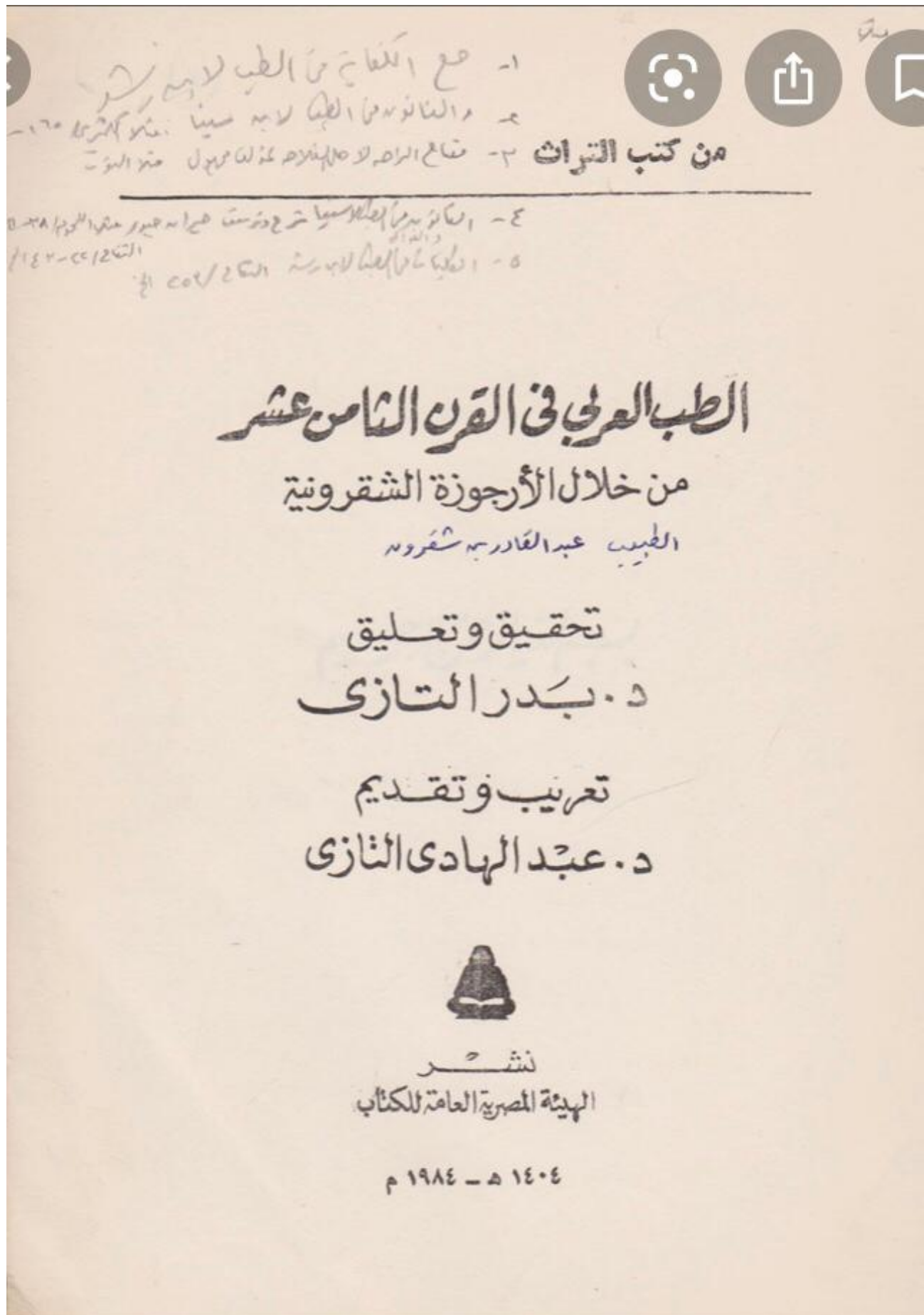


[Ilmu Gizi dalam Puisi Arab: “ al-Arjuzah al-Syaqruniyah “](#)

Ditulis oleh Idris Sholeh pada Sunday, 18 October 2020



Kitab al-Nubugh al-Maghribi fi al-Adab al-‘Arabi terdiri dari tiga bagian karya sastrawan Maroko, yaitu Abdullah Kannun sudah lama tergeletak begitu saja di meja komputer.

Kitab itu merupakan hadiah dari Syekh Ahmad Yakhlef, seorang direktur lembaga pendidikan al Fath di kota al ‘Uyuun, Maroko bagian selatan. Kitab itu dikirim langsung dari Maroko melalui Ustaz Ajat Sudrajat ketua LAZIS NU pada permulaan tahun 2020.

Belakangan ini, saya baru mulai membaca beberapa bagian saja. Isi kitab ini banyak membahas biografi tokoh ulama Maroko dari masa ke masa. Pada bagian pertama halaman 289, Abdullah Kannun membahas biografi seorang dokter sekaligus sastrawan ternama yaitu Abdul Qadir bin Syaqrun menulis Arjuzah al Syaqruniyah (puisi berbahir rajaz) dalam bidang kedokteran terutama kajian ilmu gizi yang sangat masyhur.

Sekilas Biografi al Syaqruni

Disebutkan dalam kitab al Nubugh al ‘Arabi, beliau memiliki nama lengkap Abu al Nasr Abdul Qadir bin al ‘Arabi bin Muhammad ‘Ali bin Syaqrun al Meknesi, hidup sekitar abad ke-18 M. Beliau banyak belajar kepada para guru di kota Fez dan Meknes, Maroko. Diantaranya yaitu Ahmad bin al Haj, Muhammad al Misnawi, Abu Madyan al Susy dan lain lainnya.

Al ‘Allamah Muhammad bin al Thayyib al ‘Alami dalam kitab al Anis al Muthrib fi Man Laqituhu min Udaba al Maghrib, menjulukinya sebagai penyair yang terluka, selalu melemparkan retorika ke padang rumput yang subur. Selain puisi tentang ilmu gizi, beliau juga meninggalkan karya Syarah (komentar) atas kitab al Basth wa al Ta’rif milik al ‘Allamah al Makudi dalam disipilin ilmu nahwu dan karya-karya lainnya.

Beliau meninggal dunia di kota kelahirannya yaitu Meknes, namun dari beberapa referensi kita tidak menemukan tahun secara pasti kapan beliau meninggal. Ada yang menyebutkan, diperkirakan satu tahun kemudian paska wafatnya sultan Maulaya Ismail bin al Syarif penguasa Maroko dari dinasti Alawiyyin pada tahun 1120 H atau 1727 M.

Puisi “ Al Arjuzah al Syaqruniyyah “

Puisi berbahir rajaz berisikan kajian kedokteran terutama ilmu gizi ini, sengaja disusun oleh penulisnya untuk merespon puisi permohonan dari salah satu murid sekaligus teman dekatnya yaitu Sayyidi Muhammad Shaleh bin Muhammad al Mu’tha al Syarqawi. Permintaan Al Syarqawi terlihat jelas pada prolog puisinya pada bait pertama dan kelima

dari seluruh bait yang berjumlah 53 an .

????????? ?????????????? ?????? ?????????????? *** ??????????????????????
????????????????????? ??????????????????????

????????? ?????? ?? ?????????????????? ?? ?????????????????? *** ??????????????????????
????????????????????? ??????????????????????

Wahai guruku yang jenius, indah setiap untaian katanya.

Dia memakai keunggulan keilmuan wilayah Timur.

Jelaskan kepada kami tentang kedokteran, terutama ilmu gizi.

Berbentuk puisi berbahar rajaz yang indah nan menawan.

Al Syaqruni memenuhi permintaan muridnya dengan membalas puisi berbahar rajaz berjumlah 666 bait. Pembukaan puisinya seperti beberapa bait dibawah ini :

????????? ?? ?????????????? ?????????????? *** ?????????????? ?????????? ?????? ??????????

????????????????????? ?????????????? ??? ?????????? *** ??????????????
????????????????????? ??????????????????????

Segala puji milik Allah yang maha bijaksana dan pemberi petunjuk.

Yang memberikan ilham kepada setiap para pencari petunjuk.

Yang menurunkan hujan dari langit.

Yang menyediakan rezeki pada setiap tetumbuhan.

Pada bait-bait selanjutnya, pembaca puisi rajaz ini akan dikejutkan oleh kajian al Syaqruni tentang seratus lebih rahasia manfaat nutrisi yang terkandung pada tumbuh-tumbuhan, sayur-sayuran, biji-bijian, buah-buahan, cairan, susu, aneka daging dan lain-lainnya. Beliau menguraikannya dengan rinci pada setiap jenis makanan sehari-hari yang disajikan seperti dalam keadaan hangat, dingin, kering atau basah.

Tidak lupa juga, beliau membahas efek akibat memakan makanan secara berlebihan

sehingga menimbulkan penyakit serta bagaimana cara menyembuhkannya. Seperti penyakit sembelit yaitu gangguan pencernaan, bisul, batuk, diare, demam, pilek, darah rendah, darah tinggi, penyakit kuning dan lain-lainnya. Secara umum puisi ini seperti apotek keliling yang menyediakan segala macam bahan obat-obatan alami dan konsultasi, karena banyak sekali manfaat yang kita dapatkan dalam menjaga kesehatan tubuh kita, apalagi dalam kondisi pandemik akibat wabah covid-19 sekarang ini.

Kandungan Gizi pada Daging

Dalam kajian al Syaqruni, daging merupakan nutrisi utama untuk asupan tubuh manusia. Karena terdiri dari jaringan otot yang lunak berwarna merah atau putih pada hewan yang hidup di daratan, lautan dan udara. Seperti kambing, ikan, burung dan hewan lainnya memiliki kandungan protein yang sangat tinggi sekali.

Menurut al Syaqruni, gizi daging kambing yang berumur tidak lebih dari satu tahun dapat membantu meringankan serta menghilangkan rasa sakit dan memperbaiki kelancaran nutrisi yaitu chyme (makanan yang dicerna oleh otot lambung dan enzim sehingga makanan menjadi lembut seperti bubur). Beliau juga merekomendasikan agar meminum kuah urat daging karena banyak mengandung manfaat bagi tubuh. Bagi orang yang sudah tua akan memiliki tenaga terasa muda kembali. Dalam kasus ini, al Syaqruni menjelaskan dalam bait bait puisinya ;

????????????? ??? ?????????????? ?????????????????? *** ?????????????? ?????????? ????
???????????????

????????? ?????????? ?????????????? ?????????????????? *** ?????????????? ??????????????
?????????????????????

????????? ?????????????????????? ?????????????????? ?????????????????????????? *** ????
?????????????????? ??? ???? ?????? ??????????????????????

????????????????????????????? ?????????? ?????? ?????????????????????????? *** ??????????
????????????????????? ?????????? ??????????????????????

?????????????? ?????????? ?????????? ?????????????????????????? *** ??????????????????????
????????????????????????????????????? ??????????????????????????????????????

Ngomomg-ngomong tentang gizi makanan daging.

Yang paling afdhol adalah daging kambing berumur satu tahun.

Dapat menyembuhkan penyakit dan memperbaiki Chyme.

Menyehatkan tubuh dan jiwa.

Jika anda membuat kuah urat.

Dari daging kambing atau dimasak yang lebih istimewa lagi.

kata orang pintar, meminum (kuah urat daging kambing).

Berkhasiat bagi orang yang sudah tua akan terasa muda kembali.

Minumlah, selagi hangat saat berbuka puasa.

Karena takut busuk dan berdebu.

Pada bait-bait yang lainnya, al Syaqruni juga banyak berbicara tentang gizi daging dipanggang atau digoreng. Beliau tidak hanya menjelaskan khasiat daging merah, namun daging putih seperti ayam, unggas, burung atau ikan dan lainnya tidak lepas dari kajian dalam bait-bait puisinya. Yang jelas, kitab puisi al Arjuzah al Syaqruniyyah ini sangat menarik dan terbilang langka.

Bila dikaji menggunakan pendekatan ilmu kesehatan terutama kajian gizi kontemporer akan lebih menarik lagi. Apalagi dikaji di lingkungan pondok pesantren yang memiliki lembaga pendidikan seperti STIKES KHAS Kempek, dimana para mahasiswa dan mahasiswinya rata-rata memiliki kemampuan membaca kitab kuning dengan baik. *Wallahu ‘Alam bissowab.*

Baca juga: Fikih Kuliner: Aisyul Bahri, Kitab Ulama Batang yang Hilang