

Volume 1, Nomor 1,
Juni 2024

Authors

¹ **Raden Ayu Erika Septiana***

² **Raden Ayu Ritawati**

Affiliation

¹ Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang*

² Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang

Email

Correspondent Author*

radenayuerikaseptiana_uin@radenfatah.ac.id

HERBALOGI DALAM AL-QUR'AN, SEBUAH ANALISIS DALAM TAFSIR TEMATIK

Abstrak

Kesehatan adalah sesuatu yang wajib ada dalam tubuh seorang manusia. Kesempurnaan hidupnya harus didukung oleh Kesehatan yang paripurna. Tetapi dalam perjalanannya, manusia dihadapkan dengan ujian penyakit yang membuatnya harus berusaha mengentaskan permasalahannya agar kehidupan dapat berlanjut. Solusi nyata dari upaya menjaga Kesehatan ini adalah melalui obat-obatan. Dalam Islam pembahasan mengenai pengobatan bukanlah hal baru. Namun dalam kehidupan beragama menjaga diri dalam kondisi selalu sehat adalah ibadah. Memanfaatkan tetumbuhan dan buah yang Allah Swt sebarakan, plus menggunakannya untuk menjaga kesehatan, adalah gerbang munculnya ide-ide tentang herba. Oleh karena itu, kemunculan ilmu herbal dalam Islam bukan sesuatu yang mengejutkan. Al-Qur'an sendiri berbicara mengenai berbagai tanaman yang memiliki kandungan yang baik untuk Kesehatan, bahkan buah dan tanaman itu dikonsumsi sampai ke surga waktu akhirat nanti. Kabar ini dapat dilihat dalam beberapa ayat dalam Al-Qur'an. Adalah Bawang Merah, bawang putih, Jahe, Kurma dan buah Delima, disebut sebagai tumbuhan yang dapat dimanfaatkan sebagai obat-obatan herbal. Mereka memiliki kandungan nutrisi yang tepat untuk digunakan sebagai obat, yang menjadi jalan penyembuh untuk penyakit-penyakit tertentu. Disamping itu, petunjuk lainnya diperoleh dari berbagai riwayat yang disampaikan para sahabat mengenai kebiasaan Rasulullah SAW dalam mengkonsumsi makan sehat tersebut. Pada masa modern ini, penelitian ilmiah juga turut membuktikan keberadaan herbal yang menjadi alat bantu penyembuh berbagai penyakit yang berkembang di masyarakat.

Kata Kunci

Al-Qur'an, Herbalogi, Tafsir Tematik

Pendahuluan

Islam adalah sebuah fenomena ajaran yang tidak pernah habis dimakan zaman. Keberadaannya sebagai sebuah ajaran, tidak hanya melingkupi kehidupan mental spiritual penganutnya saja, melainkan juga merambah pada aspek-aspek kehidupan fisik yang sangat berpengaruh pada kualitas kehidupan mereka. Kehidupan manusia yang mengandung berbagai macam intrik dan problematika, tentunya membutuhkan berbagai macam solusi ampuh yang ditujukan untuk membantu pola kehidupannya agar lebih mudah untuk dijalani.

Kehidupan manusia adalah sebuah gelombang dinamika yang terjadi terus menerus, sehingga kondisi ini menimbulkan nilai-nilai yang terkandung dalam setiap kurun masa. Tentunya penentu kualitas perjalanan kehidupan manusia tersebut adalah akal yang menempatkan manusia dalam kualitas tertinggi sebagai makhluk Tuhan. Dengan anugerah akal tersebut manusia mampu menjelajahi kehidupannya dalam limpahan ilmu dan pengetahuan yang berkembang dari waktu ke waktu. Hal inilah yang kemudian mempertemukan manusia dengan berbagai misteri keilmuan Tuhan yang terkandung dalam kitab suci Nya tersebut.

Al-Qur'an yang berperan sebagai sebuah kitab suci yang universal, merupakan gerbang ilmu yang membimbing penganutnya untuk menjalani perintah Allah SWT sesuai dengan standar dan aturan yang telah ditetapkanNya. Namun bukan manusia namanya apabila semua perintah tersebut tidak melalui berbagai pengkajian dan pengalaman keimuan yang membimbing mereka pada perkembangan akal yang paripurna. Namun keparipurnaan atau kesempurnaan pemikiran tersebut juga tidak dapat bertahan berdasarkan pada dinamika yang sudah menjadi citra kehidupan manusia di dunia. Dalam pandangan kaum filsafat dinamika akal ini menjadi pembuktian akan hadirnya manusia sebagai penguasa peradaban. Oleh karenanya Islam sangat menghargai dinamika pemahaman terhadap ayat-ayat Allah yang hadir untuk memberikan petunjuk bagi manusia.

Kajian Kesehatan manusia adalah salah satu topik penting yang mempunyai cukup ruang dalam kajian ayat Al-Qur'an. Kesehatan manusia (terutama umat Islam) telah mengambil konsentrasi tersendiri di kalangan ulama tafsir, sehingga banyak ditemukan keajaiban ilmu dan pengetahuan dalam bidang ilmu pengobatan dan obat-obatannya. Ditambah lagi dengan fenomena ilmu pengobatan dunia yang dikuasai kaum barat yang bersifat kapitalis dan materialistik, menjadi penyebab tenggelamnya ilmu pengobatan Islam di masyarakat dunia.

Penyakit adalah fenomena ujian bagi kehidupan dunia. Keberadaannya merupakan realitas dari dinamika akal yang bermuara pada sikap dan perilaku yang menyimpang dari petunjuk Allah SWT. Fenomena ini menjadi realitas problematika yang memicu manusia untuk mencari solusinya. Maka dalam berbagai Riwayat

ditemukan berbagai realitas solusi yang secara spesifik. Dalam pendapat para ulama dan ilmuwan Islam, secara umum terdapat dua kategori penyakit yang tumbuh di dalam tubuh manusia. Disebut dengan *penyakit lahir* adalah penyakit-penyakit yang muncul di tubuh luar manusia sehingga metode penyembuhannya harus dilakukan dengan terapi yang bersifat lahiriah (Ahmad Husein, *Terapi Al Quran*, hlm 304). Sementara itu jenis penyakit yang kedua adalah *penyakit batin* atau disebut dengan penyakit psikis, jenis penyakit ini menginfeksi bagian ruhaniah atau spiritual manusia (Ahmad Husein, *opcit*, hlm.228). Biasanya penyakit jenis ini berefek lebih luas dibandingkan dengan penyakit yang tumbuh dibagian tubuh bagian luar. Maka untuk jenis penyakit ini dibutuhkan terapi dengan mengutamakan metode terapi psikologis, yang didasari dengan penyembuhan yang bersifat spritualistik Islam.

Untuk mencapai kesembuhan yang lebih baik, terapi fisik maupun non fisik, sebaiknya ditopang dengan dukungan obat-obatan yang tepat. Dengan kandungan yang tepat, obat-obatan dapat membantu pemulihan kerusakan fisik maupun non fisik. Dalam ajaran Islam fenomena obat-obatan ini sudah diajarkan dalam Al-Qur'an dan kemudian diajarkan dengan lebih gamblang melalui berbagai hadits dan Riwayat dari Rasulullah SAW. Jenis obat-obatan dalam Islam didasari oleh berbagai tumbuhan dan hasil asli alam yang merupakan karunia asli dari Sang Pencipta. Dalam kategori ilmu pengobatan, jenis obat-obatan ini disebut dengan *herbal*. Tumbuhan yang didalam terkandung khasiat tertentu bahkan dapat menyembuhkan suatu penyakit adalah pondasi berdirinya ilmu obat-obatan yang tidak berkiblat pada ilmu obat yang berbasis rekayasa kimia.

Metodologi

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kepustakaan, yang dilakukan karena sumber teksnya adalah informasi yang diperoleh dari majalah, laporan penelitian, surat kabar, internet dan sumber lainnya (Marzuki, 2010). Pendekatan penelitian ini menggunakan analisis kualitatif. Dalam penelitian ini peneliti mencoba memberikan sebuah analisis dalam Tafsir Tematik mengenai Herbalogi Dalam Al-Qur'an.

Hasil dan Pembahasan

Realitas Herbalogi Dalam Ayat-Ayat Al-Qur'an

Dalam dunia pengobatan, istilah herba memiliki makna yang cukup luas, yaitu segala jenis tumbuhan beserta bagian-bagiannya yang mengandung satu atau lebih bahan aktif yang dapat digunakan sebagai obat (therapeutic), (Hooman Keshavarzi dan Amber Haque, "Menguraikan Model Psikoterapi untuk Meningkatkan Kesehatan Mental Muslim dalam Konteks Islam," *Jurnal Internasional untuk Psikologi Agama* 23, no.

3 (2013): 230–49), Pengembangan tradisi obat ini kemudian berkembang dalam sains yang dikenal dengan istilah *herbalogi*. Herbalogi berasal dari dua kata yaitu '*herba*' berarti tumbuhan dan '*logi* atau '*logos*' yang berarti ilmu. Dengan demikian herbalogi adalah ilmu yang mempelajari segala sesuatu yang terkait dengan tumbuh-tumbuhan. Dalam dunia pengobatan herbalogi dipahami sebagai sebuah konsep atau metode pengobatan menggunakan bahan-bahan yang berasal dari tumbuhan (yaqeeninstute-org, *Penyembuhan Holistic, warisan Kesehatan Islam*, diakses tanggal 23 Juni 2024). Pada kesempatan ini, pengkajian akan difokuskan pada manfaat beberapa bahan herbal yang diperoleh dari al Quran sebagai petunjuk utamanya.

Terdapat 23 nama herbal yang dirujuk dari berbagai ayat dalam al Quran, pemaknaan ini diperoleh dari petunjuk yang diberikan oleh ulama Tafsir yang juga turut menjelaskan manfaat dari tanaman herbal tersebut. Karena seperti yang dikutip dari John K. Borchardt, disebutkan bahwa obat herbal tersebut dapat berkolerasi dan dibuktikan secara ilmiah baik klasifikasi jenis, kandungan gizi, senyawa aktif dan beragam efek farmakologi yang dihasilkan, diantaranya seperti, antibiotik, antiseptik, analgesik dan lain-lain (John K. Borchardt, 2002). Berikut 3 jenis tanaman herbal yang akan dibahas secara spesifik sebagai berikut :

1. Jenis Sayuran, Bawang Merah dan Bawang Putih

Allah berfirman dalam Q.S. Al-Baqarah ayat 61:

وَإِذْ قُلْتُمْ يَا مُوسَىٰ لَنْ نَصْبِرَ عَلَىٰ طَعَامٍ وَاحِدٍ فَادْعُ لَنَا رَبَّكَ يُخْرِجْ لَنَا مِمَّا تُنْبِتُ الْأَرْضُ مِنْ بَقْلِهَا وَقِثَّابِهَا وَفُومِهَا وَعَدَسِيهَا وَبَصَلِهَا ۗ قَالَ أَتَسْتَبْدِلُونَ الَّذِي هُوَ أَدْنَىٰ بِالَّذِي هُوَ خَيْرٌ ۗ اهْبِطُوا مِصْرًا فَإِنَّ لَكُمْ مِمَّا سَأَلْتُمْ ۖ وَضُرِبَتْ عَلَيْهِمُ الذَّلِيلَةُ وَالْمَسْكَانَةُ وَبَاءُوا بِغَضَبٍ مِنَ اللَّهِ ۗ ذَلِكَ بِأَنَّهُمْ كَانُوا يَكْفُرُونَ بِآيَاتِ اللَّهِ وَيَقْتُلُونَ النَّبِينَ بِغَيْرِ الْحَقِّ ۗ ذَلِكَ بِمَا عَصَوْا وَكَانُوا يَعْتَدُونَ ۗ

Dan (ingatlah), ketika kamu berkata, "Wahai Musa! Kami tidak tahan hanya (makan) dengan satu macam makanan saja, maka mohonkanlah kepada Tuhanmu untuk kami, agar Dia memberi kami apa yang ditumbuhkan bumi, seperti: sayur-mayur, mentimun, bawang putih, kacang adas dan bawang merah." Dia (Musa) menjawab, "Apakah kamu meminta sesuatu yang buruk sebagai ganti dari sesuatu yang baik? Pergilah ke suatu kota, pasti kamu akan memperoleh apa yang kamu minta." Kemudian mereka ditimpa kenistaan dan kemiskinan, dan mereka (kembali) mendapat kemurkaan dari Allah. Hal itu (terjadi) karena mereka mengingkari ayat-ayat Allah dan membunuh para nabi tanpa hak (alasan yang benar). Yang demikian itu karena mereka durhaka dan melampaui batas. (<https://www.indoquran.my.id/quran/2>).

Ibnu Katsir menjelaskan tentang kandungan ayat ini, bahwa Allah menyebutkan berbagai macam jenis sayuran yang ada di dalam ayat ini sebagai pengingat akan nikmat yang telah disampaikan kepada kaum Nabi Musa As adalah sangat besar. Sesungguhnya mereka mengatakan satu jenis makanan karena makanan yang mereka konsumsi hanyalah *manna* dan *salwa* saja, setiap harinya hanya itu saja yang mereka makan. *Al-buqul* (sayur mayur), *al-qitstsa* (mentimun), *al-'adas* (kacang adas), dan *al-basal* (bawang merah), semuanya sudah dikenal. Mengenai *al-fuum* menurut qiraat Ibnu Mas'ud disebut *tsum* dengan memakai huruf tsa yang artinya ialah bawang putih. Hal yang sama ditafsirkan oleh Mujahid di dalam riwayat Lais Ibnu Abu Salim,

dari Ibnu Mas'ud, bahwa *al fuum* artinya :*tsaum* (bawang putih). Hal yang sama dikatakan pula oleh Ar-Rabi' ibnu Anas dan Sa'id ibnu Jubair (IbnuKatsironline.com).

Ayat di atas menjadi pijakan analisa yang membuktikan bahwa dalam setiap kalam Allah yang menyebutkan nama-nama makanan yang berasal dari tanaman tersebut mengandung manfaat yang besar bagi tubuh manusia, disamping dapat menghilangkan rasa lapar. Seperti diketahui bahwa bawang merah dan bawang putih adalah *duo* bawang yang memiliki ciri khas yang dapat membangkitkan cita rasa masakan yang terekoneksi dengan cita rasa yang ada di dalam tubuh manusia. Sehingga suatu makanan yang dimasak menggunakan duo bawang ini, pastinya akan terasa lebih lezat di lidah penikmat makanan tersebut. Para ahli farmakologi bersepakat bahwa kandungan allicin dan senyawa sulfur dalam duo bawang tersebut adalah sesuatu yang mudah larut yang terkandung didalamnya prostaglandin, fruktan, pektin, adenosin, vitamin B1, B2, B6, C dan E, biotin, asam nikotinat, asam lemak, glikolipid, fosfolipid dan asam amino esensial, telah dipelajari selama beberapa dekade (Fenwick & Hanley, 1985) dan pentingnya aktivitas biologis dan farmakologis, seperti antijamur, antibakteri, antitumor, antiinflamasi, antitrombotik. dan sifat hipokolesterolemia dari saponin dan sapogenin steroid tertentu, seperti β -klorogenin, baru-baru ini telah dibuktikan (Lanzotti, 2006). Kandungan kimia khas bawang putih lainnya antara lain senyawa allixin dan organo-selenium. Senyawa kimia ini dilaporkan menunjukkan beberapa efek biologis, termasuk pengurangan kolesterol, pencegahan kanker dan lain-lain, dan mungkin bekerja secara sinergis dengan senyawa organo-sulfur (Amagase, 2006).

Meskipun duo bawang ini memiliki aroma yang cukup menyengat yang disebabkan oleh kandungan allicin dan sulfur yang aktif, namun sesungguhnya manfaat yang dikandungnya melebihi semua kekurangan yang tampak dipermukaan. Dalam tradisi masakan di Indonesia, pemanfaatan bawang merah maupun bawang putih sudah menjadi urat nadi dalam dunia kuliner negeri ini. Dengan komposisi yang seimbang, manfaat yang dikandung oleh kedua bahan ini, dapat memberikan efek yang besar bagi tubuh menikmati kuliner tersebut. Dengan semua manfaat yang ditimbulkannya, kedua tanaman ini disepakati masuk dalam tanaman herba. Selain manfaat yang telah dikemukakan di atas, komposisi yang dimiliki oleh duo bawang ini, setelah dikonsumsi dengan kombinasi yang tepat, maka dapat menimbulkan beberapa efek lain dalam tubuh, diantaranya :

- a) Realease, yaitu herba ini mengantarkan proses mengeluarkan toksin (racun) dalam tubuh atau dikenal dengan proses detoksifikasi.
- b) Regeneration, atau herba ini melakukan proses mengganti sel-sel yang sudah menua dan mempertahankan dan mengganti sel-sel tubuh yang sudah mengalami penuaan.
- c) Refuction, atau menguatkan kembali fungsi-fungsi organ serta jaringan dan saraf-sarafnya dengan tujuan untuk meningkat kekuatan imunitas tubuh.

2. Jahe

Firman Allah Swt dalam Q.S. Al-Insan ayat 17 berbunyi:

وَيُسْقَوْنَ فِيهَا كَأْسًا كَانَ مِزَاجُهَا زَنْجَبِيلًا

Dan di sana mereka diberi segelas minuman bercampur jahe.
(<https://www.indoquran.my.id/quran/76>)

Apabila dilihat dari sisi turunnya, menurut Imam Thantawi Jauhari dalam kitab *Jawahir fii Tafsiri Quran*, disebutkan bahwa ayat ke 17 ini mengandung makna balasan bagi orang-orang yang bersyukur dan juga bagi orang-orang yang ingkar. (Jauhari, 2004), namun menariknya bahwa istilah *zanjabil* yang diartikan sebagai Jahe dalam bahasa Indonesia, disebutkan sebagai minuman para penghuni surga. Kekuatan makna dari istilah ini seolah memberikan sinyal bahwa kandungan yang dimiliki jahe akan memberikan manfaat yang besar terhadap kesehatan tubuh manusia, makhluk yang ditakdirkan untuk menikmatinya.

Jahe memiliki kandungan karbohidrat, serat, protein, mineral seperti zat besi dan potasium, serta vitamin seperti vitamin C. Selain itu, ketiga jenis jahe tersebut juga mengandung senyawa bersifat antioksidan berupa *oleoresin* sekitar 4,0 persen – 7,5 persen diantaranya yaitu *gingerol* dan *shogaol*. Kedua senyawa ini yang memberikan rasa pedas dalam jahe (Nadia, 2022). Sebagai salah satu tanaman herbal yang cukup populer, jahe juga memiliki manfaat yang beragam bagi tubuh manusia, diantaranya : mengurangi efek inflamasi, mengontrol kadar gula dalam darah, meredakan nyeri haid, mengatasi masalah pencernaan, menurunkan resiko kanker, dan mengurangi resiko penyakit Alzheimer, serta masih banyak lagi fungsi penting yang dapat diperoleh dari kandungan jahe tersebut.

Aroma yang cukup kuat yang muncul dari Jahe ini juga dapat meningkatkan cita rasa pada makanan dan minuman, sehingga orang yang mengkonsumsi jahe dalam makanan dan minuman tersebut akan merasakan kesegaran dalam tubuhnya. Efek ini bagi kebanyakan orang memiliki daya pikat tersendiri, sehingga sangat mudah ditemukan para pecinta makanan dan minuman yang terkandung unsur *zanjabiili* di dalamnya. Efek kesegaran yang diperoleh ketika mengkonsumsi jahe adalah sebuah efek yang paling disukai oleh kebanyakan orang tanpa dibatasi dengan usia atau nilai-nilai sosial tertentu.

3. Kurma dan Buah Delima

Dalam surat Ar-Rahman ayat 68, Allah Swt berfirman:

فِيهِمَا فَاكِهَةٌ وَنَخْلٌ وَرُمَّانٌ

“Di dalam kedua surga itu ada buah-buahan, kurma dan delima”
(www.indoquran.my.id/quran)

Dalam ayat ini, penyebutan nama kedua buah ini menjadi sinyal bahwa keistimewaan yang dimiliki kedua buah ini bukan sekedar isapan jempol. Dalam kitab tafsirnya, Ibnu Katsir menjelaskan mengenai ayat ini, dengan menggunakan Riwayat sebagai berikut:

“Abdu ibnu Humaid mengatakan, telah menceritakan kepada kami Yahya ibnu Abdul Hamid, telah menceritakan kepada kami Husain ibnu Umar, telah menceritakan kepada kami Mukhariq, dari Tariq ibnu Sahl, dari Syihab, dari Umar ibnul Khattab yang menceritakan bahwa pernah beberapa orang Yahudi

datang kepada Rasulullah Saw., lalu mereka bertanya, "Hai Muhammad, apakah di dalam surga terdapat buah-buahan?" Rasulullah Saw. menjawab: *Ya. di dalam surga terdapat buah-buahan, dan buah kurma serta buah delima.* Mereka bertanya, "Apakah mereka (penghuni surga) makan sebagaimana penduduk dunia makan?" Rasulullah Saw. menjawab: *Ya. dan berkali-kali lipat banyaknya.* Mereka bertanya, "Kalau begitu, mereka menunaikan hajatnya pula (buang air besar dan air kecil)?" Rasulullah Saw. menjawab: *Tidak, tetapi mereka hanya berkeringat dan beringus, maka Allah melenyapkan gangguan yang ada pada perut mereka.* Ibnu Abu Hatim mengatakan, telah menceritakan kepada kami ayahku, telah menceritakan kepada kami Al-Fadl ibnu Dakin. telah menceritakan kepada kami Sufyan, dari Hammad, dari Sa'id ibnu Jubair, dari Ibnu Abbas yang mengatakan bahwa kurma surga dedaunannya adalah pakaian ahli surga dan darinya perhiasan mereka dibuat; dedaunannya adalah emas yang merah, dan batangnya adalah zamrud hijau, sedangkan buahnya lebih manis daripada madu dan lebih lembut daripada mentega serta tidak berbiji". (Ibnukatsironline, 2024).

Selain Kurma menjadi buah yang mudah ditemukan di tanah Arab, Kurma juga menjadi buah yang sukai oleh Rasulullah SAW, karena dalam berbagai riwayat dijelaskan manfaat yang di rasakan beliau karena mengkonsumsi buah ini. Kandungan nutrisi utama dalam kurma adalah karbohidrat, gula, serat, kalium, zat besi, zinc, kalsium, dan protein (siloamhospital, 2024). Selain itu, kurma juga mengandung vitamin B, vitamin K, folat, mangan, serta ragam jenis antioksidan seperti lutein dan flavonoid (telemed.ihc, 2024). Sementara itu, kandungan nutrisi yang dimiliki oleh buah Delima juga memiliki keistimewaan tersendiri, diantaranya : air, protein, karbohidrat, lemak dan mineral. Selain itu, nutria lain yang terkandung dalam buah delima adalah gula, glukosa, vitamin C, dan antioksidan yang berjenis karsinogenik (poltekespim, 2024).

Mengkonsumsi kurma secara teratur dapat memberikan manfaat yang besar terhadap tubuh manusia, diantaranya mengontrol tekanan darah, mencegah radikal bebas, menjaga kesehatan mata dan kulit, mematikan perkembangan sel kanker yang menyerang tubuh, menjaga kesehatan sistem pencernaan, menunjang kesehatan tulang, menjaga Kesehatan ibu hamil dan janin yang dikandungnya (telemed.ihc, 2024). Sementara itu, manfaat yang diberikan buah delima pada tubuh manusia diantaranya : mencegah penyakit jantung, mencegah munculnya kanker, membunuh kolestrol jahat, mengurangi resiko radang sendi, menjaga kinerja otak, mencegah penuaan dini, dan mengotrol gula darah (telemed.ihc, 2024).

Realitas manfaat yang dikandung oleh keempat jenis tanaman di atas, menjadikannya tanaman obat yang dapat mendukung perkembangan herbalogi, yang dalam pandangan Muchtam Sujatno dapat dikategorikan menjadi empat bagian, sbb:

- a) Untuk memelihara Kesehatan dan kebugaran jasmani.
- b) Untuk mencegah datangnya penyakit.
- c) Sebagai upaya untuk mengobati penyakit yang diderita.
- d) Untuk pemulihan Kesehatan. (Muchtam Sujatno, 2003)

Pertimbangan ini didasari oleh pemahaman bahwa tidak semua tanaman yang dapat dikonsumsi, bisa dikategorikan sebagai tanaman obat. Selain karena tumbuhan ini dapat mudah beradaptasi dengan kandungan atau tanaman lainnya, secara mandiri pun mereka dapat memberikan efek pengobatan terhadap tubuh manusia yang mengkonsumsinya secara teratur. Sinyal keistimewaan ini diperoleh dari pesan ketuhanan yang disampaikan langsung melalui ayat-ayat Al-Qur'an yang suci. Dalam perkembangannya kemudian, pembuktian mengenai khasiat tetumbuhan ini dapat dibuktikan dalam berbagai penelitian saintifik bahkan penelitian dalam bidang obat-obatan kimia sintetis dan rekayasa kimia.

Koneksitas Herbal dan Spiritual Islam

Fungsi utama tanaman herbal adalah mendukung dan menjaga kesehatan manusia agar berada dalam kondisi yang baik dan prima. Dalam Islam menjaga stabilitas Kesehatan lahir dan batin ini menjadi lahan bagi umat untuk mengembangkan ibadahnya kepada Allah SWT, maka dengan mengkonsumsi tetumbuhan dan buah yang sudah disebutkan dalam Al-Qur'an merupakan perwujudan rasa cinta yang sesungguhnya kepada Sang Pencipta. Dalam pandangan kaum sufi tindakan ini bernilai ibadah karena dianggap sebagai lambang dari ketepuhan kepada perintah Tuhannya.

Nilai-nilai spiritual Islam tidak dapat lepas dari perkembangan dunia kesehatan dan pengobatan yang diakui dalam ajarannya. Hal ini didasari oleh rangkaian sejarah yang tercatat dalam kisah para Nabi dan Rasul utusan Allah SWT dalam setiap kurun waktunya, misalnya kisah yang tercatat dalam sejarah hidup Nabi Ayyub As, yang ditakdirkan melewati masa sakit yang Panjang sehingga melalui petunjuk yang diberikan Allah SWT melalui utusanNya, akhirnya beliau dapat sembuh seperti sediakala. Atau dapat dilihat juga dari kisah nabi Musa As, yang dalam tekanan yang diberikan oleh penguasa lalim Firaun, kaum Bani Israil harus hidup dalam tekanan dan keterbatasan dalam waktu yang lama. Sehingga dalam menjaga Kesehatannya, mereka melakukan banyak kreatifitas dan inovasi tersendiri untuk bertahan hidup dalam keadaan yang sehat. Selain itu, tak lekang dari ingatan bahwa Rasulullah Muhammad SAW, juga memanfaatkan berbagai potensi tanaman yang ada disekitarnya, untuk membantu menyembuhkan penyakit dan luka para pengikutnya, dikota Makkah maupun Madinah. Seperti diketahui bahwa dalam setiap tindakan yang dilakukan oleh para utusan Allah SWT tersebut, selalu didasari oleh rasa cinta dan semangat untuk menjaga diri mereka dan umatnya dalam naungan kasih sayang Allah SWT.

Oleh karena itu, dalam upaya mendapatkan manfaat herbal yang sesungguhnya, haruslah juga dipahami bahwa dalam memanfaatkan potensi herba tersebut sebaiknya pengguna harus memperhatikan beberapa hal berikut :

1. Harus yakin terhadap kekuasaan Allah SWT karena Allah SWT yang menciptakan penyakit, Dia pula yang akan menciptakan obatnya. Sesungguhnya sifat tawakal akan membawa diri kita menjadi lebih tenang dan secara otomatis sangat berpengaruh terhadap kondisi organ dalam tubuh. Menurut penelitian,

dikatakan bahwa 60% kesembuhan suatu penyakit disebabkan oleh kekuatan spiritual seseorang.

2. Harus dikonsumsi secara rutin, karena proses penyembuhan menggunakan obat-obatan herbal tidak dilakukan dalam dosis yang tinggi, namun mengikuti perkembangan tubuh dan responnya terhadap penyerapan herbal di dalam tubuh.
3. Menggunakan dosis yang cukup dan tidak melebihi dosis yang dibutuhkan tubuh.

Dukungan dari konsumsi nutrisi dan gizi. Apabila peracikan dan penggunaan herbal dilakukan secara mandiri, maka tentunya peningkatan terhadap kesadaran tubuh sehat menjadi salah satu faktor penting pendukung kesembuhan suatu penyakit. Karena efektifitas herbal yang dikonsumsi akan menjadi lebih baik kualitasnya apabila didukung dengan mengkonsumsi gizi yang cukup serta terus melakukan perbaikan pola hidup sehat dari waktu ke waktu

Penutup

Kesehatan adalah suatu anugerah Allah SWT yang sangat tinggi nilainya, karena dengan Kesehatan yang baik manusia mampu melaksanakan ibadahnya sesuai dengan perintah Sang Penciptanya. Problematika Kesehatan adalah salah satu bentuk ujian yang Allah turunkan dalam kehidupan dunia ini. Namun permasalahan ini diturunkan kepada manusia bersamaan dengan solusi konkritnya. Adanya penciptaan tanaman dan buah-buahan yang mengandung berbagai nutrisi yang dapat menjaga Kesehatan tubuh, juga dapat berfungsi sebagai obat yang dapat menyehatkan tubuh manusia yang terkena penyakit tertentu. Terdapat bawang merah dan bawang putih, jahe, kurma dan buah delima adalah 4 tanaman dari 23 sayuran dan tanaman yang Allah SWT sebutkan sebagai bahan makanan manusia yang mengandung obat yang ampuh untuk menjaga dan mengobati Kesehatannya yang rusak akibat perbuatan sendiri. Menjaga Kesehatan dan mengobati penyakit adalah salah satu tindakan nyata yang mendukung kepatuhan manusia terhadap Sang pencipta, hal ini yang mendasari berkembangnya herbalogi di dunia Islam yang sampai saat ini, dinilai lebih efektif dalam menjaga Kesehatan umat dibandingkan dengan menggunakan pengobatan yang berbasis kimia sintetis.

Referensi

- Abū Yūsuf al-Kindī dan Muḥammad ‘Abd al-Hādī, *Rasā’il al-Kindī al-falsafiyah* (Kairo: Dār al-Fikr al-‘Arabī, 1950).
- Hooman Keshavarzi dan Amber Haque, “Menguraikan Model Psikoterapi untuk Meningkatkan Kesehatan Mental Muslim dalam Konteks Islam,” *Jurnal Internasional untuk Psikologi Agama* 23, no. 3 (2013): 230–49,
- John K. Borchardt, “Farmasi Arab pada Zaman Khalifah,” *Berita dan Perspektif Narkoba* 15, no. 6 (2002): 383–88.
- Kalra S, Magon N, Malik S. Perawatan yang berpusat pada pasien dan pendidikan pasien terapeutik: inspirasi Veda. *J Kesehatan Paruh Baya*. 2012; 3 :59–60
- Osman Bakar, “Sains,” dalam *Sejarah Filsafat Islam*, ed. Seyyed Hossein Nasr (London: Routledge, 2015), 1656-92.

yaqeeninstute-org, *Penyembuhan Holistic, warisan Kesehatan Islam*, diakses tanggal 23 Juni 2024