

HONEY'S HEALTH BENEFITS ACCORDING TO THE QUR'AN

Chela Tiara Dewi¹, Diki Rifkil Fajari², Kamila Imana Bilqis³, Lisna Fatimah Ahmad⁴, Nur ilmi Hayati⁵

^{1,2,3,4,5,6} STIKes Muhammadiyah Ciamis

Email: ¹chelatiarad@gmail.com

ARTICLE INFO

ABSTRACT

Article history:

Keywords:

Honey, immune, covid, alqur'an

Improving the immune system and reducing the risk of respiratory infection is vital during the deployment of the covid virus 19. Hence, we need to consume natural products like honey. The qur 'an of honey contains many medicinal properties for various diseases.

**MANFAAT MADU BAGI KESEHATAN
MENURUT ALQUR'AN**

Kata Kunci :

Madu, Imun, Covid, Alqu'an

Meningkatkan sistem kekebalan tubuh dan mengurangi resiko infeksi sistem pernafasan sangat penting selama penyebaran virus covid 19. Oleh karena itu,kita perlu mengonsumsi produk alami seperti madu. Dalam al-qur'an madu banyak mengandung khasiat untuk pengobatan berbagai penyakit.

PENDAHULUAN

Covid 19 atau corona virus disease, pertama kali muncul di wuhan 2019. Penyakit ini kemudian berkembang dan menyebar dengan sangat cepat ke berbagai negara didunia sehingga dinyatakan sebagai kondisi Pandemic Global oleh WHO pada 11 maret (Cucinotta dan Vanelli, 2020). Di Indonesia kasus pertama kali covid 19 diumumkan terjadi pada 2 maret.

Covid 19 diketahui dapat menular secara langsung antara manusia ataupun secara tidak langsung dengan transper droplet atau akibat kontak fisik dengan penderita ataupun terjadi ketika menyentuh permukaan benda yang terpapar virus (Sheeren at al., 2020)

Pada saat pandemi seperti ini, masyarakat memerlukan imunitas yang sangat tinggi untuk mencegah terpaparnya covid 19. Imunitas adalah pertahanan tubuh untuk melawan inveksi mikoorganisme seperti bakteri, jamur, dan virus.

Sistem imun terdiri dari dari sel jaringan dan organ bekerja untuk mengenali dan menghancurkan benda asing yang kedalam tubuh.

Untuk meningkatkan imunitas tubuh yang tinggi masyarakat dianjurkan mengonsumsi madu yang kaya akan antioksidan untuk mencegah covid 19.

Madu pertama dikenal dalam sejarah manusia, dan mengandalkan madu sebagai pemanis utama sebelum mengenal ada pemanis lain seperti gula. Sejak dahulu madu sudah digunakan untuk berbagai kebutuhan manusia termasuk sebagai berrbagai penyakit.

Madu dikenal sebagai “the Food of God” yaitu makanan atau minuman Anugerah pemberian dari Tuhan karena khasiat nya

yang luar biasa. Madu berasal dari noktar (Cairan dalam bunga yang pada umumnya rasa manis) yang dihimpun oleh lebah-lebah pekerja. Lebah menyimpan madu dalam sarang sebagai makan.

Dalam alquran surat An-nahl ayat 68-69, Allah mengungkapkan kebesarannya melalui khasiat yang terkandung dalam madu.

Tafsir surat An-Nahl ayat 68 : lebah, hewan yang diberikan wahyu. Lebah adalah satu hewan yang istimewa dan unik. Mereka adalah hewan yang diperintahkan Allah untuk melaksanakan tugas-tugasnya di muka bumi. Dengan kata lain, hewan lebah ini telah diberikan wahyu oleh Allah tentang fitrahnya di dunia. Adapaun perihal ini telah dijelaskan Allah dalam surat An-Nahl ayat 68:

وَأَوْحَىٰ رَبُّكَ إِلَى النَّحْلِ أَنِ اتَّخِذِي مِنَ الْجِبَالِ بُيُوتًا وَمِنَ الشَّجَرِ وَمِمَّا يَعْرِشُونَ

“Dan Tuhanmu mewahyukan kepada lebah: “Buatlah sarang-sarang di bukit-bukit, di pohon-pohon kayu, dan di tempat-tempat yang dibikin manusia. kemudian makanlah dari tiap-tiap (macam) buah-buahan dan tempuhlah jalan Tuhanmu yang telah dimudahkan (bagimu).”

Tafsir surat An-Nahl ayat 69: manfaat lebah bagi manusia

Keistimewaan lebah yang lain juga dijelaskan Allah dalam ayat selanjutnya, yaitu surat An-Nahl ayat 69:

ثُمَّ كُلِي مِن كُلِّ الثَّمَرَاتِ فَاسْلُكِي سُبُلَ رَبِّكِ ذُلُلًا يَخْرُجُ مِنْ بُطُونِهَا شَرَابٌ مُّخْتَلِفٌ أَلْوَانُهُ فِيهِ شِفَاءٌ لِلنَّاسِ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَةً لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ

“Dari perut lebah itu ke luar minuman (madu) yang bermacam-macam warnanya, di dalamnya terdapat obat yang menyembuh. Sesungguhnya pada yang demikian itu benar-benar terdapat tanda (kebesaran Tuhan) bagi orang-orang yang memikirkannya”

METODE

Pencarian literatur ini menggunakan pubmed, google scholar dan google dengan menggunakan artikel penelitian 5 tahun terakhir. Review jurnal ini dilakukan sebelum bulan November 2021.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sejumlah penelitian telah menunjukkan efek terapeutik dari madu dan komponen utamanya melawan berbagai infeksi virus. Madu dan komponen utamanya bisa melawan herpes, rubella, Influenza, virus pernapasan, sifilis, virus, hepatitis, aids, imunodefisiensi, Gingivostomatitis, rabies, dan covid 19. Mekanisme anti sinat virus madu dan komponen utamanya sangat luas. Aktivitas anti-virus madu dan komponen utamanya biasanya terkait mirip dengan

produk alam lainnya seperti : antioksidan yang mengandung vitamin C dan Asam Fosfolat (Farshid abedi dkk)

Antioksidan merupakan molekul yang dapat memperlambat atau mencegah oksidasi. Oksidasi adalah reaksi kimia yang dapat menghasilkan radikal bebas sehingga memicu reaksi yang dapat merusak sel.

Di dalam antioksidan terdapat vitamin C yang merupakan zat dari mikro berperan penting bagi manusia, antioksidan ini sangat penting untuk produksi kolagen dan karnitin yang membantu terhadap peningkatan dan pertahanan kekebalan tubuh. Bahkan vitamin C juga berperan sebagai agen anti mikroba yang dapat melawan berbagai mikroorganisme penyebab infeksi.

Dari hasil penelitian vitamin C dapat mencegah tingkat keparahan infeksi saluran pernapasan atas dan mengurangi durasi infeksi sebesar 8% pada orang dewasa serta 4% pada anak-anak (hemila dan chalker, 2020). Karena madu memiliki jandungan antioksidan yang dapat menurunkan keparahan infeksi saluran pernapasan sehingga dapat menjadi salah satu pilihan afektif untuk pengobatan covid 19.

Selanjutnya dalam antioksidan juga terdapat asam folat sendiri ialah bentuk vitamin b komplek yang larut dalam air. Zat ini diperlukan dalam pembangunan tubuh karena bersifat multi fungsi, mulai dari proses produksi DNA hingga pembentukan sel darah merah.

Sebuah penelitian dilakukan di alberta di university pada tahun 2008 memperlihatkan bahwa pemberian suplemen asam folat kepada tikus yang berusia 23 bulan diketahui dapat meningkatkan distribusi sel dan kegiatan mionic yang selanjutnya sewaktu sel CD4+ sel dan selte diukur dan diketahui setara dengan tikus 12 bulan hal ini

memperlihatkan bahwa asam folat dapat meningkatkan sistem kekebalan tubuh pada kelompok yang lebih tua (daniels,2005)

Setelah membahas antioksidan pada madu, madu juga mengandung imunitas tinggi pada tubuh untuk mencegah covid 19. Dalam penelitian menunjukkan bahwa pemberian madu pada hewan uji dengan dosis 500 mg/kg/BB tikus, mampu meningkatkan sistem imun ditantadi dengan peningkatan aktivitas fagositik dan penigkatan immune globulin, (hegazi elt al: 2016). tersebut didukung penelitian lainnya yang menunjukkan terjadinya peningkatan jumlah limfosit dari hewan uji yang mengonsumsi madu (pukuda at al., 2011).

DAFTAR PUSTAKA

- Shereen, M. A., Khan, S., Kazmi, A., Bashir, N., & Siddique, R. (2020). COVID-19 infection: Origin, transmission, and characteristics of human coronaviruses. *Journal of Advanced Research*, 24, 91-98. doi:10.1016/j.jare.2020.03.005
- Farshid Abedi dkk, through inhibiting AGE-RAGE mediated oxidative stress and inflammation *Chem-bioInteract.* 2016;250:59-67
- Fukuda, M., Kobayashi, K., Hirono, Y., Miyagawa, M., Ishida, T., Ejiogu, E. C., Takeuchi, M. (2011). Jungle honey

KESIMPULAN DAN SARAN

Dijelaskan dalam Q.S An Nahl ayat 68-69 bahwa madu memiliki banyak manfaat bagi kesehatan. Madu sendiri memiliki kanndungan anti oksidan untuk mencegah covid 19.

Imunitas juga dapat meninngkatkan system kekebalan tubuh kita menjadi kuat dan mencegah terpaparnya covid 19.

Saran

Diharapkan lebih diperbanyak lagi terhadap penelitian tentang manfaat madu atau apis.

enhances immune function and antitumor activity. *Evid Based Complement Alternat Med*, 2011, 908743. doi:10.1093/ecam/nen086

Hemilä, H., & Chalker, E. (2020). Vitamin C as a Possible Therapy for COVID-19. *Infection & Chemotherapy*, 52(2), 222. <https://doi.org/10.3947/ic.2020.52.2.22>

Daniels, S. (2005).“Folate Supplements could increase immunity in elderly”. Diambil pada tanggal 6 Desember 2020 padaalamat:<https://www.nutraingredients.com/Article/2005/12/16/Folate-supplements-couldimprove-immune-system-in-the-elderly>