

## KONSEP BERKAH DALAM KONSUMSI MAKANAN HALAL: TINJAUAN AL-QUR'AN DAN SUNAH

Ridani Faulika Permana<sup>1</sup>, Siti Us Bandiyah<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Universitas Darussalam Gontor, Indonesia

<sup>2</sup>Universitas Darussalam Gontor, Indonesia

ridani.faulika@unida.gontor.ac.id

### Abstrak

Mengonsumsi produk halal bagi Muslim merupakan syarat diterimanya amal ibadah. Bahkan ia berperan dalam membentuk perilaku dan kepribadian seseorang, serta berpengaruh besar pada proses transfer ilmu. Ironisnya, rendahnya kesadaran halal membuat masyarakat cenderung abai terhadap apa yang dikonsumsi, sehingga hilang keberkahan dalam kehidupan. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi konsep keberkahan dalam aktivitas konsumsi makanan halal menggunakan perspektif Al-Qur'an dan Hadits. Penelitian ini merupakan studi pustaka menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan kualitatif. Secara tersurat, Al-Qur'an menyebutkan perintah Allah agar manusia mengonsumsi makanan yang halal dan thayyib. Hal ini menunjukkan hubungan antara Al-Quran dengan ilmu sains, yaitu bagaimana makanan bergizi dan baik untuk dikonsumsi. Di sisi lain, Islam mengajarkan konsep keberkahan dalam mengonsumsi makanan sehingga mendatangkan kebaikan bagi kehidupan manusia. Konsep keberkahan banyak dibahas secara gamblang dalam Al-Qur'an dan Sunah. Keberkahan inilah yang menjadi poin penting dalam membangun peradaban Islam yang madani.

**Kata Kunci:** *Konsep Berkah, Konsumsi Makanan Halal, Al-Qur'an, Sunnah*

### Abstract

*Consuming halal products for Muslims is a condition for accepting acts of worship. In fact, it plays a role in shaping a person's behavior and personality, and has a major influence on the process of knowledge transfer. Ironically, the low of halal awareness makes people tend to ignore what they consume, so that blessings in life are lost. This study aims to explore the concept of blessing in halal food consumption activities using the perspective of the Qur'an and Sunna. This research is a literature study using a descriptive method with a qualitative approach. Explicitly, the Qur'an mentions God's commandment for humans to eat halal and tayyib food. This shows the relationship between the Qur'an and science, namely how nutritious and good food is to be consumed. On the other hand, Islam teaches the concept of blessing in consuming food so that it brings goodness to human life. The concept of blessing is widely discussed in the Qur'an and Sunna. This blessing is an important point in building an Islamic civilization.*

**Keywords:** *Concept of Blessing, Consumption of Halal Food, Al-Qur'an, Sunna*

## PENDAHULUAN

Makan merupakan salah satu fitrah makhluk hidup, baik itu hewan, tumbuhan, maupun manusia. Oleh karenanya, Quraish Shihab dalam bukunya “*wawasan alQur’an*” menjelaskan bahwa kebutuhan manusia itu bertingkat-tingkat, ada yang harus dipenuhi segera seperti oksigen (udara), ada pula yang dapat ditangguhkan untuk beberapa saat, seperti aktivitas makan dan minum. Serta ada yang dapat ditunda untuk waktu yang lebih panjang, hal ini seperti pemenuhan seksual (Shihab, 2007).

Jika diteliti di dalam Al-Quran, kata makan itu disebut dengan *tha’am* yang artinya segala sesuatu yang dimakan atau dicicipi, sedangkan minuman juga termasuk dalam pengertian ini. Sementara, di dalam surah Al-Baqarah ayat 249, Allah menyebutkan kata *syariba* (minum) dan *yath’am* (makan) untuk objek yang berkaitan dengan air minum. Kata *tha’am* terulang 48 kali dalam berbagai bentuk yang menunjukkan perhatian besar Al-Quran berkaitan dengan aspek makanan. Surah Quraisy ayat 3-4, Al-Quran bahwa menyebutkan kecukupan pangan serta terciptanya stabilitas keamanan merupakan dua sebab utama kewajaran beribadah kepada Allah. Sementara perintah makan, Al-Quran menggunakan kata *akala* yang dirangkaikan dengan kata halal dan *thayyib* (baik) di sembilan tempat. Ini menunjukkan, makanan terbaik adalah makanan yang memenuhi dua kriteria tersebut (Shihab, 2007).

Buya Hamka dalam tafsirnya menjelaskan, makanan halal berpengaruh pada jiwa dan sikap hidup manusia (Hamka, Tafsir Al-Azhar, 2015). Apabila manusia dapat mengatur makan dan minumannya, mencari dari sumber yang halal, bukan dari penipuan, dan korupsi, maka jiwa akan terpelihara dari kekasarannya. Dalam Hadits Ibnu Mardawaihi dari Ibnu Abbas, dijelaskan bahwa satu suap makanan yang haram menyebabkan tidak diterimanya amal manusia selama empat puluh hari dan neraka sebagai tempat kembalinya. Sebagian ulama mengatakan, makanan haram juga berpengaruh pada jiwa dan membawa mimpi-mimpi buruk.

Makanan merupakan salah satu rezeki yang dijamin dan dibagikan Allah kepada seluruh makhluknya di bumi, dari kalangan hewan, tumbuhan, juga manusia, baik yang beriman maupun tidak. Namun, keberkahan Allah swt hanya diperuntukkan bagi orang-orang yang beriman dan bertaqwa, sebagaimana terekam dalam surat Al-A’raf ayat 96. Berkah merupakan energi positif yang menghasilkan kebaikan dan manfaat yang banyak, menambah pahala dan amal ibadah, serta menimbulkan ketenangan dan kedamaian dalam kehidupan manusia. Hidup berkah dalam Al-Quran diistilahkan dengan *hayatan thayyibah* (kehidupan yang baik). Ketika keberkahan hilang dalam kehidupan manusia maka hidup akan dipenuhi oleh rasa gelisah, rasa takut akan kemiskinan dan masa depan, selalu merasa miskin dan tidak pernah merasa cukup. (Zaenal Abidin, 2020)

Ironisnya, rendahnya kesadaran dan pengetahuan masyarakat terhadap halal dan haram, membuat mereka cenderung abai terhadap apa yang mereka konsumsi. Pengabaian terhadap kriteria halal dan *thayyib*, selain memberikan pengaruh buruk juga menyebabkan hilangnya keberkahan dalam kehidupan manusia.

## METODE

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kualitatif yang menekankan pada aspek pemahaman secara mendalam terhadap suatu masalah. Metode ini memiliki dua tujuan yaitu untuk menggambarkan dan mengungkapkan (*to describe and explore*), serta menggambarkan dan menjelaskan (*to describe and explain*). Peneliti menggunakan pendekatan literatur atau dokumentatif, dengan mempertimbangkan penelitian

yang telah lalu, serta melakukan pendalaman terhadap masalah yang akan diteliti. Adapun sumber literatur primer yang digunakan peneliti adalah kitab-kitab tafsir dan kajian tematik yang berkaitan dengan fokus penelitian, seperti buku-buku, jurnal penelitian dan pencarian melalui internet. Penelitian ini berupaya mengungkapkan konsep keberkahan dalam makanan halal dan relasinya dalam membangun peradaban madani. Maka variabel primer penelitian ini adalah konsep berkah dan variabel sekundernya adalah makanan halal. Merujuk pada tafsir dan relasi makna ayat (*siyaq al-ayah*), peneliti akan membuat analisa hubungan konsep berkah dengan aktivitas konsumsi makanan seorang Muslim.

### **Konsep Makanan Halal**

Ulama bersepakat bahwa pada segala sesuatu pada dasarnya adalah mubah. Semua yang ada di muka bumi telah disediakan Allah untuk manusia dan halal untuk dikonsumsi kecuali apa-apa yang diharamkan melalui *nash* (dalil) yang *shahih* (tidak cacat riwayat) dan *sharih* (jelas maknanya). Hal ini berdasarkan dalil pada surah Q.S. Al-Baqarah [2]: 29, Q.S. Luqman [31]: 20, dan Q.S. Al-Jatsiyah [45]: 13. Dalil ini menunjukkan wilayah keharaman Islam yang sangat sempit, dibanding wilayah kehalalannya yang terbentang luas. (Qardhawy, 2003)

Dalam bahasa Arab, halal berarti sah (*lawful*) atau boleh (*permissible*). Sebaliknya, haram adalah lawan kata halal, yang berarti tidak sah atau tidak boleh. Bagi Muslim, Halal berimplikasi pada seluruh aspek kehidupannya, mulai dari pakaian yang boleh dikenakan, hubungan laki-laki dan perempuan, kegiatan jual beli, hingga urusan makanan. (Teinaz Y. R., 2020) Makanan halal artinya makanan tersebut boleh dikonsumsi oleh Muslim, sementara makanan haram artinya dilarang untuk dikonsumsi. Sementara, penentuan halal dan haram dalam Islam secara prinsip adalah hak dan wewenang Tuhan semata. (Qardhawy)

Di samping itu, Allah memerintahkan manusia secara umum, dan mukmin secara khusus, untuk mengonsumsi makanan yang baik. Kata halal selalu direlasikan dengan kata *thayyib* dalam Al-Quran. Setidaknya ada 9 ayat yang menyebutkan relasi *halal* dan *thayyib*, yaitu Q.S. Al-Baqarah [2]: 168, Q.S. Al-Maidah [5]: 88, Q.S. Al-Anfal [8]: 69, Q.S. Yunus [10]: 59, serta Q.S. An-Nahl [16]: 114 dan 116. Hal ini menunjukkan, syarat halal dan *thayyib* ini harus dipenuhi sekaligus.

Karena boleh jadi suatu makanan yang halal menurut syariat, tidak *thayyib* untuk dikonsumsi. Atau sebaliknya, makanan yang baik dikonsumsi bisa jadi haram menurut syariat. Misalnya, daging lembu yang sudah disembelih secara sah dan halal, tidak lagi baik dikonsumsi jika dimakan mentah. Atau kepunyaan orang lain yang diambil dengan tipudaya halus atau paksaan, perbuatan ini akan menyebabkan makanan menjadi haram dikonsumsi meski secara zahirnya halal. Atau bergabung keduanya, yakni tidak halal dan juga tidak *thayyib*, seperti makanan haram yang dibeli melalui harta yang haram, jual beli *azhimat* atau daging babi. (Hamka, Tafsir Al-Azhar)

Konsep Islam dalam makanan sama dengan konsep Islam dalam hal lainnya, yaitu konsep yang menjaga keselamatan jiwa, raga dan akal. Makanan halal diperbolehkan karena bermanfaat bagi akal dan badan. Sebaliknya, makanan haram dilarang karena menyebabkan kerusakan akal dan badan. (Qardhawy, Halal dan Haram) Sesuatu yang halal dan haram itu sudah jelas, namun di antara keduanya ada perkara *syubhat*. Rasulullah Saw. bersabda, barangsiapa menjaga dari perkara syubhat maka sesungguhnya ia telah menjaga agama (*dien*) dan kehormatannya. Maka, sikap muslim ada di antara tiga hal ini, yaitu mengambil yang halal,

meninggalkan yang haram dan berdiam diri dari yang syubhat hingga terang hukumnya. (Siti Zulaekah, 2005)

Secara garis besar, kriteria makanan halal menurut zahirnya dapat digolongkan dalam tiga kategori berikut: *Pertama*, Hewan halal, dalam hal ini ada dua pedoman utama agar hewan halal untuk dikonsumsi, yaitu disembelih dengan menyebut nama Allah, dan kedua, berasal dari jenis hewan yang halal menurut syariat. Sehingga, seekor babi yang disembelih tidak serta merta halal meskipun menyebut nama Allah. (Mian N. Riaz, 2018)

Dalam Q.S. An-Nahl: 115 dan Q.S. Al-Baqarah: 173, secara gamblang Allah mengharamkan bangkai, darah, babi dan binatang yang disembelih tanpa menyebut nama Allah. Kriteria bangkai dijelaskan lebih lanjut dalam Q.S. Al-Maidah: 3, yaitu hewan yang mati tanpa disembelih, mati tercekik, dipukul, jatuh, ditanduk maupun diterkam hewan buas, seperti dijelaskan oleh Yusuf Qardhawi. (Qardhawy, Halal dan Haram)

Berkaitan darah, ulama bersepakat atas keharaman darah yang keluar (mengalir) pada saat penyembelihan. Namun, mereka berbeda pendapat tentang darah yang tidak mengalir dan darah ikan. Sebagian menganggapnya najis dan sebagian lainnya tidak menganggapnya najis. Menurut hadits, hanya ada dua jenis darah yang dibolehkan, yaitu jantung dan limpa. (Rusyd, 2006) Perihal babi, Qardhawi mengutip penelitian ilmiah bahwa babi adalah hewan yang menyukai sesuatu kotor serta mengandung cacing berbahaya bagi manusia. (Qardhawy, Halal dan Haram) Majelis Ulama Indonesia (MUI) telah merilis Fatwa (1994) tentang keharaman memanfaatkan seluruh bagian babi dan unsur turunannya.

Dalam mazhab Syafi'i, ada sejumlah hewan lain yang juga haram dikonsumsi, diantaranya hewan bertaring dan bergading, binatang beracun, hidup di dua alam, hewan menjijikan dan pemakan najis semata. Hewan dalam kategori ini meliputi himar kampung, *bighal*, burung gagak, elang, anjing, tikus, ular, kalajengking, katak, dan *jallalah*. Jallalah adalah julukan bagi hewan pemakan kotoran. (Rusyd, Bidayatul Mujahtid)

Susu dan telur yang berasal dari hewan halal, maka statusnya juga halal dikonsumsi. Namun jika susu dan telur dicampur dengan enzim atau zat emulsi lain yang diperoleh dari bahan non-halal, maka akan merubah statusnya menjadi haram. (Chaudry). Dalam hadits, Rasulullah menghalalkan semua jenis ikan dan makhluk yang hidup di laut tanpa perlu disembelih. Belalang termasuk dalam jenis ini (tidak perlu disembelih). (Qardhawy, Halal dan Haram) Imam Malik dan sebagian ulama lain mengecualikan ikan duyung dan babi laut. (Rusyd)

*Kedua* adalah, Tumbuhan dan sayuran, pada umumnya ulama bersepakat bahwa tumbuhan halal dikonsumsi secara mutlak, kecuali jika mengandung racun atau diniatkan untuk membuat makanan haram, seperti bir atau minuman keras. Dalil kebolehan dapat dilihat dalam Q.S. Al-An'am [6]: 141, bahwa Allah telah menghalalkan berbagai jenis tanaman dan buah-buahan, semisal zaitun dan delima, asal tidak berlebih-lebihan. (Zulaekah)

Dan yang *ketiga*; Minuman dan Narkotika, hanya ada satu jenis minuman yang diharamkan dalam syariat, yaitu *khamr* atau minuman yang memabukkan. Dalilnya berdasar hadits yang diriwayatkan Ahmad dan Abu Daud, bahwa setiap yang memabukkan adalah *khamr* dan diharamkan. Allah melarang *khamr* dan menyebutnya sebagai *rijs* (sesuatu yang buruk dan keji) karena dapat mengacaukan akal dan termasuk perbuatan syaitan, seperti terekam dalam Q.S. An-Nisa [4]: 43 dan Q.S. Al-Maidah [5]: 90-91. Seorang Muslim, jelas Qardhawi, dilarang memanfaatkan *khamr* meski sedikit, berbisnis *khamr*, serta memberi hadiah *khamr* (Qardhawy, Halal dan Haram). Ia juga memasukan semua jenis narkotika sebagai *khamr*, baik dalam bentuk ganja, kokain, opium, dan sejenisnya (Qardhawy, Halal dan Haram).

Ulama berbeda pendapat tentang bahan yang digunakan untuk membuat khamr. Umar bin Khattab seperti diriwayatkan Bukhari dan Muslim merincinya secara detail, yaitu anggur, kurma, madu, jagung dan gandum (Zulaekah, Halal dan Haram). Namun, ulama bersepakat mengharamkan segala sesuatu yang memabukkan, meski berasal dari bahan selainnya (Rusyd, Bidayatul Mujtahid) Misalnya, sake dan soju yang dikenal di Asia Timur, tetap digolongkan sebagai *khamr* meski dibuat dari fermentasi beras.

Selain kriteria di atas, suatu makanan halal dapat berubah statusnya menjadi haram ketika cara mendapatkannya didapat dari usaha yang diharamkan Allah Swt, misalnya berjudi, jual beli binatang haram, dan sebagainya. Kaidah umum syariat dalam mencari nafkah adalah asas manfaat, keadilan, tanpa merugikan orang lain (zhalim). Prinsip ini diterangkan Allah dalam Q.S. An-Nisa' [4]: 29-30. (Qardhawiy, Halal dan Haram)

### **Hakikat Berkah**

Secara etimologi, kata berkah berasal dari bahasa Arab *baraka* (برك) yang memiliki tiga makna pokok, yaitu mantab dan stabil (الثبوت والازم), berkembang dan bertambah (النماء والزيادة), serta kebahagiaan (السعادة) (Abidin). Kata berkah yang merujuk pada makna curahan kebahagiaan dan kebaikan yang banyak lagi bertambah dapat dijumpai di tiga tempat, yaitu Q.S. Al-A'raf [7]: 96, dan Q.S. Hud [11]: 48 dan 73. Makna senada juga ditemukan dalam hadits yang diriwayatkan Ibnu Mas'ud ra., bahwa Allah yang mencurahkan kebaikan, keselamatan, rahmat dan keberkahan kepada hamba-Nya yang saleh. (Abidin)

Raghib al-Isfahani (w. 502 H) mendefinisikan berkah sebagai tetapnya kebaikan Allah terhadap sesuatu, yang diibaratkan seperti tetapnya air dalam telaga. Sementara Mutawalli al-Sya'rawi memaknai berkah sebagai sesuatu yang dapat memberikan lebih banyak dari yang seharusnya menurut ukuran normal. Berkah adalah ketika Allah swt memberikan penambahan yang banyak (tidak kasat mata) pada rezeki yang sedikit dan halal. Misalnya, perasaan tenang dan bahagia serta tercukupinya semua kebutuhan meskipun penghasilannya sedikit. (Abidin)

Kata berkah (برك) dan derivasinya terulang sebanyak 32 kali dalam Al-Quran, dalam 32 ayat yang tersebar pada 22 surah (Baqi'). Turunan kata berkah dapat dijumpai dalam tujuh bentuk kata, yaitu *baaraka* (بارك), *baaraknaa* (باركنا), *buurika* (بورك), *tabaaraka* (تبارك), *barakaat/barakaatuh* (بركات/بركاته), *mubaarak/mubaarakan* (مبارك/مباركا), dan *mubaarakah* (مباركة).

Pada dasarnya, keberkahan dapat dibedakan menjadi dua, yaitu keberkahan ukhrawi (agama) dan keberkahan duniawi. Ia mencakup keberkahan materi dan non materi. Hal-hal yang diberkahi pun sangat banyak dan beraneka macam (Abidin). Keberkahan agama (ukhrawi) diantaranya merujuk pada kota Mekah (Q.S. Ali Imran [3]: 96), masjid Al-Aqsha (Q.S. Al-Isra [17]: 1), serta kitab suci Al-Quran (Q.S. Al-An'am [6]: 92 dan 100, Q.S. Al-Anbiya [21]: 50, Shad [38]: 29). Sedangkan keberkahan duniawi misalnya hujan (Q.S. Al-Mu'minin [23]: 29, Qaf [50]:59, An-Nur [24]: 61); dan pohon zaitun (Q.S. An-Nur [24]:35).

Allah Swt. adalah sumber dari segala keberkahan, segala kebaikan dan kenikmatan di dunia dan di akhirat. Dia menyifati diri-Nya dengan *tabarak* yang terulang 9 kali, diantaranya dalam Q.S. Ghafir [40]: 64. Sementara obyek berkah atau hal-hal yang diberkahi dapat digunakan sebagai sarana atau media untuk memperoleh keberkahan (Abidin). Al-Quran menunjukkan beberapa hal yang diberkahi diantaranya: pribadi, seperti Nabi Muhammad Saw. (Q.S. Al-Anbiya [21]: 107) dan Nabi Ibrahim as. (Q.S. Hud [11]: 73); waktu, seperti Lailatul Qadar (Q.S. Al-Dukhan [44]: 3), tempat, seperti baitullah dan Mekah (Q.S. Ali Imran [3]: 96

dan Masjid al-Aqsha (Q.S. Al-Isra' [17]: 1); dan hal-hal lain, seperti Al-Quran (Q.S. Sad [38]: 29, Q.S. Al-An'am [6]: 92) dan ucapan salam (Q.S. An-Nur [24]: 61).

Berkah dalam kehidupan manusia dapat diketahui eksistensinya melalui relasi berkah terhadap keimanan dan ketakwaan, relasi berkah dan siksa, serta relasinya dengan kata salam, rahmat dan wasilah.

a. Relasi berkah dengan keimanan dan ketakwaan

Hubungan berkah dengan iman dan takwa dapat dilihat dalam Q.S. Al-A'raf [7]: 96. Quraisy Shihab menjelaskan, keimanan menjadikan seseorang selalu merasa aman dan optimis, sehingga hidupnya tenang dan berkonsentrasi dalam usahanya. Keimanan adalah bukti kegiatan fitrah manusia dan berfungsinya alat-alatnya dalam kehidupan (Shihab M. Q., 2002)

Berkah yang diturunkan Allah dapat berupa berkah hakiki maupun berkah maknawi. Menurut Hamka, berkah hakiki ialah turunnya hujan yang membawa kesuburan bagi bumi dan keluarnya segala hasil kandungannya. Atau terbukanya pikiran manusia untuk menggali kekayaan bumi, mengatur hasil perkebunan, serta memperoleh keuntungan ekonomi darinya. Sementara, berkah maknawi adalah datangnya petunjuk Allah berupa wahyu atau ilham yang diberikan kepada orang-orang yang berjuang dengan ikhlas. (Hamka, Tafsir Al-Azhar)

b. Relasi berkah dan siksa

Lawan dari kata berkah adalah laknat, yaitu segala sesuatu yang dijauhkan Allah Swt. dari kebaikan dan keberkahan. Sesuatu yang telah kehilangan berkah di dalamnya akan mendatangkan kerusakan dan malapetaka, misalnya kekacauan iklim dan cuaca, meranggasnya tanaman dan hewan, serta keadaan penduduk yang memprihatinkan. Kondisi semacam ini menyebabkan munculnya berbagai kepedihan, seperti tersebarnya penyakit, kelaparan, bencana alam, korupsi, dan berbagai kekacauan dalam masyarakat. (Abidin)

Al-Quran dalam Q.S. Al-Rum [30]:41, menjelaskan bahwa semua kerusakan tidak lain akibat perbuatan manusia sendiri. Ketika manusia mendustakan rasul dan ayat-ayat Allah, maka mereka akan disiksa disebabkan atas perbuatan mereka sendiri. Siksaan yang ditakuti manusia ini dapat berupa siksa duniawi maupun siksa ukhrawi. Muhammad Abduh menjelaskan, siksa akhirat dapat di jauhi dengan iman yang benar, tauhid yang ikhlas, amal saleh dan menjauhi segala yang dilarang Allah Swt. Sementara siksa dunia dihindari dengan cara mengetahui *sunnatullah* (hukum-hukum alam), seperti ilmu kedokteran, kemasyarakatan, ilmu strategi perang, dan sebagainya. (Abidin)

c. Relasi berkah dengan kata salam, rahmat dan wasilah

Pada umumnya, relasi kata rahmat (رحمة) dan berkah (برك) disandarkan kepada Allah, namun kata salam (سلام) tidak disandarkan kepada-Nya. Seperti ditunjukkan dalam Q.S. Hud [11]: 48 dan 7. Relasi rahmat dan berkah mengandung hikmah kesempurnaan daripada sekedar keselamatan (سلامة) yang diberikan kepada Nabi Nuh as. dan kaumnya. Karena keselamatan berarti menjauhkan dari keburukan atau kejahatan. Sedangkan rahmat dan berkah adalah memperoleh kebaikan yang tetap, mantap dan berkembang. Oleh karena itu, kenikmatan yang diperoleh penghuni surga lebih sempurna daripada keselamatan dari neraka. Maka ia disandarkan kepada Allah Swt. yang paling sempurna makna dan lafazhnya. (Abidin)

Menurut Ibn al-Qayyim, rahasia hubungan kata rahmat dan berkah dan salam adalah tidak ada cara lagi bagi seseorang untuk mengambil manfaat dalam hidup kecuali dengan tiga hal, yaitu keselamatan dari hal buruk dan yang segala yang mengancam, terwujudnya kebaikan, serta tetap dan mantapnya kebaikan tersebut baginya. Lebih lanjut, ia menjelaskan kata berkah digunakan dalam bentuk jamak (بركات) dalam Al-Quran, karena yang disebut berkah adalah kebaikan yang banyak, terus-menerus dan berlangsung sedikit demi sedikit. (Abidin)

Kata wasilah (وسيلة) menurut Ibnu Abbas bermakna *al-qurbah* yaitu upaya pendekatan diri kepada Allah swt, seperti direkam dalam Q.S. Al-Isra' [17]: 57. Hakikat wasilah adalah menjaga jalan-Nya dengan ilmu dan ibadah serta mencari keutamaan syariah, seperti *taqarrub* untuk memperoleh keberkahaan (Abidin). Relasi berkah dan wasilah dapat dilihat petunjuknya secara langsung dari Al-Quran, hadits. Nabi Saw. dan orang-orang saleh yang biasa memohon berkah kepada Allah Swt. Mereka juga senantiasa mencari hal-hal yang diberkahi, seperti bergegas berwudhu dan mengenyangkan perut mereka dari air yang memancar dari jari jemari Rasulullah Saw. Para Sahabat juga biasa bertabaruk dengan benda-benda yang dipakai Rasulullah Saw. semasa hidupnya. Hal ini menunjukkan kebolehan *tawashul* maupun *tabaruk* dalam meraih keberkahan. (Abidin)

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Petunjuk Al-Qur'an dan Sunah dalam Aktivitas Makan**

Islam memiliki konsep petunjuk yang lengkap (*syaaamil*) dan menyeluruh (*mutakamil*). Ajarannya tidak terbatas pada konsep keimanan dan peribatan saja, melainkan meliputi etika (*adab*) dalam relasi manusia, alam, dan sebagainya. Secara ringkas, dapat dirinci sebagai berikut. *Pertama*, Makanan dari sesuatu yang halal, Dalam Q.S. Al-Maidah [5]: 88, Allah menyuruh manusia untuk memakan makanan halal lagi baik, serta bertakwa kepada-Nya. Makanan halal dan baik adalah suatu kesatuan yang tidak bisa dipisahkan, baik dari segi syariah, baik dari segi kesehatan, gizi, estetika dan sebagainya. Aktivitas mubah ini bahkan menjadi syarat diterimanya doa dan amal ibadah seseorang, serta berpengaruh besar dalam membentuk akhlak dan kepribadian seseorang. (Zulaekah, Halal dan Haram)

*Kedua*, Membaca basmalah dan memakai tangan kanan, Umar bin Abu salamah ra. mengisahkan bahwa ketika berada dalam asuhan Nabi Saw., ia diajarkan adab sebelum makan dengan membaca basmalah dan menggunakan tangan kanan. Hadits serupa diriwayatkan Ibnu Umar dan Abu Hurairah ra., Rasulullah Saw. menggunakan tangan kanan untuk makan, bersuci dan berpakaian. Sedang tangan kiri untuk selain itu. (Al-Lubaidan, 2019)

*Ketiga*, Makan dari yang dekat dan tidak dari atas makanan, Rasulullah Saw. mengajarkan umatnya untuk makan dari yang terdekat atau dari sisi-sisinya, serta melarang memakan dari arah atas atau tengah. Maksud hadits ini adalah perintah untuk mengakhirkan makanan yang paling banyak berkahnya, sedang berkah makanan ada di tengahnya. (Al-Lubaidan, 2019)

*Keempat*, Tidak bernafas dalam bejana dan minum dengan tiga kali nafas, Rasulullah Saw. juga melarang umatnya untuk meniup dan bernafas dalam bejana, serta menganjurkan untuk minum dengan dua atau tiga kali nafas (Al-Lubaidan, 2019). Selain dapat menularkan virus dan mikroorganisme ke dalam makanan, bernafas dalam wadah juga berakibat menaikkan keasaman makanan sehingga berbahaya bagi tubuh (Rahmah, 2020). *Kelima*, Tidak makan dan minum sambil berdiri: Abu Hurairah mengabarkan bahwa Rasulullah Saw. melarang umatnya

untuk makan dan minum sambil berdiri, serta memuntahkannya jika lupa (Al-Lubaidan, 2019). *Keenam*, Tidak menggunakan alat makan dari emas dan perak: Rasulullah Saw. melarang umatnya menggunakan wadah dan alat makan yang terbuat dari emas dan perak (Al-Lubaidan, 2019). *Ketujuh*, Tidak bersandar, Rasulullah Saw. tidak pernah makan dalam keadaan bersandar, karena posisi seperti ini hanya dilakukan oleh tiran (pemimpin zalim) (Al-Lubaidan, 2019).

*Kedelapan*, Berkumpul ketika makan; Salah satu petunjuk mendapat keberkahan ketika makan adalah anjuran untuk berkumpul dan makan bersama. (Al-Lubaidan, 2019). *Kesembilan*, Makan secukupnya dan tidak berlebihan: Dalam Q.S. Al-A'raf [7]:31, Allah melarang hamba-Nya agar tidak berlebihan, bahkan saat makan. Dalam hadits disebutkan, seorang mukmin hanya makan untuk satu lambung, di mana sepertiganya untuk makanan, sepertiga untuk minuman dan sepertiganya lagi untuk bernafas (udara). Nabi Saw. bahkan melarang umatnya memiliki sifat rakus dan menyantap hidangan dari pihak yang sedang berlomba (Al-Lubaidan, 2019). *Kesepuluh*, Tidak mencela makanan. Rasulullah Saw. juga melarang umatnya untuk mencela makanan yang hendak dimakan. Jika seseorang tidak menyukai makanan yang dihidangkan, Nabi Saw. memberi petunjuk untuk diam (tidak berkomentar) (Al-Lubaidan, 2019).

*Kesebelah*, Menjilati jari dan mencuci tangan setelah makan, Hadits dari Jabir ra., Rasulullah Saw. menyuruh umatnya untuk menjilati jari setelah makan, lalu berkumur dan membasuhnya hingga bersih. Hadits serupa juga diriwayatkan Anas dan Abu Hurairah. Bahkan, jika makanan terjatuh, Nabi Saw. menyuruh untuk menghilangkan noda (debu dan semisalnya) pada makanan, lantas memakannya (Al-Lubaidan, 2019). *Keduabelas*, Berdoa sesudah makan, Rasulullah Saw. menganjurkan umatnya untuk bersyukur kepada Allah dengan berdoa setelah makan (Al-Lubaidan, 2019). Salah satu letak berkah adalah bersyukur atas segala sesuatu, seperti firman Allah dalam Q.S. Luqman [31]: 12 dan An-Naml [27]: 41, bahwa barangsiapa yang bersyukur sesungguhnya ia mensyukuri dirinya sendiri. Dalam Q.S. Ibrahim [14]: 7, barangsiapa yang bersyukur maka Allah akan melipatgandakan nikmat, dan sebaliknya, jika kufur maka Allah cabut keberkahan atasnya.

## **KESIMPULAN**

Syariah Islam memberikan tuntunan yang jelas dalam dengan perintah 'hanya' memakan yang halal dan juga baik (*thayyib*). Baik menurut konsep syariah, juga baik menurut kesehatan, etika (moral), dan estetika. Bagi Muslim, aktivitas yang tampak mubah menjadi syarat penting diterimanya amal ibadah. Dalam hadits, satu suap makanan haram menjadikan amal seorang hamba tertolak selama 40 hari. Konsep halal dan haram dalam Islam bertujuan menjaga keselamatan jiwa, raga dan akal manusia dari kerusakan. Di samping itu, sebagai agama dengan suatu konsep yang sempurna dan menyeluruh, Islam tidak hanya memberikan tuntunan terhadap aspek lahiriyah semata, seperti mengatur apa yang boleh dan tidak untuk dilakukan. Namun, Islam juga menganjurkan umatnya untuk meraih keberkahan (aspek batiniyah) melalui adab-adab dalam aktivitas kehidupannya. Keberadaan adab dalam aktivitas konsumsi menjadi bukti keimanan dan ketakwaan seseorang.

Seorang Muslim yang beradab tidak hanya memilah makanan yang halal dan *thayyib* saja. Lebih dari itu, ia akan menjadikan aktivitas makan sebagai ibadah, melalui tuntunan Sunah Rasulullah Saw. Misalnya, mengawali dan mengakhiri dengan doa, menggunakan tangan kanan, mengambil porsi makanan yang sesuai dengan kebutuhannya, makan secara bersama-sama, tidak meniup minuman, hingga mengambil makanan yang terjatuh untuk dibersihkan dan



kembali dimakan. Meninggalkan tuntunan ini selain berdampak buruk bagi kesehatannya, juga berdampak buruk dalam relasi sosial kemasyarakatan. Sebagai contoh, makan bersama akan melahirkan empati dan rasa persatuan. Sementara, meninggalkan tuntunan ini, membuat manusia acuh terhadap sesamanya sehingga lahir kesenjangan sosial.

Muslim yang beradab mustahil melakukan pemborosan dengan membuang makanan sia-sia. Demikian, tuntunan adab dalam Islam membentuk sekelompok manusia menjadi *khairu ummah* yaitu suatu sistem kehidupan yang teratur berdasarkan hukum dan keadilan Islam. Terjaga keseimbangan hubungan dengan Tuhan, hubungan dengan manusia lainnya, serta hubungannya dengan alam sekitar. Masyarakat yang seperti inilah yang membawa kemajuan bagi kehidupan.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Abidin, Zaenal, dan Andi Satrianingsih. 2020. *Fikih Berkah (Memahami Hakikat Berkah Untuk Meraih Keberkahan Hidup)*. Ed. Andi Muhammad Akmal. Cet. I. Samata: Alauddin University Press, 2020.
- Abu Al-Hamd Abd Al-Fadhil. 2018. *15 Sebab Dicabutnya Berkah*. Terj. Abdul Somad. Jakarta: Pustaka Azzam.
- Al-Attas, Syed Naquib. 1995. *Prolegomena to the Methaphysics of Islam*. Kuala Lumpur: International Islamic Thought and Civilization (ISTAC).
- Al-Luhaidan, Abdullah bin Abdul Aziz bin Muhammad. 2019. *Ensiklopedi Hadits*. Jakarta: Darus Sunah.
- Al-Teinaz, Yunes Ramadan, Stuart Spear, and Ibrahim H. A. Abd El-Rahim, eds. 2020. *The Halal Food Handbook*. Wiley. <https://doi.org/10.1002/9781118823026>.
- Baqi', Muhammad Fuad Ahmad. 1364 H. *Al-Mu'jam Al-Mufahras Li-Alfazh Al-Quran Al-Karim*. Cairo: Dar al-Kutub al-Mishriyah.
- Chaerul, Mochammad, and Sharfina Ulfa Zatadini. 2020. "Perilaku Membuang Sampah Makanan dan Pengelolaan Sampah Makanan di Berbagai Negara: Review." *Jurnal Ilmu Lingkungan* Vol. 18, No. 3. <https://doi.org/10.14710/jil.18.3.455-466>.
- Hamka. 2015. *Tafsir Al-Azhar*. Cet. I. Jakarta: Gema Insani.
- Kusumastuti, Dora, et.al. 2020. "Kajian Kerangka Pengaturan dan Pengelolaan Makanan Berlebih di Hotel, Restoran, dan Catering." <https://assets.rikolto.org/paragraph/attachments/foodwasteprint.pdf>
- Mudrieq, Sulfiri Sulfetri Hs. 2014. "Problematika Krisis Pangan Dunia dan Dampaknya Bagi Indonesia." *Academica: Majalah Ilmu Sosial dan Ilmu Politik* Vol. 6, No. 2: 1287–1302.
- Muslih, M. Kholid, et.al. 2020. *Tradisi Intelektual Islam: Melacak Sejarah Peradaban Islam Pada Masa Kejayaan*. Ponorogo: Direktorat Islamisasi UNIDA Gontor.
- Qardhawy, Yusuf. 2003. *Halal dan Haram dalam Islam*. Terj. Ahmadi W. Surakarta: Era Intermedia.
- Rahmah, Zulfania. 2020. "Larangan Meniup Makanan Atau Minuman." FK UII. Diakses pada tanggal 24 Agustus 2021. <https://fk.uii.ac.id/en/larangan-meniup-makanan-atau-minuman/>.
- Riaz, Mian N., and Muhammad M. Chaudry. 2018. *Handbook of Halal Food Production*. Boca Raton, Florida: CRC Press. <https://doi.org/10.1201/9781315119564>.
- Rusyd, Ibnu. 2006. *Bidayatul Mujtahid*. Terj. Abu Usman Fakhtur. Jakarta: Pustaka Azzam.

- Sabeni, Ahmad. 2017. *Pedoman Aplikatif Metode Penelitian dalam Penyusunan Karya Ilmiah, Skripsi, Tesis Dan Disertasi*. Bandung: Pustaka Setia.
- Shihab, M. Quraish. 2002. *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an*. Cet. IV. Jakarta: Lentera Hati.
- . 2007. *Wawasan Al-Quran: Tafsir Maudhu'i Atas Pelbagai Persoalan Umat*. Bandung: Mizan.
- Siyoto, Sandu, dan Muhammad Ali. 2015. *Dasar Metodologi Penelitian*. Sleman: Literasi Media Publishing.
- Zarkasyi, Hamid Fahmy. 2015. "Tamaddun sebagai Konsep Peradaban Islam." *TSAQAFAH* Vol. 11, No. 1: 1–28. <https://doi.org/10.21111/tsaqafah.v11i1.251>.
- Zulaekah, Siti, and Yuli Kusumawati. 2005. "Halal dan Haram Makanan dalam Islam." *Suhuf* 17, no. 1 (2005): 25–35. <http://hdl.handle.net/11617/856>.