

KEISTIMEWAAN ZAITUN DALAM TAFSIR AL-MISBAH KARYA QURAISH SHIHAB DAN KETERKAITANNYA DENGAN KESEHATAN

THE EMINENCE OF ZAITUN IN TAFSIR AL-MISBAH WROTE BY QURAISH SHIHAB AND ITS CORRELATION TO HEALTH

Rusdatur Rifah

Prodi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir
Sekolah Tinggi Ilmu Al-Qur'an (STIQ)
Isy Karima, Karanganyar, Jawa Tengah
rusdaturrifah@gmail.com

ABSTRACT

Zaitun was mentioned in several locations in Al-Qur'an, and yet majority of Indonesian people don't know its eminence and they still minor concern about its usage for their health. This reseach was designed to discover the eminences of zaitun refer to tafsir Al-Misbah wrote by Quraish Shihab and to discover its correlation to health. This reseach applied maudhu'i tahlili (thematic and analytical) methods by mean gathering verses contain word "zaitun" or verses with the similar meaning, then arranging those verses orderly along with their asbabun nuzul, then explaining each verses interpretation referred to tafsir Al-Misbah. Then analizing the eminence of zaitun and its correlation to health. The result of this reseach showed that eminence of zaitun (refer to tafsir Al-Misbah) namely: zaitun is one of Allah's favors, it has a very long life, its tree is blessed and grow in blessed place, it contains oils that glow, it has many benefits and with it Allah make a vow in Al-Qur'an. According to tafsir Al-Misbah, zaitun has correlation to health, namely it makes heart healthy, it slows down growth of several types of cancer, its beneficial for skin, lower blood pressure, prevent aging, etc.

Keyword: Zaitun, Tafsir Al-Misbah, Health

ABSTRAK

Penyebutan ayat-ayat tentang zaitun disebutkan di beberapa tempat dalam Al-Qur'an. Sedangkan masih banyak dari masyarakat Indonesia yang belum mengetahui akan keistimewaan penyebutan tersebut serta minimnya kepedulian mereka dalam menggunakannya untuk kesehatan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apa saja keistimewaan zaitun yang disebutkan dalam Tafsir Al-Misbah karya Quraish Shihab dan juga untuk mengetahui keterkaitannya dengan kesehatan. Metode yang digunakan adalah Maudhu'i Tahlili (Tematik Analitis) dengan langkah-langkah memaparkan ayat-ayat yang didalamnya terdapat lafadz zaitun atau yang semakna, menertibkan ayat-ayat tersebut sesuai tertib ayat dan mencari *Asbâbun*

Nuzûl kalau ada, memaparkan tafsir masing-masing ayat dengan merujuk pada tafsir Al-Misbah. Kemudian menganalisis secara mendalam dengan mengupas keistimewaan zaitun dalam tafsir Al-Misbah dan keterkaitannya dengan kesehatan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa keistimewaan zaitun dalam tafsir Al-Misbah, di antaranya zaitun merupakan salah satu bagian nikmat-Nya, memiliki umur yang sangat panjang, pohon berkah yang tumbuh di tempat penuh berkah, mengandung minyak yang bercahaya dan berkhasiat serta merupakan sumpah (qasam) Allah swt. dalam Al-Qur'an. Penafsiran zaitun dalam tafsir Al-Misbah tersebut ternyata memiliki keterkaitan dengan kesehatan. Di antaranya, zaitun menyehatkan jantung/sistem kardiovaskuler, memperlambat pertumbuhan berbagai jenis kanker, menyehatkan kulit, menurunkan hipertensi (tekanan darah tinggi), memperlambat proses penuaan dan lain-lain.

Kata kunci: Zaitun, Tafsir Al-Misbah, Kesehatan

1. PENDAHULUAN

Keanekaragaman buah-buahan diciptakan Sang Khalik untuk umat manusia. Penyebutan buah-buahan tersebut diantaranya adalah zaitun. Allah melebihkan zaitun dari buah-buahan yang lain sebagaimana yang disebutkan di dalam Al-Quran. Muhammad Abdul Baqi dalam kitabnya *Mu'jam Al-Mufahras li Al-Fâzhil Quran* menyebutkan bahwa terdapat 7 ayat dalam 6 surat yang berbicara mengenai zaitun¹. 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'minun ayat 20, Surat An-Nahl ayat 11, dan Surat An-Nur ayat 35."

Penyebutan zaitun dalam Al-Qur'an dan As-Sunnah ini, memberikan isyarat yang berkaitan dengan urgensi dan ketinggian nilai pohon yang dimuliakan ini. Muhaimin Iqbal menjelaskan bahwa semua bahan makanan yang dihasilkan oleh tanaman-tanaman yang

disebutkan dalam Al-Qur'an tidak hanya berfungsi sebagai sumber energi, pertumbuhan dan pengaturan. Seluruh tanaman tersebut juga sebagai sumber pengobatan segala penyakit yang dikenal manusia.² Hal inilah yang menarik perhatian peneliti untuk menjadikan tanaman zaitun sebagai solusi ilmiah yang penting bagi penyembuhan berbagai jenis penyakit.

Pohon zaitun telah menarik perhatian dan penghargaan manusia dengan berbagai penelitian maupun riset yang berkaitan dengannya dari zaman dulu hingga zaman sekarang. Penelitian ini dilakukan guna mengetahui kandungan gizi dan khasiat yang terdapat didalamnya. Para ahli nutrisi terus menemukan resep-resep baru dari zaitun dan minyaknya yang mengandung nilai gizi yang tinggi serta khasiat pengobatan yang menakjubkan.³ Maka tidaklah mengherankan, jika minyak zaitun sekarang menjadi pesaing kuat bagi industri minyak-minyak unggulan, baik yang nabati maupun hewani.

1 Muhammad Fuad Abdul Baqi. 1364. *Al-Mu'jam Al-Mufahros Li Al-Fâzhil Qur'an A-Karim*. Kairo: Darul Kutub Al-Mishriyyah. hlm. 334.

2 Muhaimin Iqbal. 2014. *Kebun Al-Qur'an Jalan Menuju Baldatun Thayyibatun Wa Rabbun Ghafur*. (Malang: Inspira). cet.1. hlm.37

3 Ahmad Salim Badwilan. 2010. *At-Tadawi bi zaytiz Zaytun Asrar wa I'jaz*. Penerjemah: Hawin Murtadlo (Surakarta: Thibbia) cet 1. hlm. 2.

Keistimewaan-keistimewaan yang terkandung dalam zaitun semakin terungkap seiring dengan perkembangan zaman dan perkembangan teknologi ilmu kesehatan modern. Para ahli menemukan kandungan omega 3 yang tinggi dalam minyak zaitun, zat inilah yang menunjukkan salah satu khasiat dari zaitun dalam merawat dan melindungi kerusakan jantung dan pembuluh darah⁴.

Penggunaan minyak zaitun di Indonesia memang belum terlalu banyak.⁵ Selain faktor harga yang lebih tinggi dibanding minyak lainnya, juga belum begitu banyak tersebar di pasaran. Informasi terkait manfaat minyak zaitun pun tidak begitu agresif di media. Namun, seiring dengan berbolak-baliknya pola pikir dan pola hidup masyarakat, kehadiran minyak zaitun ini menjadi kebutuhan. Penting sekali untuk memberikan pemahaman terhadap ayat Al-Qur'an dan Hadits tentang anjuran mengonsumsi zaitun sehingga memberikan pelajaran kepada masyarakat akan pentingnya menjaga kesehatan yang berdasarkan anjuran syariat Islam.

Berdasarkan kandungan zaitun dan fenomena di atas, penulis ingin membuat penelitian mendalam tentang keistimewaan zaitun dalam tafsir Al-Misbah karya Quraish Shihab dengan pendekatan ilmu kesehatan. Muhammad Quraish Shihab merupakan mufassir masa kini yang memiliki wawasan yang luas dan termasuk mufassir yang memiliki kualitas yang baik dalam penafsiran sehingga tafsirnya me-

iliki kelebihan dibandingkan dengan kitab tafsir lainnya. Di samping penafsirannya yang kontekstual karena didasarkan pada asbabun nuzul ayat dan bersifat antroposentrisme. Selain itu juga didasarkan pada corak tafsirnya Al-Adab Al-Ijtima'i yang berkonsentrasi pada pengungkapan balaghah dan kemukjizatan Al-Qur'an. Sehingga memberikan kemudahan kepada pembacanya untuk memahami makna yang tersirat di dalam Al-Qur'an.

2. KAJIAN PUSTAKA

Sejauh pengetahuan dan penelusuran penulis, kajian keistimewaan zaitun memang telah banyak dibahas oleh beberapa peneliti dari beberapa universitas, akan tetapi pembahasan tersebut tidak terkait dengan tafsir Al-Misbah. Beberapa karya ilmiah tersebut di antaranya : (1) Zaitun Menurut Al-Qur'an Dan Manfaatnya Bagi Kesehatan, ditulis oleh Nur Aliah Binti Muid, Fakultas Ushuluddin Skripsi UIN Sultan Syarif Kasim Riau pada tahun 2015. (2) Makna Tin Dan Zaitun Serta Implikasi Terhadap Aqşam Alquran Dalam Surah at Tin. ditulis oleh Irum Mirfatur Royani, Fakultas Ushuluddin dan Filsafat Skripsi UIN Sunan Ampel Surabaya pada tahun 2017. (3) Kesitimewaan Zaitun Dalam Perspektif Al-Qur'an dan Sains (Analisis Penafsiran Surat Al-Mukminun ayat 20), ditulis oleh Khilyatun Nisak, Fakultas Ushuluddin dan Filsafat Skripsi UIN Sunan Ampel Surabaya pada tahun 2018. (4) Keistimewaan Zaitun Dalam Pengobatan (Analisi Hadits Sunan Ibnu Majah No Indeks 3320), ditulis oleh Fitriani Sinta, Fakultas Ushuluddin dan Filsafat Skripsi UIN Sunan Ampel Surabaya pada tahun 2018.

4 Ummu Salamah. 2012. *Vaksinasi Dampak. Konspirasi dan Solusi Sehat ala Rasulullah Shallallahu 'alaihi wa sallam*. (Ciputat: Nabawiyah Press) cet 8. hlm. 183.

5 Ceu Meta. <http://www.indoblognet.com/apa-kata-dokter-dan-ustadz-tentang-minyak-zaitun-hanya-ada-dibincang-sehat-K-Link>. Diakses pada hari senin.21/10/18

Berdasarkan penelitian yang telah disebutkan di atas, tidak ada kesamaan yang mendasar dengan penelitian yang akan dibahas. Ada sedikit kemiripan dengan skripsi pertama dan ketiga namun penelitian ini hanya akan memperkaya khazanah dari penelitian-penelitian yang sudah ada sebelumnya dengan menghususkan pembahasan dalam tafsir Al-Misbah. Penelitian ini akan membahas tentang apa saja keistimewaan zaitun dalam tafsir Al-Misbah secara khusus dan bagaimana keterkaitannya dengan kesehatan.

3. METODE PENELITIAN

Metode penelitian dalam penelitian ini menggunakan library reseach / telaah kepustakaan yang bersifat deskriptif analitis, dengan menggunakan pendekatan maudhu'i tahlili. Sumber data primer adalah sumber data yang merupakan sumber utama. Dalam hal ini sumber data primer yang dipakai penulis dalam penelitian ini adalah kitab tafsir Al-Misbah karya Muhammad Quraish Shihab. Sedangkan sumber data sekunder data yang diperoleh dari sumber-sumber lain yang berkaitan, dalam hal ini penulis menggunakan kitab tafsir, buku-buku, artikel, jurnal ataupun makalah yang berkaitan dengan permasalahan yang menjadi pembahasan penulis.

4. PEMBAHASAN

4.1 Penafsiran Ayat-Ayat Tentang Zaitun dalam Tafsir Al-Misbah

Allah swt. menyebut kata yang bermakna zaitun dalam Al-Qur'an sebanyak 7 kali dalam 6 surat. 6 kali dengan menggunakan kata zaitun dan 1 kali dengan menggunakan kata Thursina

yang menunjukkan makna zaitun dalam Al-Quran. 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'minun ayat 20, Surat An-Nahl ayat 11, dan Surat An-Nur ayat 35". Dalam ayat-ayat tersebut Allah swt. memerintahkan manusia untuk berfikir tentang keistimewaan zaitun yang disebutkan secara berulang-ulang dalam Al-Qur'an dan bagaimana menggunakannya. Berikut ini telaah penafsiran Quraish Shihab terhadap ayat-ayat tentang zaitun :

a. Surat Al-An'am Ayat 99

Quraish Shihab menafsirkan: zaitun ini merupakan pohon yang mengandung berbagai manfaat bagi makhluk hidup yang tidak hanya bermanfaat bagi manusia semata. Zaitun adalah buah yang sangat banyak manfaatnya, darinya diperoleh minyak yang sangat jernih disamping buahnya yang lezat.⁶ Buah zaitun ini juga bisa dinikmati baik secara langsung bersama kulitnya maupun dikupas terlebih dahulu.

b. Surat Al-An'am 144

Quraish Shihab menjelaskan bahwa tujuan ayat 141 ini adalah menggambarkan betapa besar nikmat Allah swt. serta untuk melarang segala yang mengantar kepada melupakan nikmat-nikmat-Nya. Di antara nikmat itu adalah zaitun. Terdapat kesamaan dan perbedaan antara zaitun dan delima dalam beberapa aspek. Di antara aspek-aspek yang diperhatikan oleh Quraish Shihab dalam ayat ini

⁶ M.Quraish Shihab. 2001. *Tafsir Al-Misbah : Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an*. Jakarta: Lentera Hati. cet.1. Vol.4. hlm.212

adalah segi bentuk, warna dan rasa. Dan Allah swt. juga yang menciptakan buah-buahan seperti, zaitun dan delima yang serupa dalam beberapa segi seperti bentuk dan warnanya, dan tidak serupa dalam beberapa segi yang lain seperti rasanya, padahal semua tumbuh di atas tanah yang sama dan disiram dengan air yang sama.⁷

c. Surat An-nahl Ayat 11

يُنْبِتْ لَكُمْ بِهِ الزَّرْعَ وَالزَّيْتُونَ وَالتَّخِيلَ
وَالْأَعْنَابَ وَمِنْ كُلِّ الشَّمْرَاتِ ۗ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَةً
لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ (النحل: 11)

“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.”⁸

Quraish Shihab dalam tafsir Al-Misbah menjelaskan bahwa zaitun diyakini memiliki umur yang sangat panjang dan banyak manfaat yang dikandungnya serta sangat populer sejak zaman nabi Musa as. Dia menumbuhkan zaitun adalah satu pohon yang paling panjang usianya.⁹ Ayat ini menunjuk zaitun sebagai pohon dan buahnya secara keseluruhan dengan kata az-zaitun (الزَّيْتُونَ). Penunjukkan ini untuk mengisyaratkan bahwa terdapat banyak sekali manfaat pada pohon zaitun, tidak hanya pada buah dan minyaknya

saja, tapi juga pada bagian zaitun secara keseluruhannya.

d. Surat Al-Mu'minun Ayat 20

وَشَجَرَةً تَخْرُجُ مِنْ طُورِ سَيْنَاءَ تَنْبُتُ بِالذَّهْنِ
وَصَنِيعَ لِّلْآكِلِينَ (المؤمنون: 20)

“Dan pohon kayu keluar dari Thursina (pohon zaitun), yang menghasilkan minyak, dan pemakan makanan bagi orang-orang yang makan.”¹⁰

Quraish Shihab dalam tafsir Al-Misbah menjelaskan bahwa penyebutan pohon zaitun secara khusus di ayat ini karena di sanalah (thursina') asal mula ditemukannya pohon itu atau pertama kali buah itu dikenal sebagai buah yang dapat dimakan dan banyak manfaatnya. Kami ciptakan pohon zaitun yang keluar pertama kali dari Thur Sina, buah yang banyak manfaatnya dan dia juga adalah buah yang menghasilkan minyak, dan di samping itu ia pun merupakan lauk pauk bagi orang-orang yang makan.¹¹

Ia juga menambahkan bahwa pohon zaitun termasuk salah satu karunia Allah swt. yang sangat besar, karena ia merupakan jenis pohon kayu yang berumur ratusan tahun. Penelitian mutakhir membuktikan bahwa zaitun merupakan bahan makanan yang mengandung kadar protein cukup tinggi, mengandung zat garam, zat besi dan fosforus serta vitamin A dan B yang merupakan bahan makanan terpenting bagi manusia. Sementara dari segi kesehatan,

7 Ibid.. hlm.306

8 Al-Qur'an dan Terjemahannya. 2009. (Klaten: Pustaka Al-Fatih) cet-. hlm. 268

9 M.Quraish Shihab. 2001. Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an. (Jakarta: Lentera Hati). cet.1. Vol.7. hlm.195

10 Al-Qur'an dan Terjemahannya. 2009. Klaten: Pustaka Al-Fatih. cet-. hlm. 344.

11 M.Quraish Shihab. 2001. Tafsir Al-Misbah : Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an. Jakarta: Lentera Hati. cet.1, Vol.9. hlm.175

penelitian terkini membuktikan bahwa zaitun bermanfaat untuk alat pencernaan pada umumnya, terutama hati. Mutu minyak zaitun juga melebihi minyak-minyak lainnya, baik minyak nabati maupun minyak hewani, karena tidak memiliki efek 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 industri-industri lain seperti industri pembuatan sabun di mana zaitun merupakan salah satu bahan campuran terbaik.¹²

e. Surat An-Nur Ayat 35

Quraish Shihab menjelaskan bahwa ayat ini pada umumnya menjelaskan gambaran tentang cahaya petunjuk ilahi. Allah swt. memberikan perumpamaan cahaya-Nya seperti sebuah pelita yang dinyalakan dengan bahan bakar berupa minyak dari pohon yang ditanam di lokasi yang diberkati sehingga tanah dan tempat tumbuhnya baik, yaitu pohon zaitun yang tumbuh di tengah, tidak disebelah timur dan tidak pula di sebelah barat sehingga ia selalu ditempa oleh cahaya matahari sepanjang hari. Karena jernihnya hampir-hampir saja minyaknya menerangi sekelilingnya, walaupun ia yakni pelita itu tidak disentuh api.¹³

f. Surat Abasa ayat

وَرَزَيْتُونًا وَنَخْلًا (عبس: 29)

“zaitun dan kurma.”¹⁴

12 Ibid..hlm.176

13 M.Quraish Shihab. 2001. *Tafsir Al-Misbah : Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an*. Jakarta: Lentera Hati. cet.1. Vol.9. hlm.344

14 *Al-Qur'an dan Terjemahannya*. 2009. (Klaten: Pustaka Al-Fatih) cet-. hlm. 582

Ayat di atas menyebut aneka tumbuhan dan buah-buahan.¹⁵ Zaitun pada ayat ini tidak disebut buahnya, tetapi pohonnya. Hal ini disebabkan karena pohon zaitun selain buah zaitunnya, ternyata bagian lain dari pohon zaitun ini memiliki banyak keistimewaan yang biasanya dimanfaatkan oleh masyarakat Arab ketika itu. Orang-orang Arab biasa memakan buah zaitun dalam keadaan mentah, setengah matang maupun matangnya. Mereka olah dari buah zaitun itu menjadi minyak yang memiliki banyak manfaat dan keberkahan. Batangnya pun bisa juga dijadikan bahan membuat rumah maupun perlengkapan rumah tangga mereka.

g. Surat At-Tiin Ayat 1

وَالتِّينِ وَالزَّيْتُونِ (التين: 1)

“Demi (buah) Tin dan (buah) Zaitun.”¹⁶

Quraish Shihab dalam menafsirkan ayat ini, ia memaparkan dua pendapat tentang makna zaitun. Pertama, ia menafsirkan bahwa zaitun dalam ayat ini berarti nama sebuah tempat yang sangat mulia dan penuh berkah. Para ahli tafsir mengarahkan pandangan mereka kepada makna ayat 2 dan 3 di atas- yang menunjuk kepada dua tempat di mana Nabi Musa as dan Nabi Muhammad SAW menerima wahyu, berpendapat bahwa at-tiin dan az-zaitun juga merupakan nama-nama tempat.¹⁷

15 M.Quraish Shihab. 2001. *Tafsir Al-Misbah : Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an*. Jakarta: Lentera Hati. Vol.15. hlm.72

16 *Al-Qur'an dan Terjemahannya*. 2009. (Klaten: Pustaka Al-Fatih) cet-. hlm. 597

17 M.Quraish Shihab. 2001. *Tafsir Al-Misbah : Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an*. Jakarta: Lentera Hati. Vol.15. hlm.373.

Kedua, pendapat yang mengatakan bahwa makna zaitun dalam ayat ini adalah buah zaitun yang menghasilkan minyak yang sangat berkah dan kaya akan manfaat bagi manusia. Pendapat kedua ini tertolak karena pendapat ini cenderung mengesampingkan hubungan antara ayat ini dengan ayat 2 dan 3 dalam surat ini. Hubungan tersebut baru nyata apabila kata *tiin* dan zaitun dipahami sebagai tempat-tempat suci di mana para utusan Tuhan memperoleh petunjuk-Nya.¹⁸

4.2 Keistimewaan Zaitun Dalam Tafsir Al-Misbah Karya Quraish Shihab

Berdasarkan data-data yang sudah penulis kumpulkan di bab sebelumnya, maka penulis dapat memaparkan apa saja keistimewaan zaitun dalam tafsir Al-Misbah karya Quraish Shihab. Adapun keistimewaannya adalah sebagai berikut:

- a. Zaitun merupakan salah satu bagian dari nikmat-Nya.

Allah swt. menyebutkan zaitun bersamaan dengan sederet nikmat yang dikaruniakan Allah swt. kepada manusia. Dalam tafsir Al-Misbah, firman Allah swt. pada surat Al-An'am ayat 141 bertujuan untuk menggambarkan kepada manusia betapa besar nikmat Allah swt. serta larangan untuk berbuat kufur terhadap nikmat-nikmat-Nya. Surat Al-An'am ayat 141 menyatakan zaitun merupakan salah satu buah dari sederetan nikmat buah-buahan yang disebutkan Allah swt. dalam firman-Nya serta memiliki beberapa aspek persamaan dan perbedaan dengan buah delima.

18 *Ibid.*, hlm. 375.

- b. Zaitun merupakan pohon yang berumur sangat panjang

Quraish Shihab dalam tafsir Al-Misbah menjelaskan bahwa zaitun diyakini memiliki umur yang sangat panjang sehingga manusia dapat memanfaatkan buahnya dalam masa yang sangat lama. Dia menumbuhkan zaitun, salah satu pohon yang paling panjang usianya.¹⁹ Pohon zaitun termasuk salah satu karunia Allah swt. yang sangat besar, karena ia merupakan jenis pohon kayu yang berumur ratusan tahun.²⁰ Sebagaimana dalam firman-Nya surat An-Nahl ayat 11.

- c. Zaitun, pohon berkah yang tumbuh di tempat yang penuh berkah.

Zaitun tumbuh di kawasan yang suci dan tempat yang penuh dengan keberkahan. Tempat itulah yang disebutkan Al-Qur'an dengan kata *Thursina'*. Quraish Shihab memaknai kata *Thursina'* adalah gunung yang bercahaya. Karena di gunung itulah Nabi Musa a.s. mendengar firman Allah swt. dan berdialog dengan-Nya.²¹ *Thursina'* juga bisa diartikan sebagai tempat tumbuhnya pohon yang penuh berkah, yaitu pohon zaitun. Sesuai dengan firman-Nya dalam surat Al-Mu'minun ayat 20.

Al-Qur'an juga menyebutkan secara jelas pohon zaitun dengan *asy-syajarah al-mubarakah*. *Asy-syajarah al-mubarakah* adalah pohon zaitun yang penuh berkah yang menghasilkan buah zaitun. Pohon

19 M. Quraish Shihab. 2001. *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an*. Jakarta: Lentera Hati, cet.1, Vol.7. hlm.195.

20 *Ibid.* Vol. 9. hlm.176.

21 *Ibid.*, hlm. 175.

zaitun tumbuh tidak di sebelah timur dan tidak pula di sebelah barat. Sehingga pohon ini senantiasa terkena sinar matahari sepanjang hari, sejak terbitnya matahari hingga terbenamnya.

- d. Minyaknya adalah minyak yang bercahaya dan berkhasiat.

Minyak zaitun merupakan minyak terbaik sepanjang masa. Salah satu keajaiban dari zaitun berasal dari khasiat minyaknya yang cukup melimpah dan multifungsi. Minyak zaitun mengandung banyak komposisi gizi yang bermanfaat bagi kesehatan tubuh dan bermutu tinggi. Mutu minyak zaitun melebihi minyak-minyak lainnya, baik minyak nabati maupun hewani, karena tidak mempunyai efek yang dapat menimbulkan penyakit pada peredaran dan pembuluh darah arteri seperti yang terdapat pada jenis minyak lainnya.

Minyak zaitun ini semakin istimewa karena Allah swt. telah memujinya dalam Al-Qur'an. Allah swt. memuji cahaya dari cahaya minyak zaitun. Cahaya minyak zaitun merupakan cahaya yang paling terang dan jernih. Karena jernihnya hampir-hampir saja minyaknya menerangi sekelilingnya, walaupun ia yakni pelita itu tidak disentuh api.²² Bahkan Allah swt. memberikan perumpamaan tentang cahaya-Nya yang disandingkan dengan minyak yang dikeluarkan dari pohon yang penuh berkah, yaitu minyak zaitun. Sebagaimana firman-Nya dalam surat An-Nur 35.

22 M.Quraish Shihab. 2001. *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an*. Jakarta: Lentera Hati. cet.1. Vol.9. hlm. 344.

- e. Zaitun merupakan sumpah (qasam) Allah swt. dalam Al-Qur'an

Sumpah Allah swt. dalam Al-Qur'an sangatlah banyak. Salah satunya Allah swt. bersumpah dengan zaitun, sebagaimana dalam firman-Nya surat At-Tiin 1:

وَالَّتَيْنِ وَالزَّيْتُونَ (التين:1)

*"Demi (buah) Tin dan (buah) Zaitun."*²³

Ayat ini merupakan bagian dari kekuasaan Allah swt. dengan berbagai rahasia yang terkandung di dalamnya. Sumpah-sumpah Allah swt. berfungsi sebagai argumentasi, dan karena itu Allah swt. memilih sesuatu yang mempunyai kaitan erat dengan kandungan sumpah-Nya.²⁴ Dalam surat At-Tiin ini Allah swt. bersumpah atas nama zaitun sebagai salah satu bukti kebenaran atas sumpah-Nya. Zaitun merupakan salah satu buah yang sangat istimewa dan memiliki banyak manfaat yang bisa diperoleh serta mengandung banyak rahasia di dalamnya, sehingga Allah swt. mengulanginya beberapa kali dalam Al-Qur'an. Hampir-hampir seluruh bagian pohon zaitun memiliki keistimewaan. Pakar kesehatan herbal menyatakan bahwa daun pohon zaitun memiliki banyak manfaat ketika direbus dengan air, ia dapat menurunkan tekanan darah tinggi dan membantu melancarkan buang air besar. Untuk biji zaitun setelah diperas bisa digunakan untuk pembakaran, seperti juga digunakan untuk pupuk tanaman.

23 *Al-Qur'an dan Terjemahannya*. 2009. Klaten: Pustaka Al-Fatih. hlm. 597.

24 M.Quraish Shihab. 2001. *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an*. Jakarta: Lentera Hati. cet.1. Vol.15. hlm. 373.

4.2 Keterkaitan Penafsiran Quraish Shihab dan Kesehatan Tentang Zaitun

Penafsiran Quraish Shihab dalam tafsir Al-Misbah tentang keistimewaan zaitun menjelaskan bahwa zaitun merupakan pohon yang penuh berkah serta menghasilkan minyak yang sangat berkhasiat. Sebagaimana penafsirannya dalam menafsirkan surat Al-Mu'minun ayat 20 menjelaskan bahwa dari segi kesehatan, penelitian terkini membuktikan bahwa zaitun bermanfaat untuk alat pencernaan pada umumnya, terutama hati.²⁵ Mutu minyak zaitun juga melebihi minyak-minyak lainnya, baik minyak nabati maupun minyak hewani, karena tidak memiliki efek 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.

Ternyata terdapat keterkaitan antara keistimewaan zaitun dalam tafsir Al-Misbah dengan kesehatan dalam hal penyembuhan dan pencegahan beberapa penyakit. Diantaranya zaitun menyehatkan jantung/sistem kardiovaskuler, memperlambat pertumbuhan berbagai jenis kanker, menyehatkan kulit, menurunkan hipertensi (tekanan darah tinggi), memperlambat proses penuaan, meningkatkan kecerdasan, menutrisi bayi ketika dalam kandungan dan proses menyusui, mengurangi sindrom pramenstruasi (PMS), mengobati penyakit diabetes dan liver, serta sebagai obat antiradang.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Qur'an dan Terjemahannya*. 2009. Klaten: Pustaka Al-Fatih.
- Abdul Baqi, Muhammad Fuad. 1364. *Al Mu'jam Al Mufahros Li Alfâzhil Qur'an al Karim*. Kairo: Darul Kutub Al-Mishriyyah.
- Iqbal, Muhaimin. 2014. *Kebun Al-Qur'an Jalan Menuju Baldatun Thayyibatun Wa Rabbun Ghafur*. Malang: Inspira.
- Badwilan, Ahmad Salim. 2010. *At-Tadawi bi zaytiz Zaytun Asrar wa I'jaz*. Surakarta: Thibbia.
- Salamah, Ummu. 2012. *Vaksinasi Dampak, Konspirasi dan Solusi Sehat ala Rasulullah Shallallahu 'alaihi wa sallam*. Ciputat: Nabawiyah Press.
- Meta, Ceu, <http://www.indoblognet.com/apa-kata-dokter-dan-ustadz-tentang-minyak-zaitun-hanya-ada-dibincang-sehat-K-Link>. Diakses pada hari Senin 21/10/18.
- Shihab, Muhammad Quraish. 2001. *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an*. Jakarta: Lentera Hati. cet.1. Vol. 4.

25 M.Quraish Shihab. 2001. Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an. Jakarta: Lentera Hati. cet.1. Vol.9. hlm.176.