

---

## INTERKONEKSI AGAMA DAN SAINS: MEMAHAMI MAKNA BUAH DELIMA DALAM AL-QUR'AN, HADIS, DAN PENELITIAN KESEHATAN KONTEMPORER

Vita Susmita<sup>1</sup>, Intan Safira<sup>2</sup>, Riski Maulana<sup>3</sup>, Laila Sari Masyhur<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup> Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau

[vitasusmita@gmail.com](mailto:vitasusmita@gmail.com)<sup>1</sup>, [Intansafira1731@gmail.com](mailto:Intansafira1731@gmail.com)<sup>2</sup>, [riskimaulana9043@gmail.com](mailto:riskimaulana9043@gmail.com)<sup>3</sup>,

[laila.sari.masyhur@uin-suska.ac.id](mailto:laila.sari.masyhur@uin-suska.ac.id)<sup>4</sup>

---

### Article Info

#### Article history:

Pengajuan 31/5/2025

Diterima 9/6/2025

Diterbitkan 13/6/2025

#### Keywords:

*Delima,*  
*Al-Qur'an Hadis,*  
*Sains,*  
*Tematik,*  
*Interdisipliner.*

### ABSTRAK

Buah delima (*Punica granatum*) memiliki kedudukan penting dalam tradisi Islam dan mendapatkan perhatian signifikan dalam kajian ilmiah modern. Meskipun demikian, kajian interdisipliner yang mengintegrasikan perspektif teologis dari Al-Qur'an dan hadis dengan temuan ilmiah di bidang kesehatan masih relatif terbatas. Penelitian ini menggunakan metode tinjauan pustaka tematik untuk mengkaji posisi dan manfaat delima berdasarkan sumber-sumber primer keislaman dan literatur ilmiah kontemporer. Dalam Al-Qur'an, delima disebutkan pada Surah Al-An'am (6):99 dan Ar-Rahman (55):68 sebagai salah satu tanda kebesaran Allah, sementara hadis menganjurkan konsumsi delima dengan alasan nilai spiritual dan potensi terapeutiknya. Penelitian ilmiah menunjukkan bahwa delima mengandung berbagai senyawa bioaktif yang memiliki sifat antioksidan dan antiinflamasi, serta berperan dalam menurunkan risiko penyakit degeneratif seperti penyakit kardiovaskular dan kanker. Hasil kajian ini menegaskan bahwa buah delima tidak hanya memiliki nilai religius dan simbolik yang tinggi, tetapi juga manfaat empiris yang signifikan dalam konteks kesehatan. Oleh karena itu, delima relevan untuk dimasukkan dalam praktik kesehatan holistik yang berlandaskan nilai-nilai Islam. Penelitian lanjutan sangat diperlukan untuk mengeksplorasi potensi aplikatif buah delima secara klinis dan farmakologis dalam pengobatan modern.

---

#### Corresponding Author: Vita Susmita

Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau

Email: [vitasusmita@gmail.com](mailto:vitasusmita@gmail.com)

---

### PENDAHULUAN

Buah delima (*Punica granatum*) merupakan salah satu tanaman yang telah dikenal umat manusia sejak zaman kuno. Dalam berbagai peradaban kuno seperti Mesir, Persia, hingga Yunani dan Romawi, delima tidak hanya dikagumi karena keindahan bijinya yang merah menyala, tetapi juga karena makna simbolik dan khasiat medisnya yang luas. Dalam bahasa Mesir kuno, buah ini dikenal sebagai *arhamani*, yang berasal dari istilah Qibthi *armin-ramn*, dan serumpun dengan bahasa Ibrani *ramun* maupun bahasa Arab *rumman*. Buah ini sering dijumpai dalam ukiran-ukiran dinding kuil, simbol kesuburan, dan ornamen kerajaan, menunjukkan betapa besar nilai kultural dan spiritualnya pada masa lalu (Ahmad, 2019).

Delima adalah tanaman perdu yang tingginya bisa mencapai 5 hingga 8 meter. Tanaman ini dipercaya berasal dari kawasan Persia dan daerah Himalaya bagian selatan, khususnya India Utara. Sejarah mencatat bahwa sekitar tahun 1500 SM, Pharaoh Tuthmosis membawa tanaman ini dari Asia ke Mesir, kemudian menyebar luas hingga ke Afrika, Asia Tengah, Eropa Selatan, hingga ke benua Amerika (Rahman, 2021). Di Indonesia sendiri,

meskipun bukan tanaman asli, buah delima tumbuh dengan baik di berbagai daerah berkat adaptasi iklim tropisnya yang mendukung.

Delima diperkenalkan di Nusantara oleh para pedagang dari Timur Tengah, terutama dari wilayah Persia, sekitar abad ke-15. Seiring waktu, buah ini memperoleh tempat penting dalam budaya lokal. Masyarakat Jawa, misalnya, menggunakan buah delima sebagai bagian dari rujak pada upacara tujuh bulanan ibu hamil, sebagai simbol kesuburan dan keberkahan. Keberadaan delima tercatat dalam berbagai nama lokal di Nusantara, seperti *dalimo* (Batak), *dhalima* (Madura), *dilime* (Kisar), hingga *glima* (Aceh), menunjukkan distribusi yang luas dan penerimaan budaya yang mendalam (Suryani, 2018).

Secara botani, buah delima tergolong dalam keluarga Punicaceae. Buah ini memiliki biji berwarna merah terang hingga ungu kehitaman, tergantung varietasnya. Di Indonesia, dikenal tiga jenis delima berdasarkan warna kulit dan dagingnya: delima merah, putih, dan ungu. Delima merah, yang paling umum dijumpai, memiliki rasa manis dan segar, serta kandungan vitamin dan antioksidan yang tinggi. Delima putih lebih sering digunakan sebagai obat tradisional karena kandungan flavonoid dan zat samaknya yang tinggi. Sementara delima ungu, meskipun jarang ditemukan, diyakini memiliki manfaat pengobatan yang lebih kuat (Nurhadi et al., 2020).

Nilai gizi buah delima tidak bisa dianggap remeh. Setiap 100 gram daging buahnya mengandung sekitar 78 gram air, 14,5 gram karbohidrat, 1,6 gram protein, dan 0,1 gram lemak. Selain itu, buah ini juga mengandung vitamin C sebanyak 14 mg dan berbagai senyawa bioaktif lain seperti punicalagin, asam ellagic, flavonoid, dan antosianin, yang berkontribusi besar terhadap aktivitas antioksidan dan anti-inflamasi dalam tubuh (Singh et al., 2018).

Tak hanya buahnya, seluruh bagian tanaman delima—dari akar, batang, daun, hingga kulit buahnya—telah digunakan dalam pengobatan tradisional sejak ribuan tahun lalu. Dalam pengobatan Ayurveda dan Unani, delima dimanfaatkan untuk mengatasi masalah pencernaan, diare, gangguan tenggorokan, dan anemia. Bahkan, pengobatan tradisional Cina mengakui biji delima sebagai agen anti-inflamasi alami untuk mengatasi rematik dan nyeri sendi (Zhao et al., 2019).

Delima tidak hanya menjadi bahan penting dalam dunia pengobatan dan nutrisi, tetapi juga mendapat tempat istimewa dalam ajaran agama, khususnya Islam. Dalam Al-Qur'an, delima disebutkan sebagai salah satu buah dari surga yang menjadi tanda kekuasaan Allah SWT, sebagaimana dalam Surah Al-An'am ayat 99 dan Surah Ar-Rahman ayat 68. Penyebutan buah ini dalam kitab suci bukanlah sekadar ilustrasi estetika, tetapi juga mengandung pesan mendalam tentang pentingnya memaknai ciptaan Tuhan sebagai bagian dari ikhtiar manusia dalam menjaga kesehatan dan keseimbangan hidup (Kementerian Agama RI, 2020).

Lebih lanjut, dalam hadis yang diriwayatkan oleh Imam Ali bin Abi Thalib, dijelaskan bahwa buah delima memiliki efek terapeutik yang luar biasa. Sabda beliau menyatakan bahwa mengonsumsi buah delima beserta lapisan putihnya (yang disebut *shahm*) dapat menyucikan lambung dan mengusir waswas dari setan selama empat puluh hari. Hadis ini menunjukkan bahwa sejak masa kenabian, delima sudah dikenal tidak hanya sebagai buah yang lezat, tetapi juga sebagai sumber kesehatan spiritual dan fisik (Ibnu Qayyim, 2009).

Dalam literatur pengobatan klasik Islam seperti *al-Tibb al-Nabawi*, delima diklasifikasikan sebagai makanan yang bersifat hangat dan lembab. Khasiatnya meliputi pembersihan organ pencernaan, memperbaiki fungsi hati, mengobati penyakit kuning, dan bahkan meningkatkan kualitas sperma. Bahkan, bagian dalam buahnya yang biasanya dibuang dianggap memiliki kandungan senyawa seperti cuka alami yang bermanfaat untuk meredakan radang dan mempercepat penyembuhan luka (As-Suyuthi, 2015).

Interkoneksi antara agama dan sains dalam hal ini tampak begitu nyata. Penelitian ilmiah modern menunjukkan bahwa senyawa punicalagin dan asam ellagic yang terkandung dalam delima berperan sebagai antioksidan kuat, mampu menangkal radikal bebas dan memperlambat proses penuaan sel. Di sisi lain, Islam sejak awal telah menempatkan delima sebagai buah yang diberkahi, yang bukan hanya memenuhi kebutuhan fisik, tetapi juga spiritual. Artinya, ajaran Islam tidak bertentangan dengan temuan ilmiah, justru sebaliknya, menjadi inspirasi dalam pencarian makna dan manfaat dari ciptaan Tuhan.

Dengan demikian, memahami delima tidak cukup hanya dari sudut pandang sains atau agama saja. Keduanya perlu didekati secara holistik agar manusia tidak hanya menikmati hasilnya secara fisik, tetapi juga meresapi hikmah dan nilai spiritualnya. Artikel ini bertujuan untuk mengkaji makna dan manfaat buah delima dalam perspektif Al-Qur'an, hadis, dan temuan ilmiah kontemporer, serta mencoba menjembatani wawasan antara iman dan ilmu dalam memaknai ciptaan Tuhan yang satu ini.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini disusun dengan menggunakan pendekatan studi kepustakaan (library research), yakni sebuah metode penelitian kualitatif yang menitikberatkan pada penelusuran, penelaahan, dan analisis terhadap sumber-sumber tertulis yang relevan dengan fokus kajian. Pendekatan ini dipilih karena objek penelitian berupa interkoneksi antara teks-teks keagamaan dan temuan ilmiah tidak memerlukan pengumpulan data lapangan, melainkan eksplorasi mendalam terhadap literatur primer dan sekunder. Tujuan utama dari metode ini adalah untuk merekonstruksi pemahaman yang utuh dan integratif mengenai buah delima dari perspektif Al-Qur'an, hadis, serta sains kesehatan kontemporer.

Data primer yang digunakan dalam penelitian ini terdiri atas ayat-ayat Al-Qur'an yang menyebut secara eksplisit buah delima, yakni Surah Al-An'am ayat 99 dan Surah Ar-Rahman ayat 68. Ayat-ayat ini diposisikan sebagai sumber utama untuk mengidentifikasi simbolisme, nilai spiritual, serta pesan-pesan ketuhanan yang terkandung dalam penyebutan buah delima di dalam wahyu Ilahi. Di samping itu, hadis-hadis Nabi Muhammad SAW yang berbicara mengenai khasiat dan keutamaan buah delima juga menjadi bagian penting dari data primer. Hadis-hadis ini diambil dari kitab-kitab hadis klasik, seperti *al-Kamil fi Dhu'afa' al-Rijal* karya Ibnu 'Adi dan *al-Tibb al-Nabawi* karya Ibn Qayyim al-Jauziyah, yang tidak hanya berfungsi sebagai rujukan otoritatif dalam khazanah hadis, tetapi juga mengandung informasi empiris mengenai praktik pengobatan tradisional pada masa Nabi (Ibnu 'Adi, 2004; Ibn Qayyim, 2009).

Selain itu, penafsiran ulama klasik terhadap ayat dan hadis yang dimaksud juga digunakan untuk memperkaya konteks teologis dan historis dari buah delima. Penafsiran ini membantu memahami makna literal, simbolik, serta dimensi hikmah yang melekat pada penyebutan delima sebagai buah surga dalam khazanah Islam. Data sekunder dalam penelitian ini diperoleh dari jurnal-jurnal ilmiah yang membahas kandungan gizi dan senyawa bioaktif dalam buah delima, buku-buku referensi tentang kesehatan, serta artikel-artikel medis modern yang mengulas manfaat farmakologis dari berbagai bagian tanaman delima, termasuk biji, kulit, dan sari buahnya (Singh & Sharma, 2018; Zhao, Gu, & Yu, 2019).

Proses analisis dilakukan secara tematik, dengan mengidentifikasi tema-tema utama yang muncul dari keseluruhan data: mulai dari dimensi teologis, nutrisi, hingga aplikasi kesehatan. Analisis ini dilakukan melalui pendekatan interdisipliner, yaitu memadukan metode tafsir ayat, syarah hadis, dan telaah ilmiah secara sejajar. Pendekatan ini memungkinkan penulis untuk tidak hanya menjelaskan aspek-aspek normatif agama, tetapi juga membandingkan dan merefleksikan relevansinya dengan temuan-temuan ilmiah masa kini. Dengan demikian, hasil yang diharapkan dari penelitian ini bukan semata-mata menjelaskan keutamaan buah delima dalam Islam atau manfaat medisnya secara terpisah, melainkan menawarkan pemahaman integratif tentang bagaimana teks wahyu dan sains saling menguatkan dan memberi makna yang lebih dalam terhadap eksistensi ciptaan Allah SWT.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Pengertian Delima

Delima dikenal pada zaman kuno, ukiran-ukirannya tergambar pada dinding-dinding tempat berhala dan istana-istana peninggalannya. Bangsa Mesir Kuno mengenal delima dengan nama "arhamani", yang diambil dari kata Qibthi "armin-ramn". Kata ini juga di ambil dari bahara Ibrani "ramun" dan bahasa Arab "rumman" (Mahir Hasan Mahmud 2007). Delima

(*punica granatum*) merupakan tanaman semak atau perdu yang dapat tumbuh dengan tinggi mencapai 5-8 m. Tanaman ini berasal dari Persia dan daerah Himalaya yang terletak di selatan India. Konon, tanaman delima dibawa oleh Pharaoh Tuthmosis ke Mesir pada 1500 SM. dari Asia. Sejak itulah, tanaman ini mulai menyebar ke Afrika, Asia, Eropa, dan Amerika (Dani Hendarto; 2009). Dari Timur Tengah, delima menyebar ke daerah subtropis sampai tropis. Pohon delima dijumpai di negara Balkan, seperti Albania, Montenegro, dan Bulgaria. Delima juga banyak ditanam, di daerah Cina Selatan dan Asia Tenggara, seperti Myanmar, Indonesia, dan Malaysia (Dani Hendarto; 2009).

Meskipun bukan merupakan tanaman asli Indonesia, buah delima mampu beradaptasi dan tumbuh dengan baik di Indonesia. Buah delima itu sendiri bisa sampai ke Indonesia, konon dibawa oleh para pedagang dari Persia pada tahun 1416. Selama berabad-abad yang lalu, buah delima telah dipakai sebagai simbol kesuburan di beberapa agama dan kebudayaan, di Indonesia sendiri, saat acara tujuh bulanan kehamilan pada masyarakat Jawa, buah delima digunakan juga sebagai salah satu bahan rujak, buah ini melambangkan kesuburan (Dani Hendarto; 2009). Di beberapa daerah di Indonesia, tanaman delima memiliki sebutan yang berbeda-beda. Berikut adalah nama-nama delima di beberapa daerah: glima (Aceh), glimeu mekah (Gayo), dalimo (Batak), gangsalan (Jawa), dhalima (Madura), dalima (Sunda), jeliman (Sasak), talima (Bima), dila dae lok (Roti), lelo kase, rumau (Timor), dilimene (Kisar). Sedangkan di negara-negara lain, delima juga memiliki nama yang berbeda-beda, yaitu shi liu (Cina), granaatappel (Belanda), grenadier (Prancis), granatbaum (Jerman), luru (Vietnam), thap thim (Thailand), dan pomegranate (Inggris). Di Indonesia, tanaman ini dapat tumbuh pada ketinggian 1- 1.500 meter di atas permukaan laut. Delima jarang tumbuh liar, kebanyakan ditanam di halaman rumah atau di kebun.

Buah yang konon berasal dari surga ini memiliki biji-biji merah yang amat indah, yang ternyata mempunyai kandungan yang kaya akan nutrien. Banyak dari masyarakat kita menganggap hanya pada buahnya saja yang dapat dikonsumsi, padahal selain buahnya, batang dan akarnya bisa digunakan untuk mengatasi penyakit akibat adanya cacing. Buah delima selain bisa digunakan untuk penyakit diabetes, juga mampu menyembuhkan kanker, mengurangi risiko penyakit kardiovaskular, melawan osteoarthritis dan rheumatoid arthritis, bertindak sebagai agen anti mikroba, menyembuhkan penyakit mulut, memperbaiki kesuburan, dan banyak digunakan untuk penyakit Alzheimer, Tanaman Delima termasuk dalam golongan tanaman dikotil dari family Punicaceae yang awalnya berada di wilayah Afganistan, Asia Tengah meliputi Iran, dan pegunungan Himalaya yang kemudian tersebar ke wilayah Mediterania hingga seluruh daerah tropik dan subtropik seperti Iran, India, Iraq, Afghanistan, Pakistan, Algeria, Syria, Turki serta kawasan tropika di Afrika, di wilayah Asia

Tenggara yang lebih kering seperti India Timur, dan Semenanjung Malaysia. Banyak orang menanam delima di pekarangan rumah dan dimanfaatkan sebagai tanaman hias serta untuk bahan obat-obatan. Rasanya yang asam manis membuat buah delima dapat dikonsumsi secara langsung. Buah delima memiliki kandungan nutrisi berupa air (78 g), karbohidrat (14,5 g), protein (1,6 g), lemak (0,1 g) dan mineral (0,7 g) per 100 g buah. Kandungan gula inversi pada buah delima yaitu 20%, glukosa (5–10%), asam sitrat (0,5–3,5%), dan vitamin C (14 mg/100 g).

Ada 3 jenis buah delima yang tumbuh di Indonesia, dikelompokkan berdasarkan pada warna buahnya, yaitu delima merah, delima putih, dan delima ungu. Berikut adalah karakteristik dari ketiga delima tersebut.

1. Delima Merah. Buah delima merah memiliki rasa yang manis. Kulitnya cantik berwarna merah, dengan biji-biji buah yang merah menyala. Daging buahnya berair. Delima merah, sering dijadikan sebagai tanaman hias. Buah delima merah kaya akan vitamin dan mineral, juga senyawa-senyawa lain yang bermanfaat bagi kesehatan, seperti kandungan serat pada buah delima 4 g per 100 g (kira-kira 12% kebutuhan harian), kandungan vitamin C pada buah delima mencapai 17% dari kebutuhan harian per 100 g. Delima juga merupakan sumber kelompok vitamin B complex yang vital, di antaranya folates, pantothenic acid (vitamin B 5), pyridoxine, dan vitamin K, juga kalsium, potassium, manganese, dan copper. Selain itu, delima kaya akan senyawa yang berfungsi sebagai antioksidan yang dapat menangkal radikal bebas.
2. Delima Putih. Buah delima putih memiliki bunga yang berwarna keputihputihan. Buahnya berwarna hijau kekuning-kuningan. Rasanya lebih sepat dan kesat, kurang manis. Daging bijinya sebening air, sedangkan butiran-butiran bijinya mengkilap seperti mutiara berwarna kemerah-merahan. Rasa kesat pada buah delima putih disebabkan oleh kandungan flavonoid (golongan polipeno) yang tinggi. Salah satu peran flavonoid yang penting adalah sebagai antioksidan. Kulit buah delima putih, mengandung zat samak sebanyak 25- 28 persen dan lendir 30 persen. Delima putih paling sering digunakan untuk pengobatan karena seluruh bagian tanamannya memiliki khasiat yang luar biasa. Pada metode pengobatan Cina, buah delima putih digunakan untuk mengobati penyakit diare atau disentri. Pada pengobatan tradisional lainnya, yaitu pengobatan tradisional Bali, buah delima putih digunakan untuk mengobati sakit perut, tekanan darah rendah, mengatasi keluhan tubuh yang lelah, lesu, dan letih. Tidak hanya itu, kandungan yang terdapat pada kulit buah delima putih memberikan efek antifungi dan anti bakteri, yang bermanfaat untuk menghambat

aktivitas jamur *Candida Albicans* yang menjadi penyebab terjadinya penyakit keputihan pada wanita dan juga sariawan pada mulut.

3. Delima Ungu. Delima ungu sudah sulit untuk ditemukan, sama halnya dengan delima putih. Delima ungu memiliki kulit berwarna ungu kehitaman, dengan biji berwarna ungu gelap. Buah delima ungu memiliki khasiat pengobatan yang lebih baik dari buah delima putih. Hanya saja, buah delima ungu sudah termasuk buah langka (Dani Hendarto; 2009).

### **Delima dalam Perspektif Sains**

Delima adalah sumber yang kaya akan berbagai nutrisi esensial dan senyawa fitokimia. Secara umum, 100 gram biji delima mengandung sekitar 83 kalori, 1.2 gram protein, 1.2 gram lemak, 18.7 gram karbohidrat, dan 4 gram serat. Selain nutrisi makro dan mikro, delima juga kaya akan senyawa bioaktif, di antaranya: Polifenol: Ini adalah kelompok antioksidan utama dalam delima. Dua jenis polifenol yang paling menonjol adalah antosianin dan tanin hidrolisis, terutama punicalagin. Antosianin memberikan warna merah pada buah, sementara punicalagin banyak ditemukan di kulit dan biji delima (Lansky, E. P., & Newman, R. A; 2016). Punicalagin dikenal karena aktivitas antioksidan dan anti-inflamasinya yang kuat. Asam Ellagic: Senyawa ini merupakan produk hidrolisis punicalagin dan juga berkontribusi pada efek antioksidan delima. Flavonoid: Senyawa seperti quercetin dan kaempferol juga hadir dalam delima, menambah kapasitas antioksidan buah ini. Vitamin dan Mineral: Delima merupakan sumber vitamin C yang baik, vitamin K, folat, dan kalium.

Penelitian ilmiah telah mengidentifikasi berbagai manfaat kesehatan yang terkait dengan konsumsi delima, sebagian besar dikaitkan dengan kandungan antioksidan dan anti-inflamasinya: Sifat Antioksidan dan Anti-inflamasi: Tingginya kadar polifenol dalam delima menjadikannya agen antioksidan yang kuat, membantu melawan kerusakan akibat radikal bebas dalam tubuh. Sifat anti-inflamasinya dapat membantu mengurangi peradangan kronis, yang merupakan faktor risiko untuk berbagai penyakit. Kesehatan Jantung: Delima dapat mendukung kesehatan kardiovaskular dengan membantu menurunkan tekanan darah, mengurangi kolesterol LDL (kolesterol jahat), dan mencegah oksidasi kolesterol, yang merupakan langkah kunci dalam perkembangan aterosklerosis (pengerasan pembuluh darah). Potensi Antikanker: Beberapa penelitian awal menunjukkan bahwa ekstrak delima memiliki potensi dalam menghambat pertumbuhan sel kanker dan memicu apoptosis (kematian sel terprogram) pada berbagai jenis kanker, termasuk kanker prostat, payudara, dan usus besar. Namun, penelitian lebih lanjut pada manusia masih diperlukan. Kesehatan Pencernaan: Kandungan serat dalam delima dapat mendukung kesehatan pencernaan, membantu mencegah sembelit dan menjaga keteraturan usus. Kesehatan Kulit: Antioksidan dalam delima

juga dapat melindungi kulit dari kerusakan akibat sinar UV dan polusi, serta mendukung regenerasi sel kulit. (Afaq, F., et al. 2009).

Delima telah lama digunakan dalam sistem pengobatan tradisional di berbagai budaya, dan kini juga menarik perhatian dalam pengobatan modern. Dalam pengobatan tradisional: Dalam pengobatan Ayurveda dan Unani, delima telah digunakan untuk mengobati berbagai kondisi seperti diare, disentri, sakit tenggorokan, dan masalah pencernaan. Kulit buah, bunga, dan daunnya juga dimanfaatkan untuk tujuan pengobatan. Dan dalam pengobatan modern: Dalam pengobatan modern, fokusnya lebih pada isolasi dan standarisasi senyawa bioaktif delima untuk pengembangan suplemen atau obat-obatan. Ekstrak delima atau punicalagin telah diuji dalam uji klinis untuk potensi manfaatnya dalam kondisi seperti penyakit jantung, sindrom metabolik, dan bahkan sebagai agen kemopreventif. Jus delima juga populer sebagai minuman kesehatan.

Meskipun banyak penelitian menjanjikan, penting untuk diingat bahwa delima, meskipun sangat bermanfaat, bukanlah pengganti pengobatan medis untuk kondisi serius. Selalu konsultasikan dengan profesional kesehatan sebelum menggunakan delima atau suplemen apa pun untuk tujuan pengobatan.

### **Delima dalam Perspektif Al-Qur'an dan Hadis**

Delima merupakan salah satu buah yang disebutkan dalam Al-Qur'an sebanyak dua kali, dengan penekanan pada perannya sebagai tanda kekuasaan Ilahi sekaligus sebagai sumber nutrisi yang penuh keberkahan. Dalam ajaran Islam, segala sesuatu yang diciptakan Allah SWT diperbolehkan untuk dimanfaatkan oleh manusia, selama tidak bertentangan dengan ketentuan syariat, baik yang dinyatakan dalam Al-Qur'an maupun sunnah Nabi, serta tidak membahayakan kesehatan manusia (Syarifah, U., Holil, K., Resmisarri, R.S., Rahmah, A. & Griana, T.P. 2024.). Delima termasuk buah yang ditumbuhkan oleh Allah dan memperoleh kedudukan istimewa sebagai buah yang diberkahi, sebagaimana tercermin dalam penyebutannya dalam Surah Al-An'am ayat 99, serta Surah Ar-Rahman ayat 68.

وَهُوَ الَّذِي أَنْزَلَ مِنَ السَّمَاءِ مَاءً فَأَخْرَجْنَا بِهِ نَبَاتَ كُلِّ شَيْءٍ فَأَخْرَجْنَا مِنْهُ خَضِرًا نُخْرَجُ مِنْهُ حَبًّا مُتَرَاكِبًا  
وَمِنَ النَّخْلِ مِنْ طَلْعِهَا فَنَوَازٍ دَانِيَةٌ وَجَنَّاتٍ مِنْ أَعْنَابٍ وَالزَّيْتُونَ وَالرُّمَّانَ مُشْتَبِهًا وَغَيْرَ مُتَشَابِهٍ انظُرُوا  
إِلَى ثَمَرِهِ إِذَا أَثْمَرَ وَيَنْعِهِ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يُؤْمِنُونَ

*"Dialah yang menurunkan air dari langit lalu dengannya Kami menumbuhkan segala macam tumbuhan. Maka, darinya Kami mengeluarkan tanaman yang menghijau. Darinya Kami mengeluarkan butir yang bertumpuk (banyak). Dari mayang kurma (mengurai) tangkai-tangkai yang menjuntai. (Kami menumbuhkan) kebun-kebun anggur. (Kami menumbuhkan pula) zaitun dan delima yang serupa dan yang tidak serupa. Perhatikanlah buahnya pada waktu berbuah dan menjadi masak. Sesungguhnya pada yang demikian itu benar-benar terdapat tanda-tanda (kekuasaan Allah) bagi kaum yang beriman."* (QS Al-An'am: 99)

"Di dalam keduanya ada buah-buahan (antara lain) kurma dan delima." (Q.S Ar-Rahman:68)

Delima merupakan buah yang berasal dari surga, Kata "al-Rummān" juga disebutkan dalam hadis yang membahas manfaat buah delima sebagai obat, yang tercatat dalam riwayat Ibnu 'Adi al-Jurjani dalam kitab alKamil Fi Dhua'fa' al-Rijal Juz 4 halaman 224.

حَدَّثَنَا ابْنُ جَوْصَاءَ، حَدَّثَنَا أَحْمَدُ بْنُ عَبْدِ الْوَاحِدِ بْنِ عَبْدِ، حَدَّثَنَا مُحَمَّدُ بْنُ خَالِدِ الْمُرْتَبِيِّ، حَدَّثَنَا سُلَيْمَانُ بْنُ عَمْرٍو بْنِ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ وَهَبٍ عَنْ يَزِيدِ بْنِ جَابِرٍ عَنْ مَكْحُولٍ عَنْ عَطِيَّةِ بْنِ بَسْرٍ وَقَالَ مُرَّةٌ عَنْ عَلِيِّ بْنِ أَبِي طَالِبٍ قَالَ : عَلَيْكُمْ بِالرُّمَّانِ فَكُلُوهُ بِشَحْمِهِ فَإِنَّهُ دِبَاغُ الْمَعِدَةِ وَمَا مِنْ حَبَّةٍ تَقَعُ فِي جَوْفِ رَجُلٍ إِلَّا أَنْارَتْ قَلْبَهُ وَخَرَسَتْ شَيْطَانَ الْوَسْوَسَةِ أَرْبَعِينَ يَوْمًا

"Telah menceritakan kepada kami Ibnu Jawsha', telah menceritakan kepada kami Ahmad bin 'Abd al-Wahid bin 'Abbūd, telah menceritakan kepada kami Muhammad bin Khalid al-Muzanniyy, telah menceritakan kepada kami Sulaiman bin 'Amru bin 'Abd Allah bin Wahb dari Yazid bin Jabir dari Makhūl dari Athiyyah bin Basar dan berkata Murrah dari 'Ali bin Abi Thalib berkata: "Makanlah buah delima beserta kulitnya. Sesungguhnya kulitnya dapat membersihkan lambung. Tidaklah sebutir biji buah delima berada di dalam perut seorang muslim, melainkan dia akan meneranginya dan mengusir waswas syaitan selama 40 hari". (Abu Ahmad bin 'Adi al-Jurjani,. 1999).

Pada hadis tentang khasiat buah delima, terdapat lafadz yang sering diartikan sebagai kulit dari buah delima. Lafaz ini mengandung makna qiyasi (perbandingan), karena yang dimaksud dengan kulit di sini adalah bagian dalam buah delima yang berwarna putih atau kuning. Hal ini mencerminkan makna qiyasi, karena dalam perkataan Sayyidina 'Ali disebutkan, "Makanlah buah delima beserta kulitnya." Kata "kulit" di sini bisa diartikan sebagai bagian dalam buah delima, yaitu lapisan putih atau serabut di dalamnya. Untuk menghindari kesalahpahaman dalam pemahaman makna yang sebenarnya, yang dimaksud dengan "kulit" dalam perkataan Sayyidina 'Ali adalah lapisan putih yang ada di dalam buah delima.

Dalam kitab al-Tibb al-Nabawi karya Ibn Qayyim al-Jauziyah, dijelaskan mengenai khasiat buah delima sebagai obat. Di dalam kitab ini, diceritakan bahwa seorang bernama Harb dan beberapa orang lainnya meriwayatkan dari Sayyidina 'Ali yang mengatakan: "Makanlah buah delima beserta shahm (lapisan putih di dalamnya) karena ia dapat membersihkan lambung." Kemanisan buah delima bersifat hangat dan lembab, yang baik untuk lambung, serta dapat mengatasi berbagai penyakit seperti diare, membantu tenggorokan, dan sebagai obat batuk.

Air buah delima juga dapat meredakan masalah perut dan meningkatkan kualitas sperma. Namun, buah delima tidak dianjurkan untuk mengobati demam. Buah delima memiliki keistimewaan luar biasa bila dikonsumsi bersama roti, karena dapat mencegah kerusakan

lambung. Buah delima mengandung cuka, yang tidak sama dengan cuka yang dijual di toko, tetapi lebih merujuk pada cairan yang ada dalam shahm (lapisan putih di dalamnya). Cuka yang dihasilkan dari buah delima cenderung lebih dingin dan lembab, yang baik untuk perut yang mengalami radang, serta dapat menyembuhkan penyakit kuning, diare, liver, mencegah muntah, dan melancarkan buang air kecil (Ibn Qayyim al-Jauziyah; 1989).

Jika air dari buah delima diperas bersama shahm (kulit putihnya) dan dimasak dengan sedikit madu hingga menjadi krim atau salep, hal ini bisa digunakan untuk mengobati mata dengan cara dioleskan pada mata yang pucat. Selain itu, salep ini juga bermanfaat untuk menguatkan gusi. Mengonsumsi biji delima yang dicampur dengan madu juga dapat menyembuhkan luka pada kulit dan membantu proses pengeringan luka tersebut. Salah satu ulama dalam kitab ini menyatakan bahwa siapa saja yang mengonsumsi tiga buah delima setiap tahunnya, ia tidak akan mengalami masalah pada mata sepanjang tahun (Aprilisutiyowati; 2004).

### **Relevansi Hadis dengan Sains Modern**

Buah delima adalah salah satu buah yang memiliki banyak manfaat untuk kesehatan, bukan hanya daging buahnya, tetapi juga bunga, kulit, dan bijinya. Menurut para ahli medis, manfaat utama buah delima dalam dunia kesehatan adalah kemampuannya untuk mengatasi penyakit jantung, gangguan lambung, kanker, serta menurunkan tekanan darah tinggi. Sejak zaman dahulu, buah delima sering digunakan sebagai obat tradisional, baik dengan cara direbus, dibuat jus, ataupun ditumbuk. Air rebusan buah delima dikatakan dapat menyembuhkan penyakit jantung, cacingan, dan diare. Sementara itu, jus buah delima dipercaya dapat mengatasi masalah seperti gatal-gatal, radang tenggorokan, batuk, serta kanker (Abdul Basith Muhammad as-Sayyid; 2014). Kulit dan biji delima juga dapat dimanfaatkan untuk mengobati masalah pencernaan, seperti penyakit perut dan lambung, sesuai dengan anjuran Sayyidina Ali yang menyarankan untuk mengonsumsi buah delima beserta kulitnya guna menyembuhkan penyakit lambung. Selain itu, berbagai penelitian dan penemuan medis mengungkapkan bahwa buah delima memiliki banyak khasiat yang sangat baik bagi kesehatan tubuh, membantu menjaga kekebalan tubuh, serta meningkatkan daya tahan tubuh yang sedang lemah. Berikut adalah beberapa manfaat buah delima menurut berbagai penelitian dan pendapat ahli medis (Budi Sutomo; 2014).

- Jalaludin Abdurrahman As-Suyuthi dalam bukunya "Tibbun Nabawi" menyebutkan bahwa mengonsumsi buah delima yang manis dapat menyembuhkan batuk dan meredakan perut yang mulas. Sementara itu, buah delima yang rasanya pahit atau asam bermanfaat untuk kesehatan empedu (Anwar Ismail; 2012).

- Ibnu Qayyim Al-Jauziyah dalam bukunya "Zadul Ma'ad" mengungkapkan bahwa buah delima bermanfaat untuk mengobati penyakit paru-paru, batuk, serta menghilangkan rasa mual

- Menurut para ahli kesehatan modern, mengonsumsi jus buah delima dapat membantu membersihkan karang gigi di mulut, karena jus tersebut efektif melawan virus dan bakteri.

- Michel Aviram, seorang ilmuwan dari Technion-Israel Institute of Technology, dalam penelitiannya menemukan bahwa jus delima dapat mempercepat penyembuhan luka pada pasien dengan penyakit arteri dan menurunkan kadar kolesterol jahat hingga 43%. Penelitian juga menunjukkan bahwa jus delima dapat menurunkan risiko oksidasi kolesterol pada tikus hingga 90%.<sup>31</sup>

- Dr. Hasan Mukhtar, seorang dokter dan peneliti khasiat buah delima, menyatakan bahwa ekstrak buah delima dapat digunakan untuk menyembuhkan kanker kulit dan kanker payudara.

- Dr. Navarro dari Instituto Mexicano del Seguro Social membuktikan melalui penelitiannya bahwa ekstrak metanol dari kulit buah delima efektif mengobati diare.

- Dalam pengobatan herbal tradisional China, biji delima dikenal dapat menyembuhkan penyakit rematik dan berfungsi sebagai obat anti-radang.

- Peneliti Schulman juga menyatakan bahwa jus buah delima dapat menjadi obat untuk menurunkan tekanan darah tinggi serta mengatasi masalah jantung kongestif.<sup>1</sup>

## **PENUTUP**

Kajian terhadap buah delima dalam perspektif Al-Qur'an, hadis, dan penelitian kesehatan kontemporer membuka ruang interkoneksi yang menarik antara wahyu dan sains. Melalui pendekatan multidisipliner, penelitian ini menunjukkan bahwa buah delima bukan hanya memiliki nilai estetika dan simbolik dalam budaya dan agama, tetapi juga menyimpan potensi besar sebagai agen terapeutik dalam dunia kesehatan modern. Dalam teks-teks Al-Qur'an, delima disebutkan sebagai bagian dari ciptaan Allah yang diberkahi, yang tidak hanya menunjukkan keindahan penciptaan, tetapi juga manfaat nyata bagi umat manusia. Penekanan dalam Surah Al-An'am dan Surah Ar-Rahman menguatkan posisi delima sebagai buah yang berasal dari surga, dan memiliki nilai spiritual yang tinggi bagi kaum beriman.

Hadis-hadis Nabi dan atsar para sahabat seperti Sayyidina Ali bin Abi Thalib, yang menganjurkan konsumsi delima beserta kulit dalamnya, tidak hanya mengandung aspek

---

<sup>1</sup>Dian Putri Yanti, 100% Cantik: Rahasia di Balik Buah & Sayur (Yogyakarta: Best Publisher, 2013), hal. 40.

spiritual, tetapi juga mencerminkan pemahaman empiris yang relevan dengan ilmu pengetahuan masa kini. Penjelasan Ibn Qayyim dalam *al-Tibb al-Nabawi* mengenai khasiat buah delima menunjukkan bahwa pengobatan Islam klasik telah lama menyadari keberadaan senyawa aktif dalam buah ini yang berfungsi sebagai pembersih lambung, pereda demam, hingga penguat gusi dan pengobatan penyakit liver. Dalam konteks ini, hadis dan literatur klasik berperan sebagai landasan normatif yang memiliki dimensi praktis dalam kehidupan sehari-hari, khususnya dalam menjaga kesehatan tubuh secara alami.

Temuan sains modern mengenai kandungan antioksidan, flavonoid, vitamin, dan senyawa punicalagin dalam buah delima memperkuat signifikansi buah ini sebagai agen penyembuh yang sah secara ilmiah. Penelitian telah menunjukkan bahwa konsumsi delima secara teratur dapat membantu menurunkan tekanan darah, mengurangi kolesterol jahat, menghambat pertumbuhan sel kanker, dan meningkatkan fungsi sistem imun. Dalam hal ini, ilmu pengetahuan hadir sebagai sarana verifikasi empiris atas hikmah yang telah disebutkan dalam wahyu.

Dari hasil analisis yang dilakukan, dapat disimpulkan bahwa buah delima merupakan simbol konkret dari interkoneksi antara agama dan sains. Wahyu tidak sekadar memberi perintah atau larangan, tetapi juga mendorong umat manusia untuk mengeksplorasi dan menggali hikmah dari ciptaan-Nya. Dalam konteks delima, pengakuan terhadap manfaat kesehatan yang berasal dari nash keagamaan telah mendapatkan justifikasi ilmiah melalui berbagai penelitian kontemporer. Hal ini membuktikan bahwa nilai-nilai spiritual dan rasional dapat berjalan beriringan, saling melengkapi, dan tidak berada dalam posisi yang kontradiktif.

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap diskursus integrasi ilmu dan agama, khususnya dalam bidang kesehatan dan pengobatan Islami. Kajian seperti ini penting untuk terus dikembangkan agar pemahaman umat Islam terhadap kandungan wahyu menjadi semakin komprehensif dan aplikatif dalam kehidupan modern. Ke depan, kajian serupa dapat dilakukan terhadap buah-buahan atau tanaman lain yang juga disebut dalam Al-Qur'an, seperti zaitun, kurma, atau tin, untuk menggali lebih dalam makna spiritual sekaligus potensi ilmiahnya. Dengan demikian, integrasi antara wahyu dan ilmu pengetahuan bukan hanya menjadi wacana teoretis, tetapi juga menjadi gerakan praksis yang membawa maslahat bagi umat manusia.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

Abdul Basith Muhammad as-Sayyid. (2016). *Pola Makan Rasulullah: Makanan Sehat Berkualitas Menurut alQuran dan as-Sunnah*. Jakarta: Almahira.

- Abu Ahmad bin 'Adi al-Jurjani. (1418). *al-Kamil Fi Dhu'afa' al-Rijal*, Juz 4. Bairut: al-Kutub al-'Ilmiyah, 1418.
- Adhami, V. M., Siddiqui, I. A., & Mukhtar, H. (2009). Polyphenols from green tea and pomegranate for prevention of prostate cancer. *Free Radical Research*, 43(12), 1098-1111.
- Adji Suranto, (2011). *Terbukti Pome Tumpas Penyakit*. Depok: Puspa Swara.
- Afaq, F., et al. (2009). Pomegranate fruit extract reduces oxidative stress and inflammation in human skin cells. *Journal of Agricultural and Food Chemistry*, 57(12), 5824-5829.
- Anwar Ismail, (2012). *10 Buah-buahan Kegemaran Nabi*. Kuala Lumpur: Blue-T Publication.
- Aprilisutiyowati, (2014). *Rahasia Buah Surga*. Yogyakarta: Balqist.
- Aviram, M., Dornfeld, L., Rosenblat, M., Volkova, N., Kaplan, M., Coleman, R., Hayek, T., Presser, D., & Fuhrman, B. (2000). Pomegranate juice consumption reduces oxidative stress, atherogenic modifications to LDL, and platelet aggregation: Studies in humans and in atherosclerotic apolipoprotein E-deficient mice. *The American Journal of Clinical Nutrition*, 71(5), 1062- 1076.
- Budi Sutomo, 378, (2016). *Resep Jus & Ramuan Herbal*. Depok: PT. Kawan Pustaka.
- Dani Hendarto, (2019). *Khasiat Ampuh Buah Naga dan Delima*. Yogyakarta: Laksana.
- Dian Putri Yanti, (2013). *100% Cantik: Rahasia di Balik Buah & Sayur*. Yogyakarta: Best Publisher.
- Gil, M. I., Tomás-Barberán, F. A., Hess-Pierce, B., Holcroft, D. M., & Kader, A. A. (2000). Antioxidant activity of pomegranate juice and its relationship with phenolic composition and processing. *Journal of Agricultural and Food Chemistry*, 48(10), 4581-4589.
- Ibn Qayyim al-Jauziyah, (1433). *Al-Tibb al-Nabawi*. al-Riyad: Maktabah Dar al-Salam.
- Lansky, E. P., & Newman, R. A. (2007). *Punica granatum* (pomegranate) and its potential for prevention and treatment of inflammation and cancer. *Journal of Ethnopharmacology*, 109(2), 177-206.
- Lansky, E. P., & Newman, R. A. (2007). *Punica granatum* (pomegranate) and its neuroprotective and neuroregenerative potential. *Journal of Ethnopharmacology*, 109(2), 177-206.
- Mahir Hasan Mahmud, (2007). *Mukjizat Kedokteran Nabi*, terj. dari bahasa Arab oleh Hamzah Hasan. Jakarta: Qultum Media.
- Oci Y. M. dan Kurnia Kumala Dewi, (2014). *Khasiat Ajaib Delima*. Jakarta Timur: Padi.
- Syarifah, U., Holil, K., Resmisarri, R.S., Rahmah, A. & Griana, T.P. 2024. The Concept of Thayyib in A Review of the Quran and Scince: Consumer Selection Over Quality Food. *al-Quds: Jurnal Studi al-Quran dan Hadis*, 8(1): 172.