Pengharaman Lemak Hewani Bagi Bani Israil Sebagai Hukuman (Kajian Surat Al-An'am Ayat 146 Dalam Perspektif Sains Modern)

Muhammad Qodri[1]
Prodi Pendidikan Bahasa Arab, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan,
Universitas Islam Negeri (UIN) Sulthan Thaha Saifuddin Jambi[1]
muhammadqodri@uinjambi.ac.id

ABSTRACT
This paper seeks to explore and uncover the secrets behind the prohibition of eating pure fat on cows and goats for the Jewish people as a form of punishment that they are punished with obstructed from got goodness contained in These types of foods. To answer the question about the secret of goodness are contained in fat cows and goats this implicitly presupposed by the second verse, then carried out study of the content and benefits of fat especially for health through the perspective of health science and the nutrition science and nutrition or modern. As a result, a large number of current research found that animal fats have myriad benefits and benefits for health. At the same time, this fact is proved for the umpteenth time the truth of the revelation of the Glorious Qur'an, with all sources of knowledge it contains.

Keywords: Animal Fats, The Children Of Israel, The Modern Science

PENDAHULUAN

Wacana mengenai kemukjizatan Al-Qur'an bertolak dari reaksi keras masyarakat Arab terhadap kehadiran al-Qur'an dan pengakuan Muhammad SAW sebagai utusan Allah. Berbagai bentuk penolakan dan tuduhan sinis kaum kafir Quraisy kemudian ditujukan kepada beliau terutama menyangkut al-Qur'an dan kebenaran risalah yang dibawanya. Mereka tak segan-segan menuduh beliau sebagai seorang penyair[1] atau tukang tenung.[2] Kadang mereka juga menyebutnya sebagai tukang sihir atau orang sinting[3]. Mereka menampilkan beragam cara untuk mendiskreditkan al-Qur'an. Alih-alih mengakuinya sebagai bukti kebenaran Nabi dan risalahnya itu, mereka justru menganggap al-Qur'an tak lebih dari sekedar kumpulan dongeng orang dulu[4], atau hasil karangan seorang Muhammad dan dituding sebagai berita bohong yang dibuat-buat[5], atau bahkan sihir.[6]

Namun semua klaim dan pengingkaran kaum kafir itu dengan tegas dimentahkan oleh Allah SWT melalui tantangan-Nya terhadap mereka untuk membuktikan kebenaran semua komentar dan klaim yang mereka tuduhkan dengan membuat karya tandingan yang setara dengan al-Qur'an dalam surat al-Isra' ayat 88 dan surat at-Thur ayat 34 ;

قُل لَّئِنِ ٱجْتَمَعَتِ ٱلْإِنسُ وَٱلْجِنُّ عَلَىٰٓ أَن يَأْتُوا۟ بِمِثْلِ هَٰذَا ٱلْقُرْءَانِ لَا يَأْتُونَ بِمِثْلِهِۦ وَلَوْ كَانَ بَعْضُهُمْ لِبَعْضٍ ظَهِيرًا ٨٨

"Katakanlah: "Sesungguhnya jika manusia dan jin berkumpul untuk membuat yang serupa Al Quran ini, niscaya mereka tidak akan dapat membuat yang serupa dengan Dia, Sekalipun sebagian mereka menjadi pembantu bagi sebagian yang lain"(Q.S. al-Isra' : 88)

فَلْيَأْتُوا۟ بِحَدِيثٍ مِّثْلِهِۦٓ إِن كَانُوا۟ صَٰدِقِينَ ٣٤

"Maka hendaklah mereka mendatangkan kalimat yang semisal Al Quran itu jika mereka orang-orang yang benar." (Q.S. at-Thur : 34)

Sejarah telah mencatat adanya berbagai upaya yang dilakukan untuk menandingi ataupun mendiskreditkan al-Qur'an yang semuanya berujung pada kegagalan dan ketidakberdayaan.[7] Semua fakta tersebut dengan sendirinya menjadi bukti kemukjizatan al-Qur'an yang tidak terbantahkan.

Berbeda dengan mukjizat para Nabi terdahulu yang bersifat material inderawi (hissiyah), terbatas oleh ruang dan waktu dan

[1] Surat al-Thur : 30
[2] Surat al-Haqqah : 42
[3] Surat al-Hijr : 6
[4] Surat al-An'am : 74
[5] Surat Saba' : 43
[6] *Ibid*

[7] Baca M.Quraish Shihab, *Mukjizat al-Qur'an: Ditinjau dari Aspek Kebahasaan, Isyarat Ilmiah dan Pemberitaan Gaib*, (Bandung : Penerbit Mizan, 2001), cet.IX, hal. 239

hanya dapat dijangkau oleh indera masyarakat di mana Nabi itu hidup, mukjizat al-Qur'an bersifat rasional, yaitu dapat dipahami oleh akal. Maka al-Qur'an satu-satunya mukjizat yang tetap dan akan selalu abadi sepanjang sisa sejarah kehidupan manusia. Selama manusia masih menggunakan daya pikir dan intelektualitasnya, selama itu pula kemukjizatan al-Qur'an dapat digali, dieksplorasi dan dibuktikan.

Seiring dengan kemajuan peradaban dan intelektualitas manusia, kian banyak bukti-bukti kemukjizatan al-Qur'an yang berhasil dideteksi dan diverifikasi saat ini, baik menyangkut indikasi-indikasi ilmiah maupun aspek-aspek menakjubkan lainnya. Salah satu indikasi ilmiah yaitu tentang sains modern yang tersirat dalam al-Qur'an surat an-Nisa' ayat 160

فَبِظُلْمٍ مِّنَ ٱلَّذِينَ هَادُواْ حَرَّمْنَا عَلَيْهِمْ طَيِّبَٰتٍ أُحِلَّتْ لَهُمْ وَبِصَدِّهِمْ عَن سَبِيلِ ٱللَّهِ كَثِيرًا ١٦٠

"Maka disebabkan kezaliman orang-orang Yahudi, Kami haramkan atas (memakan makanan) yang baik-baik (yang dahulunya) Dihalalkan bagi mereka, dan karena mereka banyak menghalangi (manusia) dari jalan Allah". (An-Nisa' : 160).

Wacana tentang lemak hewani dalam Alquran sebagai salah satu produk alami binatang ternak, hanya disebut sekali yakni dalam Surat al-An'am ayat 146. Frekwensi penyebutan yang hanya sekali ini, di samping cara penyebutannya yang tidak eksplisit dan membuka peluang interpretasi, mendorong pada pemaknaan yang cenderung normatif semata. Hal itu dapat kita telusuri dari penjelasan interpretatif berbagai kitab tafsir mengenai segala maksud yang terkandung dalam ayat tersebut secara komprehensif, yang sejumlah kutipannya dipaparkan pada bagian berikut ini.

Tulisan singkat ini bermaksud menelisik untuk kemudian mengungkap jawaban dari pertanyaan yang secara tersirat diindikasikan oleh Alquran melalui Surat al-An'am: 146 dan diafirmasi oleh Surat al-Nisa`: 160 sebagaimana dinyatakan di atas, melalui perspektif yang berbeda dengan interpretasi yang umumnya diamini oleh umumnya kitab-kitab tafsir klasik. Pertanyaan dimaksud adalah adakah rahasia di balik diharamkannya lemak sapi dan binatang bagi bani Isarail sebagai hukuman atas kekufuran mereka

.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Urgensi Lemak Hewani

Lemak merupakan zat makanan yang penting untuk menjaga kesehatan tubuh manusia. Lemak memiliki beberapa fungsi dalam tubuh, yaitu sebagai sumber energi dan pembentukan jaringan adipose. Lemak merupakan sumber energi paling tinggi yang menghasilkan 9 kkal untuk tiap gramnya, yaitu 2,5 kali energi yang dihasilkan oleh karbohidrat dan protein dalam jumlah yang sama.[8]

Menurut Koswara lemak akan menghasilkan asam-asam lemak dan kolestrol yang dibutuhkan untuk membentuk membrane sel pada semua organ. Akan tetapi, konsumsi lemak yang berlebihan akan menimbulkan kegemukan, meningkatkan resiko terkena penyakit jantung koroner dan penyakit degeneratif lainnya.[9]

Peningkatan kadar lemak akhir-akhir ini mendapat perhatian luas di kalangan masyarakat, terutama pada orang-orang yang asupan lemaknya cukup tinggi dan kurang berolahraga. Salah satu produk yang dihubungkan dengan asupan lemak dan sering dikonsumsi oleh masyarakat adalah daging. Distribusi lemak pada daging dapat digunakan untuk membedakan daging dari asal hewannya. Kandungan lemak pada daging terdapat dalam bentuk trigliserida yang terdiri dari ester asam-asam lemak rantai panjang dengan gliserol. Asam lemak adalah bagian penting dari seluruh jaringan tubuh dan merupakan bagian utama senyawa fosfolipid membran sel. Asam lemak yang sangat dibutuhkan oleh jaringan tubuh terutama adalah asam lemak yang esensial.[10]

Menurut Ginting dan Mahmilia persentase lemak untuk daging kambing adalah 3,5-4,9%, sedangkan untuk daging sapi 12,2-18,6%. Melalui data tersebut diketahui bahwa

[8] Gifari, A. *Karakteristik Asam Lemak Daging,* (Bogor. Institut Pertanian Bogor, 2011), hal.34

[9] Koswara, S. *Konsumsi Lemak yang Ideal Bagi Kesehatan*. (E book Pangan. http://ebook pangan .com.2006), diakses pada tanggal 01 Desember 2016.

[10] Tuminah, S. *Efek perbedaan sumber dan struktur kimia asam lemak jenuh terhadap kesehatan.* (Jakarta : Pusat Penelitian dan Pengembangan Biomedis dan Farmasi. Buletin Penelitian Kesehatan, 2010), hal.43

kandungan lemak daging kambing relatif rendah dibandingkan dengan daging sapi.[11]

Lemak berfungsi dalam menjaga organ di dalam tubuh. Hal ini dikarenakan dalam 45 persen lemak terdapat pada organ tubuh guna melindungi berbagai organ di dalam tubuh. Namun tidak hanya menjaga organ di dalam tubuh, lemak juga berperan sebagai cadangan energi yang berupa jaringan lemak yang tersimpan di tempat tertentu.

Di samping itu lemak terdapat di dalam jaringan kulit juga turut membantu melindungi tubuh dari udara dingin agar tetap bisa mempertahankan suhu di dalam tubuh. Selain sebagai pemasok cadangan energi lemak juga membantu dalam membentuk sel serta jaringan seperti membran sel pada tubuh manusia. Lemak bagi tubuh juga berfungsi membantu dalam memproses pelarutan vitamin dalam tubuh manusia. Tak hanya sebagai pelarut vitamin, lemak juga berfungsi sebagai alat pengangkut vitamin yang turut larut dalam lemak. Sumber lemak dalam makanan dibagi menjadi dua yakni lemak nabati yang berasal dari tumbuh-tumbuhan dan lemak hewani yang berasal dari hewan.

Adapun lemak hewani yang baik untuk dikonsumsi seperti seperti daging, ikan laut, daging sapi, daging domba, dan lain-lain. Dengan segala fungsinya tersebut bukan tidak mungkin lemak memiliki efek berbahaya bagi tubuh. Efek dari kelebihan lemak seperti membuat perut buncit yang kerap kali mengganggu penampilan. Timbunan lemak berlebih tersebut akan menutupi organ-organ di dalam tubuh yang berefek pada fungsi kerja yang akan terganggu. Efek paling serius dapat menyebab kegagalan fungsi dari ginjal, hati, dan beresiko terkena serangan jantung.

Lemak Hewani Perspektif Sains Modern

Setiap manusia memerlukan gizi yang seimbang Gizi merupakan zat penyusun bahan makanan yang diperlukan oleh tubuh untuk metabolisme, air, protein, mineral dan karbohidrat.[12] Adapun jenis nutrisi yang diperlukan oleh manusia adalah sebagai berikut :

a. Protein merupakan makanan pembangun tubuh yang utama. Protein tersusun atas senyawa organik yang mengandung unsur-unsur karbon hidrogen, oksigen, dan nitrogen.
b. Kebutuhan energi. Energi yang digunakan untuk melakukan aktivitas dalam kehidupan sehari-hari didapatkan oleh tubuh dari energi yang dilepaskan di dalam tubuh pada proses pembakaran zat makanan.
c. Metabolisme basal adalah sejumlah energi yang diperlukan oleh tubuh dalam keadaan istirahat total, baik jasmani maupun rohani, dalam keadaan berbaring tidak tidur, dan suhu badan dalam lingkungan yang serasi.
d. Mineral, vitamin, air, dan oksigen merupakan makanan pelindung pengatur tubuh. Mineral dan vitamin merupakan zat yang berperan dalam menjaga keseimbangan dalam tubuh terutama untuk membantu proses metabolisme dan pertukaran zat.
e. Karbohidrat dan lemak zat makanan penghasil tenaga Zat makanan sebagai sumber energi utama adalah karbohidrat dan lemak. Karbohidrat dan lemak sering disebut makanan bahan bakar atau energi.[13]

Lemak merupakan zat makanan yang penting untuk menjaga kesehatan tubuh manusia. Lemak memiliki beberapa fungsi dalam tubuh, yaitu sebagai sumber energi dan pembentukan jaringan adipose. Dalam ilmu kesehatan Lemak digolongkan menjadi tiga jenis, yakni lemak jenuh, lemak tidak jenuh, dan lemak trans. Masing-masing jenis lemak tersebut memiliki bentuk dan struktur kimia yang berbeda. Pada suhu kamar, lemak trans dan lemak jenuh memiliki bentuk seperti butter sedangkan untuk lemak tidak jenuh berbentuk cair, seperti halnya minyak sayur.

Ketiga jenis lemak tersebut memiliki peranan yang berbeda pada kadar kolesterol tubuh. Lemak jenuh dan lemak trans cenderung membawa kolesterol LDL dalam darah yang dapat menyebabkan plak menempel pada saluran pembuluh darah. Hal ini yang kemudian dapat menyebabkan sistem peredaran darah dan suplai oksigen dalam tubuh terganggu. Karena itu, kedua jenis lemak tersebut disebut dengan lemak jahat.

a. Lemak jenuh mudah dikenali karena memiliki bentuk padat seperti lilin, dan banyak ditemukan pada produk yang berasal dari hewan seperti daging merah, susu murni, dan mentega. Sedangkan bahan nabati, lemak

[11] Ginting, S.P. dan F. Mahmilia. *Ilmu Daging*, (Jakarta : Universitas Indonesia-Press, 2008), hal. 115

[12] Slamet Rahardian, *Ilmu Gizi*, (Bandung : PT.Rosdakarya, 2010), hal.72

[13] Irianto Waluyo, *Nutrisi Kesehatan Bagi Manusia*, (Jakarta : : Universitas Indonesia-Press, 2008), hal.43

jenuh dapat ditemukan dari minyak kelapa dan minyak sawit.

b. Lemak tidak jenuh cenderung memiliki bentuk cair pada suhu ruangan dan banyak ditemukan pada bahan nabati seperti minyak sayur dan alpukat. Selain itu lemak tidak jenuh mudah ditemukan pra produk ikan. Lemak tidak jenuh memiliki kandungan kolesterol LDL yang jauh lebih sedikit dibandingkan lemak jenuh. Menurut para ahli lemak tidak jenuh mampu meningkatkan antibodi tubuh.
c. Lemak trans merupakan lemak tidak jenuh yang mengalami pemadatan dengan teknik hidrogenisasi parsial yang dapat menyebabkan perubahan konfigurasi ikatan kimia lemak. Walaupun berasal dari lemak tidak jenuh namun karena proses hidrogenisasi tersebut membuat lemak trans berubah sifatnya. Lemak trans berasal margarin yang sering dikonsumsi sehari-hari.[14]

Tidak semua makanan mengandung lemak itu buruk bagi kesehatan, ada beberapa jenis lemak yang biasa dikonsumsi manusia. Ada jenis lemak jahat, yaitu lemak yang dapat meningkatkan kadar kolesterol (LDL) dan bisa menimbulkan resiko banyak penyakit. Ada juga lemak baik, yaitu lemak yang justru dapat membantu melindungi jantung dan memberikan banyak manfaat bagi tubuh. Dengan mengetahui jenis makanan dengan lemak baik atau lemak jahat,manusia dapat terbantu untuk menentukan makanan mana yang harus dimasukkan kedalam diet harian dan mana yang harus dihindari.

Berikut antara jenis lemak, serta baik buruknya bagi kesehatan, yakni lemak jenuh dan lemak trans. Lemak jahat adalah yang juga dikenal dengan lemak jenuh dan semua lemak trans, yang biasanya banyak terdapat dalam produk olahan. Untuk memudahkan mengingat, Lemak jenuh akan dalam keadaan tetap padat pada suhu kamar, contoh lemak jenuh adalah lemak dari daging domba, daging sapi.

Lemak trans adalah di sisi lain dari hasil masakan, seperti gorengan, permen dan keripik atau margarin. Lemak tak jenuh tunggal dan tak jenuh ganda Lemak Lemak baik dikenal juga dengan lemak tak jenuh tunggal dan lemak tak jenuh ganda, adalah jenis lemak yang cenderung tetap dalam keadaan cair pada suhu kamar. Contoh lemak tak jenuh tunggal yaitu canola dan minyak zaitun. Lemak jenis ini juga dapat ditemukan dalam minyak biji bunga matahari, buah alpukat dan kacang-kacangan. Contoh lain dari lemak tak jenuh ganda adalah minyak kedelai, ikan berlemak, kacang kenari, tahu dan minyak jagung.

Mengkonsumsi jenis-jenis lemak ini dapat menyebabkan peningkatan kadar *low-density lipoprotein* (LDL) secara signifikan dalam tubuh. LDL diklasifikasikan sebagai kolesterol jahat, karena kemampuannya untuk mengakumulasi plak pada dinding pembuluh arteri manusia, dan resikonya dapat menyebabkan aterosklerosis (pengerasan arteri), yaitu penyebab umum dari kondisi penyakit jantung, stroke dan penyakit fatal lainnya. Akibat negatif lain dari lemak jenuh dan lemak trans adalah seringkali menjadi penyebab dari masalah kegemukan. Produk makanan dengan jumlah lemak jenuh dan lemak trans yang tinggi juga mengandung jumlah kalori yang tinggi. Tubuh manusia hanya bisa membakar kalori dalam jumlah terbatas per hari, tergantung dari jumlah energi yang dibutuhkan setiap orang. Dan kelebihan akan kalori ini akan disimpan sebagai lemak dalam tubuh. Lemak yang tersimpan inilah yang menyebabkan masalah berat badan dan obesitas.

Manfaat Lemak Baik bagi kesehatan Lemak tak jenuh tunggal dan lemak tak jenuh ganda disebut lemak baik karena banyak manfaatnya bagi kesehatan. Lemak ini bisa secara dramatis mengurangi kolesterol jahat, serta meningkatkan kolesterol *high-density lipoprotein* (HDL), yang juga dikenal dengan kolesterol baik. Efek ini akan meningkatkan sirkulasi darah yang sehat, yaitu penting untuk meningkatkan proses metabolisme dalam tubuh.[15]

Metabolisme yang sehat dan aktif akan mempromosikan penurunan berat badan yang efektif secara keseluruhan, yang akhirnya dapat membantu untuk mencegah obesitas. Memasukkan makanan tertentu yang mengandung Lemak baik dalam diet akan membantu mempromosikan fungsi tubuh yang sehat, dan dapat mencegah timbulnya berbagai penyakit dan kondisi medis serius lainnya.

[14]Herlina, N. dan M. H. Ginting. *Lemak dan Minyak.* (Medan : USU Digital Library. Universitas Sumatera Utara, 2002), hal 73

[15]Ketaren, S. *Pengantar Teknologi Minyak dan Lemak Pangan.*(Jakarta : UI Press., 1986), hal. 28

Pengharaman Lemak Hewani Bagi Bani Israil (Kajian Surat Al-An'am: 146)

Sebagaimana dikemukakan di akhir bagian sebelumnya di atas, terdapat satu ayat dalam Alquran yang menyebut tentang lemak hewani, yakni ayat 146 Surat al-An'am. Ayat tersebut secara garis besar menjelaskan tentang makanan yang diharamkan oleh Allah untuk dikonsumsi kaum Yahudi sebagai hukuman atas kekufuran dan sikap mereka yang melampaui batas. Firman suci tersebut berbunyi sebagai berikut:

وَعَلَى ٱلَّذِينَ هَادُواْ حَرَّمۡنَا كُلَّ ذِي ظُفُرٖۖ وَمِنَ ٱلۡبَقَرِ وَٱلۡغَنَمِ حَرَّمۡنَا عَلَيۡهِمۡ شُحُومَهُمَآ إِلَّا مَا حَمَلَتۡ ظُهُورُهُمَآ أَوِ ٱلۡحَوَايَآ أَوۡ مَا ٱخۡتَلَطَ بِعَظۡمٖۚ ذَٰلِكَ جَزَيۡنَٰهُم بِبَغۡيِهِمۡۖ وَإِنَّا لَصَٰدِقُونَ ١٤٦

"Dan kepada orang-orang Yahudi, Kami haramkan segala binatang yang berkuku dan dari sapi dan domba, Kami haramkan atas mereka lemak dari kedua binatang itu, selain lemak yang melekat di punggung keduanya atau yang di perut besar dan usus atau yang bercampur dengan tulang. Demikianlah Kami hukum mereka disebabkan kedurhakaan mereka; dan sesungguhnya Kami adalah Maha Benar."(Q.S. al-An'am : 146).

Dalam semua kitab tafsir yang dirujuk dalam tulisan ini, dijelaskan bahwa yang dimaksud *kull dzi zhufur* adalah semua binatang ternak dan unggas yang jemari kakinya tidak terpisah atau terberai, seperti burung unta, angsa, dan bebek. Artinya semua binatang ternak dan unggas dengan anatomi ruas jemari kaki tidak terpisah atau menyatu satu sama lain hukumnya haram dikonsumsi oleh kaum Yahudi, kecuali sapi dan kambing. Dua jenis binatang ini dihalalkan untuk mereka. Namun bagian lemak murni yakni selain yang terdapat di punggung, perut besar dan usus atau yang bercampur dengan tulang hukumnya haram untuk mereka konsumsi.[16]

Allah mengharamkan makanan-makanan sebagaimana dinyatakan dalam ayat tersebut bagi Bani Isra'il sebagai hukuman atas mereka, bukan atas dasat syariat yang diturunkan lewat para Rasul, sebelum atau sesudah mereka.

Adapun sebab mengapa hanya sapi dan domba saja yang dihukumi sedemikian rupa, karena kurban-kurban yang mereka lakukan terdiri dari kedua binatang tersebut, dan dari lemak kedua binatang tersebut dibuatlah bahan bakar untuk Tuhan, sebagaimana hal itu disebutkan pada pasal tiga dari kitab orang-orang Lewi, setelah diterangkan secara panjang lebar tentang kurban-kurban keselamatan yang terdiri dari sapi dan domba, maka dicantumkanlah, segala lemak adalah kepunyaan Tuhan. Inilah suatu ketetapan untuk selamanya bagi kamu secara turun menurun dari tempat kediamanmu, janganlah sekali-kali makan lemak dan darah.

Allah mengharamkan hal itu atas Bani Israil. maka tak lain adalah sebagai hukuman atas kedurhakaan mereka, dan bukan karena makanan itu dianggap sebagai makanan yang kotor atau tidak baik. Dalam Surat dan ayat yang lain, yakni Surat al-Nisa` 160, makanan yang diharamkan kepada kaum Yahudi tersebut dinyatakan dengan diksi *thayyibat*, sebagaimana ayat berikut:

[16]Muhammad Abduh, *Tafsir al-Quran al-Hakim*, Kairo: Dar al-Manar, 1367 H., Cet. III, h. 170-173, kuku dimaksud bukan cakar sebagaimana pada binatang buas. Sedangkan *syahm* adalah suatu substansi yang bersifat berminyak yang membuat binatang gemuk. Syahm biasanya sebutan untuk substansi yang berminyak berwarna putih yang terdapat di perut besar binatang, di ginjal dan bagian usus dan bagian-bagian lain tubuhnya secara umum. Baca juga, Muhammad Al-Razy, (1981), *Tafsir al-Fakhr al-Razy*, Juz XIII, Beirut: Dar al-Fikr al-Araby, Cet. I, h. 234-6, ulama berbeda pendapat tentang keharaman binatang berkuku bagi Bani Israel itu: menurut Ibn Abbas hanya unta, atau unta dan burung unta dalam versi riwayat lain; Muhammad al-Husain Al-Baghawy, (1989), *Tafsir al-Baghawy (Ma'alim al-Tanzil)*, Jilid III, Riyadh: Dar Thaybah, Cet. I, h. 199-200; Jalaluddin Al-Suyuthy, (2003), *Al-Durr al-Mantsur fi al-Tafsir bi al-Ma`tsur*, Juz VI, Kairo: Markaz Hajar li al-Buhuts wa al-Dirasat al-Arabiyah wa al-Islamiyah, Cet. I, h. 244-248; Ibn Katsir, (1998), *Tafsir al-Quran al-Azhim*, Beirut: Dar al-Kutub al-Ilmiyah, Cet. I, h. 318-321; Al-Thabary, (1994), *Jami' al-Bayan 'an Ta'wil Ay al-Quran*, Jilid III, Beirut: Muassasah al-Risalah, Cet. I,h. 371-2;Ahmad Mushthafa Al-Maraghy, (1946), *Tafsir al-Maraghy*, Juz VIII, Kairo: tp, Cet. I, h. 56-9;Al-Zamakhsyary, (2009), *Tafsir al-Kasysyaf*, Beirut: Dar al-Ma'rifah, Cet. III, h. 350;Al-Qurthuby, (2006), *Al-Jami' li Ahkam al-Quran*, Jilid 9, Beirut: Muassasah al-Risalah, cet. I, h. 96-101; Al-Mahally & al-Suyuthy, (2001), *Tafsir al-Jalalain*, Kairo: Dar al-Hadits, Cet. III, h. 188-9; Abu Hayyan Al-Andalusy, (1993), *Tafsir al-Bahr al-Muhith*, Juz IV, Beirut: Dar al-Kutub al-Ilmiyah, Cet. I, h. 244-247; Muhammad Abu Zahrah, (tt), *Zahrah al-Tafasir*, Kairo: Dar al-Fikr al-Araby, h. 2715-2717

فَبِظُلْمٍ مِّنَ ٱلَّذِينَ هَادُواْ حَرَّمْنَا عَلَيْهِمْ طَيِّبَٰتٍ أُحِلَّتْ لَهُمْ وَبِصَدِّهِمْ عَن سَبِيلِ ٱللَّهِ كَثِيرًا ١٦٠

"Maka disebabkan kezaliman orang-orang Yahudi, Kami haramkan atas (memakan makanan) yang baik-baik (yang dahulunya) Dihalalkan bagi mereka, dan karena mereka banyak menghalangi (manusia) dari jalan Allah". (An-Nisa' : 160)

SIMPULAN

Al-Quran, melalui Surat al-An'am ayat 146 yang kemudian diafirmasi oleh Surat an-Nisa` ayat 160, menegaskan bahwa pengharaman mengonsumsi lemak murni pada sapi dan kambing, yakni selain yang terdapat di punggung, perut besar dan usus atau yang bercampur dengan tulang pada kedua binatang ternak itu, bagi kaum Yahudi adalah sebagai bentuk hukuman atas kekufuran mereka.

Sebagai sebuah hukuman, secara implisit, pengharaman mengonsumsi lemak ini meniscayakan adanya indikasi suatu keistimewaan yang seharusnya bernilai tidak biasa pada lemak sapi dan kambing yang ditunjuk oleh kedua ayat tersebut. Terlebih pada Surat kedua, An-Nisa` ayat 160, lemak yang diharamkan dinyatakan sebagai *thayyibat*, makanan yang baik.

Bertolak dari asumsi ini, tulisan singkat ini berupaya untuk menggali dan mengungkap rahasia di balik pengharaman entitas tersebut bagi kaum Yahudi sebagai suatu bentuk hukuman; yakni bahwa mereka dihukum dengan dihalangi dari mendapat kebaikan yang terkandung dalam jenis makanan tersebut, lemak sapi dan kambing.

Untuk menjawab pertanyaan tentang rahasia kebaikan apakah yang terkandung dalam lemak sapi dan kambing ini yang secara implisit diisyaratkan oleh kedua ayat tersebut, maka dilakukan penelaahan terhadap kandungan dan manfaat lemak khususnya bagi kesehatan melalui perspektif ilmu kesehatan dan atau ilmu nutrisi dan gizi modern. Hasilnya, sejumlah besar penelitian terkini menemukan bahwa lemak hewani memiliki banyak sekali khasiat dan manfaat bagi kesehatan. Pada saat yang sama, fakta ini membuktikan untuk kesekian kalinya kebenaran wahyu Alquran dengan segenap sumber pengetahuan yang dikandungnya.

DAFTAR PUSTAKA

Abu Zahrah, Muhammad, (tt), *Zahrah al-Tafasir*, Kairo: Dar al-Fikr al-Araby.

Abduh, Muhammad, (1367 H.), Tafsir al-Quran al-Hakim, Kairo: Dar al-Manar, Cet. III.

Ahmad Mushtafa Al-Maraghi, (1993), *Terjemah Tafsir al-Maraghi*, Semarang: PT.CV.Toha Putra Semarang.

Al-Andalusy, Abu Hayyan, (1993), *Tafsir al-Bahr al-Muhith*, Juz IV, Beirut: Dar al-Kutub al-Ilmiyah, Cet. I

Al-Baghawy, Muhammad al-Husain, (1989), *Tafsir al-Baghawy (Ma'alim al-Tanzil)*, Jilid III, Riyadh: Dar Thaybah, Cet. I

Al-Mahally & al-Suyuthy, (2001), *Tafsir al-Jalalain*, Kairo: Dar al-Hadits, Cet. III

Al-Maraghy, Ahmad Mushthafa, (1946), *Tafsir al-Maraghy*, Juz VIII, Kairo: tp, Cet. I

Al-Qurthuby, (2006), *Al-Jami' li Ahkam al-Quran*, Jilid 9, Beirut: Muassasah al-Risalah, cet. I

Al-Razy, Muhammad, (1981), *Tafsir al-Fakhr al-Razy*, Juz XIII, Beirut: Dar al-Fikr al-Araby, Cet. I

Al-Suyuthy, Jalaluddin, (2003), *Al-Durr al-Mantsur fi al-Tafsir bi al-Ma`tsur*, Juz VI, Kairo: Markaz Hajar li al-Buhuts wa al-Dirasat al-Arabiyah wa al-Islamiyah, Cet. I

Al-Thabary, (1994), *Jami' al-Bayan 'an Ta'wil Ay al-Quran*, Jilid III, Beirut: Muassasah al-Risalah, Cet. I

Al-Zamakhsyary, (2009), *Tafsir al-Kasysyaf*, Beirut: Dar al-Ma'rifah, Cet. III

Gifari, A. (2011) *Karakteristik Asam Lemak Daging*, Bogor. Institut Pertanian Bogor.

Ginting, S.P. dan F. Mahmilia.(2008), *Ilmu Daging*, Jakarta : Universitas Indonesia-Press.

Herlina, N. dan M. H. Ginting. (2002), *Lemak dan Minyak*. Medan : USU Digital Library. Universitas Sumatera Utara.

Ibn Katsir, (1998), *Tafsir al-Quran al-Azhim*, Beirut: Dar al-Kutub al-Ilmiyah, Cet. I

Irianto Waluyo, (2008), *Nutrisi Kesehatan Bagi Manusia*, Jakarta : Universitas Indonesia-Press.

Ketaren, S. (1986), *Pengantar Teknologi Minyak dan Lemak Pangan.* Jakarta : UI Press.

Koswara, S. (2006), *Konsumsi Lemak yang Ideal Bagi Kesehatan*. (E book Pangan. http://ebook pangan .com, diakses pada tanggal 06 Agustus 2018

Shihab, M.Quraish, (2001), *Mukjizat al-Qur'an: Ditinjau dari Aspek Kebahasaan,Isyarat Ilmiah dan Pemberitaan Gaib*, Bandung: Penerbit Mizan, cet.IX.

Slamet Rahardian, (2010), *Ilmu Gizi*, Bandung : PT.Rosdakarya.

Tuminah, S. (2010), *Efek Perbedaan Sumber dan Struktur Kimia Asam Lemak Jenuh Tterhadap Kesehatan.*Buletin Penelitian Kesehatan,Jakarta: Pusat Penelitian dan Pengembangan Biomedis dan Farmasi.