BUAH-BUAHAN DALAM AL-QUR'AN
(Kajian Tematik)

Skripsi

Diajukan sebagai Salah Satu Persyaratan Menyelesaikan
Program Studi Strata 1 (S.1)
Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Agama (S. Ag.)

Oleh:

SYAMILAH

NIM: 201410028

Universitas
PTIQ Jakarta

PROGRAM STUDI ILMU AL-QUR'AN DAN TAFSIR

FAKULTAS USHULUDDIN DAN PEMIKIRAN ISLAM

UNIVERSITAS PTIQ JAKARTA

2024

PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Syamilah
NIM : 201410028
No. Kontak : 081271398872

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul "*Buah-Buahan dalam Al-Qur'an (Kajian Tematik)"* adalah hasil karya saya sendiri. Ide, gagasan, dan data milik orang lain yang ada dalam skripsi ini saya sebutkan sumber pengambilannya. Jika di kemudian hari saya terbukti melakukan plagiasi, maka saya siap menerima sanksi yang ditetapkan dan saya bersedia mengembalikan ijazah yang saya peroleh sesuai dengan aturan yang berlaku.

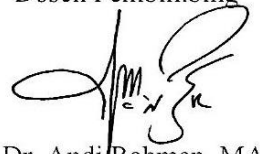
Jakarta, 23 Agustus 2024
Yang membuat pernyataan,

Syamilah

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi yang berjudul *"Buah-Buahan dalam Al-Qur'an (Kajian Tematik)"* yang ditulis oleh Syamilah (NIM 201410028) telah melalui proses pembimbingan sesuai aturan yang ditetapkan oleh Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam Universitas PTIQ Jakarta dan layak untuk diajukan dalam siding skripsi.

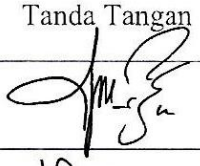
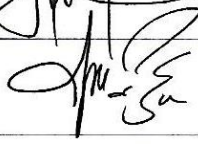
Jakarta, 14 Juni 2024
Dosen Pembimbing



Dr. Andi Rahman, MA

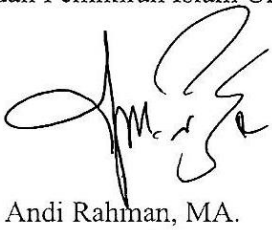
LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

Skripsi dengan judul *"Buah-Buahan dalam Al-Qur'an (Kajian Tematik)"* yang ditulis oleh Syamilah dengan NIM: 201410028 telah dinyatakan lulus dalam sidang skripsi yang dilaksanakan pada Jum'at, 30 Agustus 2024. Adapun skripsi ini diperbaiki dengan memasukkan saran dari para dosen penguji dan pembimbing di antaranya yakni,

No.	Nama Penguji	Jabatan	Tanda Tangan
1	Dr. Andi Rahman, MA.	Ketua Sidang	
2	Dr. Lukman Hakim, MA	Penguji 1	
3	Ansor Bahary, MA.	Penguji 2	
4	Dr. Andi Rahman, MA.	Pembimbing	

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam Universitas PTIQ Jakarta



Dr. Andi Rahman, MA.

MOTTO

لَا يُكَلِّفُ اللّٰهُ نَفْسًا اِلَّا وُسْعَهَاۗ

"*Allah tidak membebani seseorang, melainkan dengan kesanggupannya*" (QS. Al-Baqarah: 286)

وَلَا تَاْيْـَٔسُوْا مِنْ رَّوْحِ اللّٰهِ

"*Dan janganlah kamu berputus asa dari Rahmat Allah*" (QS. Yusuf: 87).

خَيْرُ النَّاسِ أَنْفَعُهُمْ لِلنَّاسِ

"*Sebaik-baik manusia adalah yang paling bermanfaat bagi manusia lainnya*" (HR. Ahmad)

"Tidak apa-apa orang jahat sama kita, yang penting kita tidak jahat sama mereka. Ingat, bahwa ada Allah yang selalu bersama kita. Percayalah, suatu hari nanti akan ada kehidupan yang lebih baik menantimu"

-Ummi-

"Berpikir yang besar, tetapi bertindaklah sesuai dengan tempatnya."

-Dr. Andi Rahman, MA.-

PERSEMBAHAN

Alhamdulillah, Dalam menyelesaikan skripsi ini penulis telah mendapatkan banyak bimbingan, dukungan serta motivasi dari berbagai pihak, maka pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan ucapan terimakasih yang amat banyak dan dari lubuk hati yang paling dalam kepada yang terhormat:

1. Ayah dan Ibu saya tercinta, Bapak Sukanto (Alm), Bapak Suryadi (Alm) dan Ibu Erlina. Ibu terimakasih, telah membesarkan saya dengan penuh cinta kasih, mendukung setiap cita-cita dan mimpi saya, mendoakan saya dalam munajat panjang di shalat wajib maupun sunnah, dan mempercayai keputusan yang saya ambil. Mungkin ucapan ini tidak cukup untuk menyampaikan segala rasa terimakasih kepada kedua orang tua penulis, namun penulis selalu berdo'a semoga Ibu selalu sehat, bahagia, kuat dan selalu membersamai saya dalam waktu yang lama. Terimakasih telah menjadi ibu yang hebat buat putri kecilmu. Saya bahagia dan bangga punya ibu yang hebat sepertimu. Untuk Ayah saya bapak Sukanto (alm), terimakasih telah memberikan cinta dan sayang yang tulus kepada saya, memberikan pendidikan terbaik buat saya, denganmu saya merasakan peran seorang ayah, walaupun saya bukan dari darah dagingmu, tapi ayah adalah ayah yang terbaik buat saya, cinta pertama saya, rela berkorban buat saya, dan ayah yang paling lama berperan dalam hidup saya. Sampai akhir hayat ayah masih memikirkan masa depan saya. Lihatlah ayah, putri kecilmu telah tumbuh dan dia berhasil menyelesaikan Amanah nya kepada mu. Terimakasih ayah, semoga ayah tenang disana dan Allah berikan tempat terbaik disurga-Nya, saya bangga punya ayah sepertimu. Begitupun dengan ayah kandung saya bapak Suryadi (alm), saya tidak banyak mengenalmu karena kau pergi ketika saya masih kecil, terimakasih telah membersamai 3 tahun masa kecil saya. semoga Allah berikan tempat terbaik untukmu.
2. Saudara saya A.Rizki, walaupun kita tidak dilahirkan dalam satu rahim yang sama, tetapi kita bisa menciptakan persaudaraan yang kuat, saling menyayangi dan mendukung satu sama lain. Terimakasih sudah menciptakan kisah indah di dalam hidup saya. Semoga persaudaraan kitab tidak terputus sampai kapanpun.
3. Keluarga besar yang selalu mendukung, mendoakan dan percaya saya bisa menyelesaikan skripsi ini tepat waktu.
4. Kepada calon suami saya Riki Rivaldi, S.Sos. yang selalu ada buat saya dan tidak pernah absen untuk selalu mendukung, membantu, mengingatkan saya, untuk bisa menyelesaikan tanggung jawab skripsi ini. Terimakasih untuk tidak pernah meninggalkan saya dalam keadaan apapun.
5. Teman-teman terbaik penulis di masa perkuliahan. Ulum Nur Kholifah, Rif'ah Darojah, Rifdah Taufiqi Nisa, Adella Hanifah, Athifah, Luthifah, Wanda Hamidah, Silvi Nur Islamiyah, Sab'ina Alfa Fida, Izzah Rofidah, Zahrah Raudhatul Jannah, Nur Ratih dan Fatmawati. Terimakasih sudah menjadi sahabat serta saudara selama saya di perantauan, selalu ada buat saya, menjadi tempat berkeluh kesah saya, terimakasih atas semua dukungan dan kasih sayang kalian kepada saya. Semoga persaudaraan kita tidak berhenti di dunia tapi sampai akhirat juga.

6. Teman-teman angkatan 2020 Fakultas Ushuluddin Putri, yang selalu mendukung satu sama lain, saling rangkul supaya bisa selesai bersama. Terimakasih sudah menjadi teman juga keluarga buat saya, sudah menciptakan cerita yang sangat indah selama masa perkuliahan ini. Semoga kita semua sukses di bidang kita masing-masing.
7. Teman-teman sesama bimbingan "*Sister in Faith*" yang tidak pernah berhenti untuk saling dukung, saling mengingatkan dan saling membantu, selalu ada gebrakan baru di grup, terimakasih untuk energi positif dari teman-teman.
8. Seluruh pihak yang bersangkutan yang tidak bias saya sebutkan satu persatu secara detail yang telah memberikan dukungan serta bantuan kepada penulis, sehingga penulis bias menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
9. Terakhir, untuk Syamilah. Saya memberikan apresiasi penuh kepada diri saya sendiri karena telah berhasil dan memenuhi amanah untuk menyelesaikan apa yang sudah di mulai, terimakasih sudah kuat walaupun banyak sekali ujian dalam hidup baik selama masa perkuliahan ataupun tidak, tetapi saya bisa bertahan dan tidak menyerah dengan keadaan. Ada banyak sekali orang-orang baik yang mengelilingi saya dan saya sangat bersyukur bisa sampai di titik sekarang ini dan ini patut untuk di banggakan. Mari terus berbuat baik, terus semangat, teruskan perjalanan dan jangan pernah untuk berhenti di tengah-tengah.

   Saya menyadari bahwa skripsi ini jauh dari kata sempurna dan masih perlu perbaikan dan penyempurnaan. Dengan segala kerendahan hati, saya mempersembahkan skripsi ini. Semoga penelitian ini dapat memberikan manfaat dan menjadi amal sholeh yang mendatangkan ridha Allah. Aamiin.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, puji dan syukur saya panjatkan kepada Allah yang telah memberikan taufik dan hidayah-Nya sehingga saya dapat menyelesaikan penelitian dalam skripsi ini. Shalawat serta salam juga saya haturkan kepada Nabi besar Muhammad beserta keluarga, sahabat, dan umatnya hingga akhir zaman.

Dengan tulus, saya menyadari bahwa skripsi ini tidak akan selesai tanpa bimbingan, dukungan, dan bantuan dari banyak pihak. Oleh karena itu, dengan penuh hormat dan takzim, saya ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang tidak terhingga kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Nassaruddin Umar, MA., selaku Rektor Universitas PTIQ Jakarta, yang telah memberikan kesempatan kepada saya untuk mendapatkan pendidikan di universitas yang luar biasa ini.
2. Bapak Dr. Andi Rahman, S.S.I., MA., selaku Dekan Fakultas Ushuluddin Universitas PTIQ Jakarta sekaligus selaku Dosen Pembimbing yang senantiasa meluangkan waktu, pikiran dan kepercayaan kepada saya dalam pentusunan tugas akhir skripsi ini. Terimakasih banyak atas saran dan pelajaran berharga yang telah Bapak berikan kepada penulis selama penyusunan skripsi ini, yang selalu memberikan perspektif baru dan anti-mainstream terkait penafsiran. Dari Bapak, saya sadar bahwa menafsirkan Al-Quran adalah sesuatu yang seru dan menyenangkan. Semoga Bapak senantiasa di berikan kesehatan, kebahagiaan dan semoga selalu dalam lindungan Allah.
3. Bapak Dr. Lukman Hakim, MA., selaku Kepala Program Studi Ilmu Al-Quran dan Tafsir Universitas PTIQ Jakarta, yang selalu memberikan arahan dan motivasi kepada saya untuk mempelajari hal-hal baru.
4. Segenap dosen serta Civitas Universitas PTIQ Jakarta, yang telah mendidik dan membimbing saya selama masa pendidikan.

Jakarta, 23 Agustus 2024

Syamilah

PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB LATIN
KEPUTUSAN BERSAMA
MENTERI AGAMA DAN MENTERI PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
REPUBLIK INDONESIA
Nomor: 158 Tahun 1987
Nomor: 0543b//U/1987

Transliterasi dimaksudkan sebagai pengalih-hurufan dari abjad yang satu ke abjad yang lain. Transliterasi Arab-Latin di sini ialah penyalinan huruf-huruf Arab dengan huruf-huruf Latin beserta perangkatnya.

A. Konsonan

Fonem konsonan bahasa Arab yang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan huruf. Dalam transliterasi ini sebagian dilambangkan dengan huruf dan sebagian dilambangkan dengan tanda, dan sebagian lagi dilambangkan dengan huruf dan tanda sekaligus.

Berikut ini daftar huruf Arab yang dimaksud dan transliterasinya dengan huruf latin:

Tabel 0.1: Tabel Transliterasi Konsonan

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
أ	Alif	Tidak dilambangkan	Tidak dilambangkan
ب	Ba	B	Be
ت	Ta	T	Te
ث	Ṡa	ṡ	es (dengan titik di atas)
ج	Jim	J	Je
ح	Ḥa	ḥ	ha (dengan titik di bawah)
خ	Kha	Kh	ka dan ha
د	Dal	d	De
ذ	Żal	ż	Zet (dengan titik di atas)
ر	Ra	r	er
ز	Zai	z	zet
س	Sin	s	es

ش	Syin	sy	es dan ye
ص	Ṣad	ṣ	es (dengan titik di bawah)
ض	Ḍad	ḍ	de (dengan titik di bawah)
ط	Ṭa	ṭ	te (dengan titik di bawah)
ظ	Ẓa	ẓ	zet (dengan titik di bawah)
ع	`ain	`	koma terbalik (di atas)
غ	Gain	g	ge
ف	Fa	f	ef
ق	Qaf	q	ki
ك	Kaf	k	ka
ل	Lam	l	el
م	Mim	m	em
ن	Nun	n	en
و	Wau	w	We
ه	Ha	h	Ha
ء	Hamzah	‘	Apostrof
ي	Ya	y	Ye

B. Vokal

Vokal bahasa Arab, seperti vokal bahasa Indonesia, terdiri dari vokal tunggal atau *monoftong* dan vokal rangkap atau *diftong*.

1. Vokal Tunggal

   Vokal tunggal bahasa Arab yang lambangnya berupa tanda atau harakat, transliterasinya sebagai berikut:

Tabel 0.2: Tabel Transliterasi Vokal Tunggal

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
ـَ	Fathah	a	A
ـِ	Kasrah	i	I
ـُ	Dammah	u	U

2. Vokal Rangkap

Vokal rangkap bahasa Arab yang lambangnya berupa gabungan antara harakat dan huruf, transliterasinya berupa gabungan huruf sebagai berikut:

Tabel 0.3: Tabel Transliterasi Vokal Rangkap

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
يْ...َ	Fathah dan ya	ai	a dan u
وْ...َ	Fathah dan wau	au	a dan u

Contoh:

a. كَتَبَ *kataba*

b. فَعَلَ *fa`ala*

c. سُئِلَ *suila*

d. كَيْفَ *kaifa*

e. حَوْلَ *haula*

C. *Maddah*

Maddah atau vokal panjang yang lambangnya berupa harakat dan huruf, transliterasinya berupa huruf dan tanda sebagai berikut:

Tabel 0.4: Tabel Transliterasi *Maddah*

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
اَ...ىَ...	Fathah dan alif atau ya	ā	a dan garis di atas

...ى	Kasrah dan ya	ī	i dan garis di atas
...وُ	Dammah dan wau	ū	u dan garis di atas

Contoh:

- قَالَ *qāla*
- رَمَى *ramā*
- قِيْلَ *qīla*
- يَقُوْلُ *yaqūlu*

D. Ta' Marbutah

Transliterasi untuk ta' marbutah ada dua, yaitu:

1. Ta' marbutah hidup
   Ta' marbutah hidup atau yang mendapat harakat fathah, kasrah, dan dammah, transliterasinya adalah "t".
2. Ta' marbutah mati
   Ta' marbutah mati atau yang mendapat harakat sukun, transliterasinya adalah "h".
3. Kalau pada kata terakhir dengan ta' marbutah diikuti oleh kata yang menggunakan kata sandang *al* serta bacaan kedua kata itu terpisah, maka ta' marbutah itu ditransliterasikan dengan "h".

Contoh:

- رَوْضَةُ الأَطْفَالِ *raudah al-atfāl/raudahtul atfāl*
- الْمَدِيْنَةُ الْمُنَوَّرَةُ *al-madīnah al-munawwarah/al-madīnatul munawwarah*
- طَلْحَةْ *talhah*

E. Syaddah (Tasydid)

Syaddah atau tasydid yang dalam tulisan Arab dilambangkan dengan sebuah tanda, tanda syaddah atau tanda tasydid, ditransliterasikan dengan huruf, yaitu huruf yang sama dengan huruf yang diberi tanda syaddah itu.

Contoh:

- نَزَّلَ *nazzala*
- البِرُّ *al-birr*

F. Kata Sandang

Kata sandang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan huruf, yaitu ال, namun dalam transliterasi ini kata sandang itu dibedakan atas:

1. Kata sandang yang diikuti huruf syamsiyah
   Kata sandang yang diikuti oleh huruf syamsiyah ditransliterasikan sesuai dengan bunyinya, yaitu huruf "l" diganti dengan huruf yang langsung mengikuti kata sandang itu.
2. Kata sandang yang diikuti huruf qamariyah
   Kata sandang yang diikuti oleh huruf qamariyah ditransliterasikan dengan sesuai dengan aturan yang digariskan di depan dan sesuai dengan bunyinya.

Baik diikuti oleh huruf syamsiyah maupun qamariyah, kata sandang ditulis terpisah dari kata yang mengikuti dan dihubungkan dengan tanpa sempang.
Contoh:

- الرَّجُلُ *ar-rajulu*
- الْقَلَمُ *al-qalamu*
- الشَّمْسُ *Al-syamsu*
- الْجَلاَلُ *al-jalālu*

G. Hamzah

Hamzah ditransliterasikan sebagai apostrof. Namun hal itu hanya berlaku bagi hamzah yang terletak di tengah dan di akhir kata. Sementara hamzah yang terletak di awal kata dilambangkan, karena dalam tulisan Arab berupa alif.
Contoh:

- تَأْخُذُ *ta'khużu*
- شَيئٌ *syai'un*
- النَّوْءُ *an-nau'u*
- إِنَّ *inna*

H. Penulisan Kata

Pada dasarnya setiap kata, baik fail, isim maupun huruf ditulis terpisah. Hanya kata-kata tertentu yang penulisannya dengan huruf Arab sudah lazim dirangkaikan dengan kata lain karena ada huruf atau harkat yang dihilangkan, maka penulisan kata tersebut dirangkaikan juga dengan kata lain yang mengikutinya.
Contoh:

- وَ إِنَّ اللهَ فَهُوَ خَيْرُ الرَّازِقِيْنَ — *Wa innallāha lahuwa khair ar-rāziqīn/ Wa innallāha lahuwa khairurrāziqīn*
- بِسْمِ اللهِ مَجْرَاهَا وَ مُرْسَاهَا — *Bismillāhi majrehā wa mursāhā*

I. Huruf Kapital

Meskipun dalam sistem tulisan Arab huruf kapital tidak dikenal, dalam transliterasi ini huruf tersebut digunakan juga. Penggunaan huruf kapital seperti apa yang berlaku dalam EYD, di antaranya: huruf kapital digunakan untuk menuliskan huruf awal nama diri dan permulaan kalimat. Bilamana nama diri itu didahului oleh kata sandang, maka yang ditulis dengan huruf kapital tetap huruf awal nama diri tersebut, bukan huruf awal kata sandangnya.
Contoh:

- الْحَمْدُ للهِ رَبِّ الْعَالَمِيْنَ — *Alhamdu lillāhi rabbi al-`ālamīn/ Alhamdu lillāhi rabbil `ālamīn*
- الرَّحْمنِ الرَّحِيْمِ — *Ar-rahmānir rahīm/Ar-rahmān ar-rahīm*

Penggunaan huruf awal kapital untuk Allah hanya berlaku bila dalam tulisan Arabnya memang lengkap demikian dan kalau penulisan itu disatukan dengan kata lain sehingga ada huruf atau harakat yang dihilangkan, huruf kapital tidak dipergunakan.
Contoh:

- اللهُ غَفُوْرٌ رَحِيْمٌ — *Allaāhu gafūrun rahīm*
- لِلّهِ الأُمُوْرُ جَمِيْعًا — *Lillāhi al-amru jamī`an/Lillāhil-amru jamī`an*

J. Tajwid

Bagi mereka yang menginginkan kefasihan dalam bacaan, pedoman transliterasi ini merupakan bagian yang tak terpisahkan dengan Ilmu Tajwid. Karena itu peresmian pedoman transliterasi ini perlu disertai dengan pedoman tajwid.

DAFTAR ISI

PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI ..... **i**
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING ..... **iii**
LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI ..... **v**
MOTTO ..... **vii**
PERSEMBAHAN ..... **ix**
KATA PENGANTAR ..... **xi**
PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB LATIN ..... **xii**
DAFTAR ISI ..... **xix**
BAB I PENDAHULUAN **1**
A. Latar Belakang Masalah 1
B. Permasalahan 6
C. Tujuan dan Manfaat Penelitian 7
D. Metodologi Penelitian 7
E. Tinjauan Pustaka 9
F. Sistematika Penulisan 11
BAB II TINJAUAN UMUM TERKAIT BUAH-BUAHAN **13**
A. Definisi Buah 13
B. Proses Pembentukan Buah 14
C. Macam-macam Buah 16
D. Definisi Biji Pada Buah 21
E. Proses Peyebaran Biji Pada Buah-buahan 23
F. Kandungan Yang Ada Pada Buah 25
G. Fungsi Buah 27
H. Manfaat Dan Pentingnya Buah-buahan 27
BAB III TERM BUAH-BUAHAN DALAM AL-QUR'AN **33**
A. *Fākiḥah* 33
B. *Tsamarat* 35

C. *'Inâbun* 37
D. *Rummān*....38
E. *Ṭalḥin* 38
F. *Tin*....39
G. *Yaqṭīn* 40
H. Zaitun 40
I. *Nakhl* 41
BAB IV PENAFSIRAN AYAT-AYAT BUAH-BUAHAN DAN MANFAATNYA PERSPEKTIF AL-QUR'AN 43
A. Buah-buahan dalam Al-Qur'an yang Tumbuh di Dunia 43
B. Buah-buahan yang Tumbuh di Surga 54
C. Manfaat Buah-buahan dalam Kehidupan 64
D. Hikmah dan Pesan Moral dari Buah-buahan dalam Al-Qur'an 73
BAB V PENUTUP 77
A. Kesimpulan....77
B. Saran....78
DAFTAR PUSTAKA 79
PROFIL PENULIS 84

ABSTRAK

Buah-buahan merupakan salah satu makanan yang sangat berpengaruh terhadap tumbuh kembang janin dan balita, berkat kandungan vitamin dan manfaat kesehatan yang melimpah. Namun, masih banyak masyarakat yang abai terhadap pentingnya mengonsumsi buah-buahan. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya mengonsumsi buah-buahan, dengan memaparkan manfaat dan hikmah yang terkandung dalam buah-buahan, khususnya yang disebutkan dalam Al-Qur'an. Penelitian ini menekankan bahwa penyebutan buah-buahan dalam Al-Qur'an tidak hanya berhubungan dengan aspek fisik, tetapi juga memiliki nilai simbolis yang mendalam, yang mempengaruhi pemahaman moral dan spiritual umat Islam.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode *library research*. Data dikumpulkan dari berbagai jurnal, buku, dan karya ilmiah yang relevan dengan topik pembahasan. Kajian ayat dilakukan dengan metode maudhu'i, yaitu mengumpulkan ayat-ayat yang berkaitan dengan tema penelitian. Metode ini diharapkan dapat menghasilkan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai konteks dan makna penyebutan buah-buahan dalam teks suci.

Hasil penelitian menunjukkan terdapat 83 ayat yang mengandung istilah buah-buahan. Istilah "buah-buahan" *(fakihah)* dalam bentuk tunggal disebutkan sebanyak 11 kali dan dalam bentuk jamak sebanyak 7 kali. Kata *"tsamarat"* disebut 24 kali, kurma *(nakhl)* sebanyak 20 kali, anggur *('inab)* sebanyak 11 kali, delima *(rumman)* 3 kali, tin (*ṭīn)* 1 kali, zaitun *(zaitūn)* 4 kali, pisang *(ṭalḥin)* 1 kali, dan labu *(yaqṭīn)* 1 kali. Analisis menunjukkan bahwa setiap jenis buah membawa simbolisme berbeda, di mana buah kurma menggambarkan kesuburan dan keberkahan serta melambangkan ketahanan menghadapi kesulitan, sedangkan zaitun dianggap simbol kedamaian dan kesucian. Penelitian ini menyoroti bagaimana buah-buahan berfungsi sebagai pengingat nikmat dan rahmat Allah serta mendorong umat Islam untuk bersyukur. Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa penyebutan buah-buahan dalam Al-Qur'an berfungsi sebagai alat pendidikan moral bagi umat Islam. Setiap penyebutan buah mengajak umat untuk merenungkan hakikat kehidupan dan hubungan mereka dengan Sang Pencipta. Penelitian ini juga mengungkapkan pentingnya menerapkan nilai-nilai yang terkandung dalam Al-Qur'an dalam praktik sehari-hari, termasuk pola konsumsi yang sehat dan berkelanjutan.

Penelitian ini menemukan bahwa buah-buahan yang disebutkan dalam Al-Qur'an memiliki berbagai manfaat dan simbolisme yang signifikan. Terdapat 83 ayat yang mencakup istilah buah-buahan, menunjukkan penekanan penting terhadap konsumsi buah dalam konteks kesehatan dan spiritual. Hasil analisis mengungkapkan bahwa setiap jenis buah membawa pelajaran moral: misalnya, kurma melambangkan ketahanan dan keberkahan, sementara zaitun dihubungkan dengan kedamaian dan kesucian. Penelitian ini menekankan pentingnya mengintegrasikan nilai-nilai tersebut dalam praktik kehidupan sehari-hari untuk mendorong kesadaran akan kesehatan fisik dan spiritual, serta untuk meningkatkan rasa syukur terhadap nikmat yang diberikan Allah.

Kata Kunci: Buah-buahan, Manfaat Kesehatan, Hikmah

ABSTRACT

Fruits are one of the foods that significantly influence the growth and development of fetuses and toddlers, thanks to their abundant vitamin content and health benefits. However, many people still neglect the importance of consuming fruits. This study aims to raise public awareness about the importance of fruit consumption by presenting the benefits and wisdom contained in fruits, especially those mentioned in the Qur'an. This research emphasizes that the mention of fruits in the Qur'an is not only related to physical aspects but also holds profound symbolic values that influence the moral and spiritual understanding of Muslims.

This study employs a qualitative approach using library research methods. Data were collected from various journals, books, and scholarly works relevant to the topic. The analysis of verses was conducted using the maudhu'i method, which involves gathering verses related to the research theme. This method is expected to produce a more comprehensive understanding of the context and meaning of the mention of fruits in the sacred text.

The research results indicate that there are 83 verses containing the term fruits. The term "fruits" (fakihah) is mentioned 11 times in the singular form and 7 times in the plural form. The word "tsamarat" appears 24 times, while dates (nakhl) are mentioned 20 times, grapes ('inab) 11 times, pomegranates (rumman) 3 times, figs (ṭīn) once, olives (zaitūn) 4 times, bananas (ṭalḥin) once, and pumpkins (yaqṭīn) once. The analysis shows that each type of fruit carries different symbolism, where dates represent fertility and blessings, and symbolize resilience in facing difficulties, while olives are regarded as symbols of peace and purity. This study highlights how fruits serve as reminders of Allah's blessings and grace, encouraging Muslims to be grateful.

The findings of this research demonstrate that the mention of fruits in the Qur'an functions as a moral education tool for Muslims. Each mention invites individuals to reflect on the essence of life and their relationship with the Creator. This study also reveals the importance of applying the values contained in the Qur'an to everyday practices, including healthy and sustainable consumption patterns.

The research concludes that the fruits mentioned in the Qur'an possess significant benefits and symbolism. There are 83 verses that encompass the term fruits, emphasizing the importance of fruit consumption in both health and spiritual contexts. The analysis reveals that each type of fruit imparts moral lessons: for instance, dates symbolize resilience and blessings, while olives are associated with peace and purity. This research underscores the necessity of integrating these values into daily life practices to foster awareness of physical and spiritual health and to enhance gratitude for the blessings bestowed by Allah.

Keywords: Fruits, Health Benefits, Wisdom

BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Buah-buahan merupakan salah satu komoditas pertanian yang memberikan sumbangsih cukup besar terhadap keanekaragaman pangan dan kecukupuan gizi bagi masyarakat. Buah juga merupakan salah satu pangan yang cukup banyak disukai orang karena selain rasanya yang lezat, buah juga kaya akan vitamin, mineral alami dan zat besi yang sangat bermanfaat juga dibutuhkan oleh tubuh manusia.[1]

Berdasarkan data FAO, konsumsi sayur dan buah penduduk Indonesia sebesar 109,6 gram/hari/kapita. Jumlah tersebut masing dibawah rekomendasai konsumsi sayur dan buah yang ditetapkan FAO sebesar di duga 180,1 gram/hari/kapita. Hal ini diduga disebabkan karena masyarakat Indonesia lebih suka mengonsumsi pangan yang tidak sehat, seperti gorengan yang banyak mengandung minyak makanan cepat saji, padahal dibandinganken dengan buah-buahan itu semua sangatlah tidak baik untuk kesehatan tubuh.[2]

Kekurangan nutrisi pada masa anak seringkali dikaitkan dengan kekurangan vitamin dan mineral tertentu, baik yang terkait dengan *mikronutrien* maupun *makronutrien*. Penelitian belakangan ini telah menyoroti konsekuensi dari kurangnya asupan nutrisi, termasuk peningkatan risiko terhadap penyakit infeksi dan kematian yang dapat menghambat pertumbuhan dan perkembangan mental.[3]

Pertumbuhan dan perkembangan anak dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk kesehatan dan gizi. Kesehatan ini sangat penting mulai dari masa kehamilan, di mana asupan makanan bergizi yang dikonsumsi oleh ibu dapat berpengaruh pada pertumbuhan dan perkembangan janin. Kurangnya asupan gizi dapat menghambat pertumbuhan dan perkembangan janin. Jika kondisi ini berlanjut hingga dua tahun pertama kehidupan anak, maka pertumbuhan dan perkembangannya dapat terhambat. Tanda-tanda hambatan pertumbuhan pada anak terlihat ketika berat badan dan tinggi badan tidak sesuai dengan standar yang ditetapkan oleh WHO. Untuk mengidentifikasi balita yang mengalami *stunting*, digunakan indikator indeks tinggi badan menurut umur (TB/U) berdasarkan standar pertumbuhan anak WHO, dengan kriteria *stunting* jika nilai z-score TB/U < -2 Standar Deviasi (SD).[4]

Seperti yang diketahui, asupan nutrisi yang memadai mendukung perkembangan fisik, psikis, dan motorik anak balita. Dengan kata lain, asupan nutrisi

---

[1] Cahyo Indah Permata Sari, "*Kualitas Minuman Serbuk Kersen (Muntingia calabura L.) dengan Variasi Konsentrasi Maltodekstrin dan Ekstrak Kayu Secang (Caesalpinia sappan L.),"* Diss. Uajy, 2012, diakses pada Senin, 20 Maret 2023.

[2] Tanjong Andarwangi, dkk, "Gaya Hidup Rumah Tangga Dalam Mengonsumsi Buah-Buahan di Bandar Lampung," dalam jurnal *JIIA* (Bandar Lampung: Universitas Lampung, 2016), Vol. 4, No. 1, h. 94.

[3] Gladys Apriluana and Sandra Fikawati, "Analisis faktor-faktor risiko terhadap kejadian stunting pada balita (0-59 bulan) di negara berkembang dan Asia Tenggara," *Media Penelitian dan Pengembangan Kesehatan* 28, no. 4 (2018), h. 247-256.

[4] Rr Deni Widjayatri Yulianti Fitriani and Budhi Tristyanto, "Sosialisasi Pengaruh Stunting terhadap Pertumbuhan dan Perkembangan Anak Usia Dini," *Murhum: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* 1, no. 2 (2020), h. 16-27.

yang cukup saat ini mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan yang optimal di masa depan. Sayur dan buah merupakan sumber *mikronutrien* yang sangat penting untuk kesehatan tubuh. Kedua jenis makanan ini berperan krusial dalam *metabolisme* tubuh sebagai regulator zat dan pembentuk *antibodi*, serta membantu mengurangi risiko penyakit kronis. Konsumsi rutin sayur dan buah sangat dianjurkan setiap kali makan, tidak hanya untuk orang dewasa tetapi juga penting bagi anak-anak usia prasekolah (3-6 tahun). Usia ini dianggap sebagai masa emas dalam pertumbuhan dan perkembangan anak-anak.[5]

Negara Indonesia memiliki berbagai macam kekayaan alam yang sangat melimpah, seperti hutan, laut dan salah satunya yaitu spesies tumbuhan yang beranekaragam. Ada sekitar 30.000 tumbuhan liar yang sebagian tumbuh di wilayah hutan yang tertera di berbagai daerah yang ada di Indonesia. Hingga saat ini ada sekitar 4000 jenis tumbuhan yang diketahui dan dimanfaatkan, dan hanya sekitar seperempat saja jenis tumbuhan yang sudah di budidayakan.[6]

Peningkatan ekonomi suatu daerah dapat dicapai dengan mengembangkan sektor pertanian yang ada di daerah tersebut. Sektor pertanian memiliki peran vital dalam pembangunan ekonomi Indonesia, terutama dalam konteks pembangunan lokal. Hal ini disebabkan oleh kontribusi sektor pertanian sebagai penyedia pangan, bahan baku industri, penggerak Usaha Mikro, Kecil, dan Menengah (UMKM), serta kontributor utama terhadap produksi domestik bruto di Indonesia. Salah satu sektor pertanian yang memegang peran penting adalah sektor *Hortikultura*, yang khususnya mencakup budidaya tanaman kebun seperti buah-buahan. Sektor *Hortikultura* menjadi *krusial* karena berperan dalam memenuhi kebutuhan gizi dan nutrisi masyarakat Indonesia.[7]

Di Indonesia pola persebaran buah-buahan dan berbagai jenis tumbuhan umumnya mengikuti pola persebaran iklim. Wilayah Indonesia termasuk wilayah yang beriklim basah, sehingga jenis buah-buahan dan tumbuhan bisa tumbuh dengan subur. Indonesia memiliki potensi yang besar sebagai penghasil buah tropis yang mampu bersaing di pasar ekspor manca negara, namun hal tersebut harus didukung dengan kualitas dari sumber daya genetik buah-buhan lokal yang dihasilkan.[8]

Berbagai jenis buah-buahan dapat ditemukan di Indonesia, baik yang merupakan jenis asli maupun introduksi. Di kawasan Asia Tenggara sendiri, dilaporkan terdapat sekitar 400 jenis buah-buahan yang dapat dimakan, menunjukkan

---

[5] Irene Ayu Indira, "Perilaku Konsumsi Sayur Dan Buah Anak Prasekolah di Desa Embatau Kecamatan Tikala Kabupaten Toraja Utara," *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, vol. 11, no. 4 (2015), h. 253-262.

[6] Indrabayu Nursa, "*Perancangan Ebook Visual Untuk Mengenalkan Buah Lokal Eksotik Upaya Menjaga Imun Tubuh Remaja di Masa Pandemi*." Diss. Universitas Katholik Soegijapranata Semarang, 2022, accessed March 20, 2023.

[7] Ira Audita dkk., "Pemetaan Hasil Produksi Buah-Buahan Dengan Teknik Data Mining K-Medoids," *Jurnal Teknik Mesin, Industri, Elektro dan Informatika* 1, no. 3 (2022), h. 39-53.

[8] Anelia Rezkina dkk., "Identifikasi dan Karakterisasi Sumber Daya Genetik Buah-Buahan Lokal di Kabupaten Klungkung," *Agroekoteknologi Tropika* 5, no. 2 (Denpasar Bali: Univ. Udayana, 2016), h. 103.

keanekaragaman hayati yang tinggi di kawasan tersebut.[9] Dengan demikian lebih dari tiga perempatnya Jenis-jenis buah-buahan yang dilaporkan terdapat di kawasan Asia Tenggara tersebut telah ditemukan di Indonesia. Berdasarkan hasil pengumpulan data yang dilakukan tercatat 266 jenis (termasuk 4 anak jenis dan 2 varietas) buah-buahan asli Indonesia telah ditemukan yang sebagian besar masih tumbuh liar di hutan-hutan dan hanya sebagian kecil yang telah dibudidayakan. Dari 226 jenis buah-buahan tersebut sebagian besar berupa pohon (203 jenis), liana (26 jenis). Perdu (17 jenis), herba (14 jenis) dan semak (4 jenis). Dengan adanya persentase jumlah jenis pohon yang paling besar (76%) hal ini menunjukkan bahwa untuk usaha pemuliaan tanaman buah-buahan diperlukan waktu yang cukup lama karena jenis pohon daur hidupnya panjang. Disamping itu juga tercatat 62 jenis telah dibudidayakan, 18 jenis merupakan jenis *endemik* dan 4 jenis termasuk tumbuhan langka. Keempat jenis tumbuhan langka adalah kerantungan (*Durio oxleyanus*), *lahong* (*Durio dulcis*), *lai* (*Durio kutejensis*) dan *burahol* (*Stelechocarpus burahol*).[10]

Buah-buahan merupakan sumber nutrisi yang penting dalam pola makan sehat dan dikaitkan dengan berbagai manfaat kesehatan.[11] Al-Qur'an, sebagai kitab suci agama Islam, juga menyebutkan beberapa jenis buah-buahan sebagai anugerah dari Allah Swt. Di Indonesia, terdapat kekayaan keragaman buah-buahan tropis yang melimpah. Oleh karena itu, melakukan perbandingan kandungan nutrisi dan khasiat antara buah-buahan yang disebutkan dalam Al-Qur'an dengan variasi buah-buahan yang ditemukan di Indonesia merupakan hal yang penting untuk memahami potensi kesehatan yang dapat diberikan oleh buah-buahan ini.

Allah menjadikan manusia sesuatu yang dapat menjaga, memelihara, dan menolongnya dalam menghadapi kehidupan di muka bumi. Allah menciptakan segala sesuatu yang menjadi kebutuhan manusia, baik makanan maupun tumbuh-tumbuhan yang berasal dari bumi, serta sesuatu yang tumbuh dari tanaman, dan pohon-pohon yang kemudian berbunga dan berbuah. Buah-buahan tersebut ada karena kuasa-Nya untuk dinikmati dan itu adalah rezeki dari Allah Swt.[12]

Al-Qur’an juga bukanlah kitab sains, tetapi ajaibnya ia memberikan pengetahuan tentang prinsip-prinsip sains. Allah juga sering menggunakan tumbuh-tumbuhan sebagai bukti akan adanya kekuasaan Allah dan perumpamaan untuk menyampaikan suatu hikmah. Selain itu, ada beberapa tumbuh-tumbuhan dan buah-buahan yang disebutkan secara jelas dalam Al-Qur’an. Penyebutan nama tumbuh-tumbuhan dan juga buah-buahan dalam Al-Qur’an tentu bukan tanpa maksud, pasti

---

[9]Hanum, Isnanita Faridah, dan Laurentius Josephus Gerardus Van der Maesen, *PROSEA: Plant Resources of South-East Asia 11, Auxiliary Plants* (Yayasan Obor Indonesia, 1997), h. 35.

[10] Tahan Uji, "Keanekaragaman Jenis Buah-Buahan Asli Indonesia dan Potensinya," *Biodiversitas* 8, no. 2 (2007), h. 157-167.

[11] Dayat Suryana, dkk., “*Manfaat Buah: Manfaat Buah-buahan”* (Bandung: Dayat Suryana Independent, 2018), h. 11.

[12] Tutik Malichah, “*Buah-Buahan Dalam Al-Qur’an (Kajian Tematik)”* (Semarang: UIN Walisongo, 2016), diakses pada 23 Maret 2023.

ada sebab dan tujuan dalam penyebutan nama-nama tersebut.[13] Dunia tumbuh-tumbuhan tidak hanya dipenuhi dengan buah-buahan dan hasil panen saja, tetapi Tuhan juga menjaga keseimbangan dan polanya yang tetap. Terdapat aneka ragam warna, buh-buahan, bunga-bungaan, dan berbagai jenis hasil panen yang dipetik. Namun, kesemuanya tetap berada dalam susunan aturan yang ketat yang telah ditetapkan oleh Allah Swt.[14]

Buah memiliki kandungan gizi, vitamin, mineral dan serat yang sangat perlu untuk dikonsumsi setiap hari, keanekaragaman pada buah bukanlah sekedar pembeda jenis antar buah yang satu dengan yang lainnya. Warna buah mrupakan informasi dari kandungan nutrisinya. Kandungan dan jenis *phytonutrient* dalam buah diindikasikan oleh warna buah. Masing-masing mempunyai manfaat tersendiri untuk tubuh sesuai dengan warnanya. *Phytonutrient* penting untuk Kesehatan, perlu diperhatikan porsi makan buah dan variasi warna yang dimakan guna menghasilkan manfaat bagi kesehatan.[15]

Selain kandungan nutrisi, khasiat kesehatan dari buah-buahan juga penting untuk diperhatikan. Dalam Al-Qur'an, buah-buahan seringkali disebutkan dalam konteks kebaikan, kesuburan, penyembuhan, dan manfaat lainnya.[16] Melakukan perbandingan khasiat kesehatan antara buah-buahan dalam Al-Qur'an dan buah-buahan yang tidak disebutkan di dalam Al-Qur'an dapat memberikan pemahaman yang lebih luas tentang manfaat yang dapat diberikan oleh buah-buahan tersebut dalam menjaga kesehatan tubuh. Dengan demikian, perbandingan kandungan nutrisi dan khasiat buah-buahan dalam Al-Qur'an dengan buah-buahan yang tidak di sebutkan di dalam Al-Qur'an memiliki nilai penting dalam memahami potensi kesehatan buah-buahan, serta dalam meningkatkan kesadaran dan pemahaman tentang pentingnya pola makan yang sehat berdasarkan ajaran agama dan sumber daya alam yang melimpah yang telah Allah ciptakan untuk umat-Nya.

Jumlah dari konsumsi buah-buahan di Indonesia selalu meningkat pada setiap tahunnya. Namun, sebagian besar buah-buahan yang tingkat konsumsinya meningkat adalah buah-buahan impor dan bukanlah buah-buahan lokal dari Indonesia. Menurut data yang diperoleh dari kementrian prdagangan dari sisi nilai maupun volume impor sayuran dan buah-buahan di Indonesia setiap tahunnya terjadi peningkatan antara 6-9%. Padahal negara Indonesia sendiri merupakan wilayah yang mempunyai banyak

---

[13] Venny Zulmiani, "*Makanan Berkhasiat Obat Dalam Al-Qur'an Dan Kolerasinya Dalam Pencegahan Covid-19"* (Lampung: UIN Raden Intan, 2021), diakses pada 23 Maret 2023.

[14] Dian Widianti, "*Al-Rumman Dalam Al-Qur'an Dan Manfaatnya Bagi Kesehatan*" (Riau: UIN Sultan Syarif Kasim, 2020), diakses pada 23 Maret 2023.

[15] Sawitri Komarayanti, "Ensiklopedi Buah-Buahan Lokal Berbasis Potensi Alam Jember," *Jurnal Biologi dan Pembelajaran Biologi* 2, no. 1 (Jember: Univ Muhammadiyah Jember, 2017), h. 62.

[16] Sulaiman Ibrahim, "Pelestarian Lingkungan Hidup Dalam Perspektif Al-Qur'an: Kajian Tafsir Maudu'iy," *Jurnal Ilmiah AL-Jauhari: Jurnal Studi Islam dan Interdisipliner* 1, no. 1 (2016), h. 109-132.

buah-buahan didalamnya.[17] Dalam konteks Indonesia, negara dengan keanekaragaman hayati yang luar biasa, terdapat banyak varietas buah-buahan lokal yang tumbuh dan dapat dijumpai di berbagai wilayah.[18] Buah-buahan seperti mangga, rambutan, durian, salak, pepaya, pisang, dan kelapa adalah beberapa contoh buah-buahan yang populer di Indonesia dan memiliki peran penting dalam kehidupan sehari-hari masyarakat. Namun, meskipun buah-buahan dalam Al-Qur'an diakui memiliki makna spiritual dan keberkahan, belum banyak penelitian yang mengkaji secara komprehensif perbandingan kandungan nutrisi dan khasiat buah-buahan tersebut dengan varietas buah yang lainnya. Dalam kaitannya dengan kesehatan manusia, penting untuk mengevaluasi dan memahami apakah buah-buahan dalam Al-Qur'an memiliki keunggulan nutrisi dan manfaat kesehatan yang lebih signifikan dibandingkan dengan buah-buahan yang tidak di sebutkan di dalam Al-Qur'an.

Konsumsi buah dalam jumlah yang cukup sangat penting bagi Kesehatan manusia, data dari berbagai sumber menunjukkan bahwa tingkat konsumsi buah-buahan penduduk Indonesia masih jauh di bawah tingkat kecukupan konsumsi buah-buahan yang direkomendasikan oleh WHO. Rendahnya konsumsi buah pada penduduk Indonesia sangat disayangkan mengingat potensi buah di Indonesia yang sangar banyak dan beragam.[19]

Salah satu cara menjaga imun ketahanan daya tahan tubuh adalah dengan hidup sehat dan mengonsumsi makanan sehat dan pola teratur. Dalam kaitannya untuk bertahan supaya tubuh tidak sakit perlu untuk mengonsusmsi zat-zat gizi yang ada seperti, vitamin A, vitamin C, vitamin E, dan *Zinc*. Semua yang dibutuhkan oleh tubuh bisa didapatkan dari asupan konsumsi yang sehat. Untuk mendapatkannya bisa dengan mengkonsumsi buah-buahan, karena buah-buahan kaya akan kandungan antioksidan, vitamin dan mineral yang berberan penting untuk menjaga kekebalan imun tubuh.[20]

Buah-buahan merupakan salah satu nikmat dari Allah Swt. berupa makanan yang bisa dikonsumsi oleh manusia. Diantara semua buah yang sudah dikenal oleh manusia, ternyata ada beberapa buah-buahan yang disinggung dalam Al-Qur'an. Seperti buah delima, anggur, pisang, zaitun, tin, kurma, dan juga labu. Penyebutan nama buah-buahan dalam Al-Qur'an ini boleh jadi mengundang rasa ingin tahu bagi siapa saja yang untuk mengetahui apa saja keistimewaan yang ada pada buah tersebut, baik rasanya, khasiatnya, warnanya, bentuknya maupun keistimewaan lainnya dari buah itu sendiri. Oleh karena itu penulis melakukan penelitian ini untuk mengungkap sedikit rahasia dan menggali lebih dalam tentang buah-buahan yang ada di dalam Al-Qur'an, kemudian keistimewaan dan manfaat yang ada di dalamnya, sehingga bisa

---

[17] Indrabayu Nursa, "*Perancangan Ebook Visual Untuk Mengenalkan Buah Lokal Eksotik: Upaya Menjaga Imun Tubuh Remaja Di Masa Pandemi"* (disertasi, Universitas Katholik Soegijapranata Semarang, 2022).

[18] Jatna Supriatna, "*Melestarikan Alam Indonesia* (Depok: Yayasan Obor Indonesia)," h. 43.

[19] Sawitri Komarayanti, "Ensiklopedi Buah-Buahan Lokal Berbasis Potensi Alam Jember," *Jurnal Biologi dan Pembelajaran Biologi*, h. 62.

[20] Indrabayu Nursa, "*Perancangan Ebook Visual Untuk Mengenalkan Buah Lokal Eksotik Upaya Menjaga Imun Tubuh Remaja Di Masa Pandemi"* (diss., Universitas Katholik Soegijapranata Semarang, 2022).

ditemukan pesan-pesan tersembunyi yang Allah Swt kehendaki pada buah-buahan yang ada di dalam Al-Qur'an tersebut.[21]

Berdasarkan beberapa masalah yang dirumuskan sebelumnya, maka penelitian ini akan membahas lebih lanjut pandangan Al-Qur'an terkait buah-buahan yang disebutkan di dalam Al-Qur'an, serta mengkaji manfaat buah-buahan yang ada di dalam Al-Qur'an bagi kesehatan tubuh manusia. Oleh karena itu, penulis ingin mengambil langkah untuk melakukan penelitian lebih dalam mengenai ayat-ayat yang relevan dengan buah-buahan dan mengungkap keistimewaan buah-buahan yang ada di dalam Al-Qur'an sehingga dapat membandingkan buah-buahan yang ada di Al-Qur'an dengan temuan sains. Paragraf ini menggaris bawahi perlunya kajian tafsir Al-Qur'an untuk mendapatkan pemahaman yang lebih mendalam mengenai perspektif Al-Qur'an terhadap buah-buahan itu sendiri. Maka dari itu, peneliti akan mengangkat judul skripsi dengan judul "Buah-Buahan dalam Al-Qur'an (Kajian Tematik)".

B. Permasalahan

Masalah adalah kondisi yang muncul dari interaksi antara dua atau lebih faktor yang menciptakan situasi tertentu dan menimbulkan tanda-tanda yang membutuhkan penyelesaian.[22] Faktor-faktor yang berinteraksi tersebut bisa berupa konsep, data empiris, pengalaman, atau unsur lainnya.

Setelah mengkaji uraian di atas, tampak adanya beberapa masalah. Oleh karena itu, masalah-masalah ini akan diidentifikasi, dibatasi, dan dirumuskan agar tujuan penelitian ini menjadi lebih jelas.

1. Identifikasi Masalah
   a. Tingkat konsumsi buah di Indonesia masih di bawah rekomendasi FAO.
   b. Masyarakat cenderung memilih makanan tidak sehat seperti gorengan dibanding buah-buahan.
   c. Kekurangan nutrisi pada masa anak-anak berisiko menghambat pertumbuhan fisik dan perkembangan mental.
   d. Buah-buahan lokal Indonesia kurang dimanfaatkan dan lebih banyak buah impor yang dikonsumsi.
   e. Potensi besar Indonesia sebagai penghasil buah tropis belum sepenuhnya tergarap secara maksimal.
   f. Belum banyak penelitian yang membandingkan khasiat buah-buahan dalam Al-Qur'an dengan buah lain.
   g. Kesadaran akan manfaat kesehatan konsumsi buah-buahan masih rendah, meskipun buah merupakan sumber nutrisi penting.

2. Pembatasan Masalah

   Adanya suatu pembahasan pasti tidak berangkat dari adanya suatu masalah, itu artinya penelitian dilakukan karena ada masalah yang perlu untuk dikaji dan diteliti. Namun, agar penelitian ini berjalan secara teratur, terarah dan tidak

---

[21] Hamid Sakti Wibowo, "*7 Buah-Buahan Istimewa Dalam Al-Qur'an Dan Manfaatnya Bagi Kesehatan Manusia,"* (Semarang: Tiram Media, 2020), h. iv.

[22] Yvonna Sessions Lincoln and Egon Guba, *Naturalistic Inquiry* (Beverly Hills: Sage Publications, 1985), h. 218.

menimbulkan adanya masalah baru serta pelebaran materi yang tidak berkaitan dengan judul ini, maka pembatasan masalah sangat dibutuhkan dalam penelitian ini. Penulis akan membatasi permasalahan ini mengenai ayat-ayat yang relevan serta berkaitan dengan buah-buahan beserta penafsirannya.

Agar lebih fokus dan terarah maka pembatasan masalah pada penelitian ini dibutuhkan. Dalam ayat-ayat Al-Qur'an, terdapat istilah atau term-term tersendiri terkait dengan nama-nama buah-buahan yaitu: *Rumman*, '*Inab*, *Tin*, *Nakhlun*, *Zaitun*, *Ṭalḥin*, dan *Yaqṭīn*. Juga terdapat beberapa ayat di dalam Al-Qur'an yang menyebutkan adanya indikasi terkait buah-buahan. Dengan demikian Peneliti akan mengaitkan ayat-ayat dengan konteks masalah sosial, dengan batasan ruang lingkup pada aspek-aspek sains dan Al-Qur'an.

3. Rumusan Masalah

Setelah menjelaskan mengenai latar belakang yang telah dipaparkan di atas, maka yang akan menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah Bagaimana Al-Qur'an berbicara terkait buah-buahan yang ada di dalam Al-Qur'an?

C. Tujuan dan Manfaat Penelitian

Berdasarkan pemaparan latar belakang dan rumusan masalah diatas, maka penulis menyimpulkan tujuan dan manfaat penelitian sebagai berikut:

1. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian dalam tulisan ini adalah:

a. Mendalami dan memahami bagaimana pandangan Al-Qur'an dan ilmu sains terkait buah-buahan serta mengetahui apa hikmah yang ada pada buah-buahan yang di sebutkan di dalam Al-Qur'an.
b. Mencari Solusi supaya masyarakat sadar akan pentingnya mengkonsumsi buah-buahan bagi tubuh mereka dengan memaparkan manfaat yang ada pada buah-buahan itu sendiri.

2. Adapun manfaat yang diperoleh dari penelitian ini yaitu:

a. Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi para pembaca, dan dapat menambah wawasan pengetahuan untuk para calon-calon *mufassir* dan *mufassiroh* serta kepada penulis pribadi.
b. Menyumbangkan wawasan baru dalam bidang sains dengan menyelidiki bagaimana pemahaman Al-Qur'an dapat di aplikasikan dalam konteks kesehatan, sehingga dapat mendorong perkembangan Sebagai syarat serta ugas akhir guna menyelesaikan strata I pada Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam Jurusan Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir Universitas PTIQ Jakarta.

D. Metodologi Penelitian

Metodologi penelitian bertujuan untuk memberikan kebenaran objektif secara terbukti dengan menggunakan data yang valid. Pada penelitian ini penulis menggunakan metode sebagai berikut:

1. Jenis Penelitian

Dalam penulisan ini, peneliti menggunakan metode kualitatif. Penelitian kualitatif adalah penelitian yang menggunakan latar alamiah dengan maksud menafsirkan fenomena yang terjadi dan dilakukan dengan jalan melibatkan berbagai metode yang ada.[23]

Adapun jenis penelitian yang digunakan dalam metode ini adalah, penelitian yang bersifat kepustakaan (*library research*) yakni dilaksanakan dengan menggunakan literatur (kepustakaan) dari penelitian sebelumnya. (*library research*) adalah jenis penelitian kualitatif dimana peneliti tidak terjun kelapangan dalam melaksanakan penelitian. Penelitian kepustakaan ini dapat dilaksanakan di perpustakaan, menelaah dan mengumpulkan sumber-sumber kepustakaan, berupa buku, artikel ilmiah, jurnal-jurnal, serta sumber kepustakaan lainnya yang utuh terkait dengan pembahasan serta penelitian ini.[24]

2. Sumber Data

Dalam pengumpulan sumber data, penulis mengambil jenis dua sumber dalam penelitian ini yaitu:

a. Data Primer
   Sumber data primer yang dibutuhkan penulis dalam penelitian ini adalah Al-Qur'an dan Kitab-kitab tafsir Al-Qur'an.
b. Data Skunder
   Pengumpulan dari data skunder yaitu mengumpulkan data dari perpustakaan atau studi pustaka (*library research*). Melalui penelitian *library research* ini penulis akan menelaah buku-buku maupun artikel yang ada di media cetak maupun digital untuk mendapatkan informasi yang sesuai dengan masalah yang akan penulis bahas.

3. Metode Pengumpulan Data

Seperti yang sudah penulis bahas di atas bahwa metodologi penilitian ini bersifat *library research* yang mana, berupa studi dari kitab-kitab, buku-buku, jurnal maupun artikel yang berkaitan dengan ayat-ayat atau materi dan bahan-bahan untuk melakukan penelitian ini.

Penyajian teori serta penafsiran ayat-ayat Al-Qur'an ini penulis menggunakan metode maudhu'I atau tematik yakni, salah satu metode penafsiran Al-Qur'an dengan menafsirkan ayat-ayat baik dari satu surat maupun beberapa surat yang berbicara tentang topik tertentu, untuk kemudian mengaitkan antara satu dengan yang lainnya. Kemudian mengambil kesimpulan menyeluruh tentang masalah tersebut menurut pandangan Al-Qur'an.[25]

---

[23] Abi Anggito dan Johan Setiawan, "*Metodologi Penelitian Kualitatif* ," (Sukabumi: CV Jejak, 2018), cet. 1, h. 7.

[24] Fauzana Annova, "*Metode Penelitian Kepustakaan (Library Research),"* (Bandung: CV Media Sains Indonesia, 2022), h. 57.

[25] Evanirosa, "*Metode Penelitian Kepustakaan (Library Research),"* (Bandung: CV Media Sains Indonesia, 2022), h. 44-45.

4. Analisis Data

Adapun analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah *content analysis* (analisis isi). Metode yang digunakan ini untuk mengulas isi sebuah dokumen, baik berupa buku, kitab, dan jurnal yang lain. Kemudian penulis menggunakan pola deduktif yaitu analisis yang berangkat dari pengetahuan umum atau data yang bersifat umum, untuk mencari kesimpulan-kesimpulan yang bersifat khusus.

5. Teknik Penulisan

Adapun Teknik penulisan pada tulisan skripsi ini mengacu pada buku panduan penyusunan skripsi Universitas PTIQ Jakarta yang diterbitkan oleh Fakultas Ushuluddin.[26]

E. Tinjauan Pustaka

Tinjauan pustaka merupakan uraian, analisis kritis dan evaluasi terhadap teks-teks yang relevan baik saat ini maupuan yang akan berkembang dengan pertanyaan riset atau topik anda. Berdasarkan tinjauan Pustaka, anda akan mengembangkan argument yang koheren untuk riset anda sendiri. Tinjauan Pustaka disusun guna menetapkan dasar pemikiran bagi riset anda, serta menunjukkan seberapa penting permasalahan riset. Hart menyatakan, tinjauan Pustaka membedakan antara apa yang telah dilakukan dari apa yang perlu dilakukan.[27]

Terdapat beberapa literatur penelitian serupa yang membahas seputar buah-buahan dalam Al-Qur'an, beberapa literatur yang penulis temukan berasal dari skripsi, jurnal dan juga artikel:

1. Skripsi dengan judul "*Studi Penafsiran Term Talhin Dalam Al-Qur'an (Kajian Tafsir QS. Al-Waqi'ah/56: 27-29)"* disusun oleh Ahmad Syaekhudin sebagai salah satu syarat memperoleh gelar sarjana strata satu (S1) dalam Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir pada Fakultas Ushuluddin, Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah (UIN) Jakarta pada tahun 2021.

   Dalam skripsi yang ditulis oleh Ahmad Syaekhudin ditemukan bahwa yang dibahas hanya kata talhin saja, yang mana kata talhin ini hanya disebutkan satu kali di dalam Al-Qur'an pada QS. Al-Waqi'ah/56:29. Hal ini menjadi bukti bahwa tafsir dari kata talhin itu adalah buah, yang mana buah pada kata talhin ini sangatlah istimewa. Pada skripsi ini juga membahas kandungan gizi dan manfaat yang ada dalam term talhin tersebut. Berbeda dengan penelitian yang akan penulis teliti, penulis membahas semua buah-buahan yang ada di dalam Al-Qur'an yang ada di Indonesia dan tidak terfokus pada satu term saja.
2. Skripsi dengan judul "*Buah-Buahan Dalam Al-Qur'an (Kajian Tematik)*" disusun oleh Tutik Malichah sebagai salah satu syarat memperoleh gelar sarjana strata satu (S1) dalam Program Tafsir dan Hadits pada Fakultas Ushuluddin dan

---

[26] Andi Rahman, "*Menjadi Peneliti Pemula Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir,"* (Jakarta: Fakultas Ushuluddin Univ. PTIQ Jakarta, 2022), cet. 1.

[27] Christine Daymon dan Immy Holloway, "*Metode-Metode Riset Kualitatif Dalam Public Relation dan Marketing Communications*," terj. Cahya Wiratma (Yogyakarta: PT Bentang Pustaka, 2008), cet. 1, h. 55-56.

Humaniora Universitas Islam Negeri (UIN) Walisongo Semarang pada tahun 2016.

Dalam skripsi yang ditulis oleh Tutik Malichah ditemukan bahwa pada penelitian ini menggunakan penafsiran tematik yang digagas oleh Abd al-Hayy al-Farmawi, kemudian pada penelitian ini juga menggunakan ayat dan hadits yang berbicara tentang buah-buahan itu sendiri. Berbeda dengan penelitian yang penulis teliti yakni penulis tidak menggunakan penafsiran tematik yang digagas oleh Ab al-Hayy al-Farmawi akan tetapi menggunakan pendekatan tafsir ilmi dan juga penulis tidak menggunakan hadits dan hanya menggunakan ayat-ayat Al-Qur'an yang relevan dengan kata buah-buahan yang ada di dalam Al-Qur'an itu sendiri.

3. Skripsi dengan judul *"Al-Rumman Dalam Al-Qur'an dan Manfaatnya Bagi Kesehatan"* disusun oleh Dian Widianti sebagai salah satu syarat memperoleh gelar sarjana strata satu (S1) dalam Program Stusi Ilmu AlQur'an dan Tafsir pada Fakultas Ushuluddin Universitas Islam Negeri (UIN) Sultan Syarif Kasim Riau pada tahun 2020.

   Dalam skripsi yang ditulis oleh Dian Widianti ditemukan bahwa pada skripsinya hanya fokus membahas kata al-rumman saja atau dalam Bahasa Indonesianya yaitu kurma, pada skripsi ini juga membahas manfaat kurma tersebut bagi kesehatan tubuh manusia. Berbeda dengan penelitian yang akan penulis teliti yakni penulis tidak hanya berfokus pada satu kata atau satu buah-buahan saja melainkan semua buah-buahan yang disebutkan di dalam Al-Qur'an yang ada di Indonesia akan penulis cantumkan pada penelitian penulis sendiri.

4. Jurnal dengan judul *"Kandungan Buah-Buahan Dalam Al-Qur'an: Buah Tin (Ficus Carica), Zaitun (Olea Europia), Delima (Punica Granatum L), Anggur (Vitis Vinivera L), Dan Kurma (Phoenix Dactylifera L) Untuk Kesehatan"* disusun oleh Nur Khasanah dalam Jurnal Phenomenon pada Fakultas Tarbiyah IAIN Walisongo Semarang.

   Dalam penelitiannya berfokus pada makna dari buah-buahan yang disebutkan pada judulnya dan juga lebih mengarah pada pembahasan sains, pada penelitian ini juga lebih membahas pada manfaat pada buah-buahan tersebut dan juga dijelaskan secara detail tentang gizi dan vitamin yang ada pada buah-buahan itu sendiri. Kemudian tidak ada mencantumkan ayat AlQur'an didalam penelitiannya. Berbeda dengan penelitian yang akan penulis teliti yakni penulis mencantumkan ayat-ayat Al-Qur'an didalamnya juga penafsiran pada ayat-ayat yang relevan dengan buah-buahan yang disebutkan di dalam Al-Qur'an tersebut. Penulis juga memasukkan tentang sains akan tetapi dikorelasikan antara sains dan Al-Qur'an, dan penulis juga hanya meneliti buah-buahan yang ada di Indonesia saja.

5. Skripsi dengan judul *"Tumbuh-Tumbuhan Dan Buah-Buahan Dalam AlQur'an"* disusun oleh Apriadi Fauzan sebagai salah satu syarat memperoleh gelar sarjana strata satu (S1) dalam Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir pada Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam Universitas Islam Negeri (UIN) Sunan Kalijaga Yogyakarta pada tahun 2015.

   Dalam skripsi yang ditulis oleh Apriadi Fauzan ditemukan bahwa pada penelitiannya tidak hanya membahas tentang buah-buahan yang ada di dalam Al-

Qur’an saja, melainkan juga membahas tentang tumbuhtumbuhan yang ada di dalam Al-Qur’an juga. Berbeda dengan penelitian yang penulis teliti yakni hanya membahas buah-buahan yang di sebutkan di dalam Al-Qur’an saja tanpa membahas tentang tumbuh-tumbuhan yang ada di dalam Al-Qur’an.

F. Sistematika Penulisan

Sistematika pembahasan dalam penulisan hasil penelitian sangat diperlukan agar apa yang sedang dibahas nantinya tetap dalam garis pembahasan yang telah dicantumkan dalam rumusan masalah di atas. Dalam penelitian ini sistematika pembahasan akan dibagi dalam berbagai bagaian bab, diantaranya sebagai berikut:

BAB I merupakan pendahuluan yang mendeskripsikan keseluruhan dari penelitian ini dengan uraian berisi, latar belakang penelitian, identifikasi masalah, rumusan dan Batasan masalah, tujuan dan manfaat penelitian, metodologi penelitian, tinjauan pustaka serta sistematika penulisan.

BAB II bab ini merupakan tinjauan umum terkait buah-buahan yang mana penulis akan membahas mengenai definisi dari buah-buahan, klasifikasi, proses pembentukan buah, kandungan nutrisi dan vitamin pada buah, proses pemenserta apa saja manfaat buah-buahan tersebut untuk tubuh manusia.

BAB III bab ini merupakan tinjauan Al-Qur’an terkait buah-buahan, yang mana bab ini akan membahas tentang macam-macam buah-buahan yang ada di dalam Al-Qur’an dengan menggunakan term buah-buahan tersebut.

BAB IV bab ini membahas tentang penafsiran ayat-ayat tentang buah-buahan yang ada dalam Al-Qur’an beserta dengan manfaat dan hikmahnya.

BAB V bab ini merupakan bagian penutup yang memuat kesimpulan dan diakhiri dengan saran untuk penelitian kedepannya.

BAB II
TINJAUAN UMUM TERKAIT BUAH-BUAHAN

A. Definisi Buah

Buah dalam konteks pertanian termasuk dalam hortikultura, yang berasal dari kata "*Hortus*" (kebun) dan "*Colere*" (budidaya). Secara harfiah, hortikultura berarti usaha menanam dan merawat tanaman buah-buahan, sayuran, dan tanaman hias. Buah-buahan sangat penting bagi metabolisme tubuh karena kaya akan vitamin dan mineral. Saat ini, masyarakat semakin sadar akan pentingnya mengonsumsi buah-buahan yang bergizi tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa buah-buahan memiliki prospek yang baik untuk dikembangkan.[28]

Secara botani, buah, atau sering disebut buah sejati, adalah organ pada tumbuhan berbunga yang berkembang dari bakal buah (ovarium). Buah berfungsi sebagai pembungkus dan pelindung biji, yang juga berperan penting dalam penyebaran biji pada tanaman berbunga. Meskipun ada beberapa tanaman yang menghasilkan biji tanpa melalui proses pembentukan buah. Sebagian besar spesies tumbuhan memiliki buah yang terdiri dari bakal buah yang telah berkembang beserta jaringan di sekitarnya. Menurut para ahli, seperti yang dijelaskan oleh Sediaoetomo dalam skripsi yang dikutip oleh Farida, buah adalah bagian dari tanaman yang strukturnya mengelilingi biji dan berasal dari indung telur atau bagian lain dari bunga.[29]

Dalam ilmu hortikultura, buah tidak hanya mengacu pada bakal buah, tetapi juga mencakup perkembangan organ-organ lainnya. Oleh karena itu, buah yang sesuai dengan definisi botani disebut buah sejati. Buah memiliki nilai kesehatan tinggi dan merupakan salah satu sumber makanan terbaik bagi manusia karena mengandung karbohidrat, protein, lemak, vitamin, mineral, *alkaloid*, serta *terpena* dan *terpenoid*. Ilmu yang mempelajari segala aspek tentang buah disebut *pomologi*, yang mencakup hortikultura, botani, kandungan nutrisi, dan juga dampak nilai ekonominya.[30]

Buah adalah hasil dari proses berkelanjutan dalam kehidupan tanaman. Buah merupakan produk akhir dari tanaman, berasal dari perkembangan fusi serbuk sari dan putik yang berfungsi sebagai salah satu agen regenerasi tanaman. Pada banyak spesies tumbuhan, buah mencakup bakal buah yang telah berkembang beserta jaringan sekitarnya. Bagi tanaman berbunga, buah adalah alat untuk menyebarkan biji-bijinya. Kehadiran biji di dalam buah menunjukkan bahwa organ tersebut adalah buah, meskipun ada biji yang tidak berasal dari buah. Secara umum, buah membungkus dan melindungi biji. Beragam bentuk buah terkait dengan fungsi utamanya sebagai

---

[28] Ade Retno Fitriani dan Suryanawati Suryanawati, "Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Konsumen terhadap Konsumsi Buah Jeruk Siam dan Pepaya di Kecamatan Baturaja Timur," *Jurnal Agribisnis dan Sosial Ekonomi Pertanian* (JASEP) 4, no. 2 (2018), h. 1-6.

[29] Dian Kurnaini, "Buah-buahan Dalam Perspektif Al-Qur'an," *SKRIPSI*, (Banten: Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Malik Ibrahim, 2021), h. 21.

[30] Jumanta dkk LingkarKata, "*Buku Pintar Tumbuhan"* (Jakarta: PT Elex Media Komputerindo, 2019), h. 14.

penyebar biji tumbuhan.[31] Setiap buah berasal dari bunga, tetapi tidak semua bunga menghasilkan buah.

Buah-buahan adalah makanan penting yang seharusnya termasuk dalam menu harian. Buah mengandung nutrisi penting yang dibutuhkan oleh tubuh, seperti vitamin, mineral, antioksidan, dan serat. Kekurangan asupan buah dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan.[32] Buah juga mengandung antioksidan yang sangat bermanfaat untuk kesehatan tubuh. Antioksidan berperan penting dalam mencegah kerusakan sel akibat oksidasi, yang dapat merusak DNA, protein, dan lemak. Proses oksidasi dapat menyebabkan penuaan dini, memicu kanker, dan penyakit jantung.[33] Buah-buahan juga merupakan salah satu makanan yang menyehatkan bagi manusia, meskipun kebutuhan gizi manusia sudah terpenuhi dengan karbohidrat, lauk-pauk, dan sayuran. Namun, peran penting buah-buahan tidak dapat digantikan oleh makanan apapun.

B. Proses Pembentukan Buah

Pertumbuhan sempurna dari bakal buah (*ovarium*) disebut buah. Setiap bakal buah mengandung satu atau lebih bakal biji, (*ovulum*), yang masing-masing mengandung sel telur. Setelah peristiwa penyerbukan, di mana serbuk sari berpindah dari kepala sari ke kepala putik, serbuk sari berkecambah dan tumbuh menjadi buluh serbuk sari yang berisi sperma. Buluh ini kemudian tumbuh menembus tangkai putik menuju bakal biji, di mana sperma yang berasal dari serbuk sari bersatuan dengan sel telur yang berada di dalam bakal biji, membentuk *zigot* yang sifatnya *diploid*. Pada tumbuhan berbunga ini, pembuahan terdiri dari *plasmogami* (perpaduan *protoplasma* sel telur dan sperma) dan *kariogami* (perpaduan inti sel keduanya).[34]

Setelah itu, zigot yang terbentuk mulai bertumbuh menjadi embrio (lembaga), bakal biji tumbuh menjadi biji, dan dinding bakal buah, yang disebut *perikarp*, tumbuh menjadi berdaging (pada buah batu atau drupa) atau membentuk lapisan pelindung yang kering dan keras (pada geluk atau nux). Kemudian, kelopak bunga (*sepal*), mahkota (*petal*), benang sari (*stamen*), dan putik (*pistil*) akan gugur atau mungkin bertahan sebagian hingga buah terbentuk. Setelah biji matang, pembentukan buah ini berhenti. Pertumbuhan daging buah pada sebagian buah berbiji banyak biasanya sebanding dengan jumlah bakal biji yang terbuahi.[35]

Disebut *perikarp* atau *pericarpium*, dinding buah berasal dari perkembangan dinding bakal buah pada bunga. *Perikarp* ini sering berkembang lebih jauh, sehingga mereka dapat dibedakan atas dua atau lebih lapisan. Dinding luar (disebut *eksokarp*

---

[31] Cahyo Saparinto dan Rini Susiana, "*Grow Your Own Fruits: Panduan Praktis Menanam 28 Tanaman Buah Populer di Pekarangan,"* (Yogyakarta: Penerbit Andi, 2024), h. 2.

[32] Cahyo Saparinto dan Rini Susiana, "*Grow Your Own Fruits: Panduan Praktis Menanam 28 Tanaman Buah Populer di Pekarangan,"* h. 1.

[33] Cahyo Saparinto dan Rini Susiana, "*Grow Your Own Fruits: Panduan Praktis Menanam 28 Tanaman Buah Populer di Pekarangan,"* h. 6.

[34] James D. Mauseth, "*Botany: An Introduction to Plant Biology"* (Jones & Bartlett Publishers, 2014), h. 258.

[35] Aisar Novita, "*[Penuntun Praktikum] Morfologi & Anatomi Tumbuhan*," Kumpulan Berkas Kepangkatan Dosen (2023), h. 11.

atau *epikarp*) dan bagian dalam (disebut *endokarp* atau *endokarp*) terdiri dari bagian luar dan bagian dalam. Lapisan tengah, yang dapat terdiri dari beberapa lapis, disebut *mesokarp* (disebut *mesocarpium*).[36]

Buah adalah bagian dari tumbuhan yang berasal dari bunga dan umumnya mengandung biji. Setelah penyerbukan terjadi pada bunga dan diikuti oleh proses pembuahan, bakal buah akan berkembang menjadi buah, dan bakal biji di dalamnya akan berkembang menjadi biji. Kadang-kadang, dalam pembentukan buah, bagian bunga selain bakal buah ikut tumbuh dan menjadi bagian dari buah. Namun, biasanya setelah penyerbukan dan pembuahan, bagian-bagian bunga selain bakal buah akan layu dan gugur. Bagian dari putik yang disebut dengan tegas hanya bakal buahnya, karena tangkai dan kepala putiknya biasanya juga layu dan gugur seperti bagian bunga lainnya. Buah juga memiliki fungsi yaitu, Kulit buah merupakan lapisan terluar yang berfungsi melindungi buah. Tangkai buah adalah bagian yang menghubungkan buah dengan ranting. Daging buah adalah bagian dari buah yang umumnya bisa dimakan.[37]

Pada buah normal, pembentukan buah dimulai dengan proses penyerbukan (*polinasi*) di kepala putik (*stigma*) oleh serbuk sari (*polen*), yang dapat terjadi secara sendiri (penyerbukan sendiri) atau dengan bantuan angin, serangga penyerbuk (*polinator*), atau manusia (penyerbukan silang). Setelah itu, *polen* berkecambah dan membentuk tabung *polen* (*pollen tube*) untuk mencapai bakal biji (*ovule*). Proses bertemunya *polen* (sel jantan) dengan bakal biji (sel telur) di dalam bakal buah (*ovarium*) disebut pembuahan (*fertilisasi*). Selanjutnya, bakal buah akan membesar dan berkembang menjadi buah, seiring dengan pembentukan biji, menghasilkan buah yang *fertil* (berbiji).[38]

Beberapa jenis tumbuhan mampu membentuk buah tanpa melalui proses penyerbukan dan pembuahan. Buah yang terbentuk tanpa penyerbukan dan pembuahan disebut buah *partenokarpi*. Biasanya, buah *partenokarpi* ini tidak memiliki biji (*seedless*) karena tidak melalui pembuahan. *Partenokarpi* kurang menguntungkan bagi program produksi benih atau biji, tetapi lebih bermanfaat untuk peningkatan kualitas dan produktivitas buah, terutama pada tanaman komersial (hortikultura). Sebagai contoh, pada terung, *partenokarpi* dapat meningkatkan kualitas buah, sedangkan pada *Actinidia*, dapat meningkatkan produktivitas buah tanpa memerlukan bantuan serangga penyerbuk (*polinator*).[39]

Untuk memahami bagaimana bermacam-macam buah terbenam, penting untuk mempelajari struktur bunga. Ini karena pada beberapa buah, khususnya buah tunggal yang berasal dari bakal buah tenggelam, bagian-bagian bunga yang lain (seperti tabung perhiasan bunga, kelopak, mahkota, atau benangsari) kadang-kadang bersatu dengan bakal buah dan membentuk buah. Jika bagian-bagian ini merupakan bagian utama dari buah, maka buah itu disebut buah semu.[40]

---

[36] **"**Buah**,"** Ensiklopedia Dunia, Universitas Sains dan Teknologi Komputer, diakses 1 Agustus 2024, https://p2k.stekom.ac.id/ensiklopedia/Buah#cite_note-:0-3.

[37] Reny Dwi Riastuti dan Yuli Febriani, "*Morfologi Tumbuhan Berbasis Lingkaran*," (Malang: Ahlimedia Press, 2020), h. 107-108.

[38] Oman Karmana, "*Biologi,"* (Jakarta: Grasindo Media Pratama, 2008), cet, 1, h. 13.

[39] Oman Karmana, "*Biologi,"* (Jakarta: Grasindo Media Pratama, 2008), cet, 1, h. 13

[40] James D. Mauseth, "*Botany: An Introduction to Plant Biology*," h. 271-72.

C. Macam-macam Buah

Buah-buahan memiliki banyak variasi, sehingga sulit untuk membuat skema pengelompokan yang mencakup semua jenis buah yang dikenal. Selain itu, sering terjadi kesalahan dalam membedakan antara biji dan buah. Buah terbentuk dari perkembangan bakal buah setelah pembuahan terjadi pada bunga. Pada tumbuhan, buah dapat dibedakan menjadi dua jenis, yaitu buah sejati dan buah semu. Baik buah sejati maupun buah semu, dapat dikelompokkan berdasarkan tiga tipe dasar, yaitu buah tunggal, buah ganda, dan buah majemuk. Selain dari itu buah juga memiliki jenis-jenis berdasarkan musim, buah jenis ini dibagi menjadi dua kelompok yaitu, buaht ropis dan buah subtropis. Berikut adalah penjelasannya:[41]

1. Buah Sejati

Buah sejati adalah buah yang terbentuk dari bakal buah, di mana seluruh jaringannya berasal dari bakal buah tersebut. Contohnya termasuk mangga, alpukat, semangka, dan pepaya.[42] Karena buah ini biasanya tidak ditutupi oleh bagian lain, maka disebut sebagai buah telanjang (*fructus nudus*).[43] Dalam hal ini buah sejati di golongkan menjadi tiga golongan yaitu, buah sejati tunggal, buah sejadi ganda dan buah sejati majemuk.[44]

a. Buah Sejati Tunggal

Buah sejati tunggal adalah buah sejati yang berasal dari satu bunga dengan satu bakal buah.[45] Buah sejati tunggal terbentuk dari satu bunga yang memiliki satu bakal buah, seperti pada buah mangga (*Mangifera indica*).[46] Buah sejati tunggal ini dihasilkan dari satu bunga dengan satu bakal buah yang dapat berisi satu atau lebih biji.[47] Buah sejati tunggal dapat dibedakan menjadi dua jenis: buah sejati tunggal kering dan buah sejati berdaging.[48]

---

[41] Mucharommah Sartika Ami dan Anggi Indah Yuliana, "*Makanan Tradisional Sebagai Media Pembelajaran Struktur Tumbuhan,"* (Jombang: LPPM Universitas KH. A. Wahab Hasbullah, 2024), h. 21.

[42] Mikrajuddin Abdullah, "*IPA Terpadu SMP dan MTS,"* (Jakarta: Penerbit Erlangga, 2007), h. 170.

[43] Reny Dwi Riastuti dan Yuli Febriani, "*Morfologi Tumbuhan Berbasis Lingkaran,"* (Jakarta: Penerbit, Tahun), h. 112.

[44] Ade Widya Muslimawati, dkk., "Keanekaragaman Jenis Tumbuhan Angiospermae Kelas Magnoliopsida (Dicotyledoneae)," *Jejak*, h. 17.

[45] Sekar Jati Pamungkas dan Muhammad Radian Nur Alamsyah, "*Keanekaragaman Zingiberaceae & Rutaceae di Kebun Sidotopo,"* (Magelang: Pustaka Rumah C1nta, 2021), h. 137.

[46] Mucharommah Sartika Ami dan Anggi Indah Yuliana, "*Makanan Tradisional Sebagai Media Pembelajaran Struktur Tumbuhan*," h. 21.

[47] Jumanta dkk LingkarKata, "*Buku Pintar Tumbuhan,"* (Jakarta: PT Elex Media Komputerindo, 2019), 14.

[48] Sekar Jati Pamungkas dan Muhammad Radian Nur Alamsyah, "*Keanekaragaman Zingiberaceae & Rutaceae di Kebun Sidotopo*," h. 137.

1) Buah sejati tunggal kering atau *siccus* dalam bahasa Latin, adalah buah sejati tunggal di mana kulit luarnya mengeras, mengayu, dan menipis saat matang.[49] Buah ini terdiri dari berbagai jenis, termasuk padi atau *caryopsis*, yaitu, *caryopsis* adalah jenis buah kering yang tidak pecah saat matang, berbiji tunggal, dan berukuran kecil, kulit bijinya tipis dan menempel erat pada dinding buah, seperti pada padi. Kurung atau *achenium* adalah buah yang berasal dari *ovarium* majemuk dengan biji tunggal, tidak pecah saat matang, memiliki dinding buah yang tipis, dan berdekatan dengan kulit biji tanpa menyatu. Keras atau *nux*, adalah jenis buah di mana dinding buah yang kaku atau keras menyatu menjadi satu dengan kulitnya. Bersayap, atau *samara*, adalah jenis buah keras yang memiliki tambahan berupa sayap pada kulitnya, memungkinkan buah terbang saat tertiup angin. Berbelah atau *schizocarpium*, adalah buah yang saat matang terbagi menurut jari-jari menjadi dua ruang atau lebih, dengan masing-masing ruang berisi satu biji dan tidak dapat membelah lebih lanjut. Kendaga atau *schizocarp* dalam bahasa Inggris dan *rhegma* dalam bahasa Latin, adalah jenis buah kering yang saat matang pecah mengikuti jari-jari menjadi dua ruang atau lebih. Setiap ruang berisi banyak biji dan dapat membelah sendiri, contohnya adalah beberapa buah dari keluarga *Malvaceae*.[50]

   Buah kotak adalah, jenis buah yang terdiri dari lebih dari satu daun buah, biasanya pecah saat matang, dan berisi lebih dari satu biji. Buah kotak mencakup jenis-jenis seperti buah bumbung, atau *folikel* (*foliculus* dalam bahasa Latin), adalah buah kering yang pecah di sepanjang satu jahitan dan berasal dari sehelai daun buah. Contohnya adalah buah widuri (*Catharanthus roseus*). Polong atau *legume*, terbentuk dari satu daun buah dan memiliki satu ruang atau lebih, contohnya adalah buah orok-orok (*Crotalaria sp*).[51] Lobak atau *silique*, dalam bahasa Inggris, adalah buah kering yang berasal dari dua daun buah dan pecah pada kedua jahitannya. Berbeda dengan polong, lobak pecah mulai dari pangkal, dan biji-bijinya tetap melekat pada sekat semu yang membagi buah menjadi dua ruang. Dan buah kotak sejati atau *capsule*, (dalam bahasa Latin), adalah buah yang berasal dari dua daun buah atau lebih, dengan jumlah ruang sesuai dengan jumlah daun buahnya. Saat matang, kapsul akan pecah sehingga biji-bijinya dapat keluar.[52]

2) Buah sejati tunggal berdaging adalah jenis buah yang berkembang dari satu bunga dan satu bakal buah, yang menghasilkan satu buah utuh. Buah ini berasal dari ovarium tunggal yang berdaging dan tidak pecah ketika matang. Contoh yang sering ditemukan termasuk buah seperti ceri, persik, dan tomat. Buah sejati tunggal berdaging memiliki struktur sederhana yang memfasilitasi penyebaran biji secara alami, di mana daging buah berfungsi melindungi biji hingga siap

---

[49] Tim Penyusun Kamus PS, "*Kamus Pertanian Umum*," cet. 1 (Jakarta: Penebar Swadaya, 2013), h. 88.

[50] Tim Penyusun Kamus PS, "*Kamus Pertanian Umum*," cet. 1, h. 87.

[51] Reny Dwi Riastuti dan Yuli Febriani, "*Morfologi Tumbuhan Berbasis Lingkaran*," hlm. 119

[52] Tim Penyusun Kamus PS, "*Kamus Pertanian Umum*," cet. 1, h. 87.

untuk disebarkan. Dalam terminologi botani, buah ini disebut sebagai *drupe* atau *bacca*, tergantung pada karakteristik spesifiknya.[53]

Pada spesies *drupe*, seperti ceri, buah terdiri dari lapisan luar berdaging yang disebut *eksokarp*, *mesokarp* berdaging, dan *endokarp* keras yang melindungi biji. Contoh lainnya adalah buah tomat, yang merupakan *bacca*, di mana semua lapisan buah tetap berdaging hingga bagian dalamnya.[54] Jeruk atau *hesperidium*, delima.[55] Batu, atau *pome* atau *drupa* dalam bahasa Latin, adalah jenis buah tunggal berdaging yang dindingnya terdiri dari tiga lapisan: kulit bagian luar, daging bagian tengah, dan lapisan keras seperti batu di dalamnya yang membungkus biji. Contoh buah ini adalah mangga. Apel, atau *pomum* dalam bahasa Latin, adalah buah yang mirip dengan buah batu, dengan kulit dalam yang tipis namun cukup kuat seperti kulit, serta kulit tengah yang tebal, lunak, dan berair, yang biasanya dapat dimakan.[56]

b. Buah Sejati Ganda

Ganda, atau *aggregate fruit* dalam bahasa Inggris, adalah buah yang berasal dari satu bunga dengan banyak bakal buah yang masing-masing berkembang menjadi buah terpisah, namun semuanya berkumpul di satu tangkai. Contohnya adalah buah srikaya. Buah sejati ganda dapat dibagi menjadi beberapa jenis, yaitu buah sejati kurung ganda, buah batu ganda, buah bumbung ganda, dan buah *buni* ganda.[57]

Buah sejati ganda adalah buah yang berasal dari satu bunga dengan banyak bakal buah terpisah, yang masing-masing berkembang menjadi buah sejati tetapi tetap berkumpul di satu tangkai. Buah sejati ganda dapat dibedakan menjadi beberapa jenis, yaitu: buah kurung ganda, seperti pada mawar (*Rosa hybrida Hort.*), buah batu ganda, seperti pada *rubus* (*Rubus fraxinifolius Poir*.), buah *bumbung* ganda, seperti pada cempaka (*Michelia champaka L*.), dan buah *buni* ganda, seperti pada srikaya (*Annona squamosa L*.).[58]

c. Buah Sejati Majemuk

Buah sejati majemuk adalah buah yang berasal dari bunga majemuk, di mana setiap bunga mendukung satu bakal buah. Namun, setelah menjadi buah, semuanya tetap berkumpul sehingga tampak seperti satu buah.[59] Buah sejati majemuk adalah buah sejati yang tumbuh dari bunga majemuk. Buah sejati majemuk dapat

---

[53] Adrian D. Bell, *Plant Form: An Illustrated Guide to Flowering Plant Morphology* (New York: Oxford University Press, 2008), h. 94.

[54] Geoffrey A. Goodall, "Morphological Characteristics of Drupe and Bacca Fruits," *Journal of Botanical Research*, vol. 42, no. 2 (2015), h. 201-215.

[55] Dewi Nur Halimah, "*Buku Pendalaman Materi (BUPERI) Ilmu Pengetahuan Alam: SMP/MTS,"* (Magelang: Pustaka Rumah C1nta, 2020), h. 139.

[56] Tim Penyusun Kamus PS, "*Kamus Pertanian Umum*," cet. 1, h. 86-87.

[57] Sekar Jati Pamungkas dan Muhammad Radian Nur Alamsyah, *"Keanekaragaman Zingiberaceae & Rutaceae di Kebun Sidotopo,"* h. 138.

[58] Hasanuddin, dkk., "*Anatomi Tumbuhan,"* (Aceh: Syiah Kuala University Press, 2017), cet. 1., h. 199.

[59] Reny Dwi Riastuti dan Yuli Febriani, "*Morfologi Tumbuhan Berbasis Lingkaran*," h. 114.

digolongkan menjadi buah buni majemuk, buah batu majemuk, dan buah kurung majemuk. Tanaman *Rutaceae* memiliki buah yang tergolong dalam buah sejati yang terbentuk dari bunga, sedangkan tanaman *Zingiberaceae* tidak memiliki buah.[60]

Buah sejati majemuk terbentuk dari bunga majemuk, sehingga merupakan kumpulan beberapa buah yang masing-masing berasal dari satu bunga. Kadang-kadang, buah majemuk terlihat seperti satu buah. Buah sejati majemuk dibedakan menjadi: buah buni majemuk, seperti pada nenas (*Ananas comosus Merr*.), buah batu majemuk, seperti pada pandan (*Pandanus tectorius Sol*.), dan buah kurung majemuk, seperti pada bunga matahari (*Helianthus annuus L*.).[61]

2. Buah Semu

Semu, atau buah tertutup, dalam bahasa Latin disebut *fructus spurius* atau *fructus inclusus*, adalah buah yang terbentuk dari bakal buah serta bagian-bagian bunga yang menjadi bagian utama dari buah tersebut. Biasanya, bagian buah yang sesungguhnya tersembunyi di dalamnya dan seringkali merupakan bagian yang dapat dimakan.[62]

Buah semu adalah buah yang terbentuk dari bakal buah serta bagian lain dari bunga. Contoh buah semu adalah arbei, apel, nangka, dan jambu mete.[63] Terkadang, bagian-bagian bunga tidak gugur, melainkan ikut tumbuh dan tetap ada pada buah, meskipun bukan merupakan bagian penting dari buah tersebut.[64]

Buah semu terbentuk dari bakal buah dan bagian-bagian lain dari bunga, di mana bagian-bagian bunga tersebut seringkali mendominasi pembentukan buah, sementara bakal buahnya sendiri kurang berkembang. Contohnya termasuk tangkai bunga, kelopak, tenda bunga, dasar bunga, dan dasar bunga yang menyatu. Bagian-bagian ini seringkali bisa dimakan. Buah semu dapat dikategorikan menjadi beberapa jenis, yaitu buah semu tunggal, semu ganda, semu majemuk, *sorosis* dan *syconous*.[65]

a. Buah Semu Tunggal

Buah semu tunggal berasal dari satu bunga dengan satu bakal buah.[66] Contohnya termasuk apel, jambu monyet (*Anacardium occidentale L*.) dan ciplukan (*Physalis minima L*.).[67]

b. Buah Semu Ganda

Buah semu yang berasal dari satu bunga dengan banyak bakal buah terpisah, yang masing-masing berkembang menjadi buah, namun juga disertai dengan bagian-

---

[60] Sekar Jati Pamungkas dan Muhammad Radian Nur Alamsyah, "*Keanekaragaman Zingiberaceae & Rutaceae di Kebun Sidotopo*," hl. 138.

[61] Hasanuddin, dkk., "*Anatomi Tumbuhan*," cet. 1, h. 199.

[62] Tim Penyusun Kamus PS, "*Kamus Pertanian Umum*," cet. 1, h. 88.

[63] Mikrajuddin Abdullah, "*IPA Terpadu SMP dan MTS,"* (Jakarta: Penerbit Erlangga, 2007), h. 170.

[64] Reny Dwi Riastuti dan Yuli Febriani, "*Morfologi Tumbuhan Berbasis Lingkaran*," h. 108.

[65] [65] Dewi Nur Halimah, "*Buku Pendalaman Materi (BUPERI) Ilmu Pengetahuan Alam: SMP/MTS*," h. 139-140.

[66] Hasanuddin, dkk., "*Anatomi Tumbuhan*," cet. 1, h. 197.

[67] Jumanta dkk LingkarKata, "*Buku Pintar Tumbuhan*," h. 15.

bagian bunga lainnya. Contoh tumbuhan dengan buah semu ganda stroberi dan arbei (*Fragaria vesca*).[68]

c. Buah Semu Majemuk

Buah semu yang berasal dari bunga majemuk biasanya tampak sebagai satu buah utuh. Biasanya tampak sebagai satu kesatuan karena setiap buah kecil berkumpul menjadi satu. Tangkai bunga membesar, sementara tenda bunga menempel dan menjadi bagian dari kulit buah.[69] Buah semu majemuk mencakup contoh seperti nangka (*Artocarpus integra Merr*.), keluwih (*Artocarpus communis Forst*), dan buah beringin (*Ficus benjamina L*.).[70] Sedangkan buah semu *sorosis* dapat ditemukan pada mengkudu, sementara contoh buah semu *syconous* adalah *Ficus*.[71]

3. Buah Tropis

Buah-buahan tropis memerlukan suhu tinggi (lebih dari 25° C) untuk tumbuh dan berbuah. Di Indonesia, kondisi ini hanya terdapat di dataran rendah dan sekitar garis khatulistiwa (*ekuator*). Contoh buah yang termasuk dalam kelompok buah tropis adalah durian, rambutan, salak, manggis, duku, dan mangga.[72] Buah-buahan tropis dianggap sebagai komoditas *eksotis* oleh masyarakat yang tinggal di negara-negara subtropis. Meskipun volumenya masih sangat kecil, Indonesia juga mengekspor beberapa komoditas buah tropis ini.[73]

Buah-buahan tropis di Indonesia bisa bersifat semusim atau dua musim (*annual*) dan tahunan (*perennial*). Namun, buah-buahan tahunan lebih dominan. Biasanya, tanaman buah tahunan berbuah tergantung pada musim atau kondisi iklim. Musim panen biasanya terjadi pada musim hujan setelah kemarau panjang. Selama musim kemarau, jarang ada tanaman buah tahunan yang berbuah lebat. Ini menyebabkan adanya musim panen buah raya, musim panen buah kecil atau susulan, dan musim tanpa panen buah (*paceklik*). Akibatnya, saat panen buah raya, buah melimpah (seperti mangga, durian, rambutan) hingga harganya turun. Pada musim *paceklik*, tidak ada buah di pasar sehingga jika ada, harganya melonjak. Musim kemarau menyebabkan iklim kering, sementara musim hujan menghasilkan iklim basah atau lembab. Akibat pergantian dua musim di negara tropis, terdapat buah-buahan musiman dan non-musiman. Durian, rambutan, dan duku adalah contoh buah-buahan musiman, sedangkan pepaya, belimbing, dan pisang adalah contoh buah-buahan yang tidak dipengaruhi oleh musim.[74]

---

[68] Jumanta dkk LingkarKata, "*Buku Pintar Tumbuhan*," h. 15.

[69] Dewi Nur Halimah, "*Buku Pendalaman Materi (BUPERI) Ilmu Pengetahuan Alam: SMP/MTS*," h. 140.

[70] Jumanta dkk LingkarKata, "*Buku Pintar Tumbuhan*," h. 15.

[71] Dewi Nur Halimah, "*Buku Pendalaman Materi (BUPERI) Ilmu Pengetahuan Alam: SMP/MTS*," h. 140.

[72] Hendro Sunarjono, "*Berkebun 21 Jenis Tanaman Buah,"* (Depok: Penerbit Swadaya, 2008), h. 7.

[73] Erni Sofia Murtini, dkk., "*Teknologi Pengolahan Buah Tropis Indonesia,"* (Malang: UB Press, 2022), cet. 1, h. 3-4.

[74] Hendro Sunarjono, "*Berkebun 21 Jenis Tanaman Buah*," h. 7.

4. Buah Subtropis

Buah-buahan subtropis membutuhkan suhu rendah (kurang dari 21° C) untuk dapat tumbuh dan berbuah. Di Indonesia, kondisi ini hanya ditemukan di dataran tinggi dengan ketinggian lebih dari 1.000 meter di atas permukaan laut (dpl). Buah yang termasuk dalam kelompok ini meliputi apel, pir, persik, kiwi, arbei, dan markisa. Negara-negara subtropis mengalami empat musim dalam setahun (musim panas, gugur, dingin, dan semi), sedangkan negara-negara tropis hanya memiliki dua musim (musim hujan dan kemarau/kering).[75]

Perdagangan buah di pasar internasional masih didominasi oleh buah-buahan dari subtropis, sementara buah-buahan tropis hanya menyumbang kurang dari 5%. Oleh karena itu, diperlukan upaya untuk meningkatkan pengembangan buah tropis. Di Indonesia, terdapat ribuan jenis buah, dengan 64 di antaranya menjadi andalan daerah tropis. Ini bisa menjadi promosi untuk negara-negara subtropis yang menyukai konsumsi buah-buahan tropis.[76]

D. Definisi Biji Pada Buah

Biji adalah bagian yang berasal dari bakal biji dan mengandung calon individu baru, yaitu embrio.[77] Embrio terbentuk setelah terjadi penyerbukan atau persarian yang diikuti oleh pembuahan. Biji (dalam bahasa Latin disebut *semen*) adalah bakal biji (*ovulum*) dari tumbuhan berbunga yang sudah matang. Dari sudut pandang evolusi, biji adalah *embrio* atau tumbuhan kecil yang termodifikasi agar dapat bertahan lebih lama dalam kondisi yang kurang sesuai untuk pertumbuhan.[78]

Setelah penyerbukan diikuti oleh pembuahan, bakal buah berkembang menjadi buah, sementara bakal biji berkembang menjadi biji. Pada tumbuhan biji (*Spermatophyta*), biji merupakan alat perkembangbiakan utama karena mengandung calon tumbuhan baru (*embryo*). Dengan adanya biji, tumbuhan dapat mempertahankan jenisnya dan menyebar ke lokasi lain. Awalnya, biji terhubung pada suatu tangkai yang keluar dari papan biji atau tembuni (*placenta*). Tangkai pendukung biji ini disebut tali pusar (*funiculus*), dan tempat pelekatan tali pusar disebut pusar biji (*hilus*). Setelah biji matang, tali pusar biasanya putus, menyebabkan biji terlepas dari tembuni. Berkas tali pusar seringkali terlihat jelas pada biji. Kadang-kadang, tali pusar juga tumbuh dan berubah menjadi salut atau selaput biji (*arilus*). Bagian ini bisa berupa selubung biji yang lengkap atau hanya menutupi sebagian biji.[79]

Biji memiliki berbagai bentuk, seperti ginjal, menyudut, bulat, memanjang, bundar telur, dan lain-lain. Genjer dengan biji yang menyerupai ladam dan senggani memiliki bentuk biji yang berbeda yakni mempunyai bentuk biji seperti rumah siput. Kulit luar biji memiliki berbagai permukaan, termasuk yang halus, kasar, berkutil,

---

[75] Hendro Sunarjono, "*Berkebun 21 Jenis Tanaman Buah*," h. 7-8.

[76] F. Rahadi, "*Agribisnis Tanaman Buah*," edisi. Revisi (Jakarta: Penebar Swadaya, 2007), h. 7.

[77] Endang Ariati Murwani, "*Botani Farmasi,"* (Yogyakarta: PT Kanisius, 2017), h. 40.

[78] Rinawati, "*Buku IPA Terpadu: Ilmu Pengetahuan Alam,"* (Magelang: Pustaka Rumah C1nta, 2021), h. 81.

[79] Reny Dwi Riastuti dan Yuli Febriani, "*Morfologi Tumbuhan Berbasis Lingkaran*," h. 120-121.

berduri, dan sebagainya. Ini dapat ditemukan pada gulma.[80] Biji pada umumnya dapat dibedakan menjadi tiga macam bagian yaitu, Kulit biji (*spermadermis*), tali pusar (*funiculus*), dan inti biji (*nucleus seminis*).

1. Kulit Biji (*Spermadermis*)

Biji terdiri dari kulit biji (*spermoderm* atau *testa*), yang biasanya berasal dari *integumen* luar dan dalam. Di bagian dalam biji, mungkin terdapat *perisperm*, yang berasal dari *nuselus* dan berfungsi sebagai jaringan cadangan makanan. Namun, tidak semua biji mengembangkan *perisperm*. Selain itu, ada *endosperm* yang berkembang dari pembelahan sel setelah *fusi tripel* antara inti sperma II dan inti-inti kutub (bersifat *triploid*). Dalam beberapa kasus, *endosperm* mungkin tidak berkembang jika *perisperm* berfungsi sebagai tempat cadangan makanan.[81]

Pada tumbuhan *Angiospermae* (tumbuhan berbiji tertutup), biji memiliki dua lapisan utama yaitu, kulit luar (*testa*) dan kulit dalam (*tegmen*). Kulit luar biasanya tipis namun keras, sementara kulit dalam tipis seperti selaput dan sering disebut kulit ari. Pada tumbuhan *Gymnospermae* (tumbuhan berbiji terbuka), biji memiliki tiga lapisan yaitu, lapisan luar (*sarcotesta*), lapisan tengah (*sclerotesta*), dan lapisan dalam (*endotesta*). Lapisan luar adalah lapisan tebal dan berdaging. Lapisan tengah adalah lapisan yang kuat, keras, dan berkayu. Sedangkan lapisan dalam tipis seperti selaput. Contoh dari jenis biji ini adalah biji melinjo (*Gnetum gnemon*).[82] Selain kedua lapisan ini, sering ditemukan bagian tambahan pada kulit biji, seperti sayap pada biji kelor (*Moringa oleifera*) dan bulu halus pada biji kapas (*Gossypium sp*.).[83]

2. Tali Pusar (*Funiculus*)

Tali pusar (*funiculus*) merupakan bagian yang menghubungkan biji dengan tembuni atau disebut dengan tangkai biji. Jika biji telah masak, biasanya biji terlepas dari tali pusarnya, sehingga pada biji hanya nampak bekasnya saja yang dikenal sebagai pusar biji (hilus), seperti pada kacang merah (*phaseolus vulgaris L*.).[84]

3. Inti Biji (*Nucleus Seminis*).

Inti biji (*nucleus seminis*) adalah seluruh bagian biji yang berada di dalam kulit ari. Inti biji terdiri dari lembaga (*embrio*) yang merupakan calon tumbuhan baru dan *endosperm* sebagai cadangan makanan. Namun, tidak semua biji memiliki *endosperm*, pada tumbuhan dari keluarga *Leguminoceae* (polongan), cadangan makanan disimpan dalam daun lembaga (*cotyledon*). Daun lembaga ini adalah daun pertama yang muncul pada tumbuhan yang baru tumbuh.[85]

Lembaga di dalam biji memiliki bagian-bagian seperti akar lembaga (*radicula*), daun lembaga (*cotyledon*), dan batang lembaga (*caulicula*). *Endosperm* dapat

---

[80] Dewi Nur Halimah, "*Buku Pendalaman Materi (BUPERI) Ilmu Pengetahuan Alam: SMP/MTS*," h. 141.

[81] Hasanuddin, dkk., "*Anatomi Tumbuhan*", cet. 1, h. 202.

[82] Mucharommah Sartika Ami dan Anggi Indah Yuliana, "*Makanan Tradisional Sebagai Media Pembelajaran Struktur Tumbuhan*," h. 22.

[83] Mikrajuddin Abdullah, dkk., "*IPA Terpadu SMP dan MTS*," h. 171.

[84] Reny Dwi Riastuti dan Yuli Febriani, "*Morfologi Tumbuhan Berbasis Lingkaran*," h. 121.

[85] Mikrajuddin Abdullah, dkk., "*IPA Terpadu SMP dan MTS*," h. 171.

dibedakan menjadi dua jenis berdasarkan asal jaringannya yaitu, *endosperm* yang terbentuk dari pembuahan inti kandung lembaga *sekunder* dan inti *generatif*, dan *perisperma*, yang berasal dari jaringan selain kandung lembaga. Ada dua tipe perkecambahan biji, yaitu *epigeal* dan *hipogeal*. Perkecambahan *epigeal* terjadi ketika ruas batang di bawah daun lembaga memanjang, mengangkat daun lembaga ke atas hingga muncul di permukaan tanah. Contoh tumbuhan dengan perkecambahan *epigeal* adalah kacang hijau (*Vigna radiata*). Sebaliknya, perkecambahan *hipogeal* terjadi ketika daun lembaga tetap berada di dalam kulit biji dan tetap di bawah tanah. Contoh tumbuhan dengan perkecambahan *hipogeal* adalah kacang kapri (*Pisum sativum*). [86]

Tumbuhan *monokotil* memiliki satu daun lembaga, berkeping satu, terdapat *endosperma*, dan makanan untuk pertumbuhan *embrio* di peroleh dari *endosperma*. Sementara tumbuhan *dikotil* memiliki dua daun lembaga, berkeping dua, tidak ada *endosperma*, dan makanan untuk pertumbuhan *embrio* di peroleh dari *cotyledon*.[87]

E. Proses Peyebaran Biji Pada Buah-buahan

Pernahkah kamu melihat tumbuhan yang anaknya tumbuh jauh dari tempat tumbuh induknya? Hal ini disebabkan oleh proses penyebaran biji. Setelah pembuahan, bakal biji berkembang menjadi biji. Pada tumbuhan *Angiospermae*, biji ini dilindungi oleh buah yang berkembang dari bakal buah (*ovarium*). Buah dapat membantu dalam penyebaran biji. Penyebaran biji jauh dari induk meningkatkan peluang biji untuk tumbuh dan berkembang dengan baik menjadi individu baru. Biji yang tumbuh dekat dengan induknya harus bersaing dengan induk untuk mendapatkan cahaya, air, dan nutrisi.[88]

Keberhasilan suatu tumbuhan hidup bergantung pada kemampuannya menemukan tanah yang subur. Biji yang jatuh di tempat subur akan berkecambah dan berkembang menjadi individu baru. Berikut penjelasan tentang proses penyebaran biji (*dispersal*). Berdasarkan luas daerah penyebarannya, *dispersal* terbagi menjadi dua yaitu *kosmopolit* dan *endemik*. *Kosmopolit* adalah, penyebaran biji yang terjadi secara luas, contohnya pada rumput-rumputan dan lumut. Sedangkan *endemic* adalah penyebaran biji yang terjadi di daerah yang sempit, sehingga tumbuhan hanya ditemukan di daerah asalnya, contohnya bunga rafflesia. Kemudian, ada banyak bahan perantara yang dapat membantu tanaman dalam menyebarkan biji. Proses penyebaran biji bisa terjadi secara alami atau dengan bantuan manusia. Berikut ini akan dibahas berbagai cara penyebaran biji serta istilah untuk masing-masing perantara.[89]

---

[86] Mucharommah Sartika Ami dan Anggi Indah Yuliana, "*Makanan Tradisional Sebagai Media Pembelajaran Struktur Tumbuhan*," h. 23.

[87] Rinawati, "*Buku IPA Terpadu: Ilmu Pengetahuan Alam*," h. 82.

[88] Mafrur Udhif Nofaizzi dan Tenia Kurniawati, "*Modul Pembelajaran Ilmu Pengetahuan Alam,"* (Malang: Ahlimedia Press, 2020), cet. 1, h. 34.

[89] Dewi Keumalasari, "*Raih KSN Biologi,"* (Jakarta: PT Gramedia Widiasarana Indonesia, 2021), h. 182.

1. *Anemokori*

Proses penyebaran biji dengan bantuan angin disebut *anemokori* (*anemo*-angin *kori*- pemencaran).[90] Tumbuhan yang bijinya menyebar dengan cara ini memiliki ciri biji yang kecil, ringan, dan bersayap. Contoh tumbuhan yang bijinya tersebar melalui *anemokori* adalah bunga Dandelion. Biji yang ringan dan kecil tidak terlalu dipengaruhi oleh gaya gravitasi bumi. Adanya sayap pada biji membantu biji mudah terbawa angin, dan arah gerak biji mengikuti arah angin.[91]

2. *Hidrokori*

Hidrokori (*hidro*: air, *kori*: pemencaran) adalah pemencaran biji dengan bantuan air. Biji yang tersebar melalui *hidrokori* biasanya memiliki selaput tebal (terdiri dari tiga lapisan: *exocarp*, *mesocarp*, dan *endocarp*) dan dapat mengapung.[92]

Tumbuhan yang penyebarannya menggunakan metode ini biasanya hidup di dekat daerah perairan, seperti di pantai atau di air, contohnya pohon kelapa, teratai dan bakau. Biji kelapa termasuk biji tumbuhan yang berukuran besar, dengan diameter mencapai 15 cm. Biji kelapa dilindungi oleh buah yang terdiri dari tempurung, sabut, dan kulit kelapa. Meskipun ukurannya besar, buah dan biji kelapa dapat mengapung di air dan mengikuti arus. Kemampuan kelapa untuk mengapung disebabkan oleh sabut buahnya yang memiliki banyak rongga udara, yang berfungsi seperti pelampung saat berada di air.[93]

3. *Zookori*

Proses penyebaran biji yang dibantu oleh hewan disebut *zookori* (*zoo*-hewan, *kori*-pemencaran). Terdapat empat jenis utama dari penyebaran ini yaitu, *entomokori*, *kiropterokori*, *ornitokori*, dan *mammokori*.

1) *Entomokori* (*entomo*: serangga, *kori*: pemencaran) adalah penyebaran biji dengan bantuan serangga. Buahnya mengandung asam lemak, asam amino, dan gula. Misalnya, semut memanfaatkan zat-zat ini untuk nutrisi larvanya atau seperti wijen dan tembakau. Biji yang keras akan tertinggal di dalam tanah dan berkecambah.[94]
2) *Kiropterokori* adalah penyebaran biji dengan bantuan kelelawar, contohnya jambu biji dan pepaya.[95]
3) *Ornitokori* (*ornito*: burung, *kori*: pemencaran) adalah penyebaran biji dengan bantuan burung. Buahnya berdaging dan berukuran kecil.[96] Tanaman yang menggunakan metode ini memiliki buah yang dimakan oleh burung, tetapi bijinya tidak dicerna dan keluar bersama kotoran burung, seperti beringin dan benalu.

---

[90] Dewi Keumalasari, "*Raih KSN Biologi*," h. 182.

[91] Mafrur Udhif Nofaizzi dan Tenia Kurniawati, "*Modul Pembelajaran Ilmu Pengetahuan Alam*," cet. 1, h. 34.

[92] Dewi Keumalasari, "*Raih KSN Biologi*," h. 182.

[93] Mafrur Udhif Nofaizzi dan Tenia Kurniawati, "*Modul Pembelajaran Ilmu Pengetahuan Alam*," cet. 1, hlm. 35.

[94] Dewi Keumalasari, "*Raih KSN Biologi*," h. 182.

[95] Mafrur Udhif Nofaizzi dan Tenia Kurniawati, "*Modul Pembelajaran Ilmu Pengetahuan Alam*," cet. 1, h. 35.

[96] Dewi Keumalasari, "*Raih KSN Biologi*," h. 182.

4) *Mammokori* adalah penyebaran biji dengan bantuan mamalia, misalnya biji kopi yang disebarkan oleh hewan luwak.[97]

4. *Antropokori*

Proses penyebaran biji dengan bantuan manusia disebut *antropokori* (*antro*-manusia, *kori*-penyebaran). Penyebaran ini bisa terjadi secara sengaja maupun tidak sengaja. Penyebaran biji yang tidak disengaja oleh manusia biasanya terjadi ketika biji tersebut memiliki struktur yang mudah menempel pada pakaian, seperti pada rumput. Di sisi lain, penyebaran yang disengaja sering dilakukan dalam bidang pertanian, contohnya saat menanam padi, jagung, dan tanaman lainnya.[98]

F. Kandungan Yang Ada Pada Buah

Secara umum, semua buah mengandung nutrisi penting untuk tubuh, sehingga manfaatnya bagi kesehatan sangat jelas dan tak boleh diabaikan.[99] Tidak mengherankan jika para ahli kesehatan merekomendasikan konsumsi buah setiap hari. Buah-buahan dikenal sebagai makanan sehat karena kaya akan vitamin A, B, C, D, E, dan K, yang penting untuk pertumbuhan dan daya tahan tubuh. Tanpa vitamin, organ tubuh tidak dapat berfungsi dengan optimal. Vitamin membantu membentuk daya tahan tubuh, menjaga kesehatan, dan mencegah penyakit.[100] Berikut adalah penjelasan tentang buah-buahan yang mengandung vitamin dan mineral penting untuk tubuh.

1. Air

Memastikan tubuh tetap terhidrasi penting untuk kesehatan pencernaan, metabolisme, kinerja otak, dan fungsi sel. Selain air putih, buah-buahan juga membantu menjaga hidrasi.[101] Salah satu buah lokal yang kaya akan air adalah semangka, yang mengandung hingga 92% air.[102]

2. Vitamin dan Mineral

Buah-buahan kaya akan berbagai vitamin seperti A, B, B12, C, D, E, dan K, dengan banyak buah mengandung vitamin C dan E. Selain itu, buah juga mengandung mineral seperti kalsium, zinc, dan mangan. Vitamin dan mineral berperan penting

---

[97] Mafrur Udhif Nofaizzi dan Tenia Kurniawati, "*Modul Pembelajaran Ilmu Pengetahuan Alam*," cet. 1, h. 35.

[98] Mafrur Udhif Nofaizzi dan Tenia Kurniawati, "*Modul Pembelajaran Ilmu Pengetahuan Alam*," cet. 1, h. 36.

[99] Ali Khomsah dan Faisal Anwar, "*Sehat Itu Mudah, Wujudkan Hidup Sehat Dengan Makanan Tepat,"* (Jakarta: Hikmah PT Mizan Publika, 2008), h. 6.

[100] Lia Amalia, dan Febriani Hiola. "Analisis Gejala Klinis dan Peningkatan Kekebalan Tubuh untuk Mencegah Penyakit COVID-19." *Jambura Journal of Health Sciences and Research* 2, no. 2 (2020), h. 73-74.

[101] Emi Yuliza, dan Solehudin Solehudin, "Infused Water Mentimun Untuk Menurunkan Hipertensi," *Sahabat Sosial: Jurnal Pengabdian Masyarakat* 2, no. 2 (2024), h. 168.

[102] Tri Ferga Prasetyo, "Implementasi Alat Pendeteksi Kadar Air pada Bahan Pangan Berbasis Internet of Things," *Smartics Journal* 5, no. 2 (2019), h. 94.

dalam metabolisme sel tubuh. Kekurangan vitamin dan mineral dapat menghambat metabolisme dan berdampak negatif pada kesehatan tubuh.[103]

1) Vitamin A, berguna untuk pemeliharaan kesehatan mata.
2) Vitamin B, (*piridoksin*) mendukung produksi sel darah merah, penggunaan protein untuk membangun jaringan, dan *metabolisme* lemak. Penting juga untuk pertumbuhan janin pada wanita hamil.
3) Vitamin B12, berguna untuk meningkatkan nafsu makan.
4) Vitamin C, meningkatkan daya tahan tubuh dan membantu penyerapan zat besi.
5) Vitamin D, berguna untuk kesehatan tulang.
6) Vitamin E, penting untuk pembentukan sel darah merah, jaringan tubuh, serta melindungi sel dari kerusakan dan memperkuat daya tahan tubuh.
7) Vitamin K, berguna untuk pembekuan darah.[104]
8) *Asam folat*, kelompok vitamin B ini penting untuk pembentukan sel darah merah dan melindungi dari penyakit pembuluh darah.
9) *Kalium*, mineral ini membantu peredaran darah dan menjaga kesehatan jantung, hati, serta pembuluh darah.
10) Zat besi, mencegah anemia, mendukung transportasi oksigen, dan produksi hormon.[105]

3. Serat

Tubuh memerlukan serat yang penting untuk proses pencernaan. Serat membantu menghambat penyerapan gula dan lemak jahat dalam saluran pencernaan.

4. Antioksidan

Antioksidan adalah zat yang melawan radikal bebas, yang dapat berasal dari polusi, aktivitas berlebihan, asap rokok, dan kendaraan. Radikal bebas dapat merusak pembuluh darah jika bertemu dengan kolesterol dalam tubuh. Antioksidan juga memberi warna pada buah, sehingga mengonsumsi berbagai buah berwarna memberikan berbagai jenis antioksidan.

5. Karbohidrat

Karbohidrat adalah senyawa organik yang mengandung karbon, hidrogen, dan oksigen. Mereka merupakan salah satu dari tiga makronutrien utama, bersama dengan protein dan lemak, yang dibutuhkan tubuh dalam jumlah besar. Karbohidrat dapat ditemukan dalam berbagai jenis makanan yang kita konsumsi sehari-hari, seperti biji-bijian, buah-buahan, sayuran, susu, serta makanan olahan.[106]

Karbohidrat berfungsi sebagai sumber energi bagi tubuh dalam melakukan aktivitas. Meskipun jumlahnya tidak besar, buah mengandung karbohidrat kompleks

---

[103] Cahyo Saparinto, dan Rini Susiana. "*Grow Your Own Fruits, Panduan Praktis Menanam 28 Tanaman Buah Populer di Pekarangan*," h. 9.

[104] Panuwun Budi, "*Panduan Praktis Memilih Sayur-mayur dan Buah-buahan*." Yogyakarta: Rumah Baca, 2023, h. 6-7.

[105] Cahyo Saparinto, dan Rini Susiana. "*Grow Your Own Fruits, Panduan Praktis Menanam 28 Tanaman Buah Populer di Pekarangan*," h. 10.

[106] Tresno Saras, "*Karbohidrat: Sumber Energi Utama Tubuh*," (Semarang: Unwahas Press, 2023), h. 1.

seperti *glukosa* dan *fruktosa*. *Fruktosa*, yang tidak memerlukan insulin untuk pemrosesannya, tidak membebani *pankreas* seperti halnya konsumsi gula, yang dapat merusak pankreas dan berpotensi menyebabkan diabetes.[107]

G. Fungsi Buah

Buah-buahan sering dijadikan pencuci mulut setelah menyantap makanan berat seperti nasi. Seperti halnya sayur-sayuran, buah-buahan juga memiliki fungsi tersendiri. Terdapat berbagai jenis buah yang bisa dikonsumsi, seperti jeruk, apel, manggis, markisa, pepaya, pisang, salak pondoh, durian, dan berbagai buah lainnya. Buah memiliki beberapa fungsi berikut:[108]

1. Sebagai tempat penyimpanan cadangan makanan dan sebagai tempat biji.
2. Sebagai alat perkembangbiakan dan dimanfaatkan manusia.
3. Sebagai alat penyebaran Biji. Yaitu, buah membantu menyebarkan biji tanaman ke tempat baru melalui hewan yang memakan buahnya dan kemudian membuang biji ke tempat lain.
4. Sebagai alat perlindungan Biji. Yaitu, buah melindungi biji tanaman dari ancaman dari luar, seperti hewan pemangsa dan cuaca buruk.
5. Sebagai nutrisi. Yaitu, buah memiliki nutrisi penting seperti vitamin, mineral, dan serat yang sangat penting untuk kesehatan hewan dan manusia.
6. Sebagai alat pertahanan tumbuhan. Ada senyawa dalam beberapa buah yang dapat melindungi tumbuhan dari hama dan penyakit.
7. Sebagai alat reproduksi tumbuhan. Siklus reproduksi tumbuhan termasuk buah, yang dimulai dengan bunga dan berkembang menjadi buah setelah penyerbukan.
8. Sebagai sumber Makanan. Buah adalah makanan lezat dan sehat untuk manusia dan hewan karena membantu menjaga energi dan kesehatan.[109]
9. Buah-buahan memainkan peran penting dalam ekosistem karena menyediakan makanan bagi berbagai hewan.

H. Manfaat Dan Pentingnya Buah-buahan

Manfaat buah-buahan untuk kesehatan dan pencegahan penyakit sangat beragam, dan konsumsi buah dapat membantu melindungi kita dari berbagai penyakit. Meskipun banyak artikel yang membahas manfaat buah, sebenarnya manfaat tersebut bisa bervariasi tergantung pada jenis buahnya. Mengonsumsi buah memberikan kita gizi yang penting dan membantu menjaga kesehatan tubuh. Selain itu, buah juga dapat meningkatkan energi serta memenuhi kebutuhan vitamin tubuh. Berikut ini adalah beberapa manfaat buah-buahan yang perlu kita ketahui sebelum mengonsumsinya.[110]

---

[107] Cahyo Saparinto, dan Rini Susiana. "*Grow Your Own Fruits, Panduan Praktis Menanam 28 Tanaman Buah Populer di Pekarangan*," h. 10-11.

[108] Toto Sugiarto, dkk., "*Ensiklopedi Makanan dan Gizi: Buah-buahan dan Susu*", (Hikam Pustaka, 2021), h. 2.

[109] Tresno Saras, "Karbohidrat: Sumber Energi Utama Tubuh," h. 4.

[110] Dayat Suryana, "*Manfaat Buah: Manfaat Buah-buahan*," (2018), h. 11.

1. Manfaat Buah Bagi Tubuh

Manfaat buah-buahan untuk tubuh sangat luas dan bervariasi. Buah-buahan umumnya merupakan bagian penting dari pola hidup sehat, serta dapat membantu mencegah kanker dan merupakan salah satu solusi alami yang efektif untuk mengatasi jerawat. Berikut ini adalah beberapa manfaat buah bagi tubuh kita.[111]

a. Sebagai sumber vitamin. Buah adalah sumber vitamin yang kaya, dengan berbagai jenis vitamin terdapat di dalamnya.
b. Sebagai sumber air dan nutrisi. Buah menyediakan air bagi tubuh dan memenuhi kebutuhan gizi yang dapat meningkatkan metabolisme tubuh.[112]
c. Sebagai sumber *antioksidan*. Buah merupakan salah satu sumber *antioksidan* alami terbesar yang tersedia.
d. Sebagai pencegahan penyakit. Konsumsi buah dapat membantu melindungi kita dari berbagai penyakit berbahaya dan masalah kesehatan lainnya.
e. Sebagai pengobatan eksternal. Buah-buahan juga dapat digunakan sebagai obat luar untuk mengatasi masalah seperti jerawat, bisul, dan kondisi kulit lainnya.

Manfaat buah-buahan memang jauh lebih besar daripada yang sering kita ketahui, tetapi ada beberapa jenis buah yang perlu kita hati-hati dalam konsumsinya. Beberapa buah mengandung kadar lemak dan gula yang tinggi, sehingga perlu diperhatikan.[113]

2. Manfaat Buah Bagi Kesehatan

Manfaat buah bagi kesehatan tubuh sangat luas dan penting. Buah tidak hanya sebagai sumber vitamin utama tetapi juga berfungsi sebagai *antibodi* dan makanan sehat yang mendukung kebugaran baik di usia muda maupun tua. Konsumsi buah membantu memenuhi kebutuhan vitamin, serat, dan mineral serta menyediakan *antioksidan* yang menjaga sistem kekebalan tubuh. Oleh karena itu berikut manfaat buah bagi kesehatan tubuh manusia.[114]

a. Mencegah penyakit jantung.
b. Melindungi hati dan mengurangi risiko stroke.
c. Mengurangi risiko kanker.
d. Menurunkan kadar kolesterol jahat.
e. Mencegah tekanan darah tinggi.
f. Memperkuat sistem kekebalan tubuh.

Manfaat buah bagi kesehatan tubuh sangat luas, namun tidak semua buah bisa dikonsumsi sembarangan, terutama saat Anda dalam masa pengobatan. Selain buah, pertimbangkan juga manfaat air putih, sirsak, kunyit, dan buah lainnya untuk kesehatan. Meskipun buah menawarkan berbagai manfaat, beberapa jenis buah

---

[111] Dayat Suryana, "*Manfaat Buah: Manfaat Buah-buahan*," (2018), h. 12.

[112] Azam, I. "*Gambaran Pengetahuan dan Kebiasaan Sayur dan Buah Pada Siswa Kelas 6 di MIN 11 Bandar Lampung 2024*" (Tanjungkarang: Doctoral dissertation, Poltekkes Kemenkes, 2024), h. 1.

[113] Dayat Suryana, "*Manfaat Buah: Manfaat Buah-buahan*," (2018), h. 13.

[114] Cahyo Saparinto, dan Rini Susiana. "*Grow Your Own Fruits, Panduan Praktis Menanam 28 Tanaman Buah Populer di Pekarangan*," (Yogyakarta: Penerbit Andi, 2024.), h. 12.

mungkin perlu dihindari, seperti durian bagi penderita tekanan darah tinggi.[115] Konsumsi buah yang tepat dapat menjadi suplemen penting untuk kesehatan tubuh. Mulailah membiasakan diri makan buah-buahan untuk menjaga kesehatan dan kebugaran.[116]

3. Manfaat Buah Ketika Dikonsumsi Secara Rutin

Mengonsumsi buah setiap hari menawarkan berbagai manfaat kesehatan dan merupakan bagian penting dari pola makan seimbang. Buah mudah didapat dengan berbagai harga. Pastikan untuk mengonsumsinya secara rutin untuk menjaga kesehatan sepanjang tahun. Berikut adalah beberapa manfaat buah yang perlu anda ketahui:[117]

a. Memulihkan stamina. Buah dapat membantu mengembalikan stamina dan meningkatkan daya tahan tubuh.
b. Menu diet. Buah dapat dijadikan pilihan menu diet alami.
c. Pencegahan dan pengobatan penyakit. Berbagai jenis buah dapat mendukung penyembuhan dan mencegah penyakit.

4. Cara Mengelola Buah

Untuk menjaga kandungan gizi, cara terbaik mengonsumsi buah adalah memakannya dalam keadaan mentah atau dikukus. Merebus buah dapat melarutkan beberapa vitamin dan mineral, sedangkan pemanasan tinggi dapat mengurangi vitamin seperti vitamin C. Buah bisa dikonsumsi segar atau setelah diolah dengan cara tertentu.[118]

a. Tanpa Mengurangi Tekstur

Buah segar dapat diolah tanpa merusak teksturnya, hanya dipotong atau dibentuk untuk tampilan yang menarik. Contoh olahan seperti ini meliputi rujak, sup buah, es buah, dan salad, yang mudah ditemukan sebagai campuran makanan.

b. Sari Buah

Buah dapat diolah menjadi sari buah, yaitu cairan dari pemerasan atau penghancuran buah matang. Ada dua jenis sari buah: Pertama, sari buah encer. Cairan buah yang diperoleh dari pengepresan daging buah, kemudian ditambahkan air dan gula pasir, siap diminum langsung. Kedua, sari buah pekat. Cairan dari pengepresan daging buah yang diproses lebih lanjut dengan pemekatan, baik melalui pendidihan biasa atau penguapan hampa udara.

c. Dikukus

Mengukus adalah metode memasak yang paling aman karena buah tidak bersentuhan langsung dengan air panas, sehingga nutrisi dan vitamin tetap terjaga.

---

[115] Nunung Nurjanah dan Nur Ihsan, "*Ancaman Di Balik Segarnya Buah & Sayur*," (Jakarta: Pustaka Bunda, 2013), cet. 1, h. 28.

[116] Dayat Suryana, "*Manfaat Buah: Manfaat Buah-buahan*," (2018), h. 15-16.

[117] Cahyo Saparinto, dan Rini Susiana. "*Grow Your Own Fruits, Panduan Praktis Menanam 28 Tanaman Buah Populer di Pekarangan*," h. 12.

[118] Panuwun Budi, "*Panduan Praktis Memilih Sayur-mayur dan Buah-buahan,"* (Yogyakarta: Rumah Baca, 2023), h. 9.

Ada dua cara mengukus, yaitu dengan panci pengukus dan microwave. Jika harus merebus, gunakan sedikit air dan masukkan buah setelah air mendidih untuk mengurangi kerusakan vitamin. Air rebusan juga bisa dimanfaatkan dengan mengolahnya menjadi sup.[119]

d. Dibuat Sayur

Buah dapat diolah menjadi sayuran, salad, atau sup buah yang lezat. Buah yang digunakan untuk sayur biasanya masih agak muda, bukan yang sudah matang. Jenis buah yang bisa dijadikan sayur meliputi nangka, belimbing, pisang, mangga, pepaya, nanas, durian, dan ceremai.

e. Pengawetan

Buah-buahan, terutama yang termasuk golongan klimaterik, tidak bertahan lama saat disimpan dalam keadaan segar. Ini menjadi masalah serius dalam penanganan pascapanen, sehingga perlu diawetkan. Cara pengawetannya termasuk membuat sirup, manisan, puding, dodol, selai, keripik, asinan, dan sale.[120]

f. Diolah Menjadi Jus

Ekstraksi jus dari buah dan sayuran menghasilkan cairan kaya gula, pati, enzim, vitamin, dan mineral yang bermanfaat bagi kesehatan. Hasilnya merupakan konsentrasi nutrisi dari buah atau sayur tanpa serat dan dagingnya. Terapi jus dirancang untuk menyeimbangkan komposisi kimia sel yang terganggu akibat pola makan tidak sehat. Jus dapat digunakan sebagai suplemen tambahan dalam diet harian atau sebagai pengganti makanan padat dalam program puasa jus.[121]

5. Kurangnya Kesadaran Dalam Mengkonsumsi Buah

Selain mengonsumsi makanan pokok seperti nasi, roti, gandum, dan jagung sebagai sumber energi serta lauk-pauk seperti ikan dan daging yang kaya protein, kita juga perlu melengkapinya dengan buah-buahan. Buah sering dianggap sebagai pelengkap dan dikonsumsi tidak teratur. Padahal, konsumsi buah secara teratur memberikan banyak manfaat karena mengandung vitamin, mineral, *antioksidan*, serat, dan zat gizi lainnya yang penting untuk tubuh. Serat dalam buah sangat penting untuk kesehatan usus, dan tidak ditemukan dalam produk lain. Kurangnya kesadaran untuk mengonsumsi buah disebabkan oleh beberapa faktor:[122]

a. Minimnya pengetahuan tentang manfaat buah pada anak dan orang tua.
b. Prioritas kebutuhan lain yang lebih tinggi dibandingkan membeli buah.
c. Anggapan bahwa peran buah bisa digantikan oleh makanan lain atau suplemen karena harga buah yang relatif mahal.

---

[119] Cahyo Saparinto, dan Rini Susiana. "*Grow Your Own Fruits, Panduan Praktis Menanam 28 Tanaman Buah Populer di Pekarangan*," h. 18-19.

[120] Cahyo Saparinto, dan Rini Susiana. "*Grow Your Own Fruits, Panduan Praktis Menanam 28 Tanaman Buah Populer di Pekarangan*," h. 20.

[121] Pangkalan Ide, "*Health Secret Of Pepino: Mencicipi Pepino si Buah Ajaib, Pendatang Baru Asal Pegunungan Andes Sebagai Obat Dewa*," (Jakarta: PT Alex Media Komputindo, 2010), h. 8.

[122] Cahyo Saparinto, dan Rini Susiana. "*Grow Your Own Fruits, Panduan Praktis Menanam 28 Tanaman Buah Populer di Pekarangan*," h. 21-22.

Memperhatikan asupan gizi sangat penting untuk memulai hari dengan energi yang cukup. Sebaiknya hindari mengonsumsi *junk food* terlalu sering, karena mengandung lemak jahat dan kolesterol yang dapat menyebabkan *obesitas* dan serangan jantung. Menu makan siang sebaiknya mencakup sayuran dan buah-buahan, jika tidak ingin makan buah secara langsung, pilih jus buah dan air putih. Mengonsumsi buah 30 menit sebelum makan dapat menekan nafsu makan dan mengontrol gula darah. Untuk makan malam, idealnya dilakukan antara pukul 5 hingga 8 malam.[123]

[123] Rostika Putri, "Jus For You," h. 6-7.

BAB III
TERM BUAH-BUAHAN DALAM AL-QUR'AN

A. *Fākiḥah*

Kata *fākiḥah* adalah bentuk tunggal yang mengikuti pola *ism fā'il* dengan tambahan huruf *tā' marbūṭah*. Bentuk jamaknya adalah *fawākih* (فواكه). Kata ini berasal dari kata *fakiha-yafkahu-fakahan-wa fakahatan* (فَكِهَ – يَفْكَهُ – فَكَهًا وَ فَكَهَةٌ), yang secara linguistik berarti 'baik' dan 'senang'. Oleh karena itu, *fâkihah* (فاكهة) pada dasarnya berarti 'sesuatu yang menyenangkan dan membuat orang menyukainya.' Kata ini kemudian lebih dikenal dengan makna yang lebih spesifik, yaitu 'buah-buahan yang lezat dan nikmat.' Buah-buahan disebut *fâkihah* (فاكهة) karena rasanya yang enak dan lezat memberikan rasa senang dan nikmat kepada orang yang memakannya.[124] Dalam Al-Qur'an kata *fakihah* (فاكهة) disebut sebanyak 19 kali dan dijabarkan seperti dibawah ini.[125]

Kata *fakihah* (فاكهة) dalam bentuk tunggal disebutkan sebanyak 11 kali dalam Al-Qur'an. Kata *fakihah* yang terdapat dalam QS. Yâsîn [36]: 57; QS. Shad [38]: 51; QS. Az-Zukhruf [43]: 73; QS. Ad-Dukhân [44]: 55; QS. Al-Thûr [52]: 22; QS. Ar-Rahmân [55]: 52 dan 68; serta QS. Al-Waqi'ah [56]: 20 dan 32 digunakan untuk menggambarkan sebagian dari nikmat surgawi yang akan diberikan kepada orang-orang beriman dan bertakwa kepada Allah SWT pada hari pembalasan. Di surga, tersedia berbagai macam buah-buahan yang melimpah, lezat, dan disukai oleh manusia. Kata *fakihah* (فاكهة) dalam Surah Ar-Rahmân [55]: 11 dan Surah 'Abasa [80]: 31 digunakan dalam Al-Qur'an untuk mengingatkan manusia agar merenungi dan mengambil pelajaran dari proses penciptaan alam semesta oleh Allah SWT, terutama langit dan bumi. Allah SWT menurunkan hujan dari langit dan menumbuhkan berbagai pohon dari bumi yang menghasilkan buah-buahan lezat dan bermanfaat bagi manusia, agar mereka bersyukur kepada-Nya dan tidak mengingkari nikmat-nikmat-Nya.[126]

---

[124] M. Quraish Shihab, dkk., "*Ensiklopedia Al-Qur'an: Kajian Kosakata"* (Jakarta: Penerbit Lentera Hati, 2007), h. 207.

[125] Muhammad Fu'ad Abdul Baqi, "*Al-Mu'jam Al-Mufahras Li Alfaz Al-Qur'an Al-Karim (Kairo: Daar Al-Kutub Al-Mishriyyah*," 1364 M), h. 525.

[126] M. Quraish Shihab, dkk., "*Ensiklopedia Al-Qur'an: Kajian Kosakata"*, h. 208.

Adapun *fawākih* (فواكه) bentuk jamaknya dari *fakihah* (فاكهة), muncul tiga kali. Kata *fawakih* (فواكه) dalam QS. Al-Mu'minûn [23]: 19 digunakan untuk menggambarkan manfaat air bagi manusia, di mana Allah SWT menumbuhkan kebun-kebun kurma dan anggur, yang menghasilkan buah-buahan untuk dinikmati dan menopang kehidupan manusia. Sementara itu, dalam QS. Ash-Shaffât [37]: 42 dan QS. Al-Mursalat [77]: 42, kata *fawakih* digunakan untuk menggambarkan kenikmatan surga sebagai pahala bagi hamba-hamba Allah yang bertakwa dan telah disucikan dari dosa. Di surga, mereka akan menikmati buah-buahan yang berlimpah, beraneka ragam, dan memiliki cita rasa yang jauh lebih lezat dibandingkan dengan yang mereka kenal di dunia, sebagaimana dijelaskan dalam QS. Al-Baqarah [2]: 25.[127]

Kata *fākihūn* (فَاكِهُونَ) disebutkan satu kali, dan *fākihīn* (فَاكِهِينَ) disebutkan dua kali dalam Al-Qur'an. Kata *fākihun* (فَاكِهُونَ) dalam QS. Yâsîn [36]: 55 dan *fakihin* (فَاكِهِينَ) dalam QS. Al-Thûr [52]: 18 digunakan dalam Al-Qur'an dengan makna 'orang-orang yang bersenang-senang'. Pada hari pembalasan, orang-orang yang beriman dan bertakwa yang menjadi penghuni surga akan menikmati segala kenikmatan yang Allah berikan kepada mereka. Berbeda dengan kata *fakihina* (فَاكِهِينَ) yang terdapat dalam QS. Ad-Dukhân [44]: 27, yang digunakan Al-Qur'an untuk menggambarkan keadaan Firaun dan pengikutnya yang durhaka kepada Allah dan menentang Nabi Musa as. Akibatnya, mereka dihukum oleh Allah dengan cara ditenggelamkan di Laut Merah saat mereka mengejar Nabi Musa as. dan pengikutnya yang sedang mengungsi ke Palestina. Dalam azab itu, Firaun dan pengikutnya meninggalkan tanaman, mata air, kebun, tempat-tempat indah, serta berbagai kesenangan yang pernah mereka nikmati.[128]

Kata *fakihina* (فكين) disebut satu kali dalam Al-Qur'an yakni dalam QS. Al-Muthaffifin [83]: 31 yang merujuk pada sikap para pendosa yang merasa senang dan puas ketika mereka mengejek orang-orang Mukmin, yang mereka anggap sebagai orang-orang sesat. Kegembiraan ini mereka bawa ketika kembali kepada kelompok mereka. Sebagai balasannya, pada Hari Kiamat nanti, orang-orang Mukmin akan tertawa melihat para pendosa tersebut menerima azab yang sangat berat di akhirat.[129]

Kata *tafakkahūna* (تفكهون) disebutkan satu kali dalam Al-Qur'an yakni dalam QS. Al-Waqi'ah [56]: 65 berarti 'heran' dan 'tercengang'. Penggunaan makna ini

---

[127] M. Quraish Shihab, dkk., "*Ensiklopedia Al-Qur'an: Kajian Kosakata"*, h. 208.

[128] Ahmad Al-Jallad, *The Arabic Language and Linguistics: An Overview*, (London: Routledge, 2019), 120-122.

[129] Ibn Manzur, *Lisan al-Arab*, (Beirut: Dar al-Sadir, 1990), jil. 4, h. 218.

berbeda dari makna asal kata *fakiha* (فكه). Menurut Ibnu Faris (w. 1004 M), ini terjadi karena *tafakkahuna* dalam ayat tersebut berasal dari kata *tafakkanúna* (تفكنون), yang kemudian mengalami perubahan huruf *n* (ن) menjadi *ha* (هاء). Penggantian semacam ini kadang terjadi dalam bahasa Arab. Al-Qur'an menggunakan kata ini untuk menggambarkan keadaan *ashhâbusy syimal* (أَصْحَابُ الشِّمَال = golongan kiri) yang sesat dan mendustakan agama Allah.[130] Allah menunjukkan kekuasaan-Nya dengan menumbuhkan dan menyuburkan tanaman, namun kemudian menjadikannya kering dan hancur, sehingga tidak menghasilkan apa-apa, membuat mereka tercengang.[131] Bisa dilihat dalam tabel dibawah ini.

No.	Kosakata	Bentuk Kata	Nomor Surat
1.	فاكهة	Mufrod	(QS. Yâsîn [36]: 57)
			(QS. Ṣâd [38]: 51)
			(QS. Az-Zukhruf [43]: 73)
			(QS. Ad-Dukhân [44]: 55)
			(QS. At-Ṭûr [52]: 22)
			(QS. Ar-Rahmân [55]: 11, 52, 68)
			(QS. Al-Wâqi'ah [56]: 20, 32)
			(QS. 'Abasa [80]: 31)
2.	فواكه	Jamak	(QS. Al-Mukminûn [23]: 19)
			(QS. As-Ṣaffât [37]: 42)
			(QS. Al-Mursalât [77]: 42)
3.	فَاكِهُونَ	Jamak	(QS. Yâsîn [36]: 55).
4.	فاكهين	Jamak	(QS. Ad-Dukhân [44]: 27).
			(QS. At-Ṭûr [52]: 18)
5.	فكهين	Jamak	(QS. Al-Muṭaffifîn [83]: 31)
6.	تفكهون	Jamak	(QS. Al-Wâqi'ah [56]: 65)

B. *Tsamarat*

Tsamar merujuk pada segala sesuatu yang dapat dimakan dan berasal dari hasil pohon. Bentuk tunggalnya adalah *tsamarah* ثمرة dan bentuk jamaknya adalah *tsimār*

[130] Ibn Manzur, *Lisan al-Arab*, jil. 4, h. 219.

[131] M. Quraish Shihab, dkk., "*Ensiklopedia Al-Qur'an: Kajian Kosakata"*, h. 207-208.

ثمار dan *tsamarāt* ثمرات. Allah Ta'ala berfirman, "Dan Dia menurunkan air dari langit, lalu menghasilkan dengan air itu buah-buahan sebagai rezeki bagi kalian" (QS. Al-Baqarah: 22, QS. Ibrahim: 32). Juga disebutkan dalam firman-Nya: "Dan sebagian dari buah kurma dan anggur" (QS. An-Nahl: 67), serta, "Lihatlah kepada buahnya ketika dia berbuah dan kepada kematangannya" (QS. Al-An'am: 99), dan "Dan dari segala macam buah-buahan" (QS. Ar-Ra'd: 3, QS. An-Nahl: 11).

Kata *tsamar* sering diartikan sebagai buah-buahan, meskipun ada yang menganggapnya sebagai bentuk jamak, dan juga digunakan sebagai kiasan untuk harta yang diperoleh. Ibn Abbas (w. 687 M) menafsirkan firman Allah, "Dan dia memiliki kekayaan" (QS. Al-Kahfi: 34) dengan pengertian ini. Istilah *tsamar* juga digunakan untuk menggambarkan manfaat yang diperoleh dari sesuatu, seperti dalam ungkapan "buah dari ilmu adalah amal saleh," "buah dari amal saleh adalah surga," dan "buah dari cambuk adalah simpul di ujungnya," yang diibaratkan seperti buah yang menggantung dari pohon. Istilah *tsamirah* dari susu merujuk pada bagian susu yang mengental menjadi mentega, yang diibaratkan dengan buah dalam hal bentuk dan hasilnya.[132]

Menurut Al-Ashfahani (w. 1108 M), istilah *tsamr* merujuk pada segala sesuatu yang dapat dimakan dan berasal dari pohon. Contohnya adalah *tsamratul 'inab* (buah pohon anggur) atau *tsamratun nakhl* (buah pohon kurma). Sedangkan menurut Ibnu Katsir (w. 1374 M), *tsamr* mencakup segala jenis makanan yang tumbuh dari bumi, sehingga istilah *tsamr/tsamrah* merujuk pada hasil dari pohon maupun semua tanaman yang tumbuh di bumi.[133] Kata ثمر dalam Al-Qur'an disebutkan sebanyak 24 kali seperti yang tertulis dalam tabel dibawah ini.[134]

No.	Kosakata	Bentuk Kata	Nomor Surat
1.	أثمر	Jamak	(QS. Al-An'am [6]: 99, 141)
2.	ثمر	Mufrod	(QS. Al-Kahf [18]: 34).
3.	ثمره	Mufrod	(QS. Al-An'am [6]: 99, 141)
			(QS. Al-An'am [6]: 141)
			(QS. Al-Kahf [18]: 42)
			(QS. Yasin [36]: 35)
4.	ثمرة	Mufrod	(QS. Al-Baqarah [2]: 25)
5.		Jamak	(QS. Al-Baqarah [2]: 22, 126, 155, 266)

[132] Ar-Raghib Al-Ashfahani, "*Al-Mufrodat Fi Gharibil Qur'an"*, tahqiq Markaz Dirosah Wal Buhuts Maktabah Nazar Al-Baz (Matabah Nazar Musthofa Al-Baz), h. 105.

[133] Masduha, "*Al-Alfaazh: Buku Pintar Memahami Kata-Kata dalam Al-Qur'an*." (Jakarta: Pustaka Al-Kautsar,2017), h. 165.

[134] Muhammad Fu'ad Abdul Baqi, "*Al-Mu'jam Al-Mufahras Li Alfaz Al-Qur'an Al-Karim,"* h. 160-161.

	ثمرات		(QS. Al-A'raf [7]: 57)
			(QS. Ar-Ra'd [13]: 3)
			(QS. Ibrahim [14]: 32, 37)
			(QS. An-Nahl [16]: 11, 67, 69, 57)
			(QS. Fatir [35]: 27)
			(QS. Fussilat [41]: 47)
			(QS. Muhammad [47]: 15)

C. *'Inâbun*

'Inab (عنب) adalah istilah yang digunakan untuk buah pohon anggur (*tsamara al-karam*) dan juga untuk pohon anggur itu sendiri.[135] Kata العنب berarti buah anggur. Bentuk tunggalnya adalah عنب, sedangkan bentuk jamaknya adalah أعناب.[136] Kata *'Inab* (عنب) dalam Al-Qur'an disebut sebanyak 11 kali pada ayat yang berbeda, diantaranya pada QS. Al-Baqarah [2]: 266, QS. Ar-Ra'd [13]: 4, QS. An- Nahl [16]: 11 dan 67, QS. Al-Kahf [18]: 32, QS. Al-Mu'minun [23]: 19, Abasa' [80]: 28, QS. Al-Isra' 91, QS. Al-An'am [6]: 99, QS. Yasin [36]: 34 dan QS. An- Naba' [78]: 32.[137]

Penyebutan anggur yang berulang dalam Al-Qur'an memiliki berbagai tujuan, seperti menginformasikan bahwa anggur adalah salah satu bahan makanan, menggambarkan surga, menunjukkan kekuasaan Allah melalui penciptaan anggur, serta menjadi perumpamaan bagi orang-orang yang berakal.

No.	Kosakata	Bentuk Kata	Nomor Surat
1.	عنب	Mufrod	(QS. Al-Isra [17]: 91)
2.	عنبا	Mufrod	(QS. Abasa [80]: 28).
3.	أعناب	Mufrod	(QS. Al-Baqarah [2]: 266)
			(QS. Al-An'am [6]: 99)
			(QS. Ar-Ra'ad [13]: 4)
			(QS. An-Nahl [16]: 11)
			(QS. An-Nahl [16]: 67)
			(QS. Al-Kahf [18]: 32)

[135] Ar-Raghib Al-Ashfahani, "*Al-Mufrodat Fi Gharibil Qur'an"*, tahqiq Markaz Dirosah Wal Buhuts Maktabah Nazar Al-Baz (Matabah Nazar Musthofa Al-Baz), h. 453.

[136] Ar-Raghib Al-Ashfahani, *Kamus Al-Qur'an*, terj. Ahmad Zaini Dahlan, (Depok: Pustaka Khazanah Fawa'id, 2017), jil. 2, 803.

[137] Muhammad Fu'ad Abdul Baqi*, "Al-Mu'jam Al-Mufahras Li Alfaz Al-Qur'an Al-Karim*," h. 489.

			(QS. Al-Mu'minun [23]: 19).
			(QS. Yasin [36]: 34).
4.	أعنابا	Jamak	(QS. An-Naba' [78]: 32).

D. *Rummān*

Dalam bahasa Arab, delima dikenal dengan sebutan "رمان". Dalam Al-Qur'an, delima disebutkan sebanyak tiga kali.[138] Sekali dalam QS. Ar-Rahman [55]: 68 dan dua kali dalam QS. Al-An'am [6]: 141. Delima yang disebutkan dalam QS. Al-An'am [6]: 141 merujuk pada delima yang ada di dunia, sedangkan dalam QS. Ar-Rahman [55]: 68, delima tersebut mengacu pada buah delima yang ada di surga. Tafsir Jalalain menyebutkan adanya perbedaan pendapat mengenai bentuk delima dalam QS. Ar-Rahman [55]: 68; ada yang berpendapat bahwa bentuknya sama dengan delima di dunia, dan ada juga yang mengatakan bahwa delima di surga berbeda.[139] Menurut Hamka (w. 1981 M), buah-buahan di surga serupa dengan yang ada di dunia, sebagaimana disebutkan dalam QS. Al-Baqarah [2]: 25, tetapi buah-buahan di surga memiliki rasa yang jauh lebih enak, manis, dan gurih.[140]

Kata *rumman* adalah bentuk jamak yang merujuk pada jenis buah yang dikenal sebagai delima.[141] Delima sudah dikenal sejak zaman kuno, bahkan ukiran-ukiran buah ini ditemukan pada dinding-dinding kuil dan istana kuno. Bangsa Mesir Kuno menyebut delima dengan nama "*arhamani*," yang berasal dari kata Koptik "*armin-ramn.*" Istilah ini juga diambil dari bahasa Ibrani "*ramun*" dan bahasa Arab "*rumman*."[142]

E. *Ṭalḥin*

Kata "pisang" dalam bahasa Arabnya الموز berasal dari bahasa India موزا. Dalam Al-Qur'an, pisang disebut sebagai طلح dan orang-orang Arab menyebutnya *Banan* (yang berarti jari-jari) karena bentuknya yang mirip dengan jari tangan. Ketika pisang sampai ke Eropa melalui Spanyol, orang Eropa mengadopsi kata Arab tersebut dan menyebutnya *Banana*. Pisang telah dikenal manusia sejak ribuan tahun sebelum

---

[138] Muhammad Fu'ad Abdul Baqi*, "Al-Mu'jam Al-Mufahras Li Alfaz Al-Qur'an Al-Karim*," h. 325.

[139] Jalaluddin Al-Mahalli dan Jalaluddin As-Suyuti, *Tafsir Jalalain Jilid 2* (Bandung: Sinar Baru Algensindo, 2006), h. 997

[140] Hamka, *Tafsir Al-Azhar Jilid 9* (Singapura: Kerjaya Printing Industries Pte Ltd, 2003), h. 7104.

[141] Mohd Yusoff, dkk., "Kajian Tematik Buah-buahan Dalam Al-Qur'an dan Penggunaannya Untuk Rawatan Perubatan Islam," *ANP Journal Of Social Science and Humanities* 3 (Malaysia: Universitas Putra Malaysia, 2022), h. 13.

[142] Dian widianti, "Al-Rumman dalam Al-Qur'an dan Manfaatnya Bagi Kesehatan," *SKRIPSI* pada Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, 2020, h. 16.

Masehi, dan ada yang menyatakan bahwa asalnya dari India. Dalam Al-Qur'an, pisang digambarkan sebagai salah satu buah dari surga.[143] Kata طلح dalam Al-Qur'an disebut 1 kali dalam bentuk mufrad yaitu pada QS. Al-Waqi'ah [56]: 29.[144]

F. Tin

Dalam Al-Qur'an kata *at-tiin* disebut 1 kali yakni pada QS. At-Tin [95]: 1.[145] *At-Tiin* merujuk pada tempat tinggal Nabi Nuh yang dikenal dengan banyaknya pohon tin. Terdapat beberapa pandangan mengenai makna kata التين yakni sebagai bentuk sumpah yang bertujuan untuk menarik perhatian atau mengingatkan. A. Hassan menjelaskan bahwa *At-Tiin* merujuk pada tempat tinggal Nabi Nuh, di mana banyak pohon tin tumbuh, sebagai pengingat bagi kita untuk merenungkan keadaan Nabi Nuh dan umatnya yang durhaka. Selain itu, ia juga mengajak kita untuk memperhatikan pohon zaitun, yang tumbuh subur di tanah Baitul Maqdis, tempat terjadinya peristiwa-peristiwa besar. Menurut Ar-Raghib (w. 1108 M), *at-tiin* dan *az-zaituun* dapat merujuk pada gunung, atau bisa juga pada sesuatu yang dapat dimakan. Sedangkan menurut Muhammad Abduh (w. 1905 M), *at-tiin* merujuk pada pohon yang menjadi tempat bernaung Nabi Adam ketika berada di surga.[146]

Pendapat lain menyatakan bahwa التين merujuk pada buah tin yang biasa dikonsumsi, sebagaimana diungkapkan oleh Al-Hasan (w. 728 M), Mujahid (w. 722 M), dan Ikrimah (w. 634 M). Pendapat selanjutnya bahwa التين berarti bukit, menurut Ibnu Abbas (w. 687 M), bukit tersebut adalah Bukit Tursina, sementara menurut Ikrimah dan Qatadah (w. 735 H), bukit itu terletak di Syam karena di sanalah buah tin tumbuh. Pendapat ketiga mengartikan التين sebagai masjid, menurut Ibnu Zayyad (w. 10 H), masjid yang dimaksud adalah Masjid Damsyik, menurut Ibnu Abbas adalah masjid yang dibangun di atas kapal Nabi Nuh, dan ada juga yang berpendapat bahwa masjid tersebut adalah masjid Ashabul Kahfi.[147]

---

[143] Saminan Ismail dan Mustanir Yahya, *Sains Dalam Al-Qur'an* (Aceh: Syiah Kuala University Press, 2023), h. 1.

[144] Muhammad Fu'ad Abdul Baqi*, "Al-Mu'jam Al-Mufahras Li Alfaz Al-Qur'an Al-Karim,*" h. 437.

[145] Muhammad Fu'ad Abdul Baqi, "*Al-Mu'jam Al-Mufahras Li Alfaz Al-Qur'an Al-Karim,"* h. 157.

[146] Masduha, "*Al-Alfaazh: Buku Pintar Memahami Kata-Kata dalam Al-Qur'an*.", h. 159.

[147] Zuklifi Mohd Yusoff et al., "*Kamus Al-Quran Rujukan Lengkap Kosa Kata dalam Al-Quran,*" (Malaysia: PTS Islamika Sdn Bhd, n.d.), hal. 119

G. *Yaqṭīn*

Kata *yaqṭīn* يقطين disebut 1 kali dalam Al-Qur'an dalam bentuk mufrad yakni pada QS. As-Shaffat [37]: 146.[148] Kata "labu" dalam Bahasa Indonesia berasal dari bahasa Sansekerta "*alabu*." Dalam bahasa Arab, labu disebut *qar'*, *dubba'*, dan *yaqṭīn*. Dalam bahasa Inggris, disebut *bottlegourd*, dan dalam bahasa Spanyol, disebut *calabaza*. Namun, kata *yaqṭīn* lebih umum dan populer karena dalam bahasa, *yaqṭīn* berarti tanaman yang tidak memiliki batang tegak, seperti semangka, mentimun, dan sejenisnya.[149] Tumbuhan yang tidak memiliki batang tegak biasanya disebut *najm*, sedangkan yang memiliki batang tegak disebut *syajar*. Para ahli bahasa menyatakan bahwa *syajar* umumnya merujuk pada tumbuhan dengan batang tegak, tetapi jika dikaitkan dengan sesuatu yang lain, pengertiannya menjadi terbatas.[150] Dalam konteks Al-Qur'an, kata *yaqṭīn* mengacu pada jenis tanaman yang dikenal sebagai pohon labu, dengan buahnya disebut *dubba* atau *qar'* dan pohonnya sendiri disebut *yaqṭīn*.[151]

Penyebutan labu dalam Al-Quran terkait dengan kisah Nabi Yunus. Setelah Nabi Yunus terdampar di sebuah daerah kering dan tandus tanpa tempat berteduh dari panas matahari, Allah menumbuhkan sebuah pohon labu untuknya. Pohon ini memberikan buah yang dapat dimakan dan daun yang dapat digunakan sebagai tempat berteduh, sehingga Nabi Yunus dapat pulih kembali.[152] Dikisahkan, setelah Nabi Yunus AS dikeluarkan dari perut ikan besar, Allah SWT menumbuhkan tanaman labu untuknya sebagai tempat perlindungan di bawah daunnya. Daun labu memiliki kelebihan karena tidak disukai oleh lalat, yang sangat berguna bagi Nabi Yunus AS mengingat kondisinya yang penuh luka dan kotor setelah berada di perut ikan. Selain itu, buah labu juga memungkinkan Nabi Yunus AS untuk mengatasi rasa laparnya.[153]

H. Zaitun

Kata *zaitûn* berasal dari akar kata yang terdiri dari huruf *za* (ز), ta (ت), dan nun (ن), yang membentuk kata *zait* (زيت) yang berarti 'minyak'. Dari tiga huruf tersebut, kata *zaitûn* berkembang dengan makna dasar 'buah zaitun', sementara *zaitunan* (زيتونا)

---

[148] Muhammad Fu'ad Abdul Baqi, "*Al-Mu'jam Al-Mufahras Li Alfaz Al-Qur'an Al-Karim*," h. 773.

[149] Ibnu Qayyim Al-Jauziah, "*Keajaiban Penyembuhan Cara Nabi*," (Jakarta: Diadit Media, 2008), h. 684.

[150] Ibnu Qayyim Al-Jauziah, "*Kiat Sehat Ala Rasulullāh SAW (Cara Hidup Sehat Rasulullāh dan Para Sahabat),"* (Jakarta: Najla Press, 2003), h. 216.

[151] Ibnu Qayyim Al-Jauziah, "*Keajaiban Penyembuhan Cara Nabi*," H. 685.

[152] M. Quraish Shihab, "*Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Quran Volume 12,"* (Jakarta: Lentera Hati, 2008), hal. 83.

[153] Ardi Rahmad, "Tumbuhan Yang Ada di Al-Qur'an Sebagai Ekspresi Dalam Seni Relief Kayu," dalam *Jurnal Gorga Seni Rupa*, (Padangpanjang: Institut Seni Indonesia Padangpanjang, 2022), vol. 11. No. 1, h. 115.

merujuk pada 'buah zaitun yang menghasilkan minyak', dan *zaitunah* (زيتونة) berarti 'pohon zaitun'. Proses perubahan kata-kata ini tidak mengikuti aturan-aturan baku yang biasanya diterapkan dalam ilmu sharaf.[154] Kata *zaitün* muncul sebanyak empat kali dalam Al-Qur'an, yaitu di QS. Al-An'am [6]: 99 dan 141, QS. An-Nahl [16]: 11, serta QS. At-Tin [95]: 1. Sementara itu, bentuk kata yang seakar dengannya seperti *zaitühā* hanya muncul di QS. An-Nûr [24]: 35, *zaitûnăn* terdapat di QS. 'Abasa [80]: 29, dan *zaitünah* juga muncul di QS. An-Nûr [24]: 35.[155]

No.	Kosakata	Bentuk Kata	Nomor Surat
1.	زيتون	Mufrod	(QS. Al-An'am [4]: 99, 141)
			(QS. At-Tin [95]: 1)
			(QS. An-Nahl [16]: 11)
2.	زيتونا	Jamak	(QS. Abasa [80]: 29)
3.	زيتها	Mufrod	(QS. An-Nur [24]: 35)
4.	زيتونة	Jamak	(QS. An-Nur [24]: 35)

I. *Nakhl*

Dalam bahasa Arab, kurma dikenal sebagai *nakhl*, sedangkan buah yang sudah matang disebut *tamar*. Penanaman pohon kurma telah dimulai sejak zaman sebelum Masehi, sekitar 6000 hingga 8000 tahun yang lalu, di wilayah Mesopotamia.[156] Buah kurma adalah buah yang paling sering disebutkan dalam Al-Qur'an dan Hadits. Berdasarkan penelitian dalam Al-Qur'an, ditemukan bahwa istilah yang merujuk pada pohon atau buah kurma disebutkan sebanyak 20 kali, dengan berbagai lafaz seperti *al-Nakhl*, *al-Nakhlah*, *an-Nakhlan*, dan dalam bentuk jamaknya *al-Nakhil*.[157]

Kata نخل muncul sebanyak 10 kali dalam Al-Qur'an, yaitu di QS. Al-An'am [6]: 99, QS. Al-An'am [6]: 141, QS. Al-Kahfi [18]: 32, QS. Taha [20]: 71, QS. Al-Syu'ara [26]: 148, QS. Qaf [50]: 10, QS. Al-Qamar [54]: 20, QS. Ar-Rahman [55]: 11, QS. Ar-Rahman [55]: 68, dan QS. Al-Haqqah [69]: 7. Sementara itu, kata نخيلdisebut

[154] M. Quraish Shihab, dkk., "*Ensiklopedia Al-Qur'an: Kajian Kosakata"*, h. 1122-1123.

[155] Muhammad Fu'ad Abdul Baqi, "*Al-Mu'jam Al-Mufahras Li Alfaz Al-Qur'an Al-Karim",* h. 334.

[156] Mohd Yusoff, dkk., "Kajian Tematik Buah-buahan Dalam Al-Qur'an dan Penggunaannya Untuk Rawatan Perubatan Islam," *ANP Journal Of Social Science and Humanities* 3, h. 13.

[157] Mohd Asmadi Yaqob, dkk,. "Kekerapan Penerbitan di Scopus Mengenai Flora-flora dalam Al-Qur'an dan Hadith," dalam *Journal of Contemporary Islamic Studies*, (Kuala Lumpur: Universitas Malaya), vol.2, No.1, h. 129.

sebanyak 7 kali, yaitu di QS. Al-Baqarah [2]: 266, QS. Ra'd [13]: 4, QS. An-Nahl [16]: 11, QS. An-Nahl [16]: 67, QS. Al-Isra [17]: 91, QS. Al-Mu'minun [23]: 19, dan QS. Yasin [36]: 34. Kata نخلة muncul dua kali, yaitu di QS. Maryam [19]: 23 dan QS. Maryam [19]: 25. Sementara kata نخلا disebutkan satu kali dalam QS. Abasa [80]: 29.[158]

No.	Kosakata	Bentuk Kata	Terjemah
1.	نخل	Mufrod	(QS. Al-An'am [4]: 99, 141)
			(QS. Al-Kahf [18]: 32)
			(QS. Taha [20]: 71)
			(QS. Al-Syu'ara [26]: 148)
			(QS. Qof [50]: 10)
			(QS. Al-Qomar [54]: 20)
			(QS. Ar-Rahman [55]: 11, 67)
			(QS. Ar-Rahman [55]: 67)
			(QS. Al-Haqqah [69]: 7)
2.	نخلا	Mufrod	(QS. Abasa [80]: 29)
3.	نخلة	Mufrod	(QS. Maryam [19]: 25, 25)
4.	نخيلا	Jamak	(QS. Al-Baqarah [2]: 266)
			(QS. Ar-Ra'ad [13]: 4)
			(QS. An-Nahl [16]: 11)
			(QS. An-Nahl [16]: 67)
			(QS. Al-Isra' [17]: 91)
			(QS. Al-Mu'minun [23]: 19)
			(QS. Yasin [36]: 36)

[158] Muhammad Fu'ad Abdul Baqi, "*Al-Mu'jam Al-Mufahras Li Alfaz Al-Qur'an Al-Karim*," h. 437.

BAB IV
PENAFSIRAN AYAT-AYAT BUAH-BUAHAN DAN MANFAATNYA PERSPEKTIF AL-QUR'AN

A. Buah-buahan dalam Al-Qur'an yang Tumbuh di Dunia

Buah-buahan dalam Al-Qur'an tidak hanya berfungsi sebagai sumber makanan, tetapi juga sebagai simbol kebesaran Allah dan pelajaran moral. Mereka menjadi tanda rezeki dan keberkahan dalam kehidupan sehari-hari. Subjudul ini akan membahas berbagai aspek mengenai buah-buahan yang tumbuh di dunia, termasuk doa Nabi Ibrahim AS untuk limpahan buah-buahan, serta makna dan peranannya dalam konteks spiritual.

1. Buah-buahan yang Tumbuh Karena Kebesaran Allah

Buah-buahan dan berbagai hasil bumi merupakan bukti keesaan dan kekuasaan Allah, yang menciptakan sungai-sungai untuk mengairi kebun-kebun dan ladang. Kebun-kebun tersebut menghasilkan buah-buahan seperti kurma, anggur, delima, dan zaitun.[159] Kelimpahan buah-buahan ini adalah salah satu tanda kebesaran Allah SWT. Sebagaimana firman Allah berikut ini:

وَفِى الْاَرْضِ قِطَعٌ مُّتَجٰوِرٰتٌ وَّجَنّٰتٌ مِّنْ اَعْنَابٍ وَّزَرْعٌ وَّنَخِيْلٌ صِنْوَانٌ وَّغَيْرُ صِنْوَانٍ يُّسْقٰى بِمَآءٍ وَّاحِدٍۗ وَنُفَضِّلُ بَعْضَهَا عَلٰى بَعْضٍ فِى الْاُكُلِۗ اِنَّ فِيْ ذٰلِكَ لَاٰيٰتٍ لِّقَوْمٍ يَّعْقِلُوْنَ

> *"Di bumi terdapat bagian-bagian yang berdampingan, kebun-kebun anggur, tanaman-tanaman, dan pohon kurma yang bercabang dan yang tidak bercabang. (Semua) disirami dengan air yang sama, tetapi Kami melebihkan tanaman yang satu atas yang lainnya dalam hal rasanya. Sesungguhnya pada yang demikian itu benar-benar (terdapat) tanda-tanda (kebesaran Allah) bagi kaum yang mengerti.*" (QS. Ar-Ra'ad [13]: 4).

Al-Qurthubi (w. 1273 M) menjelaskan dalam tafsirnya bahwa, ayat ini membahas lima hal, di antaranya: Pertama, Firman Allah Swt. "*Dan, di bumi ini terdapat bagian-bagian yang berdampingan.*" Meskipun lafazh tertentu tidak disebutkan, maknanya dipahami sebagai bagian-bagian yang berdampingan dan yang tidak berdampingan. Contohnya seperti dalam firman-Nya "*Pakaian yang melindungimu dari panas*" (QS. An-Nahl [16]: 81), yang juga bermakna pakaian yang melindungimu dari dingin, meskipun tidak disebutkan secara eksplisit.[160]

Kedua, firman Allah, "*yang berdampingan*" mengacu pada negeri-negeri yang berdekatan dengan tanah dan air yang sama. Di tempat-tempat ini, meskipun tanaman dan kebun tumbuh dalam kondisi serupa, hasilnya bisa berbeda, seperti buah yang manis dan masam dari satu dahan. Fenomena ini menunjukkan keesaan dan

---

[159] Dewan Penyelenggara Penafsir Al Qur'an, "*Al Qur'an dan Tafsirnya"* (Semarang: PT. Citra Effhar, 1993), jilid 5, h. 74.

[160] Abu Abdillah Muhammad bin Ahmad Al-Qurthubi, *Al-Jami' Li Ahkam Al-Qur'an*, (Kairo: Darul Kutub Al-Mishriyyah, 1964), jil. 9, h. 281.

kebesaran Allah, serta membuktikan bahwa segala sesuatu terjadi sesuai kehendak-Nya. Ini menolak anggapan bahwa hasil tanaman semata-mata bergantung pada faktor alam, karena jika demikian, semua tanah dan air yang sama akan menghasilkan hasil yang serupa. Perbedaan hasil juga menunjukkan kuasa Allah yang sempurna.

Ketiga, orang-orang yang mengingkari keberadaan Allah Swt. berpendapat bahwa segala sesuatu terjadi secara alami tanpa pencipta. Mereka mengakui keberadaan buah, tetapi menolak adanya Pencipta. Sebagian percaya bahwa buah ada karena sifat alaminya, bukan karena kehendak Tuhan. Namun, kenyataan bahwa buah muncul pada musim tertentu menunjukkan adanya Pencipta yang mengatur semuanya. Jika tidak ada Pencipta, tidak ada alasan mengapa buah harus muncul pada musim tertentu dan bukan pada waktu lain. Pembahasan lebih lanjut tentang ini ada dalam ilmu kalam.

Keempat, firman Allah "*Dan kebun-kebun anggur*" dapat dipahami dengan berbagai bacaan. Al-Hasan (w. 728 M) membaca "*jannatun*" sebagai "kebun-kebun," menandakan Allah menciptakan berbagai kebun. Bacaan lainnya, seperti "*jar*," menunjukkan kebun dan buah-buahan sebagai bagian dari keseluruhan. Beberapa ulama membaca "*jannat*" dengan *rafa'* untuk menunjukkan dua kebun di bumi. Selain itu, "*tanaman-tanaman dan pohon kurma*" dibaca dengan *rafa'* sebagai kelanjutan dari "*jannat*." Bacaan "*shinwanun*" dengan *dhammah* atau *kasrah* mengacu pada kelompok pohon kurma yang tumbuh dari satu akar.[161] Wahbah Az-Zuhaili (w. 2015 M) menjelaskan Kata *ash-Shinwaan* merujuk pada tanaman atau pohon yang memiliki beberapa cabang batang yang tumbuh dari satu batang utama, seperti pohon delima, pohon tin, dan beberapa jenis pohon kurma. Sementara itu, *ghair shinwaan* (yang tidak bercabang) mengacu pada pohon dengan satu batang utama tanpa cabang tambahan, berbeda dari pohon-pohon bercabang.[162]

Kelima, ayat "*Disirami dengan air yang sama*" menunjukkan bahwa semua manusia, baik yang baik maupun yang buruk, berasal dari keturunan Adam a.s. Ini diartikan bahwa meskipun mereka berasal dari sumber yang sama, perbedaan dalam amal dan iman tetap ada, mirip dengan perbedaan buah dari tanaman yang disirami dengan air yang sama.[163] Ibnu Katsir (w. 1374 M) dalam tafsirnya menjelaskan bahwan perbedaan dalam buah-buahan dan tanaman terlihat dari bentuk, warna, rasa, aroma, daun, dan bunga, dengan variasi yang mencakup rasa manis, asam, pahit, segar, serta warna-warna seperti kuning, merah, putih, dan hitam. Meskipun semuanya berasal dari satu sumber, yaitu air, mereka menunjukkan keragaman yang jelas. Semua ini merupakan tanda kebesaran Allah dan kekuasaan-Nya dalam menciptakan berbagai macam hal sesuai kehendak-Nya. Dengan demikian, Allah berfirman, "*Sesungguhnya pada hal yang demikian itu terdapat tanda-tanda (kebesaran Allah) bagi kaum yang berpikir*."[164]

---

[161] Abu Abdillah Muhammad bin Ahmad Al-Qurthubi, *Al-Jami' Li Ahkam Al-Qur'an*, jil. 9, h. 282.

[162] Wahbah Az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir: Akidah, Syariah, & Manhaj*, (Jakarta: Gema Insani, 2013), jilid. 7, h. 110.

[163] Abu Abdillah Muhammad bin Ahmad Al-Qurthubi, *Al-Jami' Li Ahkam Al-Qur'an*, jil. 9, h. 283.

[164] Ismail bin Umar bin Katsir, *Tafsir Ibnu Katsir*, terj. M. Abdul Ghoffar, (Bogor: Pustaka Imam Al-Syafi'i, 2003), jil. 4, h. 477.

Adapun dalam (QS. An-Nahl [16]: 11), Quraish Shihab menyebutkan bahwa, ayat ini menyoroti beberapa tanaman yang paling bermanfaat dan dikenal di kalangan masyarakat Arab, tempat turunnya Al-Qur'an. Allah SWT menumbuhkan tanaman-tanaman ini dengan air hujan, mulai dari yang cepat layu hingga yang berumur panjang dan sangat bermanfaat. Di antaranya adalah zaitun, pohon yang berusia panjang; kurma, yang bisa dimakan mentah atau matang, mudah dipetik, bergizi, dan tinggi kalori; serta anggur, yang bisa dijadikan makanan halal atau minuman haram. Allah juga menumbuhkan berbagai macam buah-buahan lainnya. Semua ini merupakan tanda yang jelas akan keesaan dan kekuasaan Allah.[165]

2. Buah-buahan Sebagai Perumpamaan

Saat Al-Quran memberikan perumpamaan, tujuannya adalah untuk menyampaikan pelajaran tentang hal-hal yang sulit dijelaskan dengan kata-kata. Selain itu, perumpamaan ini juga bertujuan untuk merangsang akal manusia agar berpikir lebih dalam. Sebagaimana firman Allah berikut ini:

اَيَوَدُّ اَحَدُكُمْ اَنْ تَكُوْنَ لَه جَنَّةٌ مِّنْ نَّخِيْلٍ وَّاَعْنَابٍ تَجْرِيْ مِنْ تَحْتِهَا الْاَنْهٰرُ لَه فِيْهَا مِنْ كُلِّ الثَّمَرٰتِۙ وَاَصَابَهُ الْكِبَرُ وَلَه ذُرِّيَّةٌ ضُعَفَآءُۚ فَاَصَابَهَآ اِعْصَارٌ فِيْهِ نَارٌ فَاحْتَرَقَتْۗ كَذٰلِكَ يُبَيِّنُ اللّٰهُ لَكُمُ الْاٰيٰتِ لَعَلَّكُمْ تَتَفَكَّرُوْنَ

> *"Apakah salah seorang di antara kamu ingin memiliki kebun kurma dan anggur yang mengalir di bawahnya sungai-sungai, di sana dia memiliki segala macam buah-buahan. Kemudian, datanglah masa tua, sedangkan dia memiliki keturunan yang masih kecil-kecil. Lalu, kebun itu ditiup angin kencang yang mengandung api sehingga terbakar. Demikianlah Allah menerangkan ayat-ayat-Nya kepadamu agar kamu memikirkan(-nya)."* (QS. Al-Baqarah [2]: 266).

Al-Thabari (w. 923 M) dalam tafasirnya menjelaskan bahwa, ayat ini adalah perumpamaan untuk orang yang berinfak dengan *riya*. Dia menginfakkan hartanya hanya untuk dilihat oleh orang lain, sehingga hartanya habis tanpa menghasilkan pahala dari Allah. Pada hari kiamat, saat dia sangat membutuhkan pahala dari infaknya, dia akan mendapati bahwa pahalanya hangus oleh *riya*, sehingga tidak ada yang tersisa. Ini seperti pemilik kebun yang menghabiskan banyak biaya untuk kebunnya, tetapi ketika dia sangat membutuhkan hasilnya, terutama karena dia memiliki banyak anak yang harus diberi makan, datanglah angin kencang dengan panas yang membakar kebunnya, sehingga dia tidak mendapatkan apa-apa. Begitu pula nasib orang yang berinfak karena riya.[166]

Sama halnya pada (QS. An-Nur [24]: 35) Al-Maraghi (w. 1952 M) menjelaskan bahwa ayat ini merupakan perumpamaan tentang cahaya Allah dan

---

[165] M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Quran*, Volume 7. (Jakarta: Lentera Hati, 2005), h. 195.

[166] Abu Ja'far Muhammad Bin Jarir Ath-Thabari, *Tafsir Ath-Thabari*, terj. Ahsan Askan (Jakarta: Pustaka Azzam, 2009), jil. 1, h. 638.

hidayah-Nya di dalam hati seorang mukmin. Sebagaimana diumpamakan seperti minyak zaitun yang bening, murni hampir menyala sebelum api menyentuhnya, jika api menyentuhnya, maka ia akan bertambah terang dan memancarkan sinar yang berlapis-lapis, demikian pula hati seorang mukmin hampir bereaksi dengan hidayah sebelum ilmu datang kepadanya, dan ketika ilmu datang, hidayahnya akan semakin kuat dan bertambah, hidayah di atas hidayah dan cahaya di atas cahaya.[167]

3. Ibrahim As. Memohon Untuk Dilimpahkan Buah-buahan

Ada banyak ayat yang menekankan pentingnya buah-buahan, yang menunjukkan bahwa makanan utama kita seharusnya didominasi oleh buah-buahan, sementara makanan lainnya hanya sebagai pelengkap, bukan sebaliknya. Contohnya, ketika Nabi Ibrahim a.s berdoa dua kali untuk penduduk Makkah dan keturunannya, beliau meminta agar mereka diberikan rezeki berupa buah-buahan. Allah pun mengabulkan doa tersebut, memberikan buah-buahan sebagai rezeki bagi keturunan Nabi Ibrahim dan seluruh penduduk Mekkah.[168] Sebagaimana firman Allah dalam QS. Al-Baqarah [2]: 126, QS. Ibrahim [14]: 37, dan QS. Al-Qashas [28]: 57.

وَاِذْ قَالَ اِبْرٰهٖمُ رَبِّ اجْعَلْ هٰذَا بَلَدًا اٰمِنًا وَّارْزُقْ اَهْلَه مِنَ الثَّمَرٰتِ مَنْ اٰمَنَ مِنْهُمْ بِاللّٰهِ وَالْيَوْمِ الْاٰخِرِۗ قَالَ وَمَنْ كَفَرَ فَاُمَتِّعُه قَلِيْلًا ثُمَّ اَضْطَرُّهٗٓ اِلٰى عَذَابِ النَّارِۗ وَبِئْسَ الْمَصِيْرُ

> *"(Ingatlah) ketika Ibrahim berdoa, "Ya Tuhanku, jadikanlah (negeri Makkah) ini negeri yang aman dan berilah rezeki berupa buah-buahan (hasil tanaman, tumbuhan yang bisa dimakan) kepada penduduknya, yaitu orang yang beriman di antara mereka kepada Allah dan hari Akhir." Dia (Allah) berfirman, "Siapa yang kufur akan Aku beri kesenangan sementara, kemudian akan Aku paksa dia ke dalam azab neraka. Itulah seburuk-buruk tempat kembali."* (QS. Al-Baqarah [2]: 126).

Muhammad Ali Ash-Shabuni (w. 2021 M) dalam tafsirnya menjelaskan bahwa, Allah Ta'ala menceritakan doa Nabi Ibrahim: *'Ya Tuhan-ku, jadikan Mekah sebagai negeri yang aman.'* Maksudnya, jadikanlah Mekah sebagai tempat yang penuh keamanan dan ketenangan. Ibrahim juga meminta agar Allah memberi rezeki berupa berbagai buah-buahan kepada penduduk Mekah yang beriman, agar mereka bisa fokus beribadah. Allah menjawab bahwa Ia akan memberi rezeki kepada orang kafir juga, tetapi hanya sebentar selama hidup di dunia. Setelah itu, orang kafir akan dipaksa masuk neraka, yang merupakan tempat kembali yang sangat buruk. Allah menjelaskan bahwa rezeki mencakup semua orang, baik yang beriman maupun yang tidak, sedangkan kepemimpinan adalah khusus untuk orang-orang beriman.[169]

---

[167] Ahmad Musthofa Al-Maraghi, *Tafsir Al-Maraghi*, (Mesir: Mustafa al-Babi al-Halabi wa Awladuhu, 1365 H/1946 M), jil. 18, h. 108-109.

[168] Muhammad Hatta A. Fattah, *Tafsir & Studi Ilmiah Tumbuh-tumbuhan Mulia dan Khasiatnya Dalam Al-Qur'an* (Jakarta: Mirqat, 2016), h. 56.

[169] Muhammad Ali Ash-Shobuni, *Sahfwah At-Tafasir*, (Kairo: Dar Ash-Shobuni, 1997), jil. 1, h. 83.

Al-Razi (w. 925 M) menjelaskan bahwa dalam surat ini disebutkan, doa Nabi Ibrahim yang pertama meminta agar lembah itu menjadi negeri yang aman, karena pada waktu itu belum dianggap sebagai negeri. Sedangkan doa yang kedua pada (QS. Ibrahim [14]: 37) terjadi setelah tempat itu sudah menjadi negeri, jadi permintaannya adalah agar tempat itu yang sudah menjadi negeri menjadi tempat yang aman. Allah berfirman: "*Dan berilah mereka rezeki dari buah-buahan*," yang memiliki dua makna: Pertama: Allah tidak mengatakan "berilah mereka buah-buahan secara langsung," melainkan "dari buah-buahan," yang menunjukkan bahwa doa ini meminta agar sebagian buah-buahan sampai kepada mereka. Kedua: maksudnya adalah melalui perdagangan, sehingga pembangunan desa-desa di sekitar Mekkah dapat mendukung penyediaan buah-buahan.[170]

4. Buah-buahan Sebagai Cobaan dan Peringatan

Ujian dari Allah adalah bentuk kasih sayang-Nya, dimaksudkan untuk mengangkat derajat kita. Ujian ini mengukur keimanan, cinta kepada Allah, dan kesabaran kita terhadap ketetapan-Nya. Bagi yang bersabar dan taat, Allah akan memuliakan dan memberikan pahala yang terus mengalir. Pada point ini dijelaskan bahwa Allah akan menguji hamba-hamba-Nya dengan berbagai cobaan, seperti rasa takut, kelaparan, kekurangan harta, kehilangan nyawa, dan kekurangan hasil panen, serta berbagai ujian lainnya. Namun, Allah memberikan kabar gembira bagi orang-orang yang sabar dalam menghadapi musibah, sabar dalam menjauhi segala larangan-Nya, dan sabar dalam menjalankan perintah-perintah-Nya.[171] Sebagaimana firman-firman Allah pada ayat-ayat dibawah ini.

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوْعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْاَمْوَالِ وَالْاَنْفُسِ وَالثَّمَرٰتِۗ وَبَشِّرِ الصّٰبِرِيْنَ

"Kami pasti akan mengujimu dengan sedikit ketakutan dan kelaparan, kekurangan harta, jiwa, dan buah-buahan. Sampaikanlah (wahai Nabi Muhammad,) kabar gembira kepada orang-orang sabar." (QS. Al-Baqarah [2]: 155).

Muhammad Rasyid Ridho (w. 1935 M) mengemukakan dalam tafsirnya bahwa, Ayat diatas tidak menggambarkan kesulitan iman yang dialami oleh sahabat, melainkan mengacu pada orang yang beriman yang terpisah dari keluarga dan seringkali keluar dengan kekurangan. Kemiskinan melanda umat Muslim sejak awal masa mereka hingga setelah penaklukan Mekkah. Kekurangan harta di sini merujuk pada ternak, yang merupakan kekayaan utama orang Arab, sedangkan buah-buahan tetap ada, terutama kurma. Umat Muslim mengalami kekurangan makanan yang parah, terutama selama Perang Ahzab dan Perang Tabuk, dan kekurangan jiwa berarti

---

[170] Fakhruddin Al-Razi, *Mafātīh Al-Ghaib* (Beirut: Dar Ihya al-Turath al-Arabi, ed. ke-3, 1420 H), juz. 19, h. 105.

[171] Abdush Shobur & Haifa Zahra Anggawie, "*Sungguh, Allah Sangat Merindukan Kita*," (Elex Media Komputindo, 2015), h. 50-51.

kematian akibat penyakit di Madinah, yang pada awalnya penuh wabah, namun kemudian iklimnya membaik.[172] Wahbah Az-Zuhaili (w. 2015 M) menjelaskan kata "*tsamarat*" (buah-buahan,) yang dimaksud adalah anak-anak, karena anak dianggap sebagai buah hati seseorang. Allah berfirman demikian agar hati kaum mukminin merasa tenang dan ikhlas menghadapi peristiwa yang tidak terduga di masa depan, serta menerima dengan penuh keridhaan segala takdir dan musibah yang menimpa mereka.[173]

Kemudian pada (QS. Al-Kahf [18]: 42) Sayyid Quthb (w. 1966 M) menafsirkan bahwa seluruh buah-buahan rusak karena hama, pohon anggur roboh dan kering, serta pemiliknya menyesal atas kehilangan harta dan usaha yang sia-sia. Ia sangat menyesal karena sebelumnya menyekutukan Allah dan kini baru mengakui keesaan dan kekuasaan-Nya. Meskipun tidak terang-terangan menyekutukan, kebanggaan terhadap norma-norma duniawi selain iman dianggap sebagai kemusyrikan. Ia menyesal dan berlindung kepada Allah setelah kesempatan untuk bertobat hilang. Allah menunjukkan keesaan-Nya dalam kekuasaan dan pertolongan, dan hanya kekuatan dan balasan-Nya yang abadi dan terbaik.[174]

Pada (QS. Al-A'raf [7]: 130) berkaitan dengan Fir'aun dan kaumnya yang Allah beri cobaan kepada mereka, As-Sya'rawi (w. 1998 M) menafsirkan "*Dan sungguh, Kami telah menimpakan kepada keluarga Fir'aun kemarau yang panjang dan kekurangan buah-buahan*." Kita memahami bahwa "kemarau" berarti kekeringan dan kelaparan. Adapun firman Allah, "kekurangan buah-buahan," menunjukkan bahwa sebagian buah-buahan masih ada, atau mungkin kekeringan terjadi di padang pasir, sementara "kekurangan buah-buahan" terjadi di kota. Dikatakan bahwa satu pohon kurma di kota hanya menghasilkan satu kurma dalam setahun. Mengapa ada satu kurma? Karena rahmat Allah harus tetap ada pada ciptaan-Nya. Jika seluruh pohon kurma tidak menghasilkan satu kurma pun, maka generasi pohon kurma akan terputus; oleh karena itu, Allah menjaga rahmat-Nya tetap ada untuk kita. Firman Allah "*Agar mereka ingat*" mengingatkan manusia bahwa mereka hanyalah wakil di bumi, bukan penguasa mutlak. Manusia sering lupa pada Sang Pencipta ketika hidupnya mudah, dan hanya ingat ketika kesulitan datang. Allah menguji kaum Firaun dengan kesulitan dan kekurangan hasil bumi agar mereka menyadari keterbatasan mereka dan kembali mengingat Tuhan.[175]

5. Buah-buahan Sebagai Rezeki Tak Terhingga

Buah-buahan adalah salah satu bentuk rezeki yang Allah berikan kepada manusia, baik di dunia maupun di surga nanti. Rezeki berupa buah-buahan ini bisa

---

[172] Muhammad Abduh & Muhammad Rasyid Ridho, *Tafsir Al-Manar*, (Mesir: Al-Hay'ah Al-Misriyyah Al-Ammah Li Al-Kitab, 1990), jil. 2, h. 33.

[173] Wahbah Az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir: Akidah, Syariah, & Manhaj*, jil. 1, h. 300.

[174] Sayyid Quthb, *Fī Ẓilāl al-Qur'ān*, terj. As'ad Yasin, dkk,. (Jakarta: Gema Insani, 2003), Jil. 7, h. 319

[175] Muhammad Mutawalli Al-Sya'rawi, *Tafsir Al-Sya'rawi*, (Kairo: Akhbarul Yaum, 1991), jil. 7, h. 313-314.

muncul dalam bentuk yang tidak biasa di suatu masa, dengan variasi yang berbeda-beda. Beberapa ayat Al-Qur'an membahas mengenai hal ini, antara lain:[176]

وَمِنْ ثَمَرٰتِ النَّخِيْلِ وَالْاَعْنَابِ تَتَّخِذُوْنَ مِنْهُ سَكَرًا وَّرِزْقًا حَسَنًاۗ اِنَّ فِيْ ذٰلِكَ لَاٰيَةً لِّقَوْمٍ يَّعْقِلُوْنَ

> *"Dari buah kurma dan anggur, kamu membuat minuman yang memabukkan dan rezeki yang baik. Sesungguhnya pada yang demikian itu benar-benar terdapat tanda (kebesaran Allah) bagi kaum yang mengerti."* (QS. An-Nahl [16]: 67).

Wahbah Az-Zuhaili (w. 2015 M) dalam tafsirnya menjelaskan, buah kurma dan anggur memiliki banyak manfaat, termasuk berbagai minuman seperti cuka, sirup, dan minuman memabukkan sebelum diharamkan. Ini menunjukkan bahwa minuman memabukkan dulunya diperbolehkan. Terdapat bukti nyata bagi orang yang menggunakan akal untuk memahami petunjuk ini. Karena akal adalah hal yang paling mulia, maka semua yang memabukkan diharamkan demi menjaga akal. Di sini, buah yang digunakan untuk membuat minuman memabukkan disebutkan tanpa tambahan sifat apa pun, sementara buah-buahan yang dikonsumsi langsung disebut sebagai "rezeki yang baik" (*rizqan hasanan*). Ini menunjukkan perbedaan antara keduanya, menekankan bahwa minuman memabukkan adalah sesuatu yang buruk. Ayat ini merupakan langkah awal menuju pengharaman *khamar* (minuman memabukkan) dan merupakan ayat pertama yang menyebutkannya. Menurut Ibnu Abbas r.a. (w. 687 M), "*sakar*" dalam ayat ini merujuk pada apa yang haram dari kurma dan anggur, sedangkan "rezeki yang baik" adalah yang halal seperti cuka, selai, kurma, dan kismis.[177]

Kemudian pada (QS. Al-Baqarah [2]: 22), Rasyid Ridho (w. 1935 M) menjelaskan Setelah Allah menyebutkan nikmat penciptaan, tempat tinggal, dan langit sebagai pelindung, Dia menyebutkan nikmat pemberian rezeki, yaitu makanan yang menjaga tubuh, yang merupakan sumber pertumbuhan dan kelangsungan hidup. Allah berfirman: "Dan Dia menurunkan air dari langit, lalu dengan itu Dia mengeluarkan buah-buahan sebagai rezeki untuk kalian." Buah-buahan ini berasal dari tanaman, baik tumbuhan maupun pohon. Petani menyiapkan tanah, menanam benih, dan merawatnya, tetapi mereka tidak memiliki kuasa atas turunnya hujan yang menyiram tanaman, atau proses pertumbuhannya, atau buah yang dihasilkan. Semua itu ada dalam kendali Allah yang Maha Kuasa. Kita harus merenungkan hal ini agar semakin mengagungkan-Nya dan tidak menyekutukan-Nya.[178]

6. Buah-buahan Sumber Gizi Lebah Madu

---

[176] Mastanah, "*Pendidikan Kohesi Sosial Dalam Al-Qur'an dan Implementasinya pada Pendidikan Kontemporer*, " (Sukabumi: CV Jejak, Anggota IKAPI, 2023), h. 236.

[177] Wahbah Az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir: Akidah, Syariah, & Manhaj*, jil. 7, h. 420-421.

[178] Muhammad Abduh & Muhammad Rasyid Ridho, *Tafsir Al-Manar*, jil. 1, h. 157.

Allah telah memberi lebah kemampuan untuk mengonsumsi berbagai jenis buah-buahan. Selain itu, Allah juga mempermudah lebah dalam melakukan perjalanan sejauh dan sesuai keinginannya.[179] Allah Swt. Berfirman:

ثُمَّ كُلِيْ مِنْ كُلِّ الثَّمَرٰتِ فَاسْلُكِيْ سُبُلَ رَبِّكِ ذُلُلًاۗ يَخْرُجُ مِنْۢ بُطُوْنِهَا شَرَابٌ مُّخْتَلِفٌ اَلْوَانُهٗ فِيْهِ شِفَاۤءٌ لِّلنَّاسِۗ اِنَّ فِيْ ذٰلِكَ لَاٰيَةً لِّقَوْمٍ يَّتَفَكَّرُوْنَ

"Kemudian, makanlah (wahai lebah) dari segala (macam) buah-buahan lalu tempuhlah jalan-jalan Tuhanmu yang telah dimudahkan (bagimu)." Dari perutnya itu keluar minuman (madu) yang beraneka warnanya. Di dalamnya terdapat obat bagi manusia. Sesungguhnya pada yang demikian itu benar-benar terdapat tanda (kebesaran Allah) bagi kaum yang berpikir." (QS. An-Nahl [16]: 69).

Al-Maraghi (w. 1952 M) dalam tafsirnya menjelaskan, "*Kemudian makanlah dari segala buah-buahan,*" artinya, wahai lebah, makanlah dari setiap jenis buah yang kamu sukai, baik yang manis, masam, atau yang berada di antara keduanya. (Dan tempuhlah jalan-jalan Tuhanmu yang memudahkan), yaitu, tempuhlah jalan-jalan yang telah diilhami oleh Allah untukmu dalam mencari buah-buahan. Janganlah kamu merasa kesulitan meskipun jalan tersebut mungkin terasa sulit, dan janganlah tersesat dari jalan pulang meskipun jaraknya jauh. Setelah berbicara kepada lebah, Allah menjelaskan manfaatnya kepada manusia karena nikmat tersebut diberikan untuk mereka, lalu berfirman: (Dari perutnya keluar minuman yang berbeda warnanya), yaitu, dari perut lebah keluar madu dengan berbagai warna, kadang putih, kadang kuning, dan terkadang merah, tergantung pada jenis tanaman yang dipilihnya. (Di dalamnya terdapat penyembuhan bagi manusia), karena madu bermanfaat untuk banyak penyakit dan sering digunakan dalam obat-obatan.[180]

7. Buah-buahan Sebagai Sesuatu yang Wajib di Zakati

Dalam surat Al-An'am ayat 141 ini merupakan dalil zakat untuk buah-buahan. Allah berfirman:

وَهُوَ الَّذِيْٓ اَنْشَاَ جَنّٰتٍ مَّعْرُوْشٰتٍ وَّغَيْرَ مَعْرُوْشٰتٍ وَّالنَّخْلَ وَالزَّرْعَ مُخْتَلِفًا اُكُلُه وَالزَّيْتُوْنَ وَالرُّمَّانَ مُتَشَابِهًا وَّغَيْرَ مُتَشَابِهٍۗ كُلُوْا مِنْ ثَمَرِهٖٓ اِذَآ اَثْمَرَ وَاٰتُوْا حَقَّه يَوْمَ حَصَادِهٖ وَلَا تُسْرِفُوْاۗ اِنَّه لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِيْنَۙ

"Dialah yang menumbuhkan tanaman-tanaman yang merambat dan yang tidak merambat, pohon kurma, tanaman yang beraneka ragam rasanya, serta zaitun dan delima yang serupa (bentuk dan warnanya) dan tidak serupa

[179] Cindy Dwi Novitasari, dkk,. "Analisis Sarang Lebah Madu Dalam Geometri Matematika Dan Al-Qur'an," dalam *Jurnal Aksioma*, (Lampung: UIN Raden Intan, 2019), vol. 8. No. 1, h. 154.

[180] Ahmad Musthofa Al-Maraghi, *Tafsir Al-Maraghi*, jil. 14, h. 106.

(rasanya). Makanlah buahnya apabila ia berbuah dan berikanlah haknya (zakatnya) pada waktu memetik hasilnya. Akan tetapi, janganlah berlebih-lebihan. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berlebih-lebihan." (QS. Al-An'am [6]: 141).

Muhammad Hasbi Ash-Shiddieqy (w. 1975 M) menjelaskan dalam tafsrinya, Tuhan Yang Maha Kuasa menciptakan kebun-kebun dengan berbagai jenis buah-buahan, termasuk pohon-pohon yang membutuhkan penyangga seperti anggur, dan yang tidak seperti kurma, yang sangat dikenal di wilayah Arab. Meski tumbuh di tanah yang sama dan disiram air yang sama, setiap buah memiliki rasa yang berbeda, baik itu manis, pahit, atau asam. Begitu juga dengan zaitun dan delima, meski tampak serupa, rasanya tetap berbeda. Nikmatilah buah-buahan tersebut saat sudah matang, bahkan sebelum benar-benar matang sekalipun. Bersyukurlah kepada Allah atas nikmat ini dengan menunaikan kewajiban saat panen. Pada awal Islam, zakat belum memiliki batasan tertentu, namun kemudian ditetapkan dengan nishab di Madinah. Hindarilah keborosan, baik dalam makanan maupun dalam bersedekah, karena berlebihan adalah perbuatan yang salah.[181]

Tujuan utama penciptaan buah-buahan adalah untuk dimanfaatkan oleh manusia. Allah berfirman, "Makanlah dari buah-buahannya," yang menunjukkan bahwa makan buah tersebut diperbolehkan. Beberapa pendapat mengatakan perintah ini mengizinkan makan sebelum zakat dikeluarkan, namun tidak ada larangan untuk menikmati hasil tanaman meski ada kewajiban zakat. Ada pula yang berpendapat bahwa makan buah-buahan menunjukkan tujuan penciptaan nikmat adalah untuk dikonsumsi atau disedekahkan. Allah memerintahkan makan terlebih dahulu sebelum bersedekah untuk menekankan pentingnya memenuhi kebutuhan diri sendiri sebelum membantu orang lain, sesuai dengan firman-Nya, "*Janganlah kamu melupakan bagianmu dari dunia dan berbuat baiklah sebagaimana Allah telah berbuat baik kepadamu*" (QS. Al-Qashash: 77).[182]

8. Buah Sebagai Sumpah Allah

Para ulama berpendapat bahwa Allah bersumpah dengan menyebut kedua buah ini karena manfaatnya yang besar, yang bisa dihubungkan dengan tujuan penciptaan manusia. Seperti halnya buah-buahan tersebut, manusia juga memiliki potensi untuk memberikan manfaat.[183]

وَالتِّيْنِ وَالزَّيْتُوْنِۙ

"Demi (buah) tin dan (buah) zaitun." (QS. At-Tin [95]: 1).

---

[181] Tengku Muhammad Hasbi Ash-Shiddieqy, *Tafsir Al-Qur'anul Majid An-Nuur*, (Semarang: Pustaka Rizki Putra, 2000), jil. 2, h. 1321-1322.

[182] Fakhruddin Al-Razi, *Mafātīh Al-Ghaib*, jil. 13, h. 164.

[183] Lu'lu Luqyana Amirah Salsabila, dkk,. "Uji Aktivitas Antibakteri Ekstrak Buah Tin *(Ficus Carica L.)*, Terhadap Bakteri *Streptococcus Pneumoniae*," dalam *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, (Jambi, Universitas Batanghari Jambi, 2024), h. 974.

Muhammad Hasbi Ash-Shiddieqy (w. 1975 M) dalam tafsirnya, Allah bersumpah dengan tin, yang bisa merujuk pada buah tin atau sebuah tempat di Suriah, dan dalam konteks ini, tin melambangkan periode manusia pertama saat Adam dan Hawa menutupi aurat mereka dengan daun tin di taman surga. Allah juga bersumpah dengan zaitun, yang juga bisa berarti buah zaitun atau tempat di Suriah. Zaitun di sini merujuk pada masa Nabi Nuh, ketika Allah membinasakan kaumnya dengan banjir, namun menyelamatkan Nuh dan pengikutnya di kapal. Setelah banjir surut, burung membawa sehelai daun zaitun, menandakan bahwa air bah telah surut dan bumi siap dihuni kembali. Secara keseluruhan, tin dan zaitun mengingatkan kita pada dua periode penting: masa Adam sebagai manusia pertama dan masa Nuh sebagai manusia kedua.[184] Kemudian Hamka (w. 1981 M) menjelaskan, kedua buah tersebut dijadikan sumpah oleh Tuhan untuk menarik perhatian. Buah tin dipilih karena merupakan buah yang terkenal untuk dikonsumsi, sedangkan buah zaitun dipilih karena dari buah ini dapat diambil minyak dan diproses lebih lanjut.[185]

9. Labu
   Allah Swt. Berfirman:

   وَاَنْۢبَتْنَا عَلَيْهِ شَجَرَةً مِّنْ يَّقْطِيْنٍۚ

   "Kami kemudian menumbuhkan tanaman sejenis labu untuknya." (QS. As-Shaffat [37]: 146).

Ali Al-Syaukani (w. 250 H) dalam tafsirnya menjelaskan, "kami menumbuhkan untuknya sebuah pohon dari jenis labu," yang memberikan naungan. Beberapa pendapat menyebutkan bahwa makna عَلَيْهِ adalah "di dekatnya" atau "di sisinya," sementara yang lain mengatakan bahwa makna tersebut adalah "untuknya." الْيَقْطِينُ merujuk pada pohon labu. Menurut Al-Mubarrad (w. 210 H), الْيَقْطِينُ adalah pohon merambat yang tidak memiliki batang, seperti labu dan semangka; jika memiliki batang, maka disebut pohon (شَجَرَةٌ). Pendapat ini juga dipegang oleh Al-Hasan (w. 728 M), Muqatil, dan lainnya. Sa'id bin Jubair berpendapat bahwa الْيَقْطِينُ adalah tanaman yang tumbuh dan mati dalam tahun yang sama. Al-Jauhari (w. 1003 M) menyebutkan bahwa الْيَقْطِينُ adalah pohon tanpa batang, mirip dengan labu. Az-Zajjaj (w. 311 H) menjelaskan bahwa istilah الْيَقْطِينُ berasal dari قَطَنَ بِالْمَكَانِ, yang

[184] Tengku Muhammad Hasbi Ash-Shiddieqy, *Tafsir Al-Qur'anul Majid An-Nuur*, jil. 5, h. 4637-4638.

[185] Abdul Malik Abdul Karim Amrullah, *Tafsir Al-Azhar*, (Singapura: Pustaka Nasional PTE LTD Singapura, 2003), jil. 10, h. 8045.

berarti menempati tempat, dan ada juga yang berpendapat bahwa ini adalah istilah non-Arab.[186]

Pada ayat ini labu juga diperuntukkan untuk Nabi Yunus, yang mana Ketika Allah melemparkan beliau keluar dari perut ikan paus ke pantai yang kosong, tanpa tumbuhan atau naungan, dan Nabi Yunus dalam keadaan sakit karena kesulitan yang dialaminya. Lalu, "Kami menumbuhkan di atasnya sebuah pohon dari jenis labu," yang dimaksud adalah pohon labu yang menaunginya dan melindunginya dari terik matahari. Ini adalah pohon labu dengan daun-daun lebar. Ibn Juzay menjelaskan bahwa labu dipilih karena daunnya yang besar, naungannya yang sejuk, dan tidak menarik lalat, yang mana penting karena tubuh Yunus yang keluar dari laut tidak dapat menahan kehadiran lalat. Ini merupakan bentuk perlindungan dan kasih sayang Allah. Ketika Yunus telah pulih dan kuat kembali, Allah mengembalikannya kepada kaumnya.[187]

10. Pisang

Dalam Al-Qur'an, pisang disebut sebagai salah satu buah-buahan yang ada di surga, seperti yang dijelaskan dalam surat Al-Waqi'ah,

وَّطَلْحٍ مَّنْضُوْدٍۙ

"Pohon pisang yang (buahnya) bersusun-susun." (QS. Al-Waqi'ah [56]: 29).

Fakhruddin Ar-Razi (w. 925 M) berpendapat bahwa "*talh*" merujuk pada pohon pisang. Diriwayatkan bahwa Ali bin Abi Talib pernah mendengar seseorang membaca ayat "وَطَلْحٍ مَنْضُود" dan bertanya tentang arti talh. Ali berpendapat seharusnya tertulis "وَطَلْعٍ" seperti dalam ayat lain, "لَهَا طَلْعٌ نَضِيدٌ" (Qaf: 10). Ia mengatakan bahwa meskipun mushaf mencatat seperti itu, mushaf tidak bisa diubah. Pendapat ini menunjukkan mukjizat Al-Qur'an dan kecerdasan Ali. Ali, yang fasih dalam bahasa Arab, memahami bahwa "*talh*" lebih tepat dibandingkan "طَلْع" dan menyadari bahwa penjelasan dalam mushaf sudah benar. Hal ini juga didukung oleh fakta bahwa jika yang dimaksud adalah "طَلْعٌ," akan ada pengulangan yang tidak bermanfaat, sementara jika "طَلْح" yang dimaksud, ada manfaat dalam pengertian "وَفَاكِهَةٍ كَثِيرَةٍ". Kata "مَنْضُود" bisa merujuk pada daun atau buah. Yang dimaksud di sini adalah daun, karena pohon pisang memiliki daun-daun yang bertumpuk dari bawah hingga atas. Daun-daun pisang, mirip dengan tanaman gandum, bertumpuk dan semakin tinggi, dengan daun-daun yang lebih tua dan lebih muda. Berbeda

[186] Muhammad bin Ali Al-Syaukani, *Tafsir Fathul Qadir*, di tahqiq dan di takhrij oleh Sayyid Ibrahim, (Jakarta: Pustaka Azzam, 2008), jil. 9, h. 584.
[187] Muhammad Ali Ash-Shobuni, *Sahfwah At-Tafasir,* jil. 3, h. 40.

dengan pisang di dunia, yang memiliki celah antara daunnya, pisang di akhirat memiliki daun yang saling terhubung secara penuh.[188]

Quraish Shihab menjelaskan bahwa, *thalh* bisa merujuk pada pohon pisang atau pohon kurma. Ada juga yang menggambarkannya sebagai pohon dengan batang yang sangat kuat, dahan yang panjang dan tinggi, serta banyak duri. Daunnya sangat hijau, memiliki duri namun tidak mengganggu, dan memancarkan aroma yang harum.[189]

B. Buah-buahan yang Tumbuh di Surga

Surga digambarkan sebagai tempat yang penuh dengan kenikmatan dan keindahan, di mana buah-buahan menjadi salah satu simbol keberkahan dan kebahagiaan. Dalam pembahasan ini, kita akan mengeksplorasi berbagai ayat Al-Qur'an yang menggambarkan keanekaragaman dan kelimpahan buah-buahan yang disediakan bagi para penghuni surga.

1. Nikmat dan Kelimpahan Buah-Buahan

Nikmat dan kelimpahan buah-buahan di surga menjadi tema penting dalam Al-Qur'an, di mana salah satu ayat yang menegaskan keberagaman tersebut terdapat dalam QS. Ar-Rahman (55): 68 yang menyatakan bahwa di dalam surga terdapat berbagai jenis buah-buahan yang melimpah.

فِيْهِمَا فَاكِهَةٌ وَّنَخْلٌ وَّرُمَّانٌ

"Di dalam keduanya ada buah-buahan (antara lain) kurma dan delima." (QS. Ar-Rahman [55]: 68).

Wahbah Az-Zuhaili (w. 2015 M) menyebutkan dalam tafsirnya, Di dalam kedua surga itu terdapat berbagai jenis buah-buahan yang berlimpah, termasuk kurma dan delima. Penyebutan kurma dan delima secara khusus bukanlah sekadar pengulangan dari jenis buah-buahan umum yang telah disebutkan sebelumnya, seperti yang dikatakan oleh Bukhari dan lainnya. Sebaliknya, hal ini karena kurma dan delima memiliki nilai kebaikan yang lebih tinggi dan manfaat yang lebih banyak dibandingkan buah-buahan lainnya. Kedua buah ini memiliki keutamaan khusus karena selalu tersedia, menjadi sumber makanan dan obat, serta dapat ditemukan sepanjang tahun, baik di musim gugur maupun musim dingin. Pada ayat sebelumnya (ayat 52), Allah SWT berfirman bahwa di dalam kedua surga itu terdapat berbagai macam buah-buahan yang berpasangan.[190]

Dalam tafsir mengenai buah-buahan di surga, Ibnu Katsir (w. 1374 M) menguraikan perbandingan antara dua ayat yang menyebutkan buah-buahan secara umum dan khusus. Di satu sisi, dalam ayat yang berbunyi*: "Di dalam keduanya*

---

[188] Fakhruddin Al-Razi, *Mafātīh Al-Ghaib*, jil. 29, h. 405.

[189] M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Quran*, Vol. 13, h. 555.

[190] Wahbah Az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir: Akidah, Syariah, & Manhaj*, jil. 14, h. 262-263.

terdapat segala jenis buah-buahan yang berpasangan" (QS. Ar-Rahman [55]: 52), disebutkan buah-buahan secara umum yang menunjukkan keberlimpahan dan keragaman. Di sisi lain, dalam ayat lain disebutkan secara spesifik, seperti kurma dan delima (QS. Ar-Rahman [55]: 68). Menurut Ibnu Katsir (w. 1374 M), penyebutan kurma dan delima secara khusus adalah bentuk *"atf al-khas 'ala al-'aam"* (penyebutan yang khusus setelah yang umum), yang menunjukkan keistimewaan dan kemuliaan kedua buah ini dibandingkan dengan buah-buahan lainnya.[191]

Hal ini juga ditegaskan oleh para ulama, seperti yang disampaikan oleh Al-Bukhari (w. 870 M) . Selain itu, ada riwayat dari Umar bin Khattab (w. 644 M) yang menegaskan keberadaan buah-buahan seperti kurma dan delima di surga. Ketika beberapa orang Yahudi bertanya kepada Rasulullah tentang makanan di surga, beliau menjawab bahwa di sana terdapat buah-buahan, kurma, dan delima. Mereka juga bertanya apakah manusia akan makan seperti di dunia, dan Rasulullah menjawab bahwa mereka akan makan dengan lebih banyak, namun tanpa kebutuhan buang air, karena Allah akan menghilangkan sisa makanan melalui keringat yang beraroma wangi. Kemudian, riwayat lain dari Ibnu Abbas (w. 687 M) menggambarkan keindahan pohon-pohon kurma di surga. Daun-daun kurma dijadikan pakaian untuk penghuni surga, batangnya dari zamrud hijau, dan buahnya lebih manis dari madu serta lebih lembut dari mentega, tanpa biji. Hadis dari Abu Sa'id al-Khudri (w. 694 M) juga menggambarkan bahwa buah delima di surga sangat besar, bahkan seukuran unta besar. Ini menunjukkan betapa luar biasa kenikmatan surga yang disediakan bagi para penghuni.[192]

Dalam QS. Al-Waqi'ah (56): 32 Allah berfirman,

وَفَٰكِهَةٍ كَثِيرَةٍ ٣٢

"Buah-buahan yang banyak"

Dalam tafsir *Mafātīh Al-Ghaib* mengenai buah-buahan dalam QS. Al-Waqi'ah ayat 32 menyoroti tiga poin utama. Pertama, hikmah mendahulukan penyebutan pepohonan yang berdaun dibandingkan pohon-pohon yang menghasilkan buah adalah untuk menekankan kenikmatan yang meningkat, di mana buah-buahan dianggap sebagai nikmat yang lebih sempurna. Kedua, pohon-pohon berdaun disebut dengan daun-daunnya karena keindahannya terletak pada saat daun masih berada di pohon, sedangkan buah disebutkan dengan buahnya sendiri karena diinginkan baik saat masih di pohon maupun setelah dipetik. Ketiga, buah-buahan digambarkan dengan kelimpahannya, bukan sekadar kelezatannya, karena buah-buahan di surga tidak sekadar untuk memenuhi kebutuhan, melainkan sebagai sarana kenikmatan, sehingga Allah menekankan kelimpahan dan variasinya.[193]

---

[191] Ibnu Katsir, *Tafsīr Al-Qurān Al-Adzīm* Jil. 7, h. 507.
[192] Ibnu Katsir, *Tafsīr Al-Qurān Al-Adzīm* Jil. 7, h. 508.
[193] Fakhruddin Al-Razi, *Mafātīh Al-Ghaib*, jil. 29, h. 406.

Hal ini sejalan dengan QS. Yasin [36]: 57, yang menegaskan bahwa penghuni surga akan menikmati buah-buahan yang melimpah sebagai rezeki dari Allah. Allah berfirman,

لَهُمْ فِيْهَا فَاكِهَةٌ وَّلَهُمْ مَّا يَدَّعُوْنَ (يس: ٥٧)

"Di surga itu mereka memperoleh buah-buahan dan memperoleh apa saja yang mereka inginkan" (QS. Yasin [36]: 57)

Kenikmatan tersebut tidak hanya dirasakan secara batin, tetapi juga secara lahiriah. Mereka disuguhi berbagai macam buah-buahan serta segala yang mereka inginkan, sebagaimana disebutkan dalam ayat لَهُمْ فِيْهَا فَاكِهَةٌ وَّلَهُمْ مَّا يَدَّعُوْنَ (mereka memperoleh buah-buahan di dalamnya dan segala yang mereka minta). Dengan kata lain, setiap keinginan mereka akan kenikmatan di surga pasti akan terwujud. Penggunaan frasa لَهُمْ فِيْهَا فَاكِهَةٌ tanpa disertai kata يأْكُلُوْنَ (mereka makan) mengisyaratkan bahwa mereka memiliki kebebasan untuk memilih, memiliki, dan menguasai segala yang ada.[194]

Dalam Tafsir *Al-Thabari*, penjelasan mengenai ayat "لَهُمْ فِيهَا فَاكِهَةٌ" (QS. Yasin [36]: 57) mengacu pada nikmat yang disediakan bagi penghuni surga. Tafsir ini menegaskan bahwa ayat ini ditujukan kepada orang-orang yang disebutkan sebelumnya, yaitu penghuni surga, dan menekankan bahwa mereka akan mendapatkan buah-buahan yang berlimpah di dalamnya. Selanjutnya, frasa " وَلَهُمْ مَا يَدَّعُونَ" berarti bahwa mereka akan mendapatkan segala yang mereka inginkan dan impikan. Penafsiran ini menunjukkan bahwa di surga, tidak hanya buah-buahan yang disediakan, tetapi juga segala sesuatu yang diinginkan oleh penghuni surga, mencerminkan sifat kasih sayang dan kemurahan Allah kepada mereka. Al-Thabari (w. 1036 M) juga merujuk pada ungkapan dalam bahasa Arab yang mengatakan " دع عليّ ما شئت" yang berarti *"Tunaikanlah harapanku."* Ungkapan ini mempertegas bahwa penghuni surga akan mendapatkan apa yang mereka inginkan sebagai bentuk balasan bagi amal baik mereka selama di dunia. Dengan demikian, ayat ini mencerminkan keragaman dan kelimpahan nikmat yang akan dinikmati oleh para penghuni surga, mengingatkan kita akan keadilan dan rahmat Allah yang tak terhingga.[195] Sebagaimana dalam QS. Sad [38]: 51, para penghuni surga akan mendapatkan berbagai jenis buah-buahan yang banyak.

---

[194] Wahbah Az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir: Akidah, Syariah, & Manhaj,* Jil. 12, h. 52

[195] Muḥammad ibn Jarīr al-Ṭabarī, *Jāmi' al-Bayān fī Ta'wīl al-Qur'ān,* (Beirut: Mu'assasat al-Risālah, 1420 H/2000 M), jil. 20, h. 539.

مُتَّكِـِٕيْنَ فِيْهَا يَدْعُوْنَ فِيْهَا بِفَاكِهَةٍ كَثِيْرَةٍ وَّشَرَابٍ (ص: ٥١)

"Di dalamnya mereka bersandar (di atas dipan-dipan) sambil meminta buah-buahan yang banyak dan minuman (di surga itu)." (QS. Shad [38]: 51)

Mereka akan dipanggil (diberi) berbagai macam buah-buahan dan minuman di sana, sambil bersandar di atas dipan-dipan. Hanya saja, buah-buahan dan minuman disebutkan secara khusus di antara berbagai kenikmatan yang mereka nikmati di sana, karena negeri Arab kekurangan buah-buahan dan minuman, sehingga jiwa mereka lebih merindukan dan menginginkannya. Selain itu, penyebutannya mengisyaratkan bahwa makanan mereka di sana semata-mata untuk kesenangan dan kenikmatan, bukan untuk kebutuhan gizi, karena makan biasanya untuk menggantikan yang hilang (dalam tubuh), sedangkan di surga tidak ada yang hilang untuk digantikan.[196]

Dalam tafsir Al-Razi mengenai QS. Sad [38]: 51, Al-Razi (w. 925 M) menjelaskan frasa *"Muttaki'ina fiha"* (mereka bersandar di dalamnya) sebagai keadaan yang dijelaskan sebelum pekerjaannya, yaitu *"mereka menyeru di dalamnya."* Maksudnya, penghuni surga bersandar di dalam surga sambil menikmati aneka buah-buahan dan minuman. Al-Razi menjelaskan bahwa *"buah-buahan yang banyak dan minuman"* merujuk pada berbagai macam buah-buahan dan minuman yang melimpah, dan ini disesuaikan dengan konteks orang-orang Arab yang hidup di daerah yang panas dan minim buah serta minuman. Oleh karena itu, Allah memberikan dorongan bagi mereka dengan menawarkan kenikmatan surga yang penuh dengan buah-buahan dan minuman yang berlimpah. Setelah menjelaskan tentang tempat tinggal, makanan, dan minuman di surga, Allah kemudian menyebutkan kenikmatan lainnya, yaitu pasangan hidup di surga.[197]

Dalam Tafsir *Ruhul Bayan*, penjelasan tentang buah-buahan dalam QS. Sad ayat 51 menekankan betapa nikmat dan melimpahnya karunia Allah di surga. Para penghuni surga akan berada dalam keadaan santai, duduk dengan tenang menikmati kenyamanan dalam posisi bersandar sebagai tanda kenikmatan. Mereka dapat memanggil berbagai jenis buah-buahan yang ada untuk dinikmati, bukan untuk mengisi perut atau menggantikan energi yang hilang seperti di dunia, tetapi murni untuk kepuasan dan kenikmatan. Buah-buahan di surga tidak berfungsi sebagai makanan pokok yang dibutuhkan untuk bertahan hidup, karena tidak ada kebutuhan biologis seperti di dunia. Selain itu, mereka juga dapat menikmati beragam minuman yang melimpah, yang disebutkan Al-Qur'an seperti anggur yang mengalir dari mata air dan sungai, madu, susu, dan lainnya. Semua ini menunjukkan betapa agungnya kenikmatan surga yang diberikan Allah kepada orang-orang yang bertakwa, di mana mereka hidup dalam kebahagiaan yang abadi dengan pengalaman kenikmatan baik jasmani maupun ruhani.[198] Pada ayat lain, Allah berfirman,

---

[196] Ahmad Musthafa Al-Maraghi, *Tafsīr Al-Maraghi*, Jil. 23, hal. 130

[197] Fakhruddin Al-Razi, *Mafātīh Al-Ghaib,* jil. 26, h. 402.

[198] Ismā'il Ḥāqī bin Muṣṭafā al-Istānbulī al-Ḥanafī al-Khalwatī, al-Mawlī Abū al-Fidā', *Rūḥ al-Bayān,* (Beirut: Dar al-Fikr, t.th.), jil. 8, h. 49.

لَكُمْ فِيْهَا فَاكِهَةٌ كَثِيْرَةٌ مِّنْهَا تَأْكُلُوْنَ (الزخرف: ٧٣)

"Di dalam surga itu terdapat banyak buah-buahan untukmu yang sebagiannya kamu makan" (QS. Az-Zukhruf [43]: 73)

Pada ayat ini menerangkan bahwa di dalam surga tersedia banyak buah-buahan untukmu, dan dari buah-buahan tersebut kamu akan makan.[199] Buah-buahan sudah dikenal, dan jenis-jenisnya disebut sebagai *al-fawakih*, sedangkan *al-fākihāni* adalah orang yang menjualnya. Ibnu Abbas (w. 687 M) berkata: "Buah-buahan itu mencakup semua jenis buah, baik yang segar maupun yang kering." Artinya, di surga, mereka memiliki banyak buah-buahan selain makanan dan minuman yang mereka makan darinya.[200]

Dalam Tafsir *Al-Baidhawi* mengenai ayat "لَكُمْ فِيها فَاكِهَةٌ كَثِيرَةٌ" (QS. Az-Zukhruf [43]: 73), dijelaskan bahwa para penghuni surga akan menikmati buah-buahan yang melimpah, di mana mereka akan mengonsumsi berbagai jenis buah tersebut. Penjelasan ini menunjukkan bahwa buah-buahan di surga bukan hanya tersedia dalam jumlah yang banyak, tetapi juga beragam, sehingga para penghuni dapat menikmati berbagai rasa dan jenis yang berbeda. Lebih lanjut, Al-Baidawi (w. 1319 M) menyoroti bahwa rincian tentang kenikmatan dalam makanan dan pakaian yang disebutkan dalam Al-Qur'an, meskipun tampak sederhana jika dibandingkan dengan nikmat lainnya di surga, sangat relevan mengingat kondisi sulit dan kekurangan yang pernah dialami oleh umat manusia di dunia. Penekanan pada kelimpahan buah-buahan ini mencerminkan kasih sayang Allah terhadap hamba-Nya, memberikan penghiburan dan balasan atas segala kesusahan yang mereka alami selama hidup di dunia.[201]

Dalam tafsir *Ruhul Bayan,* buah-buahan yang ada di surga diuraikan sebagai salah satu nikmat yang luar biasa. Dalam QS. Sad ayat 51, disebutkan bahwa selain makanan dan minuman, penghuni surga juga akan menikmati *"banyak buah-buahan."* Penjelasan ini tidak hanya menekankan kuantitas yang melimpah, tetapi juga keragaman jenis dan rasa yang luar biasa nikmat. Buah-buahan ini adalah hal yang sangat disukai oleh manusia di dunia karena rasanya yang lezat dan manfaatnya bagi tubuh. Namun, di surga, buah-buahan ini tidak hanya untuk memenuhi kebutuhan fisik, melainkan semata-mata untuk kenikmatan dan kepuasan. Setiap kali penghuni surga memetik buah, buah serupa akan tumbuh kembali, sehingga pohon-pohon tersebut selalu penuh dengan buah tanpa pernah kosong. Ini menunjukkan kelimpahan tanpa batas yang tidak bisa dibandingkan dengan dunia, karena di sana tidak ada kebutuhan untuk mengganti energi yang hilang atau menutupi kekurangan, melainkan

---

[199] Hamka, *Tafsir al-Azhar*, (Singapura: Kerjaya Printing Industries, 2003), Jil.9, hal. 6567

[200] Abu Abdillah Muhammad bin Ahmad Al-Qurthubi, *Al-Jāmi' Li Ahkāmil Qur'ān,* (Kairo: Darul Kutub Al-Mishriyyah, 1964), Jil. 16, hal. 115

[201] Nāṣir al-Dīn Abū Sa'īd 'Abd Allāh ibn 'Umar ibn Muḥammad al-Shayrāzī al-Baydāwī, *Anwār al-Tanzīl wa Asrār al-Ta'wīl*, (Beirut: Dār Iḥyā' al-Turāth al-'Arabī, 1418 H), jil. 5, h. 96.

semuanya untuk kelezatan semata. Ayat ini juga menggambarkan bahwa kenikmatan fisik seperti makanan, minuman, dan buah-buahan sering diulang dalam Al-Qur'an, meskipun dianggap kecil dibandingkan dengan nikmat lainnya di surga, karena manusia di dunia sering kali mengalami kesulitan dan kekurangan. Oleh karena itu, pengulangan ini dimaksudkan untuk menggerakkan hati mereka agar semakin merindukan surga. Namun, tafsir ini juga menjelaskan bahwa kenikmatan sejati di surga tidak hanya terbatas pada kenikmatan fisik, melainkan juga mencakup kenikmatan ruhani, yang lebih tinggi dan dikhususkan bagi orang-orang yang bertakwa.[202]

2. Keanekaragaman dan Pilihan Buah-Buahan

Al-Qur'an menggambarkan surga sebagai tempat yang tidak hanya penuh kenikmatan, tetapi juga menawarkan keanekaragaman luar biasa dalam hal makanan dan buah-buahan yang disediakan bagi penghuninya. Di antara nikmat terbesar yang disebutkan adalah kelimpahan buah-buahan yang beragam, memperlihatkan betapa luasnya kasih sayang Allah terhadap hamba-hamba-Nya. Allah berfirman,

فِيْهِمَا مِنْ كُلِّ فَاكِهَةٍ زَوْجٰنِۚ (الرحمن: ٥٢)

"Di dalam kedua surga itu terdapat aneka buah-buahan yang berpasang-pasangan" (QS. Ar-Rahman [55]: 52)

Di dalam keduanya terdapat dua jenis dari setiap buah, yakni dua macam, dan keduanya manis dan lezat. Ibnu Abbas (w. 687 M) berkata: 'Tidak ada satu pohon pun di dunia, baik yang manis maupun yang pahit, kecuali ia ada di surga, bahkan buah *hanzhal* (buah pahit) pun ada, namun ia manis di surga.' Ada yang mengatakan, dua macam ini adalah yang segar dan yang kering, keduanya sama-sama unggul dalam hal keutamaan dan kenikmatan.[203]

Dalam Tafsir Al-Nasafy, dijelaskan bahwa frasa "زوجان" merujuk pada adanya dua jenis buah-buahan di surga: satu jenis yang dikenal (صنف معروف) dan satu lagi yang asing atau tidak dikenal (صنف غريب). Penafsiran ini menunjukkan keanekaragaman luar biasa buah-buahan yang disediakan di surga, di mana para penghuninya tidak hanya akan menikmati buah-buahan yang sudah mereka kenal dari kehidupan dunia, tetapi juga akan menemukan jenis-jenis baru yang belum pernah mereka temui sebelumnya.[204]

---

[202] Ismā'il Ḥāqī *Rūḥ al-Bayān*, jil. 8, h. 393.

[203] Abu Abdillah Muhammad bin Ahmad Al-Qurthubi, *Al-Jāmi' Li Ahkāmil Qur'ān,* Jil. 17, hal. 179

[204] 'Abd Allāh ibn Aḥmad al-Nasafī, *Tafsīr al-Nasafī (Madārik al-Tanzīl wa Ḥaqā'iq al-Ta'wīl)*, (Beirut: Dār al-Kalim al-Ṭayyib, 1419 H/1998 M), jil. 3, h. 416.

وَفَاكِهَةٍ مِّمَّا يَتَخَيَّرُوْنَ (الواقعة: ٢٠)

"Dan buah-buahan apa pun yang mereka pilih" (QS. Al-Waqi'ah [56]: 20)

Para pelayan surga itu mengelilingi mereka dengan membawa segala macam buah-buahan yang dipilih oleh mereka. Ayat ini merupakan dalil yang menunjukkan boleh memakan buah-buahan dengan memilihnya terlebih dahulu sebelum menyantapnya.[205] Menurut Al-Maraghi (w. 1946 M), makna dari "*dan buah-buahan dari apa yang mereka pilih"*, artinya, mereka berkeliling memilih berbagai macam buah-buahan yang berbeda, memilih apa yang disukai oleh jiwa mereka, sehingga mereka mengambil apa yang mereka inginkan dan yang mereka idamkan.[206]

Dalam Tafsir Al-Razi mengenai QS. Al-Waqi'ah [56]: 20-21, dijelaskan bahwa penyebutan "الفاكهة" (buah-buahan) dan "اللحمة" (daging) menggambarkan cara menikmati kenikmatan di surga. Al-Razi (w. 925 M) menunjukkan bahwa buah-buahan di surga tidak diikuti oleh kata "الولدان" (anak-anak) yang berputar di sekitar mereka, mengindikasikan bahwa cara memperolehnya berbeda dengan daging, yang lebih bersifat menghormati tamu. Di dunia, buah-buahan sering menjadi pilihan saat tidak lapar, sedangkan daging lebih diinginkan saat lapar. Dalam konteks surga, penghuni akan mendapatkan keduanya tanpa batasan, dan kedatangan daging diumpamakan sebagai tamu yang dihormati. Al-Razi menegaskan bahwa keindahan dan keragaman nikmat surga mencerminkan keadilan dan rahmat Allah yang tak terhingga.[207] Hal ini senada dengan firman-Nya,

وَأَمْدَدْنَٰهُم بِفَٰكِهَةٍ وَلَحْمٍ مِّمَّا يَشْتَهُونَ ٢٢

"*Dan Kami tambahkan kepada mereka buah-buahan dan daging dari jenis yang mereka sukai*." (QS. At-Thur [55]: 22)

Maksudnya, Kami memberikan tambahan buah-buahan dan daging yang berbagai macam dan lezat, meskipun mereka tidak meminta atau menginginkannya. Buah-buahan dan daging disebutkan secara khusus karena keduanya merupakan makanan mewah di dunia.[208] Al-Thabari (w. 923 M) menjelaskan bahwa Allah berfirman tentang orang-orang yang beriman kepada-Nya dan Rasul-Nya, yang diikuti oleh keturunan mereka yang beriman: Allah memberikan kepada mereka tambahan kenikmatan di surga berupa buah-buahan dan daging yang mereka inginkan. Kenikmatan ini adalah bagian dari anugerah surga yang melimpah, sesuai dengan apa yang mereka idamkan dan sukai dari berbagai jenis daging. Tafsir ini

---

[205] Abu Fida' Ismail Ibnu Katsir, *Tafsīr Al-Qurān Al-Aẓīm*, Jil. 7, hal. 521
[206] Ahmad Musthafa Al-Maraghi, *Tafsīr Al-Maraghi*, Jil. 27, hal. 136-137
[207] Fakhruddin Al-Razi, *Mafātīh Al-Ghaib*, Jil. 29, h. 396.
[208] Ahmad Musthofa Al-Maraghi, *Tafsir Al-Maraghi*, jil. 27, h. 27

menekankan bahwa segala keinginan mereka akan dipenuhi dengan limpahan nikmat, tanpa batasan.[209]

يَدْعُوْنَ فِيْهَا بِكُلِّ فَاكِهَةٍ اٰمِنِيْنَۙ (الدخان: ٥٥)

"Di dalamnya mereka dapat meminta segala macam buah-buahan dengan aman dan tentram" (QS. Ad-Dukhan [44]: 55)

Menurut Ibnu Katsir (w. 1374 M) maksud ayat ini adalah apa pun yang mereka minta dari berbagai macam buah-buahan, pasti didatangkan bagi mereka, sedangkan mereka merasa aman, tidak khawatir kehabisan ataupun dilarang. Bahkan manakala mereka meminta, pasti didatangkan kepada mereka.[210]

Tafsir Al-Thabari tentang ayat "يَدْعُونَ فِيهَا بِكُلِّ فَاكِهَةٍ آمِنِينَ" (QS. Al-Waqi'ah [56]: 32) menjelaskan bahwa orang-orang yang bertakwa di surga akan memanggil dan mendapatkan segala jenis buah-buahan yang mereka inginkan. Mereka berada dalam keadaan aman dari kekurangan atau habisnya buah-buahan tersebut, serta dari segala bahaya atau ketidaknyamanan yang biasanya menyertai makanan di dunia. Berbeda dengan buah-buahan dunia yang bisa menyebabkan kekhawatiran akan dampak buruk, buah-buahan surga bebas dari segala jenis kerugian dan tidak pernah habis. Dalam pandangan Qatadah (w. 737 M), "آمِنِينَ" (dalam keadaan aman) diartikan sebagai aman dari kematian, penyakit, dan gangguan setan.[211]

Al-Razi (w. 925 M) memberikan penekanan pada buah-buahan sebagai salah satu kenikmatan penghuni surga sangat mencolok. Mereka akan "memanggil" setiap jenis buah yang mereka inginkan, menikmati berbagai macam buah dengan rasa dan kualitas yang tak tertandingi, dan dalam keadaan aman dari segala gangguan seperti penyakit atau dampak negatif dari konsumsi berlebihan. Berbeda dengan buah-buahan di dunia yang sering kali membawa risiko dan kekhawatiran, buah-buahan di surga tersedia dalam jumlah yang melimpah dan bervariasi, menciptakan pengalaman kuliner yang tak tertandingi. Ini mencerminkan keadaan ideal di mana semua keinginan dapat dipenuhi tanpa batas, menunjukkan betapa besar karunia Allah bagi para penghuni surga, di mana hidup mereka akan abadi dan dipenuhi dengan kebahagiaan serta kebaikan.[212]

3. Buah-Buahan sebagai Bentuk Kenikmatan Spiritual

---

[209] Muhammad bin Jarir al-Tabari, *Jami' al-Bayan fi Ta'wil al-Qur'an,* Jil. 22, h. 474.
[210] Abu Fida' Ismail Ibnu Katsir, *Tafsīr Al-Qurān Al-Adzīm*, Jil. 7, hal. 261
[211] Muhammad bin Jarir al-Tabari, *Jami' al-Bayan fi Ta'wil al-Qur'an,* Jil. 22, h. 53.
[212] Fakhruddin Al-Razi, *Mafātīh Al-Ghaib,* Jil. 27, h. 666.

Buah-buahan dalam konteks kenikmatan surga tidak hanya berfungsi sebagai pemenuhan kebutuhan fisik, melainkan juga memiliki dimensi spiritual. Sebagaimana dalam firman-Nya,

وَّفَوَاكِهَ مِمَّا يَشْتَهُوْنَ ۗ (المرسلات: ٤٢)

"Dan buah-buahan yang mereka sukai" (QS. Al-Mursalat [77]: 42)

Menurut M. Quraish Shihab, Sesungguhnya orang-orang yang takut akan azab Allah akan mendapatkan perlindungan yang menenangkan, sumber-sumber mata air yang mengalir, serta berbagai buah-buahan lezat sesuai keinginan mereka. Sebagai bentuk penghargaan, mereka akan diajak untuk menikmati, "Makan dan minumlah dengan nyaman sebagai imbalan atas amal saleh yang kalian lakukan di dunia. Kami akan memberikan balasan yang besar kepada orang-orang yang berbuat baik." Oleh karena itu, celakalah pada hari itu bagi mereka yang mendustakan kenikmatan surga.[213]

Dalam tafsir Al-Razi mengenai QS. Al-Mursalat (77): 42, dijelaskan bahwa para *muttaqin* (orang-orang yang bertakwa) di surga akan berada dalam naungan yang nyaman, berbeda dengan naungan yang diberikan kepada orang-orang kafir yang tidak melindungi mereka dari panas atau dahaga. Naungan bagi orang-orang yang bertakwa dipenuhi dengan kesejukan dan sumber mata air yang menghilangkan haus, serta mereka menikmati buah-buahan yang mereka inginkan dan dambakan. Kenikmatan ini tidak hanya sebagai pemenuhan fisik, tetapi juga sebagai simbol kebahagiaan dan kepuasan spiritual yang sempurna, mengingatkan bahwa kehidupan akhirat bagi orang-orang yang bertakwa penuh dengan keberlimpahan dan kenikmatan tanpa batas, termasuk buah-buahan yang mereka sukai.[214] Sebagaimana dijelaskan pada firman Allah pada QS. al-Baqarah ayat 25:

وَبَشِّرِ الَّذِيْنَ اٰمَنُوْا وَعَمِلُوا الصّٰلِحٰتِ اَنَّ لَهُمْ جَنّٰتٍ تَجْرِيْ مِنْ تَحْتِهَا الْاَنْهٰرُ ۗ كُلَّمَا رُزِقُوْا مِنْهَا مِنْ ثَمَرَةٍ رِّزْقًا ۙ قَالُوْا هٰذَا الَّذِيْ رُزِقْنَا مِنْ قَبْلُ وَاُتُوْا بِهٖ مُتَشَابِهًا ۗ وَلَهُمْ فِيْهَآ اَزْوَاجٌ مُّطَهَّرَةٌ ۙ وَّهُمْ فِيْهَا خٰلِدُوْنَ (البقرة: ٢٥)

"Dan sampaikanlah kabar gembira kepada orang-orang yang beriman dan berbuat kebajikan, bahwa untuk mereka (disediakan) surga-surga yang mengalir di bawahnya sungai-sungai. Setiap kali mereka diberi rezeki buah-buahan dari surga, mereka berkata, "Inilah rezeki yang diberikan kepada kami dahulu." Mereka telah diberi (buah-buahan) yang serupa. Dan di sana mereka (memperoleh) pasangan-pasangan yang suci. Mereka kekal di dalamnya." (QS. Al-Baqarah [2]: 25)

---

[213] M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah: Kesan, Pesan, dan Keserasian al-Qur'an*, Jil. 14, h. 694

[214] Fakhruddin Al-Razi, *Mafātīh Al-Ghaib*, Jil. 30, h. 780.

Orang-orang beriman akan dimasukkan ke dalam taman-taman indah di surga, di mana sungai-sungai jernih mengalir di bawahnya dan di tepinya tumbuh pepohonan yang rimbun. Menurut Al-Farra (w. 822 M), kata "*jannāt*" (jamak dari "*jannatun*") secara harfiah berarti kebun kurma, sedangkan "*firdaus*" merujuk pada kebun anggur. Yang dimaksud dengan "*jannah*" di sini adalah surga, yaitu negeri yang kekal (*dār al-khulud*) yang disediakan oleh Allah bagi orang-orang yang bertakwa. Surga dengan segala kenikmatannya adalah balasan bagi orang-orang mukmin, dan merupakan janji dari Allah yang harus diimani. Setiap kali mereka mendapatkan buah-buahan sebagai rezeki di surga, mereka akan berkata*: "Ini adalah apa yang telah dijanjikan Allah kepada kita sebagai balasan atas iman dan amal saleh di dunia."* Para pelayan surga akan menyajikan buah-buahan tersebut. Ayat ini menunjukkan bahwa meskipun buah-buahan yang dilihat di surga tampak serupa dengan yang pernah disajikan sebelumnya, rasa dan kenikmatannya berbeda. Oleh karena itu, ketika buah-buahan itu disajikan lagi, para penghuni surga akan mengatakan: "Buah ini mirip dengan yang baru saja diberikan." Namun, setelah mereka memakannya, mereka menyadari perbedaan rasa dan kelezatannya.[215]

Menurut M. Quraish Shihab, jika neraka merupakan balasan bagi orang-orang kafir, maka surga adalah ganjaran bagi orang-orang Mukmin. Sampaikanlah kabar gembira kepada mereka yang beriman kepada Allah, Rasul, dan Kitab-Nya, yang tunduk pada kebenaran tanpa keraguan, serta menjalankan amal-amal saleh, bahwa surga telah dipersiapkan bagi mereka. Di sana, terdapat buah-buahan yang melimpah, pepohonan yang rindang, dan istana-istana indah, serta sungai-sungai yang mengalir di bawahnya. Setiap kali mereka diberikan rezeki berupa buah-buahan di surga, mereka berkata, "Ini mirip dengan yang diberikan kepada kami sebelumnya." Meskipun buah-buahan itu serupa dengan yang mereka kenal, rasanya jauh lebih lezat dan istimewa. Selain itu, mereka juga dianugerahi pasangan yang suci dan tanpa cela. Di surga, mereka akan tinggal abadi, tidak akan pernah keluar dari sana.[216]

فَوَاكِهُ ۚ وَهُمْ مُّكْرَمُوْنَۙ

> *"(yaitu) buah-buahan. Mereka adalah orang-orang yang dimuliakan*." (QS. As-Shaffat [37]: 42).

Ali Al-Syaukani (w. 250 H) menjelaskan, "الْفَوَاكِهُ" adalah bentuk jamak dari "الْفَاكِهَة," yang berarti buah-buahan, baik yang segar maupun kering. Penyebutan buah-buahan ini khusus karena di surga, rezeki utama penghuni surga adalah buah-buahan, menurut salah satu pendapat. Pendapat lain menyebutkan bahwa buah-buahan disebutkan karena mereka merupakan makanan favorit dan utama yang dikonsumsi di surga. Selain itu, buah-buahan sering menjadi pendamping makanan lain, sehingga

---

[215] Tengku Muhammad Hasbi Ash-Shiddieqy, *Tafsir Al-Qur'anul Majid An-Nuur*, (Semarang: Pustaka Rizki Putra, 2000), Jil. 1, hal. 61-62

[216] M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah: Kesan, Pesan, dan Keserasian al-Qur'an*, Jil. 1, hal. 126-127

penyebutannya sudah mencakup makanan yang lain. Kalimat "وَهُمْ تُكْرَمُونَ" *(Dan mereka adalah orang-orang yang dimuliakan)* berfungsi sebagai keterangan kondisi (*hāl*). Ini menunjukkan bahwa penghuni surga akan mendapatkan kemuliaan besar dari Allah, dengan derajat mereka yang tinggi, mendengar firman-Nya, dan bertemu dengan-Nya di surga.[217]

Dalam tafsir Al-Razi dijelaskan bahwa Allah menyediakan buah-buahan bagi para penghuni surga. Menurut Al-Razi (w. 925 M), terdapat dua pandangan terkait buah-buahan ini. Pandangan pertama menyatakan bahwa buah-buahan di surga adalah makanan yang dikonsumsi semata-mata untuk kenikmatan, bukan untuk kebutuhan fisik. Para penghuni surga tidak lagi memerlukan makanan untuk menjaga kesehatan tubuh mereka karena mereka telah diberi tubuh yang sempurna dan kekal. Oleh karena itu, segala yang mereka konsumsi adalah untuk menikmati kenikmatan semata. Pandangan kedua menyatakan bahwa disebutnya buah-buahan bertujuan untuk menunjukkan sesuatu yang lebih tinggi, yakni jika buah-buahan selalu tersedia, maka makanan utama dan lebih penting pun pasti ada. Namun, Al-Razi cenderung memilih pandangan pertama, karena kenikmatan yang diberikan di surga tidak hanya berupa makanan, tetapi juga disertai penghormatan dan kemuliaan yang luar biasa, sebagaimana diungkapkan dalam frasa *"dan mereka dimuliakan"* yang menekankan bahwa konsumsi di surga bukan seperti binatang, melainkan penuh dengan kehormatan.[218]

Pada (QS. Muhammad [47: 15) Al-Thabari (w. 923 M) dalam tafsirnya menjelaskan bahwa ayat ini merupakan ciri-ciri surga yang dijanjikan untuk orang-orang yang bertakwa yaitu mereka yang takut kepada Allah dengan melaksanakan kewajiban dan menjauhi larangan-Nya. Salah satunya yakni mereka akan mendapatkan segala macam buah-buahan dari pepohonan di surga, mereka juga akan memperoleh sungai-sungai yang penuh dengan buah-buahan dan ampunan dari Allah. Allah akan mengampuni dosa-dosa mereka karena mereka telah bertobat, sehingga mereka tidak akan dihukum.[219]

C. Manfaat Buah-buahan dalam Kehidupan

Manfaat buah-buahan dalam perspektif Al-Qur'an dapat dipahami melalui beberapa ayat yang menggambarkan fungsi, khasiat, dan peran buah-buahan dalam kehidupan manusia. Berikut beberapa manfaat utama yang dapat diidentifikasi:

1. Nilai Gizi dan Kesehatan Buah-buahan

Al-Qur'an menyebut buah-buahan sebagai bagian dari rezeki yang baik bagi manusia, memberikan nutrisi dan gizi yang dibutuhkan tubuh. Misalnya, dalam Surah An-Nahl ayat 11,

---

[217] Muhammad bin Ali Al-Syaukani, *Tafsir Fathul Qadir*, di tahqiq dan di takhrij oleh Sayyid Ibrahim, jil. 9, h. 512.

[218] Fakhruddin Al-Razi, *Mafātīh Al-Ghaib,* Jil. 26, h. 332.

[219] Abu Ja'far Muhammad Bin Jarir Ath-Thabari, *Tafsir Ath-Thabari*, terj. Ahsan Askan, jil. 23, h. 477.

يُنۢبِتُ لَكُم بِهِ ٱلزَّرۡعَ وَٱلزَّيۡتُونَ وَٱلنَّخِيلَ وَٱلۡأَعۡنَٰبَ وَمِن كُلِّ ٱلثَّمَرَٰتِۗ إِنَّ فِي ذَٰلِكَ لَأٓيَةٗ لِّقَوۡمٖ يَتَفَكَّرُونَ ١١

"Dengan (air hujan) itu Dia menumbuhkan untukmu tumbuh-tumbuhan, zaitun, kurma, anggur, dan segala macam buah-buahan. Sesungguhnya pada yang demikian itu benar-benar terdapat tanda (kebesaran Allah) bagi orang yang berpikir."

Ayat ini menjelaskan bahwa segala tumbuh-tumbuhan, termasuk zaitun, kurma, anggur, dan berbagai macam buah-buahan, ditumbuhkan oleh Allah melalui air yang Dia turunkan. Ini menunjukkan betapa pentingnya air sebagai sumber kehidupan dan nutrisi bagi semua makhluk hidup. Hamka (w. 1981 M) menjelaskan bahwa keberagaman buah-buahan yang tumbuh di berbagai belahan bumi, baik di timur maupun di barat, mengindikasikan kekuasaan Allah. Meskipun semua tanaman ini disiram dengan air yang sama, mereka dapat menghasilkan berbagai rasa dan bentuk yang berbeda. Hal ini menjadi bukti nyata akan kebesaran ciptaan Allah. Penekanan pada pentingnya memikirkan keanekaragaman ini menegaskan bahwa segala sesuatu yang terjadi di dunia tidaklah kebetulan, melainkan merupakan bagian dari rencana Allah yang sempurna.[220]

Sementara itu, Al-Razi (w. 925 M) menguraikan bahwa Allah menciptakan tanaman dengan dua tujuan utama: pertama, sebagai makanan bagi hewan ternak (seperti rumput dan biji-bijian), dan kedua, sebagai makanan bagi manusia (seperti sayuran dan buah-buahan). Dalam ayat ini, Allah memulai dengan menyebutkan apa yang dapat dijadikan pakan untuk hewan, menunjukkan bahwa perhatian manusia terhadap hewan yang ada di sekitarnya adalah penting. Dalam konteks ini, ada pelajaran moral yang dapat diambil: perhatian terhadap makhluk yang lebih lemah atau bergantung pada kita menunjukkan akhlak yang baik. Razi (w. 925 M) juga mencatat bahwa susunan kalimat dalam ayat-ayat Al-Qur'an sering kali memiliki makna yang dalam. Misalnya, saat Allah menyebutkan makanan manusia sebelum makanan hewan dalam ayat lain, ini menunjukkan bahwa manusia seharusnya lebih memprioritaskan kepentingan diri dan tanggung jawab terhadap orang-orang di sekitarnya.[221]

Beberapa buah seperti kurma dan zaitun disebutkan memiliki khasiat penyembuhan. Dalam Surah Maryam ayat 25, kurma diberikan kepada Maryam untuk kekuatan saat melahirkan.

وَهُزِّيٓ إِلَيۡكِ بِجِذۡعِ ٱلنَّخۡلَةِ تُسَٰقِطۡ عَلَيۡكِ رُطَبٗا جَنِيّٗا ٢٥

"Goyanglah pangkal pohon kurma itu ke arahmu, niscaya (pohon) itu akan menjatuhkan buah kurma yang masak kepadamu."

---

[220] Hamka, *Tafsir Al-Azhar*, jil. 5, h..3892.
[221] Fakhruddin Al-Razi, *Mafātīh Al-Ghaib*, Jil. 19, h. 179.

Dalam ayat QS. Maryam [19]: 25, Allah berfirman kepada Maryam untuk menggoyangkan pohon kurma agar buah yang masak jatuh. Secara ilmiah, manfaat kurma dalam konteks kesehatan, khususnya bagi ibu setelah melahirkan, dapat dijelaskan sebagai berikut:

a. Sumber Energi Cepat Kurma merupakan buah yang kaya akan gula alami seperti glukosa, fruktosa, dan sukrosa, yang dapat memberikan energi cepat. Setelah proses melahirkan yang menguras energi, konsumsi kurma akan membantu memulihkan tenaga secara instan. Ini selaras dengan Tafsir Sa'di, yang menyebut kurma sebagai "طريا لذيذا نافعا" (segar, lezat, dan bermanfaat).[222]

b. Mempercepat Pemulihan Setelah Melahirkan Kandungan kurma yang tinggi akan zat besi dapat membantu meningkatkan hemoglobin dalam darah, yang penting untuk pemulihan pasca-persalinan. Dalam Tafsir Zamaksyari, disebutkan bahwa kurma adalah makanan terbaik untuk wanita yang baru melahirkan (النفساء).[223]

   Hal ini sesuai dengan bukti ilmiah bahwa kurma dapat membantu mencegah anemia pada ibu yang baru melahirkan dan mempercepat pemulihan kesehatan.

c. Merangsang Produksi Oksitosin Kurma mengandung zat yang merangsang produksi hormon oksitosin, yang penting dalam kontraksi rahim setelah melahirkan. Kontraksi ini membantu mengurangi risiko perdarahan dan mempercepat kembalinya rahim ke ukuran normal. Dalam Tafsir Al-Azhar, pentingnya menggoyangkan pohon kurma adalah ajaran usaha, yang juga dapat diinterpretasikan sebagai simbol bahwa usaha fisik (seperti kontraksi rahim) diperlukan untuk pemulihan.[224]

d. Meningkatkan Kesehatan Pencernaan Kurma memiliki serat yang tinggi, sehingga bermanfaat untuk memperlancar pencernaan, mengatasi sembelit yang sering terjadi pasca melahirkan. Dalam Tafsir Zamaksyari, rujukan pada "العجوة" atau jenis kurma yang disebutkan,[225] memiliki khasiat tinggi dalam kesehatan pencernaan, mendukung proses penyembuhan tubuh dengan menjaga fungsi usus tetap baik.

e. Mengandung Antioksidan dan Senyawa Antiinflamasi Kurma kaya akan antioksidan, seperti flavonoid dan fenolik, yang melindungi tubuh dari peradangan dan memperkuat sistem kekebalan tubuh. Ini sangat penting bagi ibu yang baru melahirkan karena tubuh mereka berada dalam kondisi yang rentan terhadap infeksi. Tafsir Zamaksyari menyebut kurma sebagai makanan yang

---

[222] Abd al-Rahman bin Nasir al-Sa'di, *Taysir al-Karim al-Rahman fi Tafsir Kalam al-Mannan*, (Beirut: Mu'assasat al-Risalah, 1st ed., 1420 H/2000 M), h. 491.

[223] Abu al-Qasim Mahmud bin Umar al-Zamakhshari, *Al-Kashshaf 'an Haqa'iq Ghawamid al-Tanzil*, (Beirut: Dar al-Kitab al-'Arabi, 3rd ed., 1407 H), jil. 3, h. 14.

[224] Hamka, *Tafsir Al-Azhar*, jil. 6, h. 4296.

[225] Abu al-Qasim Mahmud bin Umar al-Zamakhshari, *Al-Kashshaf 'an Haqa'iq Ghawamid al-Tanzil*, (Beirut: Dar al-Kitab al-'Arabi, 3rd ed., 1407 H), jil. 3, h. 13.

cocok untuk orang yang sakit (مريض), yang sejalan dengan bukti ilmiah tentang sifat antiinflamasi dari kurma.[226]

Tafsir Zamaksyari dan Sa'di menekankan manfaat kurma secara langsung bagi ibu yang baru melahirkan, sementara Tafsir Al-Azhar menggarisbawahi pentingnya usaha manusia dalam meraih berkah tersebut. Semua ini menunjukkan keselarasan antara ajaran spiritual dan manfaat ilmiah, di mana kurma berperan sebagai sumber gizi yang optimal dalam situasi pasca-melahirkan. Ayat ini mengajarkan bahwa selain bertawakkal, manusia perlu berusaha dalam memperoleh rezeki atau manfaat kesehatan yang Allah berikan.

Dalam sebuah hadis yang diriwayatkan oleh Aisyah r.a, dari Nabi Saw. Bersabda:

عَنْ عَائِشَةَ أَنَّ النَّبِي صلى الله عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ فِي العَجْوَةِ العَالِيَةِ شِفَاءٌ أَوْ إِنَّهَا تَرْيَاقٌ أَوَّلَ البُكْرَة[227]

"Dari Aisyah, bahwasanya Nabi Shall Allahu'alaihiwasallam bersabda: "Di dalam kurma ajwah yang tumbuh di 'Aliyah terdapat obat, atau ia adalah penawar racun (jika dimakan) di pagi hari." (HR. Muslim, 2048)

Para ulama berpendapat bahwa kurma yang dimaksud dalam hadis Nabi SAW, yang memiliki keutamaan melindungi dari racun dan sihir, secara khusus merujuk pada kurma Ajwah Madinah, sebagaimana dijelaskan oleh Al-Nawawi (w. 1277 M) dan Al-Qurtubi (w. 1273 M). Kurma Ajwah 'Aliyah juga termasuk dalam kategori kurma Ajwah Madinah. Namun, jika kurma Ajwah Madinah tidak tersedia, seseorang dapat memakan jenis kurma apa saja dengan harapan mendapatkan keutamaan yang disebutkan dalam hadis. Disarankan agar tetap mengamalkan manfaat ini, meskipun bukan dengan kurma Ajwah Madinah. Memakan tujuh butir kurma, apa pun jenisnya, jika sesuai dengan yang diajarkan Rasulullah SAW, akan memberikan keutamaan tersebut, dan jika tidak, hal itu tidak akan merugikannya.[228]

Pada (QS. Maryam [19]: 23-26), Al-Qurtubi (w. 1273 M) menjelaskan bahwa batang kurma yang dimaksud dalam ayat adalah batang kering yang tidak memiliki cabang atau daun. Allah menunjukkan kekuasaan-Nya kepada Maryam dengan membuat batang kurma tersebut tiba-tiba mengeluarkan daun dan buah. Ibnu Abbas (w. 687 M) menambahkan bahwa batang yang tadinya keropos tiba-tiba mengeluarkan buah kurma dari hijau hingga merah dalam waktu singkat, dan buah

---

[226] Abu al-Qasim Mahmud bin Umar al-Zamakhshari, *Al-Kashshaf 'an Haqa'iq Ghawamid al-Tanzil*, jil. 3, h. 14.

[227] Muslim ibn al-Hajjaj al-Naysaburi, *Sahih Muslim*, Kitab al-Asyribah, Bab Keutamaan Kurma 'Ajwa dan Perlindungannya dari Racun dan Sihir, Hadith No. 2048, h. 124.

[228] Siti Zaleha Ibrahim, dkk,. "Manfaat Buah-buahan Terpilih Dalam Al-Qur'an Dari Perspektif Hadis Nabi Saw dan Sains," dalam *Journal Hadis*, vol. 13, No. 24, h. 24.

tersebut langsung jatuh di depannya.[229] Ruthab (kurma basah) membantu mencegah pendarahan dan mempercepat pemulihan rahim setelah melahirkan karena mengandung hormon mirip *oxytocin*, yang mendukung proses kelahiran. Sementara itu, *Tamr* (kurma kering) memperkuat sel-sel usus dan melancarkan saluran kencing berkat seratnya yang mengatur gerak usus dan memperkuat rahim.[230]

Selain buah kurma, zaitun juga disebutkan dalam Al-Qur'an sebagai buah yang diberkahi. Allah berfirman,

> *"... (Kami menumbuhkan pula) zaitun dan delima yang serupa dan yang tidak serupa. Perhatikanlah buahnya pada waktu berbuah dan menjadi masak. Sesungguhnya pada yang demikian itu benar-benar terdapat tanda-tanda (kekuasaan Allah) bagi kaum yang beriman."* (QS. Al-An'am [6]:99)

Buah zaitun yang banyak diabadikan dalam Al-Qur'an dipandang sebagai simbol kekayaan alam yang memiliki banyak manfaat, baik secara spiritual maupun kesehatan. Dalam konteks ayat yang menyebutkan pentingnya air hujan yang menyebabkan tumbuhnya berbagai jenis tanaman, termasuk zaitun, kita dapat memahami bahwa buah ini tidak hanya sekadar memberikan rasa dan kelezatan, tetapi juga berfungsi sebagai sumber gizi dan obat.[231] Zaitun, dengan karakteristik buah yang beragam, mengandung asam lemak sehat, terutama asam oleat, yang dikenal dapat mengurangi risiko penyakit jantung dan meningkatkan kesehatan jantung secara keseluruhan. Sebagaimana dijelaskan dalam *Tafsir Al-Mawardi*, pohon zaitun dan buahnya memiliki sifat khas yang dapat memberikan nilai kesehatan dan kesejahteraan.[232]

Konsumsi minyak zaitun, yang merupakan hasil olahan dari buah zaitun, sangat dianjurkan dalam pola makan sehat karena kandungan antioksidannya yang tinggi, yang berperan dalam melawan radikal bebas dalam tubuh. Allah berfirman,

وَشَجَرَةً تَخْرُجُ مِن طُورِ سَيْنَآءَ تَنۢبُتُ بِٱلدُّهْنِ وَصِبْغٍ لِّلْـَٰكِلِينَ ٢٠

> *"(Kami tumbuhkan) pohon (zaitun) yang tumbuh di Bukit Sinai, yang menghasilkan minyak dan lauk-pauk pembangkit selera bagi orang-orang yang makan."*

Menurut Tafsir Ibnu Katsir (w. 1374 M), buah zaitun tidak hanya dapat dijadikan lauk pauk, tetapi juga menghasilkan minyak yang berguna. Qatadah

---

[229] Abdul Basith As-Sayyid, *Herba Nabawi: Khasiat Tumbuhan yang Pernah Disebutkan Nabi*, (Solo: Aqwamedika, 2009), h. 64-65.

[230] Nur khasanah, Kandungan Buah-buahan Dalam Al-Qur'an: Buah Tin, *(Ficus Carica L.)*, Zaitun *(Olea Europea L)*, Delima *(Punica Granatum L)*, Anggur *(Vitus Vivivera)*, dan Kurma *(Phoenix Dactylifiera L)*, Untuk Kesehatan, dalam *Jurnal Phenomenon*, vol. 1, No. 1, h. 25.

[231] Hamka, *Tafsir Al-Azhar*, jil. 3, h. 2121.

[232] Abu al-Hasan Ali bin Muhammad al-Mawardi, *Tafsir al-Mawardi; al-Nukat wa al-'Uyun*, (Beirut: Dar al-Kutub al-Ilmiyyah, n.d.), jil. 2, h. 149

menekankan bahwa buah zaitun memiliki nilai gizi yang tinggi, dan di dalamnya terdapat minyak yang dapat digunakan untuk memperkaya cita rasa makanan. Dalam sebuah hadis, Rasulullah Saw. mendorong umatnya untuk mengonsumsi minyak zaitun, menyatakan bahwa pohon zaitun adalah pohon yang diberkati. Hal ini menunjukkan bahwa zaitun bukan hanya lezat, tetapi juga memiliki kualitas spiritual yang penting.[233]

وَقَالَ عَبْدُ بْنُ حُمَيد فِي مُسْنَدِهِ وَتَفْسِيرُهُ: حَدَّثَنَا عَبْدُ الرَّزَّاقِ، أَخْبَرَنَا مَعْمَر، عَنْ زَيْدِ بْنِ أَسْلَمَ، عَنْ أَبِيهِ، عَنْ عُمَرَ؛ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ: "ائْتَدِمُوا بِالزَّيْتِ وَادَّهِنُوا بِهِ، فَإِنَّهُ يَخْرُجُ مِنْ شَجَرَةٍ مُبَارَكَةٍ[234]."

Tafsir al-Azhar melanjutkan dengan menjelaskan bahwa minyak zaitun dari pohon yang tumbuh di bukit Thursina dapat digunakan untuk menyalakan lampu, mengilapkan perabotan, dan menjadi campuran bumbu makanan. Minyak zaitun terkenal sebagai bahan yang serbaguna dan bermanfaat dalam kehidupan sehari-hari. Keberadaan pohon zaitun di wilayah seperti Palestina dan tanah Syam menunjukkan bahwa buah ini tumbuh dalam kondisi lingkungan yang ideal, yang menambah kualitas dan manfaatnya.

Dalam Tafsir Al-Sya'rawy, istilah "dahen" yang berarti lemak, mengacu pada minyak zaitun yang dihasilkan dari pohon zaitun. Tafsir ini menekankan bahwa zaitun digunakan sebagai bumbu yang sangat disukai, terutama oleh mereka yang tinggal di wilayah seperti Sinai dan negara-negara di sekitarnya. Pengalaman penulis saat mencicipi hidangan zaitun di Lebanon menggambarkan kelezatan makanan yang dipadukan dengan minyak zaitun, menegaskan popularitas dan nilai kuliner buah ini.[235]

Dari perspektif *Tafsir Al-Baghawi*, zaitun juga dianggap sebagai salah satu buah yang menunjukkan keragaman ciptaan Allah, di mana setiap jenis memiliki rasa dan manfaat yang berbeda.[236] Dalam pandangan kesehatan, zaitun dapat meningkatkan fungsi pencernaan, membantu menjaga kadar gula darah, dan berperan dalam mengurangi peradangan. Penelitian modern pun mengonfirmasi bahwa konsumsi zaitun secara teratur dapat berkontribusi pada pengurangan risiko beberapa penyakit kronis.

---

[233] Abu al-Fida' Ismail bin Umar bin Kathir al-Qurashi al-Basri al-Dimashqi, *Tafsir al-Qur'an al-'Azim*, (Riyadh: Dar Taybah, 1420 H/1999 M, Jil. 5, h. 471.

[234] Abu Isa Muhammad ibn Isa al-Tirmizi, *Sunan al-Tirmizi*, (Kairo: Dar al-Kutub al-Ilmiyyah, 2007), jil. 3, h. 250, hadis no. 1851,

[235] Al-Sya'rawi, *Tafsir Al-Sya'rawi*, jil. 16, h. 9992.

[236] Abu Muhammad al-Husayn bin Mas'ud al-Baghawi, *Ma'alim al-Tanzil fi Tafsir al-Qur'an*, (Riyadh: Dar Taybah, 4th ed., 1417 H/1997 M), jil. 3, h. 172-173.

2. Peran Buah-buahan dalam Ekonomi dan Kehidupan Sosial

Buah-buahan berperan penting dalam ekonomi dan kehidupan sosial. Selain menjadi sumber gizi, buah-buahan adalah komoditas yang mendukung pendapatan petani dan menciptakan lapangan kerja. Mereka juga memiliki nilai sosial, sering disajikan dalam berbagai acara dan perayaan. Dalam pembahasan ini, kita akan menyoroti kontribusi buah-buahan terhadap perekonomian serta dampaknya dalam interaksi sosial masyarakat.

a. Simbol Kesejahteraan dan Kenikmatan

Buah-buahan sering disebut dalam konteks kehidupan surga, menggambarkan kesejahteraan dan kenikmatan abadi. Contohnya, dalam Surah Al-Waqi'ah ayat 32-33, buah-buahan di Surga digambarkan selalu tersedia tanpa batas.

وَفَٰكِهَةٍ كَثِيرَةٍ ٣٢ لَّا مَقْطُوعَةٍ وَلَا مَمْنُوعَةٍ ٣٣

"(Dan buah-buahan yang banyak).(32)yang tidak berhenti berbuah dan tidak terlarang memetiknya,(33)"

Dalam Tafsir Al-Tsaalabi, dijelaskan bahwa buah-buahan yang tumbuh di surga tidak akan pernah habis ketika dipetik, dan Allah menjanjikan bahwa setiap kali seseorang memetik buah, Dia akan menggantinya dengan dua kali lipat. Hal ini menggambarkan suatu keadaan yang melimpah dan berkelanjutan, di mana para penghuni surga akan merasakan kebahagiaan dan kenikmatan yang tak terputus. Keberadaan buah-buahan ini bukan hanya sebagai sumber makanan, tetapi juga sebagai simbol berkat dan rezeki dari Allah yang tidak terbatas. Dalam konteks ini, kita diajak untuk merenungkan tentang sifat Allah yang Maha Pemurah, yang selalu menyediakan yang terbaik bagi hamba-hamba-Nya.[237]

Menurut Tafsir Al-Baghawi, Ibn Abbas (w. 687 M) menegaskan bahwa buah-buahan di surga tidak akan pernah habis dan selalu tersedia untuk siapapun yang ingin menikmatinya. Berbeda dengan buah-buahan di dunia yang bisa terputus pada musim tertentu atau tergantung pada faktor-faktor eksternal seperti harga, buah-buahan di surga tidak memiliki batasan apapun. Ini menandakan bahwa semua penghuni surga akan merasakan kebebasan dan kenyamanan dalam menikmati nikmat yang telah disediakan. Konsep ini menegaskan keadaan kesejahteraan yang sempurna dan kenikmatan yang abadi, yang hanya bisa ditemukan di surga. Dalam pandangan ini, buah-buahan melambangkan pencapaian spiritual dan materi yang ideal, di mana segala sesuatu berfungsi dalam harmoni untuk memberikan kebahagiaan sejati.[238]

Tafsir Ruhul Bayan memberikan tambahan perspektif dengan menyatakan bahwa di surga terdapat berbagai jenis buah yang selalu tersedia dan tidak terputus pada waktu tertentu. Tidak seperti buah-buahan di dunia yang mungkin hanya tersedia

---

[237] Ahmad bin Muhammad bin Ibrahim al-Thalabi, *al-Kashf wa al-Bayān 'an Tafsīr al-Qur'ān,* (Beirut: Dar Iḥyā' al-Turāth al-'Arabī, 1422 H), jil. 9, h. 208.

[238] Abu Muhammad al-Husayn bin Mas'ud bin Muhammad bin al-Farā' al-Baghawī al-Shāfi'ī, *Ma'ālim al-Tanzīl fī Tafsīr al-Qur'ān*, jilid 5, h. 9.

pada musim tertentu atau terhalang oleh faktor-faktor lain, buah-buahan di surga dapat diakses tanpa batasan apapun. Dengan demikian, tidak ada rintangan yang menghalangi penghuninya untuk menikmati anugerah tersebut. Hal ini mencerminkan kondisi damai dan bahagia yang abadi, di mana setiap individu bebas untuk menikmati nikmat yang Allah sediakan tanpa rasa khawatir akan kehilangan atau ketidaknyamanan. Tafsir ini mengajak kita untuk berpikir tentang pentingnya menikmati hasil kerja keras kita di dunia ini dan bagaimana Allah menjanjikan kehidupan yang lebih baik di akhirat.[239]

b. Swasembada Pangan dan Konservasi Sumber Daya

Al-Qur'an tidak hanya memberikan pedoman spiritual, tetapi juga mencakup prinsip-prinsip penting dalam kehidupan sehari-hari, termasuk pengelolaan sumber daya dan ketahanan pangan. Allah berfirman,

وَأَنزَلْنَا مِنَ ٱلسَّمَآءِ مَآءًۢ بِقَدَرٍ فَأَسْكَنَّٰهُ فِى ٱلْأَرْضِ ۖ وَإِنَّا عَلَىٰ ذَهَابٍۭ بِهِۦ لَقَٰدِرُونَ ١٨
فَأَنشَأْنَا لَكُم بِهِۦ جَنَّٰتٍ مِّن نَّخِيلٍ وَأَعْنَٰبٍ لَّكُمْ فِيهَا فَوَٰكِهُ كَثِيرَةٌ وَمِنْهَا تَأْكُلُونَ ١٩

> *Kami turunkan air dari langit dengan suatu ukuran. Lalu, Kami jadikan air itu menetap di bumi dan sesungguhnya Kami Mahakuasa melenyapkannya. (18) Lalu, dengan (air) itu Kami tumbuhkan untukmu kebun-kebun kurma dan anggur. Di sana kamu mendapatkan buah-buahan yang banyak dan dari sebagiannya itu kamu makan. (19)* (QS. Al-Mu'minun [23]: 18-19)

Penafsiran mengenai turunnya air dari langit dan perannya dalam kehidupan di bumi yang dibahas oleh para mufasir menggambarkan keterkaitan erat antara sumber daya alam dan ketahanan pangan. Tafsir al-Azhar, menyatakan bahwa Allah menurunkan air dengan jangka waktu tertentu, sesuai dengan kehendak-Nya. Air yang turun ini tidak dibiarkan begitu saja, melainkan diatur agar bisa diendapkan ke dalam bumi. Hal ini menunjukkan bahwa sumber daya air dikelola dengan teliti oleh Allah, agar bumi tetap subur dan dapat menopang kehidupan. Air ini menjadi faktor penting dalam menjaga kesuburan tanah, karena ketika air tidak terserap oleh tanah, bumi akan menjadi tandus, tidak dapat ditanami, dan pada akhirnya mengakibatkan kerusakan ekosistem. Ini menegaskan pentingnya konservasi tanah dan air dalam memastikan keberlanjutan produksi pangan. Kehidupan tumbuh-tumbuhan yang didukung oleh air ini juga menciptakan ekosistem yang seimbang, di mana hewan-hewan, dari serangga hingga binatang besar, serta manusia sendiri, bergantung pada sumber daya tersebut. Penafsiran ini menekankan bahwa pengelolaan sumber daya air yang baik adalah bagian dari rencana Tuhan untuk menjaga keseimbangan alam, yang pada akhirnya mendukung ketahanan pangan.[240]

Selain itu, Tafsir Al-Maraghi memperkuat pandangan ini dengan menyoroti bagaimana air yang turun dari langit diatur dengan presisi. Air hujan diturunkan sesuai

---

[239] Ismā'il Ḥāqī, jil. 9, h. 325.
[240] Hamka, *Tafsir Al-Azhar*, jil. 5, h. 4775.

kebutuhan, tidak terlalu banyak sehingga menyebabkan kerusakan, dan tidak terlalu sedikit sehingga tidak mencukupi untuk tanaman dan buah-buahan. Penafsiran ini menggambarkan konsep keseimbangan alam yang menjadi kunci keberhasilan dalam bercocok tanam dan mendukung kehidupan. Al-Maraghi (w. 1952 M) juga mengaitkan fenomena ini dengan kasus-kasus spesifik seperti di Mesir, di mana air Sungai Nil membawa lumpur merah yang berasal dari dataran tinggi Etiopia, sehingga menyuburkan tanah Mesir yang sebelumnya tandus. Dengan air yang teratur, tanah yang semula kering dapat menjadi subur dan siap ditanami. Penjelasan ini menggarisbawahi pentingnya pengelolaan air lintas wilayah serta peran sistem pengairan dalam mempertahankan produktivitas lahan pertanian. Hal ini menekankan bahwa swasembada pangan tidak hanya bergantung pada air yang turun langsung dari langit, tetapi juga pada kemampuan manusia dalam mengelola dan mendistribusikan air dengan bijak, sebagaimana digambarkan melalui kisah Mesir yang mengandalkan Sungai Nil sebagai sumber utama pengairannya.[241]

Lebih lanjut, Ibnu Katsir (w. 1374 M) memberikan pandangan mendalam mengenai peran air sebagai sumber kehidupan bagi kebun-kebun kurma, anggur, dan tanaman lainnya. Allah menurunkan hujan dengan takaran yang sesuai, tidak terlalu banyak sehingga menyebabkan kerusakan, dan tidak terlalu sedikit sehingga tidak cukup untuk memenuhi kebutuhan manusia. Dalam pandangan Ibnu Katsir, air adalah sumber daya yang sangat berharga, dan dengan kuasa-Nya, Allah dapat menghilangkan atau mengubah air tersebut kapan saja, seperti menjadikannya asin atau tidak dapat diakses oleh manusia. Namun, karena kasih sayang-Nya, Allah tetap memberikan air yang dapat diakses dan dimanfaatkan untuk kehidupan. Ibnu Katsir (w. 1374 M) juga menjelaskan bagaimana air yang tersimpan di dalam tanah berperan penting dalam menumbuhkan tanaman dan menghidupkan kebun-kebun. Kebun-kebun tersebut menjadi sumber pangan bagi manusia, yang pada gilirannya, juga menjadi dasar dari ketahanan pangan umat manusia.[242] Penafsiran ini menggambarkan bahwa air tidak hanya penting untuk menumbuhkan tanaman, tetapi juga menjadi bagian dari rahmat Allah yang memungkinkan manusia untuk memanfaatkan sumber daya alam demi keberlangsungan hidupnya.

c. Pembangun Lapangan Kerja

Buah-buahan tidak hanya berperan sebagai sumber gizi, tetapi juga memainkan peran krusial dalam pembangunan lapangan kerja Dalam konteks ini, kita perlu memahami bagaimana produksi buah-buahan dapat menjadi motor penggerak perekonomian lokal dan nasional. Allah berfirman,

> *"Perumpamaan orang-orang yang menginfakkan hartanya di jalan Allah adalah seperti (orang-orang yang menabur) sebutir biji (benih) yang menumbuhkan tujuh tangkai, pada setiap tangkai ada seratus biji. Allah melipatgandakan (pahala) bagi siapa yang Dia kehendaki. Allah Mahaluas lagi Maha Mengetahui."* (QS. Al-Baqarah [2]: 261)

---

[241] Ahmad bin Mustafa al-Maraghi, *Tafsir al-Maraghi*, jil. 18, h. 15.
[242] Ibnu Katasir, *Tafsir al-Qur'an al-'Azim*, jil. 5, h. 470.

Tafsir Al-Sya'rawy menjelaskan bahwa Allah menekankan hubungan antara harta dan aktivitas manusia. Dalam hal ini, harta dianggap sebagai milik Allah yang diberikan kepada manusia melalui usaha dan gerakan mereka. Allah menghargai setiap usaha yang dilakukan untuk mendapatkan harta tersebut. Ketika seseorang menginfakkan sebagian dari harta yang telah ia peroleh, ia sebenarnya sedang melakukan tindakan yang sangat berharga. Hal ini sebanding dengan menanam biji; dari satu biji yang ditanam, akan tumbuh banyak bulir, yang masing-masing berisi biji-biji baru.[243]

Dalam konteks pembangunan lapangan kerja, penanaman biji ini melambangkan investasi dalam sektor pertanian. Ketika seseorang memilih untuk berinvestasi dalam budidaya buah-buahan, mereka tidak hanya berharap untuk mendapatkan hasil dari buah-buahan itu sendiri, tetapi juga untuk membuka peluang kerja bagi orang lain. Misalnya, para petani yang menanam buah-buahan akan memerlukan tenaga kerja untuk proses penanaman, perawatan, dan panen. Ini menciptakan lapangan kerja yang dapat mengurangi angka pengangguran dalam masyarakat.

Tafsir Al-Munir menegaskan bahwa setiap amal baik, termasuk yang dilakukan dalam bidang pertanian, akan mendapatkan balasan yang berlipat ganda dari Allah. Ini menunjukkan bahwa tindakan menanam, dalam hal ini mengembangkan kebun buah, bukan hanya memberikan hasil ekonomi bagi petani, tetapi juga memberikan dampak sosial yang luas.[244] Ketika petani mengolah lahan untuk menanam buah, mereka menciptakan pekerjaan untuk buruh tani, pekerja pengemasan, dan mereka yang terlibat dalam distribusi produk. Hal ini memperkuat ekonomi lokal, meningkatkan pendapatan masyarakat, dan memberikan kesempatan bagi mereka untuk meningkatkan taraf hidup.

Lebih lanjut,Al-Razi (w. 925 M) menekankan bahwa pemahaman tentang hasil yang diperoleh tidak hanya terbatas pada keuntungan materi. Ketika seseorang menanam biji, mereka tidak hanya mendapatkan hasil dari biji tersebut, tetapi juga menciptakan kesempatan baru yang dapat meningkatkan hasil pertanian yang lebih besar.[245] Ini mencerminkan keberhasilan investasi di sektor pertanian. Dengan mengembangkan kebun buah-buahan, seorang petani tidak hanya berkontribusi terhadap pendapatan pribadinya tetapi juga terhadap penciptaan lapangan kerja bagi banyak orang yang terlibat dalam proses pertanian.

D. Hikmah dan Pesan Moral dari Buah-buahan dalam Al-Qur'an

Buah-buahan dalam Al-Qur'an juga disebut sebagai tanda kebesaran dan kekuasaan Allah. Mereka menunjukkan keindahan dan kesempurnaan ciptaan-Nya, seperti disebutkan dalam Surah Al-An'am ayat 99, yang menggambarkan proses tumbuhnya tanaman dan buah sebagai bukti kekuasaan Allah.

---

[243] Al-Sya'rawy, *Tafsir Al-Sya'rawy,* Jil. 2, h. 1148.

[244] Wahbah bin Mustafa al-Zuhayli, *al-Tafsīr al-Munīr fī al-ʿAqīdah wa al-Sharīʿah wa al-Manhaj* (Damaskus: Dār al-Fikr al-Muʿāṣir, ed. kedua, 1418 H), 30 jilid, jil. 3, h. 44.

[245] Fakhruddin Al-Razi, *Mafātīh Al-Ghaib*, Jil. 7, h. 40.

وَهُوَ ٱلَّذِىٓ أَنزَلَ مِنَ ٱلسَّمَآءِ مَآءً فَأَخْرَجْنَا بِهِۦ نَبَاتَ كُلِّ شَىْءٍ فَأَخْرَجْنَا مِنْهُ خَضِرًا نُّخْرِجُ مِنْهُ حَبًّا مُّتَرَاكِبًا وَمِنَ ٱلنَّخْلِ مِن طَلْعِهَا قِنْوَانٌ دَانِيَةٌ وَجَنَّٰتٍ مِّنْ أَعْنَابٍ وَٱلزَّيْتُونَ وَٱلرُّمَّانَ مُشْتَبِهًا وَغَيْرَ مُتَشَٰبِهٍ ۗ ٱنظُرُوٓا۟ إِلَىٰ ثَمَرِهِۦٓ إِذَآ أَثْمَرَ وَيَنْعِهِۦٓ ۚ إِنَّ فِى ذَٰلِكُمْ لَءَايَٰتٍ لِّقَوْمٍ يُؤْمِنُونَ ٩٩

> *"Dialah yang menurunkan air dari langit lalu dengannya Kami menumbuhkan segala macam tumbuhan. Maka, darinya Kami mengeluarkan tanaman yang menghijau. Darinya Kami mengeluarkan butir yang bertumpuk (banyak). Dari mayang kurma (mengurai) tangkai-tangkai yang menjuntai. (Kami menumbuhkan) kebun-kebun anggur. (Kami menumbuhkan pula) zaitun dan delima yang serupa dan yang tidak serupa. Perhatikanlah buahnya pada waktu berbuah dan menjadi masak. Sesungguhnya pada yang demikian itu benar-benar terdapat tanda-tanda (kekuasaan Allah) bagi kaum yang beriman."* (QS. Al-An'am [6]:99)

Buah-buahan dalam Al-Qur'an dijelaskan sebagai salah satu tanda keagungan Allah yang menakjubkan. Dalam Tafsir Al-Azhar, disebutkan bahwa Allah menurunkan air dari langit. Air ini menjadi sumber kehidupan bagi tumbuh-tumbuhan. Air hujan membuat bumi subur dan menciptakan berbagai tumbuhan hijau. Hijau di sini mengacu pada kesuburan, di mana pohon-pohon menghasilkan buah dan biji-bijian yang berlimpah. Contohnya adalah buah-buahan seperti pisang dan jagung.

Pohon-pohon tersebut menghasilkan buah-buahan yang tersusun indah. Buah pisang, misalnya, tumbuh dengan susunan rapi pada tandannya. Kurma, yang juga disebutkan, berbuah dengan lezat dan mudah dipetik oleh manusia. Allah mengingatkan manusia tentang kebun-kebun yang menghasilkan anggur, zaitun, dan delima. Buah-buahan ini memiliki keunikan, baik dalam warna maupun rasa. Meskipun serupa dalam bentuk, rasa dari buah-buahan tersebut bisa berbeda, seperti delima yang sama rupa namun berlain rasa.[246]

Dalam Tafsir Al-Mawardi, konsep kesuburan yang dibawa oleh air hujan juga dijelaskan. Allah mengeluarkan biji-bijian yang tersusun dari tanaman seperti gandum dan jelai. Kurma yang disebutkan, tumbuh dalam tandan yang mudah dijangkau karena ketinggiannya yang rendah. Allah mengajak manusia untuk memperhatikan pohon-pohon ini dan mengagumi keajaiban yang terkandung di dalamnya.[247]

Demikian pula dalam Tafsir Al-Baghawi, kurma yang tumbuh dengan buah yang mudah dipetik oleh manusia diperhatikan sebagai tanda kekuasaan Allah. Kurma dan tanaman lain, seperti anggur, delima, dan zaitun, menghasilkan buah-buahan yang serupa namun berbeda rasa. Allah meminta manusia untuk memperhatikan proses

---

[246] Hamka, *Tafsir Al-Azhar*, jil.1, h. 141.

[247] Abu al-Hasan Ali bin Muhammad al-Mawardi, *Tafsir al-Mawardi; al-Nukat wa al-'Uyun*, jil. 2, h. 149-150.

buah-buahan dari mulai terbentuk hingga matang. Semua ini merupakan bukti nyata dari keagungan Allah yang menciptakan kehidupan dan keberkahan bagi manusia.[248]

Al-Qur'an menekankan pentingnya bersyukur atas rezeki yang diberikan Allah, termasuk buah-buahan. Surah Al-Baqarah ayat 22 mengingatkan manusia untuk bersyukur atas berbagai makanan, termasuk buah, yang dihasilkan dari bumi.

ٱلَّذِى جَعَلَ لَكُمُ ٱلْأَرْضَ فِرَٰشًا وَٱلسَّمَآءَ بِنَآءً وَأَنزَلَ مِنَ ٱلسَّمَآءِ مَآءً فَأَخْرَجَ بِهِۦ مِنَ ٱلثَّمَرَٰتِ رِزْقًا لَّكُمْ ۖ فَلَا تَجْعَلُوا۟ لِلَّهِ أَندَادًا وَأَنتُمْ تَعْلَمُونَ ٢٢

> *"(Dialah) yang menjadikan bagimu bumi (sebagai) hamparan dan langit sebagai atap, dan Dialah yang menurunkan air (hujan) dari langit, lalu Dia menghasilkan dengan (hujan) itu buah-buahan sebagai rezeki untuk kamu. Oleh karena itu, janganlah kamu mengadakan tandingan-tandingan bagi Allah, padahal kamu mengetahui."*

Dalam tafsir Al-Tsa'alabi, ayat ini menggambarkan Allah sebagai pencipta yang telah menyediakan segala kebutuhan manusia. Ketika disebutkan bahwa Allah menjadikan bumi sebagai hamparan, ini menunjukkan bahwa bumi dirancang untuk menjadi tempat tinggal yang nyaman dan subur. Konsep ini mengisyaratkan pentingnya bumi sebagai sarana bagi kehidupan, di mana manusia dapat bertani, mencari nafkah, dan hidup dalam keadilan. Sementara itu, langit disebut sebagai atap, yang melindungi dan menampung berbagai elemen penting, termasuk cahaya matahari dan hujan yang esensial bagi pertumbuhan tanaman.[249]

Tafsir ini juga menekankan peran air sebagai elemen vital yang diturunkan Allah dari langit. Air yang berasal dari hujan bukan hanya memberikan kehidupan, tetapi juga menjadi sumber pertumbuhan berbagai buah-buahan dan tanaman. Dalam konteks ini, Allah mengingatkan manusia tentang nikmat yang diberikan-Nya. Buah-buahan ini, yang merupakan rezeki, menjadi simbol keberkahan dan pemeliharaan Allah kepada makhluk-Nya. Selain itu, berbagai jenis tanaman dan buah menunjukkan keberagaman nikmat yang Allah ciptakan, menciptakan beragam pilihan makanan yang sehat dan bergizi.[250]

Selanjutnya, tafsir Al-Thabari menekankan bahwa ayat ini tidak hanya mengingatkan kita tentang rezeki yang diberikan, tetapi juga mengajak kita untuk menyadari kebesaran Allah dan kekuasaan-Nya. Allah adalah satu-satunya yang mengatur alam semesta dan menentukan apa yang akan diturunkan sebagai rezeki. Dalam konteks ini, kita diingatkan untuk tidak menjadikan sekutu-sekutu bagi Allah, karena semua yang ada di alam semesta ini adalah ciptaan-Nya, dan tidak ada yang

---

[248] Abu Muhammad al-Husayn bin Mas'ud al-Baghawi, *Ma'alim al-Tanzil fi Tafsir al-Qur'an*, (Riyadh: Dar Taybah, 4th ed., 1417 H/1997 M), jil. 3, h. 172-173.

[249] Ahmad bin Muhammad bin Ibrahim al-Thalabi, *Al-Kashf wa al-Bayan 'an Tafsir al-Qur'an*, (Beirut: Dar Ihyā' al-Turāth al-'Arabī, 1st ed., 1422 H/2002 M), jil. 1, h. 167.

[250] Ahmad bin Muhammad bin Ibrahim al-Thalabi, *Al-Kashf wa al-Bayan 'an Tafsir al-Qur'an*, jil. 1, h. 166.

dapat menyamai-Nya. Penyebutan “tandingan” dalam ayat ini menjadi peringatan bahwa menyekutukan Allah dengan yang lain adalah suatu kesalahan besar, terutama ketika kita menyadari bahwa hanya Allah yang menciptakan, memelihara, dan memberikan rezeki kepada kita.[251]

Sementara itu, dalam tafsir Al-Manar, dijelaskan bahwa meskipun manusia memiliki peran dalam bertani dan mengolah tanah, mereka tidak memiliki kekuasaan atas proses-proses alam seperti hujan dan pertumbuhan tanaman. Hujan yang Allah turunkan bukan hanya sekedar fenomena alam, tetapi merupakan bagian dari rencana Ilahi yang menjamin kehidupan manusia. Manusia dapat berusaha, tetapi hasil akhir tetap berada di tangan Allah. Dengan demikian, kesadaran akan hal ini seharusnya mendorong manusia untuk merenungkan kebesaran Allah, agar semakin menghargai nikmat yang telah diberikan.[252]

Secara keseluruhan, Surah Al-Baqarah ayat 22 menyampaikan pesan penting tentang rasa syukur. Nikmat yang berupa makanan, khususnya buah-buahan, merupakan tanda kasih sayang Allah kepada hamba-hamba-Nya. Pengingat bahwa semua yang kita nikmati adalah hasil dari rahmat dan karunia Allah seharusnya mendorong kita untuk bersyukur dan tidak melupakan-Nya.

---

[251] Muhammad bin Jarir al-Tabari, *Jami' al-Bayan fi Ta'wil al-Qur'an*, jil. 1, h. 367-368.

[252] Muhammad Abduh & Muhammad Rasyid Ridho, *Tafsir Al-Manar*, jil. 1, h. 157.

BAB V
PENUTUP

A. Kesimpulan

Buah-buahan memiliki makna yang dalam dan penting dalam konteks kehidupan manusia, baik dari segi material maupun spiritual. Dalam Al-Qur'an, buah-buahan diidentifikasi sebagai simbol dari rezeki Allah yang melimpah, serta merupakan manifestasi dari kekuasaan dan kebesaran-Nya. Buah-buahan yang disebutkan dalam Al-Qur'an, seperti kurma, anggur, delima, labu, pisang, tin, dan zaitun, berfungsi sebagai pengingat bagi umat manusia tentang proses penciptaan dan hubungan antara manusia dengan alam. Surah Al-An'am ayat 99 menjelaskan bahwa Allah mengatur pertumbuhan berbagai jenis tanaman dan buah-buahan di berbagai belahan bumi. Keberagaman ini menunjukkan kekuasaan-Nya yang tidak terbatas, di mana meskipun semua tanaman disiram dengan air yang sama, mereka dapat menghasilkan rasa dan bentuk yang berbeda-beda. Ini mencerminkan bahwa segala sesuatu di dunia ini adalah bagian dari rencana Allah yang sempurna dan memberikan pelajaran bagi umat manusia untuk merenungkan kebesaran ciptaan-Nya.

Al-Qur'an mengajak manusia untuk merenungkan dan bersyukur atas nikmat yang diberikan Allah, termasuk buah-buahan, serta untuk mengelola sumber daya alam dengan bijak. Pengelolaan sumber daya yang baik sangat penting untuk mendukung ketahanan pangan dan keseimbangan ekosistem. Dalam konteks ini, produksi buah-buahan dapat menjadi motor penggerak perekonomian lokal dan nasional, yang berkontribusi pada pembangunan lapangan kerja dan kesejahteraan masyarakat. Oleh karena itu, Al-Qur'an memberikan pedoman spiritual sekaligus prinsip-prinsip penting dalam kehidupan sehari-hari yang mencakup pengelolaan sumber daya dan ketahanan pangan.

Selain itu, Al-Qur'an juga menggambarkan kondisi di surga, di mana terdapat berbagai jenis buah yang selalu tersedia tanpa batasan waktu. Gambaran ini mencerminkan janji Allah akan kehidupan yang lebih baik di akhirat, di mana setiap individu dapat menikmati nikmat yang disediakan tanpa rasa khawatir akan kehilangan. Buah-buahan di surga berfungsi sebagai simbol harapan dan penghiburan bagi umat yang sabar dan bertakwa, mengingatkan mereka akan ganjaran yang akan diterima sebagai imbalan atas kesabaran dan pengorbanan mereka di dunia.

Dengan demikian, buah-buahan dalam Al-Qur'an tidak hanya menjadi simbol rezeki, tetapi juga merupakan ajakan untuk merenungkan kebesaran Allah. Melalui pengertian ini, umat manusia diharapkan lebih peka terhadap nikmat yang diberikan, serta lebih bertanggung jawab dalam mengelola sumber daya alam demi keberlangsungan hidup dan kesejahteraan umat. Dalam kesimpulan ini, terlihat bahwa Al-Qur'an tidak hanya berbicara tentang aspek fisik buah-buahan, tetapi juga menekankan pentingnya syukur dan pengelolaan yang bijak dalam kehidupan sehari-hari.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian mengenai buah-buahan dalam Al-Qur'an yang diteliti atas semua term buah-buahan dalam Al-Qur'an. Penulis menyadari bahwa ada banyak kekurangan dan batasan dalam mengkaji atau menganalisis topik permasalahan yang dipilih. Meskipun demikian, penulis berharap bahwa skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi siapa pun yang membacanya dan dapat memberikan kontribusi bagi penelitian selanjutnya. Selain itu, penulis berharap agar peneliti di masa depan dapat memperdalam analisis dari term buah-buahan dengan memilih salah satu term buah-buahan saja. Saran ini dimaksudkan untuk menjadi acuan dan pedoman bagi peneliti yang akan mengkaji topik semisal.

DAFTAR PUSTAKA

"Buah." *Ensiklopedia Dunia*, Universitas Sains dan Teknologi Komputer. Diakses 1 Agustus 2024. https://p2k.stekom.ac.id/ensiklopedia/Buah#cite_note-:0-3.

Abduh, Muhammad, dan Muhammad Rasyid Ridho. *Tafsir Al-Manar*. Mesir: Al-Hay'ah Al-Misriyyah Al-Ammah Li Al-Kitab, 1990.

Abdullah, Mikrajuddin. *IPA Terpadu SMP dan MTS*. Jakarta: Penerbit Erlangga, 2007.

Abdullah, Nashiruddin Abu Sa'id. *Anwār al-Tanzīl wa Asrār al-Ta'wīl*. Beirut: Dār Iḥyā' al-Turāth al-'Arabī, 1997.

Al-Ashfahani, Ar-Raghib. *Al-Mufrodat Fi Gharibil Qur'an*. Tahqiq Markaz Dirosah Wal Buhuts Maktabah Nazar Al-Baz. Matabah Nazar Musthofa Al-Baz, 1364 M.

Al-Ashfahani, Ar-Raghib. *Kamus Al-Qur'an*. Terj. Ahmad Zaini Dahlan. Depok: Pustaka Khazanah Fawa'id, 2017.

Al-Jallad, Ahmad. *The Arabic Language and Linguistics: An Overview*. London: Routledge, 2019.

Al-Maraghi, Ahmad Musthofa. *Tafsir Al-Maraghi*. Mesir: Mustafa al-Babi al-Halabi wa Awladuhu, 1365 H/1946 M.

Al-Nasafī, Abd Allāh ibn Aḥmad. *Tafsīr al-Nasafī (Madārik al-Tanzīl wa Ḥaqā'iq al-Ta'wīl)*. Beirut: Dār al-Kalim al-Ṭayyib, 1419 H/1998.

Al-Qurthubi, Abu Abdillah Muhammad bin Ahmad. *Al-Jami' Li Ahkam Al-Qur'an.* Kairo: Darul Kutub Al-Mishriyyah, 1964.

Al-Razi, Fakhruddin. *Mafātīh Al-Ghaib*. Beirut: Dar Ihya al-Turath al-Arabi, ed. ke-3, 1420 H.

Al-Sa'di, Abd al-Rahman bin Nasir. *Taysir al-Karim al-Rahman fi Tafsir Kalam al-Mannan.* Beirut: Mu'assasat al-Risalah, ed. pertama, 1420 H/2000 M. H. 491.

Al-Zamakhshari, Abu al-Qasim Mahmud bin Umar. *Al-Kashshaf 'an Haqa'iq Ghawamid al-Tanzil*. Beirut: Dar al-Kitab al-'Arabi, ed. ke-3, 1407 H. Jilid 3, h. 14.

Al-Zamakhshari, Abu al-Qasim Mahmud bin Umar. *Al-Kashshaf 'an Haqa'iq Ghawamid al-Tanzil*. Beirut: Dar al-Kitab al-'Arabi, ed. ke-3, 1407 H. Jilid 1, h. 92.

Al-Zamakhshari, Abu al-Qasim Mahmud bin Umar. *Al-Kashshaf 'an Haqa'iq Ghawamid al-Tanzil*.

Amrullah, Abdul Malik Abdul Karim. *Tafsir Al-Azhar*. Singapura: Pustaka Nasional PTE LTD Singapura, 2003. Jilid 10, h. 8045.

Andarwangi, Tanjong, dkk. "Gaya Hidup Rumah Tangga Dalam Mengonsumsi Buah-Buahan di Bandar Lampung." *Jurnal JIIA* 4, no. 1 (2016). Bandar Lampung: Universitas Lampung.

Anggito, Abi, dan Johan Setiawan. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Sukabumi: CV Jejak, 2018.

Annova, Fauzana. *Metode Penelitian Kepustakaan (Library Research)*. Bandung: CV Media Sains Indonesia, 2022.

Apriluana, Gladys, dan Sandra Fikawati. “Analisis Faktor-Faktor Risiko Terhadap Kejadian Stunting pada Balita (0-59 Bulan) di Negara Berkembang dan Asia Tenggara.” *Media Penelitian dan Pengembangan Kesehatan* 28, no. 4 (2018).

Ash-Shiddieqy, Tengku Muhammad Hasbi. *Tafsir Al-Qur’anul Majid An-Nuur*. Semarang: Pustaka Rizki Putra, 2000.

Ash-Shabuni, Muhammad Ali. *Sahfwah At-Tafasir*. Kairo: Dar Ash-Shobuni, 1997.

Ash-Shufi, Mahir Ahmad. "Mengenal Surga." Solo: Aqwam, 2008. H.

Al-Sya’rawi, Muhammad Mutawalli. *Tafsir Al-Sya’rawi.* Kairo: Akhbarul Yaum, 1991.

Al-Syaukani, Muhammad bin Ali. *Tafsir Fathul Qadir*. Di tahqiq dan di takhrij oleh Sayyid Ibrahim. Jakarta: Pustaka Azzam, 2008.

Al-Thabari, Abu Ja'far Muhammad Bin Jarir. *Tafsir Al-Thabari.* Terj. Ahsan Askan. Jakarta: Pustaka Azzam, 2009.

Audita, Ira, dkk. “Pemetaan Hasil Produksi Buah-Buahan Dengan Teknik Data Mining K-Medoids.” *Jurnal Teknik Mesin, Industri, Elektro dan Informatika* 1, no. 3 (2022).

Az-Zuhaili, Wahbah. *Tafsir Al-Munir: Akidah, Syariah, & Manhaj*. Jakarta: Gema Insani, 2013.

Baqi, Muhammad Fu'ad Abdul. *Al-Mu'jam Al-Mufahras Li Alfaz Al-Qur'an Al-Karim*. Kairo: Daar Al-Kutub Al-Mishriyyah, 1364 M.

Bell, Adrian D. *Plant Form: An Illustrated Guide to Flowering Plant Morphology*. New York: Oxford University Press, 2008.

Budi, Panuwun. *Panduan Praktis Memilih Sayur-mayur dan Buah-buahan*. Yogyakarta: Rumah Baca, 2023.

Daymon, Christine, dan Immy Holloway. *Metode-Metode Riset Kualitatif Dalam Public Relation dan Marketing Communications.* Terjemahan Cahya Wiratma. Yogyakarta: PT Bentang Pustaka, 2008.

Dewan Penyelenggara Penafsir Al Qur’an. *Al Qur’an dan Tafsirnya.* Semarang: PT. Citra Effhar, 1993. Jilid 5, h. 74.

Dian Widianti. “Al-Rumman dalam Al-Qur'an dan Manfaatnya Bagi Kesehatan.” Skripsi, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, 2020.

Evanirosa. *Metode Penelitian Kepustakaan (Library Research)*. Bandung: CV Media Sains Indonesia, 2022.

Fattah, Muhammad Hatta A. *Tafsir & Studi Ilmiah Tumbuh-tumbuhan Mulia dan Khasiatnya Dalam Al-Qur'an.* Jakarta: Mirqat, 2016. H. 56.

Fitriani, Ade Retno dan Suryanawati Suryanawati. "Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Konsumen terhadap Konsumsi Buah Jeruk Siam dan Pepaya di Kecamatan Baturaja Timur." *Jurnal Agribisnis dan Sosial Ekonomi Pertanian (JASEP)* 4, no. 2 (2018).

Fitriani, Rr Deni Widjayatri Yulianti, dan Budhi Tristyanto. “Sosialisasi Pengaruh Stunting terhadap Pertumbuhan dan Perkembangan Anak Usia Dini.” *Murhum: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* 1, no. 2 (2020).

Goodall, Geoffrey A. "Morphological Characteristics of Drupe and Bacca Fruits." *Journal of Botanical Research* 42, no. 2 (2015): 201-215.

Halimah, Dewi Nur. *Buku Pendalaman Materi (BUPERI) Ilmu Pengetahuan Alam: SMP/MTS*. Magelang: Pustaka Rumah C1nta, 2020.

Hamka. *Tafsir Al-Azhar Jilid 9*. Singapura: Kerjaya Printing Industries Pte Ltd, 2003.

Hanum, Isnanita Faridah, dan Laurentius Josephus Gerardus Van der Maesen. *PROSEA: Plant Resources of South-East Asia 11, Auxiliary Plants.* Jakarta: Yayasan Obor Indonesia, 1997.

Hasanuddin, dkk. *Anatomi Tumbuhan*. Aceh: Syiah Kuala University Press, 2017.

Ḥāqī, Ismā'il. *Rūḥ al-Bayān*. Beirut: Dar al-Fikr, T.Th.

Ibn Al-Jawzi, Abdul Rahman. *Zad Al-Masir fi Ilmi at-Tafsir*. Beirut: Dar al-Kitab al-Arabi, 1984. H. 51-52.

Ibn Katsir, Ismail bin Umar bin. *Tafsir Ibnu Katsir*. Terj. M. Abdul Ghoffar. Bogor: Pustaka Imam Al-Syafi'i, 2003. Jilid 4, h. 477.

Ibn Manzur. *Lisan al-Arab*, Jilid 4. Beirut: Dar al-Sadir, 1990.

Ibrahim, Sulaiman. "Pelestarian Lingkungan Hidup Dalam Perspektif Al-Qur'an: Kajian Tafsir Maudu'iy." *Jurnal Ilmiah AL-Jauhari: Jurnal Studi Islam dan Interdisipliner* 1, no. 1 (2016).

Indira, Irene Ayu. "Perilaku Konsumsi Sayur dan Buah Anak Prasekolah di Desa Embatau Kecamatan Tikala Kabupaten Toraja Utara." *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia* 11, no. 4 (2015).

Ismail, Saminan, dan Mustanir Yahya. *Sains Dalam Al-Qur'an*. Aceh: Syiah Kuala University Press, 2023.

Jumanta, dkk. LingkarKata. *Buku Pintar Tumbuhan*. Jakarta: PT Elex Media Komputerindo, 2019.

Karmana, Oman. *Biologi*. Jakarta: Grasindo Media Pratama, 2008.

Keumalasari, Dewi. *Raih KSN Biologi*. Jakarta: PT Gramedia Widiasarana Indonesia, 2021.

Khomsah, Ali, dan Anwar, Faisal. *Sehat Itu Mudah, Wujudkan Hidup Sehat Dengan Makanan Tepat*. Jakarta: Hikmah PT Mizan Publika, 2008.

Komarayanti, Sawitri. "Ensiklopedi Buah-Buahan Lokal Berbasis Potensi Alam Jember." *Jurnal Biologi dan Pembelajaran Biologi* 2, no. 1 (2017). Jember: Universitas Muhammadiyah Jember.

Kurnaini, Dian. "Buah-buahan Dalam Perspektif Al-Qur'an." *Skripsi*. Banten: Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Malik Ibrahim, 2021.

Lincoln, Yvonna Sessions, dan Egon Guba. *Naturalistic Inquiry*. Beverly Hills: Sage Publications, 1985.

Malichah, Tutik. *Buah-Buahan Dalam Al-Qur'an (Kajian Tematik).* Semarang: UIN Walisongo, 2016. Diakses pada 23 Maret 2023.

Mastanah. "Pendidikan Kohesi Sosial Dalam Al-Qur'an dan Implementasinya pada Pendidikan Kontemporer." Sukabumi: CV Jejak, Anggota IKAPI, 2023. H. 236.

Mauseth, James D. *Botany: An Introduction to Plant Biology*. Jones & Bartlett Publishers, 2014.

Murwani, Endang Ariati. *Botani Farmasi*. Yogyakarta: PT Kanisius, 2017.

Novita, Aisar. "[Penuntun Praktikum] Morfologi & Anatomi Tumbuhan." Kumpulan Berkas Kepangkatan Dosen, 2023.

Novitasari, Cindy Dwi, dkk. "Analisis Sarang Lebah Madu Dalam Geometri Matematika Dan Al-Qur'an." Dalam *Jurnal Aksioma*. Lampung: UIN Raden Intan, 2019. Vol. 8, No. 1, h. 154.

Nurjanah, Nunung, dan Ihsan, Nur. *Ancaman Di Balik Segarnya Buah & Sayur*. Jakarta: Pustaka Bunda, 2013.

Nursa, Indrabayu. *Perancangan Ebook Visual Untuk Mengenalkan Buah Lokal Eksotik: Upaya Menjaga Imun Tubuh Remaja di Masa Pandemi*. Disertasi, Universitas Katholik Soegijapranata Semarang, 2022. Diakses pada 20 Maret 2023.

Pamungkas, Sekar Jati, dan Alamsyah, Muhammad Radian Nur. *Keanekaragaman Zingiberaceae & Rutaceae di Kebun Sidotopo*. Magelang: Pustaka Rumah C1nta, 2021.

Pangkalan Ide. "Health Secret Of Pepino: Mencicipi Pepino si Buah Ajaib, Pendatang Baru Asal Pegunungan Andes Sebagai Obat Dewa." Jakarta: PT Alex Media Komputindo, 2010.

Prasetyo, Tri Ferga. "Implementasi Alat Pendeteksi Kadar Air pada Bahan Pangan Berbasis Internet of Things." *Smartics Journal* 5, no. 2 (2019): 94.

Putri, Rostika. "Jus For You."

Qayyim Al-Jauziah, Ibnu. *Keajaiban Penyembuhan Cara Nabi*. Jakarta: Diadit Media, 2008.

Quthb, Sayyid. *Fī Ẓilāl al-Qur'ān.* Terj. As'ad Yasin, dkk. Jakarta: Gema Insani, 2003. Jilid 7, h. 319.

Rahadi, F. *Agribisnis Tanaman Buah*, edisi. Revisi. Jakarta: Penebar Swadaya, 2007.

Rahmad, Ardi. "Tumbuhan Yang Ada di Al-Qur'an Sebagai Ekspresi Dalam Seni Relief Kayu." Dalam *Jurnal Gorga Seni Rupa*. Padangpanjang: Institut Seni Indonesia Padangpanjang, 2022.

Rahman, Andi. *Menjadi Peneliti Pemula Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir.* Jakarta: Fakultas Ushuluddin Universitas PTIQ Jakarta, 2022.

Rezkina, Anelia, dkk. "Identifikasi dan Karakterisasi Sumber Daya Genetik Buah-Buahan Lokal di Kabupaten Klungkung." *Agroekoteknologi Tropika* 5, no. 2 (2016). Denpasar Bali: Universitas Udayana.

Riastuti, Reny Dwi, dan Febriani, Yuli. *Morfologi Tumbuhan Berbasis Lingkaran*. Malang: Ahlimedia Press, 2020.

Salsabila, Lu'lu Luqyana Amirah, dkk. "Uji Aktivitas Antibakteri Ekstrak Buah Tin (Ficus Carica L.), Terhadap Bakteri Streptococcus Pneumoniae." Dalam *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi.* Jambi, Universitas Batanghari Jambi, 2024. H. 974.

Saparinto, Cahyo, dan Susiana, Rini. *Grow Your Own Fruits: Panduan Praktis Menanam 28 Tanaman Buah Populer di Pekarangan*. Yogyakarta: Penerbit Andi, 2024.

Saras, Tresno. "Karbohidrat: Sumber Energi Utama Tubuh." Semarang: Unwahas Press, 2023.

Sari, Cahyo Indah Permata. *Kualitas Minuman Serbuk Kersen (Muntingia calabura L.) dengan Variasi Konsentrasi Maltodekstrin dan Ekstrak Kayu Secang (Caesalpinia sappan L.).* Disertasi, Universitas Atma Jaya Yogyakarta, 2012. Diakses pada Senin, 20 Maret 2023.

Sartika Ami, Mucharommah, dan Yuliana, Anggi Indah. *Makanan Tradisional Sebagai Media Pembelajaran Struktur Tumbuhan*. Jombang: LPPM Universitas KH. A. Wahab Hasbullah, 2024.

Shihab, M. Quraish, dkk. *Ensiklopedia Al-Qur'an: Kajian Kosakata*. Jakarta: Penerbit Lentera Hati, 2007.

Shihab, M. Quraish. *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an.*. Jakarta: Lentera Hati, 2005. H. 195.

Shobur, Abdush, dan Haifa Zahra Anggawie. "Sungguh, Allah Sangat Merindukan Kita." Elex Media Komputindo, 2015. H. 50-51.

Sugiarto, Toto, dkk. *Ensiklopedi Makanan dan Gizi: Buah-buahan dan Susu*. Hikam Pustaka, 2021.

Supriatna, Jatna. *Melestarikan Alam Indonesia.* Depok: Yayasan Obor Indonesia.

Suryana, Dayat, dkk. *Manfaat Buah: Manfaat Buah-Buahan.* Bandung: Dayat Suryana Independent, 2018.

Suryana, Dayat. "Manfaat Buah: Manfaat Buah-buahan." 2018.

Tim Penyusun Kamus PS. *Kamus Pertanian Umum*, cet. 1. Jakarta: Penebar Swadaya, 2013.

Udhif Nofaizzi, Mafrur, dan Kurniawati, Tenia. *Modul Pembelajaran Ilmu Pengetahuan Alam*. Malang: Ahlimedia Press, 2020.

Uji, Tahan. "Keanekaragaman Jenis Buah-Buahan Asli Indonesia dan Potensinya." *Biodiversitas* 8, no. 2 (2007).

Wibowo, Hamid Sakti. *7 Buah-Buahan Istimewa Dalam Al-Qur'an Dan Manfaatnya Bagi Kesehatan Manusia*. Semarang: Tiram Media, 2020.

Widianti, Dian. *Al-Rumman Dalam Al-Qur'an Dan Manfaatnya Bagi Kesehatan.* Riau: UIN Sultan Syarif Kasim, 2020. Diakses pada 23 Maret 2023.

Widya Muslimawati, Ade, dkk. "Keanekaragaman Jenis Tumbuhan Angiospermae Kelas Magnoliopsida (Dicotyledoneae)." *Jejak*.

Yaqob, Mohd Asmadi, dkk. "Kekerapan Penerbitan di Scopus Mengenai Flora-flora dalam Al-Qur'an dan Hadith." Dalam *Journal of Contemporary Islamic Studies*. Kuala Lumpur: Universitas Malaya, 2022.

Yuliza, Emi, dan Solehudin, Solehudin. "Infused Water Mentimun Untuk Menurunkan Hipertensi." *Sahabat Sosial: Jurnal Pengabdian Masyarakat* 2, no. 2 (2024): 168.

Yusoff, Mohd, dkk. "Kajian Tematik Buah-buahan Dalam Al-Qur'an dan Penggunaannya Untuk Rawatan Perubatan Islam." *ANP Journal of Social Science and Humanities* 3. Malaysia: Universitas Putra Malaysia, 2022.

Zulmiani, Venny. *Makanan Berkhasiat Obat Dalam Al-Qur'an Dan Kolerasinya Dalam Pencegahan Covid-19.* Lampung: UIN Raden Intan, 2021. Diakses pada 23 Maret 2023.

PROFIL PENULIS

Penulis bernama lengkap Syamilah, lahir di Prabumulih pada tanggal 08 Agustus 200. Merupakan putri pertama dari pasangan Bapak Suryadi (alm) dan ibu Erlina. Penulis memulai pendidikan formal di SD Negeri 56 Prabumulih dan lulus pada tahun 2012. Pendidikan menengah pertama ditempuh di MTS Al-Furqon Tg. Rambang Prabumulih, dan penulis lulus pada tahun 2015. Pendidikan menengah atas diselesaikan di MA Al-Furqon Tg. Rambang Prabumulih dan lulus pada tahun 2018. setelah lulus MA penulis mengambil program hafalan Al-Qur'an di Yayasan Kuntum Indonesia Bandung dan selelsai pada tahun 2019. Pada tahun 2020, di Tengah pandemi COVID-19, penulis melanjutkan studi ke Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam di Universitas PTIQ Jakarta. Penelitian ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana strata satu. Penulis berharap kedepannya agar ilmu dan pembelajaran yang telah diperoleh dapat bermanfaat bagi banyak orang, terutama dalam bidang dakwah dan pendidikan Al-Qur'an.