BAB II

TINJAUAN UMUM NIKMAT DAN PANGAN

A. Konsep Nikmat

Kata نعمة berasal dari lafadz *al-nu'mu* (النَعم) yang memiliki *jama'* yaitu *an'um/ ni'am* (أنعم/ نعم) yakni yang berarti kesenangan, kebahagiaan, kesejahteraan dan kemakmuran.[1] Menurut pakar bahasa al-Zujjaz menulis bahwa kata *ni'mah* (نعمة) diartikan sebagai antonim dari kata *niqmah* (نقمة) yang terangkai dari kata ketiga huruf yang berarti tidak menyenangi sesuatu disertai dengan kemarahan,[2] atau murka, amarah. Sedangkan persamaannya ialah *al-minnah* (المنّة) yang berati juga anugerah.[3]

Kata nikmat yg berdiri sendiri dalam suatu redaksi terulang di dalam al-Qur'an sebanyak 34 kali dan mengandung banyak arti antara lain anugerah, ganjaran, kelapangan, rezeki, kekuasaan dan kehalusan/ kelembutan.[4]

Penggunaan kata ini di sisi mengisyaratkan bahwa anugerah Allah yang mereka peroleh itu sedikit jika dibandingkan dengan apa yang di sisi Allah. Demikian al-Biqa'i atau lebih tepat dikatakan bahwa anugerah Allah yang mereka

---

[1]Munawwir, *Al-Munawwir: Kamus...*, 1438.
[2]M. Quraish Shihab, *Tafsir al-Misbah: Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an* (Jakarta: Lentera Hati, 2002), 370.
[3]Kamus Bahasa Arab, "Ni'mat", (Kamus Bahasa Arab Digital, ver.2.0).
[4]M. Quraish shihab, *Tafsir Al-Quran al-Karim* (Bandung: Pustaka Hidayat, 1999), 522.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

peroleh itu walau banyak tetapi pada hakikatnya sedikit jika dibanding dengan anugerah yang dapat mereka peroleh jika mereka taat kepada-Nya.[5]

Quraish Shihab dengan kata nikmah diartikan secara khusus dengan arti agama atau wahyu-wahyu Allah swt.[6] Pemahaman ini dikuatkan dengan adanya surat al-Dhuha ayat 11 dengan kata *ḥaddith* yang pada dasarnya berarti sampaikanlah secara lisan. Tentunya apabila nikmat diartikan dengan agama maka anugerah petunjuk-petunjuk Allah sudah jelas.

Ibnu Abbas mengartikan nikmat itu adalah anugerah yang berupa diutusnya Nabi Muhammad kepada manusia untuk membacakan kepada mereka ayat-ayat Allah saw yang jelas, menyucikan serta membersihkan diri mereka dari akhlak-akhlak yang rendah.[7]

Sedangkan arti lain nikmat yaitu selera, senang dan keinginan yang terpenuhi maksudnya.[8] Menurut al-Naisabbury menyebutkan definisi nikmat adalah sesuatu kebahagiaan yang diberikan hamba-Nya dengan mengingat-ingat anugerah-Nya.[9] Hal ini mengacu pada pengertian bersyukurnya Allah kepada hamba-Nya. Kebaikan hamba-Nya adalah kepatuhan kepada Allah dalam menjalankan semua apa yang diperintahkan dan menjauhi semua yang dilarang-Nya.

Aḥmad Musṭafa al-Marāghi dalam tafsirnya menyatakan kata "al-ni'mah" merupakan pahala yang diterima oleh seseorang dalam beramal sebagai

---

[5]Shihab, *Tafsir al-Misbah....*, 370.
[6]Shihab, *Tafsir al-Qur'an...*, 526.
[7]Abu Fida' Ibnu Katsir al-Dimasyqi, *Tafsir Ibnu Katsir juz II* (Bandung: Sinar Baru, 2002), 43.
[8]Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia* (Jakarta: Balai Pustaka, 2002), 782.
[9]Al-Naisabury, *Risalah al-Qushairiyah* (Surabaya: Risalah Gusti, 1996), 195.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

imbalan amal perbuatannya.[10] Berbeda dengan menurut al-Shaikh Burhān al-Dīn, nikmah mempunyai arti anugerah Allah yakni anugerahnya merupakan sebuah aspek dari rahmat-Nya. Sehingga pada puncaknya setiap pengalaman yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari baik penyingkapan (*kashf*), rasa (*dhauq*), minuman (*shurb*), dan pemuasan dahaga adalah melalui rahmat Ilahi. Tanpa rahmat Allah manusia tidak dapat berbuat apa-apa.[11]

Adapula yang mengartikan nikmat sebagai bagian dari seseorang yang telah mempergunakan sesuatu pada arah yang sesuai dengan semestinya.[12] Demikian pula apabila seseorang telah bertindak tidak sesuai dengan arah yang semestinya atau mempergunakan hal-hal itu tidak selayaknya maka orang tersebut dikatakan telah menutupi kenikmatan Allah.

Nikmat juga berarti kesenangan, sehingga kesenangan yang diberikan Allah kepada hambanya itu bermacam-macam. Akan tetapi pengertian kesenangan di sini mengandung arti apabila seseorang telah menjalankan perintah-Nya dan menjauhi larangan-Nya maka kesenangan itu dapat dicapai di akhirat (surga).[13]

Sehingga dari beberapa pengertian nikmat yang dijelaskan oleh beberapa ulama' maka pengertian nikmat secara global adalah anugerah Allah yang diberikan kepada manusia baik berupa kebaikan, kebahagiaan, pahala, rahmat dan yang bersifat baik, maka pada umumnya digunakan untuk menggambarkan

---

[10]Aḥmad Musṭafa al-Marāghī, terj. *Tafsir al-Maraghi juz IV* (Mesir: Musṭafa al-Babi al-Halabi, 1970), 13.
[11]Burhan al-Dīn Ibrāhim al-Dasuqīy, *Semua Anak yang Mengikuti Ajaran Nabi saw* (Bandung: Mizan 1996), 215.
[12]Shihab, *Wawasan al-Qur'an*..., 221.
[13]Hidayat, *Nikmatnya Hidup Bahagia* (Solo: Pustaka Barokah, 2003), 59.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

anugerah Allah swt kepada hamba-hambanya yang sadar atau diharapkan dapat sadar untuk dapat mempergunakan dengan sebaik-baiknya.

Adapun macam-macam nikmat terdiri dari dua kategori, di antaranya sebagai berikut:

1. Nikmat Jasmani/ fisik

   Nikmat fisik merupakan suatu kenikmatan yang dirasakan oleh tubuh manusia. Seperti halnya nikmat sehat, nikmat makanan dan minuman, nikmat bersetubuh, nikmat angin sepoi-sepoi, dan lain-lain.

2. Nikmat Rohani/ mental

   Nikmat rohani merupakan nikmat yang dirasakan oleh roh atau jiwa manusia. Seperti halnya nikmat jiwa yakni nikmat ilmu pengetahuan, nikmat akal pikiran, nikmat perasaan, nikmat iman dan lain sebagainya.[14]

Memandang pada topik sebagaimana judul yang disebutkan di atas, maka secara eksplisit pembahasan perihal nikmat pangan termasuk pada nikmat jasmani/ fisik. Dalam hal ini, telah dikuatkan bahwasannya pengkajian tentang nikmat pangan yang dikorelasikan dengan al-Qur'an telah sesuai pada konsep nikmat.

Namun, dengan tersebutnya beberapa macam nikmat di atas bukanlah sekedar mengetahui macam-macamnya. Akan tetapi, kewajiban manusia untuk mensyukuri segala nikmat yang diberikan Allah. Adapun cara mensyukuri nikmat Allah terdapat beberapa macam, di antaranya:

---

[14]Hasan al-Jailani, *Menyingkap Kebahagiaan yang Tersembunyi* (Jakarta: Kusuma Press, 1988), 35.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

1. Mensyukuri dengan hati, dengan mengakui, mengimani dan meyakini bahwa segala bentuk kenikmatan ini datangnya dari Allah semata.
2. Mensyukuri dengan lisan, dengan memperbanyak ucapan *alḥamdulillah* (segala puji milik Allah) *washshukru lillāh* (dan segala bentuk syukur juga milik Allah).
3. Mensyukuri dengan perbuatan.

a. Mempergunakan segala bentuk kenikmatan Allah untuk menunaikan perintah-perintah Allah, baik perintah wajib, sunnah maupun mubah.

b. Mempergunakan segala bentuk kenikmatan Allah dengan cara menghindari, menjauhi dan meninggalkan segala bentuk larangan Allah, baik larangan yang haram maupun yang makruh.[15]

Syukur dengan hati, lisan dan perbuatan ini hendaklah terefleksi dan tercermin pada setiap momentum yang bersifat ẓahir, bahkan yang tersamar sekalipun. Hal demikian, dianjurkan oleh al-Qur'an pada surat al-Ankabut ayat 17 sebagai berikut:

إِنَّمَا تَعْبُدُونَ مِنْ دُونِ اللَّهِ أَوْثَانًا وَتَخْلُقُونَ إِفْكًا إِنَّ الَّذِينَ تَعْبُدُونَ مِنْ دُونِ اللَّهِ لا يَمْلِكُونَ لَكُمْ رِزْقًا فَابْتَغُوا عِنْدَ اللَّهِ الرِّزْقَ وَاعْبُدُوهُ وَاشْكُرُوا لَهُ إِلَيْهِ تُرْجَعُونَ (١٧)

Sesungguhnya apa yang kamu sembah selain Allah itu adalah berhala, dan kamu membuat dusta. Sesungguhnya yang kamu sembah selain Allah itu tidak mampu memberikan rezki kepadamu; Maka mintalah rezki itu di sisi Allah, dan

[15]Ibid., 36.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

sembahlah Dia dan bersyukurlah kepada-Nya. hanya kepada- Nyalah kamu akan dikembalikan.[16]

Di samping itu juga patut dan bahkan wajib sekali untuk bersyukur kepada Allah. Apalagi perintah ini dipertegas oleh Allah dalam al-Qur'an surat al-Kautsar yang berbunyi:

إِنَّا أَعْطَيْنَاكَ الْكَوْثَرَ (١) فَصَلِّ لِرَبِّكَ وَانْحَرْ (٢)

"Sesungguhnya Kami telah memberikan nikmat yang banyak, maka dirikanlah shalat karena Tuhanmu dan berkorbanlah."[17]

Nikmat atau rezeki yang diterima adalah barokah Allah, meskipun hanya kecil dan sedikit tetapi cukup dan menentramkan hati. Karena orang yang selalu bersyukur akan diberikan keidupan terasa menjadi tentram, damai, tenang, dan bahagia serta terhindar dari fitnah dan azab dunia serta akhirat.

Perintah atau anjuran-anjuran tersebut diatas adalah merupakan alat ukur untuk mengetahui seberapa jauh dalam membalas rasa syukur, serta kenikmatan dalam hal kesehatan serta hal yang membuat manusia mampu untuk memenuhi keinginannya terhadap Allah. Akan tetapi tentu saja semua hal yang berkaitan kenikmatan di dunia semua itu merupakan hanya kenikmatan sementara yang nantinya akan diambil oleh Allah.

[16]Depag RI, *Al-Qur'an dan*..., 398.
[17]Ibid., 602.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

B. Konsep Pangan

Kata pangan dimaksudkan adalah panganan[18] yang berasal dari kata "makanan".[19] Kata "makanan" berasal dari lafadz "*al-aṭ'imah*". Kata "*al-aṭ'imah*" adalah bentuk jamak dari kata "*ṭa'ām*". Menurut lughat ialah perkara yang dapat dimakan dan segala perkara yang dijadikan untuk kekuatan. Sebagaimana dalam firman Allah swt:

فَلَمَّا فَصَلَ طَالُوتُ بِالْجُنُودِ قَالَ إِنَّ اللَّهَ مُبْتَلِيكُمْ بِنَهَرٍ فَمَنْ شَرِبَ مِنْهُ فَلَيْسَ مِنِّي وَمَنْ لَمْ يَطْعَمْهُ فَإِنَّهُ مِنِّي إِلا مَنِ اغْتَرَفَ غُرْفَةً بِيَدِهِ فَشَرِبُوا مِنْهُ إِلا قَلِيلا مِنْهُمْ فَلَمَّا جَاوَزَهُ هُوَ وَالَّذِينَ آمَنُوا مَعَهُ قَالُوا لا طَاقَةَ لَنَا الْيَوْمَ بِجَالُوتَ وَجُنُودِهِ قَالَ الَّذِينَ يَظُنُّونَ أَنَّهُمْ مُلاقُو اللَّهِ كَمْ مِنْ فِئَةٍ قَلِيلَةٍ غَلَبَتْ فِئَةً كَثِيرَةً بِإِذْنِ اللَّهِ وَاللَّهُ مَعَ الصَّابِرِينَ (٢٤٩)

> Maka tatkala Thalut keluar membawa tentaranya, ia berkata: "Sesungguhnya Allah akan menguji kamu dengan suatu sungai. Maka siapa di antara kamu meminum airnya; bukanlah ia pengikutku. dan Barangsiapa tiada meminumnya, kecuali menceduk seceduk tangan, Maka Dia adalah pengikutku." kemudian mereka meminumnya kecuali beberapa orang di antara mereka. Maka tatkala Thalut dan orang-orang yang beriman bersama Dia telah menyeberangi sungai itu, orang-orang yang telah minum berkata: "Tak ada kesanggupan Kami pada hari ini untuk melawan Jalut dan tentaranya." orang-orang yang meyakini bahwa mereka akan menemui Allah, berkata: "Berapa banyak terjadi golongan yang sedikit dapat mengalahkan golongan yang banyak dengan izin Allah, dan Allah beserta orang-orang yang sabar."[20]

---

[18]Poerwodarminto, *Kamus Bahasa Indonesia* (Jakarta: Balai Pustaka, 2001),705.
[19]Dessy Anwar, *Kamus Lengkap Bahasa Indonesia Terbaru* (Surabaya: Amelia, 2003),309.
[20]Depag RI, *Al-Qur'an dan*..., 41.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Berdasarkan ayat ini, *ṭa'ām* diungkapkan umumnya untuk segala perkara yang dapat dimakan dan kadang diungkapkan pula untuk perkara yang dapat diminum.[21]

Istilah makanan dalam bahasa Arab disebutkan dengan tiga buah istilah kata yaitu *aklun, ṭa'ām, ghizaun*,[22] sedangkan di dalam al-Qur'an kata makanan disebutkan dalam empat istilah kata yaitu *ṭa'ām, shariba, ghizaun* dan *māidah*. Kata *ṭa'ām* dan berbagai bentuk derivasinya disebutkan sebanyak 48 kali dalam al-Qur'an,[23] kata *shariba* disebutkan sebanyak 38 kali, kata *ghizaun* disebutkan sebanyak 2 kali dan kata *mā'idah* disebutkan 5 kali dalam al-Qur'an. Ayat-ayat tersebut terdiri dari beberapa bentuk, diantaranya adalah dalam bentuk perintah dalam al-Qur'an yang terdapat 27 kali dalam berbagai konteks dan arti seperti dalam ayat 24 surat 'Abasa.

Pangan merupakan kebutuhan dasar manusia paling utama dan pemenuhannya merupakan bagian dari hak asasi manusia yang dijamin di dalam Undang-Undang Dasar Negara Republik Indonesia Tahun 1945 sebagai komponen dasar untuk mewujudkan sumber daya manusia yang berkualitas.[24]

Tujuan disusunnya undang-undang pangan adalah untuk melindungi konsumen dari resiko kesehatan serta membantu konsumen dalam mengevaluasi, dan memilih bahan dan produk pangan yang akan mereka konsumsi. Undang-undang pangan juga bertujuan untuk membantu dan membina produsen makanan

---

[21]Abu Sari' Muhammad Abdul Hadi, *Hukum Makanan dan Sembelihan dalam Pandangan Islam*, ter. H. Sofyan (Bandung: Trigenda Karya, 1997), 18.
[22]Adib Bisyri dan Munawwir A. Fatah, *Kamus al-Bisyri* (Surabaya: Pustaka Progressif, 1991), 201.
[23]Muḥammad Fu'ad 'Abdul al-Baqī, *al-Mu'jam al-Muhfahras lī al-Fādz al-Qur'ān al-Karīm* (Beirut: al-Dār al-Fikr, 1981 M/ 1410 H), 425-426.
[24]Undang-Undang Pangan UU No. 18 Tahun 2012 (Jakarta: Sinar Grafika, 2013), 1

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dalam meningkatkan mutu produk yang dihasilkan serta memfasilitasi terjadinya perdagangan yang jujur. Disamping itu undang-undang pangan juga bertujuan untuk meningkatkan kesejahteraan rakyat dan masyarakat secara luas, serta meningkatkan kegiatan ekonomi negara.

Dalam menjabarkan petunjuk pelaksanaannya undang-undang pangan tersebut dibentuklah Peraturan Pemerintah. Sejauh ini telah ada dua Peraturan Pemerintah atau PP, yaitu PP No 69, tahun 1999, tentang Iabel dan Iklan. Sekaligus PP No 28, tahun 2004 tentang Mutu Gizi dan Keamanan Pangan.[25]

Pangan adalah segala sesuatu yang berasal dari sumber hayati produk pertanian, perkebunan, kehutanan, perikanan, peternakan, perairan, dan air, baik yang diolah maupun tidak diolah yang diperuntukkan sebagai makanan atau minuman bagi konsumsi manusia, termasuk bahan tambahan pangan, bahan baku pangan, dan bahan lainnya yang digunakan dalam proses penyiapan, pengolahan dan pembuatan makanan atau minuman.[26]

Jenis-jenis pangan dibedakan menjadi 2 bentuk, di antaranya:

1. Pangan segar adalah pangan yang belum mengalami pengolahan, yang dapat dikonsumsi langsung atau dijadikan bahan baku pengolahan, yang dapat dikonsumsi langsung atau dijadikan bahan baku pengolahan pangan. Misalnya beras, gandum, segala macam buah, ikan, air segar, dan sebagainya.

[25]Ali Madzkur, "Pengertian Pangan", http://www.pengertianahli.com/2013/11/pengertian-pangan-dan-jenis-jenis-pangan.html (Rabu, 25 Februari 2015, 15.10)
[26]Ibid., 3.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2. Pangan olahan adalah pangan atau minuman hasil proses dengan cara atau metode tertentu, dengan atau tanpa bahan tambahan. Pangan olahan dibedakan lagi menjadi dua jenis, yaitu:
   a. Pangan olahan tertentu ialah pangan olahan yang diperuntukkan bagi kelompok tertentu, dalam upaya memelihara dan meningkatkan kualitas kesehatan kelompok tersebut.
   b. Pangan siap saji ialah makanan atau minuman yang sudah diolah dan bisa langsung disajikan ditempat usaha atau di luar tempat usaha atas dasar pesanan.[27]

Adapun gizi pangan adalah zat atau senyawa yang terdapat dalam pangan yang terdiri atas karbohidrat, protein, lemak, vitamin, dan mineral serta tanamannya yang bermanfaat bagi pertumbuhan dan kesehatan manusia.

Bagi tumbuhan, pangan disintesis sendiri dengan energi sinar matahari, mikro organisme hanya memerlukan sumber energi yang sederhana. Untuk hewan memerlukan pangan antara lain berupa tanaman dalam bentuk molekul yang kompleks.

Kekurangan pangan, dapat menimbulkan akibat yang sulit ditoleransi, terutama pada anak-anak balita sehingga masalah pangan menjadi sangat penting dan menentukan tingkat kesehatan (fisik, mental, sosial). Kekurangan pangan di Indonesia muncul dalam bentuk: (1) Kekurangan kalori-protein (KKP); (2) Kekurangan vitamin A; (3) Gondok endemik dan kretinin; (4) Anemia gizi

[27]Cahyo Saparinto dan Diana Hidayati, *Bahan Tambahan Pangan* (Yogyakarta: Kanisisus, 2006), 14.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

(kekurangan zat besi). Kekurangan pangan dan gizi, terutama pada balita dapat menurunkan kualitas manusianya, sehingga kualitas SDM dapat sangat terbatas.

Hal demikian berpengaruh pada produksi pangan, oleh karenanya Produksi pangan merupakan industri paling vital di dunia. Bahan pangan menyediakan sumber energi terbesar bagi proses kehidupan. Bisnis pertanian, produsen bahan kimia dan mesin-mesin pertanian, peghasil bibit tanaman pertanian, serta perusahaan pemroses makanan, terlibat dalam proses produksi pangan. Organisasi-organisasi pertanian raksasa yang disebut agrobisnis, memegang peranan besar dalam menentukan sesuatu yang dimakan.[28]

Pemerintah juga turut berperan dalam menentukan jenis makanan yang diproduksi, cara produksi, serta pendistribusian. Di tingkat global, para pakar lingkungan, juru kampanye prokeamanan pangan dan kelompok-kelompok LSM yang berusaha mewujudkan keadilan sosial, mempunyai pendapat berbeda sehubungan dengan hal ini. Dalam lingkup lokal hingga nasional, sekelompok kecil petani mandiri dan konsumen yang berpengetahuan memunculkan perdebatan seputar pangan. Manusia mempunyai hak dan kewajiban untuk mengetahui pandangan berbagai kelompok yang berbeda-beda sebelum menjatuhkan pilihan terhadap apa yang akan manusia konsumsi.[29]

Karena pada dasarnya manusia berupaya mendapatkan pangan dan mengolah pangan demi mempertahankan hidup. Segala bangsa dan setiap pemimpinnya tidak pernah lelah memikirkan cara mendapatkan pangan. Berbagai

---

[28]Rudi Wijaya, "Konsep Pangan", http://e-journal.uajy.ac.id/1589/3/2EP12752.pdf (Rabu, 25 Februari 2015, 15.32)

[29]Jim Kerr, *Pangan: Pro dan Kontra Pangan Modern* (Solo: PT Tiga Serangkai Pustaka Mandiri, 2009),5.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

strategi, politik dan teknologi pangan dicari dan dijalankan agar pangan tetap tersedia.

Pergulatan itu akan terus terjadi di tengah ancaman ledakan jumlah manusia dan sedikitnya sumber pangan. Manusia diberkahi pikiran untuk terus berinovasi agar kehidupan itu berlangsung. Inovasi untuk mendapatkan pangan tidak akan berhenti ketika manusia masih berdiri di muka bumi.[30]

C. Jenis-jenis Tumbuhan yang Dapat Dimakan

Kehidupan manusia telah memiliki berbagai aktifitas, baik pagi hari hingga petang. Adapun dalam bergeraknya organ tubuh manusia pasti dibutuhkannya gizi dalam pangan. Tiada lain untuk memberi energi atau stamina yang sesuai kebutuhan personal manusia. Terlebih pada makanan berjenis tumbuh-tumbuhan. Oleh karenanya, tumbuh-tumbuhan memiliki gizi yang sarat kandungan vitamin sekaligus sebagian besar dapat dijadikan sebagai bahan dasar obat-obatan.

Berbagai macam jenis tumbuhan, sebagian besar dapat dikonsumsi mulai dari akar, batang, buah bahkan daunnya. Dengan begitu, dalam kehidupan sehari-hari manusia bahkan hewan bergantung dengan adanya perkembangan tumbuh-tumbuhan. Baik yang dikonsumsi itu untuk dimakan maupun untuk keperluan rumah tangga.[31]

---

[30]Andreas Maryoto, *Jejak Pangan: Sejarah, Silang Budaya dan Masa Depan* (Jakarta: Kompas Buku, 2009), 250.
[31]Helmi Sudiro, *Urgensi Pangan dalam Kehidupan Sehari-hari* (Semarang: Angkasa Press, 1989), 29.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Adapun jenis-jenis tumbuhan yang dapat dimakan telah dibedakan oleh beberapa bagian, di antaranya:

1. Buah-buahan

   Adanya berbagai jenis buah-buahan seperti anggur, jeruk, kurma, mangga, jambu dan zaitun. Disamping dapat dikonsumsi untuk sekedar makanan sampingan (pencuci mulut). Namun, buah-buahan tersebut dapat diolah dalam berbagai olahan seperti, minuman, selai bahkan sup buah.

2. Sayur-sayuran

   Sayur-sayuran merupakan bagian tanaman yang dimakan bukan sebagai makan pencuci mulut, pada umumnya dimasak dahulu (kecuali dimakan untuk lalap) dan dimakan bersama makanan pokok dan lauk-pauk lainnya. Terdapat berbagai macam sayur-sayuran seperti halnya sawi, brokoli, selada, kubis dan lain-lain.

3. Biji-bijian

   Sebagian besar biji-bijian dijadikan makanan pokok bagi manusia. Seperti halnya biji gandum, biji padi dan biji jagung. Dikarenakan memiliki kandungan karbohidrat yang dibutuhkan pada tubuh manusia.[32]

Banyak orang tidak mengenal dan menyadari bahwa dari jenis tanaman sebenarnya sangat berguna dalam kehidupan sehari-hari, dapat memberikan gairah

[32]Ibid.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dan semangat hidup yang lebih berguna. Jenis-jenis tumbuhan tersebut dipergunakan untuk penyembuhan penyakit, kesehatan serta perawatan jasmani dan rohani. [33]

Namun, semua itu tetap dikonsumsi sesuai dengan kadar keseimbangan masing-masing tubuh personal. Jika tidak dikonsumsi dengan baik, walaupun makanan tersebut memiliki kandungan gizi yang besar, maka justru menjadikan kandungan tersebut sebagai awal timbulnya penyakit.

[33]Richard Lucas, *Mujijat Tanaman* (Semarang: Dahara Prize, 1994), 272.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id