

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan uraian yang telah dijelaskan di atas, maka penulis mempunyai kesimpulan sebagai berikut:

1. Penyakit Diabetes

Penyakit adalah suatu keadaan dimana proses kehidupan tidak lagi teratur atau terganggu perjalanannya. Sedangkan diabetes diartikan sebagai penyakit metabolisme yang termasuk dalam kelompok gula darah yang melebihi batas normal atau hiperglikemia (lebih dari 120 mg/dl atau 120 mg%). Karena itu sering disebut juga dengan penyakit gula. Menurut tim Redaksi Vita Health, diabetes adalah suatu penyakit dimana tubuh penderitanya tidak bisa secara otomatis mengendalikan tingkat gula (glukosa) dalam darahnya.

2. Solusi al-Qur'an terhadap penyakit diabetes

Penyebab diabetes yang disebabkan stress menurut al-Qur'an bisa dicegah dengan terapi spiritual atau dzikir atau membaca al-Qur'an. Diabetes bisa disebabkan oleh berbagai masalah, pekerjaan atau urusan yang dihadapi yang bisa menimbulkan stress. Kembali mendekati diri dengan Allah menjadi salah satu solusi terbaik dengan cara banyak berdzikir. Berbagai hasil penelitian mengungkapkan bahwa lafadz-lafadz yang biasa diucapkan dalam dzikir terbukti ampuh untuk menyembuhkan penyakit.

Penyebab kedua yaitu pola makan yang kurang baik. Salah satu cara yang efektif untuk dapat menjaga pola makan adalah dengan berpuasa, dan menghindari mencontoh kebiasaan, pola makan orang tua yang kurang baik dan berpotensi menyebabkan diabetes mellitus. Penyebab lain karena obat-obat kimia menurut al-Qur'an bisa dicegah dengan madu (*back to nature* atau kembali ke alam). Sekarang ini banyak

sekali obatan-obatan dengan segala jenisnya yang banyak dipasarkan demi menjaga kesehatan. Akan tetapi adanya obat-obatan kimia ini dapat juga memberikan pengaruh buruk bagi tubuh manusia. Dalam hal ini al-Qur'an telah memperkenalkan madu sebagai obat alami yang khasiatnya telah diakui dalam dunia kedokteran modern, terutama untuk mengobati penyakit diabetes. Sebaik-baik makanan dan obat adalah segala sesuatu yang difirmankan Allah dalam kitab-Nya dan disebutkan dalam sunnah Rasulullah .

Madu merupakan salah satu obat yang disebutkan dalam Al Qur'an, dan madu ini termasuk pengobatan manusiawi atau pengobatan dengan obat bumi. Madu ternyata justru mampu menurunkan kadar gula di dalam darah orang yang terkena sakit gula atau kencing manis atau diabetes. Beberapa bukti menguatkan bahwa di dalam madu ada unsur oksidasi yang menjadikan penguraian gula di dalam darah lebih mudah, yang tidak membuat kadar gula semakin bertambah tinggi. Manfaat madu terlihat jelas ketika orang yang terkena kencing manis tidak mampu menghasilkan insulin secara sempurna dan mengalami kesulitan untuk membangkitkan sel yang memancarkan insulin dalam darah. Dalam kondisi seperti ini, cukup baginya sesendok madu untuk menambah gula di dalam darah secara cepat, sehingga dapat membangkitkan sel pankreas untuk menyemprotkan insulin. Namun orang yang terkena kencing manis harus rajin memeriksakan darahnya, sebelum dan sesudah meminum madu. Hal ini diperlukan untuk membatasi kadar yang diperbolehkan, tentu saja atas petunjuk dari dokter.

B. Saran

1. Untuk mengantisipasi terkenanya penyakit diabetes bisa dilakukan pencegahan dengan menjaga kesehatan mulai dari pola makan. Makanan yang sehat tidak harus mahal dan bergizi tinggi dan bervitamin. Al-Qur'an menawarkan makanan dari hasil bumi, (*min ma fi al ardhi*) hal ini bisa diartikan bahwa makanan yang dimakan oleh penderita diabetes sebaiknya

makan makanan berasal dari *pala pendhem*, seperti *singkong*, *gembili*, *uwi*, *kairut*, *ganyong* (makanan yang buahnya tertanam dalam tanah dan higienis) atau *back to nature* artinya kembali ke alam.

2. Selain menggunakan pengobatan secara medis, tidak ada salahnya jika kita berobat ala Nabi (*Thibbun Nabawi*) yang khasiatnya telah banyak dihasilkan, termasuk untuk penyembuhan penyakit diabetes.