



Keistimewaan Zaitun dalam Perspektif Islam dan Sains

Ida Khoirunnisa^{1,*}, Rakhmiyati², Risti Widyaningsih³

^{1,3}Program Pendidikan Biologi, Fakultas Sains dan Teknologi, UIN Sunan Kalijaga
Jl. Marsda Adisucipto No 1 Yogyakarta 55281, Indonesia. Tel. +62-274-540971, Fax. +62-274-519739

²Program Pascasarjana, Universitas Sebelas Maret,
Jalan Ir. Sutami 36 A, Surakarta, 57126, Tel. +62271-646994, Fax. +62271-646655, Indonesia
Email*: idakhoirunnisa99@gmail.com

Abstrak. Banyak sekali tumbuhan dan buah-buahan yang disebut-sebut didalam Al-Qur'an. Allah telah menumbuhkan segala macam tumbuh-tumbuhan dan segala bentuk tanaman yang ada di muka bumi ini. Banyak keajaiban ilmiah mengenai ladang pertanian di dalam Al-Qur'an salah satunya adalah buah Zaitun. Zaitun memiliki nama ilmiah *Olea europaea* yang tersebar di negara-negara mediterania, Afrika, semenanjung Arab, India, dan Asia. Zaitun memiliki banyak manfaat seperti mengurangi tekanan darah tinggi, melancarkan buang air kecil, menurunkan kadar gula darah, mengandung zat anti mikroba dan efektif dalam menangani virus, bakteri, dan jamur. Kandungan senyawa yang terdapat dalam zaitun seperti fenol, tokoferol, sterol, pigan dan squalene memiliki peran penting dalam kesehatan dan dapat menyembuhkan beberapa penyakit. Zaitun juga mengandung omega 9 dan omega 3 yang dapat berfungsi sebagai anti inflamasi. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi literatur serta mengumpulkan data yang bersumber dari jurnal dan buku yang terkait. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui manfaat buah zaitun dalam perspektif islam.

Kata Kunci: Buah Zaitun; obat alami; kajian islam

PENDAHULUAN

Makanan dan minuman yang disukai oleh Rasullullah SAW adalah makanan yang mengandung bergizi dan halal. Di dalam Al-Qur'an banyak menceritakan makanan yang di sukai oleh Rasullullah SAW. Sejak 1400 tahun lalu Rasullullah SAW telah menganjurkan penggunaan minyak zaitun, karena memiliki manfaat yang besar, dan dikeluarkan dari pohon zaitun yang diberkahi Allah SWT.

Menurut para dokter daun zaitun memiliki banyak manfaat seperti mengurangi tekanan darah tinggi, melancarkan buang air kecil yaitu dengan cara direbus dengan air lalu diminum. Daun zaitun juga digunakan sebagai pembasuh luka oleh masyarakat yunani kuno. Riset menunjukkan bahwa daun zaitun dapat digunakan untuk menurunkan kadar gula darah, dau zaitun juga mengandung zat anti mikroba dan efektif dalam menangani virus, bakteri, dan jamur. Sedangkan biji zaitun setelah diperas memiliki kandungan minyak yang dapat digunakan untuk pupuk tanaman (Nisak, 2018).

Kandungan senyawa yang terdapat daam zaitun seperti fenol, tokoferol, sterol, pigan dan squalene memiliki peran penting dalam kesehatan dan dapat menyembuhkan beberapa penyakit. Senyawa fenol berfungsi sebagai anti oksidan yang sangat kuat. Semua senyawa diatas yang bermanfaat terdapat di dalam minyak zaitun. Kandungan senyawa metabolit sekunder minyak zaitun adalah alkaloid, saponin dan tannin, flavonoid, apigenin, luteolin, chryseriol dan derivatnya. Zaitun juga mengandung omega 9 dan omega 3 yang dapat berfungsi sebagai anti inflamasi (Nisak, 2018).

Banyak buah-buahan yang diciptakan oleh Allah SWT salah satunya adalah Zaitun. Dalam kitab *Mu'jam Al-Mufahras li Al-Fazhil Quran*, terdapat 7 ayat dalam 6 surat ayat yang berbicara mengenai zaitun. Terdapat 6 kata *zaitun* dan 1 kata *Thursina* yang menunjukkan makna zaitun dalam Al-Quran. Antara ayat-ayat tersebut adalah "Surat At-Tin ayat 1-2, Surat Abasa ayat 29, Surat Al-An'am ayat 99 dan 141, Surat Al-Mu'minin ayat 20, Surat An-Nahl ayat 11, dan Surat An-Nur ayat 35 (Baqi, 1981).

Allah SWT menyebut zaitun berulang-ulang dalam Al-qu'an, hal ini tentu ada sesuatu yang ingin disampaikan Allah SWT dari semua itu. Salah satunya adalah keistimewaan dan khasiat minyak yang dihasilkan dari tumbuhan zaitun yang memiliki banyak fungsi. Dalam Al-qur'an surat An-Nur ayat 35:

اللَّهُ نُورُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ ۚ مَثَلُ نُورِهِ كَمِشْكَاةٍ فِيهَا
مِصْبَاحٌ ۚ الْمِصْبَاحُ فِي زُجَاجَةٍ ۚ الزُّجَاجَةُ كَأَنَّهَا كَوْكَبٌ دُرِّيٌّ
يُوقَدُ مِنْ شَجَرَةٍ مُبَارَكَةٍ زَيْتُونَةٍ لَا شَرْقِيَّةٍ وَلَا غَرْبِيَّةٍ يَكَادُ زَيْتُهَا
يُضِيءُ وَلَوْ لَمْ تَمْسَسْهُ نَارٌ ۚ نُورٌ عَلَى نُورٍ ۗ يَهْدِي اللَّهُ لِنُورِهِ مَنْ
يَشَاءُ ۗ وَيَضْرِبُ اللَّهُ الْأَمْثَالَ لِلنَّاسِ ۗ وَاللَّهُ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمٌ

"Allah (pemberi) cahaya (kepada) langit dan bumi. Perumpamaan cahaya-Nya, seperti sebuah lubang yang tidak tembus, yang di dalamnya ada pelita besar. Pelita itu didalam tabung kaca, (dan) tabung kava itu bagaikan bintang yang berkilauan, yang dinyalakan dengan minyak dari pohon yang diberkahi (yaitu) pohon Zaitun yang tumbuh tidak di sebelah timur (sesuatu) dan tidak pula disebelah barat(nya), yang

minyaknya (saja) hampirhampir menerangi, walaupun tidak disentuh api, Cahaya di atas cahaya (berlapis-lapis).”

Dalam Tafsir Al-Qurthubi dijelaskan bahwa Ibnu Abbas berkata “Pohon Zaitun mengandung pelbagai manfaat. Minyaknya dapat digunakan sebagai bahan bakar lampu, dan juga untuk lauk dan lulur. Tiada satu bagian

dalam pohon ini yang tidak berguna. Bahkan abunya bisa dimanfaatkan untuk mencuci sutera” (Badwilan, 2010).

Zaitun adalah pohon yang pertama kali tumbuh di dunia dan merupakan pohon pertama yang tumbuh pasca bencana air Bah (zaman Glester). Zaitun tumbuh di tempat tinggal para Nabi dan tanah-tanah suci. Tujuh puluh Nabi mendoakan keberkahan pohon zaitun, di antaranya adalah Nabi Ibrahim dan Nabi Muhammad SAW berdoa, “Ya Allah, berkahilah minyak dari pohon Zaitun”. Beliau mengucapkan doanya sebanyak dua kali (Hammad, 2014).

Zaitun merupakan salah satu tanaman yang dikenal umat manusia. Zaitun juga telah diketahui sebagai tanaman yang berkhasiat tinggi dan memiliki manfaat yang banyak. Hal ini menunjukkan bahwa betapa banyak nikmat yang Allah SWT berikan dan sediakan untuk hamba-Nya. Dengan demikian penulis ingin membuat kajian lebih mendalam terkait dengan keistimewaan zaitun menurut perspektif islam dan sains.

METODE PENELITIAN

Metode dalam penelitian ini adalah menggunakan kajian literature dengan mengumpulkan berbagai informasi dari jurnal yang terkait, buku referensi dan internet.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Didalam ilmu kesehatan zaitun merupakan tumbuhan perdu, tumbuh didaerah laut tengah, kalifornia, dan di pakai sebagai bahan penghasil minyak zaitun. Di dalam ilmu kesehatan zaitun memiliki peran penting dalam mengobati berbagai penyakit, terutama minyaknya. Para ilmuan islam meneliti zaitun dan berpacu pada QS. An-Nahl ayat 11:

يُنْبِتُ لَكُمْ بِهِ الزَّرْعَ وَالزَّيْتُونَ وَالنَّخِيلَ وَالْأَعْنَابَ
وَمِنْ كُلِّ النَّمْرَاتِ ۚ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَةً لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ

“Dia menumbuhkan bagi kamu dengan air hujan itu tanam-tanaman; zaitun, korma, anggur dan segala macam buah-buahan. Sesungguhnya pada yang demikian itu benar-benar ada tanda (kekuasaan Allah) bagi kaum yang memikirkan.

Menurut Johnson dalam (Hamzah, 2018), klasifikasi tanaman yaitu sebagai berikut:

Kingdom : Plantae
Divisi : Magnoliophyta
Kelas : Magnoliopsida
Ordo : Lamiales
Family : Oleaceae
Genus : *Olea*
spesies : *Olea europaea*

Menurut Astawan (2015), buah zaitun muda berwarna hijau kekuningan biasanya digunakan sebagai penambah rasa, sedangkan buah zaitun yang matang berwarna hitam biasanya diperas untuk diambil minyaknya. Setiap buah zaitun yang matang mengandung 80% air, 15% minyak, 1% protein, 1% karbohidrat, dan 1% serat. Secara singkat, tanaman zaitun memiliki ciri-ciri sebagai berikut:

1. Tumbuh sebagai perdu yang mempunyai bunga berbentuk lonceng.
2. Berdaun tunggal dengan kedudukan berhadapan tanpa daun penumpu.
3. Bunganya berkelamin tunggal.
4. Buahnya berupa buah batu dengan biji memiliki endosperm.

Zaitun dalam berbagai penelitian memiliki berbagai manfaat dan keistimewaan dimulai dari batang, daun hingga buahnya. Pohon zaitun memiliki keistimewaan yaitu umurnya panjang, dipalestina pohon zaitun bisa hidup sekitar 600 tahun. Setiap pohon bisa menghasilkan 15-20 kg buah zaitun dalam satu tahun. Berbagai negara penghasil zaitun adalah Spanyol, Italia, Yunani, Turki, Tunisia, Portugal, Maroko, Suriah, Aljazair, Argentina, dan Perancis (Badwilan, 2010).

Hasan Syamsi Basya, dalam bukunya Zaitun bayna Ath-Thibbi wal-Qur’ani (Pohon Zaitun dalam Perspektif Medis dan Al-Qur’an) menjelaskan keistimewaan pohon yang diberkahi ini. Beliau mengatakan, “Pohon ini memiliki keunikan karena umurnya yang panjang”. Bahkan, andaikata akar tunggangnya mati, dahan-dahannya bisa tumbuh di sekitar akarnya untuk membentuk sebuah pohon baru (Badwilan, 2010).

Daun pohon zaitun memiliki keistimewaan bertahan, warnanya hijaunya terus menerus. Daunnya bisa hidup 3 tahun kemudian akan muncul daun baru sebelum daun yang lama gugur ke tanah. Aldos Heksley dalam bukunya tentang pohon zaitun mengatakan “Andai kata saya bisa menggambar dan mempunyai waktu cukup, tentu saya memerlukan waktu beberapa tahun untuk menggambar daun-daun zaitun di kanvas. Sebab, ada banyak bentuk daun yang berbeda-beda untuk satu pohon zaitun ini (Badwilan, 2010).

Daun zaitun sudah lama dimanfaatkan masyarakat kuno Yunani sebagai pembasuh luka. Daun zaitun juga digunakan sebagai obat kandung kemih, riset menunjukkan daun zaitun memiliki kemampuan membantu penurunan kadar gula dalam darah sebagaimana juga bermanfaat menurunkan tekanan darah tinggi. Daun tersebut juga mengandung zat anti

mikroba dan sangat efektif membasmi sejumlah jamur, virus, dan bakteri (Khasanah, 2011).

Sedangkan buah zaitun terdapat beberapa kandungan diantaranya terdapat kadar protein, gizi dan anti oksidan yang besar, kalsium, zat besi, dan fosfat. Hal ini merupakan zat-zat penting bagi tubuh manusia. Selain itu buah, daun, minyak dapat digunakan sebagai anti infeksi organ dalam, seperti ginjal, empedu, dan mengandung senyawa koloid yang dapat membunuh sel-sel kanker (Khasanah, 2011).

Buah zaitun juga menghasilkan minyak. Minyak zaitun merupakan minyak yang memiliki banyak manfaat, dibuat dari biji buah zaitun yang diperas. Minyak zaitun memiliki banyak manfaat, diantaranya dapat mengurangi kolesterol berbahaya, memberikan perlindungan terhadap penyakit jantung, mencegah obesitas dan osteoporosis, mencegah penyebaran HIV, mencegah kanker payudara dan rahim, mencegah terjadinya stroke (Badwilan, 2010).

Menurut kitab *Tafsir al-Muntakhab* yang dikutip oleh M. Quraish Shihab dalam kitab *Tafsir Al-Mishbāh* bahwasannya pohon zaitun tergolong salah satu karunia Allah yang sangat luar biasa karena ia merupakan jenis pohon kayu yang berumur ratusan tahun. Manusia dapat memetik buahnya untuk masa yang sangat panjang. Selain itu, penelitian mutakhir membuktikan bahwa zaitun merupakan bahan makanan yang mengandung kadar protein cukup tinggi. Zaitun juga mengandung zat garam, zat besi, dan fosfor yang bermanfaat bagi manusia. Zaitun mengandung vitamin A dan B. Dari buah zaitun dapat dihasilkan minyak yang pada umumnya juga digunakan sebagai bahan makanan. Selain itu dari segi kesehatan, penelitian terkini membuktikan bahwa zaitun bermanfaat untuk alat pencernaan. Kualitas minyak zaitun juga melebihi minyak-minyak lainnya, baik minyak nabati maupun minyak hewani, karena tidak mempunyai efek samping yang dapat menimbulkan penyakit pada peredaran dan pembuluh darah arteri seperti yang terdapat pada jenis minyak lainnya. Zaitun juga dapat digunakan sebagai bahan penghalus kulit, di samping kegunaan-kegunaan industri lain seperti industri pembuatan sabun di mana zaitun merupakan salah satu bahan campuran terbaik (Shihab, 2002).

KESIMPULAN

Zaitun (*Olea europaea*) adalah tanaman yang diberkahi oleh Allah SWT., yang memiliki banyak manfaat

diantaranya adalah mengurangi tekanan darah tinggi, melancarkan buang air kecil, menurunkan kadar gula darah, mengandung zat anti mikroba dan efektif dalam menangani virus, bakteri dan jamur, jika biji diperas memiliki kandungan minyak yang dapat digunakan untuk pupuk tanaman.

Diantara ayat Al-qur'an yang menjelaskan mengenai zaitun adalah Surat At-Tin ayat 1-2. Zaitun merupakan bahan makanan yang mengandung kadar protein cukup tinggi, zat garam, zat besi, dan fosfor, vitamin A dan B. Dari buah zaitun dapat dihasilkan minyak yang pada umumnya juga digunakan sebagai bahan makanan. Selain itu dari segi kesehatan, penelitian terkini membuktikan bahwa zaitun bermanfaat untuk alat pencernaan. Minyak zaitun memiliki kualitas lebih baik dibanding minyak nabati dan minyak hewani lainnya karena tidak mempunyai efek samping yang dapat menimbulkan penyakit pada peredaran dan pembuluh darah arteri seperti yang terdapat pada jenis minyak lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Astawan, Made. 2015. *et al., Fakta dan Manfaat Minyak Zaitun*, Jakarta: PT Kompas Media Nusantara.
- Badwilan, Ahmad Salim. 2010. *Manfaat dan Khasiat Minyak Zaitun*, Surakarta: Thibbia.
- Baqi, A. 1981. Mu'jam Al Mufarras liAl-Fazhil Qur'an (Dar Fikr: 424).
- Hammad, Said. 2014. *Kedokteran Nabi*. Solo: Aqwamedika, Maret.
- Hamzah, F. 2018. Zaitun dalam Pandangan AlQur'an dan Sains (kajian tafsir 'ilmiy). Banten: UIN Sultan Maulana Hasannudin.
- Khasanah, Nur, *Kandungan Buah-buahan dalam Alquran*. "Fakultas tarbiyah IAIN Walisongo Semarang", Semarang: Jurnal Penomenom, Vol.1, No.3, 2011.
- Nisak, Khilyatun. 2018. *Keistimewaan Zaitun dalam Perspektif Al-Qur'an dan Sains (Analisis Penafsiran Surat al Mukminun ayat 20)*. Surabaya: UIN Sunan Ampel.
- Shihab, M. Quraish. 2002. *Tafsir Al-Mishbāh*, Jakarta: Lentera hati.

THIS PAGE INTENTIONALLY LEFT BLANK