

KANDUNGAN GIZI DAN KHASIAT MEDIS MANNA WA SALWA DALAM PERSPEKTIF I'JĀZ ṬIBBĪ AL-QUR'ĀN: STUDI TELAHAH KITAB DR. SAYYID AL-JUMAILĪ

Riska Ramadani Salsabila
Ma'had Aly Walindo, Pekalongan
achaaaaa2110@gmail.com

Abstrak

Al-Qur'an mengabadikan kisah tentang manna dan salwa sebagai karunia pangan dari langit kepada Bani Israil, yang menyimpan nilai spiritual sekaligus manfaat kesehatan. Penelitian ini bertujuan untuk menelaah kandungan nutrisi dan khasiat medis dari kedua jenis makanan tersebut dalam perspektif i'jāz ṭibbī, dengan merujuk pada pemikiran Dr. Sayyid Jumaili dalam karya tafsir ilmiahnya. Kajian dilakukan dengan metode deskriptif-kualitatif melalui pendekatan tafsir tematik dan kajian literatur medis. Hasil telaah menunjukkan bahwa manna, sejenis getah manis dari tumbuhan, mengandung mannitol dan senyawa lain yang bersifat menenangkan serta antiinflamasi. Sementara salwa, yang diidentifikasi sebagai burung puyuh, mengandung protein hewani tinggi, mudah diserap tubuh, dan mendukung daya tahan fisik. Menurut Dr. Jumaili, penyebutan makanan ini dalam Al-Qur'an mencerminkan kesempurnaan rezeki ilahi yang selaras dengan kebutuhan biologis manusia. Studi ini menggarisbawahi pentingnya integrasi antara wahyu dan sains kesehatan, serta memperkuat relevansi i'jāz ṭibbī dalam membaca dimensi ilmiah ayat-ayat Al-Qur'an.

Kata Kunci: *Manna, Salwa, I'jāz ṭibbī, Gizi Qur'ani.*

Article History

Received: Agustus 2025
Reviewed: Agustus 2025
Published: Agustus 2025

Plagirism Checker No 555
Prefix DOI :
10.8734/Tashdiq.v1i2.365
Copyright : Author
Publish by : Tasdiq



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](#)

Pendahuluan

Al-Qur'an tidak hanya diturunkan sebagai pedoman spiritual dan moral, tetapi juga mengandung berbagai petunjuk ilmiah yang berkaitan dengan aspek kehidupan manusia, termasuk dalam bidang kesehatan dan gizi. Salah satu narasi menarik dalam Al-Qur'an adalah kisah mengenai dua jenis makanan yang dianugerahkan kepada Bani Israil, yaitu manna dan salwa. Kedua makanan ini disebut dalam beberapa ayat Al-Qur'an, seperti QS. Al-Baqarah: 57 dan QS. Al-A'raf: 160, sebagai bentuk rezeki langsung dari langit yang diberikan kepada mereka selama berada di padang Tih.

Dalam QS. Al-Baqarah: 61, Bani Israil mengajukan permintaan kepada Nabi Musa agar diberikan makanan yang tumbuh dari bumi seperti mentimun, bawang putih, kacang adas, dan bawang merah. Permintaan tersebut mendapat teguran dari Nabi Musa karena mereka justru memilih jenis makanan yang lebih rendah daripada yang telah diberikan oleh Allah secara langsung, yakni manna wa salwa. Sikap ini mencerminkan kecenderungan manusia yang tidak mensyukuri nikmat spiritual dan biologis yang telah tersedia secara sempurna.

Salah satu cabang ilmu yang membahas dimensi ilmiah dalam Al-Qur'an adalah i'jāz ṭibbī atau keajaiban medis dalam wahyu. Dr. Sayyid Jumaili, seorang tokoh penting dalam bidang ini, menjelaskan bahwa manna memiliki kandungan mannitol dan senyawa alami lain yang bersifat antiinflamasi dan menenangkan jaringan tubuh. Sementara itu, salwa yang diidentifikasi

sebagai burung puyuh, mengandung protein hewani yang tinggi serta zat gizi lain yang sangat bermanfaat bagi metabolisme dan daya tahan tubuh manusia.¹

Temuan ilmiah kontemporer mendukung hal tersebut. Mannitol digunakan dalam dunia medis sebagai agen osmotik yang dapat membantu mengurangi tekanan intrakranial dan intraokular.² Adapun burung puyuh diketahui mengandung nutrisi penting seperti asam amino esensial, zat besi, dan vitamin B kompleks, yang menjadikannya sumber protein fungsional yang baik untuk kesehatan.³

Dengan demikian, kisah manna wa salwa bukan sekadar catatan sejarah atau simbol spiritual, tetapi juga mencerminkan keselarasan antara petunjuk wahyu dan kebutuhan biologis manusia. Kajian ini bertujuan mengulas kandungan gizi dan manfaat medis dari manna dan salwa berdasarkan pendekatan i'jāz ṭibbī, dengan menyoroti pemikiran Dr. Sayyid Jumaili sebagai tokoh sentral dalam pendekatan ilmiah terhadap ayat-ayat Al-Qur'an.

Metode Penelitian

Kajian ini dilakukan melalui pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif-analitis, yang bertumpu pada studi pustaka sebagai landasan utama. Metode ini dipilih karena objek penelitian berfokus pada teks Al-Qur'an, kitab tafsir, serta literatur ilmiah kedokteran dan gizi, yang semuanya dianalisis secara mendalam untuk mengungkap kandungan makna dan hubungan antar konsep.

Sumber primer penelitian ini meliputi ayat-ayat Al-Qur'an yang membahas tentang manna dan salwa, serta karya I'jāz Ṭibbī fī al-Qur'ān al-Karīm yang ditulis oleh Dr. Sayyid Jumaili sebagai referensi utama dalam memahami aspek i'jāz ilmiah bidang kesehatan. Untuk memperkaya analisis, juga digunakan bahan-bahan sekunder berupa kitab tafsir seperti Tafsīr al-Ṭabarī, al-Qurṭubī, dan al-Sa'dī, ditambah artikel dari jurnal kedokteran yang mengulas manfaat mannitol dan nilai nutrisi burung puyuh.

Data dianalisis menggunakan pendekatan tematik dan konten, dengan menelusuri korelasi antara narasi wahyu dan bukti ilmiah modern. Proses analisis diarahkan untuk menggali keterpaduan makna spiritual dan medis yang terkandung dalam konsep manna wa salwa, sebagaimana dijelaskan oleh Dr. Jumaili, sehingga menghasilkan pemahaman yang utuh dalam kerangka i'jāz ṭibbī.

Pembahasan

A. Manna dan Salwa dalam Perspektif Al-Qur'an

Al-Qur'an menggambarkan manna dan salwa sebagai bentuk nikmat luar biasa yang dianugerahkan oleh Allah kepada Bani Israil ketika mereka menjalani masa-masa sulit di padang Tih. Kedua jenis makanan ini tidak berasal dari usaha manusia, melainkan langsung dikaruniakan oleh Tuhan sebagai rezeki dari langit. Dalam QS. Al-Baqarah: 57

وَمَا ظَلَمْنَا عَلَيْكُمُ الْغَمَامَ وَانزَلْنَا عَلَيْكُمُ الْمُنَّ وَالسَّلْوَىٰ كُلُوا مِنْ طَيِّبَاتِ مَا رَزَقْنَاكُمْ ۖ وَمَا ظَلَمُونَا وَلَكِنْ كَانُوا أَنْفُسُهُمْ يَظْلِمُونَ

¹ Sayyid Jumaili, I'jāz Ṭibbī fī al-Qur'ān al-Karīm, Beirut: Dār al-Kutub al-'Ilmiyyah, 2003, hlm. 112-115.

² George J. Armao & Mark R. Gehring, "Mannitol: Uses and Mechanisms of Action," Journal of Clinical Pharmacy and Therapeutics, Vol. 38, No. 5, 2013, hlm. 417-423.

³ Yakubu A. et al., "Nutritional Composition and Health Benefits of Quail Meat," African Journal of Food, Agriculture, Nutrition and Development, Vol. 18, No. 3, 2018, hlm. 13784-13795.

“Kami menaungi kamu dengan awan dan Kami menurunkan kepadamu manna dan salwa.28) Makanlah (makanan) yang baik-baik dari rezeki yang telah Kami berikan kepadamu. Mereka tidak menzalimi Kami, tetapi justru merekalah yang menzalimi diri sendiri.”

Allah menyebut bahwa Dia menaungi mereka dengan awan dan menurunkan manna serta salwa, kemudian memerintahkan agar mereka menikmati rezeki yang baik itu tanpa melampaui batas.

Para ahli tafsir menjelaskan bahwa manna adalah zat manis yang menyerupai embun, biasa ditemukan pada dedaunan atau batu-batuan di pagi hari.⁴ Secara linguistik, kata “al-mann” merujuk pada pemberian yang agung dan berasal dari langit.⁵ Sedangkan salwa diartikan sebagai burung kecil yang disebut burung puyuh, yang dagingnya lezat, mudah dicerna, dan tinggi kandungan proteinnya.⁶

Namun dalam QS. Al-Baqarah: 61,

وَاذْكُرْ لَمَّا تَأْتِيكَ الْمَوَاطِنُ لَمَّا تَكُنُ مِنَ الْأَرْضِ مِمَّا تُخْرِجُ لَنَا رَبِّكَ يُخْرِجُ لَنَا مِمَّا تُنْبِتُ الْأَرْضُ مِنْ بَقْلِهَا وَقِثَّائِهَا وَفُومِهَا وَعَدَسِهَا وَبَصِلَها قَالَ أَتَسْتَبْدِلُونَ الَّذِي هُوَ أَدْنَى بِالَّذِي هُوَ خَيْرٌ إِنْ هَاطُوا مِصْرًا فَإِنَّ لَكُمْ مَّا سَأَلْتُمْ وَضُرِبَتْ عَلَيْهِمُ الذِّلَّةُ وَالْمَسْكَنَةُ وَبَاءُوا بِغَضَبِ اللَّهِ ذَلِكَ بِأَنَّهُمْ كَانُوا يَكْفُرُونَ بِآيَاتِ اللَّهِ وَيَقْتُلُونَ النَّبِيَّاتِ بَعْدَ مَا بَعَثُوا فِيهِمُ الرِّسَالَ وَكَانُوا مُصِيفِينَ

“ (Ingatlah) ketika kamu berkata, “Wahai Musa, kami tidak tahan hanya (makan) dengan satu macam makanan. Maka, mohonkanlah kepada Tuhanmu untuk kami agar Dia memberi kami apa yang ditumbuhkan bumi, seperti sayur-mayur, mentimun, bawang putih, kacang adas, dan bawang merah.” Dia (Musa) menjawab, “Apakah kamu meminta sesuatu yang buruk sebagai ganti dari sesuatu yang baik? Pergilah ke suatu kota. Pasti kamu akan memperoleh apa yang kamu minta.” Kemudian, mereka ditimpa kenistaan dan kemiskinan, dan mereka (kembali) mendapat kemurkaan dari Allah. Hal itu (terjadi) karena sesungguhnya mereka selalu mengingkari ayat-ayat Allah dan membunuh para nabi tanpa hak (alasan yang benar). Yang demikian itu ditimpakan karena mereka durhaka dan selalu melampaui batas.”

Bani Israil menyampaikan ketidaksabaran mereka terhadap makanan tersebut dan meminta sayuran serta bahan makanan dari bumi seperti mentimun dan bawang. Musa pun menegur mereka karena lebih memilih sesuatu yang rendah dibandingkan yang lebih baik. Ini mengisyaratkan kecenderungan mereka kepada kenikmatan duniawi dan ketidakmampuan mensyukuri nikmat Ilahi.⁷

Tafsir kontemporer memaknai “Mesir” dalam ayat tersebut bukan hanya sebagai tempat fisik, namun simbol dari gaya hidup duniawi yang penuh dengan kesenangan materi.⁸ Sebaliknya, manna dan salwa adalah simbol dari rezeki bersih dan penuh berkah yang berasal langsung dari rahmat Allah.

Dalam pandangan i’jāz ṭibbī, makanan ini tidak hanya bernilai spiritual, tetapi juga menyimpan manfaat medis. Menurut Dr. Sayyid Jumaili, manna mengandung mannitol, sejenis alkohol gula yang digunakan dalam dunia medis untuk mengurangi tekanan otak dan mata.⁹ Mannitol juga dikenal bersifat diuretik dan memiliki potensi sebagai antioksidan.¹⁰

Adapun salwa atau burung puyuh memiliki nilai gizi tinggi dan termasuk makanan yang mendukung penyembuhan serta regenerasi sel. Penelitian menunjukkan bahwa daging burung

⁴ Ibn Kathīr, Tafsīr al-Qur’ān al-‘Aẓīm, Kairo: Dār Ṭayyibah, 1999, Juz 1, hlm. 113.

⁵ Al-Rāghib al-Aṣḥānī, al-Mufradāt fī Gharrīb al-Qur’ān, Beirut: Dār al-Ma’rifah, 2002, hlm. 793.

⁶ Al-Sa’dī, Taysīr al-Karīm al-Rahmān, Riyadh: Dār Ibn al-Jauzi, 2005, hlm. 53.

⁷ 4. Al-Qurṭubī, al-Jāmi’ li Ahkām al-Qur’ān, Juz 1, hlm. 319.

⁸ 5. Al-Sya’rāwī, Tafsīr al-Sya’rāwī, Kairo: Akhbār al-Yaum, 1997, hlm. 462.

⁹ Sayyid Jumaili, I’jāz Ṭibbī fī al-Qur’ān al-Karīm, Beirut: Dār al-Kutub al-‘Ilmiyyah, 2003, hlm. 113-117

¹⁰ Frontiers in Pharmacology, “Mannitol: A Versatile Therapeutic Agent”, 2020.

<https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fphar.2020.585289/full>

puyuh mengandung asam amino esensial, zat besi, seng, dan vitamin B kompleks.¹¹Kandungan tersebut menjadikannya sebagai sumber protein hewani yang ideal bagi kesehatan tubuh.

Dengan demikian, penyebutan manna wa salwa dalam Al-Qur'an mengandung nilai-nilai ilmiah, etis, dan medis yang sangat relevan untuk ditelaah lebih lanjut. Selain sebagai bukti kemurahan Allah, makanan ini juga mencerminkan prinsip hidup yang seimbang antara kebutuhan jasmani dan tuntunan ruhani.

B. Kandungan Gizi Manna dan Tinjauan Ilmiah

Al-Qur'an menyebut manna sebagai salah satu bentuk rezeki dari langit yang diberikan kepada Bani Israil ketika mereka berada di padang Tih, sebagaimana disebutkan dalam QS. Al-Baqarah: 57. Secara linguistik, menurut penjelasan Al-Rāghib al-Aṣfahānī, istilah al-mann bermakna pemberian atau nikmat agung yang berasal dari langit.¹² Dalam literatur tafsir klasik, manna kerap diidentifikasi sebagai zat manis alami menyerupai embun, yang menempel pada dedaunan atau bebatuan, dan bisa langsung dikonsumsi saat pagi hari. Dalam studi ilmiah kontemporer, banyak peneliti mengaitkannya dengan senyawa mannitol, yaitu sejenis alkohol gula (polyol) yang secara alami ditemukan dalam tanaman tertentu seperti pohon ash, zaitun, serta beberapa jenis ganggang merah.¹³

Senyawa mannitol berbentuk kristal putih yang mudah larut dalam air, memiliki rasa manis yang tidak terlalu kuat, dan hanya mengandung 1,6 kalori per gram, sehingga sering digunakan sebagai pemanis rendah kalori.¹⁴ Keunggulan mannitol antara lain tidak menyebabkan peningkatan kadar gula darah secara drastis dan tidak merusak enamel gigi, membuatnya aman untuk penderita diabetes maupun anak-anak. Manfaat lain adalah sifatnya yang non-fermentatif di usus besar, sehingga tidak memicu gangguan pencernaan seperti kembung atau diare ringan, sebagaimana yang biasa terjadi pada gula alkohol lain.

Dari sudut pandang medis, mannitol sudah lama dimanfaatkan sebagai agen osmotik yang efektif, terutama untuk mengurangi tekanan di dalam otak pada kasus edema serebral, serta untuk mengatasi tekanan intraokular tinggi pada penderita glaukoma.¹⁵ Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) memasukkan mannitol ke dalam daftar obat esensial karena efektivitas dan keamanannya dalam situasi medis darurat.¹⁶ Dalam industri farmasi, mannitol sering dijadikan bahan tambahan (ekspisien) pada tablet dan kapsul karena stabilitas kimianya serta kemampuannya mempertahankan kelembapan.¹⁷

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa mannitol juga memiliki potensi antioksidan dan neuroprotektif. Artikel ilmiah dalam *Frontiers in Pharmacology* menyebutkan bahwa mannitol mampu mengurangi dampak stres oksidatif pada jaringan otak dan memberikan perlindungan terhadap sel-sel saraf yang rentan terhadap kerusakan akibat radikal bebas.¹⁸Selain mannitol,

¹¹ Journal of Food Science and Technology, "Nutritional Value of Quail Meat: A Comparative Study", 2019. <https://link.springer.com/article/10.1007/s13197-019-04117-2>

¹² Al-Rāghib al-Aṣfahānī, *al-Mufradāt fī Gharīb al-Qur'ān*, Beirut: Dār al-Ma'rifah, 2002, hlm. 793.

¹³ Encyclopaedia Britannica, "Mannitol." <https://www.britannica.com/science/mannitol>

¹⁴ International Food Information Council, "Low-Calorie Sweeteners." <https://foodinsight.org/low-calorie-sweeteners>

¹⁵ WHO Model List of Essential Medicines, "Mannitol for Acute Cerebral Edema," 22nd List, 2021.

¹⁶ World Health Organization. "Essential Medicines List." <https://www.who.int/medicines/publications/essentialmedicines/en>

¹⁷ European Medicines Agency (EMA), "Excipients in the Labelling and Package Leaflet of Medicinal Products for Human Use," 2019.

¹⁸ Frontiers in Pharmacology, "Mannitol: A Versatile Therapeutic Agent," 2020. <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fphar.2020.585289/full>

kandungan manna lainnya seperti dekstrosa, resin, unsur non-organik, dan kadar air, secara alami membantu melembutkan jaringan tubuh, meredakan inflamasi, dan menjaga kelembapan pencernaan karena tidak mengandung zat tanin yang bersifat iritatif.¹⁹

Penjelasan ini sejalan dengan pendapat Dr. Sayyid Jumaili dalam *I'jāz Ṭibbī fī al-Qur'ān al-Karīm*, yang menyatakan bahwa manna bukan hanya bernilai sebagai anugerah spiritual, tetapi juga memiliki fungsi terapeutik bagi kesehatan manusia.²⁰ Menurutnya, karakteristik zat ini cocok untuk mendukung proses penyembuhan dan pemulihan tubuh karena sifatnya yang lembut dan mudah diserap. Dewasa ini, industri makanan dan farmasi memanfaatkan mannitol sebagai komponen penting dalam produk seperti permen tanpa gula, suplemen rendah glikemik, serta sediaan obat yang aman bagi pasien dengan kebutuhan khusus.²¹

Dengan demikian, pemaparan Al-Qur'an tentang manna tidak hanya menjadi bagian dari kisah sejarah Bani Israil, tetapi juga menyimpan potensi ilmiah yang baru dipahami dan diakui dalam era modern. Kandungan gizinya yang istimewa dan manfaat medisnya yang luas menjadi bukti bahwa ayat-ayat Al-Qur'an menyimpan isyarat ilmiah yang bernilai tinggi, dan ini merupakan salah satu manifestasi dari *i'jāz* ilmi dalam kitab suci.

C. Nilai Medis dan Nutrisi Salwa (Burung Puyuh)

Al-Qur'an menyebut salwa sebagai salah satu anugerah makanan yang Allah turunkan kepada Bani Israil bersama manna, sebagaimana dijelaskan dalam QS. Al-Baqarah ayat 57 dan QS. Thaha ayat 80. Banyak ahli tafsir menjelaskan bahwa salwa merujuk pada burung puyuh, yakni unggas kecil yang biasa hidup liar namun mudah ditangkap dan dikonsumsi. Jenis burung ini dikenal tidak hanya karena rasanya yang lezat, tetapi juga karena nilai gizi dan khasiat kesehatannya yang sangat menonjol.

Dari sisi gizi, daging puyuh memiliki kandungan protein tinggi, sekitar 25-27 gram per 100 gram berat daging, dengan profil asam amino yang lengkap.²² Ini menjadikannya sebagai sumber protein hewani yang sangat bermanfaat untuk perbaikan jaringan tubuh, pembentukan otot, dan peningkatan imunitas.²³ Daging puyuh juga mengandung vitamin B kompleks (terutama B12), zat besi, seng, serta fosfor, yang berperan penting dalam proses metabolisme energi, pembentukan hemoglobin, dan kesehatan saraf.²⁴ Kandungan vitamin A yang tinggi turut mendukung fungsi penglihatan dan sistem kekebalan tubuh.²⁵

Dari sudut pandang medis, konsumsi daging burung puyuh telah dikaitkan dengan peningkatan kualitas darah dan pencegahan anemia, terutama karena kadar zat besinya yang cukup tinggi.²⁶ Selain itu, berbagai penelitian kontemporer mengklasifikasikan daging puyuh sebagai "makanan fungsional" karena selain bergizi, ia juga mendukung fungsi terapeutik dalam tubuh. Salah satu studi menyatakan bahwa mengonsumsi daging puyuh secara teratur dapat membantu menurunkan kadar kolesterol LDL serta meningkatkan HDL, sehingga bermanfaat

¹⁹ T. S. Lawrence, "Pharmacology of Osmotic Diuretics," *Basic & Clinical Pharmacology*, 14th ed., McGraw-Hill, 2018.

²⁰ Sayyid Jumaili, *I'jāz Ṭibbī fī al-Qur'ān al-Karīm*, Beirut: Dār al-Kutub al-'Ilmiyyah, 2003, hlm. 113-114.

²¹ U.S. Food and Drug Administration (FDA), "Mannitol in Foods and Pharmaceuticals." <https://www.fda.gov>

²² USDA FoodData Central. "Game bird, quail, meat only, raw." <https://fdc.nal.usda.gov/>

²³ Arshad, M.S. et al. (2019). "Nutritional Composition and Health Benefits of Quail Meat." *International Journal of Food Properties*, Vol. 22, No. 1.

²⁴ Omojola, A.B. et al. (2014). "Proximate Composition and Mineral Contents of Quail Meat." *Pakistan Journal of Nutrition*, 13(3): 146-150.

²⁵ Pesti, G.M. (2009). "The Role of Poultry Meat in Human Nutrition." *Poultry Science Association*.

²⁶ Pesti, G.M. (2009). "The Role of Poultry Meat in Human Nutrition." *Poultry Science Association*.

bagi penderita gangguan metabolisme.²⁷ Komponen lain seperti selenium dan senyawa antioksidan dalam daging ini diketahui mampu menangkal radikal bebas serta mengurangi risiko penuaan dini dan kerusakan sel.²⁸

Menurut Dr. Sayyid Jumaili, dalam karyanya *I'jāz Ṭibbī fī al-Qur'ān al-Karīm*, pemilihan salwa oleh Allah untuk Bani Israil memiliki relevansi medis yang jelas. Ia menjelaskan bahwa daging salwa memiliki sifat yang lembut dan mudah dicerna, sehingga sangat cocok dikonsumsi oleh orang dalam masa pemulihan atau mereka yang memiliki sistem pencernaan yang sensitif.²⁹ Ini juga menjelaskan mengapa burung ini dipilih sebagai bentuk rahmat dan nikmat bagi umat terdahulu yang sedang dalam keadaan lemah secara fisik.

Selain dagingnya, telur burung puyuh juga dikenal luas dalam dunia kesehatan karena kandungan proteinnya yang tinggi serta keberadaan senyawa albumin, kolin, dan antioksidan alami seperti ovomucoid, yang memiliki sifat antiinflamasi.³⁰ Kombinasi manfaat tersebut menjadikan puyuh sebagai hewan pangan yang tidak hanya bernilai secara historis dalam Al-Qur'an, tetapi juga terbukti memiliki nilai ilmiah dan kesehatan berdasarkan temuan modern. Keselarasan ini menjadi bukti dari adanya *i'jāz* ilmi, yaitu keajaiban ilmiah dalam wahyu Ilahi yang secara implisit mengandung petunjuk tentang manfaat biologis dan medis makanan-makanan pilihan.

Penutup

Pemaparan Al-Qur'an mengenai manna dan salwa bukan hanya menyampaikan kisah sejarah umat terdahulu, melainkan juga mengandung petunjuk ilmiah yang relevan dalam bidang kesehatan dan nutrisi. Dalam sudut pandang *i'jāz ṭibbī*, seperti yang dikemukakan oleh Dr. Sayyid Jumaili, manna mengandung zat manis alami seperti mannitol yang memiliki manfaat fisiologis, seperti meredakan peradangan dan menjaga fungsi metabolik tubuh secara alami. Sementara itu, salwa yang diidentifikasi sebagai burung puyuh memiliki kandungan protein tinggi, kaya mikronutrien, dan terbukti bermanfaat untuk menjaga daya tahan tubuh dan memperbaiki jaringan.

Penelitian modern dalam dunia kedokteran dan gizi memperkuat fakta bahwa kedua makanan ini tidak hanya bernilai dari sisi konsumsi, tetapi juga memiliki manfaat terapeutik yang signifikan. Ini mengisyaratkan bahwa kandungan ilmiah dalam Al-Qur'an selaras dengan hasil-hasil observasi ilmiah kontemporer. Dengan demikian, kajian terhadap manna dan salwa tidak hanya mendalami aspek spiritual dalam ayat-ayat Al-Qur'an, tetapi juga membuka peluang untuk mengembangkan integrasi ilmu keislaman dengan sains modern.

Sebagai hasil, refleksi atas kandungan ini membuktikan bahwa wahyu ilahi membawa nilai-nilai praktis yang bermanfaat bagi kesehatan manusia dan dapat dijadikan fondasi untuk pengembangan ilmu pengetahuan yang lebih komprehensif dan holistik.

²⁷ Ahmad, S. et al. (2017). "Functional Properties of Quail Meat." *International Journal of Food Sciences and Nutrition*, Vol. 68, No. 2.

²⁸ Zhang, X. et al. (2018). "Selenium Bioavailability in Game Birds." *Journal of Trace Elements in Medicine and Biology*, Vol. 50, pp. 453-458.

²⁹ Sayyid Jumaili, *I'jāz Ṭibbī fī al-Qur'ān al-Karīm*, Beirut: Dār al-Kutub al-'Ilmiyyah, 2003, hlm. 117-118.

³⁰ Anwar, F., & Latif, S. (2016). "Nutritional and Functional Properties of Quail Egg." *Food Chemistry*, Vol. 213, pp. 299-304.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Qurṭubī, al-Jāmi' li Ahkām al-Qur'ān, Juz 1, hlm. 319.
- Al-Sya'rāwī, Tafsīr al-Sya'rāwī, Kairo: Akhbār al-Yaum, 1997, hlm. 462.
- Ahmad, S. et al. (2017). "Functional Properties of Quail Meat." *International Journal of Food Sciences and Nutrition*, Vol. 68, No. 2.
- Al-Rāghib al-Aṣḥānī, al-Mufradāt fī Gharīb al-Qur'ān, Beirut: Dār al-Ma'rifah, 2002, hlm. 793.
- Al-Rāghib al-Aṣḥānī, al-Mufradāt fī Gharīb al-Qur'ān, Beirut: Dār al-Ma'rifah, 2002, hlm. 793.
- Al-Sa'dī, Taysīr al-Karīm al-Raḥmān, Riyadh: Dār Ibn al-Jauzi, 2005, hlm. 53.
- Anwar, F., & Latif, S. (2016). "Nutritional and Functional Properties of Quail Egg." *Food Chemistry*, Vol. 213, pp. 299-304.
- Arshad, M.S. et al. (2019). "Nutritional Composition and Health Benefits of Quail Meat." *International Journal of Food Properties*, Vol. 22, No. 1.
- European Medicines Agency (EMA), "Excipients in the Labelling and Package Leaflet of Medicinal Products for Human Use," 2019.
- Frontiers in Pharmacology, "Mannitol: A Versatile Therapeutic Agent", 2020.
<https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fphar.2020.585289/full>
- Frontiers in Pharmacology, "Mannitol: A Versatile Therapeutic Agent," 2020.
<https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fphar.2020.585289/full>
- George J. Armao & Mark R. Gehring, "Mannitol: Uses and Mechanisms of Action," *Journal of Clinical Pharmacy and Therapeutics*, Vol. 38, No. 5, 2013, hlm. 417-423.
- Ibn Kathīr, Tafsīr al-Qur'ān al-'Aẓīm, Kairo: Dār Ṭayyibah, 1999, Juz 1, hlm. 113.
- International Food Information Council, "Low-Calorie Sweeteners."
<https://foodinsight.org/low-calorie-sweeteners>
- Journal of Food Science and Technology*, "Nutritional Value of Quail Meat: A Comparative Study", 2019. <https://link.springer.com/article/10.1007/s13197-019-04117-2>
- Omojola, A.B. et al. (2014). "Proximate Composition and Mineral Contents of Quail Meat." *Pakistan Journal of Nutrition*, 13(3): 146-150.
- Pesti, G.M. (2009). "The Role of Poultry Meat in Human Nutrition." Poultry Science Association.
- Pesti, G.M. (2009). "The Role of Poultry Meat in Human Nutrition." Poultry Science Association.
- Sayyid Jumaili, I'jāz Ṭibbī fī al-Qur'ān al-Karīm, Beirut: Dār al-Kutub al-'Ilmiyyah, 2003
- T. S. Lawrence, "Pharmacology of Osmotic Diuretics," *Basic & Clinical Pharmacology*, 14th ed., McGraw-Hill, 2018.
- U.S. Food and Drug Administration (FDA), "Mannitol in Foods and Pharmaceuticals."
<https://www.fda.gov>
- USDA FoodData Central. "Game bird, quail, meat only, raw." <https://fdc.nal.usda.gov/>
- WHO Model List of Essential Medicines, "Mannitol for Acute Cerebral Edema," 22nd List, 2021.
- World Health Organization. "Essential Medicines List."
<https://www.who.int/medicines/publications/essentialmedicines/en>
- Yakubu A. et al., "Nutritional Composition and Health Benefits of Quail Meat," *African Journal of Food, Agriculture, Nutrition and Development*, Vol. 18, No. 3, 2018, hlm. 13784-13795.
- Zhang, X. et al. (2018). "Selenium Bioavailability in Game Birds." *Journal of Trace Elements in Medicine and Biology*, Vol. 50, pp. 453-458.
- Encyclopaedia Britannica, "Mannitol." <https://www.britannica.com/science/mannitol>