



UIN SUSKA RIAU

NO. 099/IAT-U/SU-S1/2025

**KONSUMSI MAKANAN BERLEBIHAN DALAM  
AL-QUR'AN PERSPEKTIF TAFSIR ILMI**  
**Studi Kasus *Prader Willi-Syndrome*  
dan *Binge Eating Disorder***

**SKRIPSI**

Diajukan untuk melengkapi salah satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana  
Agama (S.A.g) pada Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir



**Oleh :**

**RISKYA SAFITRI SIREGAR  
NIM. 12130222517**

**Pembimbing I:**

**Dr. Afrizal Nur., MIS**

**Pembimbing II :**

**Dr. H. Masyhuri Putra., LC., M.Ag**

**FAKULTAS USHULUDDIN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
SULTAN SYARIF KASIM RIAU  
TAHUN 1446 H/2025 M**

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU

### PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul: **“KONSUMSI MAKANAN BERLEBIHAN DALAM AL-QUR’AN PERSPEKTIF TAFSIR ILMI Studi Kasus Prader Willi-Syndrome dan Binge Eating Disorder”.**

Nama : Riskya Safitri Siregar  
NIM : 12130222517  
Program Studi : Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir

Telah dimunaqasyahkan dalam sidang panitia Ujian Sarjana Fakultas Ushuluddin Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, pada:

Hari : Kamis  
Tanggal : 08 Mei 2025

Sehingga skripsi ini dapat diterima sebagai syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Agama (S.Ag) dalam Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir Fakultas Ushuluddin Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

Pekanbaru, 14 Mei 2025

Dekan,

  
**Dr. H. Jamaluddin, M. Ush**  
NIP. 19670423 199303 1 004

Panitia Ujian Sarjana

Ketua/Pengaji I

  
**Dr. H. M. Ridwan Hasbi, Lc. M. Ag**  
NIP. 19700617 200701 1 033

Sekretaris/Pengaji II

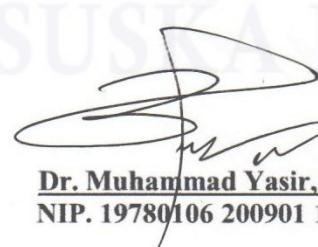
  
**Usman, M. Ag**  
NIP. 19700126 199603 1 002

Pengaji III

  
**H. Fikri Mahmud, Lc. MA**  
NIP. 19680101 202321 1 010

MENGETAHUI

Pengaji IV

  
**Dr. Muhammad Yasir, S.Th.I., MA**  
NIP. 19780106 200901 1 006

Skripsi ini dilindungi Undang-Undang  
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU

KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU  
FAKULTAS USHULUDDIN  
كلية أصول الدين  
FACULTY OF USHULUDDIN

Jl. H.R. Soebrantas No.155 KM.15 Simpang Baru Panam Pekanbaru 28293 PO.Box.1004 Telp. 0761-562223  
Fax. 0761-562052 Web. www.uin-suska.ac.id, E-mail: rektor@uin-suska.ac.id

**Dr. Afrizal Nur., MIS**

DOSEN FAKULTAS USHULUDDIN

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU

**NOTA DINAS**

Perihal Pengajuan Skripsi

Kepada Yth :

Dekan Fakultas Ushuluddin

UIN Sultan Syarif Kasim Riau

di-

Pekanbaru

*Assalamu 'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh*

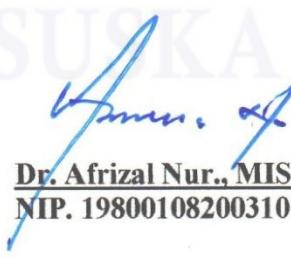
Setelah kami membaca, meneliti, mengoreksi dan mengadakan perbaikan terhadap isi skripsi saudara :

Nama	:	Riskya Safitri Siregar
NIM	:	12130222517
Program Studi	:	Ilmu Al Qur'an dan Tafsir
Judul	:	Konsumsi Makanan Berlebihan Dalam Al-Qur'an Perspektif Tafsir Ilmi Studi Kasus Prader Willi-syndrome dan Binge Eating Disorder

Maka dengan ini dapat disetujui untuk diuji dan diberikan penilaian, dalam sidang ujian Munaqasyah Skripsi Fakultas Ushuluddin UIN Suska Riau.

Demikianlah kami sampaikan dan atas perhatiannya diucapkan terima kasih.

Pekanbaru, 14 Mei 2025  
Pembimbing I

  
**Dr. Afrizal Nur., MIS**  
NIP. 198001082003101001

sidang ujian Munaqasyah Skripsi Fakultas Ushuluddin UIN Suska Riau.

Perijinan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Dr. H. Masyhuri Putra, LC., M.Ag**  
DOSEN FAKULTAS USHULUDDIN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU

**NOTA DINAS**

Perihal: Pengajuan Skripsi

Kepada Yth :  
Dekan Fakultas Ushuluddin  
UIN Sultan Syarif Kasim Riau  
di-  
Pekanbaru

*Assalamu 'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh*

Setelah kami membaca, meneliti, mengoreksi dan mengadakan perbaikan terhadap isi skripsi saudara :

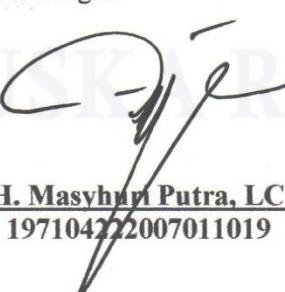
Nama	:	Riskya Safitri Siregar
NIM	:	12130222517
Program Studi	:	Ilmu Al Qur'an dan Tafsir
Judul	:	Konsumsi Makanan Berlebihan Dalam Al-Qur'an Perspektif Tafsir Ilmi Studi Kasus Prader Willi-syndrome dan Binge Eating Disorder

Maka dengan ini dapat disetujui untuk diuji dan diberikan penilaian, dalam sidang ujian Munaqasyah Skripsi Fakultas Ushuluddin UIN Suska Riau.

Demikianlah kami sampaikan dan atas perhatiannya diucapkan terima kasih.

Pekanbaru, 14 Mei 2025

Pembimbing II

  
**Dr. H. Masyhuri Putra, LC., M.Ag**  
NIP. 197104222007011019



## SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertandatangan dibawah ini,

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

<b>Nama</b>	: Riskya Safitri Siregar
<b>Nim</b>	: 12130222517
<b>Tempat/Tgl. Lahir</b>	: Tapanuli Selatan, 16 Desember 2001
<b>Fakultas</b>	: Ushuluddin
<b>Program Studi</b>	: Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir
<b>Judul Skripsi</b>	: Konsumsi Makanan Berlebihan Dalam Al-Qur'an Perspektif Tafsir Ilmi Studi Kasus <i>Prader Willi-Syndrome</i> dan <i>Binge Eating Disorder</i>

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa:

1. Penulisan Skripsi dengan judul sebagaimana tersebut di atas adalah hasil pemikiran dan penelitian saya sendiri.
2. Semua kutipan pada karya tulis saya ini sudah disebutkan sumbernya.
3. Oleh karena itu Skripsi saya ini, saya nyatakan bebas dari plagiat.
4. Apa bila dikemudian hari terbukti terdapat plagiat dalam penulisan Skripsi saya tersebut, maka saya besedia menerima sanksi sesuai peraturan perundang-undangan.

Demikianlah Surat Pernyataan ini saya buat dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari pihak manapun juga.

Pekanbaru, 01 Mei 2025

Yang membuat pernyataan



**Riskya Safitri Siregar**  
**12130222517**

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## MOTTO

الَّذِينَ ءَامَنُواْ وَتَطْمَئِنُ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللّٰهِ ۝ أَلَا بِذِكْرِ اللّٰهِ تَطْمَئِنُ الْقُلُوبُ

*“Orang-orang yang beriman dan hati mereka manjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram”*

(13: 28)

وَاللّٰهُ خَيْرُ الْمَكَرِينَ

*“And Allah is the Best Of Planners”*

(3: 54)

UIN SUSKA RIAU

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

**2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.**

## KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

*Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh*

Segala puji dan syukur kita ucapkan kehadirat Allah SWT atas segala rahmat dan karunianya lah sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi yang berjudul **“KONSUMSI MAKANAN BERLEBIHAN DALAM AL-QUR’AN PERSPEKTIF TAFSIR ILMI STUDI KASUS PRADER WILLI-SYNDROME DAN BINGE EATING DISORDER”** ini. Shalawat dan salam tidak lupa pula kita hadiahkan ke ruh jungjungan alam, yang telah membawa umat dari alam kebodohan menuju ke alam yang penuh dengan ilmu pengetahuan seperti sekarang ini, yakni nabi besar Muhammad SAW, serta keluarga dan begitu pula para sahabat nya, umumnya kepada kita semua ummat muslim dan muslimat. Skripsi ini disusun untuk melengkapi salah satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana Agama (S. Ag) pada Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir.

Dalam menyelesaikan skripsi ini, penulis melakukan penelaahan melalui berbagai literatur guna melengkapi materi yang diperlukan selama penyusunan skripsi ini. Dalam penyusunan skripsi ini juga pasti akan di dapat kekurangan, baik dari segi penulisan maupun materi yang dimuat. Untuk itu kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan penulis guna menambah wawasan penulis serta perbaikan untuk skripsi ini di kemudian hari. Semoga Allah SWT menurunkan rahmat dan berkah nya kepada kita semua. *Aamiin.*

Penulis mengucapkan beribu-ribu syukur dan menyampaikan ucapan terima kasih yang tak terhingga kepada semua pihak yang selalu memberi motivasi, do'a, serta dukungan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Dengan segala ketulusan penulis sampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Dengan segala kerendahan hati, skripsi ini penulis persembahkan kepada Kedua orang tua tercinta dan terkasih, ayah tercinta Bapak Ali Masron Siregar dan Ibu tercinta Ummi Kalsum Harahap, pahlawan hidupku, yang senantiasa

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

memberikan dukungan dan doa tanpa henti. Kalian adalah sumber inspirasi dan kekuatan terbesar dan alasan ku bertahan dalam setiap langkah perjalanan hidupku, termasuk dalam proses penyelesaian skripsi ini. Terimakasih atas doa, pengorbanan, cinta, kasih sayang, kepercayaan dan dukungan yang tak ternilai harganya. Semoga Allah memberikan umur yang panjang dan berkah, kesehatan, kemudahan, rezeki, dan kebahagian didunia maupun di akhirat kelak.

2. Kepada kakak tercinta, teman, sekaligus sahabat, Derlina Sari Siregar, yang selalu memberikan semangat, motivasi dan nasihat-nasihat kepada penulis. Juga kepada abang Muhammad Saiful, dan keponakan tercinta, Muhammad Farhan Nabil, yang menjadi salah satu penyemangat penulis dalam mengerjakan skripsi ini, agar dapat segera bertemu dan mencerahkan kasih sayang kepada keponakan pertama dan tersayang penulis.
3. Kepada adik-adik tercinta dan terkasih, Mila Hannum Siregar, Winda Lasmi Siregar, Hayatul Hipmi Siregar, Anggi Marito Siregar, Nadia Ali Siregar, yang telah menjadi tempat bertukar pikiran, memberikan semangat, dan selalu menguatkan penulis dalam setiap keadaan, termasuk dalam proses pengerjaan skripsi ini. Terimakasih atas kasih sayang, perhatian, cinta dan canda, serta dukungan yang kalian berikan.
4. Kepada Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim. Prof. Dr. Hairunnas Rajab, M.Ag beserta jajarannya.
5. Kepada Dekan Fakultas Ushuluddin Dr. H. Jamaluddin, M.Us, Wakil Dekan I, Dr. Rina Rehayati, M.Ag, Wakil Dekan II Dr. Afrizal Nur, MIS, dan Wakil Dekan III, Dr. H. M. Ridwan Hasbi, Lc., M.Ag. Kepada Kaprodi Ustadz Dr. Agus Firdaus Chandra, Lc.,MA Dan Ustadz Syahrul Rahman, MA.
6. Kepada Pembimbing Akademik Ustadz H. Agustiar.,M.Ag yang selalu memberi arahan dan masukan kepada penulis dari awal perkuliahan. Terima kasih banyak nasehat, motivasi, dan bimbingannya selama ini yang telah diberikan kepada penulis.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

7. Kepada ustaz Dr. Afrizal Nur.,MIS, dan ustaz Dr .H. Masyhuri Putra LC.M.Ag selaku dosen pembimbing skripsi penulis. Terimakasih yang tak terhingga penulis ucapkan atas segala ilmu, bimbingan, dukungan, arahan, nasehat, waktu serta kesabaran yang telah bapak dan ibu berikan dalam membimbing penulis. Tanpa bimbingan bapak dan ibu, skripsi ini tidak akan dapat diselesaikan sebagaimana mestinya. Semoga Allah membalas jasa-jasa dan kebaikan bapak dan ibu dengan balasan berkali-kali lipat.
8. Kepada seluruh dosen dan staff kampus UIN Suska Riau, terkhusus kepada seluruh dosen Fakultas Ushuluddin yang tidak bisa penulis sebutkan namanya satu-persatu. Terimakasih sebesar-besarnya penulis ucapkan atas ilmu yang sudah diberikan yang tidak termilai harganya. Semoga ilmu yang sudah bapak dan ibu berikan mendapat keberkahan, dan semoga Allah membalas segala kebaikan bapak dan ibu.
9. Kepada Udaq tercinta dan tersayang, Rumberita Siregar. Kepada sepupu tercinta, Aminah Pane, Yanti Okta Via Pane, Elmiana Pane, Ariansyah Pane. Kepada amangboru tersayang, Musliadi Pane, dan bou tersayang dan tercinta, Mahdalena Siregar. Dan kepada seluruh keluarga besar penulis, baik dari pihak ayah dan Ibu yang tidak bisa penulis sebutkan satu-persatu. Terimakasih atas cinta dan dukungan kalian kepada penulis.
10. Kepada teman tersayang, Shaffira Rahmi dan Silvia Ramadhani, teman seperjuangan, teman pertama penulis dalam proses perkuliahan, yang sangat banyak membantu dan medukung penulis. Terimakasih atas waktu yang telah kita lewatkan bersama-sama.
11. Kepada teman terkasih, Siti Aminah dan Siska Anggrayani, teman seperjuangan penulis, tempat penulis berkeluh kesah, meminta saran selama proses perkuliahan dan penggerjaan skripsi. Terimakasih atas bantuan, dukungan, saran dan nasihat, yang sangat berarti bagi penulis.
12. Kepada teman-teman tersayang dan tercinta, teman seperjuangan penulis, Juwita Putri, Meliza Ayu Safitri, Ramisih Ami. Terimakasih atas dukungan

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

dan waktu yang telah kita lewatkan bersama-sama. Semoga segala urusan dan hajat kita dipermudah oleh Allah Swt. Dan kepada seluruh teman-teman tersayang, Prodi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir kelas D angkatan 2021, yang telah membersamai penulis selama proses perkuliahan.

13. Terakhir terima kasih sebanyak-banyaknya kepada diri saya sendiri, Riskya Safitri Siregar, kerena sudah berusaha keras dan berjuang sejauh ini dalam mengemban amanah dalam menyelesaikan persyaratan untuk memperoleh gelar S.Ag tepat waktu. Terima kasih sudah mampu bertahan dengan berbagai cobaan, rintangan dan tantangan hingga akhirnya sampai di titik ini.

Akhirnya, kepada Allah *Subhanahu wa ta'ala* penulis serahkan segalanya serta selalu berdo'a dan memohon petunjuk. Rasa syukur yang teramat besar penulis haturkan kepada nya. Alhamdulillah atas limpahan rahmat, taufik dan hidayah serta pertolongan nya, penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat dan menjadi berkah kepada penulis maupun pembaca. *Amiin ya Rabbal 'alamiin.*

Pekanbaru, 21 Januari 2025

**Riskya Safitri Siregar**  
**NIM. 12130222517**

## DAFTAR ISI

### HALAMAN JUDUL

### SURAT PENGESAHAN

### NOTA DINAS

### SURAT PERNYATAAN

**MOTTO** ..... ii

**KATA PENGANTAR** ..... ii

**DAFTAR ISI** ..... vi

**PEDOMAN TRANSLITERASI** ..... viii

**ABSTRAK** ..... x

**ABSTRACT** ..... xi

**ملخص** ..... xii

**BAB I PENDAHULUAN** ..... 1

    A. Latar Belakang ..... 1

    B. Penegasan Istilah ..... 7

    C. Identifikasi Masalah ..... 8

    D. Batasan Masalah ..... 9

    E. Rumusan Masalah ..... 9

    F. Tujuan dan Manfaat Penelitian ..... 10

    G. Sistematika Penulisan ..... 11

**BAB II KAJIAN TEORITIS** ..... 13

    A. Landasan Teori ..... 13

        1. *Prader Willi-Syndrome dan Binge Eating Disorder* ..... 13

        2. Kesehatan ..... 18

        3. Tafsir Ilmi ..... 23

    B. Literatur Riview ..... 29

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Bak cipta milik UIN Suska Riau	
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>35</b>
A. Jenis Penelitian.....	35
B. Pendekatan Penelitian .....	35
C. Sumber Data.....	36
D. Teknik Pengumpulan Data.....	36
E. Teknik Analisis Data.....	37
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN ANALISIS .....</b>	<b>38</b>
A. Penafsiran QS. Al-A'raf [7]: ayat 31 Mengenai Larangan Mengkonsumsi Makanan Berlebihan Perspektif Tafsir Ilmi .....	38
B. Kontekstualisasi QS. al-A'raf 31 Terhadap <i>Pradar Willi Syndrome</i> dan <i>Binge Eating Disorder</i> .....	55
<b>BAB V PENUTUP .....</b>	<b>71</b>
A. Kesimpulan .....	71
B. Saran.....	72
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>73</b>
<b>BIODATA PENULIS.....</b>	<b>79</b>

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**PEDOMAN TRANSLITERASI**

Pengalihan huruf Arab-Indonesia dalam penulisan ini berdasarkan atas Surat Keputusan Bersama (SKB) Menteri Agama dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia, tanggal 22 Januari 1988, No. 158/ 1987 dan 0543.b/ U/ 1987, sebagaimana yang tertera dalam buku Pedoman Transliterasi Bahasa Arab (A Guide to Arabic Transliteration), INIS Fellow 1992.

**A. Konsonan**

Arab	Latin	Arab	Latin
ـ	A	ـ	Th
ــ	B	ــ	Zh
ـــ	T	ـــ	'
ــــ	Ts	ــــ	Gh
ـــــ	J	ـــــ	F
ــــــ	H	ــــــ	Q
ـــــــ	Kh	ـــــــ	K
ــــــــ	D	ــــــــ	L
ـــــــــ	Dz	ـــــــــ	M
ــــــــــ	R	ــــــــــ	N
ـــــــــــ	Z	ـــــــــــ	W
ــــــــــــ	S	ــــــــــــ	H
ـــــــــــــ	Sy	ـــــــــــــ	'
ــــــــــــــ	Sh	ــــــــــــــ	Y
ـــــــــــــــ	Dl		

**B. Vokal, Panjang dan Diftong**

Setiap penulisan bahasa arab dalam bentuk tulisan latin vokal *fathah* ditulis dengan "a", *kasrah* dengan "i", *dalimmah* dengan "u", sedangkan bacaan panjang masing-masing ditulis dengan cara berikut:

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Vokal (a) panjang =	Â	misalnya	قال	menjadi qâla
Vokal (i) panjang =	î	misalnya	قيل	menjadi qîla
Vokal (u) panjang =	Û	misalnya	دون	menjadi dûna

Khusus untuk bacaan ya' nisbat, maka tidak boleh digantikan dengan "i", melainkan tetap ditulis dengan "iy" agar dapat menggambarkan ya' nisbat diakhirnya begitu juga untuk suara diftong, wawu dan ya' setelah *fathah* ditulis dengan "aw" dan "ay". Perhatikan contoh berikut:

Diftong (aw) =	أ	misalnya	قول	menjadi qawlun
Diftong (ay) =	إ	misalnya	خير	menjadi khayru

**C. Ta' marbûthah (ة)**

*Ta' marbutah* ditransliterasikan dengan "t" jika berada ditengah kalimat, tetapi apabila *Ta' marbutah* tersebut berada diakhir kalimat, maka ditransliterasikan dengan menggunakan "h" misalnya الرسالة للمدرسة menjadi *al-risalat li al-mudarrisah*, atau apabila berada ditengah-tengah kalimat yang terdiri dari susunan *mudlaf ilayh*, maka ditransliterasikan dengan menggunakan *t* yang disambungkan dengan kalimat berikutnya, misalnya في رحمة الله menjadi *fi rahmatillah*.

**D. Kata sandang dan Lafadh al-jalâlah**

Kata sandang berupa "al" (ال) ditulis huruf kecil, kecuali apabila terletak diawal kalimat, sedangkan kata "al" dalam lafadhd *jalâlah* yang berada ditengah-tengah kalimat yang disandarkan (*idhafah*) maka dihilangkan. Perhatikan contoh-contoh berikut ini:

1. Al- imam al-Bukhâriy mengatakan.....
2. Al-Bukhâriy dalam muqaddimah kitabnya menjelaskan.....
3. Masyâ' Allâh kâna wa mâ lam yasya' lam yakun.

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## ABSTRAK

Skripsi ini berjudul **“Konsumsi Makanan Berlebihan dalam Al-Qur'an Perspektif Tafsir Ilmi Studi Kasus Prader Willi-Syndrome dan Binge Eating Disorder.”** Penelitian ini dilatarbelakangi oleh kesenjangan antara perintah dalam QS. al-A'raf ayat 31 untuk tidak berlebihan dalam makan, dengan kenyataan meningkatnya penyakit seperti obesitas yang sebagian besar disebabkan oleh konsumsi makanan yang berlebihan. Namun, tidak semua perilaku makan berlebihan disebabkan oleh hawa nafsu semata, melainkan ada juga yang disebabkan oleh faktor tertentu, seperti *Prader Willi-Syndrome* (PWS) dan *Binge Eating Disorder* (BED). Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menafsirkan QS. al-A'raf: 31 melalui perspektif Tafsir Ilmi, menjelaskan dampak makan berlebihan terhadap kesehatan, serta menganalisis secara kontekstual apakah PWS dan BED termasuk dalam makan berlebihan yang dimaksud dalam ayat tersebut. Penelitian ini menggunakan metode kepustakaan (library research) dengan pendekatan kualitatif, tafsir Ilmi, dan ilmu kesehatan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa menurut Tafsir Ilmi, QS. al-A'raf: 31 mengandung anjuran untuk menjalankan pola diet seimbang sesuai kebutuhan kalori tiap individu. Berlebihan dalam makan juga dikaitkan dengan perilaku jahiliyah yang mengharamkan makanan yang dihalalkan Allah seperti daging, lemak, *bahirah*, *saibah*, *wasilah* dan *hammy*. Ayat ini menekankan larangan makan berlebihan sebagai bentuk syukur, menjauhkan diri dari sifat boros, sombong dan hedon. Meskipun PWS dan BED melibatkan konsumsi makanan berlebihan, secara kontekstual keduanya tidak termasuk dalam makan berlebihan yang dimaksud dalam ayat tersebut, karena keduanya disebabkan oleh faktor genetik dan psikologis, serta memerlukan penanganan medis dan dukungan serta pemantauan dari pihak keluarga, berbeda dengan orang yang makan berlebihan karena dorongan hawa nafsu dan tidak mensyukuri nikmat Allah Swt.

Kata Kunci: Makan berlebihan, QS. al-A'raf: 31, *Pradar Willi Syndrome, Binge Eating Disorder*, Kontekstual ayat

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**ABSTRACT**

This research was entitled “The Excessive Food Consumption in Al-Qur'an from *Tafsir Ilmi* Perspective: A Case Study of *Prader-Willi Syndrome* and *Binge Eating Disorder*”. The research was instigated with the discrepancy between Al-Qur'an commands in Surah Al-A'raf [7]:31 prohibiting the eating excessively. The increasing reality of diseases such as obesity is mostly caused by excessive food consumption. However, not all overeating behavior is only caused by lust, but some are caused also by certain factors, such as Prader Willi-Syndrome (PWS) and Binge Eating Disorder (BED). Therefore, this research aimed at interpreting Surah Al-A'raf [7]:31 through *Tafsir Ilmi* Perspective, explaining the health impacts of overeating, and analyzing contextually whether PWS and BED are included in the overeating referred to the verse. It was library research with qualitative approach, *Tafsir Ilmi*, and health sciences. The research findings showed that, according to *Tafsir Ilmi*, Surah Al-A'raf [7]:31 encourages a balanced dietary pattern according to each individual's calorie needs. Overeating is also associated with *jahiliyyah* practices, such as forbidding foods that Allah has made lawful such as meat, fat, and specific animals (*bahirah*, *saibah*, *wasilah*, and *hammy*). The verse emphasized that avoided excess in eating as a form of gratitude, and as a means to distance oneself from wastefulness, arrogance, and hedonism. Although both PWS and BED involved the excessive food consumption, contextually they are not included in the type of overconsumption condemned by the verses. These conditions were caused by genetic and psychological factors, and required medical treatment and family support and monitoring. This contrasts with people who eat excessively because of lust and are not grateful for the blessings of Allah Almighty.

**Keywords:** Excessive Eating, Surah Al-A'raf [7]:31, Prader-Willi Syndrome, Binge Eating Disorder, Contextual Verse

## الملخص

هذا البحث بعنوان "الإفراط في استهلاك الطعام في القرآن من منظور التفسير العلمي، دراسة حالة متلازمة برادر ويلي وأضطراب الشراهة في تناول الطعام". انطلق هذا البحث من ظاهرة التعارض بين نهي القرآن في سورة الأعراف الآية ٣١ بعدم الإفراط في تناول الطعام، وحقيقة أن أمراضًا مثل السمنة ناتجة في الغالب عن الإفراط في استهلاك الطعام. ومع ذلك، ليست كل سلوكيات الإفراط في تناول الطعام صادرة عن الشهوة وحدها، ولكن بعضها ناتج عن عوامل معينة، مثل *Prader Willi-Syndrome* (حالة متلازمة برادر ويلي) و *Binge Eating Disorder* (اضطراب الشراهة في تناول الطعام). لذلك، يهدف هذا البحث إلى تفسير سورة الأعراف: ٣١ من خلال منظور تفسير علمي، لشرح تأثير الإفراط في تناول الطعام على الصحة، بالإضافة إلى تحليل السياق ما إذا كان الأشخاص ذوي الإفراط في تناول الطعام المشار إليه في الآية. يستخدم هذا البحث طريقة البحث المكتبي مع المنهج النوعي والتفسير العلمي والعلوم الصحية. ونتائج البحث تشير إلى أن حسب التفسير العلمي لسورة الأعراف: ٣١ تحتوي على توصيات باتباع نظام غذائي متوازن وفقاً لاحتياجات كل فرد من السعرات الحرارية. يرتبط الإفراط في تناول الطعام أيضاً بسلوك الجاهلية الذي يحرم الأطعمة التي أحلها الله مثل اللحوم والدهون والبحيرة والسيبة والوسيلة والحمي. تؤكد هذه الآية على تحريم الإفراط في تناول الطعام بشكل من أشكال الامتنان، والنأي عن الإسراف والفخور واللذة. على الرغم من أن الأشخاص ذوي الإعاقة والأسرة ينطويان على استهلاك مفرط للطعام، إلا أنهما لا يشملان في الإفراط في تناول الطعام المشار إليه في الآية، لأن كلاهما ناتج عن عوامل وراثية ونفسية، ويطلب علاجاً طبياً ودعمًا ومراقبة من الأسرة، على عكس الأشخاص الذين يقرضون في تناول الطعام بسبب الشهوة ولا يشعرون بالامتنان لنعم الله سبحانه وتعالى.

الكلمات المفتاحية: الإفراط في تناول الطعام، سورة الأعراف: ٣١، متلازمة برادر ويلي،  
اضطراب الشراهة في تناول الطعام، سياق الآيات

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang

Makanan dan minuman kini telah melampaui peran mereka sebagai kebutuhan mendasar yang harus dipenuhi untuk keberlangsungan hidup manusia. Makanan dan minuman telah memasuki wilayah global *lifestyle* yang menjadi bagian dalam hidup modern<sup>1</sup>. Budaya modern ini mengalami perkembangan yang sangat pesat, terutama dalam tiga aspek utama, yaitu makanan, *fashion*, dan hiburan. Khusus untuk budaya makanan dan minuman, aspek ini telah menjadi elemen yang sangat mencolok di masyarakat, termasuk di kalangan umat Islam<sup>2</sup>. Konsumsi makanan dan minuman kini tidak hanya didorong oleh rasa lapar yang sejatinya merupakan dorongan alami dan kebutuhan dasar setiap makhluk hidup, tetapi lebih dipengaruhi oleh faktor *eksternal* seperti tren dan budaya. Misalnya, pilihan makanan sering kali lebih ditentukan oleh popularitas suatu tren di media sosial atau budaya selebritas.

Pergeseran pola konsumsi masyarakat Indonesia menuju makanan cepat saji, praktis, dan tinggi lemak, serta diiringi dengan minimnya aktivitas fisik seperti olahraga atau jalan kaki, telah meningkatkan *prevalensi* penyakit tidak menular, seperti obesitas, kanker paru-paru, penyakit jantung, gangguan pencernaan, stroke, dan berbagai komplikasi kesehatan lainnya yang berpotensi fatal. Salah satu penyebabnya adalah disebabkan kemudahan akses dan rasa yang lezat membuat banyak orang memilihnya daripada makanan rumahan yang lebih sehat. Hal ini

UIN SUSKA RIAU

<sup>1</sup> Afdal Kasim, "Kajian Pendidikan Islam tentang Pengaruh Makanan Haram terhadap Perilaku Anak", Fakultas Agama Islam, Makassar 2017, hlm 24-25.

<sup>2</sup> Ibid, hlm 26.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

menunjukkan urgensi perubahan gaya hidup menuju pola makan seimbang dan peningkatan aktivitas fisik untuk mencegah peningkatan penyakit tidak menular<sup>3</sup>.

Data tahun 2016 menunjukkan lebih dari 340 juta anak dan remaja (usia 5-19 tahun) di dunia mengalami kelebihan berat badan atau obesitas. Di Indonesia, masalah ini juga serius. Riset Kesehatan Dasar 2018 mencatat 9,2% anak dan remaja mengalami obesitas, dengan angka yang lebih tinggi (11,9% *overweight* dan 10,5% *obesitas*) di daerah perkotaan. Salah satu penyebab utama adalah konsumsi makanan dan minuman yang berlebihan, ditambah gaya hidup *sedentari*. Pertumbuhan industri makanan dan minuman manis, serta kemudahan aksesnya, memperparah situasi ini. Penelitian menunjukkan hubungan yang kuat antara konsumsi minuman manis dengan kegemukan dan risiko penyakit metabolik. Tren konsumsi makanan cepat saji dan minuman manis di kalangan remaja semakin mempersulit upaya pencegahan. Kemudahan memesan makanan secara online dan penggunaan teknologi yang minim aktivitas fisik, semakin meningkatkan risiko *obesitas*, *prediabetes*, dan *diabetes melitus*<sup>4</sup>.

Menurut Badan Pusat Statistik tahun 2021, berdasarkan data Riskesdas (Riset Kesehatan Dasar) menunjukkan peningkatan prevalensi obesitas pada penduduk Indonesia berusia di atas 18 tahun antara tahun 2016-2018 berdasarkan jenis kelamin. Pada laki-laki, prevalensi obesitas meningkat dari 24,00% pada tahun 2016 menjadi 26,60% pada tahun 2018. Sementara itu, pada perempuan, peningkatan prevalensi obesitas terjadi dari 41,60% pada tahun 2016 menjadi 44,40% pada tahun 2018<sup>5</sup>.

<sup>3</sup> Surya Nika Suharjo and Agung Harianto, "Perbedaan Gaya Hidup Sehat dan Sikap terhadap Makanan Organik dari Generasi Baby Boomers, X, dan Y di Surabaya," Vol. 5, No. 1 (2019), hlm 45–58.

<sup>4</sup> Asriati, "Analisis Perilaku Konsumsi Makanan dan Minuman Manis terhadap Prediabetes Remaja di Kota Jayapura," *Preventif: Jurnal Kesehatan Masyarakat* Vol 14, No. 3 (2023), hlm 495–511.

<sup>5</sup> Badan Pusat Statistik, *Prevalensi Obesitas pada Penduduk Umur > 18 Tahun Menurut Jenis Kelamin, 2016-2018*, November 2021.

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

Peningkatan *prevalensi obesitas* secara global, terutama di kalangan anak muda, berkaitan erat dengan faktor lingkungan dan gaya hidup. Perkembangan teknologi dan globalisasi, memberikan kemudahan akses terhadap makanan yang melimpah, makanan tinggi kalori, murah dan mudah didapat, mendorong untuk mengkonsumsi makanan secara berlebihan dan tidak seimbang yang melampaui batas kebutuhan harian tubuh (surplus kalori). Kondisi ini diperparah oleh berkurangnya aktivitas fisik, dan gaya hidup *sedentary*. Kombinasi dari asupan kebutuhan kalori yang berlebih dan aktivitas fisik yang rendah menjadikan surplus energi yang tersimpan menjadi lemak tubuh dan meningkatkan resiko terjadinya obesitas<sup>6</sup>.

Menjaga kesehatan merupakan aspek fundamental yang dapat dilakukan melalui berbagai upaya, salah satunya adalah dengan memperhatikan pola makan. Pola makan menjadi faktor utama yang menentukan tingkat kesehatan seseorang. Namun, realitanya, masih banyak individu yang belum sepenuhnya memahami ajaran al-Qur'an terkait anjuran pola makan yang seimbang. Salah satu fenomena yang banyak dijumpai di tengah masyarakat, khususnya di Indonesia, adalah kecenderungan untuk mengonsumsi makanan secara berlebihan. Kondisi ini tercermin dari fakta bahwa Indonesia menempati peringkat kedua sebagai negara penghasil sampah makanan terbesar di dunia<sup>7</sup>.

Al-Qur'an juga telah menganjurkan kita untuk mengonsumsi makanan dan minuman yang halal dan baik, namun al-Qur'an juga mengingatkan kita untuk tidak berlebih-lebih dalam makan dan minum tersebut. Karena kebiasaan makan dan minum berlebih-lebih tersebut hanya akan sekadar memuaskan hawa nafsu duniaawi dan tidak menjamin bahwa kita mendapatkan kebahagiaan di akhirat

<sup>6</sup> Agnen Z. Yonatan, "Obesitas di Indonesia: Potensi Krisis Kesehatan di Era Modren?", dikutip dari <https://goodstats.id/article/obesitas-di-indonesia-potensi-krisis-kesehatan-di-era-modern-qYgoj>, Goodstast, 8 September 2024.

<sup>7</sup> Muhammad Naufal Nuruddin Salim dan Dadan Rusmana, "Konsep Pola Makan Menurut Al-Qur'an dalam Kajian Tafsir Tematik," *Islamic Review: Jurnal Riset dan Kajian Keislaman* Vol 11, no. 1 (2022), hlm 74.

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

nantinya<sup>8</sup>. Dalam ajaran Islam, adab dalam mengkonsumsi makanan dan minuman menjadi salah satu aspek penting yang diatur dengan jelas, dengan tujuan untuk menjaga keseimbangan hidup manusia serta memelihara kesehatan jasmani dan rohani. Oleh karena itu, syariat melarang perilaku berlebih-lebihan dalam makan dan minum, mengingat hal tersebut dapat melemahkan kondisi fisik, merusak jiwa, dan menurunkan semangat beribadah kepada Allah SWT.

Adapun firman Allah yang berkaitan dengan larangan makan berlebihan adalah QS. al- A'raf: ayat 31, sebagai berikut :

يَا بَنِي آدَمَ حُذُوا زِينَتُكُمْ عِنْدَ كُلِّ مَسْجِدٍ وَكُلُوا وَاشْرِبُوا وَلَا تُسْرِفُوا ۝ إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ  
 "Wahai anak cucu Adam, gunakanlah pakaian terbaik kalian setiap kali memasuki masjid, makanlah dan minumlah secukupnya, namun jangan berlebihan, karena Allah tidak menyukai orang-orang yang melampaui batas (berlebih-lebihan)."<sup>9</sup>.

Firman Allah SWI "وَكُلُوا وَاشْرِبُوا وَلَا تُسْرِفُوا" "Makanlah dan minumlah, namun jangan berlebihan." Ayat ini menegaskan bahwa Allah membolehkan mengkonsumsi makanan dan minuman selama tetap dalam batas kewajaran. Mengkonsumsi makanan dan minuman secukupnya, sekadar untuk menghilangkan rasa lapar dan dahaga, merupakan anjuran yang sejalan dengan syariat maupun logika. Sebab, menjaga pola konsumsi yang proporsional berperan penting dalam memelihara kesehatan tubuh, jiwa, serta pancaindra. Oleh karena itu, syariat melarang perilaku berlebih-lebihan dalam makan dan minum, mengingat hal tersebut dapat melemahkan kondisi fisik, merusak jiwa, dan menurunkan semangat beribadah kepada Allah SWT<sup>10</sup>.

Rasulullah Saw juga mengajarkan mengenai pentingnya mengkonsumsi makanan secukupnya dan tidak berlebih-lebihan yang dapat menegakkan tulang

<sup>8</sup> Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah* (Jakarta: Lentera Hati, 2002), hlm 197.

<sup>9</sup> Kementrian Agama, *QS. Al-A'raf [7]: Ayat 31* (Jakarta: Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an, 2016).

<sup>10</sup> Abu Abdullah Muhammad bin Ahmad al-Qurthubi, *Tafsir al-Qurthubi Jilid 7 Terjemah Oleh Mahmud Hamid Utsman*, (Jakarta: Pustaka Azzam, 2014), hlm 456.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

punggungnya, yaitu hanya beberapa suapan yang cukup untuk menjaga kekuatan dan stamina tubuh. Dengan cara mengkonsumsi makanan dan minuman sesuai kebutuhan kalori garian masing-msing individu. Kekuatan fisik bukan ditentukan oleh jumlah makanan yang dikonsumsi, melainkan oleh kecukupan gizi yang sesuai dengan kadar dan kebutuhan tubuh. Makan berlebihan justru dapat melemahkan tubuh dan bukan memperkuatnya<sup>11</sup>.

Salah satu hadits yang yang memerintahkan untuk makan secukupnya adalah hadits yang diriwayatkan Imam Ahmad, an-Nasa'i, dan at-Tirmidzi melalui al-Miqdam bin Ma'diyakariba, sebagai berikut:

مَا مَلَأَ ابْنَ آدَمَ وِعَاءً شَرَّاً مِنْ بَطْنِهِ حَسْبٌ ابْنُ آدَمَ أَكْلَاتُ يُقْمِنَ صُلْبُهُ فَإِنْ كَانَ فَاعِلًا لَا مَحَالَةٌ فَشُلُثْ لِطَعَامِهِ وَثُلُثْ لِشَرَابِهِ وَثُلُثْ لِنَفْسِهِ

*“Seburuk-buruk tempat yang diisi oleh manusia adalah perutnya. Cukup bagi manusia makanan yang dapat menegakkan tulang rusuknya. Jika harus mengisi, maka sebaiknya sepertiga untuk makanan, sepertiga untuk minuman, dan sepertiga untuk ruang napas.”* [HR. Imam Ahmad, an-Nasa'i, dan at-Tirmidzi].

Hadis ini menekankan pentingnya kesederhanaan dalam makan dan tidak berlebih-lebihan. Rasulullah Saw bersabda bahwa tidak ada wadah yang lebih buruk bagi manusia daripada perutnya. Rasulullah Saw menganjurkan agar manusia cukup mengonsumsi makanan yang mampu memenuhi kebutuhan dasar tubuh, yaitu untuk menegakkan tulang rusuk (menjaga kekuatan dan kesehatan). Sebagai panduan praktis, beliau menyarankan proporsi ideal: sepertiga untuk makanan, sepertiga untuk minuman, dan sepertiga untuk pernapasan (ruang kosong dalam perut)<sup>12</sup>. Hadis ini mengajarkan pentingnya menjaga keseimbangan dan menghindari sikap berlebihan dalam hal makan dan minum, yang dapat membahayakan kesehatan dan menghambat kejernihan pikiran serta ketaatan kepada Allah.

<sup>11</sup> Majalah Ar-risalah, *Hidupkan Sunnah Pahala Melimpah* (Jawa Tengah, 2019), hlm 23.

<sup>12</sup> Wahbah Zuhaili, *Tafsir Al-Munir Jilid 4 Terjemah Oleh Abdul Hayyie al-Kattani, dkk*, (Jakarta: Gema Insani, 2016), hlm 439.

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Namun, adakalanya konsumsi makanan secara berlebihan bukan hanya disebabkan oleh dorongan hawa nafsu semata, akan tetapi dikarenakan faktor-faktor tertentu, yaitu *Prader-Willi Syndrome* (PWS) dan *Binge Eating Disorder* (BED), keduanya melibatkan konsumsi makanan berlebihan, namun dengan penyebab yang berbeda dan disebabkan oleh faktor tertentu. PWS merupakan gangguan genetik yang menyebabkan rasa lapar tak terkendali, sehingga makan berlebihan bukanlah pilihan, melainkan gejala penyakit. Individu dengan *Prader Willi-Syndrome* (PWS), baik anak-anak maupun orang dewasa, mengalami gangguan pada pengaturan nafsu makan dan kemampuan merasakan rasa kenyang. Hal ini disebabkan oleh disfungsi hipotalamus pada otak, yang berperan penting untuk mengatur rasa lapar dan kenyang. Akibatnya, bayi dengan PWS mungkin tidak menunjukkan tanda-tanda lapar di awal kehidupan, namun seiring pertumbuhan, mereka cenderung mengalami keinginan makan berlebihan secara kompulsif kemudian cenderung makan berlebihan tanpa kontrol jika tidak dipantau<sup>13</sup>.

Adapun BED adalah gangguan mental yang ditandai dengan episode makan berlebihan disertai rasa bersalah. BED merupakan salah satu jenis gangguan perilaku makan yang membuat pengidapnya mengkonsumsi makanan dalam jumlah berlebih (*binge*) dan merasa tidak dapat berhenti makan. jenis gangguan makan tersendiri dan menjadi sorotan penting dalam bidang klinis dan penelitian ilmiah. Gangguan ini didefinisikan sebagai terjadinya episode berulang dari perilaku makan secara berlebihan dalam waktu singkat, yang disertai dengan ketidakmampuan untuk mengendalikan asupan makanan dalam jumlah besar. Episode ini umumnya terjadi paling sedikit satu kali dalam seminggu selama periode tiga bulan berturut-turut<sup>14</sup>. Mempertimbangkan penyebab dan karakteristik

<sup>13</sup> Marlene Rodrigues et al., "Prader-Willi Syndrome: An Underrecognized Cause of Hypotonia?," *Journal of Pediatric and Neonatal Individualized Medicine* Vol 7, No. 1 (2018), hlm 2.

<sup>14</sup> Ivany Lestari Goutama and Arlends Chris, "Prevalensi dan Faktor-Faktor yang Memengaruhi Terjadinya Binge Eating Disorder pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Angkatan 2014," *Tarumanagara Medical Journal* Vol 3, No. 1 (2021), hlm 323.

PWS dan BED, penulis ingin mengkaji pandangan QS. al-A'raf 31 secara kontekstual terhadap kedua kasus tersebut.

Maka dari itu, penulis merasa perlu mengkaji mengenai larangan mengkonsumsi makanan secara berlebihan dalam QS. al-A'raf [7]: ayat 31, dalam perspektif Tafsir Ilmi, mengingat tafsir ilmi adalah metode penafsiran ayat al-Qur'an dengan pendekatan ilmu pengetahuan, dan pendekatan ilmu kesehatan serta mengaitkannya dengan *Prader Willi-Syndrome* dan *Binge Eating Disorder* secara kontekstual. Dengan harapan adanya penelitian ini, pembaca dapat lebih memahami mengenai larangan mengkonsumsi makanan dalam QS. al-A'raf ayat 31 dan dapat menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari serta mengkaji apakah *Prader Willi Syndrome* dan *Binge Eating Disorder* secara kontekstual termasuk kedalam makan berlebihan yang dimaksud dalam QS. al-A'raf: 31 dengan sebuah skripsi yang bejedul **“Konsumsi Makanan Berlebihan Dalam Al-Qur'an Perspektif Tafsir Ilmi Studi Kasus Pradar Willi Syndrome dan Binge Eating Disorders”**

## B. Penegasan Istilah

### 1. Prader Willi-Syndrome

Menurut Internasional *Prader Willi-Syndrome* Organisation (IPWSO), PWS merupakan kelainan genetik langka yang disebabkan oleh ketidakmampuan tubuh untuk mengekspresikan gen yang seharusnya aktif dari kromosom 15 yang diwarisi dari ayah. Individu dengan *Prader Willi-Syndrome* (PWS), baik anak-anak maupun orang dewasa, mengalami gangguan pada pengaturan nafsu makan dan kemampuan merasakan rasa kenyang. Hal ini disebabkan oleh disfungsi hipotalamus pada otak, yang berperan penting untuk mengatur rasa lapar dan kenyang<sup>15</sup>.

### 2. Binge Eating Disorder

*Binge Eating Disorder* (BED) merupakan gangguan makan yang ditandai dengan perilaku makan secara berlebihan tanpa kendali, meskipun individu

<sup>15</sup> Internasional *Prader Willi-Syndrome*, dikutip dari: <https://ipwso.org/>, diakses Maret 2025.

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

sudah merasa kenyang atau tidak memiliki keinginan untuk makan. BED termasuk dalam kategori gangguan pola makan di mana penderitanya mengalami episode makan dalam jumlah besar (binge) disertai perasaan tidak mampu menghentikan diri<sup>16</sup>.

#### 3. Perspektif

Menurut definisi dari Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), perspektif merupakan usaha untuk menggambarkan sesuatu pada permukaan datar sebagaimana yang terlihat oleh mata telanjang dengan tiga dimensi, yaitu dimensi panjang, lebar, dan tinggi. Selain itu, perspektif juga dapat diartikan sebagai sudut pandang atau pandangan<sup>17</sup>.

#### 4. Tafsir Ilmi

Tafsir ilmi adalah tafsir atau penafsiran ayat-ayat al-Qur'an yang secara aktif menggunakan istilah dan konsep dari berbagai disiplin ilmu-ilmu pengetahuan dalam menjelaskan ayat-ayat al-Qur'an<sup>18</sup>.

### C. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, penulis merumuskan sejumlah permasalahan yang berkaitan dengan penelitian ini, yaitu sebagai berikut:

1. Prinsip-prinsip al-Qur'an tentang pola makan dan minum yang sehat dan larangan makan berlebihan.
2. Kurangnya kesadaran serta edukasi dalam masyarakat mengenai pentingnya pola makan yang sehat, termasuk makan berlebihan.
3. Pola makan yang tidak sehat dan berlebihan dapat mempengaruhi kesehatan mental maupun fisik.

<sup>16</sup> Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan, "Binge Eating Disorder," dikutip dari [https://yankes.kemkes.go.id/view\\_artikel/2266/binge-eating-disorder](https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/2266/binge-eating-disorder), diakses hari Jum'at, tanggal 17 Januari 2025.

<sup>17</sup> Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), "Pengertian Perspektif", dikutip dari: <https://www.kbbi.web.id/perspektif>, diakses Maret 2025.

<sup>18</sup> Asep Sulhadi, "Tafsir Ilmi: Sejarah dan Konsepsinya," *Samawat: Journal of Hadith and Qur'anic Studies* Vol 6, No. 01 (2022), hlm 2.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

4. Pengaruh media sosial terhadap pola makan yang tidak sehat dan berlebihan dikalangan masyarakat.
5. Peningkatan masalah kesehatan akibat mengkonsumsi makanan yang tidak sehat dan makan berlebihan.
6. Perilaku hidup bersih dan sehat merupakan langkah yang sangat penting untuk mencapai kesehatan secara optimal.
7. Penafsiran Mufassir terhadap ayat tentang larangan mengkonsumsi makanan berlebihan dan pola makanan sehat dalam al-Qur'an.

**D. Batasan Masalah**

Di dalam al-Qur'an terdapat ayat-ayat yang berkaitan dengan makanan, seperti ayat-ayat yang membahas mengenai makanan halal, makanan haram, makanan thayyib, pola makanan, konsep makanan dan lain sebagainya. Dalam hal ini, penelitian ini hanya berfokus kepada ayat yang berkaitan dengan larangan mengkonsumsi makanan secara berlebihan, dan berfokus kepada QS. al-A'raf: 31 saja, serta penafsirannya menurut pandangan Tafsir Ilmi, dalam Tafsir al-Jawahir (karya Tanthawi Jauhari), Tafsir Ilmi Kemenag Makanan dan Minuman, Tafsir Tahrir wa al-Tanwir (karya Ibnu 'Asyur), dampak makan berlebihan terhadap kesehatan, dan kontekstual QS. al- A'raf [7]: ayat 31 terhadap kasus *Pradar Willi Syndrome* dan *Binge Eating Disorder*.

**E. Rumusan Masalah**

Berlandaskan pemaparan latar belakang serta identifikasi masalah yang telah dijelaskan sebelumnya, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana Penafsiran QS. al-A'raf : ayat 31 perspektif Tafsir Ilmi?
2. Bagaimana kontekstualisasi QS. al-A'raf [7]: ayat 31 mengenai larangan makan berlebihan Perspektif tafsir Ilmi terhadap kasus *Pradar Willi Syndrome* (PWS) dan *Binge Eating Disorder* (BED) ?

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**F. Tujuan dan Manfaat Penelitian**

Mengacu pada judul, rumusan masalah, serta latar belakang yang telah dipaparkan, tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui Penafsiran QS. al-A'raf : 31 perspektif Tafsir Ilmi.
2. Untuk mengetahui kajian kontekstual penafsiran QS. al-A'raf [7]: ayat 31 mengenai larangan makan berlebihan perspektif Tafsir Ilmi terhadap kasus *Pradar Willi Syndrome* (PWS) dan *Binge Eating Disorder* (BED).

Penulis berharap bahwa hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi yang bermanfaat bagi pihak lain, baik dalam aspek teoritis maupun praktis:

1. Secara Teoritis :
  - a. Untuk menambah wawasan keilmuan al-Qur'an dan meningkatkan pola pikir penulis dalam bidang Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir.
  - b. Untuk mengembangkan keilmuan al-Qur'an dan sebagai sumbangsi pemikiran.
  - c. Untuk mengetahui mengenai kasus *Pradar Willi Syndrome* (PWS) dan *Binge Eating Disorder* (BED), dan QS. al-A'raf [7]: ayat 31 secara kontekstual terhadap kasus tersebut.
2. Secara Praktis :
  - a. Untuk memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar Sarjana, pada jurusan Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir Fakultas Ushuluddin Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
  - b. Sebagai rujukan bagi para akademisi dalam membuat karya ilmiah, khususnya yang berkaitan tentang larangan mengkonsumsi makanan secara berlebihan dalam al-Qur'an dan kaitannya terhadap kesehatan.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**G. Sistematika Penulisan**

Untuk menguraikan permasalahan yang telah dijelaskan sebelumnya, penulis menyusun kerangka pembahasan yang terorganisir dengan baik, sehingga pembahasan menjadi lebih terfokus dan mudah dipahami. Adapun sistematika penulisan skripsi ini disusun sebagai berikut:

**BAB I PENDAHULUAN**, terdiri dari latar belakang Masalah: mencakup mengenai pola makan yang tidak sehat dan konsumsi makanan berlebihan yang menyebabkan peningkatan prevalensi penyakit seperti obesitas yang tidak sesuai dengan ajaran QS. al-A'raf ayat 31, penegasan istilah: menjelaskan istilah yang terdapat didalam judul, identifikasi masalah: menjelaskan permasalahan yang berkaitan dengan topik yang dibahas, yaitu tentang larangan mengkonsumsi makanan berlebihan, batasan masalah: memperjelas fokus penelitian, yaitu berfokus kepada konsumsi makanan berlebihan dalam QS. al-A'raf 31 perspektif Tafsir Ilmi, rumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian, serta sistematika penulisan.

**BAB II KAJIAN TEORITIS**, Terdiri dari kerangka teori: mencakup pengertian makanan, makan dalam al-Qur'an, pengertian dan macam-macam kesehatan, pengertian tafsir ilmi, tafsir al-Jawahir, tafsir Ilmi Kemenag, dan tafsir Tahrir wa al-Tanwir, dan tinjauan penelitian yang relevan, yang bertujuan untuk menghindari terjadinya pengulangan penelitian.

**BAB III METODE PENELITIAN**, Merupakan langkah-langkah atau alur yang ditempuh oleh penulis untuk mempermudah meneliti kajian ini secara mendalam. Terdiri dari: jenis penelitian: yaitu library research, pendekatan penelitian: yaitu pendekatan tafsir ilmi, sumber data: yaitu tafsir al-Jawahir, tafsir Ilmi Kemenag, tafsir Tahrir wa al-Tanwir, dan berbagai literatur yang berkaitan dengan topik yang dibahas, teknik pengumpulan data, dan teknik analisis data.



©

Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**BAB IV HASIL PENELITIAN DAN ANALISIS**, merupakan bab inti dalam penelitian ini, yang terdiri dari penafsiran QS. al-A'raf: 31 mengenai larangan mengkonsumsi makanan berlebihan perspektif Tafsir Ilmi, dalam hal ini mencakup tiga tafsir, yaitu dalam tafsir al-Jawahir, tafsir Ilmi Kemenag, dan tafsir Tahrir wa al-Tanwir, kemudian dampak mengkonsumsi makanan berlebihan terhadap kesehatan, seperti obesitas dan hipertensi, serta *Pradar Willi Syndrome* (PWS) dan *Binge Eating Disorder* (BED).

**BAB V PENUTUP**, merupakan bab terakhir dalam penelitian ini, yaitu terdiri dari kesimpulan dan saran kepada pembaca dan penulis selanjutnya yang akan membahas tema yang berkaitan dengan penelitian ini.

## BAB II

### KAJIAN TEORITIS

#### A. Landasan Teori

##### 1. *Prader Willi-Syndrome dan Binge Eating Disorder*

###### a. *Prader Willi-Syndrome (PWS)*

*Prader Willi-Syndrome* (PWS) merupakan kelainan genetik langka dan kompleks yang memengaruhi banyak sistem tubuh. PWS terjadi karena masalah pada pencetakan genom, yakni proses yang mengatur ekspresi gen berdasarkan asal (ibu atau ayah). Secara spesifik, PWS disebabkan oleh ketidakmampuan tubuh untuk mengekspresikan gen-gen yang seharusnya aktif dari kromosom 15 yang diwarisi dari ayah<sup>19</sup>.

Prevalensi PWS diperkirakan antara 1 dari 20.000 hingga 1 dari 25.000 kelahiran, dengan insiden tahunan sekitar 1 dari 30.000 kelahiran. Kriteria diagnosis PWS pertama kali dirumuskan oleh Holms pada tahun 1981, dan kemudian disempurnakan pada tahun 1993. Diagnosis PWS yang pasti didasarkan pada pemeriksaan genetik. Metode utama adalah analisis metilasi DNA, yang diikuti dengan Fluorescence In-Situ Hybridization (FISH) untuk mendeteksi delesi kromosom 15. Jika FISH tidak menunjukkan delesi, maka dilakukan analisis mikrosatelit Polymerase Chain Reaction (PCR) untuk mendeteksi disomi uniparental maternal atau mutasi pada pusat pencetakan genom. Meskipun diagnosis genetik mutlak, temuan klinis tetap penting sebagai indikasi awal untuk mencurigai adanya PWS<sup>20</sup>.

<sup>19</sup> Kibret Enyew Belay et al., “A 14-Year-Old Male Patient with Diagnosis of Prader–Willi Syndrome in Ethiopia: A Case Report,” *Journal of Medical Case Reports* Vol 17, No. 1 (2023), hlm 1–4.

<sup>20</sup> Marlene Rodrigues et al., “Prader-Willi Syndrome: An Underrecognized Cause of Hypotonia?,” *Journal of Pediatric and Neonatal Individualized Medicine* Vol 7, No. 1 (2018), hlm 1–5.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Bayi dengan *Prader-Willi Syndrome* (PWS) umumnya memiliki berat lahir, panjang badan, dan indeks massa tubuh yang lebih rendah (15-20%) dibandingkan saudara kandung mereka yang sehat. Perkembangan motorik mereka juga lebih lambat, membutuhkan waktu dua kali lebih lama untuk mencapai tonggak perkembangan seperti duduk dan berjalan. Perkembangan awal dicapai pada rata-rata dua kali lebih lama dari usia normal (misalnya duduk pada usia 12 bulan, berjalan pada usia 24 bulan<sup>21</sup>.

Meskipun sebagian kecil mengalami gangguan bahasa dan apraksia, banyak penderita PWS justru memiliki kemampuan verbal yang baik, meskipun seringkali dengan masalah artikulasi. Pada kasus PWS (*Prader-Willi Syndrome*), *apraksia* yang mungkin muncul biasanya berkaitan dengan kesulitan mengoordinasikan gerakan-gerakan halus, seperti menulis atau makan dengan rapi. Ini bukan berarti mereka tidak bisa melakukan gerakan tersebut, tetapi gerakan mereka mungkin terlihat kaku, tidak terkoordinasi, atau membutuhkan usaha lebih besar daripada biasanya. Saat bersekolah, variasi tingkat disabilitas intelektual dan gangguan belajar terlihat; beberapa anak bahkan memiliki IQ normal<sup>22</sup>.

Menurut Internasional *Prader Willi-Syndrome* Organisation (IPWSO), Individu dengan *Prader Willi-Syndrome* (PWS), baik anak-anak maupun orang dewasa, mengalami gangguan pada pengaturan nafsu makan dan kemampuan merasakan rasa kenyang. Hal ini disebabkan oleh disfungsi hipotalamus pada otak, yang berperan penting untuk mengatur rasa lapar dan kenyang. Akibatnya, bayi dengan PWS mungkin tidak menunjukkan tanda-tanda lapar di awal kehidupan, namun seiring pertumbuhan, mereka cenderung mengalami keinginan makan berlebihan secara kompulsif kemudian cenderung makan berlebihan tanpa kontrol jika tidak dipantau<sup>23</sup>.

<sup>21</sup> Audrey Desiree dan Giovanni Reynaldo, “*Diagnosis dan Tatalaksana Sindrom Prader-Willi*,” *Fakultas Kedokteran* Vol 9, No. 1 (2021), hlm 653–657.

<sup>22</sup> Ibid, hlm 657.

<sup>23</sup> Internasional *Prader Willi-Syndrome*, dikutip dari: <https://ipwso.org/>, diakses Maret 2025.

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Tanpa pengawasan dan kontrol yang ketat terhadap asupan makanan, individu dengan *Prader Willi-Syndrome* dapat mengalami obesitas yang berat dan berbagai komplikasi kesehatan lain disebabkan dengan konsumsi makanan yang berlebihan disebabkan sulitnya mengontrol rasa lapar.

Alih-alih memandang *Prader Willi-Syndrome* sebagai sindrom makan berlebihan, lebih tepat untuk memahaminya sebagai sindrom “kelaparan” yang terus-menerus. Kerusakan pada hipotalamus mencegah mekanisme pengaturan rasa kenyang berfungsi normal. Otak terus menerus mengirimkan sinyal “lapar” tanpa henti, sehingga dorongan untuk makan mengalahkan segala hal lainnya. Ketika makanan tersedia, godaannya sangat kuat dan hampir tidak mungkin untuk ditolak<sup>24</sup>.

Penderita PWS tidak hanya makan berlebihan karena kurangnya kontrol, tetapi karena mereka terus-menerus merasa “lapar” dan didorong oleh kebutuhan yang kuat untuk mencari dan mengonsumsi makanan.

Defisiensi hormon pertumbuhan (GHD) sering ditemukan pada *Sindrom Prader-Willi*. Awalnya, GHD pada penderita PWS diketahui melalui tes stimulasi hormon pertumbuhan. Namun, karena PWS ditandai dengan penurunan produksi hormon pertumbuhan, terapi hormon pertumbuhan (GHT) biasanya dimulai setelah usia tertentu. Di Korea, GHT untuk penderita PWS ditanggung asuransi mulai usia 2 tahun. Para ahli umumnya merekomendasikan GHT sebelum munculnya obesitas, idealnya sebelum usia 2 tahun<sup>25</sup>.

Meskipun hasil penelitian sedikit berbeda, hampir semua penderita PWS menunjukkan penurunan spontan produksi hormon pertumbuhan dan kadar IGF-1 yang rendah. Sekitar 80% menunjukkan penurunan signifikan kadar GHD dibandingkan populasi anak-anak pada umumnya. Namun, persentase

<sup>24</sup> Internasional *Prader Willi-Syndrome*, dikutip dari: <https://ipwso.org/>, diakses Maret 2025.

<sup>25</sup> Aram Yang, “*Prader-Willi Syndrome and Growth Hormone Therapy: Exploring the Precise Management of Hypothalamic Short Stature: a Review*,” *Precision and Future Medicine* Vol 7, No. 3 (2023), hlm 107–116.

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

penderita PWS dengan GHD bervariasi (40%-100%), perbedaan ini disebabkan oleh beberapa faktor seperti jenis dan metode tes stimulasi yang tidak terstandarisasi, perbedaan batasan diagnostik antar negara, dan pengaruh obesitas terhadap hasil tes. Rentang normal kadar hormon pertumbuhan juga bervariasi sesuai usia<sup>26</sup>.

#### b. *Binge Eating Disorder (BED)*

Menurut Kementerian Kesehatan, *Binge Eating Disorder (BED)* merupakan gangguan makan yang ditandai dengan perilaku makan secara berlebihan tanpa kendali, meskipun individu sudah merasa kenyang atau tidak memiliki keinginan untuk makan. *BED* termasuk dalam kategori gangguan pola makan di mana penderitanya mengalami episode makan dalam jumlah besar (*binge*) disertai perasaan tidak mampu menghentikan diri. Secara umum, hampir setiap orang pernah mengalami makan berlebihan sesekali, seperti saat menikmati hidangan di hari libur. Namun, ketika perilaku makan berlebihan ini terjadi secara berulang dan dirasakan tidak terkendali, hal tersebut bisa menjadi indikasi adanya *Binge Eating Disorder*. Penderita *BED* sering kali merasa malu atau bersalah atas kebiasaan makannya yang tidak terkendali dan mungkin berupaya untuk menghentikannya. Meski demikian, perasaan kompulsif atau dorongan yang tidak dapat dihindari sering kali muncul, sehingga kebiasaan makan berlebihan tetap berlanjut<sup>27</sup>.

*Binge Eating Disorder (BED)*, yang sebelumnya termasuk dalam kategori *Eating Disorder Not Otherwise Specified (EDNOS)*, kini telah diakui sebagai jenis gangguan makan tersendiri dan menjadi sorotan penting dalam bidang klinis dan penelitian ilmiah. Gangguan ini didefinisikan sebagai terjadinya episode berulang dari perilaku makan secara berlebihan dalam waktu singkat, yang disertai dengan ketidakmampuan untuk mengendalikan

<sup>26</sup> Ibid.

<sup>27</sup> Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan, “*Binge Eating Disorder*,” dikutip dari [https://yankes.kemkes.go.id/view\\_artikel/2266/binge-eating-disorder](https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/2266/binge-eating-disorder), diakses hari Jum’at, tanggal 17 Januari 2025.



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

asupan makanan dalam jumlah besar. Episode ini umumnya terjadi paling sedikit satu kali dalam seminggu selama periode tiga bulan berturut-turut<sup>28</sup>.

Menurut *American Psychiatric Association*, *Binge Eating Disorder* adalah sebagai berikut:

*“Episode berulang dari makan lebih banyak makanan secara signifikan dalam waktu yang sangat singkat dari pada yang akan dimakan kebanyakan orang dalam situasi yang sama, ditandai dengan adanya episode makan yang ditandai dengan perasaan tidak memiliki kendali. Seseorang dengan Binge Eating Disorder dapat makan terlalu cepat, bahkan ketika dia sedang tidak lapar. Orang tersebut mungkin memiliki perasaan bersalah, malu, atau jijik, dan mungkin makan sendirian untuk menyembunyikan perilaku tersebut. Gangguan ini dikaitkan dengan adanya tekanan yang nyata dan terjadi, rata-rata setidaknya sekali dalam seminggu selama tiga bulan.”*<sup>29</sup>

Adapun kriteria Diagnostik *Binge Eating Disorder* adalah sebagai berikut:

- a. Mengkonsumsi sejumlah besar makanan dalam rentang waktu tertentu (misalnya dalam dua jam), dengan jumlah yang secara signifikan melebihi porsi makan yang umumnya dikonsumsi oleh kebanyakan orang dalam kondisi serupa pada rentang waktu yang sama.
- b. Timbulnya perasaan kehilangan kendali atas perilaku makan selama suatu episode makan, seperti ketidakmampuan untuk menghentikan makan atau mengendalikan jenis maupun jumlah makanan yang dikonsumsi.
- c. Episode pesta makan berhubung dengan 3 atau lebih hal berikut:

<sup>28</sup> Ivany Lestari Goutama and Arlends Chris, “Prevalensi dan Faktor-Faktor yang Memengaruhi Terjadinya Binge Eating Disorder pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Angkatan 2014,” *Tarumanagara Medical Journal* Vol 3, No. 1 (2021), hlm 323.

<sup>29</sup> JanieLoubser, “*Binge Eating : Breaking the Cycle A Self-Help Guide towards Recovery* *Binge Eating : Breaking the Cycle A Self-Help Guide towards Recovery*,” *Think Bodywhys* (2015), hlm 3.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- 1) Mengonsumsi makanan dengan kecepatan yang jauh lebih cepat dibandingkan biasanya.
  - 2) Makan hingga mencapai rasa kenyang yang tidak nyaman.
  - 3) Mengonsumsi makanan dalam jumlah besar meskipun tidak merasa lapar secara fisik.
  - 4) Makan seorang diri karena merasa malu terhadap jumlah makanan yang dikonsumsi.
  - 5) Mengalami perasaan jijik terhadap diri sendiri, depresi, atau rasa bersalah yang sangat kuat setelah melakukan pesta makan.
  - 6) Episode pesta makan tersebut terjadi rata-rata setidaknya satu kali dalam seminggu selama periode tiga bulan berturut-turut.
- d. Dalam kasus ini, episode pesta makan tidak disertai dengan perilaku kompensasi yang tidak sesuai secara berulang, sebagaimana dijumpai pada individu dengan Bulimia Nervosa. Selain itu, perilaku pesta makan tersebut tidak berlangsung secara eksklusif selama periode Bulimia Nervosa maupun Anoreksia Nervosa<sup>30</sup>.

Periode waktu yang berbeda dalam Binge Eating Disorder (BED) merujuk pada durasi yang relatif singkat, umumnya kurang dari dua jam, tanpa adanya batasan kapan individu mulai makan kembali. Seseorang yang mengalami binge eating di sebuah restoran, misalnya, dapat melanjutkan konsumsi makanan setelahnya di rumah. Di sisi lain, konsumsi camilan (snacking) dalam porsi kecil yang dilakukan sepanjang hari tidak dikategorikan sebagai binge eating.<sup>31</sup>.

## 2. Kesehatan

### a. Pengertian Kesehatan

Kesehatan merupakan anugerah dari Tuhan yang menjadi landasan dari segala nikmat dan kemampuan yang kita miliki. Kesehatan yang kita miliki

<sup>30</sup> Ibid, hlm 4.

<sup>31</sup> Kimberly A. Brownley et al., "Binge-Eating Disorder in Adults a Systematic Review and Meta-Analysis," *Annals of Internal Medicine* Vol 165, No. 6 (2016), hlm 903.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

tidak hanya memengaruhi kemampuan fisik kita saja, tetapi juga berdampak pada kualitas hidup secara keseluruhan. Ketika kita merawat kesehatan dengan baik, maka kita dapat menjalani kehidupan dengan lebih produktif, bahagia, dan bermakna. Kesehatan yang optimal memungkinkan kita untuk mengejar impian, mencapai tujuan kita<sup>32</sup>. Sehingga, hendaklah tiap-tiap orang untuk senantiasa bersyukur atas anugerah kesehatan yang diberikan oleh Tuhan dengan cara merawatnya secara optimal, bahkan berupaya untuk terus meningkatkannya secara berkelanjutan.

Seseorang yang mengalami sakit adalah individu yang tidak dapat berfungsi dengan normal dalam kehidupan sehari-harinya, baik karena kondisi fisik yang tidak sehat maupun gangguan mental yang dialaminya. Harawi menegaskan bahwa kesehatan tidak hanya mencakup dimensi fisik, mental, dan sosial, tetapi juga meliputi aspek spiritualitas sebagai bagian integral dari kesejahteraan. Indikator kesehatan alami, menurutnya, mencakup pola pikir yang sehat, perilaku yang seimbang, pola makan yang teratur, serta aktivitas fisik yang harmonis<sup>33</sup>.

Kesehatan fisik dan mental seseorang memiliki kaitan yang erat dengan dimensi spiritualnya. Al-Balkhi merupakan tokoh pelopor dalam kajian yang mengaitkan antara aspek fisik dan psikis dalam konteks penyakit, sebagaimana dijelaskan dalam karyanya *Masalih al-Abdan wa al-Anfus* (Kesehatan Jasmani dan Ruhani). Ia mengkritisi praktik kedokteran pada masanya yang cenderung hanya memusatkan perhatian pada gangguan fisik, tanpa mempertimbangkan kondisi mental dan emosional pasien. Menurut Al-Balkhi, kesehatan yang hakiki hanya dapat dicapai melalui keseimbangan antara fisik dan mental. Ia menegaskan bahwa penyakit fisik dapat berdampak pada penurunan fungsi kognitif serta mengurangi kualitas hidup, sedangkan gangguan kejiwaan dapat

<sup>32</sup>Santosa Giriwijoyo, *Ilmu Kesehatan Olahraga*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2013), hlm 23.

<sup>33</sup> Endang Sulistyowati dan Jumarodin, *Pelatihan Metode Pengobatan Islam*, (Yogyakarta: Diva Press, 2008), hlm 209-210.

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

menghilangkan keceriaan dan bahkan menjadi pemicu munculnya penyakit fisik<sup>34</sup>.

#### b. Macam-macam Kesehatan

##### 1) Kesehatan Fisik

Kesehatan fisik merujuk pada segala aspek yang berkaitan dengan kondisi tubuh secara jasmani. Terdapat berbagai upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kesehatan fisik, antara lain melalui aktivitas fisik seperti olahraga, pemenuhan kebutuhan nutrisi yang seimbang, serta menjaga kesehatan mental. Dalam konteks tertentu, kesehatan juga kerap disamakan dengan kebugaran. Kebugaran jasmani merupakan indikator penting yang mencerminkan kemampuan seseorang dalam menjalankan aktivitas sehari-hari secara optimal. Selain menjadi salah satu penentu utama tingkat kesehatan dan daya tahan tubuh, kebugaran fisik juga berkontribusi terhadap kondisi mental. Sebagai contoh, semakin teratur seseorang berolahraga, maka sistem imunnya akan lebih kuat. Selain manfaat fisik, kebugaran jasmani turut memberikan dampak positif terhadap kesehatan mental, termasuk dalam mengurangi stres, kelelahan, hingga risiko depresi<sup>35</sup>.

Kesehatan fisik mengacu pada kondisi di mana tubuh seseorang berada dalam keadaan normal, didukung oleh asupan nutrisi yang cukup, bebas dari penyakit, dan semua organ berfungsi secara optimal. Individu dengan kesehatan fisik yang baik mampu melaksanakan aktivitas fisik dengan lancar dan sistem kekebalan tubuhnya dapat melawan penyakit secara efektif. Melakukan aktivitas fisik secara teratur dan mengonsumsi makanan yang bernutrisi memberikan dampak positif terhadap fungsi otak. Aktivitas fisik dan nutrisi yang seimbang dapat meningkatkan kinerja otak, meningkatkan daya ingat, fokus, dan konsentrasi. Selain itu, kesehatan fisik yang terjaga

<sup>34</sup>Musfichin, “Keseimbangan Badan dan Jiwa Perspektif Abu Zaid Al-Balkhi,” *Jurnal Studi Insania* Vol 7, No. 1 (2019), hlm 74.

<sup>35</sup>Afriyana Amelia Nuryadin, *Dasar Ilmu Kesehatan*, (Klaten: Tahta Media Group, 2022), hlm 46.

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

juga berkontribusi mengurangi risiko gangguan kesehatan mental seperti stres dan kecemasan<sup>36</sup>.

Kesehatan fisik mencakup segala hal yang berkaitan dengan tubuh atau kondisi jasmani seseorang. Berbagai upaya dapat dilakukan untuk meningkatkan kesehatan fisik, seperti berpartisipasi dalam aktivitas fisik dan memastikan asupan nutrisi yang memadai. Kesehatan sering kali diasosiasikan dengan konsep kebugaran, di mana kebugaran fisik menjadi ukuran kemampuan seseorang dalam menjalani kegiatan sehari-hari. Sebagai contoh, dengan rutin berolahraga, seseorang dapat meningkatkan daya tahan tubuhnya. Manfaat kebugaran fisik tidak hanya terasa pada aspek fisik, tetapi juga memberikan dampak positif pada kondisi mental, seperti mengurangi stres, kelelahan, dan bahkan depresi<sup>37</sup>.

#### 2) Kesehatan mental

Kesehatan mental merujuk pada keadaan kesejahteraan mental yang memungkinkan seseorang untuk mengatasi stres kehidupan, menyadari potensi diri, belajar dan bekerja dengan efektif, serta berkontribusi secara positif kepada masyarakat. Banyak gangguan kesehatan mental dapat diobati dengan cara yang efektif dan biaya yang relatif terjangkau, namun sistem layanan kesehatan masih mengalami kekurangan sumber daya yang signifikan, dan terdapat kesenjangan besar dalam penyediaan layanan pengobatan di seluruh dunia<sup>38</sup>.

Kesehatan mental yang baik ditandai dengan kondisi bebas dari gangguan kejiwaan seperti neurosis maupun psikosis, disertai kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan secara adaptif. Individu yang sehat secara mental mampu memenuhi kebutuhan pribadinya, serta

<sup>36</sup>Ina Wati, “Kesehatan dalam Perspektif Al-Qur'an,” Universitas Islam Ar-Raniry Darussalam Banda Aceh, 2019, hlm 76.

<sup>37</sup>Triwibowo, *Pengantar Dasar Ilmu Kesehatan Masyarakat*, (Yogyakarta: Nuha Medika, 2015), hlm 30.

<sup>38</sup>World Health Organization, “Mental Health,” dikutip dari [https://www.who.int/health-topics/mental-health#tab=tab\\_1](https://www.who.int/health-topics/mental-health#tab=tab_1), diakses hari senin, 17 February 2025.,

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

menghadapi stres, konflik, frustrasi, dan berbagai tantangan hidup dengan cara yang sehat dan proporsional. Selain itu, mereka dapat mengoptimalkan potensi yang dimilikinya, mencapai kesejahteraan pribadi, memberikan kontribusi terhadap kebahagiaan orang lain, serta menunjukkan respons positif dalam berbagai situasi kehidupan<sup>39</sup>.

Laporan Forum Ekonomi Dunia tahun 2018 menunjukkan peningkatan gangguan kesehatan mental global, berpotensi merugikan ekonomi dunia hingga \$16 triliun antara 2010 dan 2030 jika dibiarkan. Meskipun peringatan selama dua dekade dan potensi keuntungan ekonomi yang besar, *investasi* dalam kesehatan mental masih rendah. Pengeluaran pemerintah rata-rata hanya 3% dari anggaran kesehatan untuk kesehatan mental, bervariasi antara kurang dari 1% di negara berkembang hingga 5% di negara maju. Investasi sebesar \$147 miliar dibutuhkan antara 2016 dan 2030 untuk meningkatkan akses pengobatan, khususnya *konseling* dan *antidepresan*, namun WHO pada tahun 2019 melaporkan bahwa setiap dolar yang diinvestasikan dalam perawatan penyakit mental umum menghasilkan pengembalian empat kali lipat berupa peningkatan kesehatan dan produktivitas<sup>40</sup>.

Survei global menunjukkan peningkatan signifikan dalam program kesehatan mental. Sebanyak 101 negara (68% negara responden, atau 52% negara anggota WHO) memiliki setidaknya dua program promosi dan pencegahan kesehatan mental yang aktif di berbagai sektor, naik dari 41% pada tahun 2014. Dari 420 program yang dilaporkan, fokus utamanya adalah peningkatan kesadaran (18%), pencegahan berbasis sekolah (17%), dan pencegahan bunuh diri (15%). Lebih lanjut, 54 negara (39% negara responden, atau 28% negara anggota WHO) mengintegrasikan dukungan kesehatan mental dan *psikososial* dalam kesiapsiagaan bencana. Terakhir,

<sup>39</sup>Purmansyah Ariadi, "Kesehatan Mental dalam Perspektif Islam," *Syifa Medika: Jurnal Kedokteran dan Kesehatan* Vol 3, No. 2 (2003), hlm 121.

<sup>40</sup>Christopher Dowrick, dkk, *World Mental Health Day 2020 Mental Health for All: Greater Investment-Greater Access*, *World Federation For Mental Health*, 2020, hlm 11.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

tingkat bunuh diri global menurun 10% sejak 2013, dari 10 per 100.000 penduduk menjadi 9 per 100.000 penduduk pada tahun 2019<sup>41</sup>.

### 3. Tafsir Ilmi

#### a) Pengertian Tafsir Ilmi

Tafsir ilmi merupakan metode penafsiran ayat-ayat al-Qur'an dengan menggunakan pendekatan ilmu pengetahuan sebagai salah satu aspek yang terkandung dalam ajaran al-Qur'an. Pendekatan ini tidak hanya menekankan pada pemahaman tekstual semata, tetapi juga mengaitkannya dengan berbagai disiplin ilmu. Dengan demikian, seorang mufasir berupaya mengungkap makna ayat-ayat al-Qur'an melalui metode ilmiah yang berlandaskan pada prinsip-prinsip ilmu pengetahuan<sup>42</sup>.

Tafsir Ilmi merupakan istilah baru dalam disiplin ilmu tafsir al-Qur'an yang tidak dikenal pada masa-masa awal perkembangan studi tafsir. Tafsir ini berkembang sebagai salah satu cabang ilmu tafsir modern pada akhir abad ke-19 hingga awal abad ke-20. Dalam penggunaannya, istilah tafsir Ilmi memiliki variasi penyebutan tergantung pada bahasa yang digunakan, dalam bahasa Arab dikenal dengan istilah tafsir ilmi atau *tafsir tajribi*, dalam bahasa Inggris disebut *Scientific Exegesis* atau *Scientific Interpretation*, sedangkan dalam bahasa Melayu disebut *tafsir Sains* atau *tafsir Saintifik*.<sup>43</sup>

Husain Adz-Dzahabi, mendefinisikan tafsir ilmi sebagai berikut:

الْتَّفْسِيرُ الَّذِي يُحْكَمُ الْأَصْبَاحُ الْعِلْمِيَّةُ فِي عِبَارَاتِ الْقُرْآنِ وَيَجْهَهُ فِي اسْتَخْرَجِ مُخْتَلِفِ

الْعُلُومُ وَالآرَاءِ الْفَلْسَفِيَّةِ مِنْهَا

“*Tafsir ilmi* adalah adalah *tafsir* atau penafsiran ayat-ayat al-Qur'an yang secara aktif menggunakan istilah dan konsep dari berbagai disiplin ilmu-ilmu pengetahuan dalam menjelaskan ayat-ayat al-Qur'an. *Tafsir ilmi* bertujuan

<sup>41</sup>World Health Organization, *Mental Health Atlas 2020*, WHO Publication, 2021, hlm 4.

<sup>42</sup>Badri Khaeruman, “Sejarah Perkembangan Tafsir Al-Qur'an”, (Bandung: Pustaka Setia, 2004), hlm 108.

<sup>43</sup>Nor Shamimi Mhod, dkk, “Pendefinisian Semula Istilah Tafsir 'Ilmi Re-Definition of the Term Tafsir 'Ilmi (Scientific Exegesis of Al-Qur'an)”, Vol 38, No. 2 (2016), hlm 149–150.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

untuk untuk menggali dan mengungkap dimensi-dimensi keilmuan yang tersirat dalam al-Qur'an, termasuk aspek-aspek filosofisnya.<sup>44</sup>

Dalam upaya menjaga kesucian ayat-ayat al-Qur'an, para ulama telah merumuskan sejumlah prinsip dasar dalam penyusunan tafsir ilmiah. Prinsip-prinsip tersebut meliputi perhatian terhadap makna dan kaidah kebahasaan, pemahaman yang utuh terhadap konteks ayat. Selain itu, prinsip lainnya adalah mempertimbangkan kemungkinan adanya berbagai makna dalam satu kata atau ungkapan, memahami seluruh aspek yang berkaitan dengan objek yang dibahas dalam suatu ayat, serta berlandaskan pada fakta ilmiah yang telah terbukti dan mapan<sup>45</sup>.

Corak penafsiran ilmiah mulai berkembang pada masa pemerintahan Dinasti Abbasiyah, terutama di bawah Khalifah al-Ma'mun (w. 853 M), ketika terjadi gerakan besar dalam penerjemahan kitab-kitab ilmiah. Peristiwa ini menandai awal mula pembukuan ilmu agama dan sains. Pada waktu yang bersamaan, tafsir al-Qur'an mulai berkembang menjadi disiplin ilmu yang berdiri sendiri. Upaya penerjemahan tersebut bertujuan untuk mencari keselarasan antara ayat-ayat al-Qur'an dan temuan-temuan ilmiah<sup>46</sup>. Perkembangan ini tercermin dalam kontribusi besar para ilmuwan Muslim di berbagai bidang ilmu, seperti kedokteran yang dipelopori oleh Imam Ibnu Sina, filsafat yang diinisiasi oleh Ibnu Rusdy dan al-Kindi, serta bidang kimia dan kedokteran yang dikembangkan oleh Imam al-Razi, bersama dengan banyak ilmuwan lainnya<sup>47</sup>.

<sup>44</sup> Asep Sulhadi, "Tafsir Ilmi: Sejarah dan Konsepnya," *Samawat: Journal of Hadith and Qur'anic Studies* Vol 6, No. 01 (2022), hlm 2.

<sup>45</sup> Rubini, "Tafsir 'Ilmi," *Jurnal Komunikasi dan Pendidikan Islam* Vol 5, No. 2 (2016), hlm 103.

<sup>46</sup> Ibid, hlm 94-95.

<sup>47</sup> Agus Purwanto, *Ayat-Ayat Semesta*, (Bandung: Mizan, 2015), hlm 21.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**b) Biografi beberapa Tafsir Ilmi****1) Tafsir Ilmi Kemenag Makanan dan Minuman Perspektif Al-Qur'a dan Sains**

Dalam penyusunan tafsir ilmi, Kementerian Agama Republik Indonesia memiliki pendekatan unik dalam menyusun tafsir ilmiah al-Qur'an, khususnya dalam mengaitkan teks suci dengan perkembangan sains dan teknologi. Pendekatan ini berlandaskan pada keyakinan bahwa al-Qur'an senantiasa relevan dengan setiap konteks zaman. Oleh karena itu, penyusunan tafsir ini juga mengakui adanya dinamika perkembangan tafsir al-Qur'an sepanjang sejarah, sebagaimana dicontohkan oleh para ulama terdahulu dengan berbagai karakteristik nya, seperti al-Tha'labi dan al-Khazimi yang menyoroti aspek kisah, serta al-Qurthubi yang menekankan aspek hukum dalam al-Qur'an<sup>48</sup>.

Tim penyusun Tafsir Ilmi Kementerian Agama menekankan pentingnya kesadaran kritis dalam penyusunan karya ini, dengan merujuk pada pandangan an-Najjar, seorang ahli geologi Muslim, sebagaimana disampaikan oleh Kepala Badan Litbang dan Diklat Kementerian Agama Republik Indonesia. An-Najjar mengidentifikasi bahwa terdapat sekitar 750 hingga 1000 ayat al-Qur'an yang memuat isyarat ilmiah, jumlah ini jauh melebihi ayat-ayat yang berkaitan dengan hukum yang hanya berjumlah sekitar 200 hingga 250 ayat. Berdasarkan temuan tersebut, Kepala Badan Litbang dan Diklat Kementerian Agama menyoroti masih minimnya karya-karya ilmiah Islam dibandingkan dengan banyaknya literatur fikih Islam yang telah dihasilkan<sup>49</sup>.

Berdasarkan perspektif ini, bahwa Kementerian Agama Republik Indonesia mendorong adanya kolaborasi akademik antara ilmu pengetahuan dan penafsiran al-Qur'an. Argumentasi utama yang disampaikan menekankan bahwa pendekatan ilmiah terhadap tafsir al-Qur'an mampu

<sup>48</sup> Tim Penyusun Tafsir Ilmi, "Tafsir Ilmi: Makanan dan Minuman Perspektif Al-Qur'an dan Sains", (Jakarta: Lajnah Pentashisan Mushaf Al-Qur'an, 2013), hlm 23.

<sup>49</sup> Ibid, hlm 24.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

mengungkap tanda-tanda kekuasaan Ilahiah. Objektivitas pengamatan dapat dipengaruhi oleh kerangka teoritis dan metodologi yang digunakan, sehingga membentuk konstruksi realitas yang berbeda. Prinsip ini relevan dalam konteks pemahaman dan interpretasi al-Qur'an sebagai teks suci yang mengungkapkan ketetapan-ketetapan Tuhan<sup>50</sup>.

Sebagai lembaga pemerintah yang menaungi sebagian besar ummat Islam di Indonesia, Kementerian Agama Republik Indonesia memiliki tanggung jawab moral dalam memberikan penafsiran al-Qur'an yang bermanfaat bagi masyarakat. Penafsiran al-Qur'an yang dihasilkan oleh Departemen Agama Republik Indonesia merupakan bentuk pengabdian dan diharapkan memberikan kontribusi positif bagi kemajuan umat. Oleh karena itu, penting bagi masyarakat untuk lebih kritis dan mendalam dalam mengkaji metodologi penafsiran al-Qur'an<sup>51</sup>.

## 2) Tafsir Tahrir wa Al-Tanwir (Karya Ibnu 'Asyur)

Ibnu 'Asyur, yang memiliki nama lengkap Muhammad al-Thahir ibn 'Asyur, berasal dari keluarga 'Asyur, sebuah keluarga ternama di Tunis yang dikenal karena prestasi ilmiah dan kedudukan mereka dalam pemerintahan. Ia lahir pada tahun 1879 M atau 1296 H di kota Mousa, yang terletak di wilayah utara Tunisia. Ibnu 'Asyur tumbuh dalam lingkungan keluarga yang sangat menjunjung tinggi nilai-nilai keilmuan, sehingga pendidikan beliau memperoleh perhatian besar dari keluarganya, termasuk dari kakeknya yang pernah menjabat sebagai Perdana Menteri dan Mufti.<sup>52</sup>

Sebelum karyanya ini diterbitkan, Ibnu 'Asyur telah lama menyimpan keinginan untuk menafsirkan al-Qur'an. Ia berupaya memberikan penjelasan kepada umat tentang berbagai hal yang dapat membawa kebahagiaan di dunia

<sup>50</sup> Putri Maydi Arofatur Anhar, dkk, "Tafsir Ilmi: Studi Metode Penafsiran Berbasis Ilmu Pengetahuan pada Tafsir Kemenag", *Prosiding Konferensi Integrasi Interkoneksi Islam dan Sains* Vol 1 (2018), hlm 112-113.

<sup>51</sup> Ibid, hlm 113.

<sup>52</sup> Khaerul Asfar, "Metodologi Tafsir al-Tahrir Wa al-Tanwir Karya Muhammad Tahir Ibnu 'Asyur," *al-Aqwam : Jurnal Studi Al-Quran dan Tafsir* Vol 1, No. 3 (2022), hlm 56–57.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

dan akhirat, dengan membahas aspek kebenaran, akhlak yang luhur, keindahan balaghah al-Qur'an, ilmu syari'at, serta pendapat para mufasir mengenai makna ayat-ayat al-Qur'an. Keinginan ini kerap ia ungkapkan kepada sahabat-sahabatnya, seraya meminta pertimbangan mereka, sehingga tekadnya untuk mewujudkan cita-cita tersebut semakin menguat. Akhirnya, Ibnu 'Asyur memantapkan dirinya untuk menafsirkan al-Qur'an dan memohon pertolongan kepada Allah agar dijauhkan dari kesalahan dalam menjalankan tugas besar ini<sup>53</sup>.

Selain itu, Ibnu 'Asyur ingin mengungkapkan pemahamannya tentang al-Qur'an dengan mengangkat pertanyaan dan persoalan ilmiah yang sebelumnya tidak dijawab oleh ulama-ulama dalam kitab tafsir mereka. Meskipun demikian, Ibnu 'Asyur menekankan bahwa pandangannya ini tidak bersifat mutlak, dan masih terbuka kemungkinan bahwa ulama-ulama lain memiliki pandangan yang serupa dengannya serta menulis tafsir dengan pendekatan yang sama.<sup>54</sup>

Adapun corak pernafsiran kitab *Tafsir Tahrir Wa al-Tanwir* adalah menggabungkan pendekatan *linguistik* (kebahasaan) dan pendekatan ilmiah. Dalam muqaddimah tafsirnya, Ibnu 'Asyur menyatakan ketertarikannya pada makna kata dalam bahasa Arab. Ia ingin menitikberatkan pada kata-kata yang kurang mendapat perhatian dalam kamus bahasa Arab. Selain itu, Ibnu 'Asyur juga banyak memberikan koreksi terhadap pemahaman makna-makna tertentu. Ibnu 'Asyur juga memperhatikan aspek ilmiah dalam penafsirannya, karena al-Qur'an mengandung banyak indikasi ilmiah. Penafsiran dengan pendekatan ini disebut penafsiran ilmiah ('ilm). Biasanya, ia memulai dengan menampilkan ayat yang akan ditafsirkan, lalu membahasnya dari sisi

<sup>53</sup> Muhammad al-Thahir Ibnu 'Asyur, "Tahrir Wa al-Tanwir Jilid 1", (Tunis: Daar al-Tunisiyyah, 1984), hlm 5-6.

<sup>54</sup> Ibid, hlm 7.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

bahasa, dan akhirnya menjelaskan aspek ilmiah yang terkandung di dalamnya<sup>55</sup>.

**c) Tafsir Al-Jawahir (Karya Tanthawi Jauhari)**

Tanahawi Jauhari merupakan ulama terkemuka yang tidak hanya menguasai tafsir al-Quran, tetapi juga memiliki wawasan luas dan pandangan mendalam di bidang ilmu pengetahuan. Kepakarannya dibuktikan dengan posisinya sebagai dosen Filsafat Islam di Universitas al-Mishriyah pada tahun 1912. Beliau dikenal sebagai ilmuwan yang kompeten dan berdedikasi tinggi dalam pengembangan ilmu pengetahuan, aktif berpartisipasi dalam diskusi ilmiah di berbagai disiplin ilmu, terutama yang diminatinya<sup>56</sup>.

Tanahawi Jauhari, seorang intelektual berpengaruh, memberikan kontribusi signifikan dalam menjelaskan metode penafsiran al-Qur'an berdasarkan kitab tafsirnya al-Jawahir. Pandangannya terhadap ilmu pengetahuan semakin besar ketika dirinya sering mengikuti pertemuan dan banyak mendengarkan ceramah-ceramah dimajelis ilmu yang membahas tentang pengetahuan. Pengalamannya mengikuti berbagai pertemuan ilmiah dan ceramah inilah yang kemudian membentuk corak tafsirnya yang unik<sup>57</sup>.

Tafsir al-Jawahir karya Tanahawi Jauhari menggunakan pendekatan ilmiah (*ilmi*) dalam menafsirkan al-Qur'an, yaitu dengan menjelaskan kandungan ayat-ayat al-Qur'an melalui teori dan temuan sains modern. Motivasi utama Tanahawi Jauhari dalam menyusun karya ini berakar dari kecintaannya terhadap keajaiban dan keindahan alam semesta, yang menurutnya jarang mendapatkan perhatian dan perenungan mendalam. Dorongan tersebut menginspirasinya untuk menghasilkan sebuah karya tafsir yang mengintegrasikan ayat-ayat al-Qur'an dengan fenomena-fenomena

<sup>55</sup>Jani Arni, "Tafsir al-Tahrir wa al-Tanwir Karya Muhammad Al-Thahrir ibn Asyur", *Jurnal Ushuluddin* Vol. XVII No. 1 (2011), hlm 91-92.

<sup>56</sup>Hulaimi al-Amin dan Abdul Rasyid Ridho, "Keimahan Ayat-Ayat Penciptaan Manusia," *El-Umdah: Jurnal Uin Mataram* Vol 2, No. 2 (2019), hlm 135-136.

<sup>57</sup>Sulthan Syahril, "Kontroversi para Mufassir Seputar Bi al-Ilmi," *Jurnal Millah* Vol VIII, No. 2 (2009), hlm 228.

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

alam. Oleh karena itu, tafsir ilmi secara khusus berfokus pada penafsiran ayat-ayat yang berkaitan dengan berbagai disiplin ilmu seperti astronomi, geologi, kimia, biologi, kedokteran, fisiologi, matematika, psikologi, ilmu sosial, geografi, dan bidang ilmu lainnya.

Metode atau sistematika pembahasan dalam kitab al-Jawahir adalah, bahwa dalam setiap bagian tafsirnya, Tanthawi Jauhari berusaha membangun kesadaran di kalangan umat Islam bahwa mereka tertinggal dalam bidang ilmu pengetahuan sains, memulai dengan menjelaskan arti secara harfiyah kemudian menjelaskan tafsir lafdziyahnya secara ringkas, penjelasan syarahnya, dan meneliti secara mendalam, menggunakan pendapat para ulama dari Timur maupun Barat, banyak menggunakan ilustrasi visual, mencantumkan secara merata mengenai temuan-temuan ilmu pengetahuan secara ilmiah kemudian disesuaikan terhadap ayat al-Qur'an, dalam beberapa kesempatan, Tanthawi Jauhari sesekali mengutip kepada penjelasan dari kitab Injil Barnabas dalam penafsirannya<sup>58</sup>.

## B. Literatur Riview

Untuk mencegah terjadinya pengulangan penelitian dengan judul yang telah ditentukan, penulis melakukan telaah terhadap berbagai literatur dan hasil penelitian yang relevan. Adapun sejumlah penelitian terdahulu yang berkaitan dengan tema ini diantaranya adalah:

1. Skripsi yang disusun oleh Linda Khoirotul Rohmah, dengan judul "Makanan Halal Dan Haram Dalam Tafsir Al-Misbah Perspektif Quraish Shihab" Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir, Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Shiddiq Jember, 2021<sup>59</sup>. Hasil dari penelitian tersebut menunjukkan bahwa penafsiran Quraish Shihab cenderung bersifat rasional dengan corak adabi ijtimai'. Menurut Quraish Shihab, seluruh jenis makanan yang

<sup>58</sup>Siti Fahimah dan Dewi Ayu Lestari, "Al-Jawahir fi Tafsiril al-Qur'anil Karim Karya Tanthawi Jauhari: Kajian Tafsir Ilmi," *al-Furqan: Jurnal Ilmu al-Quran dan Tafsir* Vol 6, No. 1 (2023), hlm 143.

<sup>59</sup> Linda Khoirotul Rohmah, "Makanan Halal Dan Haram Dalam Tafsir Al-Misbah Perspektif Quraish Shihab", UIN Kiai Haji Achmad Shiddiq Jember, 2021.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

diharamkan dalam al-Qur'an tetap haram untuk dikonsumsi, kecuali dalam kondisi darurat. Ia juga menegaskan bahwa tidak semua makanan yang halal secara otomatis baik untuk dikonsumsi, sebab kategori halal dalam Islam terbagi menjadi empat macam, yaitu wajib, sunnah, mubah, dan makruh. Adapun fokus skripsi yang akan diteliti oleh penulis adalah mengenai larangan mengonsumsi makanan secara berlebihan dalam QS. al-A'raf [7]: 31 berdasarkan perspektif tafsir ilmi, dampak konsumsi berlebihan terhadap kesehatan, serta penafsiran kontekstual QS. al-A'raf ayat 31 dalam kaitannya dengan *Prader-Willi Syndrome* dan *Binge Eating Disorder*.

2. Skripsi yang disusun oleh M. Arif Fajar Satrio, dengan judul "Makanan Sehat Dalam Al-Qur'an Perspektif Tafsir Al-Azhar" Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir, Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, 2021<sup>60</sup>. Penelitian tersebut mengemukakan bahwa dalam penafsiran Buya Hamka, konsep makanan diklasifikasikan ke dalam beberapa kategori, yaitu makanan yang menyehatkan, konsumsi makanan secara proporsional sesuai kebutuhan, rasa aman terhadap makanan yang dikonsumsi, makanan sebagai ajakan, sebagai bentuk peringatan, serta sebagai anugerah dari Allah, yang harus diperoleh melalui cara yang halal dan bukan dari praktik yang curang seperti korupsi. Sementara itu, skripsi yang akan ditulis oleh penulis berfokus pada larangan konsumsi makanan secara berlebihan dalam QS. al-A'raf [7]: ayat 31 dari perspektif tafsir ilmi, dampak kesehatan akibat makan berlebihan, serta analisis kontekstual ayat tersebut dalam kaitannya dengan *Prader-Willi Syndrome* dan *Binge Eating Disorder*.
3. Skripsi yang disusun oleh M. Ricky Romadhani, dengan judul "Konsep Makanan Halal Dan Haram Dalam Perspektif Islam dan Kristen (Studi Komparatif)" Program Studi Agama-Agama, UIN Suska Riau, 2021<sup>61</sup>. Temuan dalam penelitian tersebut menunjukkan bahwa dalam Islam,

<sup>60</sup> M. Arif Fajar Satrio, "Makanan Sehat Dalam Al-Qur'an Perspektif Tafsir Al-Azhar", UIN Raden Intan Lampung, 2021.

<sup>61</sup> M. Ricky Romadhani, "Konsep Makanan Halal Dan Haram Dalam Perspektif Islam dan Kristen (Studi Komparatif)", UIN Suska Riau, 2021.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

penetapan status halal dan haram suatu makanan didasarkan pada empat aspek utama, yakni zat dari makanan itu sendiri, cara memperolehnya, proses pengolahannya, serta situasi ketika makanan tersebut dikonsumsi. Sementara itu, dalam pandangan Kristen, penentuan makanan yang diperbolehkan atau tidak didasarkan pada beberapa aspek, seperti zat makanan, sifat dan karakteristiknya, serta sikap penghormatan terhadap makanan. Persamaan antara keduanya terletak pada dasar penilaian terhadap zat makanan, seperti larangan mengonsumsi darah, babi, dan bangkai. Adapun perbedaannya terletak pada cara memperoleh makanan, ciri-ciri serta karakteristiknya, dan kondisi serta proses pengolahannya. Adapun skripsi yang akan diteliti oleh penulis berfokus pada larangan konsumsi makanan secara berlebihan dalam QS. al-A'raf [7]: ayat 31 melalui pendekatan Tafsir Ilmi, pengaruh konsumsi berlebihan terhadap kesehatan, serta analisis kontekstual ayat tersebut terhadap *Prader-Willi Syndrome* dan *Binge Eating Disorder*.

4. Jurnal yang disusun oleh Muhammad Naufal Nuruddin Salim dan Dadan Rusmana, dengan judul “Konsep Pola Makan menurut Al-Qur'an dalam Kajian Tafsir Tematik” Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung , 2022<sup>62</sup>. Jurnal tersebut membahas konsep pola makan dalam al-Qur'an dengan menggunakan pendekatan tafsir tematik. Berdasarkan hasil kajiannya, disimpulkan bahwa hidup sehat dan berkualitas dapat dicapai melalui pengelolaan pola makan yang tepat. Hal ini meliputi penerapan pola makan seimbang, konsumsi makanan bergizi sesuai kebutuhan tubuh, serta mengutamakan makanan yang halalan thayyiban (halal dan baik) sebagaimana diajarkan dalam Islam. Adapun fokus skripsi yang akan diteliti oleh penulis adalah mengenai larangan mengonsumsi makanan secara berlebihan dalam QS. al-A'raf [7]: ayat 31 dengan pendekatan Tafsir Ilmi, dampak konsumsi berlebihan terhadap kesehatan, serta analisis kontekstual ayat tersebut terhadap *Prader-Willi Syndrome* dan *Binge Eating Disorder*.

<sup>62</sup> Muhammad Naufal Nuruddin Salim dan Dadan Rusmana, “Konsep Pola Makan menurut Al-Qur'an dalam Kajian Tafsir Tematik”, Sunan Gunung Djati Bandung , 2022.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

5. Skripsi yang disusun oleh Asep Suheri, dengan judul “Pengaruh Makanan Halal dan Thayyib Terhadap Manusia Dalam Kajian Tafsir Kitab al-Asas Fi al-Tafsir” Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir, UIN Raden Intan Lampung, 2021<sup>63</sup>. Hasil penelitian tersebut mengungkapkan bahwa makanan yang tergolong halal dan thayyib adalah makanan yang memenuhi sejumlah kriteria, yaitu halal secara hukum, terbebas dari unsur syubhat, tidak membahayakan tubuh, akal, maupun jiwa, memiliki cita rasa yang enak, tidak menjijikkan, serta diolah sesuai dengan ketentuan syari'at. Makanan halal dan thayyib juga berperan penting dalam pembentukan kepribadian islami yang senantiasa beramal shaleh, serta menjadi sarana untuk menumbuhkan rasa syukur dan ketaqwaan kepada Allah Swt. Sementara itu, skripsi yang akan penulis teliti berfokus pada larangan mengonsumsi makanan secara berlebihan dalam QS. al-A'raf [7]: ayat 31 melalui pendekatan Tafsir Ilmi, mengkaji dampak konsumsi berlebihan terhadap kesehatan, serta menelaah ayat tersebut secara kontekstual dalam kaitannya dengan *Prader-Willi Syndrome* dan *Binge Eating Disorder*.
6. Jurnal yang disusun oleh Andriyani, dengan judul “Kajian Literatur pada Makanan dalam Perspektif Islam dan Kesehatan” Jurnal Kedokteran dan Kesehatan Vol 15, no. 2 (2019)<sup>64</sup>. Temuan dalam penelitian tersebut menunjukkan bahwa asupan gizi dan kesehatan nutrisi memiliki peran yang sangat vital dalam menjaga dan mempertahankan kondisi kesehatan individu. Berdasarkan studi dalam bidang ilmu kesehatan, diketahui bahwa makanan dapat menjadi salah satu faktor penyebab tersebarnya penyakit. Dalam ajaran Islam, umatnya dianjurkan untuk mengonsumsi makanan dan minuman yang bersifat *halalan thayyiban* (halal dan baik). Sementara itu, fokus skripsi yang akan penulis teliti adalah mengenai larangan mengonsumsi makanan secara berlebihan sebagaimana disebutkan dalam QS. al-A'raf [7]: ayat 31 melalui

<sup>63</sup>Asep Suheri, “Pengaruh Makanan Halal dan Thayyib Terhadap Manusia Dalam Kajian Tafsir Kitab al-Asas Fi al-Tafsir”, UIN Raden Intan Lampung, 2021.

<sup>64</sup>Andriyani, “Kajian Literatur pada Makanan dalam Perspektif Islam dan Kesehatan”, *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan* Vol 15, no. 2 (2019).

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

- pendekatan Tafsir Ilmi, dengan mengkaji dampaknya terhadap kesehatan, serta meninjau ayat tersebut secara kontekstual dalam kaitannya dengan *Prader-Willi Syndrome* dan *Binge Eating Disorder*.
7. Skripsi yang disusun oleh Nur Khalilah dengan judul “Perspektif Al-Qur'an Tentang Makanan Dan Relasinya Dengan Kesehatan (Studi Tafsir Tematik)” Program Studi Ilmu Qur'an dan Tafsir, Universitas Nurul Jadid Paiton Probolinggo, 2020<sup>65</sup>. Dalam skripsi tersebut, penulis mengkaji tema makanan dalam al-Qur'an serta keterkaitannya dengan aspek kesehatan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa al-Qur'an membagi ketentuan hukum makanan menjadi dua kategori, yaitu halal dan haram, yaitu makanan yang berasal dari hewan, seperti daging ternak dan ikan, serta makanan nabati dan makanan olahan. Makanan yang halal dan baik (*halalan thayyiban*) menjadi sumber energi yang dapat menunjang kesehatan tubuh manusia. Adapun skripsi yang akan penulis teliti berfokus pada larangan mengonsumsi makanan secara berlebihan sebagaimana dijelaskan dalam QS. al-A'raf [7]: ayat 31 melalui pendekatan Tafsir Ilmi, serta mengkaji dampak kesehatan dari perilaku tersebut dan relevansinya dengan *Prader-Willi Syndrome* serta *Binge Eating Disorder*.
  8. Skripsi yang disusun oleh Afdal Kasim, dengan judul “Kajian Pendidikan Islam Tentang Pengaruh Makanan Haram Terhadap Perilaku Anak” Program Studi Pendidikan Agama Islam, Universitas Muhammadiyah Makassar, 2019<sup>66</sup>. Berdasarkan hasil penelitian, dalam pandangan Islam, makanan yang diharamkan dikonsumsi diklasifikasikan menjadi dua jenis: *haram lidzatih* dan *haram lighairihi*. Yang pertama merujuk pada keharaman zat makanan itu sendiri, seperti daging babi, sedangkan yang kedua menyangkut makanan yang secara zat halal, namun cara memperolehnya atau mengonsumsinya tidak sesuai syariat. Makanan yang dikonsumsi kemudian akan masuk ke

<sup>65</sup>Nur Khalilah, “Perspektif Al-Qur'an Tentang Makanan Dan Relasinya Dengan Kesehatan (Studi Tafsir Tematik)”, Universitas Nurul Jadid Paiton Probolinggo, 2020.

<sup>66</sup>Afdal Kasim, “Kajian Pendidikan Islam Tentang Pengaruh Makanan Haram Terhadap Perilaku Anak”, Universitas Muhammadiyah Makassar, 2019.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

dalam tubuh dan menyebar melalui aliran darah ke seluruh organ tubuh. Oleh karena itu, apabila yang dikonsumsi adalah makanan yang haram, maka hal tersebut dapat memberikan dampak negatif terhadap organ tubuh dan jiwa seseorang. Misalnya, jika makanan haram tersebut mempengaruhi mata, maka seseorang akan cenderung melihat hal-hal yang dilarang oleh agama; jika mempengaruhi hati, maka hatinya akan kehilangan kemampuan untuk membedakan antara kebaikan dan keburukan. Sementara itu, skripsi yang akan penulis teliti akan menyoroti larangan konsumsi makanan secara berlebihan dalam QS. al-A'raf [7]: ayat 31 dari Perspektif Tafsir Ilmi, termasuk dampaknya terhadap kesehatan, serta relevansi ayat tersebut dengan kondisi *Prader-Willi Syndrome* dan *Binge Eating Disorder*.

Berdasarkan penelitian terdahulu yang telah dipaparkan diatas, belum terdapat penelitian yang secara mendalam yang mengkaji mengenai larangan mengkonsumsi makanan berlebihan dalam QS. al-A'raf 31 dengan pendekatan Tafsir Ilmi dan menggunakan Tafsir al-Jawahir, Tafsir Ilmi kemenag Makanan dan Minuman perspektif Al-Qur'an dan Sains, dan Tafsir Tahrir wa al-Tanwir, dampak mengkonsumsi makanan berlebihan terhadap kesehatan, serta pandangan QS. al-A'raf 31 secara kontekstual terhadap *Prader Willi-Syndrome* dan *Binge Eating Disorder*.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**BAB III****METODE PENELITIAN****A. Jenis Penelitian**

Penelitian ini termasuk dalam kategori penelitian kepustakaan (library research), yaitu metode penelitian yang mengandalkan sumber-sumber tertulis sebagai data utamanya. Dalam pelaksanaannya, penulis mengkaji berbagai literatur yang relevan dengan permasalahan yang diangkat, khususnya kitab-kitab tafsir seperti *Tafsir al-Jawahir* karya Tanthawi Jauhari, *Tafsir Ilmi Kemenag* mengenai makanan dan minuman dalam perspektif Al-Qur'an dan sains, serta *Tafsir al-Tahrir wa al-Tanwir* karya Ibnu 'Asyur. Selain itu, penulis juga merujuk pada buku-buku, jurnal, serta literatur lain yang membahas larangan mengonsumsi makanan secara berlebihan dan dampaknya terhadap kesehatan, termasuk kajian-kajian yang berkaitan dengan *Prader-Willi Syndrome* dan *Binge Eating Disorder*.

**B. Pendekatan Penelitian**

Adapun pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif, yakni suatu metode yang berfokus pada pemahaman secara mendalam terhadap suatu fenomena melalui proses analisis yang bersifat deskriptif. Penelitian ini juga mengadopsi pendekatan tafsir ilmi serta perspektif ilmu kesehatan, dengan cara menafsirkan Surah al-A'raf [7]: ayat 31 melalui pendekatan tafsir ilmi. Penafsiran tersebut merujuk pada beberapa literatur utama, antara lain *Tafsir al-Jawahir* karya Tanthawi Jauhari, *Tafsir Ilmi Kementerian Agama* yang membahas makanan dan minuman dalam perspektif Al-Qur'an dan sains, serta *Tafsir al-Tahrir wa al-Tanwir* karya Ibnu 'Asyur. Selain itu, penelitian ini juga menelaah dampak konsumsi makanan secara berlebihan terhadap kesehatan, serta mengkaji ayat tersebut secara kontekstual dengan gangguan *Pradar Willi Syindrome* dan *Binge Eating Disorder*.

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

### C. Sumber Data

Penelitian ini memanfaatkan dua jenis data, yaitu data primer dan data sekunder. Agar dapat memperoleh informasi yang menyeluruh dalam penyusunan skripsi ini, data dikumpulkan melalui penelaahan terhadap berbagai buku dan materi yang berkaitan dengan topik penelitian. Langkah ini dilakukan guna memastikan bahwa karya ilmiah yang dihasilkan memiliki landasan informasi yang kuat, mendalam, dan komprehensif dan dapat dipertanggungjawabkan.

Adapun sumber **data primer** dalam penelitian ini adalah al-Qur'an, yang dianalisis dengan merujuk pada Tafsir al-Jawahir karya Tanthawi Jauhari, Tafsir Ilmi Kementerian Agama tentang Makanan dan Minuman dalam Perspektif Al-Qur'an dan Sains, serta Tafsir Tahrir wa al-Tanwir karya Ibnu 'Asyur.

Sedangkan sumber **data sekunder** dalam penelitian ini mencakup berbagai buku dan literatur yang berkaitan dengan topik pembahasan, termasuk artikel, skripsi, serta teori-teori ilmiah. Sumber-sumber ini digunakan untuk memperkaya data dan memperdalam analisis terhadap permasalahan yang diteliti, khususnya literatur yang membahas larangan konsumsi makanan secara berlebihan dalam al-Qur'an, dampak makan berlebihan terhadap kesehatan, dan literatur yang berkaitan dengan *Prader Willi-Syndrome* dan *Binge Eating Disorder*. Seluruh data dan referensi yang relevan akan dihimpun dan disusun secara sistematis untuk kemudian dianalisis secara mendalam.

### D. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan metode yang digunakan untuk menghimpun data penelitian dari beragam sumber. Dalam penelitian ini, data dikumpulkan melalui studi kepustakaan dengan meneliti dan menganalisis berbagai literatur, seperti buku, jurnal, skripsi, serta teori-teori ilmiah yang berkaitan dengan topik yang diteliti. Tujuan utamanya adalah untuk memperoleh pemahaman yang komprehensif tentang masalah yang sedang diteliti. Dengan menggunakan metode ini, peneliti dapat mengumpulkan data yang mendalam

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

dan merinci dari berbagai sumber literatur untuk mendukung argumentasi dan temuan dalam karya ilmiah. Selain itu, referensi dan wawasan dari literatur lain juga digunakan sebagai landasan teoritis dan pemahaman yang lebih luas terkait dengan topik penelitian. Hal ini membantu memperkaya analisis data serta memperkuat kesimpulan yang diambil dalam skripsi ini.

**E. Teknik Analisis Data**

Analisis data adalah proses pengolahan, penyajian, dan penafsiran data yang telah dikumpulkan, sehingga informasi tersebut dapat dimengerti oleh pihak lain<sup>67</sup>. Proses analisis data ini merupakan tahap akhir dalam penelitian yang bertujuan untuk memberikan jawaban atas pertanyaan yang diajukan serta mengungkapkan fenomena yang melatarbelakangi penelitian ini.<sup>68</sup>

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis deskriptif, yaitu menjawab permasalahan yang akan diteliti dengan mendeskripsikan serta menganalisis data-data yang diperoleh dari tafsir-tafsir, berbagai buku, artikel dan segala literatur yang berhubungan dengan larangan makan berlebihan dalam al-Qur'an, dampak makan berlebihan terhadap kesehatan, dan literatur-literatur terkait dengan *Prader Willi-Syndrome* dan *Binge Eating Disorder*.

<sup>67</sup> Muhammad Darwin, dkk, *Metode Penelitian Pendekatan Kuantitatif*, (Bandung: CV. Media Sains Indonesia, 2020), hlm 24.

<sup>68</sup> Garaika Darmanah, *Metodologi Penelitian* (Lampung Selatan: CV. Hira Tech, 2019), hlm 76.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**BAB V**  
**PENUTUP****A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dipaparkan sebelumnya, maka penulis mengambil kesimpulan mengenai larangan konsumsi makan berlebihan dalam QS. al-A'raf [7]: ayat 31 perspektif tafsir Ilmi Studi Kasus *Pradar Willi Syndrome* dan *Binge Eating Disorder*, yaitu:

- QS. al-A'raf [7]: ayat 31 perspektif tafsir Ilmi adalah sebagai berikut:
- Merupakan bentuk dari pelaksanaan diet seimbang, yaitu diet makanan sehat dan tidak berlebih-lebihan, artinya tidak hanya cukup untuk mengkonsumsi makanan sehat saja, tetapi harus disesuaikan dengan tingkat kebutuhan tubuh atau *kalori* tiap-tiap individu.
  - Berlebihan dalam makan dalam ayat ini juga termasuk kedalam mengharamkan mengkonsumsi makanan yang dihalalkan oleh Allah SWT, seperti mengharamkan daging dan lemak, *bahirah*, *wasilah*, dan *hammy* seperti yang dilakukan oleh orang-orang jahiliyah dulu.
  - Ayat ini menekankan bahwa larangan mengkonsumsi makanan berlebihan merupakan bentuk kesadaran dan pentingnya rasa syukur dalam menikmati rezeki yang diberikan Allah, serta menjauhkan diri dari sifat pemberoran, *hedon* dan sombong.

Secara kontekstual, QS. al-A'raf: 31, *Prader Willi-Syndrome* dan *Binge Eating Disorder* secara tidak langsung tidak termasuk kedalam konsumsi makan berlebih-lebihan yang dimaksud dalam QS. al-A'raf [7]: ayat 31. Hal ini didukung dengan argumen bahwa pasien dengan *Prader Willi-Syndrome* dan *Binge Eating Disorder* tidak sepenuhnya makan berlebihan yang didasarkan oleh keinginan atau hawa nafsu semata untuk makan berlebihan. penderita *Prader Willi-Syndrome* disebabkan oleh kelainan genetik atau penyakit, penderita *Binge Eating Disorder* disebabkan oleh beberapa faktor, seperti faktor bilogis dan psikologis. Penderita *BED* sebenarnya merasa menyesal



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

ketika mengonsumsi makanan secara berlebihan, tetapi mereka kehilangan kontrol dan kendali untuk berhenti makan berlebihan. Penderita *PWS* dan *BED* membutuhkan perawatan dari pihak medis, seperti kemoterapi dan obat-obatan tertentu, serta membutuhkan perhatian dan pengawasan dari pihak keluarga, berbeda dengan orang-orang normal yang sengaja makan berlebihan, karena didorong oleh hawa nafsu, pemberoran, *hedonisme* dan juga kesombongan, serta tidak mensyukuri nikmat Allah Swt.

#### B. Saran

Setelah mengetahui pemaparan pada skripsi ini, penulis berharap dan menyarankan bahwa sebagai umat Islam, kita wajib mentaati perintah Allah, seperti larangan mengkonsumsi makanan secara berlebihan. Karena mengkonsumsi makanan berlebihan dapat membayakan tubuh dan menimbulkan berbagai macam penyakit, seperti *obesitas* dan *diabetes*.

Adapun untuk penelitian selanjutnya mengenai tema ini, penulis menyarankan untuk meneliti dan membahas lebih dalam dari perspektif tafsir lain dan pendekatan yang lebih luas.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

- Asyur, Muhammad al-Tahir Ibnu. 1984. *Tahrir Wa Al-Tanwir Jilid 8*. Tunis: Daar At-Tunisiyyah.
- Agama, Kementrian. 2016. *QS. Al-A'raf [7]: Ayat 31*. Jakarta: Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an.
- Al-Amin, Hulaimi. "Keimiahan Ayat-Ayat Penciptaan Manusia." *Jurnal Uin Mataram*, Vol 2 No. 2, (2019).
- Al-Qurthubi, Abu Abdullah Muhammad bin Ahmad. 2014. *Tafsir al-Qurthubi Jilid 7 Terjemah Oleh Mahmud Hamid Utsman*. Jakarta: Pustaka Azzam.
- Andriyani. "Kajian Literatur pada Makanan dalam Perspektif Islam dan Kesehatan" *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan* Vol 15, no. 2 (2019).
- Anindyawati, Dita Dyah. "Hubungan Frekuensi Konsumsi Fast Food Aktivitas Fisik dan Tingkat Pendidikan Orang Tua dengan Kejadian Gizi Lebih atau Obesitas," Fakultas Kesehatan Masyarakat, Semarang 2016.
- Anwar, Rosihon. 2006. *Ulumul Qur'an*. Bandung: Pustaka Setia.
- Arni, Jani. "Tafsir al-Tahrir wa al Tanwir Karya Muhammad Al-Thahrir ibn Asyur". *Jurnal Ushuluddin* Vol. XVII No. 1 (2011).
- Ar-risalah, Majalah. 2019. *Hidupkan Sunnah Pahala Melimpah*. Jawa Tengah.
- Ariadi, Purmansyah. "Kesehatan Mental dalam Perspektif Islam." *Syifa Medika: Jurnal Kedokteran dan Kesehatan* Vol 3, No. 2 (2003).
- Asfar, Khaerul. "Metodologi Tafsir Al-Tahrir Wa Al-Tanwir Karya Muhammad Tahir Ibnu 'Asyur." *Al Aqwam : Jurnal Studi Al-Quran dan Tafsir* Vol 1, No. 3 (2022).

©

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Asriati. "Analisis Perilaku Konsumsi Makanan dan Minuman Manis terhadap Prediabetes Remaja di Kota Jayapura." *Preventif: Jurnal Kesehatan Masyarakat* Vol 14, No. 3 (2023).
- Afrilia , Ayu, dkk. "Hubungan Pola Makan dan Aktifitas Fisik terhadap Status Gizi di Siswa Smp Al-Azhar Pontianak." *Pontianak Nutrition Journal (PNJ)* Vol 1, No. 1 (2018).
- Begum, Suraiya et.al, "Prader -Willi Syndrome: Deletion of Chromosome 15q11.2-q13 in Paternal Allele", *Bangladesh Med Res Counc Bull*, 2022.
- Belay, Kibret Enyew, dkk. "A 14-Year-Old Male Patient with Diagnosis of Prader-Willi Syndrome in Ethiopia: A Case Report." *Journal of Medical Case Reports* Vol 17, No. 1 (2023).
- Bray, Brenna et.al, "clinical aspects of binge eating disorder: A cross-sectional mixed-methods study of binge eating disorder experts perspectives", *frontiers in psychiatry*, 2023.
- Brownley, Kimberly, dkk. "Binge-Eating Disorder in Adults a Systematic Review and Meta-Analysis." *Annals of Internal Medicine* Vol 165, No. 6 (2016).
- Darmanah, Garaika. 2019. *Metodologi Penelitian*. Lampung Selatan: CV. Hira Tech.
- Darwin, Muhammad, dkk. 2020. *Metode Penelitian Pendekatan Kuantitatif*. Bandung: CV. Media Sains Indonesia.
- Dewi, Oki Setiana. *Prader Willli Syndrome : 1 Bulan Naik 10 Kg, Berjuang dengan Rasa Lapar, Makan Terus Menerus*, 2021.
- Dowrick, Christopher, dkk. *World Mental Health Day 2020 Mental Health for All: Greater Investment-Greater Access*. World Federation Mental Health, 2020.
- Duis J et.al., "Diagnosis and management of sleep disorders in Prader-Willi syndrome", *J Clin Sleep Med*, Vol 18 No. (6), 2022.

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

- © Hak cipta milik UIN Suska Riau
- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
    - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
    - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
  2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.
- Fahimah, Siti, and Dewi Ayu Lestari. "Al-Jawahir Fi Tafsiril Al-Qur'anil Karim Karya Tanthawi Jauhari: Kajian Tafsir Ilmi." *Al Furqan: Jurnal Ilmu Al Quran dan Tafsir* Vol 6, No. 1 (2023).
- Giriwijoyo, Santosa. 2013. *Ilmu Kesehatan Olahraga*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Goutama, Ivany Lestari, dkk. "Prevalensi dan Faktor-Faktor yang Memengaruhi Terjadinya Binge Eating Disorder pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Angkatan 2014." *Tarumanagara Medical Journal* Vol 3, No. 1 (2021).
- Hanafi, Muchlis M. 2017. *Asbabun Nuzul: Kronologi dan Sebab Turun Wahyu al-Qur'an*. Jakarta: Lajnah Pentashihahan Mushaf al-Qur'an.
- JanieLoubser. "Binge Eating : Breaking the Cycle A Self-Help Guide towards Recovery", *Think Bodywhys* (2015).
- Jauhari, Tantawi. 2004. *Al Jawahir Fi Tafsir Al Qur'an Al Karim Al Mushtamil Ala "Ajaib Bada'i Al Mukawwanat Wa Gharib Al Ayat Al Bahirat Juz Ar Rabi,"*. Beirut: Daar al-Fikr.
- Jumarodin, Endang Sulistyowati. 2008. *Pelatihan Metode Pengobatan Islam*. Yogyakarta: Diva Press.
- Kasim, Afdal. "Kajian Pendidikan Islam tentang Pengaruh Makanan Haram terhadap Perilaku Anak," Fakultas Agama Islam, Universitas Muhammadiyah Makassar, 2017.
- Kesehatan, Direktorat Jendral Pelayanan. "Binge Eating Disorder." Jakarta: Layanan Kesehatan.
- Khairani, Masayu Dian. "Prilaku Hidup Bersih dan Sehat: Perspektif Al-Qur'an dan Sunnah Rasul." *Journal of Darussalam Islamic Studies* Vol 1, No. 1 (2020).
- Kids, Special Books by Special. *Living With Prader-Willi Syndrome (A Hunger*

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

*That Can't Be Satisfied*, 2021.

Kill, Ingryd Eccel et.al, “Síndrome De Prader-Willi: Uma Revisão De Literatura”, *Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação*, Vol 10 No. 11, 2024.

Mhod, Nor Shamimi, dkk. “Pendefinisian Semula Istilah Tafsir ’Ilmi Re-Definition of the Term Tafsir ’Ilmi (Scientific Exegesis of Al-Qur’An)” Vol 38, No. 2 (2016).

Mubasyir, Abdul Azhim Hafna. 2005. *Al-Qur'an Bertutur tentang Makanan dan Obat-Obatan*. Yogyakarta: Mitra Pustaka.

Musfichin. “Keseimbangan Badan dan Jiwa Perspektif Abu Zaid Al-Balkhi.” *Jurnal Studi Insania* Vol 7, No. 1 (2019).

Mustofa, Agus. 2005. *Untuk Apa Berpuasa : Scientific Fasting*. Surabaya: Padma Press.

Nuryadin, Afriyana Amelia. 2022. *Dasar Ilmu Kesehatan*. Klaten: Tahta Media Group.

Organization, World Health. “*Mental Health.*” Accessed February 17, 2025. [https://www.who.int/health-topics/mental-health#tab=tab\\_1](https://www.who.int/health-topics/mental-health#tab=tab_1).

Prameswari, Indira, Putu Arya, dkk. “Hubungan antara Asupan Makanan terhadap Diabetes Mellitus Tipe 2: Sebuah Studi Pustaka.” *Medical Profession Journal of Lampung* Vol 13, No. 1 (2023).

Putra, Wismoyo Nugraha. “The Association Between Dietary Pattern, Physical Activity, Sedentary Activity and Overweight at SMA Negeri 5 Surabaya.” *Jurnal Berkala Epidemiologi* Vol 5, No. 3 (2017).

Reynaldo, Giovanni, Audrey Desiree. “Diagnosis dan Tatalaksana Sindrom Prader-Willi.” *Fakultas Kedokteran* Vol 9, No. 1 (2021).

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.
- RI, Kementerian Agama. 2013. *Tafsir Ilmi Makanan dan Minuman dalam Perspektif Al-Qur'an dan Sains*. Jakarta: Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an.
- Rocha CF and Paiva CL, "Prader-Willi-like phenotypes: a systematic review of their chromosomal abnormalities" *Genetics and Molecular Research*, Vol 13 No (1), 2014.
- Rodrigues, Marlene, dkk. "Prader-Willi Syndrome: An Underrecognized Cause of Hypotonia?" *Journal of Pediatric and Neonatal Individualized Medicine* Vol 7, no. 1 (2018).
- Romadhani, M. "Konsep Makanan Halal dan Haram dalam Perspektif Islam dan Kristen (Studi Komparatif)." Prodi Agama-Agama, UIN Suska Riau, 2021.
- Rubini. "Tafsir 'Ilmi." *Journal Komunikasi dan Pendidikan Islam* Vol 5, No. 2 (2016).
- Salim, Muhammad Naufal Nuruddin, and Dadan Rusmana. "Konsep Pola Makan Menurut Al-Qur'an dalam Kajian Tafsir Tematik." *Islamic Review: Jurnal Riset dan Kajian Keislaman* Vol 11, No. 1 (2022).
- Sarwat, Ahmad. "Ilmu Tafsir: Sebuah Pengantar." *Journal of Chemical Information and Modeling* (2020).
- Shan, Yiyao. "Binge Eating Disorder: Formation and Impact." *Lecture Notes in Education Psychology and Public Media* Vol 7, no. 1 (2023).
- Shihab, Quraish. 2002. *Tafsir Al-Misbah*. Jakarta: Lentera Hati.
- Sholeh, Isnaini Imam Nur. "Studi Fenomenologi Tentang Tentang Makna Perilaku Hidup Sehat Masyarakat Pesisir Pantai Kenjeran Surabaya." *Jurnal Sains dan Seni ITS* Vol 6, No. 1 (2017).
- Suharjo, Surya Nika, dkk. "Perbedaan Gaya Hidup Sehat dan Sikap terhadap Makanan Organik dari Generasi Baby Boomers, X, Dan Y di Surabaya."

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

- Jurnal Manajemen Perhotelan* 5, no. 1 (2019): 45–58.
- Suheri, Asep. “*Pengaruh Makanan Halal dan Thayyib terhadap Manusia dalam Kajian Kitab Al-Asas Fi al-Tafsir.*” Prodi Ilmu Al-Qur’am dan Tafsir, IAIN Raden Intan Lampung, (2020).
- Sulhadi, Asep. “*Tafsir Ilmi: Sejarah dan Konsepsinya.*” *Samawat: Journal of Hadith and Qur’anic Studies* Vol 6, No. 01 (2022).
- Syahril, Sultan. “Kontroversi Para Mufassir Seputar Bi Al-Ilmi.” *Jurnal Millah* Vol VIII, No. 2 (2009).
- Triwibowo. 2015. *Pengantar Dasar Ilmu Kesehatan Masyarakat.* Yogyakarta: Nuha Medika.
- Umapathy, T et.al, “Oral and General Findings: Management of Prader-Willi Syndrome”, *J Indian Acad Oral Med Radiol*, 2018.
- Valdezet, Mariana et.al, “Binge Eating Disorder: an Online Multidisciplinary Approach in Its Treatment, *research square*, 2022.
- Waluyo, Kus Irianto Dan Kusno. 2004. *Gizi dan Pola Hidup Sehat.* Bandung: CV. Yrama Widya.
- World Health Organization. 2021. *Mental Health Atlas 2020. WHO Publication.*
- Yang, Aram. “Prader-Willi Syndrome and Growth Hormone Therapy: Exploring the Precise Management of Hypothalamic Short Stature: A Review.” *Precision and Future Medicine* Vol 7, No. 3 (2023).
- Zuhaili, Wahbah. 2016. *Tafsir Al-Munir Jilid 4 Terjemah Abdul Hayyie al-Kattani, dkk.* Jakarta: Gema Insani.



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## BIODATA PENULIS



Nama	: Riskya Safitri Siregar
Tempat/Tgl. Lahir	: Tapanuli Selatan, 16 Desember 2001
Pekerjaan	: Mahasiswa
Alamat Rumah	: Huta Baru Desa Batang Kumu, Kecamatan Tambusai, Kabupaten Rokan Hulu, Provinsi Riau
No. Telp/HP	: 081261239174
Nama Orangtua/Wali	
Ayah	: Ali Masron Siregar
Ibu	: Ummi Kalsum Harahap

## RIWAYAT PENDIDIKAN

SD	: SDS Bina Bangsa, Kecamatan Tambusai
MTS	: MTS Musthafawiyah Purba Baru, Mandailing Natal
MA	: MA Musthafawiyah Purba Baru, Mandailing Natal
S1	: Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir, UIN SUSKA Riau

## KARYA ILMIAH

UIN SUSKA RIAU