

# **“ANALYSIS OF OLIVE OIL IN ARABIC LITERATURE, INDONESIAN ISLAMIC, AND HEALTHY”**

**TIBBUN NABAWI ERA FOR PILGRIMAGE**

Disusun oleh;

MUHAMMAD AMIRUDDIN, EMI ZULIANI, SELA ARDIANI,  
M. FAIZAR ZALDAN, DIANATUL HIDAYATI

**4rd Annual Seminar on Hajj and Umrah (ANSHAR) 2024**

DEPARTMENT OF PHARMACY  
Faculty of Medicine and Health Sciences,  
UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, 2024

# ANSHAR 2024

4<sup>TH</sup> Annual Seminar on Hajj and Umrah

 **Sarcoplasma & NSAID**

## INTRODUCTION

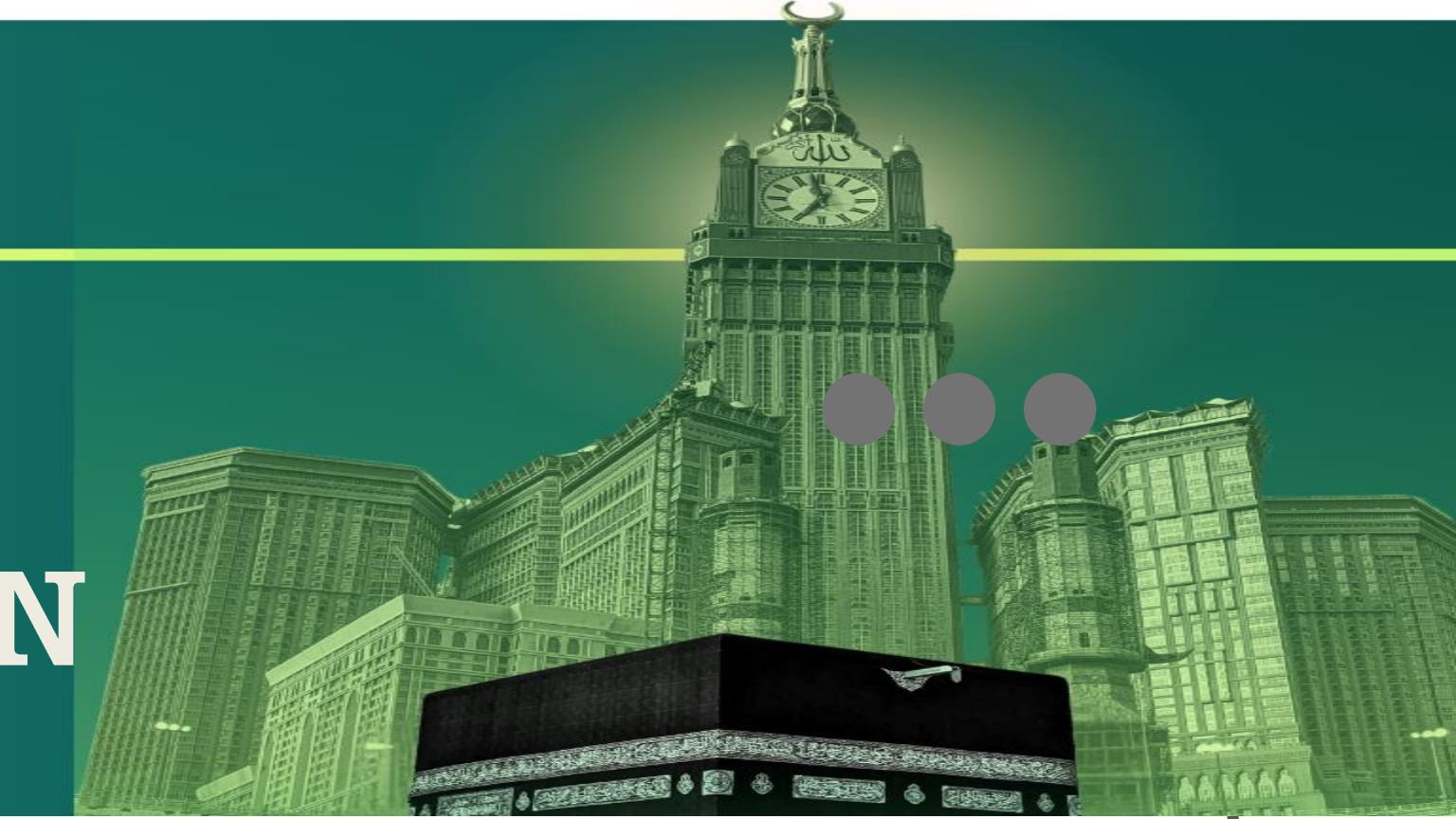
01 MUHAMMAD AMIRUDDIN

04 M. FAIZAR ZALDAN

02 EMI ZULIANI

03 SELA ARDIANI

05 DIANATUL HIDAYATI





## BUAH ZAITUN



جمع مذكر سالم

• • •

جمع مذكر سالم = مفرد + ون

زيت = زيتون

MINYAK BUKAN SEMBARANG MINYAK



## **RUMUSAN MASALAH**

1. Bagaimana minyak zaitun dalam perspektif al- quran dan hadist?
2. Bagaimana minyak zaitun dalam perspektif kesehatan dan stamina calon Haji?
3. Bagaimana minyak zaitun menjadi tulang punggung perekonomian di berbagai negara dunia?

## LATAR BELAKANG



Makanan dan minuman yang disukai oleh Rasullullah SAW. adalah makanan yang bergizi dan halal. Berbagai macam tanaman yang diciptakan oleh Allah SWT ditujukan untuk mahluk-Nya supaya dapat diambil manfaat dan dioalah sedemikian rupa sehingga memberikan kesejahteraan kepada semua ciptaan-Nya, sedikit dari sekian banyak tanaman tersebut diantaranya adalah bawang dayak dan buah zaitun. Secara tradisional, bawang dayak digunakan sebagai tanaman obat untuk pengobatan hipertensi, stroke, diabetes mellitus, kista, prostat, dan digunakan untuk meningkatkan produksi laktasi. Beberapa penelitian telah melaporkan umbi tanaman memiliki aktivitas sebagai antimikroba, antioksidan, anti-dermatofit, dan anti melanogenesis, Di sisi lain terdapat pohon zaitun yang telah menarik perhatian dan penghargaan manusia dengan berbagai penelitian maupun riset yang berkaitan dengannya dari zaman dulu hingga zaman sekarang. Di dalam Al-Qur'an banyak menceritakan makanan yang di sukai oleh Rasullullah SAW. Sejak 1400 tahun lalu Rasullullah SAW telah menganjurkan penggunaan minyak zaitun, karena memiliki manfaat yang besar, dan dikeluarkan dari pohon zaitun yang diberkahi Allah SWT. Penelitian mengenai pohon zaitun dilakukan guna mengetahui kandungan gizi dan khasiat yang terdapat didalamnya. Para ahli nutrisi terus menemukan resep-resep baru dari zaitun dan minyaknya yang mengandung nilai gizi yang tinggi serta khasiat pengobatan yang menakjubkan. Maka tidaklah mengherankan, jika minyak zaitun sekarang menjadi pesaing kuat bagi industri minyak-minyak unggulan, baik yang nabati maupun hewani.



## TINJAUAN PUSTAKA

Dalam Lisanul `Arab disebutkan, “Zayt adalah sesuatu yang cukup dikenali ia merupakan minyak yang diperas dari zaitun. Sedangkan zaitun adalah nama pohon yang sangat terkenal.” Minyak zaitun adalah minyak yang dihasilkan dari perasan buah zaitun (*Olea europae* L) yang awal mula dikembang biakkan di Cekungan Laut Tengah dan sudah digunakan pada zaman nabi untuk memasak, kosmetik dan pengobatan. Di sisi lain, penggunaan minyak zaitun untuk kesehatan jiwa maupun kesehatan badan juga telah dimulai sejak 6000 tahun yang lalu. Hipocrates, “Bapak Ilmu Pengobatan” mengatakan bahwa minyak zaitun memiliki nilai terapi yang tinggi bagi kesehatan (Magdalena, 2014). Lebih dari 60 resep terapi penyembuhan pasien menggunakan khasiat minyak zaitun telah dilakukan oleh Hipocrates sejak 400 SM (Orey, 2008).

# PEMBAHASAN





## AL-QUR`AN DAN HADITS TENTANG ZAITUN

Keanekaragaman buah-buahan diciptakan Allah SWT untuk umat manusia. Penyebutan buah-buahan tersebut diantaranya adalah zaitun. Dalam Al-Qur'an Allah SWT menyebut kata yang bermakna zaitun sebanyak 7 kali dalam 6 surat. Ayat-ayat tersebut adalah Surat An-Nahl ayat 11, Surat Al-Mu'minun ayat 20, Surat Abasa ayat 29, Surat At-Tin ayat 1, Surat An-Nur ayat 35, Surat Al-An'am ayat 99 dan 141 (Rifah, 2019). Berikut ini bunyi ayat-ayat Al-Qur'an yang menyebutkan buah zaitun :

### 1. SURAT AN-NAHL AYAT 11 :

يُنْبِتُ لَكُمْ بِالزَّرْعَ وَالزَّيْتُونَ وَالنَّخِيلَ وَالْأَعْنَابَ وَمِنْ كُلِّ التَّمَرَاتِ ۝ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَةً لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ

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

2. Surat Al-Mu'minun Ayat 20 :

شَجَرَةٌ تَخْرُجُ مِنْ طُورٍ سَيِّئَةٍ تَنْبُتُ بِالدُّهْنِ وَصِبْغٍ لِلأَكْلِينِ

Artinya: “*Dan pohon kayu keluar dari orang-orang yang makan.*”

3. Surat Abasa Ayat 29 :

وَزَيْتُونًا وَنَخْلًا وَنَخْلًا

Artinya: “*Zaitun dan kurma*”

4. Surat At-Tiin Ayat 1 :

وَالْتِينِ وَالزَّيْتُونِ

Artinya : “*Demi (buah) Tin dan (buah) Zaitun*“

## 5. Surat An-Nur Ayat 35 :

اللَّهُ نُورُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ مَثَلُ نُورٍ هُوَ كَمَشْكُوَةٍ فِيهَا مَصْبَاحٌ الْمُصْبَاحُ فِي زُجَاجَةٍ الْزُّجَاجَةُ كَأَنَّهَا كَوْكَبٌ دُرِّيٌّ  
يُوْقَدُ مِنْ شَجَرَةٍ مُّبَرَّكَةٍ زَيْتُونَةٍ لَا شَرْقِيَّةٌ وَلَا غَرْبِيَّةٌ يَكَادُ زَيْتُهَا يُضِيءُ وَلَوْ لَمْ تَمْسَسْهُ نَارٌ نُورٌ عَلَى نُورٍ يَهْدِي  
اللَّهُ لِنُورِهِ مَنْ يَشَاءُ وَيَضْرِبُ اللَّهُ الْأَمْثَالَ لِلنَّاسِ وَاللَّهُ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمٌ

Artinya: "Allah (Pemberi) cahaya (kepada) langit dan bumi. Perumpamaan cahaya Allah, adalah seperti sebuah lubang yang tak tembus, yang di dalamnya ada pelita besar. Pelita itu di dalam kaca (dan) kaca itu seakan-akan bintang (yang bercahaya) seperti mutiara, yang dinyalakan dengan minyak dari pohon yang berkahnya, (yaitu) pohon zaitun yang tumbuh tidak di sebelah timur (sesuatu) dan tidak pula di sebelah barat (nya), yang minyaknya (saja) hampir-hampir menerangi, walaupun tidak disentuh api. Cahaya di atas cahaya (berlapis-lapis), Allah membimbing kepada cahaya-Nya siapa yang dia kehendaki, dan Allah memperbuat perumpamaan-perumpamaan bagi manusia, dan Allah Maha Mengetahui segala sesuatu."

## 6. Surat Al-An'am Ayat 99 :

وَهُوَ الَّذِي أَنْزَلَ مِنَ السَّمَاءِ مَاءً فَأَخْرَجَنَا بِهِ نَبَاتٍ كُلُّ شَيْءٍ فَأَخْرَجَنَا مِنْهُ خَضْرًا نُخْرُجُ مِنْهُ حَبًّا مُتَرَاكِبًا وَمِنَ النَّخلِ مِنْ  
طَلْعَهَا قَنْوَانٌ دَانِيَّةٌ وَجَنَّتٌ مِنْ أَعْنَابٍ وَالزَّيْتُونَ وَالرُّمَّانَ مُشْتَبِهٌ وَغَيْرُ مُتَشَابِهٌ أَنْظُرُوْا إِلَى ثَمَرَهُ إِذَا أَثْمَرَ وَيَنْعِهِ إِنَّ فِي ذَلِكُمْ  
لَا يَتَّلَقَّ قَوْمٌ يُؤْمِنُونَ



Artinya: "Dan Dialah yang menurunkan air dari langit, lalu Kami tumbuhkan dengan air itu segala macam tumbuh-tumbuhan, maka Kami keluarkan dari tumbuh-tumbuhan itu tanaman yang menghijau, Kami keluarkan dari tanaman yang menghijau itu butir yang banyak; dan dari mayang kurma, mengurai tangkai-tangkai yang menjulai, dan kebun-kebun anggur, dan (Kami keluarkan pula) zaitun dan delima yang serupa dan yang tidak serupa. Perhatikanlah buahnya pada waktu berbuah, dan menjadi masak. Sungguh, pada yang demikian itu ada tanda-tanda (kekuasaan Allah) bagi orang-orang yang beriman."

#### 7. SURAT AL-AN'AM AYAT 141 :

وَهُوَ الَّذِي أَنْشَأَ جَنَّتَ مَعْرُوفَةً وَغَيْرُ مَعْرُوفَةً وَالنَّخْلَ وَالزَّرْعَ مُخْتَلِفًا أُكْلُهُ وَالزَّيْتُونَ وَالرُّمَّانَ مُتَشَابِهً كُلُّوْا مِنْ ثَمَرَةٍ إِذَا أَتَمْرَ وَأَتُوا حَقَّهُ يَوْمَ حَصَادِهِ وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ

Artinya: "Dan Dialah yang menjadikan tanaman-tanaman yang merambat dan yang tidak merambat, pohon kurma, tanaman yang beraneka ragam rasanya, zaitun dan delima yang serupa (bentuk dan warnanya) dan tidak serupa (rasanya). Makanlah buahnya apabila ia berbuah dan berikanlah haknya (zakatnya) pada waktu memetik hasilnya, tapi janganlah berlebih-lebihan. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berlebihan."

Selain melalui petunjuk Al-Qur'an, adanya kemanfaatan yang terkandung dalam buah zaitun juga dijelaskan melalui hadis Nabi, yakni (Safarsyah, 2018):

عَنْ زَيْدِ بْنِ أَرْقَمَ قَالَ: أَنَّ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ كَانَ يَنْعَثُ الْزَّيْتُ وَالْوَرْسَ مِنْ ذَاتِ الْجَنْبِ  
قَالَ قَتَادَةُ وَيُلْدُ مِنَ الْجَانِبِ الَّذِي يَشْتَكِيهِ

Artinya:

"Zaid bin Arqam berkata : bahwasanya Nabi shallallahu „alaihi wasallam biasanya menjelaskan tentang (khasiat) minyak zaitun dan wars )bagi orang yang menderita radang selaput dada(. Qatadah berkata, "Meminumnya ) yakni meminum dan mengaruhkannya pada salah satu sisi mulut (kanan atau kiri) sesuai dengan bagian yang terasa sakit." (HR. Imam At-Tirmidzi, No. 2078, Imam Ibn Majah No.3467, Imam Ahmad No.19327).



# KANDUNGAN DAN MANFAAT ZAITUN

Dalam bahasa Arab, kata زيتون diartikan sebagai “minyak zaitun”, dan kata زيتون memiliki arti “buah zaitun”. Sedangkan dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), zaitun bermakna “Zat cair berlemak, biasanya kental, tidak larut dalam air, larut dalam eter dan alkohol, mudah terbakar, bergantung pada asalnya, dikelompokkan sebagai minyak nabati, hewani, atau mineral dan bergantung pada sifatnya pada pemanasan dapat dikelompokkan sebagai atsiri atau tetap”. Secara taksonomi, tanaman zaitun memiliki klasifikasi yaitu sebagai berikut :

Kingdom : Plantae

Divisi :

Kelas Magnoliophyta

Ordo : Magnoliopsida

Famili : Lamiales

Genus : Oleaceae

Species : Olea

Nama Biologis: *Olea Europaea* L.



Buah zaitun pada zaman sekarang lebih sering ditemukan dalam bentuk sarinya, yaitu dalam bentuk minyak. Minyak zaitun sering digunakan sebagai minyak untuk perawatan wajah ataupun minyak untuk memasak, karena kandungan kolesterolnya yang tidak banyak. Perawatan kulit dalam upaya pencegahan terjadinya kerusakan kulit dapat dilakukan dengan pemberian minyak zaitun, karena minyak zaitun mengandung berbagai asam lemak, vitamin, terutama sumber vitamin E yang berfungsi sebagai anti oksidan alami yang membantu melindungi struktur sel yang penting terutama membran sel dari kerusakan akibat adanya radikal bebas. Vitamin E juga berperan sangat penting bagi kesehatan kulit, yaitu dengan menjaga, meningkatkan elastisitas dan kelembapan kulit, mencegah proses penuaan dini, melindungi kulit dari kerusakan akibat radiasi sinar ultraviolet, serta mempercepat proses penyembuhan luka (Fajriyah, et al., 2015). Manfaat lain dari zaitun dalam merawat kulit yakni sebagai anti aging.

Selain bermanfaat untuk kecantikan, minyak zaitun juga dapat dimanfaatkan untuk kesehatan badan yaitu sebagai penurun kolesterol. Hal ini disebabkan karena intervensi minyak zaitun yang dapat meningkatkan aktifitas antioksidan enzim hepatik seperti catalase, superoxide dismutase, glutathion peroxidase Hydroxytyrosol dan oleuropein yang dapat berperan sebagai scavenging free radical dan menghambat oksidasi low density lipoprotein (LDL). Serta mengakibatkan berkurangnya aktivitas HMG CoA reduktase dan peningkatan eliminasi kolesterol melalui feses lewat jalur penghambatanabsorbsi (Syamsu, 2017). Di sisi lain, minyak zaitun juga dapat menghentikan nyeri karena memiliki kandungan bahan kimia

yakni oleokantal, yang dapat mencegah radang mirip dengan penghilang rasa nyeri seperti ibuprofen dan obat-obatan lainnya. Komponen oleochantal dari minyak zaitun murni, mengahambat jalur enzimatik rasa nyeri (COX), serupa dengan obat NSAID. Minyak zaitun juga mengandung senyawa fenol yang mempunyai efek sebagai antibakteri dengan mekanisme kerja meningkatkan permeabilitas membran sitoplasma sehingga menyebabkan kebocoran komponen intraseluler dan koagulasi sitoplasma sehingga terjadi lisis sel (Annisa dan Mursyid, 2020).

Bagi sebagian orang dengan kondisi medis tertentu, konsumsi zaitun perlu diperhatikan dengan hati-hati. Jika Anda memiliki kondisi seperti GERD, batu empedu, hipertensi yang tidak terkendali, IBS, atau gangguan ginjal, sebaiknya berkonsultasi dengan dokter sebelum mengonsumsi zaitun dalam jumlah banyak. Mengonsumsi zaitun dalam jumlah moderat dan memilih bentuk yang tidak mengandung garam berlebih dapat membantu menghindari masalah kesehatan yang mungkin timbul.

## BUDIDAYA ZAITUN

Tanaman zaitun memiliki beragam manfaat bagi manusia. Oleh karena itu, perlu dilakukan pelestarian tanaman zaitun dengan meningkatkan keragaman genetiknya. Salah satu cara untuk meningkatkan keragaman genetiknya yaitu secara vegetatif melalui stek. Cara vegetatif lebih sering digunakan karena melalui cara generatif memiliki waktu berbunga sangat lama. Perbanyak dengan stek sendiri mempunyai beberapa kendala, yaitu zat tumbuh (endogen) dari tanaman yang di stek tidak tersebar merata sehingga pertumbuhan stek tidak seragam, untuk mempercepat tumbuh akar stek diperlukan perlakuan khusus yaitu dengan pemberian hormon indole butyric acid (IBA) atau zat pengatur tumbuh dari luar (eksogen). Hormon IBA merupakan salah satu jenis hormon untuk merangsang pertumbuhan akar, jenis fitohormon ini digunakan karena stabil dan daya kerjanya lebih lama.

Selain pada buahnya, ekstrak minyak yang diambil dari buah zaitun juga harus diperhatikan kualitasnya salah satunya yaitu pada kemasan penyimpananya. Minyak zaitun harus disimpan dalam botol yang tidak tembus cahaya atau permeabel terhadap oksigen untuk meminimalkan kerusakan oksidatif selama penyimpanan. EVOO (Extra Virgin Olive Oil) yang disimpan dalam greenish glass (GG) pada 6°C dapat mempertahankan kualitas minyak (Hasibuan, 2020).



# Berkah dan Sejahtera dengan Zaitun

Pelestarian tanaman zaitun sedang meningkatkan dengan keragaman genetiknya. Seperti via stek, juga ada upaya untuk mempercepat tumbuh akar stek dan perlakuan khusus seperti pemberian hormon indole butyric acid (IBA) atau zat pengatur tumbuh dari luar (eksogen). Hormon IBA merupakan salah satu jenis hormon untuk merangsang pertumbuhan akar, jenis fitohormon ini digunakan karena stabil dan daya kerjanya lebih lama.

Berikut negara-negara produsen Zaitun Dunia:

Peringkat Negara Penghasil Zaitun Terbesar		
Berdasarkan Produksi tahun 2023		
1	Spanyol	50
2	Italia	17
3	Turki	15
4	Yunani	13
5	Tunisia	5
6	Aljazair	4,5
7	Maroko	4,5
8	Portugal	2,5
9	Siria	3,5
10	Libya	2,5

Mediterania awal peradaban Zaitun

Zaitun dapat tumbuh di berbagai negara dengan iklim subtropis dan Mediterania. Spanyol tetap menjadi pemimpin dalam produksi zaitun secara global. Lalu diikuti Italia, dan Yunani. Untuk tahun 2024 banyak negara di luar wilayah Mediterania, seperti Amerika Serikat (California), Argentina, dan Australia, yang mulai mengembangkan industri zaitun mereka dan telah menggeser Portugal, Syria dan Libya di posisi 8, 9 dan 10 produser Zaitun Global Dunia.

## KESIMPULAN

1. Minyak Zaitun, Minyak yang sakti yang ditetapkan Yang Maha Pencipta tumbuhan secara terang dalam berupa sumpah di al Quran. Ada 7 ayat yang menyindung tentang zaitun dalam Al-Qur'an pada Surat An-Nahl ayat 11, Surat Al- Mu'minun ayat 20, Surat Abasa ayat 29, Surat At-Tin ayat 1, Surat An-Nur ayat 35, Surat Al-An'am ayat 99 dan 141 dan dalam hadits Nabi yang diriwayatkan oleh At-Tirmidzi
2. Ekstrak minyak zaitun mengandung asam lemak dan vitamin, terutama sumber vitamin E. Vitamin E juga berperan sangat penting bagi kesehatan kulit, yaitu dengan menjaga, meningkatkan elastisitas dan kelembapan kulit, mencegah proses penuaan dini,
3. Kandungan minyak zaitun sehingga sangat tepat untuk mempastikan tingkat kesehatan dan stamina tubuh siapapun yang menjalani kehidupan di tanah dimana zaitun tumbuh. Calon Haji dan yang tinggal di daerah panas seperti Arab Saudi sangat tepat dan dianjurkan untuk mengkonsumsi minyak zaitun.
4. Komoditi dan perkembangan pertumbuhan Minyak Zaitun telah menjadi tulang punggung perekonomian di berbagai negara dunia maju secara finansial. Tanaman zaitun sedang dilakukan pelestarian tanaman zaitun dengan meningkatkan keragaman genetiknya melalui cara stek. Australia sudah menanam zaitun



## DAFTAR PUSTAKA

- Annisa, R., N. & Murni, M. (2020). Efektivitas Antimikroba Minyak Zaitun sebagai Bahan Tambahan Pasta Gigi Terhadap Bakteri *Streptococcus mutans*. BIOMA, 2(2), 1-8.
- Fajriyah, N. N., Andriani, A., & Fatmawati, F. (2015). Efektivitas Minyak Zaitun untuk Pencegahan Kerusakan Kulit pada Pasien Kusta. Jurnal Ilmiah Kesehatan, 7(1).
- Hakim, A., Indrawijaya, Y. Y. A., Mutiah, R., Ma'arif, B., Jati Dharma Dewi, T., Fauziyah, B., ... & Malik Guhir, A. (2021). Ensiklopedia ilmu farmasi: mengenal dunia pendidikan kefarmasian mulai dari ilmu dasar hingga terapan.
- Hidayat, H., Apriliana, E., At-Thobaniah, R. L., Amiruddin, M., & Alfiansyah, M. (2022, December). Medicinal plants in the Qur'an and Hadith: *Lens culinaris* and *Vitis vinifera* l.: an article review.
- Hasibuan, H. A. (2020). Reviu Jenis, Aspek Perlindungan dan Migrasi Bahan Kemasan dalam Pengemasan Minyak Nabati (Review of Types, Protection Aspects, and Migration of Packaging Materials in Packaging of Vegetable Oil). Jurnal Pangan, 29(3), 243-252.
- Rifah, R. (2019). Keistimewaan Zaitun Dalam Tafsir Al-misbah Karya Quraish Shihab Dan Keterkaitannya Dengan Kesehatan. Al Karima: Jurnal Studi Ilmu Al Quran dan Tafsir, 2(2), 56-65.
- Safarsyah, A. I. (2018). Hadis Nabi SAW Tentang Obat Dalam Tinjauan Ilmu Kedokteran Modern. Al-Dzikra: Jurnal Studi Ilmu al-Qur'an dan al-Hadits, 12(2), 165-188.
- Sari, V. I., Saleh, I. & Ekawati, R., 2020. Respons Pertumbuhan, Produksi, dan Kandungan Flavonoid Bawang Dayak (*Eleutherine palmifolia*) terhadap Pengendalian Gulma dan Jarak Tanam. Agrotech. Res. J., 4(2), pp. 92-98.
- Syamsu, R. F. (2017). Efek pemberian minyak zaitun (olive oil) terhadap perubahan profil lipid pada tikus putih (*Rattus novergicus*). Jurnal Ilmiah As-Syifaa, 9(1), 75-84.

hmamiruddin@uin-  
malang.ac.id

**THANK!**