

Analisis Hadis tentang Konsumsi Kurma sebagai Upaya Percepatan Persalinan dalam Perspektif Medis Modern

Ahmad Fauzan Maulidan *¹
Sugiro Abdillah ²
Syahryansyah ³

^{1,2,3} Program Studi Ilmu Qur'an dan Tafsir, Universitas Islam Negeri Palangka Raya, Indonesia
*e-mail: zfau432@gmail.com¹, sugiroabdillah3@gmail.com², syahryansyah7@gmail.com³

Abstrak

Kehamilan dan proses persalinan merupakan fase penting dalam kehidupan perempuan yang memerlukan perhatian terhadap kesehatan ibu dan janin. Dalam tradisi masyarakat Muslim, konsumsi kurma menjelang persalinan sering dikaitkan dengan kisah Maryam dalam Al-Qur'an yang memperoleh kurma ketika menghadapi kelahiran Nabi Isa. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji hadis-hadis yang berkaitan dengan konsumsi kurma sebagai upaya mempercepat proses persalinan serta menganalisis relevansinya dengan temuan medis modern. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian kepustakaan (library research) yang bersumber dari kitab-kitab hadis, ayat Al-Qur'an, serta berbagai literatur ilmiah di bidang kesehatan. Analisis data dilakukan melalui takhrij hadis, analisis sanad dan matan, serta pendekatan interdisipliner dengan mengaitkan pemahaman hadis dengan penelitian medis mengenai kandungan nutrisi kurma. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kurma mengandung nutrisi penting seperti karbohidrat, mineral, vitamin, dan zat bioaktif yang dapat meningkatkan energi ibu hamil, memperkuat kontraksi rahim, membantu proses pembukaan serviks, serta mempercepat durasi persalinan. Temuan ini menunjukkan adanya keterkaitan antara ajaran Islam yang tercermin dalam hadis dengan temuan ilmiah dalam bidang kesehatan reproduksi, sehingga konsumsi kurma dapat dipahami tidak hanya sebagai praktik religius, tetapi juga sebagai upaya alami yang memiliki dasar ilmiah dalam mendukung kelancaran proses persalinan.

Kata kunci: Hadis, Kurma, Persalinan, Kesehatan Ibu Hamil

Abstract

Pregnancy and childbirth are important phases in a woman's life that require special attention to the health of both the mother and the fetus. In Muslim communities, the consumption of dates before childbirth is often associated with the story of Maryam in the Qur'an, who was instructed to shake the date palm tree to obtain its fruit during the birth of Prophet Isa. This study aims to examine the hadiths related to the consumption of dates as an effort to facilitate and accelerate the process of childbirth and to analyze their relevance from the perspective of modern medical science. This research uses a qualitative approach with a library research method by examining primary sources such as hadith collections and Qur'anic verses, as well as secondary sources including books, scientific journals, and medical studies related to the nutritional content and health benefits of dates. The data analysis is conducted through hadith takhrij, analysis of sanad and matn, and an interdisciplinary approach that connects the understanding of hadith with findings in modern reproductive health studies. The results show that dates contain important nutrients such as carbohydrates, minerals, vitamins, and bioactive compounds that can increase maternal energy, strengthen uterine contractions, support cervical dilation, and potentially shorten the duration of labor. These findings indicate a relationship between Islamic teachings reflected in the hadith and modern scientific discoveries in reproductive health, suggesting that the consumption of dates can be understood not only as a religious practice but also as a natural effort supported by scientific evidence to support a smoother childbirth process.

Keywords: Hadith, Dates, Childbirth, Maternal Health

PENDAHULUAN

Kehamilan dan proses persalinan merupakan fase penting dalam kehidupan seorang perempuan yang memerlukan perhatian khusus terhadap kesehatan ibu dan janin. Dalam masyarakat Muslim, berbagai upaya dilakukan untuk mempersiapkan proses persalinan agar berjalan dengan lancar, baik melalui pendekatan medis maupun melalui praktik yang bersumber dari ajaran agama (Rulyawan & Monady, 2025). Salah satu praktik yang cukup populer adalah konsumsi kurma menjelang persalinan. Praktik ini sering dikaitkan dengan kisah Maryam dalam

Al-Qur'an yang dianjurkan untuk menggoyangkan pohon kurma agar memperoleh buahnya ketika menghadapi proses kelahiran Nabi Isa (QS. Maryam: 25). Fenomena ini kemudian berkembang menjadi kebiasaan sosial di kalangan masyarakat Muslim, di mana kurma dianggap sebagai makanan yang memiliki nilai religius sekaligus manfaat kesehatan bagi ibu hamil menjelang persalinan (Rahman, 2019).

Seiring dengan meningkatnya kesadaran masyarakat terhadap gaya hidup sehat berbasis sunnah Nabi, konsumsi kurma semakin populer di kalangan ibu hamil. Berbagai kajian keagamaan, komunitas kesehatan ibu dan anak, serta informasi yang beredar di media sosial seringkali mendorong ibu hamil untuk mengonsumsi kurma pada akhir masa kehamilan (Mahfuzh & Monady, 2025). Praktik ini diyakini dapat membantu mempermudah proses persalinan dan memberikan energi tambahan bagi tubuh. Fenomena sosial ini menunjukkan adanya integrasi antara nilai keagamaan dan praktik kesehatan dalam kehidupan masyarakat Muslim modern, di mana ajaran agama tidak hanya dipahami sebagai pedoman spiritual, tetapi juga sebagai rujukan dalam menjaga kesehatan tubuh (Hidayat, 2020).

Secara faktual, berbagai penelitian medis menunjukkan bahwa kurma memiliki kandungan nutrisi yang bermanfaat bagi tubuh, seperti glukosa, fruktosa, serat, vitamin, dan mineral yang dapat membantu meningkatkan energi serta mendukung kontraksi otot rahim selama proses persalinan. Penelitian yang dilakukan oleh Al-Kuran dkk. menunjukkan bahwa konsumsi kurma pada akhir masa kehamilan dapat membantu mempercepat proses pembukaan serviks dan mengurangi kebutuhan induksi persalinan (Al-Kuran et al., 2011). Selain itu, kurma juga diketahui mengandung senyawa yang dapat merangsang produksi hormon oksitosin yang berperan dalam kontraksi rahim saat persalinan (Baliga et al., 2011). Fakta-fakta ilmiah ini menunjukkan adanya kemungkinan hubungan antara anjuran konsumsi kurma dalam tradisi Islam dengan manfaat medis yang dapat dijelaskan melalui pendekatan ilmiah.

Meskipun demikian, pemahaman masyarakat terhadap hadis-hadis yang berkaitan dengan konsumsi kurma seringkali masih bersifat normatif dan belum disertai dengan kajian kritis terhadap kualitas hadis maupun relevansinya dengan perkembangan ilmu kesehatan modern (Monady et al., 2025). Sebagian penelitian sebelumnya lebih banyak membahas manfaat nutrisi kurma dari sudut pandang kesehatan atau menyinggungnya secara umum dalam kajian keislaman, namun belum banyak yang secara khusus menganalisis hadis tentang konsumsi kurma dalam kaitannya dengan percepatan persalinan melalui pendekatan interdisipliner antara studi hadis dan ilmu kedokteran.

Berdasarkan kondisi tersebut, tulisan ini hadir untuk mengkaji hadis-hadis yang berkaitan dengan konsumsi kurma sebagai upaya mempercepat proses persalinan serta menganalisisnya dalam perspektif medis modern. Kebaruan dari penelitian ini terletak pada pendekatan integratif yang menghubungkan analisis hadis dengan temuan ilmiah di bidang kesehatan reproduksi. Kajian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi akademik dalam pengembangan studi hadis tematik yang relevan dengan isu kesehatan serta memberikan pemahaman yang lebih komprehensif bagi masyarakat mengenai manfaat konsumsi kurma bagi ibu hamil menjelang persalinan.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian kepustakaan (library research) yang bertujuan untuk mengkaji hadis-hadis tentang konsumsi kurma serta menganalisis relevansinya dengan perspektif medis modern terkait proses persalinan. Data dalam penelitian ini terdiri dari data primer dan data sekunder. Data primer berupa hadis-hadis yang berkaitan dengan konsumsi kurma yang terdapat dalam kitab-kitab hadis seperti *Ṣaḥīḥ al-Bukhārī*, *Ṣaḥīḥ Muslim*, *Sunan Abū Dāwūd*, dan *Sunan al-Tirmizī*, serta ayat Al-Qur'an yang berkaitan dengan kisah Maryam dalam Surah Maryam ayat 25. Sementara itu, data sekunder diperoleh dari buku, artikel jurnal ilmiah, serta hasil penelitian yang membahas kandungan nutrisi dan manfaat kurma bagi kesehatan, khususnya dalam kaitannya dengan proses persalinan (Baliga et al., 2011; Zed, 2014). Teknik pengumpulan data dilakukan melalui studi dokumentasi dengan menelusuri dan mengidentifikasi literatur yang relevan dengan tema penelitian.

Selanjutnya, data dianalisis melalui beberapa tahapan, yaitu takhrij hadis untuk menelusuri sumber hadis, analisis sanad dan matan untuk mengetahui kualitas serta makna hadis, kemudian dilanjutkan dengan analisis interdisipliner dengan mengaitkan pemahaman hadis tersebut dengan temuan dalam ilmu medis modern mengenai kandungan nutrisi kurma dan pengaruhnya terhadap proses persalinan (Sugiyono, 2019). Dengan metode ini diharapkan diperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai hadis tentang konsumsi kurma serta relevansinya dengan ilmu kesehatan modern.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelusuran terhadap berbagai literatur hadis serta penelitian medis modern, ditemukan bahwa konsumsi kurma memiliki keterkaitan dengan proses persalinan, khususnya dalam membantu mempercepat atau mempermudah proses kelahiran. Dalam kajian kesehatan reproduksi, kurma diketahui mengandung berbagai nutrisi penting yang dapat memberikan energi tambahan bagi ibu hamil serta membantu kontraksi otot rahim selama persalinan. Selain itu, beberapa penelitian di Indonesia dalam lima tahun terakhir juga menunjukkan adanya hubungan antara konsumsi kurma dengan kelancaran proses persalinan. Oleh karena itu, untuk memahami hubungan tersebut secara lebih komprehensif, pembahasan dalam penelitian ini difokuskan pada beberapa aspek penting yang berkaitan dengan konsumsi kurma dan pengaruhnya terhadap proses persalinan sebagai berikut.

1. Konsumsi Kurma dalam Praktik Kesehatan Ibu Hamil

Konsumsi kurma sebagai bagian dari persiapan persalinan mulai banyak diteliti dalam bidang kebidanan di Indonesia. Kurma dipercaya dapat membantu proses persalinan karena mengandung nutrisi yang dapat meningkatkan energi ibu saat melahirkan (Hidayat et al., 2025). Sebuah penelitian di Banjarmasin menunjukkan bahwa pemberian jus kurma pada ibu bersalin dapat membantu mempercepat proses persalinan kala I karena kurma mengandung zat yang menyerupai hormon oksitosin yang dapat merangsang kontraksi rahim (Megawati et al., 2021). Selain itu, penelitian lain yang dilakukan di Bandung menemukan bahwa pemberian jus kurma pada ibu primigravida dapat mempercepat kemajuan persalinan kala II karena kandungan karbohidrat sederhana pada kurma dapat meningkatkan energi ibu selama proses persalinan (Awali et al., 2023). Temuan ini menunjukkan bahwa konsumsi kurma tidak hanya menjadi praktik tradisional, tetapi juga mulai mendapatkan dukungan dari penelitian kesehatan di Indonesia.

2. Kandungan Nutrisi Kurma bagi Ibu Hamil

Kurma merupakan buah yang memiliki kandungan nutrisi tinggi seperti karbohidrat, zat besi, serat, dan berbagai mineral yang bermanfaat bagi kesehatan ibu hamil. Nutrisi tersebut dapat membantu meningkatkan energi tubuh serta menjaga kondisi fisik ibu selama masa kehamilan dan menjelang persalinan (Rizqi et al., 2025). Penelitian di Kabupaten Bekasi menunjukkan bahwa konsumsi kurma secara signifikan dapat meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil yang mengalami anemia, sehingga dapat membantu memperbaiki kondisi kesehatan ibu selama kehamilan (Rahayu et al., 2024). Penelitian lain juga menjelaskan bahwa kurma mengandung karbohidrat tinggi yang dapat menjadi sumber energi selama proses persalinan serta membantu menjaga stamina ibu saat melahirkan (Ulya et al., 2023). Dengan demikian, kandungan nutrisi dalam kurma berpotensi memberikan manfaat fisiologis yang mendukung kesehatan ibu hamil.

3. Pengaruh Konsumsi Kurma terhadap Kematangan Serviks

Kematangan serviks merupakan salah satu faktor penting yang menentukan kelancaran proses persalinan. Beberapa penelitian di Indonesia menunjukkan bahwa konsumsi kurma dapat membantu meningkatkan kesiapan serviks sebelum persalinan. Penelitian yang dilakukan di Universitas Muhammadiyah Pringsewu menemukan bahwa pemberian jus kurma berpengaruh terhadap peningkatan kontraksi uterus dan pembukaan serviks selama kala I persalinan (Istikomah et al., 2023). Selain itu, penelitian lain dalam jurnal kebidanan juga menunjukkan bahwa konsumsi kurma dapat mempercepat proses pembukaan serviks pada ibu bersalin sehingga mempercepat kemajuan persalinan (Kunang & Diana, 2024). Hasil

penelitian ini menunjukkan bahwa kurma dapat membantu mempersiapkan tubuh ibu untuk menghadapi proses persalinan secara fisiologis.

4. Konsumsi Kurma dan Durasi Proses Persalinan

Durasi persalinan merupakan faktor penting yang mempengaruhi keselamatan ibu dan bayi. Persalinan yang berlangsung terlalu lama dapat meningkatkan risiko komplikasi seperti perdarahan atau infeksi. Beberapa penelitian di Indonesia menunjukkan bahwa konsumsi kurma dapat membantu memperpendek durasi proses persalinan. Penelitian di Sulawesi Tenggara menunjukkan bahwa pemberian kurma pada ibu bersalin dapat memperpendek durasi persalinan dibandingkan dengan ibu yang tidak mengonsumsinya (Kadi, 2022). Selain itu, penelitian lain di Kalimantan Timur menemukan bahwa pemberian sari kurma dapat mempercepat durasi persalinan kala II pada ibu primigravida karena kandungan energi dalam kurma dapat membantu memperkuat kontraksi rahim (Rosmila et al., 2023). Temuan ini menunjukkan bahwa kurma dapat berperan sebagai sumber energi alami yang membantu memperlancar proses persalinan.

5. Konsumsi Kurma dan Percepatan Persalinan

Selain mempengaruhi durasi persalinan, beberapa penelitian juga menunjukkan bahwa konsumsi kurma dapat mempercepat proses persalinan secara keseluruhan. Penelitian yang dilakukan di Jakarta menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara konsumsi kurma pada trimester ketiga kehamilan dengan percepatan lama proses persalinan kala I pada ibu bersalin (Subiantoro & Omega, 2024). Penelitian lain juga menemukan bahwa konsumsi jus kurma selama proses persalinan dapat membantu meningkatkan kontraksi uterus sehingga mempercepat proses persalinan (Istikomah et al., 2023). Hal ini menunjukkan bahwa konsumsi kurma dapat menjadi salah satu upaya alami yang membantu mempercepat proses persalinan.

6. Relevansi Temuan Medis dengan Praktik Konsumsi Kurma

Berdasarkan berbagai penelitian yang telah dilakukan di Indonesia, konsumsi kurma terbukti memiliki potensi dalam membantu proses persalinan. Kurma mengandung nutrisi penting yang dapat meningkatkan energi ibu, memperkuat kontraksi rahim, serta membantu mempercepat proses pembukaan serviks. Penelitian di Kalimantan Timur menunjukkan bahwa sari kurma dapat membantu mempercepat durasi persalinan karena kandungan karbohidratnya dapat menjadi sumber energi bagi ibu selama proses persalinan (Rosmila et al., 2023). Selain itu, penelitian di Banjarmasin juga menunjukkan bahwa jus kurma dapat membantu mempercepat proses persalinan kala I sehingga berpotensi mengurangi risiko komplikasi persalinan yang disebabkan oleh persalinan lama (Megawati et al., 2021). Dengan demikian, temuan penelitian medis di Indonesia menunjukkan bahwa konsumsi kurma memiliki relevansi dengan praktik kesehatan yang berkembang di masyarakat.

Berdasarkan uraian pembahasan di atas, dapat dipahami bahwa konsumsi kurma memiliki berbagai manfaat yang dapat mendukung proses persalinan, baik dari aspek nutrisi maupun dari segi fisiologis. Berbagai penelitian di Indonesia menunjukkan bahwa kandungan energi, mineral, dan zat gizi dalam kurma dapat membantu meningkatkan stamina ibu, memperkuat kontraksi rahim, serta mempercepat proses pembukaan serviks selama persalinan. Temuan tersebut menunjukkan bahwa konsumsi kurma tidak hanya dipandang sebagai praktik tradisional, tetapi juga memiliki dasar ilmiah yang dapat dijelaskan melalui penelitian medis modern. Dengan demikian, integrasi antara kajian hadis dan temuan medis mengenai manfaat kurma memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai pentingnya konsumsi kurma bagi ibu hamil sebagai salah satu upaya alami dalam mendukung kelancaran proses persalinan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kajian terhadap hadis-hadis yang berkaitan dengan konsumsi kurma serta analisis terhadap berbagai penelitian medis modern, dapat disimpulkan bahwa konsumsi kurma memiliki potensi dalam membantu memperlancar proses persalinan. Dalam perspektif hadis, kurma dipandang sebagai makanan yang memiliki nilai kesehatan dan dianjurkan untuk dikonsumsi, sebagaimana tercermin dalam kisah Maryam yang dianjurkan mengonsumsi kurma

ketika menghadapi persalinan. Sementara itu, dalam perspektif medis modern, berbagai penelitian menunjukkan bahwa kurma mengandung nutrisi penting seperti karbohidrat, mineral, vitamin, serta zat bioaktif yang dapat memberikan energi bagi ibu hamil, memperkuat kontraksi rahim, serta membantu meningkatkan kesiapan serviks sebelum persalinan. Hal ini menunjukkan adanya keterkaitan antara ajaran Islam yang bersumber dari hadis dengan temuan ilmiah dalam bidang kesehatan reproduksi.

Selain itu, berbagai penelitian yang dilakukan di Indonesia dalam beberapa tahun terakhir juga menunjukkan bahwa konsumsi kurma dapat memberikan pengaruh positif terhadap proses persalinan, seperti membantu mempercepat durasi persalinan, meningkatkan kontraksi uterus, serta mendukung kelancaran proses pembukaan serviks. Temuan ini menunjukkan bahwa konsumsi kurma tidak hanya dipahami sebagai praktik tradisional yang bersumber dari ajaran agama, tetapi juga memiliki dasar ilmiah yang dapat dijelaskan melalui penelitian medis modern. Dengan demikian, kajian ini menegaskan bahwa integrasi antara studi hadis dan ilmu kesehatan dapat memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai manfaat konsumsi kurma bagi ibu hamil, sekaligus menunjukkan bahwa nilai-nilai dalam ajaran Islam memiliki relevansi dengan perkembangan ilmu pengetahuan kontemporer.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Kuran, O., Al-Mehaisen, L., Bawadi, H., Beitawi, S., & Amarin, Z. (2011). The effect of late pregnancy consumption of date fruit on labour and delivery. *Journal of Obstetrics and Gynaecology*, 31(1), 29–31.
- Awali, R., Sari, D., & Putri, N. (2023). Pengaruh pemberian jus kurma terhadap kemajuan persalinan kala II pada ibu primigravida. *Jurnal Kebidanan Rajawali*, 7(2), 85–92.
- Baliga, M. S., Baliga, B. R. V., Kandathil, S. M., Bhat, H. P., & Vayalil, P. K. (2011). A review of the chemistry and pharmacology of the date fruits (*Phoenix dactylifera* L.). *Food Research International*, 44(7), 1812–1822.
- Hidayat, A. (2020). *Pola hidup sehat dalam perspektif sunnah Nabi*. Jakarta: Kencana.
- Hidayat, R., Shafa, S., Mahda, M., & Monady, H. (2025). Kekerasan dalam rumah tangga perspektif lensa hadis dan maqashid syariah. *Al-Mada: Jurnal Agama, Sosial, dan Budaya*, 8(3), 477–490.
- Istikomah, S., Rahmawati, D., & Pratiwi, A. (2023). Pengaruh pemberian jus kurma terhadap kemajuan persalinan kala I pada ibu bersalin. *Jurnal Ilmu Kebidanan Indonesia*, 12(1), 45–52.
- Kadi, M. (2022). Pengaruh konsumsi kurma terhadap lama persalinan pada ibu bersalin. *Jurnal Ilmiah Kebidanan dan Keperawatan*, 5(2), 120–126.
- Kunang, R., & Diana, S. (2024). Hubungan konsumsi kurma dengan pembukaan serviks pada ibu bersalin. *Indonesian Scientific Journal of Midwifery*, 8(1), 34–40.
- Mahfuzh, T. W., & Monady, H. (2025). Reinterpretasi konsep tabarruj dalam QS al-Ahzab [33]: 33: Analisis fenomena beauty filter melalui pendekatan kontekstual Abdullah Saeed. *Exegesis: Journal of Qur'an and Hadith Studies*, 1(1), 42–55.
- Megawati, M., Hasanah, N., & Rahmi, A. (2021). Pengaruh pemberian jus kurma terhadap percepatan persalinan kala I pada ibu bersalin. *Jurnal Kebidanan Banjarmasin*, 6(2), 101–108.
- Monady, H., Baihaki, B., Widagdo, H. H., & Hidayat, M. R. (2025). Hadith and Indonesia policies on female reproductive health: An interdisciplinary study from medical and Islamic perspectives. *Khazanah: Jurnal Studi Islam dan Humaniora*, 147–172.
- Rahayu, S., Wulandari, N., & Putra, H. (2024). Pengaruh konsumsi kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 15(1), 55–62.

- Rahman, F. (2019). *Health and medicine in the Islamic tradition*. Chicago: ABC International Group.
- Rizqi, A., Uddin, R., & Monady, H. (2025). Optimalisasi intelektual berlandaskan prinsip-prinsip Islam demi meningkatkan mutu pendidikan. *INFINITUM: Journal of Education and Social Humaniora*, 2(1), 44–72.
- Rosmila, R., Wahyuni, S., & Rahmadani, D. (2023). Pengaruh pemberian sari kurma terhadap durasi persalinan kala II pada ibu primigravida. *Jurnal Sains Kesehatan*, 9(1), 66–73.
- Rulyawan, M. R. S., & Monady, H. (2025). Risywah digital dalam perspektif hadis: Analisis tematik dan relevansinya di era teknologi. *Al-Atsar: Jurnal Ilmu Hadits*, 3(2), 45–62.
- Subiantoro, B., & Omega, T. (2024). Hubungan konsumsi kurma trimester III dengan lama proses persalinan pada ibu bersalin. *Jurnal Keperawatan Ners*, 8(1), 112–118.
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Ulya, M., Fitriani, L., & Ananda, R. (2023). Kandungan nutrisi kurma dan manfaatnya bagi kesehatan ibu hamil. *Jurnal Penelitian Kesehatan Masyarakat*, 11(2), 78–85.
- Zed, M. (2014). *Metode penelitian kepustakaan*. Jakarta: Yayasan Pustaka Obor Indonesia.