

## MANFAAT BIDARA DALAM KEHIDUPAN MANUSIA

**Mufida Afiya Nur Fadhillah**

*Universitas Islam Negeri Imam Bonjol Padang*  
[afiyamufi09@gmail.com](mailto:afiyamufi09@gmail.com)

**Efendi**

*Universitas Islam Negeri Imam Bonjol Padang*  
Email: [efendimag@uinib.ac.id](mailto:efendimag@uinib.ac.id)

**Faizin**

*Universitas Islam Negeri Imam Bonjol Padang*  
Email: [faizin@uinib.ac.id](mailto:faizin@uinib.ac.id)

*Received: Maret 2025; Accepted: April 2025*

**Abstract:** The mention of the bidara plant in the Qur'an implicitly shows its superiority and high status. The bidara plant is mentioned twice, in the letter Saba' verse 16 and the letter Al-Waqi'ah verse 29. In addition to the Qur'an, there are several hadiths of the Prophet SAW explaining the various benefits of this bidara plant. In this article, the author tries to explain the content contained in the bidara plant and its benefits in human life. By searching various literature sources through the Google Scholar application, many benefits of this bidara plant were found. Along with the development of science and technology, the bidara plant is widely used in human life such as in the fields of health, spirituality and beauty.

**Keywords:** *Manfaat Bidara, Al-Qur'an*

### PENDAHULUAN

Al-Qur'an memiliki intisari ayat yang komprehensif tentang ayat-ayat semesta. Tumbuh-tumbuhan merupakan suatu topik yang banyak disebutkan dalam Al-Qur'an (Fuadi, 2016). Penyebutan kata atau istilah yang senada dengan tumbuhan dalam paparan Jamaluddin Husein Mahran terdapat 112 ayat yang tersebar dalam 47 surat, yang menyebutkan 16 jenis tumbuhan dalam Al-Qur'an. Melalui ragam ayat

tentang tumbuhan, Al-Qur'an mengajak nalar dan hati manusia untuk mengakui keesaan dan kekuasaan Allah SWT. Proses terjadinya tumbuhan yang ada disekitar mereka dan selalu disaksikan sangatlah menakjubkan jika diperhatikan dengan seksama, mulai proses awal sampai akhirnya menghasilkan buah-buahan (Hoyrunnisa, 2022).

Tumbuhan yang dinyatakan di dalam al-Qur'an merupakan anugerah istimewa untuk manusia (Arifin, 2025). Penyebutan berbagai macam tumbuhan secara khusus seperti delima, kurma, tin, zaitun, bidara dan anggur banyak terdapat dalam beberapa surat al-Quran. Pernyataan tumbuhan dalam teks-teks ayat al-Qur'an sudah cukup untuk menunjukkan sisi kelebihan dan ketinggian derajatnya (Syukri, 2022).

Salah satu tumbuhan yang disebutkan dalam al-Qur'an adalah tanaman bidara. Tanaman bidara (*Ziziphus mauritiana Lamk*) merupakan salah satu tanaman yang disebutkan dalam al-Quran, dan juga banyak disebutkan dalam hadist-hadist Nabi Muhammad Saw. Bidara mempunyai kegunaan yang beragam khasiatnya. Kandungan bidara telah diteliti secara intensif dan dimanfaatkan untuk pengobatan herbal di sejumlah negara (Majid, 2023).

Seperti di negara India, bidara digunakan oleh masyarakat sebagai obat diare, kencing manis, demam dan malaria. Sedangkan di Malaysia kulit kayu bidara direbus dijadikan sebagai obat sakit perut dan sebagian masyarakatnya menggunakan daun bidara sebagai bahan kecantikan untuk mengatasi jerawat, keriput dan lingkaran hitam pada bawah mata (Rezeki, 2020).

Kandungan senyawa glikosida yang terdapat dalam daun bidara dapat juga menghilangkan bekas luka di kulit dan bekas luka bakar. Dan kandungan senyawa saponin pada daun bidara berkhasiat dalam memberikan efek menenangkan. Seiring berkembangnya waktu, bidara mengalami perkembangan trend masa kini. Bukan hanya digunakan sebagai obat ruqyah, akan tetapi juga digunakan sebagai bahan kecantikan seperti rangkaian skincare, dan bodycare (lulur, dan sabun) (Rezeki, 2020).

Tulisan ini bertujuan untuk menjelaskan bagaimana penyebutan tanaman bidara dalam Al-Qur'an dan Hadits Nabi Muhammad Saw. Serta menyebutkan secara rinci beberapa manfaat dari tanaman bidara terhadap aspek kehidupan manusia.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi pustaka (*library research*) untuk menggali informasi tentang manfaat tanaman bidara (*Ziziphus mauritiana*) dalam kehidupan manusia (Marlinia & Salman, 2023). Data primer dalam penelitian ini berasal dari sumber-sumber utama yang secara langsung membahas tanaman bidara, yaitu ayat-ayat Al-Qur'an dan hadis-hadis Nabi Muhammad SAW. Tanaman bidara disebutkan secara eksplisit dalam Al-Qur'an pada Surah Saba' ayat 16 dan Surah Al-Waqi'ah ayat 29, yang menjadi dasar utama dalam kajian ini. Selain itu, beberapa hadis sahih seperti riwayat Bukhari dan Muslim turut dijadikan rujukan utama, khususnya yang menjelaskan penggunaan daun bidara dalam prosesi mandi jenazah, mandi wajib, dan pengobatan ruqyah. Sumber-sumber primer ini memberikan landasan teologis dan normatif mengenai kedudukan serta manfaat tanaman bidara dalam perspektif Islam.

Data dikumpulkan dari berbagai literatur yang relevan, seperti jurnal ilmiah, buku, artikel keagamaan, dan sumber daring terpercaya yang diperoleh melalui penelusuran di Google Scholar. Kajian difokuskan pada kandungan zat aktif dalam tanaman bidara serta penerapannya dalam aspek kesehatan, spiritualitas, dan kecantikan. Dengan menelaah sumber-sumber tersebut, penelitian ini bertujuan untuk memaparkan secara komprehensif manfaat tanaman bidara sebagaimana disebutkan dalam Al-Qur'an, hadis Nabi SAW, serta temuan ilmiah kontemporer.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Pengertian bidara**

Tanaman bidara adalah sejenis pohon yang selalu hijau, penghasil buah yang tumbuh di daerah afrika utara dan tropis serta asia barat, tumbuh di Israel di lembah-lembah sampai ketinggian 500 mdpl.

Khususnya di Indonesia tanaman ini banyak tumbuh di daerah Sumbawa (Nusa Tenggara Barat). Bidara banyak digunakan dalam pengobatan tradisional antara lain semua bagiannya (daun, buah, biji, akar, dan batang) (Bintoro, Ibrahim, & Situmeang, 2017).

Kata “sidr”, سِدْرٌ - سدور - سِدْرَة - سدرات *sidrun - sudūrun - sidratun - sidrātun* mempunyai arti pohon bidara. Dalam bahasa latin Bidara disebut dengan istilah *Ziziphus mauritiana Lamk.* Selain disebutkan dalam Al-Quran pohon ini juga disebutkan dalam Hadis sebagai anjuran penggunaan dalam prosesi ibadah. Daun bidara bisa dikatakan untuk memandikan orang mati juga bisa dikatakan daun untuk obat-obatan. Misalnya daun bidara digunakan untuk memandikan jenazah. Dalam memandikan jenazah disarankan dimandikan dengan air yang dicampur dengan daun bidara. Daun ini juga digunakan untuk mandi wajib bagi wanita yang baru suci dari haid, dan terkadang daun bidara juga digunakan dalam proses ruqyah untuk mengobati orang yang kesurupan (Nafisah, 2020).

Pohon bidara merupakan salah satu pohon populer di Jazirah Arab dikarenakan banyak manfaatnya. Pohon Bidara tersebut tumbuh menjulang tinggi beberapa meter dari permukaan tanah dan dapat menaungi siapa saja yang duduk dibawahnya dari panasnya terik matahari yang membakar. Pohon bidara ini memiliki akar yang kuat dan menancap dalam tanah, sehingga ia tidak membutuhkan siraman air. Pohon ini menghasilkan buah, dan daunnya dapat digunakan sebagai sabun untuk membersihkan badan (Nafisah, 2020).

Bentuk dari pohon bidara ini seperti semak atau pohon berduci dengan tinggi mencapai 15 m, diameter batang kurang lebih 40 cm. Kulit batang berwarna abu-abu gelap atau hitam, pecah-pecah tidak beraturan. Daun memiliki panjang 4-6 cm dan lebar 2,5-4,5 cm. Tangkai daun memiliki bulu dan pada pinggirannya terdapat gigi yang sangat halus. Bidara juga mempunyai buah berbiji satu, bulat seperti bulat telur, ukuran kira-kira 6x4 cm, daging buah putih, agak asam hingga manis.



Gambar 1. Pohon Bidara



Gambar 2. Buah Bidara

### Tanaman Bidara dalam Al-Qur'an dan Hadits

Pohon *sidr* atau *sidrah* disebutkan sebanyak dua kali dalam Al-Qur'an. Pohon ini diasosiasikan dengan dua kelompok jenis tumbuhan (Shodiq, 2015), yaitu: (1) pohon Cedar dalam Bahasa Inggris, yang berasal dari marga *Cedrus*; dan (2) pohon Lote atau Hackbarry, yang berasal dari marga *Celtis*. Bidara adalah kata yang biasa dipakai untuk menerjemahkan *sidr* dalam Bahasa Indonesia (Nurdin, 2023). Dalam ayat Al-Qur'an, pohon ini digambarkan tumbuh di dua tempat: dunia dan surga. Pertama dikatakan di dalam surat Saba' ayat 16:

فَاعْرَضُوا فَاَرْسَلْنَا عَلَيْهِمْ سَيْلَ الْعَرِمِ وَبَدَّلْنَاهُمْ بِجَنَّتَيْهِمْ جَنَّتَيْنِ ذَوَاتِيْ اَكْلِ حَمِيْطٍ وَّاَثَلٍ وَّشَيْءٍ مِّنْ سِدْرٍ  
قَلِيْلٍ

Artinya: "Akan tetapi, mereka berpaling sehingga Kami datangkan kepada mereka banjir besar) dan Kami ganti kedua kebun mereka dengan dua kebun yang ditumbuhi (pohon-pohon) berbuah pahit, pohon asal (sejenis cemara) dan sedikit pohon sidir (bidara)." (QS: Saba': 16)

Ayat di atas menceritakan kondisi Kaum Saba', satu dari empat peradaban besar yang pernah hidup di Selatan Jazirah Arab. Perilaku kaum ini tidak disukai Allah swt. Sebuah ungkapan dari seorang komandan militer Saba' yang tercatat dalam Al-Qur'an menunjukkan kepercayaan diri sangat besar yang dimiliki tentara Saba'. Kaum ini diperkirakan hidup sekitar 1.000-750 SM dan musnah sekitar tahun 550 M pasca-serangkaian serangan dari Bangsa Persia dan Arab selama dua abad (Aizid, 2015).

Kota Ma'rib yaitu ibukota Saba', adalah sebuah kota yang sangat makmur karena letak geografisnya yang sangat strategis. Kota ini terletak di dekat Sungai Adhanah. Titik pertemuan sungai ini dengan Jabal Balaq merupakan tempat yang cocok untuk dijadikan bendungan (Yahya, 2004). Memanfaatkan kondisi alam yang demikian kaum Saba' membangun bendungan yang di kemudian hari menjadi cikal bakal lompatan peradaban mereka, dan dengan itu sistem pengairan mereka pun dimulai.

Ketinggian bendungan Ma'rib mencapai 16 meter, dengan lebar 60 meter dan panjang 620 meter (Marlinia & Salman, 2023). Berdasarkan perhitungan, total wilayah yang dapat diairi bendungan ini mencapai 9.600 hektar. Bendungan tersebut direnovasi besar-besaran selama abad 5 dan 6 M. Namun perbaikan ini nyatanya tidak mampu mencegah keruntuhannya pada 542 M. Jebolnya bendungan ini mengakibatkan "banjir bandang Arim" yang mengakibatkan kerusakan hebat, seperti dikisahkan dalam Al-Qur'an. Hanya ada tiga jenis pohon yang dapat bertahan dari banjir itu, yaitu *sidr*, *ašl* (*Tamarix*), dan *Khamṭ* atau *siwāk* (*Salvatora persica*).

Pohon *sidr* dalam kisah kaum Saba' bisa dikaitkan dengan kelompok jenis pohon *Celtis* yang tumbuh di gurun pasir. Jenis pohon *Celtis* mencapai 70 macam, dan tersebar luas di semua benua. *Celtis* mampu tumbuh di kawasan panas gurun pasir hingga di pegunungan di kawasan empat musim. Umumnya pohon *Celtis* berukuran sedang, antara 10-25 meter (Shodiq, 2015). Jenis-jenis tertentu dari pohon ini berdaptasi sempurna dengan kawasan kering, dan beberapa lainnya sangat cantik bila dijadikan tanaman hias di taman.

Dalam kaitannya dengan surga, pohon *sidr* digambarkan sebagai pohon yang sangat besar; akarnya berada di langit ke-6, sedangkan cabang-cabangnya di langit ke-7. Sebagian ulama menempatkan pohon *sidr* sebagai pohon yang berada di luar pengetahuan manusia; yang memisahkan dunia ini dari dunia lain. Mungkin, masyarakat menggambarkan hal yang demikian ini dengan pohon *Cedrus libani*. Pohon *sidr* dari Libanon ini dalam bahasa Arab terkenal dengan sebutan *Arz el-Rab* atau *Syajaratullāh*. Pohon indah dan sangat mengesankan yang

tumbuh di Jazirah Arab ini mungkin saja menjadi salah satu kandidat pohon besar terindah dalam kerajaan tumbuhan (LIPI), 2011).

Selanjutnya dalam surat al-Waqi'ah ayat 27-33 disebutkan:

وَأَصْحَابُ الْيَمِينِ ۖ مَا أَصْحَابُ الْيَمِينِ ۗ فِي سِدْرٍ مَّخْضُودٍ ۖ وَطَلْحٍ مَّنضُودٍ ۖ وَظِلٍّ مَّمْدُودٍ ۖ وَمَاءٍ  
مَّسْكُوبٍ ۖ وَفَاكِهَةٍ كَثِيرَةٍ ۖ لَا مَقْطُوعَةٍ وَلَا مَمْنُوعَةٍ ۗ

Artinya: "Golongan kanan, alangkah mulianya golongan kanan itu. (Mereka) berada di antara pohon bidara yang tidak berduri, pohon pisang yang (buahnya) bersusun-susun, naungan yang terbentang luas, air yang tercurah, buah-buahan yang banyak, yang tidak berhenti berbuah dan tidak terlarang memetikinya," (QS: Al-Waqi'ah 27-33)

Tidak diragukan lagi bahwa ayat-ayat ini berbicara mengenai surga. Pohon bidara yang dibicarakan dalam ayat ini tampaknya mengacu pada pohon anggun *Cedrus Libani*, bukan *Celtis Ehrenbergiana* yang berukuran kecil dan hidup di gurun pasir. ((LIPI), 2011)

Dalam beberapa hadist Nabi Muhammad SAW disebutkan beberapa anjuran penggunaan daun bidara dalam dalam beberapa hal (Siregar, 2020). Diantaranya dalam HR. Bukhari no. 1253 dan Muslim no. 939 yang artinya: "Mandikanlah dengan mengguyurkan air yang dicampur dengan daun bidara tiga kali, lima kali atau lebih dari itu jika kalian anggap perlu dan jadikanlah yang terakhirnya dengan kafur baru (wewangian)"

Kemudian dalam hadist riwayat Bukhari no. 314 dan Muslim no. 332 yang artinya: "Dari Aisyah radhiallahu 'anha bahwa "Asma' bertanya kepada Nabi shallallahu 'alaihi wa sallam tentang mandi wanita haidh. Maka beliau bersabda, "Salah seorang dari kalian hendaklah mengambil air dan daun bidara, lalu engkau bersuci, lalu membaguskan bersucinya."

Jika dilihat dari penyebutan tanaman bidara dalam al-Qur'an serta diceritakan dalam hadits-hadits Nabi Saw tersirat bahwa tanaman bidara memiliki manfaat-manfaat tertentu.

Manfaat tersebut dilihat dari berbagai macam kandungan yang terdapat di dalam tanaman ini. Selanjutnya penulis akan memaparkan beberapa manfaat dari tanaman bidara dalam kehidupan manusia.

## **Manfaat Bidara dalam aspek kehidupan**

### **1. Obat kanker**

Tanaman bidara mengandung salah satu senyawa metabolit sekunder yang memiliki aktivitas antioksidan, yaitu *flavonoid* yang banyak terdapat pada bagian daun. Akumulasi *flavonoid* terbesar terdapat pada bagian sel-sel daun, yaitu *trikoma*, *vakuola* dari sel kelenjar *trikoma*, dan *kloroplas* sebagian besar *flavonoid* terhimpun di dalam *vakuola* sel, walaupun tempat sintesisnya berada di luar *vakuola*. Studi mengungkapkan bahwa bidara arab (*Ziziphus spina-christi* L.) memiliki beragam senyawa kimia aktif termasuk *alkaloid* seperti *spinanin A*, *tanin*, *sterol* seperti *bsitosterol*, *flavonoid* seperti *rutin*, *kuarsetin derivatif*, *triterpenoid*, *sapogenin*, dan *saponin* seperti asam *betulinik*.

Seperti yang dijelaskan dalam penelitian sebelumnya kandungan kimia yang berperan sebagai pengobatan dalam tanaman bidara antara lain *alkaloid*, *fenol*, *flavonoid*, *kuercetin*, *rutin*, dan *terpenoid*. Komposisi kimia tanaman ini telah diteliti secara luas dan telah diketahui komposisi kimianya. Adapun kandungan gula dalam daun bidara adalah *laktosa*, *glukosa*, *galaktosa*, *arabinosa*, *xilosa* dan *rhamnosa*, dan juga berisi empat *glikosida saponin*. Kandungan *flavonoid* tertinggi ditemukan dalam daun (0,66%). Terdapat kandungan *quercetin 3-O-rhamnoglucoside 7-Orhamnoside* yang merupakan senyawa *flavonoid* utama pada semua bagian tanaman. Komposisi kimia tanaman bidara terbukti sangat kompleks dan lengkap.

Dalam sebuah penelitian dikatakan bahwa *flavonoid* diproduksi di dalam sel *sitosol*. *Flavonoid* merupakan kelompok senyawa *fenolik* yang memiliki beberapa aktivitas, seperti antioksidan (mendegradasi radikal bebas), antiplatelet, antiinflamasi, antimutagenik, antimikroba, antitrombogenik, antikarsinogenik, antikolinesterase, antipenuaan, mengatasi resistensi antibiotik, serta dapat memodulasi fungsi enzim

seluler utama (Ar-Raihani, 2022). Senyawa tersebut memiliki aktivitas biokimia dan antioksidan yang efektif mengobati berbagai penyakit, seperti diabetes melitus, influenza H1N1, hipertensi, kanker, kardiovaskular, osteoporosis, alzheimer, parkinson, dan mencegah aterosklerosis.

Selain itu daun bidara berkhasiat sebagai analgetika antipiretik akibat kandungan *flavanoid* yang bekerja melalui dua mekanisme dalam mengambat faktor peradangan (Aisyah, 2021). Berdasarkan hasil uji fitokimia, diketahui bahwa ekstrak *etanol* mengandung *alkaloid*, *flavonoid*, dan *tannin* (Majid, 2023). *Flavonoid* telah banyak diketahui merupakan salah satu golongan senyawa metabolit sekunder yang memiliki aktivitas antikanker, sehingga diduga senyawa *flavonoid* dalam ekstrak *etanol* daun bidara arab yang menyebabkan ekstrak ini memiliki aktivitas antikanker.

## 2. Ruqyah

Tanaman bidara sering ditemukan di dalam Al-Qur'an dan hadis Nabi Muhammad Saw. Seperti dalam hadits yang diriwayatkan oleh Imam Bukhari (No. 1180) mengenai pemanfaatan daun bidara untuk mandi dapat digunakan juga sebagai media pengobatan ruqyah.

Dalam hadits riwayat Imam Bukhari diceritakan bahwa: "Dari Ummu 'Athiyyah radhiallahu 'anha berkata: Ketika salah satu puteri Nabi shallallahu 'alaihi wasallam wafat, Nabi Muhammad Saw. keluar seraya berkata: "Mandikanlah dengan mengguyurkan air yang dicampur dengan daun bidara tiga kali, lima kali atau lebih dari itu jika kalian anggap perlu dan jadikanlah yang terakhirnya dengan kapur barus (wewangian) atau yang sejenis dari kapur barus (kamper). Dan bila kalian telah selesai beritahu aku." Berkata, Ummu 'Athiyyah radhiallahu 'anha: "Ketika kami telah selesai, kami memberi tahu Beliau, kemudian Beliau memberikan kain, Beliau kepada kami seraya berkata: "Pakaikanlah ini kepadanya." Dan dari Ayyub dari Hafshah dari Ummu 'Athiyyah radhiallahu 'anha dan dia berkata, bahwa Beliau bersabda: "Mandikanlah ia tiga kali, lima kali, tujuh kali atau lebih dari itu jika kalian anggap perlu." Berkata, Hafshah telah berkata, Ummu

'Athiyah radhiallahu 'anha: "Kami keping rambut kepala puteri Beliau dengan tiga keping" (H.R. Bukhari).

Adapun cara penggunaan bidara sebagai media pengobatan ruqyah yaitu dengan mengambil beberapa helai daun bidara dalam jumlah ganjil, kemudian ditumbuk hingga daunnya pecah, kemudian dimasukkan ke dalam air. Ayat-ayat ruqyah dibacakan kepada air tersebut, agar kemudian diminum atau digunakan sebagai bilasan terakhir saat mandi. Ulama berpendapat bahwa penggunaan daun bidara tergolong mubah karena digunakan untuk pengobatan. Penggunaan daun bidara sebagai media pengobatan ruqyah ini dinilai efektif untuk menyembuhkan orang yang terkena gangguan sihir. (Ashabulyamin, Fikra, & Dadah, 2022)

### 3. Kecantikan

Pada daun bidara memiliki kandungan senyawa bioaktif. Senyawa bioaktif ini adalah senyawa yang memiliki kandungan antioksidan, antiinflamasi, antijamur, antibakteri, dan antikanker, yang mana kandungan-kandungan tersebut sangat bermanfaat bagi manusia (Puspitaningsih & Mahyuni, 2021). Pada daun bidara, kandungan yang paling menonjol adalah antioksidan, kandungan ini lebih tinggi terletak pada daun daripada batang dan biji (buah) (Puspitaningsih & Mahyuni, 2021).

Antioksidan dalam pengertian kimia adalah senyawa pemberi elektron (electron donors) dan secara biologis antioksidan merupakan senyawa yang mampu mengatasi dampak negatif oksidan dalam tubuh seperti kerusakan elemen vital sel tubuh. Antioksidan merupakan suatu senyawa yang memperlambat atau mencegah proses oksidasi dengan cara menghentikan reaksi berantai dari radikal bebas (Sakka & Muin, 2023).

Maka dari itu, penggunaan daun bidara sangatlah dapat dimanfaatkan untuk produk kecantikan seperti lulur. Penggunaan lulur bidara untuk kulit dapat membantu dalam meremajakan kulit. Daun bidara dapat dijadikan sebagai lulur tradisional karena lebih alami dan menggunakan bahan-bahan yang aman untuk kulit. Serta, produk

kecantikan berbahan daun bidara memiliki khasiat untuk beragam tipe kulit, mulai dari kulit kering hingga kulit berjerawat. (Puspitaningsih & Mahyuni, 2021)

Selain dari beberapa manfaat yang telah disebutkan sebelumnya, tanaman bidara juga memiliki beberapa kegunaan lainnya, seperti antimikroba. Berdasarkan penelitian bahwa dalam tanaman bidara terdapat zat antimikroba terhadap bakteri, jamur maupun parasit. Zat aktif yang terkandung tersebut diantaranya *alkaloid*, *flavanoid*, *tanin fenol* dan *saponi* (Ashri, 2016). Berikutnya bidara juga bermanfaat sebagai bahan antidepresan akibat kandungan *alkaloid* dan *flavanoid* mampu menghambat kerja dari *mono-aminoksidase* sehingga menghambat degradasi *neurotransmitter* syaraf pusat seperti *serotonin* dan *katekolamin* yang efeknya pada otak menimbulkan potensi stimulasi susunan saraf pusat yang menghambat terjadinya depresi (Farm, Desri Yanri, & Nurlatifah, 2023).

Selanjutnya bidara juga bermanfaat sebagai antidiabetik karena aktivitas antidiabetik ekstrak daun bidara diperoleh melalui mekanisme penghambatan enzim-enzim pemecah karbohidrat menjadi glukosa yang terdapat di saluran cerna, dua golongan enzim yang dihambat ialah  $\alpha$ -Amilase dan  $\alpha$ -Glukosidase (Mulyono, Wafiroh, & Muthmainnah, 2022). Golongan enzim  $\alpha$ Amilase diproduksi oleh kelenjar saliva dan pankreas yang fungsi utamanya adalah memecah amilum (amilase saliva) dan memecah glikogen (amilase pankreas), penghambatan aktivitasnya akan menghambat pemecahan karbohidrat di saluran cerna dan dalam tubuh sehingga mempengaruhi ketersediaan glukosa dalam plasma darah (Siregar, 2020).

## KESIMPULAN

Dari penelusuran di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa tanaman bidara memiliki banyak sekali manfaat dalam kehidupan manusia. Secara khusus Allah Swt menyebutkan tanaman ini dalam al-Qur'an dengan sebutan *sidr* menunjukkan keistimewaan yang dimilikinya. Selain dalam al-Qur'an, Nabi Muhammad Saw juga menyebutkan keistimewaan dari tanaman bidara. Diantara manfaat bidara adalah dapat digunakan sebagai

obat antikanker, antimikroba, antidepresan, antidiabetik, sarana ruqyah, hingga produk kecantikan.

## DAFTAR PUSTAKA

- LIPI. (2011). *Tumbuhan Dalam Prespektif Al-Qur'an Dan Sains. Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952.
- Aisyah, N. (2021). Analisis Fitokimia Dan Uji Aktivitas Antibakteri Ekstrak Daun Bidara (*Ziziphus Mauritiana L.*) Terhadap *Esherichiacoli* Dan *Staphylococcus aureus*. UIN Ar-raniry.
- Aizid, R. (2015). *Sejarah peradaban Islam terlengkap: periode klasik, pertengahan, dan modern*. Diva Press.
- Ar-Raihani, F. D. (2022). Perbandingan flavonoid total dan aktivitas antioksidan ekstrak daun bidara (*Ziziphus mauritiana Lamk.*) asal Cianjur dan Sumenep. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim.
- Arifin, I. (2025). Hubungan antara Al-Qur'an dan Ilmu Sains dalam Memahami tentang Tanah. *Jurnal Cakrawala Akademika*. Retrieved from <https://api.semanticscholar.org/CorpusID:277518807>
- Ashabulyamin, C. I., Fikra, H., & Dadah. (2022). Analisis Tren pengobatan Ruqyah dengan Daun bidara: Studi Takhrij dan Syarah Hadis Pendekatan Kontemporer. *Gunung Djati Conferens Series*, 8, 167–180.
- Bintoro, A., Ibrahim, A. M., & Situmeang, B. (2017). Analisis Dan Identifikasi Senyawa Saponin Dari Daun Bidara (*Zhizipus mauritania L.*). *Jurnal Itekima*, 2(1), 84–94.
- Farm, A. D. D. M., Desri Yanri, S. H., & Nurlatifah, S. (2023.). *Tumbuhan Obat Indonesia*. Indramayu: CV. Adanu Abimata.
- Fuadi, M. A. (2016). Ayat-ayat pertanian dalam Al-Qur'an (studi analisis terhadap penafsiran Thanthawi Jauhari dalam kitab al-Jawāhir fī Tafsīr al-Qur'an al-Karīm). Retrieved from <https://api.semanticscholar.org/CorpusID:193802949>
- Hoyrunnisa, F. (2022). Penciptaan Tumbuhan Dalam Kajian Tafsir Ilmi. *Skripsi: UIN Raden Intan Lampung*.
- Majid, A. F. (2023). Pohon Bidara (*Ziziphus mauritiana Lamk*) dalam Tafsir AlQur'an serta Analisis Manfaatnya sebagai Obat Anti-Kanker Alami. *Es-Syajar:Journal of Islam, Science and Technology Integration*, 1(1), 64–80. <https://doi.org/10.18860/es.v1i1.20425>
- Marlinia, A. P., & Salman, A. M. Bin. (2023). Tumbuhan Sidr Dalam AL-Quran (Kajian Tafsir Tematik Surah Saba Ayat 16, Al-Waqiah Ayat

- 28 Dan An-Najm Ayat 14 Dan 16). UIN Surakarta.
- Mulyono, A., Wafiroh, N. L., & Muthmainnah, M. (2022). Pelatihan Pembuatan Eco-Enzyme dan Sabun Eco-Enzyme Daun Bidara Pada Santri Ponpes Bahrul Ulum Al-Fattah Gondang Legi. *JRCE (Journal of Research on Community Engagement)*, 4(1), 8-15.
- Nafisah, L. (2020). *Pohon Bidara Dalam Al-Qur'an Studi Penafsiran Term Sidr (Kajian Tematik Tafsir al-Misbah dan Tafsir Ibnu Katsir)*.
- Nurdin, R. (2023). Tumbuhan Bidara Dalam Al-Qur'an Dan Manfaatnya Bagi Kehidupan. *Al-Kauniyah*, 4(2), 1-21.
- Ashri, N. H. (2016). Uji Aktivitas Dan Identifikasi Senyawa Kimia Antibakteri Ekstrak Etanol Daun Bidara (*Ziziphus spina-christi* L) Terhadap Beberapa Bakteri Patogen. Skripsi: UIN Alauddin Makassar.
- Puspitaningsih, N. W. E., & Mahyuni, L. P. (2021). Pelatihan Pembuatan Daun Bidara Menjadi Produk Lulur Tradisional Di Desa Kutuh. *Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(4), 488-499.
- Rezeki, S. (2020). Telaah Tumbuhan Bidara untuk Pengobatan Menurut Al-Qur'an dan Hadis, 1-87.
- Sakka, L., & Muin, R. (2023). Identifikasi Kandungan Senyawa Antioksidan Ekstrak Daun Bidara (*Ziziphus mauritiana* Lamk.) Dengan Menggunakan Metode DPPH. *Journal Syifa Sciences and Clinical Research*, 4(1), 92-100. <https://doi.org/10.37311/jsscr.v4i1.13518>
- Shodiq, M.F. (2015). *Kapita Selekta Pertanian Dalam Perspektif Islam*. Kartasura: IAIN Press
- Siregar, M. (2020). Berbagai Manfaat Daun Bidara (*Ziziphus mauritiana* Lamk) Bagi Kesehatan di Indonesia : Meta Analisis. *Jurnal Pandu Husada*, 1(2), 75. <https://doi.org/10.30596/jph.v1i2.4415>
- Syukri, Y. (2022). Pengobatan Islam serta Teknologi Terkini yang digunakan untuk Pengembangan Tanaman Obat yang Disebutkan dalam Al-Quran dan Hadis Rasulullah SAW. Penerbit Universitas Islam Indonesia.
- Yahya, H. (2004). *Jejak Bangsa-Bangsa Terdahulu*. Bandung: Syamil Cipta Media.