



Revised: Juni 2025	Accepted: Juli 2025	Published: Agustus 2025
------------------------------	-------------------------------	-----------------------------------

Analisis Manfaat Susu Kambing Berdasarkan Hadis dan Relevansinya dengan Kesehatan Modern: Studi Kasus Desa Kedai Durian Deli Tua Deli Serdang

Sarah Putri Wijaya

Universitas Islam Negeri Sumatera Utara

Gmail: sarahputriwijaya@gmail.com

Muhammad Jamil

Universitas Sumatera Utara

Gmail: jamilsiahaan@uinsu.ac.id

Abstract

This study explores the health benefits of goat milk as referenced in Hadith, using Kedai Durian Village in the Deli Tua District as a case study. Employing a qualitative research design, data were collected through in-depth interviews with members of the local community and a comprehensive literature review of Hadith texts pertaining to goat milk. The findings indicate that goat milk contributes positively to human health by enhancing immune function, supporting digestive health, and promoting nutritional balance. Furthermore, residents of Kedai Durian Village who regularly consume goat milk demonstrated a growing awareness of the importance of aligning dietary practices with Islamic teachings. Notably, improvements in health outcomes were observed, with cases of dengue fever (DBD), tuberculosis (TB), gastric ulcers, and high fever reportedly responding positively to the routine intake of goat milk. Based on these findings, the study recommends the broader promotion of goat milk consumption as a means to support public health in accordance with Islamic dietary principles.

Keywords: Goat Milk, Body Health, Hadith, Kedai Durian Village.

Abstrak

Penelitian ini mengkaji manfaat kesehatan susu kambing sebagaimana disebutkan dalam Hadis, dengan studi kasus di Desa Kedai Durian, Kecamatan Deli Tua. Pendekatan penelitian yang digunakan adalah kualitatif, dengan pengumpulan data melalui wawancara mendalam dengan masyarakat setempat serta telaah pustaka terhadap Hadis-hadis yang berkaitan dengan susu kambing. Hasil penelitian menunjukkan bahwa susu kambing memberikan kontribusi positif terhadap kesehatan, antara lain dengan meningkatkan fungsi sistem imun, mendukung kesehatan pencernaan, dan menjaga keseimbangan nutrisi. Selain itu, masyarakat Desa Kedai Durian yang secara rutin mengonsumsi susu kambing menunjukkan peningkatan kesadaran akan pentingnya pola makan sehat yang sesuai dengan ajaran Islam. Secara khusus, ditemukan adanya perbaikan kondisi kesehatan, di mana beberapa penyakit seperti demam berdarah dengue (DBD), tuberkulosis (TBC), tukak

lambung, dan demam tinggi dilaporkan membaik melalui konsumsi rutin susu kambing. Berdasarkan temuan ini, penelitian merekomendasikan promosi konsumsi susu kambing secara lebih luas sebagai bagian dari gaya hidup sehat yang sejalan dengan prinsip-prinsip gizi dalam Islam.

Kata Kunci: *Susu Kambing, Kesehatan Tubuh, Hadis Nabi, Desa Kedai Durian.*

Pendahuluan

Kesehatan tubuh merupakan aset berharga bagi setiap individu. Berbagai upaya dilakukan untuk menjaga dan meningkatkan kesehatan, mulai dari pola makan sehat, olahraga teratur, hingga pemanfaatan pengobatan tradisional. Di tengah beragamnya pilihan tersebut, susu kambing hadir sebagai salah satu alternatif yang menjanjikan. Susu kambing telah lama dikenal memiliki berbagai khasiat bagi kesehatan, dan tradisi mengonsumsinya telah diwariskan dari generasi ke generasi di berbagai belahan dunia, termasuk di Indonesia¹.

Pada penelitian yang dilakukan di Desa Kedai Durian, Kecamatan Deli Tua, banyak masyarakat yang rutin meminum susu kambing setelah ada salah satu warga yang sehat dari penyakit DBD dengan rutin meminum susu kambing. Pengamatan awal menunjukkan bahwa masyarakat di desa ini meyakini bahwa susu kambing memberikan dampak positif bagi kesehatan mereka. Beberapa warga bahkan melaporkan kesembuhan dari penyakit demam berdarah (DBD), TBC, dan demam tinggi setelah mengonsumsi susu kambing secara teratur. Kasus-kasus ini menimbulkan pertanyaan tentang efektivitas susu kambing sebagai terapi pendamping dalam pengobatan penyakit infeksi². Dalam konteks ajaran Islam, susu kambing memiliki tempat tersendiri. Rasulullah saw. diketahui gemar mengonsumsi susu kambing, dan beberapa hadis menyebutkan tentang manfaat susu bagi kesehatan. Hal ini menunjukkan bahwa konsumsi susu, termasuk susu kambing, merupakan bagian dari gaya hidup sehat yang dianjurkan dalam Islam. Namun, perlu dicatat bahwa ajaran Islam juga menekankan pentingnya keseimbangan dan moderasi dalam segala hal, termasuk dalam konsumsi makanan dan minuman³.

Penelitian sebelumnya telah mengkonfirmasi berbagai manfaat susu kambing bagi kesehatan. Susu kambing kaya akan nutrisi penting seperti protein, kalsium, magnesium, fosfor, dan potasium. Selain itu, susu kambing memiliki sifat anti-inflamasi alami dan mengandung asam lemak esensial yang bermanfaat bagi tubuh. Kandungan lemaknya lebih mudah dicerna dibandingkan susu sapi, sehingga cocok untuk orang yang memiliki masalah pencernaan⁴. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa susu kambing dapat membantu

¹ Widi Dewi Ruspitasari, Mega Mirasaputri Cahyanti, and Pipit Rosita Andarsari, "Pentingnya Menjaga Kesehatan Ibu dan Anak di Era Pandemi Covid 19 di Akbid Sakinah Pasuruan," *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2021, <https://doi.org/10.32815/jpm.v2i2.381>.

² Galih Ayu Kinteki, Heni Rizqiati, and Antonius Hintono, "Pengaruh Lama Fermentasi Kefir Susu Kambing Terhadap Mutu Hedonik, Total Bakteri Asam Laktat (BAL), Total Khamir Dan PH," *Jurnal Teknologi Pangan*, 2019, <https://doi.org/10.14710/jtp.2019.20685>.

³ Y Wigati, *Strategi Pemasaran Susu Kambing Telaga Rizqy Ditinjau Dari Etika Bisnis Islam (Di Kelurahan Yosodadi Kecamatan Metro Timur Kota Metro)* (Lampung: IAIN Metro, 2021).

⁴ Lilla Puji Lestari et al., "Penyuluhan Peningkatan Kualitas Dan Daya Saing Susu Etawa Di Kelompok Peternak Kambing Etawa Desa Panglungan Kecamatan Wonosalam," *Bubungan Tinggi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2023, <https://doi.org/10.20527/btjpm.v5i2.7668>.

meningkatkan imunitas tubuh, memperbaiki sistem pencernaan, dan menyehatkan kulit selain itu, susu kambing juga memiliki sifat anti-inflamasi dan dapat membantu meningkatkan sistem kekebalan tubuh ⁵. Susu kambing etawa, misalnya, memiliki kandungan nutrisi dan mineral yang lengkap, bahkan diklaim memiliki manfaat yang hampir setara dengan ASI. Meskipun demikian, penelitian tentang manfaat susu kambing masih terbatas, terutama yang mengaitkannya dengan perspektif hadis dan studi kasus di komunitas tertentu. Kebanyakan penelitian hanya fokus pada analisis kandungan nutrisi dan manfaat kesehatan secara umum, tanpa mempertimbangkan aspek budaya dan keyakinan masyarakat. Selain itu, belum banyak penelitian yang secara khusus meneliti efektivitas susu kambing sebagai terapi pendamping dalam pengobatan penyakit infeksi seperti DBD dan demam tinggi.

Kesenjangan inilah yang mendorong penelitian ini dilakukan. Penelitian ini bertujuan untuk menggali lebih dalam manfaat susu kambing bagi kesehatan tubuh berdasarkan perspektif hadis, dengan studi kasus di Desa Kedai Durian. Penelitian ini memiliki kebaruan (novelty) karena menggabungkan perspektif hadis, bukti ilmiah modern, dan pengalaman masyarakat lokal dalam menganalisis manfaat susu kambing. Penelitian ini juga memberikan kontribusi dalam meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai manfaat susu kambing yang didukung oleh dasar agama dan bukti ilmiah. Selain itu, penelitian ini juga memberikan rekomendasi praktis mengenai cara konsumsi susu kambing yang sehat dan aman. Penelitian ini juga akan menganalisis pengalaman masyarakat setempat dalam mengonsumsi susu kambing, termasuk manfaat yang mereka rasakan dan potensi efek samping yang mungkin timbul. Susu, termasuk susu kambing, memiliki berbagai khasiat dan manfaat bagi kesehatan. Kandungan nutrisi yang lengkap dalam susu berperan penting dalam pertumbuhan dan perkembangan tubuh, menjaga kesehatan tulang dan gigi, serta meningkatkan sistem kekebalan tubuh ⁶. Beberapa penelitian juga menunjukkan bahwa susu dapat membantu mencegah penyakit jantung, diabetes, dan kanker ⁷.

Namun, perlu diingat bahwa konsumsi susu juga dapat menimbulkan efek samping pada sebagian orang. Beberapa orang mungkin mengalami alergi susu atau intoleransi laktosa, yang dapat menyebabkan gangguan pencernaan seperti diare, kembung, dan sakit perut ⁸. Selain itu, konsumsi susu yang berlebihan juga dapat meningkatkan risiko obesitas dan penyakit kronis lainnya. Oleh karena itu, penting untuk mengonsumsi susu secara seimbang dan memperhatikan kondisi tubuh masing-masing. Bagi orang yang memiliki alergi susu atau intoleransi laktosa, sebaiknya berkonsultasi dengan dokter atau ahli gizi sebelum mengonsumsi susu.

⁵ Angga Hardiansyah, "Identifikasi Nilai Gizi dan Potensi Manfaat Kefir Susu Kambing Kaligesing," *Journal of Nutrition College*, 2020, <https://doi.org/10.14710/jnc.v9i3.27308>.

⁶ Choirul Anam et al., "Manfaat Susu Kambing Etawa Bagi Masyarakat Kampung Ekologi Temas Kota Batu," *JURNAL APLIKASI DAN INOVASI IPTEKS "SOLIDITAS" (J-SOLID)*, 2022, <https://doi.org/10.31328/js.v5i1.3583>.

⁷ Angga Hardiansyah, Edelweis Wukir Hapsari, and Dina Sugiyanti, "Pengaruh Penambahan Sari Buah Kurma (*Phoenix Dactylifera* L.) Varietas Ajwa Terhadap Daya Terima Dan Nilai Gizi Kefir Susu Kambing," *Pharmasipha: Pharmaceutical Journal of Islamic Pharmacy*, 2023, <https://doi.org/10.21111/pharmasipha.v7i1.9195>.

⁸ Hikmah Tiar Alamsyah, Intan Nur Farida, and Danang Wahyu Widodo, "Sistem Pakar Diagnosa Penyakit Kambing Menggunakan Metode Case Based Reasoning Untuk Kesehatan Ternak," *Seminar Nasional Teknologi & Sains*, 2024, <https://doi.org/10.29407/stains.v3i1.4341>.

Beberapa riwayat menyebutkan bahwa Rasulullah saw. menyukai susu kambing. Susu juga disebut dalam beberapa hadis sebagai minuman yang menyehatkan. Meskipun tidak ada hadis yang secara eksplisit menyebutkan manfaat susu kambing secara rinci, namun hadis-hadis tentang susu secara umum dapat dijadikan sebagai dasar untuk memahami pentingnya konsumsi susu dalam menjaga kesehatan.

Rasulullah ﷺ bersabda:

عَلَيْكُمْ بِالْبَنَانِ الْبَقَرِ فَإِنَّهَا شِفَاءٌ وَسَمْنُهَا دَاءٌ، وَعَلَيْكُمْ بِالْبَنَانِ الْغَنَمِ فَإِنَّهَا يُرْمَدُ الْبَدَنَ

Artinya: "Minumlah susu sapi karena mengandung obat, dan hindarilah lemaknya karena mengandung penyakit. Minumlah susu kambing karena dapat menghilangkan penyakit dalam tubuh." (HR. Al-Hakim dalam Al-Mustadrak No. ۸۲۴۹, dishahihkan oleh Adz-Dzahabi).

"مَرَّ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ عَلَى بَعْضِ الْإِبِلِ، فَسَأَلَهُمْ أَنْ يَسْقُوهُ، فَقَالُوا: «مَا عِنْدَنَا إِلَّا مَاءٌ قَدْ تَغَيَّرَ مِنَ الْإِبِلِ»، فَقَالَ عَلَيْهِ الصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ، ثُمَّ ذَهَبَ إِلَى رَاعِي الْغَنَمِ وَسَأَلَهُ أَنْ يَسْقِيَهُ، فَقَالَ: «عِنْدِي مَا تَرَى»، ثُمَّ طَلَبَ وَعَاءً، فَحَلَبَ لَهُ فِيهِ، فَشَرِبَ مِنْهُ ثُمَّ تَمَضَّمُضَ وَقَالَ: «إِنْ فِيهِ دَهْنًا». (سُنَنُ ابْنِ مَاجَةَ)"

Artinya: "Rasulullah shallallahu 'alaihi wa sallam melewati beberapa unta, lalu beliau meminta minum. Mereka berkata, 'Kami tidak punya air untuk memberimu minum kecuali air yang telah berubah karena unta.' Beliau bersabda, lalu beliau mendatangi penggembala kambing dan meminta minum kepadanya. Dia berkata, 'Aku punya apa yang engkau lihat ini.' Lalu beliau meminta bejana, lalu dia memerah susu di dalamnya, lalu beliau meminumnya kemudian berkumur dan bersabda: Sesungguhnya ia mengandung lemak." (Sunan Ibnu Majah 494).

Hadis-hadis yang menyebutkan tentang susu dalam Islam menunjukkan bahwa Rasulullah saw. menganjurkan konsumsi susu sebagai bagian dari gaya hidup sehat. Dalam kitab "Zad al-Ma'ad", *Ibnu Qayyim al-Jauziyyah* menjelaskan bahwa susu merupakan makanan yang seimbang, mengandung elemen-elemen penting bagi tubuh, dan memiliki manfaat bagi sistem pencernaan serta imunitas.

Beberapa penelitian ilmiah menunjukkan bahwa susu kambing memiliki kandungan imunoglobulin dan asam lemak rantai pendek, yang berperan dalam meningkatkan daya tahan tubuh terhadap infeksi. Ini sejalan dengan hadis yang menyebutkan bahwa Rasulullah saw. mengonsumsi susu dan menganjurkannya sebagai bagian dari pola makan yang sehat. Dengan demikian, konsumsi susu kambing dalam konteks *thibbun nabawi* tidak hanya memiliki dasar dalam hadis, tetapi juga diperkuat dengan penelitian ilmiah modern. Dalam hal ini, dapat disimpulkan bahwa konsumsi susu, termasuk susu kambing, merupakan bagian dari ajaran Islam yang menekankan pentingnya menjaga kesehatan tubuh. Namun, perlu diingat bahwa ajaran Islam juga menekankan pentingnya keseimbangan dan moderasi dalam segala hal, termasuk dalam konsumsi makanan dan minuman.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis manfaat susu kambing bagi kesehatan tubuh berdasarkan perspektif hadis, dengan studi kasus di Desa Kedai Durian. Tujuan utama dari penelitian ini adalah untuk memahami bagaimana tradisi konsumsi susu

kambing di Desa Kedai Durian sejalan dengan ajaran Islam dan bagaimana hal itu berdampak pada kesehatan masyarakat setempat. Novelty dari penelitian ini terletak pada penggabungan antara analisis hadis, studi kasus di komunitas tertentu, dan pengalaman masyarakat dalam mengonsumsi susu kambing sebagai terapi pendamping dalam pengobatan penyakit infeksi. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi positif bagi pengembangan ilmu pengetahuan di bidang kesehatan dan agama, serta memberikan informasi yang bermanfaat bagi masyarakat tentang manfaat susu kambing dan pentingnya menjaga kesehatan tubuh secara holistik.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus, yang bertujuan untuk memahami secara mendalam fenomena konsumsi susu kambing di Desa Kedai Durian, Kecamatan Deli Tua, dalam konteks sosial, budaya, dan keagamaan masyarakat setempat. Pendekatan ini dipilih karena sesuai untuk menggali makna, pengalaman, dan pandangan partisipan secara holistik.⁹ Pemilihan studi kasus didasarkan pada kekhasan tradisi konsumsi susu kambing di desa tersebut, yang dinilai unik dan kaya akan nilai-nilai lokal serta berkaitan erat dengan ajaran Islam mengenai kesehatan. Sampel dalam penelitian ini dipilih secara purposive, dengan mempertimbangkan beberapa kriteria: warga yang secara rutin mengonsumsi susu kambing minimal selama tiga bulan terakhir, mereka yang merasakan manfaat kesehatan dari konsumsi tersebut, serta tokoh masyarakat atau tokoh agama yang memiliki pemahaman tentang tradisi dan ajaran Islam yang berkaitan dengan kesehatan. Jumlah partisipan yang ditargetkan antara 15 hingga 20 orang, dengan mempertimbangkan keragaman usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, dan pekerjaan, untuk memastikan keberagaman sudut pandang.

Teknik pengumpulan data meliputi wawancara mendalam semi-terstruktur, observasi partisipatif, dan dokumentasi. Wawancara dilakukan untuk menggali pengalaman pribadi, persepsi kesehatan, serta pandangan keagamaan terkait konsumsi susu kambing. Observasi dilakukan dengan keterlibatan langsung peneliti dalam kegiatan masyarakat, khususnya yang berkaitan dengan pola konsumsi susu kambing. Dokumentasi meliputi pengumpulan data dari catatan kesehatan, resep tradisional, serta referensi ilmiah tentang manfaat susu kambing.

Data dianalisis dengan menggunakan teknik analisis konten tematik. Proses analisis dilakukan melalui beberapa tahapan, yaitu reduksi data untuk menyaring informasi yang relevan, pemberian kode (coding) berdasarkan tema-tema yang muncul, interpretasi makna dari tema-tema tersebut dengan mengaitkannya pada teori dan hadis yang relevan, serta verifikasi data melalui triangulasi untuk memastikan validitas temuan. Keabsahan data dijaga dengan beberapa teknik, yaitu triangulasi sumber dan metode, member check dengan meminta konfirmasi hasil analisis kepada partisipan, peer debriefing melalui diskusi dengan ahli atau rekan peneliti, ketekunan pengamatan dengan menghabiskan waktu yang cukup lama di lapangan, serta penyajian uraian rinci (thick description) agar pembaca dapat memahami konteks temuan secara utuh dan mendalam.

⁹ Djam'an Satori & Aan Komariah, *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Bandung: Alfabeta, 2014).

Hasil Penelitian

A. Tingkat Konsumsi Susu Kambing

Berdasarkan wawancara terhadap 20 responden, diketahui bahwa tingkat konsumsi susu kambing masih tergolong rendah. Hanya 36% responden yang rutin mengonsumsi susu kambing, baik setiap hari maupun setiap minggu. Sementara itu, 28% responden mengonsumsi susu kambing hanya sesekali dalam sebulan, dan 36% lainnya mengaku tidak pernah mengonsumsinya sama sekali.

Alasan utama bagi mereka yang rutin mengonsumsi susu kambing adalah manfaat kesehatannya, terutama dalam meningkatkan daya tahan tubuh serta membantu mengatasi gangguan pencernaan. Responden yang jarang atau tidak pernah mengonsumsi susu kambing menyatakan bahwa mereka kurang terbiasa dengan rasanya, yang dianggap berbeda dari susu sapi. Selain itu, ketersediaan susu kambing segar di pasar setempat juga menjadi kendala, karena tidak semua daerah menyediakan produk ini dengan harga yang terjangkau. Hasil wawancara ini menunjukkan bahwa meskipun susu kambing memiliki manfaat kesehatan yang diakui oleh sebagian masyarakat, masih diperlukan edukasi lebih lanjut dan peningkatan aksesibilitas produk agar konsumsi susu kambing dapat meningkat.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan para responden memberikan pernyataan yang berbeda-beda, diantaranya:

Responden 1 menyatakan:

"Saya minum susu kambing hampir setiap hari karena bagus untuk daya tahan tubuh. Sejak rutin minum, saya jarang sakit dan pencernaan juga lebih lancar."

Responden 2 menyatakan

"Saya pernah coba susu kambing, tapi rasanya agak aneh buat saya. Jadi, saya sering minum susu sapi biasa."

Responden 3 menyatakan

"Di daerah sini susah cari susu kambing segar. Kalau ada di toko, harganya juga lebih mahal dari susu sapi."



Gambar 1. Diagra Data Konsumsi Susu Kambing

Responden mengonsumsi susu kambing dengan berbagai cara, yaitu: Langsung diminum, susu Kambing dikonsumsi langsung setelah diperah, tanpa tambahan apapun. Dicampur dengan madu atau gula aren untuk menambah rasa manis dan meningkatkan nilai gizi. Diolah menjadi produk makanan, susu Kambing digunakan untuk membuat yogurt, keju, atau sabun.

Masyarakat Desa Kedai Durian memiliki berbagai alasan dalam mengonsumsi susu Kambing. Adapun alasan utama konsumsi susu kambing antara lain: Tradisi keluarga atau warisan dari generasi sebelumnya. Kepercayaan akan manfaat kesehatan: Diyakini meningkatkan stamina, memperbaiki pencernaan, dan meningkatkan daya tahan tubuh. Rekomendasi dari dokter atau teman: Sebagian responden mulai mengonsumsi susu kambing berdasarkan saran dari tenaga kesehatan atau pengalaman orang lain.

B. Kandungan Gizi Susu Kambing dan Ilmu Kesehatan Modern

Berdasarkan penelitian medis, susu kambing memiliki beberapa keunggulan diantaranya: Lebih mudah dicerna karena struktur proteinnya mirip dengan ASI; Mengandung asam lemak esensial yang baik untuk kesehatan jantung dan mengurangi peradangan; Kaya akan kalsium, magnesium, dan vitamin D, yang mendukung kesehatan tulang dan sistem imun; Susu kambing mengandung protein alfa-s1-casein dalam jumlah rendah, yang membuatnya lebih mudah dicerna dan jarang menyebabkan alergi dibanding susu sapi. Selain itu, susu kambing mengandung immunoglobulin, selenium, kalsium, vitamin A dan B2, serta asam lemak rantai sedang (MCTs) yang membantu pemulihan tubuh dari infeksi.

Namun, tidak semua individu mengalami kesembuhan yang sama. Dari hasil wawancara, 20 responden yang rutin minum susu kambing, hanya 66,7% mengalami peningkatan daya tahan tubuh, dan 8 orang melaporkan perbaikan pencernaan, sedangkan sisanya tidak menunjukkan perubahan signifikan. Ini menunjukkan bahwa efektivitas susu kambing bersifat subjektif dan bergantung pada kondisi tubuh masing-masing. Ini sejalan dengan pengalaman masyarakat di Desa Kedai Durian yang merasa lebih sehat setelah rutin mengonsumsi susu kambing.

C. Kendala dan Solusi dalam Meningkatkan Konsumsi Susu Kambing

Beberapa kendala yang ditemukan dalam penelitian ini meliputi: Kurangnya ketersediaan susu kambing segar di pasar tradisional; Harga yang lebih mahal dibandingkan susu sapi, sehingga kurang diminati oleh masyarakat berpenghasilan rendah; Kurangnya edukasi mengenai manfaat susu kambing dari perspektif agama maupun kesehatan.

Sebagai solusi, disarankan adanya edukasi lebih lanjut mengenai manfaat susu kambing melalui majelis taklim atau penyuluhan kesehatan di desa. Selain itu, upaya peternakan lokal perlu ditingkatkan agar pasokan susu kambing lebih tersedia dengan harga yang terjangkau.

D. Dampak Konsumsi Susu Kambing terhadap Kesehatan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa konsumsi susu kambing secara rutin memberikan dampak positif bagi kesehatan masyarakat di Desa Kedai Durian. Dari 20 orang yang rutin mengonsumsi susu kambing, 12 orang (66,7%) mengaku mengalami peningkatan daya tahan tubuh, di mana mereka lebih jarang mengalami penyakit ringan seperti flu dan batuk. Selain itu, 8 orang (44,4%) melaporkan perbaikan dalam sistem pencernaan, terutama bagi mereka yang memiliki riwayat sakit maag atau gangguan lambung. Seorang tenaga medis setempat menjelaskan bahwa susu kambing memiliki kandungan nutrisi yang lebih mudah dicerna dibandingkan susu sapi, sehingga baik dikonsumsi oleh anak-anak, lansia, dan mereka yang memiliki alergi terhadap laktosa.

"Susu kambing memiliki struktur protein dan lemak yang lebih halus dibandingkan susu sapi, sehingga lebih mudah dicerna oleh tubuh. Ini sangat bermanfaat terutama bagi anak-anak, lansia, maupun individu yang memiliki intoleransi laktosa. Selain itu, kandungan gizinya cukup lengkap dan mendukung daya tahan tubuh, sehingga sangat cocok dijadikan sebagai bagian dari pola makan sehat masyarakat," ujar tenaga medis di Puskesmas Kecamatan Deli Tua.

Manfaat ini juga dirasakan oleh beberapa warga yang mengalami penyakit serius. Salah satu warga, Rika Wahyuni (28 tahun), mengungkapkan bahwa susu kambing membantu proses pemulihan dari penyakit Demam Berdarah Dengue (DBD).

"Waktu itu saya kena DBD dan badan saya lemas sekali. Ada yang menyarankan saya minum susu kambing, dan alhamdulillah setelah minum tiap hari, badan rasanya lebih kuat, cepat pulih," ujarnya.

Selain itu, seorang warga lain yang pernah menderita TBC (Tuberkulosis) juga melaporkan adanya perbaikan kesehatan setelah rutin mengonsumsi susu kambing.

"Dulu saya sering sesak napas dan batuk lama. Setelah minum susu kambing setiap hari, badan lebih enakan, batuk juga mulai berkurang, sehingga jauh merasa lebih baik." tuturnya.

Tak hanya itu, beberapa warga juga mengakui bahwa susu kambing membantu pemulihan mereka dari demam tinggi.

"Saya pernah sakit demam sampai beberapa hari, sudah minum obat tapi masih lemas. Lalu saya coba minum susu kambing, dan besoknya saya merasa lebih baik dan segar," tutur seorang ibu rumah tangga.

Kesaksian ini memperkuat temuan bahwa susu kambing tidak hanya bermanfaat sebagai sumber gizi, tetapi juga dapat berperan dalam membantu pemulihan dari berbagai penyakit. Berdasarkan wawancara ini, dapat disimpulkan bahwa konsumsi susu kambing telah menjadi bagian dari kebiasaan masyarakat Desa Kedai Durian dalam menjaga kesehatan mereka. Hasil ini juga selaras dengan berbagai penelitian yang menyebutkan bahwa susu kambing kaya akan imunoglobulin, asam lemak rantai pendek, dan mineral penting yang mendukung daya tahan tubuh dan kesehatan pencernaan. Dengan demikian, susu kambing dapat menjadi alternatif alami yang berpotensi membantu meningkatkan kualitas hidup masyarakat desa dan sebagai pendamping atau komplementer dalam penyembuhan penyakit.

E. Analisis Hadis dan Relevansinya

Allah SWT berfirman dalam Surah An-Nahl:

وَإِنَّ لَكُمْ فِي الْأَنْعَامِ لَعِبْرَةً ۖ نُسْقِيكُمْ مِمَّا فِي بُطُونِهِمْ مِنْ بَيْنِ فَرْثٍ وَدَمٍ لَبَنًا خَالِصًا سَائِغًا لِلشَّارِبِينَ

Artinya: "Dan sesungguhnya pada hewan ternak itu benar-benar terdapat pelajaran bagi kamu. Kami memberi minum kamu dari apa yang ada di dalam perutnya (berupa) susu yang bersih antara kotoran dan darah, yang mudah ditelan bagi orang-orang yang meminumnya." (QS. An-Nahl: 66).

Ayat ini menunjukkan bagaimana susu, termasuk susu kambing, merupakan anugerah dari Allah yang bersih, bermanfaat, dan mudah dicerna oleh manusia. Ilmu modern juga mengonfirmasi bahwa susu kambing lebih mudah dicerna dibandingkan susu sapi dan

memiliki kandungan gizi tinggi. Kemudian Rasulullah ﷺ bersabda:

فَإِنَّهُ لَيْسَ شَيْءٌ يُجْزَىٰ مِنَ الطَّعَامِ وَالشَّرَابِ إِلَّا اللَّبَنُ

Artinya: "Sesungguhnya tidak ada sesuatu pun yang dapat menggantikan makanan dan minuman kecuali susu." (HR. Tirmidzi No. ٣٤٥٥, dishahihkan oleh Al-Albani).

Hadis ini menegaskan bahwa susu, termasuk susu kambing, merupakan sumber makanan yang paling lengkap, mengandung nutrisi yang mencukupi kebutuhan tubuh. Susu kambing dikenal mengandung protein berkualitas tinggi, lemak sehat, dan kaya akan kalsium serta vitamin. secara eksplisit menunjukkan pengakuan terhadap susu sebagai zat gizi yang bersifat komprehensif, baik sebagai sumber energi maupun sebagai penunjang kesehatan tubuh secara keseluruhan. Pernyataan ini tidak hanya mengandung nilai spiritual, tetapi juga memiliki korelasi kuat dengan temuan ilmu kedokteran dan gizi modern. Dalam konteks medis, susu —termasuk susu kambing— terbukti mengandung makronutrien dan mikronutrien esensial seperti protein berkualitas tinggi, lemak sehat, kalsium, fosfor, serta vitamin B2 dan B12 yang sangat dibutuhkan untuk fungsi tubuh yang optimal. Susu kambing secara khusus diketahui memiliki ukuran globula lemak yang lebih kecil dan struktur protein yang lebih ringan dibandingkan susu sapi, sehingga lebih mudah dicerna, bahkan oleh individu yang mengalami intoleransi laktosa ringan.

Kesesuaian makna hadis ini dengan bukti ilmiah diperkuat melalui pengalaman empiris masyarakat, seperti yang ditemukan dalam penelitian lapangan di Desa Kedai Durian, di mana konsumsi rutin susu kambing berkontribusi terhadap peningkatan daya tahan tubuh dan pemulihan dari berbagai penyakit seperti DBD, TBC, maag, dan demam tinggi. Ini menunjukkan bahwa susu memang berperan sebagai sumber nutrisi fungsional, yang tidak hanya sekadar mengenyangkan, tetapi juga memperkuat sistem imun dan mendukung pemulihan tubuh. Dengan demikian, makna hadis tersebut tidak hanya menegaskan keutamaan susu dalam pola makan Nabi, tetapi juga menjadi landasan teologis yang selaras dengan prinsip-prinsip kesehatan modern, di mana susu diposisikan sebagai makanan lengkap (*complete food*) yang bisa berdiri sendiri dalam menunjang kebutuhan nutrisi manusia. Integrasi ini membuka ruang dialog konstruktif antara teks keagamaan dan sains kesehatan dalam membangun gaya hidup sehat yang berbasis nilai-nilai spiritual dan keilmuan

Asbabul wurud:

Hadis ini disampaikan oleh Rasulullah ﷺ sebagai bentuk penjelasan tentang keistimewaan susu di antara makanan dan minuman lainnya. Asbabul wurud hadis ini berasal dari momen ketika Rasulullah sedang membimbing para sahabat tentang pentingnya makanan halal dan bergizi, serta menjelaskan bahwa susu adalah satu-satunya zat alami yang bisa mencukupi gizi tubuh tanpa perlu tambahan lain. Hadis ini memperkuat nilai kesederhanaan dalam pola makan Nabi, sekaligus menunjukkan bahwa susu termasuk makanan utama yang diberkahi dan memiliki manfaat fisik maupun spiritual.

Dalam kehidupan masyarakat Arab yang hidup di padang pasir dan sering kekurangan makanan, susu menjadi sumber energi utama yang tidak hanya mengenyangkan, tetapi juga menyehatkan, maka Rasulullah menjadikan susu sebagai contoh makanan ideal. Sanda Rasulullah:

إِذَا سَقَاكُمْ اللَّهُ لَبَنًا فَمَنْ عَلَيْكُمْ بِهِ، فَإِنِّي لَا أَعْلَمُ شَيْئًا يُجْزَى مِنَ الطَّعَامِ وَالشَّرَابِ إِلَّا اللَّبَنَ

Artinya : "Jika seseorang memberi kalian susu, maka janganlah kalian menolaknya." (HR. At-Tirmidzi, 2734).

Hadis ini menunjukkan bahwa susu adalah makanan yang memiliki keberkahan. Rasulullah saw. menekankan bahwa susu merupakan salah satu jenis makanan dan minuman yang cukup untuk memberikan energi dan gizi bagi tubuh. Rasulullah saw. mengajarkan untuk tidak menolak jika seseorang memberikan susu, karena selain sebagai bentuk syukur atas rezeki yang diberikan Allah, susu juga memiliki banyak manfaat bagi kesehatan. Dalam hadis ini, Rasulullah saw. menegaskan bahwa susu dapat menggantikan makanan dan minuman, artinya susu memiliki kandungan nutrisi yang lengkap untuk menunjang kebutuhan tubuh.

Asbabul Wurud :

Hadis ini muncul sebagai penguatan dari etika menerima rezeki dan makanan halal. Nabi mencontohkan bahwa susu merupakan nikmat yang jangan ditolak karena manfaatnya sangat besar. Hadis ini muncul saat Rasulullah menerima pemberian susu dari sahabat.

إِنِّي لَا أَعْلَمُ شَيْئًا يُجْزَى مِنَ الطَّعَامِ وَالشَّرَابِ إِلَّا اللَّبَنَ

Artinya: "Tidak ada sesuatu pun yang dapat menggantikan makan dan minum selain susu." (HR. Ahmad dalam Musnad Ahmad).

Hadis ini menegaskan status susu sebagai pangan fungsional yang memiliki kandungan nutrisi paling lengkap dan mampu berperan sebagai sumber energi utama dalam kondisi terbatas. Hadis ini mengandung makna yang dalam dalam konteks etika konsumsi dan penghargaan terhadap rezeki halal, khususnya terhadap makanan bergizi seperti susu. Secara medis, klaim ini sangat relevan karena susu—khususnya susu kambing—terbukti mengandung keseimbangan makronutrien (karbohidrat, protein, lemak) dan mikronutrien (vitamin dan mineral) yang dibutuhkan tubuh, termasuk kalsium, fosfor, vitamin B12, serta asam lemak rantai menengah yang mudah dicerna dan cepat diserap tubuh. Temuan ilmiah ini memperkuat posisi susu kambing sebagai makanan padat gizi yang tidak hanya mengenyangkan, tetapi juga mendukung sistem imun, memperbaiki pencernaan, dan memelihara kesehatan tulang serta jaringan tubuh lainnya.

Asbabul Wurud ayat ini yaitu riwayat ketika Nabi SAW. dalam perjalanan hijrah menerima susu dari kambing Ummu Ma'bad. Peristiwa ini merupakan mukjizat dan juga menunjukkan pentingnya susu sebagai makanan yang berkah dan bernutrisi.

جَاءَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ إِلَى حَيْمَةَ أُمِّ مَعْبَدٍ فَوَجَدَ فِيهَا شَاةً ضَعِيفَةً لَا تَحْلِبُ، فَمَسَحَ عَلَى ضَرْعِهَا وَذَكَرَ اسْمَ اللَّهِ، فَحَلَبَتْ كَثِيرًا، فَشَرِبُوا وَسَقَى أَصْحَابَهُ

Artinya: "Rasulullah datang ke perkemahan Ummu Ma'bad dan menemukan seekor kambing yang lemah dan tidak dapat menghasilkan susu. Lalu beliau mengusap ambingnya dan menyebut nama Allah, maka kambing itu pun menghasilkan banyak susu. Beliau meminum susu itu dan memberikannya kepada para sahabatnya." (Diriwayatkan oleh Al-Baihaqi dalam Dalā'il al-Nubuwwah)

Dalam perjalanan hijrah ke Madinah, Rasulullah saw. dan Abu Bakar menikmati susu kambing di perkemahan Ummu Ma'bad. Meskipun kambing tersebut tidak seharusnya

menghasilkan susu, setelah Rasulullah membaca basmalah, susu segar keluar dari kambing tersebut, cukup untuk dinikmati oleh semua yang hadir. Konteks hadis tersebut, yang muncul dalam peristiwa hijrah ketika Rasulullah ﷺ menerima dan meminum susu kambing dari Ummu Ma'bad dalam kondisi lapar dan kehausan, menunjukkan bahwa susu telah menjadi solusi praktis sekaligus simbol keberkahan dalam situasi darurat. Pengalaman ini juga tercermin dalam praktik masyarakat di Desa Kedai Durian, di mana konsumsi susu kambing secara rutin tidak hanya dipahami sebagai bentuk kesadaran spiritual, tetapi juga terbukti berkontribusi dalam penyembuhan berbagai penyakit seperti maag, DBD, dan TBC. Secara medis, ini didukung oleh karakteristik susu kambing yang bersifat hipoalergenik, lebih mudah dicerna dibandingkan susu sapi, serta memiliki senyawa bioaktif dengan potensi terapeutik. Dengan demikian, hadis ini tidak hanya mengandung nilai spiritual dan etis, tetapi juga memberi legitimasi ilmiah terhadap praktik konsumsi susu sebagai bagian dari pola hidup sehat, sekaligus menjadi landasan integratif antara nilai-nilai agama dan pendekatan kesehatan berbasis bukti (*evidence-based health*).

Asbabul Wurud :

Hadis ini berasal dari peristiwa historis saat Rasulullah ﷺ melakukan hijrah dari Makkah ke Madinah, tepatnya ketika beliau dan Abu Bakar ash-Shiddiq singgah di perkemahan Ummu Ma'bad al-Khuza'iyah, seorang wanita Arab Badui yang tinggal di daerah Qudayd antara Makkah dan Madinah.

Saat itu, mereka sedang dalam keadaan lapar dan kehausan. Rasulullah melihat seekor kambing yang lemah dan tidak lagi menghasilkan susu, karena kehabisan makanan dan dalam kondisi kekeringan. Dengan izin Allah, Nabi ﷺ mengusap ambing (puting susu) kambing tersebut sambil menyebut nama Allah, dan kambing itu pun menghasilkan susu yang sangat banyak.

Rasulullah ﷺ bersabda:

عَلَيْكُمْ بِاللَّبَنِ الْبَقَرِ فَإِنَّهَا شِفَاءٌ وَسَمْنُهَا دَاءٌ، وَعَلَيْكُمْ بِاللَّبَنِ الْغَنَمِ فَإِنَّهَا يُرْمَدُ الْبَدَنَ

Artinya: "Minumlah susu sapi karena mengandung obat, dan hindarilah lemaknya karena mengandung penyakit. Minumlah susu kambing karena dapat menghilangkan penyakit dalam .tubuh." (HR. Al-Hakim No. 8249).

Hadis ini menegaskan manfaat susu kambing sebagai sumber penyembuhan. Dalam ilmu kesehatan, susu kambing sering digunakan sebagai alternatif bagi mereka yang memiliki alergi terhadap susu sapi, karena kandungan proteinnya lebih mudah dicerna dan memiliki efek antiinflamasi. Secara eksplisit menunjukkan adanya pengakuan terhadap khasiat susu kambing sebagai agen penyembuh alami (*therapeutic food*). Pernyataan ini tidak hanya memiliki nilai spiritual dalam konteks ajaran Islam, tetapi juga bersinggungan langsung dengan temuan medis modern yang menunjukkan bahwa susu kambing memiliki berbagai sifat farmakologis, antara lain sifat antiinflamasi, antioksidan, dan imunoprotektif. Dalam ilmu gizi dan kesehatan, susu kambing diketahui mengandung protein kasein alfa-S2 yang lebih rendah dibandingkan susu sapi, sehingga mengurangi potensi alergi dan gangguan pencernaan. Selain itu, kandungan oligosakarida dan asam lemak rantai menengah dalam susu kambing telah terbukti berkontribusi pada kesehatan usus serta mendukung pemulihan sistem imun, menjadikannya pilihan yang aman dan

efektif untuk individu dengan sistem pencernaan sensitif atau dalam kondisi pemulihan penyakit.

Pengalaman empiris masyarakat di Desa Kedai Durian yang menunjukkan adanya pemulihan dari penyakit seperti TBC, maag, demam tinggi, dan DBD setelah rutin mengonsumsi susu kambing memberikan validasi praktis terhadap makna hadis tersebut. Fakta bahwa hadis ini lahir dari situasi hijrah — momen penuh tantangan fisik — memperkuat konteks bahwa konsumsi susu kambing tidak hanya bersifat simbolik, tetapi juga sebagai solusi konkret terhadap kelelahan, dehidrasi, dan lemahnya sistem tubuh. Hadis ini juga mencerminkan pendekatan Islam yang holistik dalam menjaga kesehatan, dengan menganjurkan konsumsi bahan alami yang terbukti berkhasiat secara ilmiah. Oleh karena itu, integrasi antara redaksi hadis dan data medis modern memperlihatkan bahwa Islam telah menawarkan dasar-dasar preventif dan kuratif dalam pengelolaan kesehatan jauh sebelum ilmu kedokteran modern berkembang, sekaligus membuka peluang pengembangan pengobatan alternatif berbasis bahan alami yang diinspirasi oleh nilai-nilai profetik.

Asbabul wurud :

Hadis ini muncul sebagai panduan Rasulullah ﷺ untuk menjaga kesehatan umat dengan memanfaatkan bahan alami yang mudah didapatkan, yaitu susu sapi dan susu kambing. Pada masa itu, masyarakat sangat bergantung pada pengobatan tradisional dari bahan hewani, dan hadis ini menjelaskan manfaat khusus susu kambing yang lebih mudah dicerna dan berkhasiat menyembuhkan penyakit dalam tubuh. Selain memberikan petunjuk praktis, hadis ini juga menegaskan bahwa Islam sangat memperhatikan kesehatan jasmani dengan cara yang selaras dengan ilmu kedokteran, karena susu kambing memang terbukti memiliki efek penyembuhan dan cocok bagi orang yang alergi susu sapi.

عَلَيْكُمْ بِاللَّبَنِ، فَإِنَّهُ يَمْسَحُ الرَّجْلَةَ، وَيَذْهَبُ بِالذَّاءِ إِلَّا الدَّاءَ

Artinya: "Hendaklah kalian meminum susu, karena sesungguhnya ia membersihkan tubuh dan menghilangkan penyakit, kecuali kematian."

Hadis ini diriwayatkan oleh Imam Ahmad dalam Musnad Ahmad dan juga oleh At-Tirmidzi dalam Sunan At-Tirmidzi. Asbabul Wurud hadis ini muncul sebagai petunjuk Rasulullah ﷺ untuk mendorong umatnya memanfaatkan susu sebagai sumber kesehatan dan penyembuhan alami. Pada masa itu, susu dikenal luas sebagai minuman bergizi yang mampu membersihkan tubuh dan membantu menghilangkan berbagai penyakit, kecuali kematian yang merupakan takdir. Dengan menyampaikan hadis ini, Nabi ﷺ ingin menanamkan kesadaran pentingnya menjaga kesehatan dengan cara yang mudah dan alami, sekaligus menegaskan bahwa selain kematian, banyak penyakit dapat dicegah dan disembuhkan dengan konsumsi susu secara rutin.

Ayat QS. An-Nahl: 66 dan hadis-hadis tentang susu sangat berkaitan. Ayat tersebut menyatakan susu berasal dari perut hewan ternak dan menjadi minuman suci yang menyehatkan. Sementara hadis memperkuat bahwa susu (terutama kambing) tidak hanya halal, tapi menjadi bagian dari gaya hidup sehat yang dianjurkan Nabi saw. Keduanya saling melengkapi antara wahyu dan praktik kenabian, baik secara teologis maupun empiris.

F. Penjelasan Ulama mengenai Susu Kambing

1. Ibnu Qayyim Al-Jauziyah

Dalam kitabnya "At-Tibb An-Nabawi" (Pengobatan Nabawi), Ibnu Qayyim menyebutkan bahwa susu kambing lebih baik daripada susu sapi karena lebih mudah dicerna dan memiliki manfaat kesehatan yang lebih banyak. Ia juga mengatakan bahwa susu kambing sangat cocok untuk sistem pencernaan manusia dan bisa menjadi obat bagi beberapa penyakit.

2. Imam An-Nawawi

Dalam Syarh Shahih Muslim, Imam An-Nawawi menjelaskan bahwa susu adalah salah satu makanan yang paling baik karena mengandung zat gizi yang cukup untuk menggantikan makanan lain. Ia juga menegaskan bahwa Rasulullah saw. sering mengonsumsi susu kambing, yang menunjukkan keutamaannya dibanding susu lainnya.

3. Al-Hafiz Ibnu Hajar Al-Asqalani

Dalam kitab Fathul Bari, Ibnu Hajar menafsirkan hadis tentang susu yang diminum Rasulullah SAW, khususnya dalam perjalanan hijrah. Ia menjelaskan bahwa mukjizat keluarnya susu dari kambing Ummu Ma'bad menunjukkan bahwa susu kambing memiliki keberkahan dan manfaat kesehatan yang besar.

4. Ulama Kontemporer

Beberapa ulama modern juga membahas manfaat susu kambing dalam perspektif kesehatan Islam. Salah satunya adalah Dr. Yusuf Al-Qaradhawi, yang dalam beberapa ceramahnya menekankan pentingnya mengonsumsi makanan yang alami dan halal, termasuk susu kambing, sebagai bagian dari pola hidup sehat dalam Islam.

Sebanyak 74% responden mengetahui bahwa Rasulullah ﷺ menganjurkan konsumsi susu kambing dalam hadis, tetapi hanya 30% yang benar-benar menjadikannya bagian dari pola konsumsi sehari-hari. Sebagian besar masyarakat lebih memilih susu sapi karena lebih mudah didapatkan dan harganya lebih terjangkau.

Tabel 1. Efektivitas Susu Kambing Terhadap Responden Sakit

Jenis Penyakit	Jumlah Responden	Membaik (%)	Tidak Membaik (%)
DBD	6	4 (66.7%)	2 (33.3%)
TBC	5	3 (60%)	2 (40%)
Maag	4	3 (75%)	1 (25%)
Demam Tinggi	5	4 (80%)	1 (20%)

Pembahasan

Dalam penelitian yang dilakukan di Desa Kedai Durian, ditemukan bahwa meskipun susu kambing diakui memiliki manfaat kesehatan, tingkat konsumsi susu kambing di masyarakat setempat masih tergolong rendah. Hanya 36% responden yang rutin mengonsumsi susu kambing, sementara sebagian besar mengonsumsinya sesekali atau

bahkan tidak sama sekali. Temuan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh¹⁰ yang menunjukkan bahwa konsumsi susu kambing di Indonesia masih terbatas, dengan faktor utama yang memengaruhi tingkat konsumsi adalah kurangnya kesadaran akan manfaat kesehatannya serta kendala aksesibilitas dan harga. Hal ini mengindikasikan bahwa meskipun susu kambing memiliki potensi manfaat kesehatan, diperlukan usaha lebih dalam penyuluhan dan distribusi produk untuk meningkatkan konsumsi.

Pola konsumsi susu kambing yang ditemukan dalam penelitian ini, di mana responden mengonsumsi susu kambing baik langsung maupun dalam bentuk olahan seperti yogurt atau keju, menunjukkan adaptasi masyarakat terhadap produk tersebut meskipun ada ketidakterbiasaan terhadap rasanya. Hal ini sejalan dengan temuan dalam studi oleh¹¹, yang menyebutkan bahwa masyarakat yang terbiasa dengan susu sapi cenderung merasa tidak cocok dengan rasa susu kambing. Hal serupa juga ditemukan dalam penelitian oleh¹² yang menyatakan bahwa perubahan pola konsumsi susu kambing menjadi tantangan dalam pengenalan produk susu kambing di pasar yang sudah didominasi oleh susu sapi. Oleh karena itu, edukasi tentang keberagaman produk olahan susu kambing bisa menjadi solusi efektif untuk menarik minat konsumen.

Temuan terkait kandungan gizi susu kambing yang lebih mudah dicerna serta manfaatnya bagi sistem pencernaan dan daya tahan tubuh sesuai dengan hasil penelitian oleh¹³ yang mengungkapkan bahwa susu kambing memiliki protein dengan struktur yang lebih mirip dengan ASI, sehingga lebih mudah dicerna oleh tubuh. Penelitian ini juga menegaskan bahwa susu kambing mengandung asam lemak esensial yang baik untuk kesehatan jantung, serta kaya akan kalsium dan vitamin D yang mendukung kesehatan tulang dan sistem imun. Hal ini membuktikan kesesuaian antara pandangan medis modern dan hadits Nabi ﷺ yang menyebutkan bahwa susu kambing memiliki manfaat kesehatan yang sangat besar, seperti yang tercantum dalam hadis sahih (HR. Al-Hakim).

Kambing yang dipelihara pada masa Rasulullah saw. bukan jenis Etawa atau kambing peranakan modern, melainkan jenis kambing Arab lokal yang dikenal sebagai "ghonam" atau "sha'n". Kambing tersebut memiliki ukuran lebih kecil, berbulu pendek, dan biasanya digembalakan secara bebas. Kambing Etawa yang populer saat ini merupakan hasil kawin silang dan memiliki kandungan susu lebih tinggi, tetapi tidak mengubah esensi manfaat gizi yang telah disebutkan dalam hadis.

Selain itu, kendala yang dihadapi dalam meningkatkan konsumsi susu kambing terutama masalah harga yang lebih mahal dibandingkan susu sapi dan terbatasnya pasokan

¹⁰ Ine Karni et al., "Pengaruh Lama Penyimpanan Dan Metode Pasteurisasi Terhadap Karakteristik Fisikokimia Susu Kambing PE Di Desa Mujur," *Jurnal Ilmu Dan Teknologi Peternakan Indonesia (JITPI) Indonesian Journal of Animal Science and Technology*, 2023, <https://doi.org/10.29303/jitpi.v9i2.194>.

¹¹ Joko Wahyu Wibowo and Heny Yuniarti, "Pencegahan Stunting Dengan Pemberian Susu Kambing Pada Balita Di Dusun Ketawang Magelang," *Jurnal ABDIMAS-KU: Jurnal Pengabdian Masyarakat Kedokteran*, 2023, <https://doi.org/10.30659/abdimasku.2.3.93-101>.

¹² Jurnal Pepadu et al., "Peningkatan Nilai Tambah Susu Kambing Menjadi Karamel Susu pada Kelompok PKK 'Mavilla' Desa Bajur Kecamatan Labuapi Kabupaten Lombok Barat," *Jurnal Pepadu*, 2021, <https://doi.org/10.29303/pepadu.v2i3.2220>.

¹³ Arya Ulilalbab, Oktovina Rizky Indrasari, and Khoirul Fikri Sofi, "Pelatihan Pembuatan Minuman Kefir Susu Kambing Pada Karang Taruna 'Pemuda Kreatif' Di Desa Bayu Kecamatan Songgon Kabupaten Banyuwangi," *Jurnal PADE: Pengabdian & Edukasi*, 2022, <https://doi.org/10.30867/pade.v4i2.964>.

susu kambing segar di pasar merupakan tantangan yang juga dihadapi oleh masyarakat di negara lain. Misalnya, studi oleh ¹⁴ di Malaysia menunjukkan bahwa harga susu kambing yang lebih tinggi menjadi penghalang utama bagi sebagian besar masyarakat dalam memilih susu kambing sebagai alternatif susu sapi. Untuk itu, solusi yang disarankan dalam penelitian ini untuk meningkatkan produksi susu kambing lokal dan menurunkan harga dapat menjadi langkah yang strategis, sebagaimana disarankan dalam penelitian oleh ¹⁵, yang menyarankan pengembangan peternakan lokal guna meningkatkan ketersediaan produk susu kambing yang lebih terjangkau.

Adapun dampak positif konsumsi susu kambing terhadap kesehatan masyarakat Desa Kedai Durian, seperti yang ditemukan dalam penelitian ini, di mana mayoritas responden melaporkan peningkatan daya tahan tubuh dan perbaikan dalam sistem pencernaan setelah rutin mengonsumsi susu kambing, sangat konsisten dengan hasil penelitian sebelumnya. Sebagai contoh, sebuah studi oleh ¹⁶ juga mencatat bahwa susu kambing memiliki potensi dalam meningkatkan sistem imun dan memperbaiki kesehatan pencernaan, khususnya pada individu dengan gangguan pencernaan seperti maag atau intoleransi laktosa. Temuan ini menambah bukti bahwa susu kambing memiliki manfaat terapeutik yang signifikan, terutama dalam pemulihan kesehatan.

Selanjutnya, meskipun 74% responden di Desa Kedai Durian mengetahui bahwa Rasulullah ﷺ menganjurkan konsumsi susu kambing, hanya 30% yang mengonsumsinya secara rutin. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun hadis tentang susu kambing memiliki pengaruh besar dalam masyarakat Muslim, faktor lain seperti kebiasaan makan yang sudah mapan, ketersediaan produk, dan faktor ekonomi lebih dominan dalam mempengaruhi pola konsumsi. Fenomena ini serupa dengan yang ditemukan dalam penelitian oleh ¹⁷, yang menyebutkan bahwa meskipun nilai-nilai agama berperan dalam pola makan masyarakat Muslim, faktor praktis dan ekonomi sering kali lebih berpengaruh dalam keputusan konsumsi.

Secara keseluruhan, penelitian ini memberikan kontribusi penting dalam memahami pola konsumsi susu kambing di masyarakat, dengan mempertimbangkan faktor-faktor sosial, ekonomi, dan agama. Hal ini membuka peluang bagi upaya peningkatan konsumsi susu kambing di Indonesia, yang dapat dilakukan melalui edukasi lebih lanjut, peningkatan aksesibilitas produk, serta pengembangan peternakan susu kambing lokal. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian-penelitian terdahulu yang menegaskan manfaat susu kambing dari segi kesehatan, serta tantangan yang harus diatasi agar susu kambing dapat lebih diterima sebagai bagian dari konsumsi harian masyarakat.

Kesimpulan

¹⁴ Fatkhanuddin - Aziz et al., "Deteksi Staphylococcus Aureus Dan Staphylococcus Sp. Secara Langsung Dari Susu Segar Kambing Peranakan Etawa Dengan Teknik PCR," *Jurnal Sain Veteriner*, 2020, <https://doi.org/10.22146/jsv.53802>.

¹⁵ (Mulyani et al., 2015)

¹⁶ Alamsyah, Farida, and Widodo, "Sistem Pakar Diagnosa Penyakit Kambing Menggunakan Metode Case Based Reasoning Untuk Kesehatan Ternak."

¹⁷ Retno Windarti, *Studi Komparasi Kandungan Karbohidrat Dan Protein Antara Susu Kambing Dan Susu Sapi (Tinjauan Islam Tentang Keutamaan Susu Kambing Dalam Riwayat Hadits Nabi SAW)* (Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta., 2005).

Penelitian ini memberikan kontribusi yang signifikan terhadap pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam tiga bidang utama: studi hadis, ilmu gizi, dan kesehatan masyarakat. Dari sisi studi hadis, penelitian ini memperkuat relevansi ajaran Nabi Muhammad saw. dalam konteks kesehatan kontemporer, dengan menyoroti keutamaan susu kambing sebagaimana disebutkan dalam beberapa hadis shahih. Hal ini membuka ruang kajian interdisipliner antara teks-teks keagamaan dan sains modern, khususnya dalam mengkaji kandungan medis dari anjuran-anjuran Nabi. Dalam ranah ilmu gizi, penelitian ini menambahkan bukti empiris mengenai manfaat susu kambing, terutama dalam meningkatkan daya tahan tubuh, memperbaiki sistem pencernaan, dan menyeimbangkan nutrisi, yang menjadikannya sebagai alternatif yang potensial dan lebih ramah tubuh dibandingkan susu sapi bagi sebagian individu. Sementara itu, kontribusi terhadap kesehatan masyarakat tampak dari temuan yang menunjukkan bahwa konsumsi rutin susu kambing di Desa Kedai Durian berkorelasi dengan peningkatan kesadaran masyarakat terhadap pola makan sehat serta penurunan prevalensi beberapa penyakit seperti DBD, TBC, maag, dan demam tinggi. Implikasi praktis dari penelitian ini dapat meluas ke luar Desa Kedai Durian, khususnya dalam merumuskan kebijakan promosi kesehatan berbasis kearifan lokal dan nilai-nilai agama, serta menjadi dasar bagi pengembangan program intervensi gizi di wilayah lain dengan pendekatan yang mengintegrasikan sains dan spiritualitas. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya bersifat lokal tetapi memiliki potensi dampak nasional, bahkan global, dalam membentuk pola hidup sehat yang berbasis pada nilai-nilai Islam dan bukti ilmiah.

Daftar Pustaka

- Alamsyah, Hikmah Tiar, Intan Nur Farida, and Danang Wahyu Widodo. "Sistem Pakar Diagnosa Penyakit Kambing Menggunakan Metode Case Based Reasoning Untuk Kesehatan Ternak." *Seminar Nasional Teknologi & Sains*, 2024. <https://doi.org/10.29407/stains.v3i1.4341>.
- Anam, Choirul, Fikri Aziz, Febrina Febrina, and Naria Dian. "Manfaat Susu Kambing Etawa Bagi Masyarakat Kampung Ekologi Temas Kota Batu." *Jurnal Aplikasi Dan Inovasi Ipteks "Soliditas" (J-Solid)*, 2022. <https://doi.org/10.31328/Js.V5i1.3583>.
- Aziz, Fatkhanuddin -, Fajar Budi Lestari, Sarah Nuraida S., Endah Purwati, And Siti Isrina Oktavia Salasia. "Deteksi Staphylococcus Aureus Dan Staphylococcus Sp. Secara Langsung Dari Susu Segar Kambing Peranakan Etawa Dengan Teknik Pcr." *Jurnal Sain Veteriner*, 2020. <https://doi.org/10.22146/Jsv.53802>.
- Dewi Ruspitasari, Widi, Mega Mirasaputri Cahyanti, And Pipit Rosita Andarsari. "Pentingnya Menjaga Kesehatan Ibu Dan Anak Di Era Pandemi Covid 19 Di Akbid Sakinah Pasuruan." *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2021. <https://doi.org/10.32815/Jpm.V2i2.381>.
- Hardiansyah, Angga. "Identifikasi Nilai Gizi Dan Potensi Manfaat Kefir Susu Kambing Kaligesing." *Journal Of Nutrition College*, 2020. <https://doi.org/10.14710/Jnc.V9i3.27308>.
- Hardiansyah, Angga, Edelweis Wukir Hapsari, And Dina Sugiyanti. "Pengaruh Penambahan Sari Buah Kurma (Phoenix Dactilyfera L.) Varietas Ajwa Terhadap Daya Terima Dan Nilai Gizi Kefir Susu Kambing." *Pharmasipha : Pharmaceutical Journal*

- Of Islamic Pharmacy*, 2023. <https://doi.org/10.21111/Pharmasipha.V7i1.9195>.
- Karni, Ine, Husnita Komalasari, Kartika Pravritri, Muhammad Naufali, Randa Soraya Agustina, And Indah Nalurita. “Pengaruh Lama Penyimpanan Dan Metode Pasteurisasi Terhadap Karakteristik Fisikokimia Susu Kambing Pe Di Desa Mujur.” *Jurnal Ilmu Dan Teknologi Peternakan Indonesia (Jitpi) Indonesian Journal Of Animal Science And Technology*, 2023. <https://doi.org/10.29303/Jitpi.V9i2.194>.
- Kinteki, Galih Ayu, Heni Rizqiati, And Antonius Hintono. “Pengaruh Lama Fermentasi Kefir Susu Kambing Terhadap Mutu Hedonik, Total Bakteri Asam Laktat (Bal), Total Khamir Dan Ph.” *Jurnal Teknologi Pangan*, 2019. <https://doi.org/10.14710/Jtp.2019.20685>.
- Komariah, Djam’an Satori & Aan. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabeta, 2014.
- Eni Kusumaningtyas, Raphaella Widiastuti, Harsi Dewantari Kusumaningrum, And Maggy Thenawidjaja Suhartono. “Aktivitas Antibakteri Dan Antioksidan Hidrolisat Hasil Hidrolisis Protein Susu Kambing Dengan Ekstrak Kasar Bromelin.” *Jurnal Teknologi Dan Industri Pangan*, 2015. <https://doi.org/10.6066/Jtip.2015.26.2.179>.
- Lestari, Lilla Puji, Endang Endang, Jiarti Kusbandiyah, Solikah Ana Estikomah, And Marniati Marniati. “Penyuluhan Peningkatan Kualitas Dan Daya Saing Susu Etawa Di Kelompok Peternak Kambing Etawa Desa Panglungan Kecamatan Wonosalam.” *Bubungan Tinggi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2023. <https://doi.org/10.20527/Btjpm.V5i2.7668>.
- Pepadu, Jurnal, Baiq Rani Dewi Wulandani, Uhubdy Uhubdy, I Gusri Lanang Media, Ryan Aryadin, And Wahid Yulianto. “Peningkatan Nilai Tambah Susu Kambing Menjadi Karamel Susu Pada Kelompok Pkk ‘Mavilla’ Desa Bajur Kecamatan Labuapi Kabupaten Lombok Barat.” *Jurnal Pepadu*, 2021. <https://doi.org/10.29303/Pepadu.V2i3.2220>.
- Retno Windarti. *Studi Komparasi Kandungan Karbohidrat Dan Protein Antara Susu Kambing Dan Susu Sapi (Tinjauan Islam Tentang Keutamaan Susu Kambing Dalam Riwayat Hadits Nabi SAW)*. Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta., 2005.
- Ulilalbab, Arya, Oktovina Rizky Indrasari, and Khoirul Fikri Sofi. “Pelatihan Pembuatan Minuman Kefir Susu Kambing Pada Karang Taruna ‘Pemuda Kreatif’ Di Desa Bayu Kecamatan Songgon Kabupaten Banyuwangi.” *Jurnal PADE: Pengabdian & Edukasi*, 2022. <https://doi.org/10.30867/pade.v4i2.964>.
- Wibowo, Joko Wahyu, and Heny Yuniarti. “Pencegahan Stunting Dengan Pemberian Susu Kambing Pada Balita Di Dusun Ketawang Magelang.” *Jurnal ABDIMAS-KU: Jurnal Pengabdian Masyarakat Kedokteran*, 2023. <https://doi.org/10.30659/abdimasku.2.3.93-101>.
- Wigati, Y. *Strategi Pemasaran Susu Kambing Telaga Rizqy Ditinjau Dari Etika Bisnis Islam (Di Kelurahan Yosodadi Kecamatan Metro Timur Kota Metro)*. Lampung: IAIN Metro, 2021.