: daripada [Yahya bin Sulaiman](#), daripada ‘[Abdullah bin Wahb](#), daripada [Malik bin Anas](#), daripada [Nafi’ maula Ibn ‘Umar](#), daripada ‘[Abdullah bin ‘Umar](#) رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا.

RUJUKAN: Riwayat Imam al-Bukhari dalam Sahih al-Bukhari, Kitab al-Tibb (Perubatan), Bab Demam Daripada Bahang Jahannam, Hadith No. 5723.

ريوایت إمام البخاري دالم صحيح البخاري، كتاب الطب، حديث نومبور ٥٧٢٣

DARJAT: SAHIH — terkandung dalam Sahih al-Bukhari, kitab hadith paling sahih selepas Al-Qur'an menurut ijmak ulama hadith.

Sumber: sunnah.com/bukhari:5723

Hadith ini menunjukkan bahawa Rasulullah ﷺ mengajar cara meredakan demam dengan air. Al-Hafiz Ibn Hajar dalam *Fath al-Bari* menjelaskan bahawa ia merangkumi penggunaan air untuk menyejukkan badan, dengan cara yang sesuai dengan keadaan pesakit. Hari ini, cara yang selamat ialah **mengelap badan dengan air suam-suam kuku** dan memberi anak **minum secukupnya** — **bukan** air batu atau mandi air sejuk yang boleh menyebabkan anak menggigil.

PENEMUAN SAINS: DEMAM IALAH ISYARAT, BUKAN MUSUH

Laporan klinikal *American Academy of Pediatrics* oleh Sullivan dan Farrar (2011) menjelaskan bahawa demam bukan penyakit utama, tetapi **mekanisme semula jadi tubuh** yang membantu melawan jangkitan.

Tiada bukti bahawa demam itu sendiri memburukkan penyakit atau menyebabkan kerosakan otak jangka panjang. Oleh itu, tujuan utama merawat anak yang demam ialah **menjadikan anak selesa**, bukan semata-mata menurunkan angka pada termometer.

Laporan ini menyarankan ibu bapa memerhati **keadaan umum anak, tahap keaktifannya, tanda-tanda penyakit serius**, memastikan anak **cukup minum**, dan **menyimpan ubat demam dengan selamat** daripada jangkauan kanak-kanak.

RUJUKAN KAJIAN:

Sullivan JE, Farrar HC; Section on Clinical Pharmacology and Therapeutics; Committee on Drugs (2011). Fever and antipyretic use in children. *Pediatrics* 127(3):580–587. PubMed PMID 21357332. <https://doi.org/10.1542/peds.2010-3852>

TANDA BAHAYA PADA KANAK-KANAK

KEADAAN	BILA PERLU SEGERA KE HOSPITAL
Bayi bawah 3 bulan	Sebarang demam (38°C atau lebih) — terus berjumpa doktor pada hari yang sama.
Lemah dan lesu	Sukar dikejutkan, tidak bermaya, tidak mahu bermain walaupun demam sudah turun.
Sesak nafas	Bernafas laju, dada tertarik ke dalam, berbunyi, atau bibir kebiruan.
Kurang air (dehidrasi)	Tidak kencing lebih 6–8 jam, mulut kering, menangis tanpa air mata, muntah berterusan.
Ruam yang tidak pudar	Bintik merah atau ungu yang tidak hilang apabila ditekan dengan gelas lutsinar.

KEADAAN	BILA PERLU SEGERA KE HOSPITAL
Sawan	Sawan pertama kali, berlarutan lebih 5 minit, atau anak tidak sedar sepenuhnya selepas itu.
Demam denggi	Sakit perut teruk, muntah berterusan, berdarah, atau sangat lesu — terutama ketika demam mula surut.

KETIKA ANAK SAWAN ATAU TERCEKIK

Ketika sawan: baringkan anak di atas lantai, alihkan barang yang keras atau tajam, dan iringkan badannya selepas kejangan reda. **Jangan** memasukkan apa-apa ke dalam mulutnya — bukan sudu, jari atau kain — dan **jangan** cuba menahan pergerakannya. Catat berapa lama sawan berlaku.

Ketika tercekik: jika anak masih boleh batuk dengan kuat, galakkan dia terus batuk. Jika dia **tidak boleh bersuara, bernafas atau batuk**, hubungi 999 dan lakukan **tepukan belakang dan tekanan dada (bagi bayi)** atau **tekanan perut (bagi kanak-kanak lebih besar)** seperti yang diajar dalam kursus pertolongan cemas. Teknik ini perlu dipelajari secara praktikal.

LANGKAH AMALAN

- 1. Simpan termometer digital di rumah** dan catat suhu serta masa ubat diberi.
- 2. Berikan ubat demam mengikut berat badan dan arahan** pada label atau ahli farmasi. Jangan berikan aspirin kepada kanak-kanak.
- 3. Simpan ubat, pencuci dan racun serangga** di tempat tinggi dan berkunci. Keracunan kanak-kanak kebanyakannya berlaku di rumah.
- 4. Potong makanan kecil-kecil** — anggur, sosej, kacang — dan jangan biarkan anak kecil makan sambil berlari.
- 5. Percayai naluri ibu bapa.** Jika anda rasa “ada yang tidak kena”, bawalah anak berjumpa doktor.

WARGA EMAS: JATUH, KELIRU DAN JANGKITAN

Ibu bapa dan datuk nenek kita sering menyembunyikan sakit kerana tidak mahu menyusahkan anak-anak. Pada usia tua, tanda penyakit serius juga sering **tidak jelas**: jangkitan mungkin tanpa demam, dan serangan jantung mungkin tanpa sakit dada.

SURAH AL-ISRA' 17:23-24

وَقَضَىٰ رَبُّكَ أَلَّا تَعْبُدُوا إِلَّا إِيَّاهُ وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا ۖ إِنَّمَا يُبَلِّغُنَّ عِنْدَكَ
الْكِبَرَ أَحَدُهُمَا أَوْ كِلَاهُمَا فَلَا تَقُلْ لَهُمَا أُفٍّ وَلَا تَنْهَرْهُمَا وَقُلْ لَهُمَا قَوْلًا
كَرِيمًا ﴿٢٣﴾

Dan Tuhanmu telah perintahkan, supaya engkau tidak menyembah melainkan kepadaNya semata-mata, dan hendaklah engkau berbuat baik kepada ibu bapa. Jika salah seorang dari keduanya, atau kedua-duanya sekali, sampai kepada umur tua dalam jagaan dan peliharaanmu, maka janganlah engkau berkata kepada mereka (sebarang perkataan kasar) sekalipun perkataan "Ha", dan janganlah engkau menengking menyergah mereka, tetapi katakanlah kepada mereka perkataan yang mulia (yang bersopan santun)

وَاخْفِضْ لَهُمَا جَنَاحَ الذُّلِّ مِنَ الرَّحْمَةِ وَقُلْ رَبِّ ارْحَمْهُمَا كَمَا رَبَّيَانِي صَغِيرًا ﴿٢٤﴾

Dan hendaklah engkau merendah diri kepada keduanya kerana belas kasihan dan kasih sayangmu, dan doakanlah (untuk mereka, dengan berkata): "Wahai Tuhanku! Cucurilah rahmat kepada mereka berdua sebagaimana mereka telah mencurahkan kasih sayangnya memelihara dan mendidikku semasa kecil

Terjemahan: Abdullah Muhammad Basmeih — quran.com/17:23-24

Allah memerintahkan kita berbuat baik kepada ibu bapa, khususnya apabila **“sampai kepada umur tua dalam jagaan dan peliharaanmu”** (17:23). Antara bentuk bakti yang paling besar pada zaman ini ialah **peka terhadap perubahan kesihatan** mereka dan tidak bertangguh membawa mereka mendapatkan rawatan.

TIGA TANDA BAHAYA PADA WARGA EMAS

1. Keliru mendadak. Jika datuk atau nenek tiba-tiba menjadi keliru, meracau, terlalu mengantuk atau berkelakuan pelik dalam masa beberapa jam atau hari, ia **bukan** “nyanyuk biasa”. Ia sering tanda **jangkitan** (contohnya paru-paru atau saluran kencing),

gula terlalu rendah atau tinggi, kesan ubat, atau strok. Ia memerlukan pemeriksaan segera.

2. Jatuh. Jatuh boleh menyebabkan patah tulang pinggul atau pendarahan di kepala, terutama bagi yang mengambil ubat pencair darah. Selepas jatuh, perhatikan **sakit kepala yang bertambah, muntah, mengantuk luar biasa** atau **tidak boleh berdiri** — semuanya tanda untuk ke hospital.

3. Jangkitan teruk (sepsis). Sepsis berlaku apabila tindak balas tubuh terhadap jangkitan menjadi terlalu kuat sehingga merosakkan organ sendiri. Tandanya termasuk **keliru, bernafas laju, kulit sejuk, pucat atau berbintik, sangat lemah, kencing terlalu sedikit**, dan demam atau sebaliknya suhu badan terlalu rendah.

HADITH — SAHIH MUSLIM, No. 2568A

حَدَّثَنَا سَعِيدُ بْنُ مَنْصُورٍ، وَأَبُو الرَّبِيعِ الزَّهْرَانِيُّ، قَالَا حَدَّثَنَا حَمَّادٌ، - يَعْنِي ابْنَ زَيْدٍ - عَنْ أَيُّوبَ، عَنْ أَبِي قِلَابَةَ، عَنْ أَبِي أَسْمَاءَ، عَنْ ثَوْبَانَ، قَالَ أَبُو الرَّبِيعِ رَفَعَهُ إِلَى النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فِي حَدِيثِ سَعِيدٍ قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ «عَائِدُ الْمَرِيضِ فِي مَخْرَفَةِ الْجَنَّةِ حَتَّى يَرْجِعَ».

TERJEMAHAN:

Daripada Thauban رضى الله عنه — Abu al-Rabi' menyandarkannya kepada Nabi ﷺ, dan dalam riwayat Sa'id beliau berkata: Rasulullah ﷺ bersabda: “**Orang yang menziarahi pesakit berada di taman buah-buahan syurga sehingga dia pulang.**”

SANAD Riwayat Imam Muslim: daripada [Sa'id bin Mansur](#) dan [Abu al-Rabi' al-Zahrani](#), daripada [Hammad bin Zaid](#), daripada [Ayyub al-Sakhtiyani](#), daripada [Abu Qilabah](#), daripada [Abu Asma' al-Rahabi](#), daripada [Thauban maula Rasulullah](#) رضى الله عنه.

RUJUKAN: Riwayat Imam Muslim dalam Sahih Muslim, Kitab al-Birr wa al-Silah wa al-Adab, Bab Kelebihan Menziarahi Pesakit, Hadith No. 2568a.

ريوايت إمام مسلم دالم صحيح مسلم، كتاب البر والصلة والآداب، حديث نومبور ٢٥٦٨

DARJAT: SAHIH — terkandung dalam Sahih Muslim.

Sumber: <https://sunnah.com/muslim:2568a>

Perkataan **makhrafah** atau **khurfah** bermaksud kebun buah-buahan yang sedang dipetik hasilnya. Selagi seseorang menziarahi orang sakit, dia seolah-olah sedang memetik buah-buahan syurga. Ziarah yang kerap kepada ibu bapa dan warga emas juga memberi peluang untuk **melihat perubahan kecil** — lebih kurus, lebih lemah, lebih keliru — yang mungkin terlepas pandang jika kita hanya bertanya melalui telefon.

PENEMUAN SAINS: SETIAP JAM KELEWATAN RAWATAN JANGKITAN TERUK BERMAKNA

Seymour dan rakan-rakan (2017) menganalisis data **49,331 pesakit sepsis** di **149 hospital** di negeri New York, Amerika Syarikat, selepas negeri itu mewajibkan protokol rawatan sepsis yang segera.

Bagi setiap **jam** kelewatan melengkapkan rawatan awal sepsis (termasuk ujian darah dan antibiotik), risiko kematian di hospital meningkat kira-kira **4%** (nisbah kemungkinan 1.04 sejam). Kelewatan memberi **antibiotik** juga dikaitkan dengan peningkatan risiko yang sama, iaitu kira-kira **4% bagi setiap jam**.

Pengajarannya bagi keluarga: apabila warga emas menunjukkan tanda jangkitan teruk, **jangan tunggu esok pagi**. Setiap jam yang diijamatkan di rumah ialah jam yang boleh digunakan oleh doktor.

RUJUKAN KAJIAN:

Seymour CW, Gesten F, Prescott HC, et al. (2017). Time to treatment and mortality during mandated emergency care for sepsis. New England Journal of Medicine 376(23):2235–2244. PubMed PMID 28528569. <https://doi.org/10.1056/NEJMoa1703058>

LANGKAH AMALAN

- 1. Kenali “normal” mereka.** Perhatikan cara bercakap, berjalan dan makan ibu bapa anda. Perubahan mendadak ialah tanda bahaya.
- 2. Jadikan rumah selamat daripada jatuh:** lampu malam ke tandas, pemegang di bilik air, tikar getah, dan elakkan wayar atau barang berselerak di lantai.
- 3. Semak ubat-ubatan mereka** bersama doktor atau ahli farmasi sekurang-kurangnya setahun sekali — ubat yang terlalu banyak boleh menyebabkan pening dan jatuh.
- 4. Pastikan mereka cukup minum,** terutama ketika cuaca panas atau ketika demam, cirit-birit atau muntah.
- 5. Ziarahi dengan kerap** dan bawa mereka ke temu janji klinik. Bakti ini besar pahalanya.

KANSER: TANDA AWAL JANGAN DIABAIKAN

Perkataan “kanser” sering menimbulkan rasa takut — dan rasa takut itulah yang kadang-kadang membuat seseorang **bertanggung** berjumpa doktor. Hakikatnya, banyak kanser yang dikesan **pada peringkat awal** boleh dirawat dengan jauh lebih berkesan.

TANDA AMARAN YANG PERLU DIPERIKSA

TANDA	MENGAPA PERLU DIPERIKSA
Benjolan baharu	Di payudara, ketiak, leher atau bahagian lain — terutama jika keras, tidak sakit dan semakin membesar.
Darah yang luar biasa	Dalam najis, air kencing, kahak, atau pendarahan faraj selepas putus haid.
Perubahan tabiat buang air	Sembelit atau cirit-birit yang berterusan lebih tiga minggu.
Batuk atau suara serak berpanjangan	Lebih tiga minggu, terutama bagi perokok.
Turun berat badan tanpa sebab	Berat badan berkurangan dengan ketara tanpa diet atau senaman.
Luka atau ulser yang tidak sembuh	Di mulut, lidah atau kulit, lebih tiga minggu.
Tahi lalat berubah	Menjadi lebih besar, berubah warna atau bentuk, gatal atau berdarah.
Sukar menelan	Makanan terasa tersekat, atau senak berpanjangan yang tidak hilang dengan ubat.

Kebanyakan tanda ini **bukan kanser** — tetapi hanya doktor yang boleh memastikannya. Lebih baik diperiksa dan diberitahu “tiada apa-apa”, daripada menunggu sehingga terlambat.

SURAH AL-BAQARAH 2:155-157

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ
وَالثَّمَرَاتِ ۖ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ ﴿١٥٥﴾

Demi sesungguhnya! Kami akan menguji kamu dengan sedikit perasaan takut (kepada musuh) dan (dengan merasai) kelaparan, dan (dengan berlakunya) kekurangan dari harta benda dan jiwa serta hasil tanaman. Dan berilah khabar gembira kepada orang-orang yang sabar

الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمْ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ ﴿١٥٦﴾

(lailu) orang-orang yang apabila mereka ditimpa oleh sesuatu kesusahan, mereka berkata:
"Sesungguhnya kami adalah kepunyaan Allah dan kepada Allah jualah kami kembali

أُولَئِكَ عَلَيْهِمْ صَلَوَاتٌ مِّن رَّبِّهِمْ وَرَحْمَةٌ وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُهْتَدُونَ ﴿١٥٧﴾

Mereka itu ialah orang-orang yang dilimpahi dengan berbagai-bagai kebaikan dari Tuhan mereka serta rahmatNya; dan mereka itulah orang-orang yang dapat petunjuk hidayahNya

Terjemahan: Abdullah Muhammad Basmeih — quran.com/2:155-157

HADITH — SAHIH AL-BUKHARI, No. 5641

حَدَّثَنِي عَبْدُ اللَّهِ بْنُ مُحَمَّدٍ، حَدَّثَنَا عَبْدُ الْمَلِكِ بْنُ عَمْرٍو، حَدَّثَنَا زُهَيْرُ بْنُ مُحَمَّدٍ، عَنْ مُحَمَّدِ بْنِ
عَمْرٍو بْنِ حَلْحَلَةَ، عَنْ عَطَاءِ بْنِ يَسَارٍ، عَنْ أَبِي سَعِيدٍ الْخُدْرِيِّ، وَعَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ، عَنْ
النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ « مَا يَصِيبُ الْمُسْلِمَ مِنْ نَصَبٍ وَلَا وَصَبٍ وَلَا هَمٍّ وَلَا
حُزْنٍ وَلَا أَذًى وَلَا غَمٍّ حَتَّى الشُّوْكَةِ يُشَاكُهَا، إِلَّا كَفَّرَ اللَّهُ بِهَا مِنْ خَطَايَاهُ ».

TERJEMAHAN:

Daripada Abu Sa'id al-Khudri dan Abu Hurairah رضي الله عنهما, daripada Nabi ﷺ, baginda bersabda: "Tidaklah menimpa seorang Muslim suatu keletihan, penyakit, kerisauan, kesedihan, gangguan dan kedukaan, hinggalah duri yang mencucuknya, melainkan Allah menghapuskan dengannya sebahagian daripada dosa-dosanya."

SANAD Riwayat Imam al-Bukhari: daripada 'Abdullah bin Muhammad al-Musnadi, daripada 'Abd al-Malik bin 'Amr Abu 'Amir al-'Aqadi, daripada Zuhair bin Muhammad, daripada Muhammad bin 'Amr bin Halhalah, daripada 'Ata' bin Yasar, daripada Abu Sa'id al-Khudri dan Abu Hurairah رضي الله عنهما.

RUJUKAN: Riwayat Imam al-Bukhari dalam Sahih al-Bukhari, Kitab al-Mardha (Pesakit), Bab Penyakit Sebagai Penghapus Dosa, Hadith No. 5641.

ريوایت إمام البخاري دالم صحيح البخاري، كتاب المرضى، حديث نومبور ٥٦٤١

DARJAT: SAHIH — terkandung dalam Sahih al-Bukhari, kitab hadith paling sahih selepas Al-Qur'an menurut ijmak ulama hadith.

Sumber: <https://sunnah.com/bukhari:5641>

Hadith ini membawa ketenangan yang besar kepada pesakit dan keluarganya: setiap kesakitan, kebimbangan dan keletihan — hingga duri yang kecil — menjadi penghapus dosa bagi orang beriman. Namun ganjaran ini **tidak bermaksud kita membiarkan penyakit**. Rasulullah ﷺ sendiri memerintahkan umatnya berubat. Sabar dan berubat berjalan seiring: hati redha dengan ujian, tangan berusaha mencari penawar.

PENEMUAN SAINS: EMPAT MINGGU PUN BERMAKNA

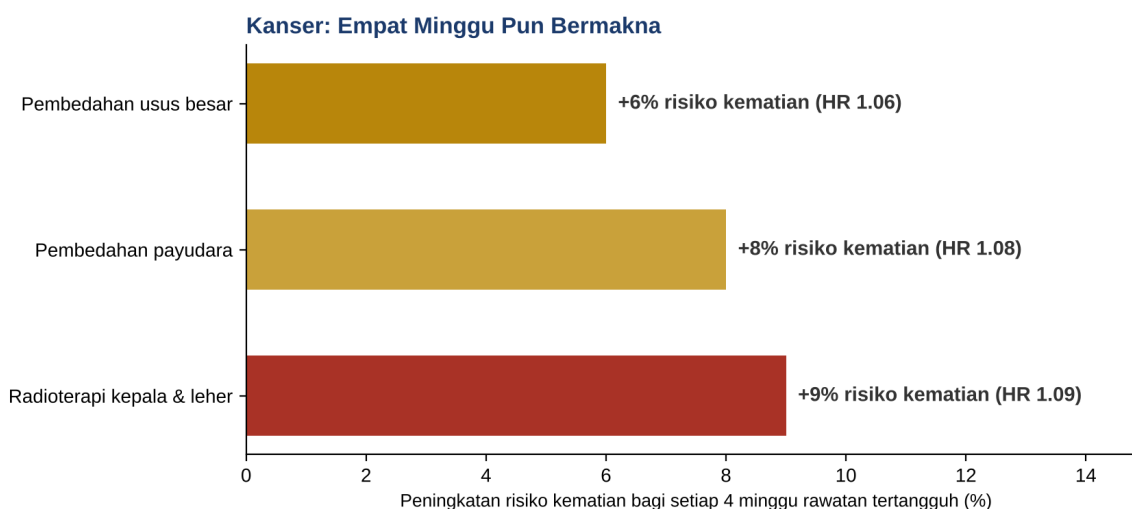
Hanna dan rakan-rakan (2020) menghimpunkan **34 kajian** melibatkan **1,272,681 pesakit** kanser pundi kencing, payudara, usus besar, rektum, paru-paru, pangkal rahim, serta kepala dan leher.

Bagi setiap **empat minggu** rawatan tertangguh, risiko kematian meningkat. Bagi pembedahan, peningkatannya **6% hingga 8%** bagi setiap empat minggu — contohnya pembedahan usus besar 1.06 dan pembedahan payudara 1.08. Bagi radioterapi kanser kepala dan leher, peningkatannya **9%** (1.09).

Kajian ini mengukur kelewatan **selepas diagnosis**. Kelewatan **sebelum diagnosis** — kerana takut atau malu berjumpa doktor — menambah lagi tempoh tersebut. Pesan penulis: walaupun **empat minggu**, kelewatan tetap memberi kesan.

RUJUKAN KAJIAN:

Hanna TP, King WD, Thibodeau S, et al. (2020). Mortality due to cancer treatment delay: systematic review and meta-analysis. BMJ 371:m4087. PubMed PMID 33148535.
<https://doi.org/10.1136/bmj.m4087>



Data: Hanna et al., BMJ 2020 (34 kajian, 1 272 681 pesakit; tujuh jenis kanser).

Rajah 5: Peningkatan risiko kematian bagi setiap empat minggu rawatan kanser tertangguh (dilukis daripada data Hanna et al., 2020).

LANGKAH AMALAN

- 1. Jangan biarkan rasa takut menangguhkan pemeriksaan.** Kenal pasti tanda amaran, dan berjumpa doktor dalam masa terdekat.
- 2. Lakukan pemeriksaan payudara sendiri setiap bulan,** dan sertai saringan yang ditawarkan klinik kesihatan — contohnya mamogram, ujian pangkal rahim dan ujian najis untuk kanser usus.
- 3. Berhenti merokok** — penyebab utama kanser paru-paru, mulut dan tekak — dan jauhi produk tembakau serta vape.
- 4. Jika didiagnosis, mulakan rawatan mengikut jadual.** Bincanglah dengan doktor sebelum memilih rawatan alternatif; jangan tinggalkan rawatan moden yang terbukti.
- 5. Sokong ahli keluarga yang sakit** dengan ziarah, doa, menemani ke hospital dan membantu urusan harian.

BERSEDIA SEKELUARGA

Kecemasan jarang memberi notis. Keluarga yang telah bersedia dapat bertindak dengan tenang, manakala keluarga yang tidak bersedia kehilangan masa yang berharga untuk mencari nombor telefon, kunci kereta atau senarai ubat.

SURAH AT-TAHIRM 66:6

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا قُوا أَنْفُسَكُمْ وَأَهْلِيكُمْ نَارًا وَقُودُهَا النَّاسُ وَالْحِجَارَةُ عَلَيْهَا مَلَائِكَةٌ غِلَاظٌ شِدَادٌ لَا يَعْصُونَ اللَّهَ مَا أَمَرَهُمْ وَيَفْعَلُونَ مَا يُؤْمَرُونَ



Wahai orang-orang yang beriman! Peliharalah diri kamu dan keluarga kamu dari neraka yang bahan-bahan bakarannya: manusia dan batu (berhala); neraka itu dijaga dan dikawal oleh malaikat-malaikat yang keras kasar (layanannya); mereka tidak menderhaka kepada Allah dalam segala yang diperintahkanNya kepada mereka, dan mereka pula tetap melakukan segala yang diperintahkan

Terjemahan: Abdullah Muhammad Basmeih — quran.com/66:6

Perintah **“peliharalah diri kamu dan keluarga kamu”** (66:6) ditujukan terutamanya kepada pemeliharaan agama dan akhirat. Namun semangatnya meliputi tanggungjawab seorang ketua keluarga untuk menjaga keselamatan ahli keluarganya dengan ilmu dan persediaan. [Tafsir Ibn Kathir 66:6](#)

KOTAK KECEMASAN KELUARGA

BARANG	KEGUNAAN
Senarai nombor penting	999, klinik terdekat, hospital, doktor keluarga, jiran dan saudara terdekat — tampal di peti sejuk.
Kad perubatan setiap ahli keluarga	Nama, tarikh lahir, penyakit, ubat, alahan, dan nombor kad pengenalan disimpan dalam satu sampul.
Kotak pertolongan cemas	Plaster, kain kasa, pembalut, antiseptik, gunting, sarung tangan dan termometer digital.
Ubat asas	Ubat demam dan sakit mengikut umur, larutan garam rehidrasi (ORS), dan ubat harian pesakit kronik.

BARANG	KEGUNAAN
Alat pengukur	Alat tekanan darah dan glukometer bagi rumah yang mempunyai pesakit darah tinggi atau kencing manis.
Lampu suluh dan pengecas telefon	Untuk keadaan malam, bekalan elektrik terputus, atau perjalanan ke hospital.

LATIHAN KELUARGA

Ajarkan setiap ahli keluarga, termasuk anak-anak yang sudah besar, **tiga perkara**: cara **menghubungi 999** dan memberi alamat rumah dengan jelas, **tanda BE-FAST**, dan **CPR tangan sahaja**. Latihlah sekali-sekala, sebagaimana kita berlatih kebakaran di sekolah. Ilmu yang dilatih akan teringat ketika panik.

SENARAI SEMAK “JANGAN TUNGGU SAKIT”

KEADAAN	TINDAKAN SEGERA
Tanda strok (BE-FAST)	Catat masa, hubungi 999, jangan beri makan atau minum.
Sakit dada lebih 5 minit	Hubungi 999, berehat, jangan memandu sendiri.
Rebah, tidak sedar, tidak bernafas normal	Hubungi 999, mulakan CPR tangan sahaja, gunakan AED.
Kanak-kanak lesu, sesak nafas atau kurang air	Bawa segera ke klinik atau hospital.
Warga emas keliru mendadak atau jatuh	Bawa segera untuk pemeriksaan pada hari yang sama.
Tanda amaran kanser	Buat temu janji doktor dalam masa terdekat; jangan tunggu ia hilang.

PENUTUP: MEMOHON AL-‘AFIYAH

Selepas segala ikhtiar, kita kembali kepada Allah. Nabi Ayyub عَلَيْهِ السَّلَام, yang diuji dengan penyakit yang panjang, tidak berputus asa daripada rahmat-Nya:

SURAH AL-ANBIYA' 21:83-84

﴿وَأَيُّوبَ إِذْ نَادَىٰ رَبَّهُ أَنِّي مَسَّنِيَ الضُّرُّ وَأَنْتَ أَرْحَمُ الرَّحِيمِينَ﴾^(٨٣)

Dan (sebutkanlah peristiwa) Nabi Ayub, ketika ia berdoa merayu kepada Tuhannya dengan berkata: "Sesungguhnya aku ditimpa penyakit, sedang Engkaulah sahaja yang lebih mengasihani daripada segala (yang lain) yang mengasihani

فَاسْتَجَبْنَا لَهُ وَفَكَشَفْنَا مَا بِهِ مِنْ ضُرٍّ وَآتَيْنَاهُ أَهْلَهُ وَمِثْلَهُمْ مَعَهُمْ رَحْمَةً

مِّنْ عِنْدِنَا وَذِكْرَىٰ لِلْعَبِيدِينَ﴾^(٨٤)

Maka Kami perkenankan doa permohonannya, lalu Kami hapuskan penyakit yang menyimpannya, serta Kami kurniakan kepadanya: keluarganya, dengan seganda lagi ramainya, sebagai satu rahmat dari Kami dan sebagai satu peringatan bagi orang-orang yang taat kepada Kami (supaya bersabar dan mendapat balasan baik)

Terjemahan: Abdullah Muhammad Basmeih — quran.com/21:83-84

HADITH — JAMI' AL-TIRMIDHI, No. 3514

حَدَّثَنَا أَحْمَدُ بْنُ مَنِيعٍ، حَدَّثَنَا عُبَيْدَةُ بْنُ حُمَيْدٍ، عَنْ يَزِيدَ بْنِ أَبِي زِيَادٍ، عَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ الْحَارِثِ، عَنِ الْعَبَّاسِ بْنِ عَبْدِ الْمُطَّلِبِ، قَالَ قُلْتُ يَا رَسُولَ اللَّهِ عَلَّمَنِي شَيْئًا أَسْأَلُهُ اللَّهُ عَزَّ وَجَلَّ. قَالَ «سَلِ اللَّهَ الْعَافِيَةَ». فَكُنْتُ أَيَّامًا ثُمَّ جِئْتُ فَقُلْتُ يَا رَسُولَ اللَّهِ عَلَّمَنِي شَيْئًا أَسْأَلُهُ اللَّهُ. فَقَالَ لِي «يَا عَبَّاسُ يَا عَمَّ رَسُولِ اللَّهِ سَلِ اللَّهَ الْعَافِيَةَ فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ». قَالَ أَبُو عِيسَى هَذَا حَدِيثٌ صَحِيحٌ. وَعَبْدُ اللَّهِ بْنُ الْحَارِثِ بْنُ نَوْفَلٍ قَدْ سَمِعَ مِنَ الْعَبَّاسِ بْنِ عَبْدِ الْمُطَّلِبِ.

TERJEMAHAN:

Daripada al-'Abbas bin 'Abd al-Muttalib رضى الله عنه, beliau berkata: Aku berkata: "Wahai Rasulullah, ajarkanlah kepadaku sesuatu yang aku pohonkan kepada Allah 'Azza wa Jalla." Baginda bersabda: **"Mohonlah kepada Allah al-'afiyah (kesejahteraan)."** Lalu aku tinggal beberapa hari, kemudian aku datang lagi dan berkata: "Wahai Rasulullah, ajarkanlah kepadaku sesuatu yang aku pohonkan kepada Allah." Baginda bersabda kepadaku: **"Wahai 'Abbas, wahai bapa saudara Rasulullah, mohonlah kepada Allah al-'afiyah di dunia dan akhirat."** Abu 'Isa (al-Tirmidhi) berkata: Hadith ini sahih. 'Abdullah bin al-Harith bin Naufal telah mendengar daripada al-'Abbas bin 'Abd al-Muttalib.

SANAD Riwayat Imam al-Tirmidhi: daripada [Ahmad bin Mani'](#), daripada ['Abidah bin Humaid](#), daripada [Yazid bin Abi Ziyad](#), daripada ['Abdullah bin al-Harith bin Naufal](#), daripada [al-'Abbas bin 'Abd al-Muttalib](#) رضى الله عنه.

RUJUKAN: Riwayat Imam al-Tirmidhi dalam Jami' al-Tirmidhi, Abwab al-Da'awat, Bab Kelebihan Memohon al-'Afiyah dan al-Mu'afah, Hadith No. 3514.

ريوایت إمام الترمذي دالم جامع الترمذي، أبواب الدعوات، حديث نومبور ٣٥١٤

DARJAT: SAHIH — Imam al-Tirmidhi menilainya sahih; dinilai sahih oleh Darussalam.

Sumber: <https://sunnah.com/tirmidhi:3514>

Daripada sekian banyak doa, Rasulullah ﷺ memilih untuk bapa saudaranya satu permohonan yang ringkas tetapi menyeluruh: **al-'afiyah** — keselamatan daripada penyakit, bencana dan segala keburukan, di dunia dan di akhirat. Semoga Allah mengurniakan kepada kita sekeluarga 'afiyah, ilmu untuk menyelamatkan nyawa, dan hati yang tenang dalam setiap ujian.

RUJUKAN

AL-QUR'AN DAN TAFSIR

Al-Qur'an al-Karim, teks Uthmani dan terjemahan Abdullah Muhammad Basmeih.

<https://quran.com>

Ibn Kathir, Tafsir al-Qur'an al-'Azim. <https://tafsir.app/ibn-katheer/12/67>

HADITH

Sahih al-Bukhari, Sahih Muslim dan Jami' al-Tirmidhi — teks Arab, sanad dan halaman perawi.

<https://sunnah.com>

Ibn Hajar al-'Asqalani, Fath al-Bari Syarh Sahih al-Bukhari; al-Nawawi, Syarh Sahih Muslim.

PANDUAN KESIHATAN

World Health Organization. Stroke, Cerebrovascular accident.

<https://www.emro.who.int/health-topics/stroke-cerebrovascular-accident/index.html>

World Health Organization. Sepsis (fakta ringkas). <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/sepsis>

World Health Organization. Cancer (fakta ringkas). <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/cancer>

KAJIAN SAINS (PUBMED)

Embersson J, Lees KR, Lyden P, et al. (2014). Effect of treatment delay, age, and stroke severity on the effects of intravenous thrombolysis with alteplase for acute ischaemic stroke. Lancet 384(9958):1929–1935. PubMed PMID 25106063. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(14\)60584-5](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(14)60584-5)

Hasselqvist-Ax I, Riva G, Herlitz J, et al. (2015). Early cardiopulmonary resuscitation in out-of-hospital cardiac arrest. New England Journal of Medicine 372(24):2307–2315. PubMed PMID 26061835. <https://doi.org/10.1056/NEJMoa1405796>

Sullivan JE, Farrar HC (2011). Fever and antipyretic use in children. Pediatrics 127(3):580–587. PubMed PMID 21357332. <https://doi.org/10.1542/peds.2010-3852>

Seymour CW, Gesten F, Prescott HC, et al. (2017). Time to treatment and mortality during mandated emergency care for sepsis. New England Journal of Medicine 376(23):2235–2244. PubMed PMID 28528569. <https://doi.org/10.1056/NEJMoa1703058>

Hanna TP, King WD, Thibodeau S, et al. (2020). Mortality due to cancer treatment delay: systematic review and meta-analysis. BMJ 371:m4087. PubMed PMID 33148535. <https://doi.org/10.1136/bmj.m4087>

SOKONGAN & SUMBANGAN

eBook ini diterbitkan **percuma sepenuhnya** untuk umat Islam dan **tidak sekali-kali untuk dijual**. Sumbangan amat dialu-alukan bagi membantu kos penyelidikan, hosting laman quranscience.my dan penerbitan eBook seterusnya — namun ia **tidak diwajibkan**. Semoga Allah menerima setiap sumbangan sebagai sedekah jariah.

SURAH AL-BAQARAH 2:261

مَثَلُ الَّذِينَ يُنْفِقُونَ أَمْوَالَهُمْ فِي سَبِيلِ اللَّهِ كَمَثَلِ حَبَّةٍ أَنْبَتَتْ سَبْعَ سَنَابِلٍ فِي كُلِّ سُنْبُلَةٍ مِائَةُ حَبَّةٍ وَاللَّهُ يُضَعِفُ لِمَنْ يَشَاءُ وَاللَّهُ وَاسِعٌ عَلِيمٌ ﴿٢٦١﴾

Bandangan (derma) orang-orang yang membelanjakan hartanya pada jalan Allah, ialah sama seperti sebiji benih yang tumbuh menerbitkan tujuh tangkai; tiap-tiap tangkai itu pula mengandungi seratus biji. Dan (ingatlah), Allah akan melipatgandakan pahala bagi sesiapa yang dikehendakiNya, dan Allah Maha Luas (rahmat) kurniaNya, lagi Meliputi ilmu pengetahuanNya

Terjemahan: Abdullah Muhammad Basmeih — quran.com/2:261

SURAH SABA' 34:39

قُلْ إِنَّ رَبِّي يَبْسُطُ الرِّزْقَ لِمَنْ يَشَاءُ مِنْ عِبَادِهِ ۖ وَيَقْدِرُ لَهُ ۖ وَمَا أَنْفَقْتُمْ مِنْ شَيْءٍ فَهُوَ يُخْلِفُهُ ۖ وَهُوَ خَيْرُ الرَّازِقِينَ ﴿٣٩﴾

Katakanlah (wahai Muhammad): "Sesungguhnya Tuhanku memewahkan rezeki bagi sesiapa yang dikehendakiNya di antara hamba-hambaNya, dan Ia juga yang menyempitkan baginya; dan apa sahaja yang kamu dermakan maka Allah akan menggantikannya; dan Dialah jua sebaik-baik Pemberi rezeki

Terjemahan: Abdullah Muhammad Basmeih — quran.com/34:39

HADITH — SAHIH MUSLIM, No. 2588

حَدَّثَنَا يَحْيَى بْنُ أَيُّوبَ، وَقُتَيْبَةُ، وَابْنُ جُرَاجٍ، قَالُوا حَدَّثَنَا إِسْمَاعِيلُ، - وَهُوَ ابْنُ جَعْفَرٍ - عَنْ الْعَلَاءِ، عَنْ أَبِيهِ، عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ، عَنْ رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ « مَا نَقَصَتْ صَدَقَةٌ مِنْ مَالٍ وَمَا زَادَ اللَّهُ عَبْدًا بِعَفْوٍ إِلَّا عِزًّا وَمَا تَوَاضَعَ أَحَدٌ لِلَّهِ إِلَّا رَفَعَهُ اللَّهُ ».

TERJEMAHAN:

Daripada Abu Hurairah رضى الله عنه, daripada Rasulullah ﷺ, baginda bersabda: “Sedekah tidak mengurangkan harta. Allah tidak menambah bagi seorang hamba yang memaafkan melainkan kemuliaan. Dan tidaklah seseorang merendah diri kerana Allah melainkan Allah mengangkat darjatnya.”

SANAD: Riwayat Imam Muslim: daripada [Yahya bin Ayyub](#), [Qutaibah bin Sa'id](#) dan ['Ali bin Hujr](#), daripada [Isma'il bin Ja'far](#), daripada [al-'Ala' bin 'Abd al-Rahman](#), daripada bapanya ['Abd al-Rahman bin Ya'qub](#), daripada [Abu Hurairah رضى الله عنه](#).

RUJUKAN: Riwayat Imam Muslim dalam Sahih Muslim, Kitab al-Birr wa al-Silah wa al-Adab, Bab Galakan Memaafkan dan Merendah Diri, Hadith No. 2588.

ريوایت إمام مسلم دالم صحيح مسلم، كتاب البر والصلة، حديث نومبور ٢٥٨٨

DARJAT: SAHIH — terkandung dalam Sahih Muslim.

Sumber: <https://sunnah.com/muslim:2588>

HADITH — SAHIH MUSLIM, No. 1631

حَدَّثَنَا يَحْيَى بْنُ أَيُّوبَ، وَقُتَيْبَةُ، - يَعْنِي ابْنَ سَعِيدٍ - وَابْنُ جُرَّجٍ قَالُوا حَدَّثَنَا إِسْمَاعِيلُ، - هُوَ ابْنُ جَعْفَرٍ - عَنِ الْعَلَاءِ، عَنْ أَبِيهِ، عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ، أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ « إِذَا مَاتَ الْإِنْسَانُ انْقَطَعَ عَنْهُ عَمَلُهُ إِلَّا مِنْ ثَلَاثَةٍ إِلَّا مِنْ صَدَقَةٍ جَارِيَةٍ أَوْ عِلْمٍ يُنْتَفَعُ بِهِ أَوْ وَلَدٍ صَالِحٍ يَدْعُو لَهُ ».

TERJEMAHAN:

Daripada Abu Hurairah رضى الله عنه, bahawa Rasulullah ﷺ bersabda: “Apabila seorang manusia meninggal dunia, terputuslah amalannya kecuali tiga perkara: sedekah jariah, ilmu yang dimanfaatkan, atau anak soleh yang mendoakannya.”

SANAD: Riwayat Imam Muslim: daripada [Yahya bin Ayyub](#), [Qutaibah bin Sa'id](#) dan ['Ali bin Hujr](#), daripada [Isma'il bin Ja'far](#), daripada [al-'Ala' bin 'Abd al-Rahman](#), daripada bapanya ['Abd al-Rahman bin Ya'qub](#), daripada [Abu Hurairah رضى الله عنه](#).

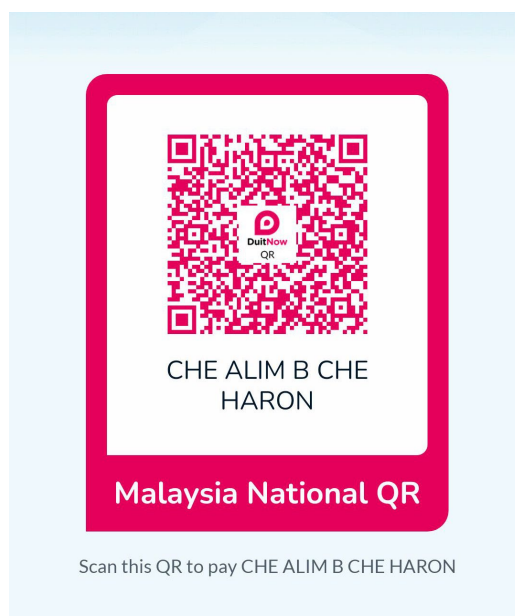
RUJUKAN: Riwayat Imam Muslim dalam Sahih Muslim, Kitab al-Wasiyyah, Bab Pahala yang Sampai kepada Manusia Selepas Kematiannya, Hadith No. 1631.

ريوایت إمام مسلم دالم صحيح مسلم، كتاب الوصية، حديث نومبور ١٦٣١

DARJAT: SAHIH — terkandung dalam Sahih Muslim.

Sumber: <https://sunnah.com/muslim:1631>

JAZAKUMULLAHU KHAIRAN KATHIRA



Imbas QR di atas (DuitNow) untuk menyumbang.



Penyumbang antarabangsa: klik butang DERMA atau layari paypal.me/quranscience