



Halal Food and Modern Lifestyle: Analytical Study of Healthy Food Choices in Today's Lifestyle Trends

Wiwik Widiyati

Maluku Husada College of Health Sciences, West Seram, Maluku, Indonesia



Abstract

The truth of the Islamic concept of food that puts forward two conditions for food that must be consumed, namely halal and thayyib, because it turns out that freedom in consuming food has serious impacts, not only on physical health, but also on spiritual health. Any food as long as it is hygienic and does not contain poison can be eaten. People only realize it when they empirically find the negative excesses of freedom to consume food, namely physically it has caused many diseases such as heart disease, obesity, stroke, hypertension and so on. While spiritually, namely the influence on the formation of a person's character and nature, such as forming a character that is cruel, cruel, has no conscience and cannot be trusted.

Article Info

Keywords:

*Halal, Thayyib,
Modern lifestyle.*

* E-mail address: wiwikwidiyati3@gmail.com

Articel Submitted : 17 June 2024

Revised : 20 June 2024

Accepted : 28 June 2024

Published : 30 June 2024



Makanan Halal Dan Gaya Hidup Modern: Kajian Analisa Pilihan Makanan Sehat Dalam Arus Gaya Hidup Masa Kini

Wiwik Widiyati

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Maluku Husada, Seram Bagian Barat, Maluku, Indonesia



Abstrak

Kebenaran konsep Islam tentang makanan yang menyodorkan dua syarat suatu makanan yang harus dikonsumsi yaitu halal dan thayyib, karena ternyata kebebasan dalam mengonsumsi makanan menimbulkan dampak yang serius, tidak saja bagi kesehatan fisik, melainkan juga bagi kesehatan rohaninya. Makanan apapun asal higienis dan tidak mengandung racun dapat dimakan. Orang baru sadar, manakala secara empirik menemukan eksekusi negatif dari kebebasan mengonsumsi makanan, yaitu secara jasmaniah telah banyak menimbulkan penyakit seperti jantung, obesitas, stroke, hipertensi dan lain sebagainya. Sedangkan secara rohani, yaitu adanya pengaruh terhadap pembentukan karakter dan watak seseorang, seperti membentuk watak yang bengis, kejam, tidak bernurani dan tidak dapat dipercaya.

Informasi Artikel

Kata kunci:

Halal, Thayyib, Hidup modern.

* Alamat email: wiwikwidiyati3@gmail.com

Artikel diserahkan : 17 Juni 2024

Direvisi : 20 Juni 2024

Diterima : 28 Juni 2024

Dipublikasi : 30 Juni 2024

Pendahuluan

Dunia semakin modern. Banyak orang menyebutnya era teknologi. [Teknologi](#) mengalami perkembangan yang pesat dan memudahkan kehidupan manusia, salah satunya dalam berkomunikasi. Teknologi informasi saat ini adalah [kebutuhan primer](#) manusia. Jika pada jaman sebelum manusia mengenal tulisan teknologi informasi merupakan suatu khayalan, namun khayalan itu kini menjadi nyata. Menurut Martin, teknologi komunikasi merupakan teknologi yang tidak hanya pada teknologi komputer (perangkat keras dan [perangkat lunak](#)) yang akan digunakan untuk memproses dan menyimpan informasi, melainkan mencakup teknologi komunikasi untuk mengirim atau menyebarkan informasi. Manusia semakin mudah menggapai keinginan-keinginan dengan bantuan teknologi, khususnya teknologi telekomunikasi seperti internet, telepon, televisi dan satelit.

Berkomunikasi dengan manusia di belahan bumi lain bisa dilakukan secara langsung. Bukan hal yang sulit untuk memindahkan atau bertukar budaya. Waktu dan jarak bukan lagi halangan. Apa yang menjadi trend di belahan bumi utara bisa saja dalam sekejap langsung diikuti orang-orang di belahan bumi selatan. Sayangnya, pertukaran trend itu diserap mentah-mentah, tanpa saringan atau filter oleh pihak penerima.

Dalam pandangan Futurolog terkemuka asal Amerika Serikat, John Naisbitt, era global yang serba teknologis seperti sekarang ini disebutnya sebagai *global lifestyle*. Menurutnya, sebuah peradaban di belahan bumi manapun akan terimbas oleh percepatan perubahan budaya global yang membawa pada apa yang disebut *The Boundless of The World* (dunia tanpa batas). Akselerasi dampaknya merambah begitu cepat di hampir semua aspek kehidupan, tak terkecuali di negara-negara muslim sekalipun.

Budaya global yang mengalami perkembangan amat dahsyat adalah 3 F: *food, fashion, fun* (makanan, pakaian dan hiburan). Khusus pada budaya makan dan minum telah menjadi varian yang cukup menonjol di lingkungan masyarakat khususnya umat Islam. Budaya makan dan minum sudah mulai tercemari dari nilai-nilai asasi yang seharusnya, yaitu untuk memenuhi kebutuhan yang bersifat biologis dalam rangka menjalani kehidupan di dunia.

Budaya bahwa manusia haus dan lapar bukan kembali pada pijakan yang bersifat alami yang mutlak diperlukan oleh setiap makhluk hidup. Akan tetapi haus dan lapar lebih bersifat konsumtifisme. Tindakan membeli dan mengkonsumsi telah menjadi tujuan irrasional dan kompulsif, karena tujuannya terletak pada membeli dan sandaran trend itu sendiri, tanpa adanya hubungan sedikit pun dengan manfaatnya atau kesenangan dalam membeli dan mengkonsumsi barang-barang. Hal ini dijadikan simpul pemaparan seseorang dalam menjalani hidup, yaitu terlihat dengan gaya makanan dan minumannya. Sudah pasti akan melengkapi konsepnya dengan keinginan yang kuat tidak perlu kenyang yang penting gaya. Sebaliknya, dianggap kampungan kalau tidak pernah makan atau tidak mampu membelinya. Produk makanan lokal sudah jelas enak dan halal, dikategorikan sebagai makanan atau minuman yang kurang gizi atau ketinggalan era.

Kecenderungan gaya makan dan minum *trendy* dibarengi dengan keinginan dan harapan bisa menambah kebugaran dan vitalitas yang tinggi. Pendamping makanan atau minuman tambahan (suplemen), seperti *energy drink, capsul action*, jamu kuat untuk lelaki dan lain-lain. Dengan dalih sebagai pengobatan atau penambahan stamina, banyak orang yang mulai mengkonsumsi minuman atau daging binatang yang diharamkan, daging anjing, monyet, ular kobra, tikus, kalajengking, cicak serta berbagai reptil atau binatang buas lainnya.

Tinjauan Literatur

Manusia beragama mempunyai pijakan-pijakan yang didasarkan pada nilai-nilai wahyu, hendaklah selalu waspada akan semua rangkaian tipu daya kehidupan dunia. Hadits Nabi yang diriwayatkan oleh Imam Bukhari, yang artinya sebagai berikut: *Kamu akan mengikuti orang-orang sebelum kamu sejengkal demi sejengkal dan sehasta demi sehasta sehingga kalau mereka masuk ke lobang biawak sekalipun, niscaya kamu ikut memasukinya pula. Para sahabat lantas bertanya; Siapakah mereka yang baginda maksudkan itu, ya Rasulullah? Beliau pun menjawab; orang-orang Yahudi dan Nasrani. (HR. Bukhari), Dan hadits lain menegaskan; Dan barang siapa yang bertasyabbuh, yakni meniru-niru tingkah laku suatu kaum, maka ia tergolong dari mereka (yakni termasuk dalam kelompok yang ditirunya) (HR. Imam Ahmad dan Abu Daud).*

Maksud dari hadits-hadits tersebut hendaklah tidak selalu mengikuti *trend* yang populer dilingkungan sekitar kalau belum tahu persis, apakah hal tersebut sesuai dengan prinsip ajaran Islam atau tidak, khususnya dalam gaya hidup makan dan minum. Ditegaskan oleh Rasulullah, bahwa jika seseorang meniru perilaku orang-orang Yahudi dan Nasrani dengan segala adat dan kebiasaan yang melanggar ajaran Rasul, berarti termasuk ke dalam golongan tersebut. Dan jika telah demikian adanya, tidak tahu persis akan kekhawatiran azab Allah segera datang sebelum sadar akan kesalahan - kesalahan yang sudah dilakukan.

1. Makanan Halal dan Bergizi

Wacana keberagaman umat Islam Indonesia dalam dekade terakhir menarik untuk dicermati. Bergulirnya semangat pembaharuan terhadap arus pemikiran hukum Islam cukup mempunyai pengaruh terhadap sikap dan tingkah keberagamanya, baik dalam konteks kehidupan bermasyarakat maupun bernegara. Kalangan kota yang selama ini dikenal penganut sistem sosial budaya sekuler (paham sekularisme) sudah mulai merasa penting akan kehadiran sebuah ukuran nilai yang berdasarkan agama. Pemberlakuan lebelisasi halal secara otoritatif oleh pemerintah pada setiap produk makanan dan minuman yang ada juga menjadi standar yang penting bagi umat Islam.

2. Pentingnya Makanan Halal Bagi Muslim

Islam datang ketika umat manusia memandang makanan dari dua sudut pandangan ekstrem. Pertama, sebagian manusia menempatkannya hanya sebagai kebutuhan hidup yang diperlukan untuk kepentingan nafsu *hayawaniyah* (kebinatangan) dengan mengonsumsinya secara berlebihan. Kedua, justru ditempatkan sebaliknya, yaitu ditinggalkan sama sekali dengan melakukan puasa sehari semalam penuh (Jawa: ngebleng) dengan maksud-maksud tertentu.

Al Quran sebagai pedoman utama umat Islam mengajarkan kepada umat manusia pada umumnya dengan menempatkan makanan dan minuman pada tataran kebutuhan yang proporsional, yaitu dengan tetap melakukan setiap hari untuk mempertahankan hidup, namun harus pula tetap dalam kerangka semangat spiritualisme. Allah menegaskan dalam Firman-Nya: *"Hai sekalian manusia, makanlah yang halal lagi baik dari apa yang terdapat di bumi, dan janganlah kamu mengikuti langkah-langkah syaitan; Karena Sesungguhnya syaitan itu adalah musuh yang nyata bagimu". (QS Al Baqarah/2: 168)*

Ayat tersebut dengan jelas memberikan tekanan pada pentingnya manusia mengkonsumsi makanan yang halal dan *thayyib* (bergizi). Kemudian ditutup dengan peringatan agar manusia tidak mengikuti jejak langkah setan yang sudah dipastikan akan menjerumukan pada lembah kesesatan. Makanan halal yang disebut ayat tersebut

mengisyaratkan sebuah makna akan pentingnya semangat spiritualisme dalam memperoleh dan mengonsumsi makanan. Halal berarti sesuatu yang dibolehkan oleh Allah berdasarkan suatu prinsip yang sesuai dengan sunnah-Nya. Makanan yang kita makan harus jelas asal-usul dan jenisnya.

3. Dampak Makanan Halal Terhadap Perilaku

Ajaran Allah yang mengharuskan kita untuk selalu menjaga kehalalan pangan yang kita konsumsi sudah pasti mengandung berbagai maksud dan manfaat. Di samping karena alasan yang bersifat lahir (yaitu menjaga keseimbangan kesehatan dan tubuh), juga mengandung hikmah-hikmah batin yang tidak semuanya bisa di sentuh oleh kemampuan akal manusia. Demikian juga Allah memberikan ruang-ruang kepatuhan sebagai hamba untuk dijadikan tolak ukur keimanan dan ketakwaan, sejauh mana manusia yang mengaku dirinya beriman mau dan mampu menjelaskan syariat Nya.

Diantara dampak yang bisa dirasakan secara langsung dari makanan halal terhadap perilaku adalah sebagai berikut:

Pertama, menjaga keseimbangan jiwa manusia yang hakekatnya suci (fitrah) sebagaimana baru dilahirkan di dunia. Dengan mengonsumsi makanan halal, berarti kita konsisten dengan garis kesepakatan yang pernah terjadi di dalam kandungan ibu kita (alam arwah) yang berisi persetujuan bahwa Allah adalah Tuhan kita yang mengatur segala urusan. Perintah untuk selalu menjaga kehalalan makanan seiring dengan amal shaleh yang akan dilakukan untuk menjaga keseimbangan fitrah manusia seiring dengan maksud ayat: *"Hai rasul-rasul, makanlah dari makanan yang baik-baik, dan kerjakanlah amal yang saleh. Sesungguhnya Aku Maha mengetahui apa yang kamu kerjakan"*. (QS Al Mukminun/23:51). Ayat tersebut sangat menganjurkan manusia untuk selalu mencermati dengan sungguh-sungguh terhadap konsumsinya sebelum melakukan perbuatan-perbuatan yang segaris dengan nilai-nilai fitrah.

Kedua, menumbuhkan sikap juang yang tinggi dalam menegakkan ajaran Allah dan Rasul-Nya ajaran Allah dan rasul-Nya di bumi. Bagi orang yang selalu mengusahakan untuk menjaga makanannya dari yang haram berarti ia telah berjuang di jalan Allah dengan derajat yang tinggi. Hal ini sesuai dengan sabda Nabi SAW: *"Barang siapa yang berusaha atas keluarganya dari barang halalnya, maka ia seperti orang yang berjuang di jalan Allah. Dan barang siapa menuntut dunia akan barang halal dalam penjagaan, maka ia berada di dalam derajat orang-orang yang mati syahid"*. (HR Thabrani dari Abu Hurairah).

Ketiga, dapat membersihkan hati dan menjaga lisan dari pembicaraan yang tidak perlu. Makanan halal yang dikonsumsi akan tumbuh dan berkembang menjadi daging bersamaan dengan meningkatnya kualitas kesalehan-kesalehan, baik lahir maupun batin. Sebagaimana Nabi bersabda: *"Barang siapa yang makan makanan halal empat puluh hari, maka Allah menerangi hatinya dan Dia alirkan sumber-sumber hikmah dari hatinya atas lisannya"*. (HR. Abu Nuaim dari Abu Ayub).

Keempat, menumbuhkan kepercayaan diri di hadapan Allah. Orang yang selalu mengonsumsi makanan halal, maka dengan sendirinya akan menambah keyakinan diri bahwa Allah dekat dengan kita yang selalu mendengarkan permintaan doa kita. Sabda Nabi mengatakan yang artinya: *"Bahwasanya Saad mohon kepada Rasulullah SAW untuk memohonkan kepada Allah SWT untuk menjadikannya (Saad) diperkenankan doanya. Lalu beliau bersabda, Baikkanlah makananmu maka doamu diperkenankan"*. (HR Thabrani dari Ibnu Abbas).

4. Kriteria Halal Menurut Ulama Fikih

Menentukan halal atau tidaknya suatu urusan adalah suatu yang paling asasi dalam hukum Islam. Dalam al-Quran ditegaskan: *"Katakanlah: "Terangkanlah kepadaku tentang rezki yang diturunkan Allah kepadamu, lalu kamu jadikan sebagiannya Haram dan (sebagiannya) halal". Katakanlah: "Apakah Allah Telah memberikan izin kepadamu (tentang ini) atau kamu mengada-adakan saja terhadap Allah?"* (QS. Yunus :59). Demikian juga dalam firman Allah: *"Dan janganlah kamu mengatakan terhadap apa yang disebut-sebut oleh lidahmu secara dusta "Ini halal dan Ini haram", untuk mengada-adakan kebohongan terhadap Allah. Sesungguhnya orang-orang yang mengada-adakan kebohongan terhadap Allah tiadalah beruntung".* (QS. An-Nahl: 116).

Menurut pandangan ulama fiqh, dalil-dalil di atas (ayat-ayat tersebut) merupakan pengetahuan yang bersifat keyakinan bahwa Allah-lah satu-satunya Zat yang paling berhak memutuskan halal haramnya sesuatu. Secara teologis, pengharaman dan penghalalan sesuatu di luar otoritas yang dipunyai Allah adalah perbuatan yang bisa dikategorikan syirik. Barang siapa melakukannya (al-tahlil wa al-tahrim), maka dia telah melewati batas dan melampaui hak ketuhanan dalam pembuatan syariah untuk makhluk, dan barang siapa rela atas ilmu tersebut dan mengikuti jejaknya, maka ia telah menjadikan persekutuan kepada Allah dan masuk kategori syirik. Sebagaimana firman Allah: *"Apakah mereka mempunyai sembahsan-sembahan selain Allah yang mensyariatkan untuk mereka agama yang tidak diizinkan Allah? sekiranya tak ada ketetapan yang menentukan (dari Allah) tentulah mereka Telah dibinasakan. dan Sesungguhnya orang-orang yang zalim itu akan memperoleh azab yang amat pedih".* (QS Asy-Syura :21)

Al-Quran melarang keras mencela perbuatan orang-orang Ahli Kitab (Yahudi dan Nasrani) yang memberikan otoritas untuk menghalalkan dan mengharamkan kepada para pendeta dan rahib-rahib. Allah SWT berfirman: *"Mereka menjadikan orang-orang alimnya dan rahib-rahib mereka sebagai Tuhan selain Allah, dan (juga mereka mempertuhankan) Al masih putera Maryam, padahal mereka Hanya disuruh menyembah -mereka persekutuan".* (QS At-Taubah:31). Maksudnya: mereka mematuhi ajaran-ajaran orang-orang alim dan rahib-rahib mereka dengan membabi buta, biarpun orang-orang alim dan rahib-rahib itu menyuruh membuat maksiat atau mengharamkan yang halal.

Dari ayat-ayat dan hadits-hadits yang jelas sebagaimana tersebut di atas, para ahli fiqh mengetahui dengan seyakini-yakinnya bahwa Allah sajalah yang memiliki otoritas untuk menghalalkan dan mengharamkan, baik melalui kitab suci-Nya atau lisan rasul-Nya. Tugas mereka tidak lebih dari menjelaskan hukum Allah dalam hal-hal yang dihalalkan atau diharamkan tersebut.

Tidak terkecuali dalam masalah makanan, bahkan hal ini secara jelas diatur dalam Al-quran dan Al-Hadits. Dalam sebuah hadits Nabi, kategori makanan dibagi menjadi tiga macam, yaitu: *"Dari Abi Farwah dari as-Syabi dari an-Numan ibnu Basyir r.a. berkata, bersabda Rasulullah SAW: sesungguhnya halal itu jelas dan haram itu pun jelas. Dan di antara keduanya ada hal-hal yang samar atau tidak jelas".* (HR. Bukhari). Hadits tersebut menjelaskan bahwa sesuatu yang diberikan Allah kepada manusia di muka bumi ini terbagi menjadi tiga bagian: 1) *halal*, diperbolehkan untuk dikonsumsi sesuai dengan kadar cukup, 2) *haram*, tidak diperbolehkan untuk dikonsumsi kecuali dalam kondisi khusus (darurat yang mengharuskan untuk mengkonsumsi karena alasan akan hilangnya kehidupan, 3) *Syubhad*, sesuatu yang berada diantara keduanya.

Sebagian rahmat Allah kepada umat manusia adalah bahwa Allah tidak membiarkan mereka dalam kebimbangan tentang hukum halal dan haram. Sebaliknya, Allah menjelaskan yang halal dan menguraikan yang haram sedemikian rupa sebagaimana firman-Nya: *“Mengapa kamu tidak mau memakan (binatang-binatang yang halal) yang disebut nama Allah ketika menyembelinya, padahal Sesungguhnya Allah Telah menjelaskan kepada kamu apa yang diharamkan-Nya atasmu, kecuali apa yang terpaksa kamu memakannya. dan Sesungguhnya kebanyakan (dari manusia) benar benar hendak menyesatkan (orang lain) dengan hawa nafsu mereka tanpa pengetahuan. Sesungguhnya Tuhanmu, Dia-lah yang lebih mengetahui orang-orang yang melampaui batas”*. (QS: Al-Anam :119).

Yang jelas-jelas halal tidak ada masalah untuk melakukannya. Sedangkan yang jelas-jelas haram, dalam kondisi normal tidak ada dispensasi untuk melanggarnya. Ada wilayah di antara yang jelas-jelas halal dan jelas-jelas haram, yaitu wilayah *syubhad*. Bagi sebagian orang, beberapa masalah halal dan haram tidak begitu jelas. Hal itu mungkin karena ketidakjelasan dalil-dalilnya, karena kebimbangan menerapkan nash dalam realitas kehidupan, atau mungkin hal itu sendiri yang memang masih membingungkan. Islam menekankan sikap *wara*, yakni bahwa seorang muslim hendaknya menghindari hal-hal yang syubhat agar tidak terjerumus upaya preventif menutup segala pintu kemungkaran atau *saddu dzariah*. Hal ini juga merupakan pendidikan berwawasan ke depan, yang paham dan berpengalaman akan hakikat manusia dan kehidupan.

Namun demikian, jika pernyataan halal terhadap sesuatu tidak dijelaskan hukumnya dalam Al-Quran dan As-Sunnah, atau memang secara teknis praktik (modifikasi dan proses teknologinya) tidak diatur, maka hal ini masuk dalam wilayah *ijtihadiah*. Dan persoalan *ijtihadiah* (kawasan *dzanniyah*) adalah urusan ahli hukum fiqh (*fuqaha*), dalam hal ini adalah mujtahid yang berbakat. Bakat diartikan sebagai kemampuan dalam berijtihad walaupun belum menguasai seluruh masalah. Hal ini dapat dikembangkan melalui serangkaian praktik pemberian keputusan fiqh dan melakukan kajian fiqh terhadap berbagai pendapat yang berkembang. Maka dari itu, para ahli fiqh mempunyai kriteria-kriteria halal dan haramnya sesuatu, khususnya masalah makanan.

Para ulama, dalam menentukan prinsip bahwa segala sesuatu asalnya boleh, merujuk kepada beberapa ayat Al-Quran. Misalnya ayat: *“Dia-lah Allah, yang menjadikan segala yang ada di bumi untuk kamu dan dia berkehendak (menciptakan) langit, lalu dijadikan-Nya tujuh langit. dan dia Maha mengetahui segala sesuatu”*. (QS Al-Baqarah:29). Lalu ayat: *“Dan dia Telah menundukkan untukmu apa yang di langit dan apa yang di bumi semuanya, (sebagai rahmat) daripada-Nya. Sesungguhnya pada yang demikian itu benar-benar terdapat tanda-tanda (kekuasaan Allah) bagi kaum yang berfikir”*. (QS Al-Jatsiyah: 13). Dan ayat: *“Tidakkah kamu perhatikan Sesungguhnya Allah Telah menundukkan untuk (kepentingan)mu apa yang di langit dan apa yang di bumi dan menyempurnakan untukmu nikmat-Nya lahir dan batin. dan di antara manusia ada yang membantah tentang (keesaan) Allah tanpa ilmu pengetahuan atau petunjuk dan tanpa Kitab yang memberi penerangan”*. (QS Luqman:20)

Allah SWT tidak menciptakan makhluk ini lalu menundukkan dan menjadi-kannya kenikmatan untuk umat manusia, kemudian menghalanginya untuk dinikmati dengan mengharamkan. Bagaimana mungkin Allah telah menciptakannya, lalu menundukkannya untuk dinikmati? Kalau kemudian Allah SWT ternyata mengharamkan sebagiannya, itu karena lebih disebabkan hikmah-hikmah tertentu yang tersembunyi.

Dari sinilah maka wilayah keharaman dalam syariat Islam sesungguhnya sangatlah sempit. Sebaliknya, wilayah kehalalan terbentang sangat luas. Oleh karena itu *nash* yang *shahih* maupun *sharih* yang datang untuk mengharamkan sesuatu sedikit sekali jumlahnya. Selain itu, sesuatu yang tidak ada *nash* yang mengharamkannya, dikembalikan kepada hukum asalnya yaitu *boleh* yang berada di wilayah pengampunan Tuhan. Dalam soal makanan, ada dua pengertian yang bisa kita kategorikan kehalalannya, yaitu: a) *halal dalam mendapatkan*, b) *halal dzat atau substansi barangnya*. Halal dalam mendapatkan maksudnya adalah benar dalam mencari dan memperolehnya. Tidak dengan cara yang haram dan tidak pula dengan cara yang batil. Halal dalam mendapatkannya inilah yang nanti pada waktu kiamat akan ditanya atau dimintakan pertanggungjawabannya.

5. Makanan dan Pengaruh Perilaku Manusia

Secara substansi, setiap barang atau benda yang diharamkan oleh Allah pada dasarnya mempunyai kandungan hikmah dan manfaat. Namun, manusia tidak selalu mampu menelusuri kandungan hikmah dan manfaat apa yang menjadi ketentuan Allah, karena keterbatasan daya jangkauan akal. Keharaman *khamar* atau babi tidak selalu dapat kita temukan hikmah yang bersifat *zhahir* (nampaknya) saja. Dulu banyak orang berpikir bahwa haramnya *khamar* karena memabukkan yang bisa merusak kesehatan manusia. Namun alasan kesehatan akan kehilangan relevansinya kalau *khamar* diminum oleh orang atau masyarakat di daerah yang mempunyai cuaca yang sangat dingin seperti di daerah Eskimo, misalnya. Hal yang sama berlaku terhadap daging babi. Kalau dahulu orang mencari sebab-sebab keharaman babi lebih karena mengandung cacing pita yang bisa mengganggu kesehatan. Tetapi dengan perkembangan teknologi mutakhir, ternyata cacing pita bisa dihilangkan dengan metode modern tertentu. Lalu apakah keharamannya akan menjadi hilang? Tentunya tidak demikian adanya.

Dalam doktrin ajaran Islam, bahwa keharaman dan kehalalan sesuatu secara substansinya itu merupakan otoritas mutlak yang dipunyai oleh Allah SWT yang tidak boleh diotak atik akal manusia yang terbatas. Manusia hanya boleh menduga-duga maksud hakiki dari *Syari* (Allah) tanpa harus menyimpulkan secara mutlak. Salah satu kaidah fiqh menyebutkan sebuah ketentuan: "*Janganlah kamu tanyakan apa yang ditetapkan oleh Allah*".

Jadi kita harus menerima apa-apa yang sudah ditentukan oleh Allah SWT, baik berupa perintah maupun larangan. Kekuatan iman seseorang menjadi penentu kepatuhan yang dalam terhadap ajaran Allah. Ketika Allah mengharamkan sesuatu secara substansi (zat) nya, maka bagi orang beriman seharusnya tidak bertanya, Mengapa Allah mengharamkan ini? Hal ini disebabkan apa yang disyariatkan Allah kepada manusia adalah untuk kebaikan manusia itu sendiri. Maka dari itu, kalau manusia melanggar hukum Allah, pasti akan mendapatkan dampak negatif dari pelanggaran itu.

Mengingat pentingnya konsumsi yang halal bagi manusia, dan harapan Allah agar manusia selalu dalam kebaikan baik secara jasmani maupun rohani, maka Islam memberikan perhatian dan peringatan keras terhadap kaum muslim agar tidak mengonsumsi makanan atau minuman yang haram secara *dzatiah*, dianggap sebagai bagian dari api neraka dan diancam hukuman dibakar (diakhirat) kelak. Hal ini seiring dengan hadits Nabi: "*Setiap daging yang tumbuh dari barang haram, maka neraka itu lebih utama denganya*". (HR. Turmudzi dari Kaab bin Ujrah).

Demikian juga dampak buruk yang diakibatkan oleh barang atau benda haram secara *ghairu dzatiah* (diluar substansinya) karena diperoleh dengan cara yang tidak halal. Seperti

korupsi (mencuri), kolusi, manipulasi, penipuan, riba dan lain sebagainya. Dan bentuk-bentuk usaha yang tidak memperhatikan ketentuan agama, seperti jual beli produk-produk yang diharamkan, minuman keras, menyediakan sarana maksiat, hiburan buka aurat, lokalisasi pelacuran, usaha-usaha yang mengandung riba dan masih banyak lagi.

Jika seseorang telah menjadi budak harta dan dengan segala cara untuk memperolehnya, maka segala kemaksiatan akan dilakukan. Karena mengonsumsi barang haram (baik *dzat* maupun cara memperolehnya), akan mempunyai kecenderungan untuk selalu melakukan dosa yang semakin jauh dari tuntunan Ilahi. Akibatnya ia semakin terbenam dalam kebiasaan-kebiasaan yang dibimbing oleh hawa nafsu. Lebih lanjut lagi, makanan haram yang diperoleh tentu bukan hanya dikonsumsi oleh kepala keluarga, melainkan juga istri, anak-anak dan segenap anggota keluarga. Dalam hal ini terjadi distribusi dampak dosa yang jelas dapat menimbulkan akibat luas.

Diantara hasil dari makanan yang dikonsumsi ialah memberi (menyediakan) energi bagi seluruh organ tubuh, mendorong daya pikir, dan menggantikan serta membentuk sel-sel maupun jaringan anggota badan yang sebagiannya juga berupa zat organik pelanjut keturunan (sperma serta indung telur). Maka patut diduga dan dikhawatirkan, makanan yang haram akan mendorong pada perilaku-perilaku yang diharamkan pula menurut ketentuan agama Islam, selaras dengan sinyalemen Nabi SAW dalam haditsnya yang telah disebutkan di atas, karena setan telah merasuk ke dalam diri dan jiwanya, mempengaruhi gerak langkah yang dilakukan. Selanjutnya, dampak itu terus menetes dan mewaris pada keturunan, sehingga anak-anak dan cucunya pun berkecenderungan pada perilaku yang diharamkan pula.

Metode, Data, dan Analisis

Penulis menguraikan dengan metode yang dipakai adalah penelitian yang tercakup di dalamnya metode pendekatan, metode pengumpulan data, dan metode pengolahan data serta metode Analisa data.

Objek studi dalam kajian ini adalah ayat-ayat Al-Qur'an. Oleh karena itu, penulis menggunakan metode pendekatan penafsiran Al-Qur'an dari segi metode tahlili dan kesehjian, Dalam menganalisa data yang telah terkumpul penulis menggunakan metode tahlili. Adapun prosedur kerja metode tahlili yaitu: menguraikan makna yang dikandung oleh Al-Qur'an ayat demi ayat dan surah demi surah; menguraikan berbagai aspek yang dikandung ayat yang ditafsirkan; kaitannya dengan ayat-ayat yang lain baik sebelum maupun sesudahnya (munasabah) dan tak ketinggalan pendapat-pendapat yang telah diberikan berkenaan dengan tafsir ayat-ayat tersebut, baik dari Nabi, sahabat, para tabiin maupun ahli tafsir lainnya.

Untuk mengumpulkan data, digunakan penelitian kepustakaan (*library research*), yakni menelaah referensi atau literatur-literatur yang terkait dengan pembahasan, baik yang berbahasa asing maupun yang berbahasa Indonesia. Studi ini menyangkut ayat Al-Qur'an, maka sebagai kepustakaan utama dalam penelitian ini adalah kitab suci Al-Qur'an. Sedangkan kepustakaan yang bersifat primer adalah kitab tafsir dan menjadi sifat sekunder yang dijadikan penunjang adalah buku-buku ke-Islaman dan artikel-artikel serta buku-buku.

Agar data yang diperoleh dapat dijadikan sebagai bahasan yang akurat, maka penulis menggunakan metode pengolahan dan analisis data yang bersifat kualitatif dengan cara berfikir yaitu: a. Deduktif, Deduksi adalah cara berfikir berangkat dari pengetahuan yang

sifatnya umum yang bertitik tolak dari pengetahuan yang sifatnya umum, dan dengan bertitik tolak dari itu, hendak menilai suatu kejadian yang khusus. Penggunaan metode ini adalah memahami nash dengan menjabarkan semua aspek yang mendukung kejelasan masih yang meliputi uraian. b. Induktif, Induksi berarti cara berfikir berangkat dari fakta-fakta yang khusus, peristiwa-peristiwa yang konkrit itu ditarik secara generalisasi yang mempunyai sifat umum. Metode ini penulis gunakan untuk mengumpulkan dari berbagai pendapat ahli tafsir.

Hasil dan Diskusi

Halalan thayyiban memiliki makna yang dalam. Istilah ini berasal dari bahasa Arab dan memiliki definisi khusus. Menurut penjelasan dalam kamus al-Ma'ani, "*halal*" mengacu pada keabsahan dan kebolehan sesuatu menurut hukum atau norma yang berlaku. Sedangkan "*thayyiban*" berasal dari kata dasar "*thayyib*" yang memiliki arti baik, sehat, dan bernilai. Dalam Bahasa hukum mencakup segala sesuatu yang dibolehkan agama, baik kebolehan bersifat *sunnah* (anjaran untuk dilakukan), *makruh* (anjaran untuk ditinggalkan), maupun mubah (boleh). Bisa jadi sesuatu yang halal (boleh), tetapi tidak dianjurkan atau dengan kata lain hukumnya adalah makruh.

Secara etimologi kata halalan berarti hal-hal yang boleh dan dapat dilakukan karena bebas atau tidak terikat dengan ketentuan-ketentuan yang melarangnya. Makanan atau At'imah adalah bentuk jamak dari kata ta'am, yaitu apa saja yang dimakan oleh manusia dan disantap, beberapa pangan dan lainnya. Segala jenis makanan apa saja yang ada di dunia halal untuk dimakan kecuali ada larangan dari Allah SWT dan Nabi Muhammad SAW untuk dimakan. Agama Islam menganjurkan kepada pemeluknya untuk memakan makanan yang halal dan baik. Makanan halal maksudnya makanan yang diperoleh dari usaha yang diridhoi Allah. Makanan halal adalah makanan yang diperbolehkan (diizinkan) untuk dikonsumsi oleh umat Islam sesuai dengan aturan-aturan yang ditetapkan dalam Islam.

Makanan yang halal lagi baik adalah makanan yang harus dikonsumsi oleh setiap muslim, sebab makanan seperti ini disamping secara Rohani akan menjadikan sehatnya Rohani, juga akan memberikan kontribusi bagi terpenuhinya nutrisinya pada jasmani serta bersifat pada jasmani serta bersifat menyehatkan. Ulama telah memanfaatkan agar muslim tetap senantiasa memakan makanan yang halal lagi baik, dan tidak tercampur sedikitpun dengan makanan yang haram. Penegasan ini dikukuhkan lewat kaidah ushul fiqh yang menyatakan bahwa, apabila terkumpul barang yang halal dan yang haram maka hukumnya harus disamakan dengan yang haram. Makanan yang enak dan lezat belum tentu baik untuk tubuh, dan boleh jadi makanan tersebut berbahaya bagi kesehatan. Selanjutnya makanan yang tidak halal bisa mengganggu kesehatan rohani.

Makanan merupakan apa saja yang bisa dimakan, dapat berupa sayuran, biji-bijian maupun buah-buahan, serta berbagai jenis daging dan ikan. Pada dasarnya semua barang yang ada di muka bumi ini menurut hukum aslinya adalah halal atau boleh dimakan. Secara umum ada tiga makanan yang dikonsumsi manusia, yakni nabati, hewani dan hasil olahan. Makanan nabati secara keseluruhan halal, karena itu boleh dikonsumsi kecuali mengandung racun atau membahayakan fisik manusia. Sedangkan makanan hewani ada dua, yaitu hewan laut yang dibolehkan dikonsumsi dan hewan darat sebagian kecil boleh dimakan.

Allah telah membuat kriteria makanan yang boleh dikonsumsi dengan standar *halalan tayyiban*. Islam mengatur setiap sendi-sendi kehidupan umatnya, salah satunya dalam masalah makanan yang dikonsumsi. Ini bukan untuk mempersulit melainkan demi menghindari hal-hal mudarat bagi tubuh kaum muslim. Makanan yang *halalan tayyiban* memiliki aspek penting dalam menjaga kepatuhan terhadap prinsip agama dan kebutuhan nutrisi. Ketika kita menyebutkan “*halal*,” kita merujuk pada kepatuhan terhadap aturan-aturan agama yang mengatur jenis-jenis makanan yang boleh dikonsumsi oleh umat muslim. Namun, konsep “*tayyiban*” menambah dimensi lebih dalam, di mana makanan juga diharapkan memberikan nilai gizi yang baik dan berkontribusi pada kesehatan kita. Makanan yang *halalan tayyiban* memiliki peran ganda yang positif. Pertama, aspek “*halal*” memastikan bahwa makanan tersebut dipersiapkan dan diproduksi dengan mematuhi standar agama, sehingga memenuhi tuntutan keyakinan dan prinsip kepercayaan umat muslim. Kedua, kualitas “*tayyiban*” memastikan bahwa makanan tersebut mengandung nutrisi yang diperlukan oleh tubuh kita, tanpa membawa risiko buruk bagi kesehatan. Oleh karena itu, memilih makanan yang *halalan tayyiban* adalah langkah bijak dalam memelihara keselamatan rohani dan fisik.

Konsep *halalan thayyiban* juga mencerminkan pandangan Islam yang menganjurkan keberkahan dalam setiap aspek kehidupan. Dengan memilih makanan yang halal dan baik, umat muslim berusaha menjalankan prinsip-prinsip agama yang mengarahkan mereka untuk hidup sehat dan bermanfaat bagi diri sendiri serta sesama. Dalam konteks ini, istilah “*halalan thayyiban*” mencerminkan tujuan akhir untuk menciptakan kehidupan yang seimbang dan harmonis di segala aspek. Sebagaimana dalam al-Qur’an : “*Wahai manusia! Makanlah dari (makanan) yang halal dan baik yang terdapat di bumi, dan janganlah kamu mengikuti langkah-langkah setan. Sungguh, setan itu musuh yang nyata bagimu.*”

Dalam menghadapi realitas kehidupan modern yang kompleks, perilaku konsumtif dianggap sebagai sifat ataupun karakter dari kehidupan modern. Trend dan gaya hidup *fashionable* merupakan sebuah sifat atau ciri dari kehidupan modern beriringan dengan perkembangan teknologi dan globalisasi. Perilaku konsumtif dipengaruhi oleh nafsu yang mengutamakan kesenangan dan keinginan daripada kebutuhan. Akibatnya tanpa pertimbangan yang matang individu lebih mudah melakukan konsumsi yang tidak sesuai dengan kebutuhan pokoknya sendiri.

Perkembangan teknologi di era modern sekarang ini sangatlah pesat dan padat. Akibat dari pesat dan padatnya perkembangan teknologi dan globalisasi mendorong manusia memiliki perilaku konsumtif.. Perilaku konsumtif dianggap sebagai sifat ataupun karakter dari kehidupan modern. Trend dan gaya hidup *fashionable* merupakan sebuah sifat atau ciri dari kehidupan modern yang beriringan dengan perkembangan teknologi dan globalisasi. Perilaku konsumtif banyak dipengaruhi oleh nafsu yang mengutamakan kesenangan dan keinginan daripada kebutuhan. Akibatnya tanpa pertimbangan yang matang individu lebih mudah melakukan konsumsi yang tidak sesuai dengan kebutuhan pokoknya sendiri.

Perkembangan teknologi di era modern sekarang ini sangatlah pesat dan padat. Akibat dari pesat dan padatnya perkembangan teknologi dan globalisasi mendorong manusia memiliki perilaku konsumtif. Pada awal abad ke-20 perkembangan globalisasi kebudayaan secara intensif terjadi yang ditandai dengan perkembangan teknologi komunikasi. Hubungan secara fisik perlahan dapat digantikan oleh hubungan ataupun aktivitas melalui

media sebagai sarana utama komunikasi antar bangsa, sehingga komunikasi terjalin lebih mudah. Oleh karena itu, perkembangan globalisasi kebudayaan menjadi semakin pesat.

Perilaku konsumtif dianggap sebagai sifat ataupun karakter dari kehidupan modern. Trend dan gaya hidup fashionable merupakan sebuah sifat atau ciri dari kehidupan modern yang beriringan dengan perkembangan teknologi dan globalisasi. Perilaku konsumtif banyak dipengaruhi oleh nafsu yang mengutamakan kesenangan dan keinginan daripada kebutuhan. Akibatnya tanpa pertimbangan yang matang individu lebih mudah melakukan keonsumsi yang tidak sesuai dengan kebutuhan pokoknya sendiri.

Allah SWT telah memberikan keluasaan dalam arti mempersilahkan manusia dalam mengkonsumsi segala sesuatu yang ada di bumi. Berdasarkan Q.S Al Baqarah ayat 168. Allah SWT berfirman: *"Wahai manusia, makanlah sebagian (makanan) di bumi yang halal lagi baik dan janganlah mengikuti langkah-langkah setan. Sesungguhnya ia bagimu merupakan musuh yang nyata"*.

Berdasarkan ayat di atas dijelaskan, Wahai manusia! Makanlah dari makanan yang halal, yaitu yang tidak haram, baik zatnya maupun cara memperolehnya. Dan selain halal, makanan juga harus yang baik, yaitu yang sehat, aman, dan tidak berlebihan. Makanan dimaksud adalah yang terdapat di bumi yang diciptakan Allah untuk seluruh umat manusia, dan janganlah kamu mengikuti langkah-langkah setan yang selalu merayu manusia agar memenuhi kebutuhan jasmaninya walaupun dengan cara yang tidak sesuai dengan ketentuan Allah. Waspadailah usaha setan yang selalu berusaha menjerumuskan manusia dengan segala tipu dayanya. Allah mengingatkan bahwa sungguh setan itu musuh yang nyata bagimu, wahai manusia.

Kesimpulan

Makanan selama ini orang hanya cenderung memperhatikan rasanya atau trend-nya saja. Padahal semua ini tidak cukup, harus dijaga pula kehalalan dan gizinya. Al-quran telah memberikan konsep yang seimbang, yaitu halalan Tayyiban (halal dan bergizi).

Halal dan bergizi dalam pandangan Islam tidak dapat dipisahkan, karena keduanya berpengaruh besar dalam proses pembentukan psikis dan fisik manusia. Kalau makanan yang disuplai ke dalam tubuh manusia tidak mengindahkan seruan Allah, maka pasti bahaya akan datang, tidak hanya bahaya di dunia, tetapi juga di akhirat masuk neraka.

Referensi

- Chrisnawati and Abdullah, *"Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Konsumtif Remaja Terhadap Pakaian (Studi Kasus Pada Remaja Berstatus Sosial Ekonomi Rendah)."*
- Departemen Agama RI, *Al-Quran dan Terjemahnya*, Jakarta: Proyek Pengadaan Kitab Suci Al-Quran, 1986, Cet ke-5.
- Daud, Abi, *Sunan Abi Daud*, Indonesia: Maktabah Dahlan,
- Diana Candra Dewi, *Rahasia Dibalik Makanan Haram*, Malang: UIN Malang Press, 2007.
- Donny Ernawan, *Pengaruh Globalisasi Terhadap Eksistensi Kebudayaan daerah di Indonesia*, *Jurnal kajian Lemhannas RI* 32, no 1, 2017, hal. 6-7

- Fadhilah Mudhafir dan H.A.F. Wibisaono, *Makanan Halal*, Surabaya: Yayasan Kampusiana, 2004
- Fajar Ahmad, *Konsep halal dan thayyib dalam produksi dan konsumsi: kajian sistem ekonomi islam*, Jebesh, Vol. 2 No. 4, 2024
- Fikri, *Tidak Perlu Kenyang yang Penting Gaya*, Jakarta, 2001
- Fuad Noeh, Munawar, *Islam dan Gerakan Moral Anti Korupsi*, Jakarta: Zkirul Hakim, Novembser 1997
- Girindra, Aisyah, *Lembaga Peng-kajian Pangan, Obat-obatan dan Kosmetika: masa lalu, Kini, dan Akan Datang*, Jakarta, MUI, 1997.
- Health Today, Tren Hidup Sehat, “Ketakutan Terhadap Kolesterol”, Jakarta: Juli, 2001
- Husaini, Taqiyyudddin Abi Bakar, *Al-Kifayat al-Akhyar*, Semarang: Usaha Keluarga, t.th.
- Iis Sumiati, Neneng Windayani, Ade Yeti Nuryantini, *Eksplorasi konsep makanan halalan thayyiban di lingkungan sekolah dasar: studi literasi halal peserta didik*, JHPR, Vol. 7 No. 1, 2024.
- Irawan Soehartono, *Metode Penelitian Sosial*, Bandung, PT Remaja Rosdakarya, 2002
- Izza Afkarina, *Pengaruh Persepsi Iklan Fashion di Media Sosial Facebook terhadap Perilaku Konsumtif Ibu-ibu Muda Desa Kedawung Kecamatan padang Kabupaten Lumajang*, UIN Kiai Haji Achmad Siddiq Jember, 2021
- Muzakki, Fauzan Ra’if, *Konsep makanan halal dan thayyib terhadap kesehatan dalam al-qur’an (analisis kajian tafsir tematik)*, Thesis, 2021
- Musthafa Kamal Pasha, *Fiqih Islam*, Yogyakarta: Citra Karsa Mandiri, 2002
- M. Quraish Shihab, *Wawasan Al Qur’an*, Bandung: PT Mizan, 1996.
- Nurkhayati Rojabiah, Sri Suryani, Sigit Budiyanto, *Korelasi makanan halal dan thayyib terhadap kesehatan dalam perspektif al-qur’an*, International journal mathla’ul anwar of halal issues Volume 3 Number 1: March 2023
- Purwanto, *Metodologi Penelitian Kuantitatif Untuk Psikologi dan Pendidikan*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2008
- Sayyid Sabiq, *Fikih Sunnah*, Juz 13, Bandung:PT Al Ma’arif, 1988
- Thobieb Al-Ansyhar, *Bahaya Makanan Haram*, Al-Mawardi Prima, Jakarta, 2002
- Wiwik Widiyati, 2023, *Makanan Dan Gizi Dalam Perspektif Islam Dan Kesehatan (Analisa Kajian Literatur)*, Corona: Jurnal Ilmu Kesehatan Umum, Psikolog, Keperawatan dan Kebidanan Vol.1, No.4 Desember 2023 e-ISSN: 3031-0172 ; p-ISSN: 3031-0180, Hal 150-162.
- Yusuf Qardhawi, *Halal dan Haram dalam Pandangan Islam*, Jakarta: Robbani Press, 2000