

## BAB III

### MAKANAN DALAM AL-QUR'AN

#### A. Hukum Makanan dalam Al-Qur'an

Dalam mengkonsumsi makanan umat Islam mempunyai rambu-rambu tersendiri. Bagi umat Islam makanan bukan hanya sebagai asupan gizi dan memberikan tenaga pada tubuh manusia, tapi juga sarana untuk mematuhi perintah Allah dan menajuhi larangan yang telah termaktub dalam Al-Qur'an. Dalam Islam terdapat dua hukum dalam mengkonsumsi makanan yaitu halal dan haram. Halal dan haram merupakan ketentuan Allah dan Rasul-Nya yakni melalui Al-Qur'an dan Sunnah. Allah mengharamkan suatu makanan tentu didasarkan pada kepentingan dan kondisi manusia itu sendiri. Tidak semua makanan berpengaruh baik dalam tubuh manusia, terdapat beberapa makanan yang berdampak negatif dalam tubuh manusia yang dapat merugikan kesehatan manusia itu sendiri. Hal tersebut bukan hanya berdampak pada jasmani manusia namun juga rohaninya. Sedang makanan-makanan yang diharamkan menurut ketentuan syari'at dapat ditemukan dalam beberapa ayat dalam Al-Qur'an.

##### 1. Makanan Haram dalam Al-Qur'an

Haram (*al-haram*) merupakan sesuatu yang dilarang mengerjakannya. Haram adalah salah satu bentuk hukum *taklifi*. Menurut ulama ushul fikih, terdapat dua definisi haram, yaitu dari segi batasan dan esensinya serta dari segi bentuk dan sifatnya. Dari segi batasan dan esensinya, Imam al-Ghazali merumuskan haram dengan

“sesuatu yang dituntut Syari’at untuk ditinggalkan melalui tuntutan secara pasti dan mengikat”. Dari segi bentuk dan sifatnya, Imam al-Baidawi merumuskan haram dengan “sesuatu perbuatan yang pelakunya dicela”.<sup>1</sup>

Adapun pembagian hukum haram dibagi menjadi dua yaitu *haram li zātihi* dan *haram li ghairihi*. Apabila keharaman terkait dengan esensi perbuatan haram itu sendiri, maka disebut dengan *haram li zātihi*. Dan apabila terkait dengan sesuatu yang diluar esensi yang diharamkan, tetapi berbentuk kemafsadatan, maka disebut *haram li ghairihi*.<sup>2</sup>

a. *Haram li Zātihi*

Yaitu suatu keharaman yang langsung dan sejak semula ditentukan Al-Qur’an dan hadits bahwa hal itu haram. Misalnya, memakan bangkai, babi, berjudi, meminum minuman keras, berzina, membunuh dan memakan harta anak yatim. Keharaman dalam contoh ini adalah keharaman pada zat (esensi) pekerjaan itu sendiri. Berkenaan dengan makanan yang haram secara esensial sudah ditetapkan oleh Allah swt. secara tegas di dalam al-Qur’an. Yaitu sebagaimana terdapat dalam ayat-ayat berikut ini :

إِنَّمَا حَرَّمَ عَلَيْكُمُ الْمَيْتَةَ وَالدَّمَ وَحُمَّ الْخِنْزِيرِ وَمَا أَهَلَ بِهِ لِغَيْرِ اللَّهِ فَمَنْ اضْطُرَّ غَيْرَ بَاغٍ وَلَا

عَادٍ فَلَا إِثْمَ عَلَيْهِ إِنَّ اللَّهَ عَفُورٌ رَّحِيمٌ {173}

<sup>1</sup> Abdul Aziz dahlan, *Ensiklopedi Hukum Islam*, (Jakarta; PT. Ichtiar Baru Van Hoeve, t.thn), hlm 523.

<sup>2</sup> *Ibid.*, hlm 524.

Artinya: “*Sesungguhnya Allah hanya mengharamkan bagimu bangkai, darah, daging babi dan binatang yang (ketika disembelih) disebut (nama) selain Allah. Tetapi barangsiapa dalam keadaan terpaksa (memakannya) sedang ia tidak menginginkannya dan tidak (pula) melampaui batas, maka tidak ada dosa baginya. Sesungguhnya Allah Maha Pengampun lagi Maha Penyayang*”. (Q.S. al-Baqarah/2 : 173)<sup>3</sup>

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا إِنَّمَا الْحُمُرُ وَالْمَيْسِرُ وَالْأَنْصَابُ وَالْأَزْلَامُ رِجْسٌ مِّنْ عَمَلِ الشَّيْطَانِ

فَاجْتَنِبُوهُ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ {90}

Artinya: “*Hai orang-orang yang beriman, sesungguhnya (meminum) khamar, berjudi, (berkorban untuk) berhala, mengundi nasib denganpanah, adalah perbuatan keji termasuk perbuatan syaitan. Maka jauhilah perbuatan-perbuatan itu agar kamu mendapat keberuntungan.*” (Q.S. al-Mā'idah/5 : 90)<sup>4</sup>

Dari ayat-ayat di atas, maka dapat diketahui bahwa makanan makananyang termasuk dalam kategori *haram li zātihi*, adalah bangkai, darah, daging babi, binatang yang disembelih atas nama selain Allah, dan khamr (minuman yang memabukkan).

#### b. *Haram li Ghairihi*

Yaitu sesuatu yang pada mulanya disyari'atkan, tetapi dibarengi oleh sesuatu yang bersifat mudarat bagi manusia, maka keharamannya adalah disebabkan adanya mudarat tersebut. Misalnya melaksanakan shalat dengan pakaian hasil *ghashab* (meminjam barang orang lain tanpa izin), melakukan transaksi jual beli ketika suara adzan untuk shalat Jum'at telah

<sup>3</sup>Lathif Awaludin, *Ummul Mukminin*, (Jakarta: Wali, 2014), h. 21.

<sup>4</sup> *Ibid*, h. 123.

dikumandangkan, berpuasa di Hari Raya 'Idul Fitri, dan lain-lain. Dengan demikian, pada dasarnya perbuatan yang dilakukan itu diwajibkan, disunnatkan atau dibolehkan, tetapi karena dibarengi dengan sesuatu yang bersifat mudarat pandangan syari'at, maka perbuatan itu menjadi haram. Sedangkan makanan-makanan yang termasuk dalam kategori *haram li ghairihi* ini, antara lain misalnya makanan yang pada dasarnya halal secara esensi tetapi menjadi haram karena diperoleh dengan cara yang dilarang oleh Allah, seperti : hasil riba, harta anak yatim yang diambil dengan cara batil, hasil pencurian atau korupsi, hasil ambil paksa (rampas), hasil suap (*risywah*), hasil judi, hasil prostitusi, dan lain sebagainya.

Makanan yang diharamkan dalam Al-Qur'an diantaranya:

a) Darah

Darah adalah cairan pekat yang mengalir dalam pembuluh-pembuluh dan urat-urat nadi dalam tubuh manusia. Darah sudah sangat umum dikonsumsi di Indonesia, padahal darah merupakan limbah yang seharusnya dibuang. Darah Al-Qur'an terdapat lima ayat yang melarang mengkonsumsi darah, salah satunya dalam QS.Al-Baqarah/2:173.

Melihat banyaknya ayat yang mengharamkan darah, terdapat hikmah tersembunyi dibalik diharamkannya darah untuk dikonsumsi. Di antara hikmah tersebut salah satunya

ialah karena darah merupakan medium paling efektif untuk berkembang biak kuman-kuman. Oleh karena itu darah menjadi alat efektif untuk menularnya penyakit. Tidak hanya itu, tetapi juga racun-racun berbahaya juga keluar dari darah.<sup>5</sup>

Darah juga banyak mengandung *uric acid* (asam urat) berkadar tinggi., tingginya kadar asam urat dalam darah dapat menyebabkan penyakit peradangan sendi kronis. Asam urat ini sangat berbahaya bagi tubuh, karena asam urat merupakan sisa dari metabolisme tubuh yang tidak sempurna, sehingga terjadi penumpukan purin yang berasal dari makanan.<sup>6</sup>

#### b) Bangkai

حُرِّمَتْ عَلَيْكُمْ الْمَيْتَةُ وَالِدَمُّ وَالْحَنْزِيرُ وَمَا أَهَلَ لِغَيْرِ اللَّهِ بِهِ وَالْمُنْخَنِقَةُ وَالْمَوْفُوذَةُ  
وَالْمُتَرَدِّيَةُ وَالنَّطِيحَةُ وَمَا أَكَلَ السَّبُعُ إِلَّا مَا ذَكَّيْتُمْ وَمَا ذُبِحَ عَلَى النُّصُبِ وَأَنْ تَسْتَقْسِمُوا  
بِالْأَزْلَامِ ذَلِكَ يَوْمَ تَفْسَقُ السُّلُوفُ يَوْمَ يَأْتِي السُّبْحُ.....

*Artinya: Diharamkan bagimu (memakan) bangkai, darah, daging babi, (daging hewan) yang disembelih atas nama selain Allah, yang tercekik, yang dipukul, yang jatuh, yang ditanduk, dan yang diterkam binatang buas, kecuali yang sempat kamu menyembelinya, dan (diharamkan bagimu) yang disembelih untuk berhala. Dan (diharamkan juga) mengundi nasib dengan anak panah, (mengundi nasib dengan anak panah itu) adalah kefasikan.....(QS. Al-Māidah/5 :5)<sup>7</sup>*

<sup>5</sup>Ahmad Zain An Najah, *Makanan Haram Dan Asam Urat (Tabloid Bekam, Edisi 14)*, (Bekasi: Tabloid Bekam Group, 2012), hlm 2.

<sup>6</sup>*Ibid.*, hlm 2.

<sup>7</sup>Lathif Awaludin, *Ummul Mukminin*, (Jakarta: Wali, 2014), h. 107.

Bangkai merupakan binatang yang mati dengan tidak melalui penyembelihan secara syar'i, seperti binatang yang mati karena tercekik, jatuh dari tempat yang tinggi, terkena benturan keras, tetrak, dan lain-lain, yang semuanya membuat darah membeku di dalam tubuh dan menggumpal dalam urat-uratnya, sehingga dagingnya tercemar oleh asam urat yang dapat mencemari tubuh. Di samping itu bangkai juga mengandung racun yang dikeluarkan dari tubuhnya, sehingga tubuhnya membusuk. Berbeda dengan binatang yang disembelih secara syar'i, maka setelah disebut nama Allah hewan tersebut urat nadi bagian lehernya dipotongnya, dan seluruh darahnya keluar dan hewan tersebut mati karena kehabisan darah, sehingga dagingnya segar serta tidak terkena zat-zat yang beracun.<sup>8</sup>

Penelitian di Jerman yang dilakukan oleh Wilhelm Schulze dan Hazim di *School of Veterinary Medicine, Hannover University* menemukan bahwa cara menyembelih yang diajarkan Islam dengan pisau tajam ternyata jauh lebih baik dan lebih manusiawi dibanding dengan cara-cara lain, bahkan yang paling modern pun, seperti cara *bolt stunning* (alat yang menembus tengkorak hingga otak) ternyata

---

<sup>8</sup>Ahmad Zain An Najah, *Makanan Haram Dan Asam Urat (Tabloid Bekam, Edisi 14)*, (Bekasi: Tabloid Bekam Group, 2012), hlm 2.

menyebabkan rasa sakit teramat luar biasa pada binatang. Penyembelihan tersebut menggunakan alat EEG (untuk mendeteksi detak jantung). Tiga detik setelah penyembelihan tidak ada perubahan pada grafik EEG, ini menunjukkan bahwa tidak ada rasa sakit sama sekali ketika binatang disembelih, 3 detik kedua pada grafik EEG menunjukkan tidak sadar diri, ini karena darah yang keluar dari tubuh binatang tersebut sangat banyak.

Setelah itu grafik EEG menunjukkan angka nol level, yaitu bahwa binatang tersebut tidak merasakan sakit ketika disembelih. Dalam hasil penelitian menunjukkan bahwa penyakit asam urat dipengaruhi oleh kualitas daging. Ketika disembelih ternyata jantung binatang masih berdetak, tubuh mengejang mengeluarkan darah secara maksimal, tapi otak sudah tidak tercampur dengan darah yang mengandung asam urat tingkat tinggi.<sup>9</sup>

Sementara sistem *bolt stunning* yang menghentikan detak jantung binatang ketika otak masih merasakan sakit yang luar biasa, ditambah dengan tidak kejangnya tubuh, sehingga darah masih tersumbat dalam tubuh, dengan racun-racun berbahaya. Kemudian penyembelihan secara syar'i dilakukan pada leher saja, sehingga yang rusak hanya pada bagian leher,

---

<sup>9</sup>*Ibid.*, hlm 2.

dan tidak merembet ke organ lain. Berbeda dengan binatang yang mati dengan cara lain seperti terbentur atau terkena pukulan, yang menyebabkan salah satu organ tubuhnya rusak sehingga pembuluh darah akan membeku dalam organ tersebut. Dan tentunya mengandung asam urat yang akan meracuni daging begitu cepat.<sup>10</sup>

c) Daging babi

إِنَّمَا حَرَّمَ عَلَيْكُمُ الْمَيْتَةَ وَالدَّمَ وَلَحْمَ الْخِنزِيرِ وَمَا أُهْلِيَ لغيرِ اللَّهِ بِهِ فَمَنْ اضْطُرَّ غَيْرَ بَاغٍ

وَلَا عَادٍ فَإِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَّحِيمٌ {115}

*Artinya: Sesungguhnya Allah hanya mengharamkan atasmu (memakan) bangkai, darah, daging babi dan apa yang disembelih dengan menyebut nama selain Allah; tetapi barang siapa yang terpaksa memakannya dengan tidak menganiaya dan tidak pula melampaui batas, maka sesungguhnya Allah Maha Pengampun lagi Maha Penyayang.(QS. An-Nahl/16 : 115)<sup>11</sup>*

Dalam buku M. Quraish Shihab, babi merupakan binatang kotor yang senang hidup di lingkungan yang kotor. Ia makan yang serba kotor, walau itu adalah bangkai. Bahkan terkadang binatang yang menjadi mangsanya dibiarkan membusuk dan memakannya setelahnya. Tiidak itu saja bahkan babi juga memakan kotorannya sendiri. Babi mempunyai kaki yang pendek, berkulit tebal dengan bentuk tubuh bagaikan tong. Babi tidak dipelihara oleh bangsa Arab

<sup>10</sup>*Ibid.*, hlm 2.

<sup>11</sup>Lathif Awaludin, *Ummul Mukminin*, (Jakarta: Wali, 2014), h. 280.



dandipandang juga sebagai binatang yang kotor oleh bangsa-bangsa Phoenicia, Etiopia, dan Mesir. Bagi orang yahudi babi dilarang untuk dimakan. dalam bukunya ini M. Quraish Shihab mengutip pendapat E. A Widner menulis dalam *Good Health* bahwa<sup>12</sup>:

“ daging babi adalah salah satu bahan makanan yang banyak dimakan, tetapi dia sangat berbahaya. Tuhan tidak melarang orang Yahudi untuk memakan daging babi semata-mata untuk memperlihatkan kekuasaannya, tetapi karena daging babi bukan satu bahan makanan yang baik dimakan manusia.”

Salah satu penemuan terbaru yang terungkap setelah maraknya rekayasa genetika , adalah ditemukannya virus-virus yang terdapat pada babi yang dapat mengakibatkan penyakit yang dapat membawa kematian pada manusia, karena virus-virus tersebut tidak dapat dibunuh melalui cara pembakaran atau bahkan dimasak sekalipun. Dalam babi juga terdapat virus yang dinamai oleh ilmuan *Trichine*, yang menurut Ensiklopedi *La Rose* yang terbit di perancis, virus ini bila masuk ke dalam tubuh manusia ia akan berpindah dari satu tempat ke tempat yang lain hingga ke jantung manusia, krongkongan dan matanya, dan virus tersebut dapat bertahan selama bertahun-tahun dalam badan manusia.<sup>13</sup>

---

<sup>12</sup>M. Quraish Shihab, *Dia diman-mana "tangan" tuhan di balik setiap fenomena*, (Jakarta: Penerbit Lentera Hati), hlm 264.

<sup>13</sup>*Ibid.*, hlm 265.

Dalam penelitian yang melarang mengkonsumsi daging babi karena lebih banyak kerugiannya daripada manfaatnya, terdapat hikmah yang besar dalam setiap ketetapan Allah termasuk melarang mengkonsumsi darah, bangkai dan juga babi. Ketetapan tersebut memberikan manfaatnya baik untuk orang Islam maupun Non-Islam. Dalam QS. Al-Baqarah/2: 173 makanan yang haram jelas tersebutkan di dalam nya , namun Allah memberikan keringan, jika dalam keadaan terdesak atau terpaksa tidak ada yang dimakan kecuali ketiga makanan tersebut, maka tidak apa-apa asalkan hanya sekedarnya.

## 2. Makanan Halal dalam Al-Qur'an

Kata halal berasal dari bahasa Arab *hallā - yahillū - hillan*, yang artinya, secara etimologi adalah membebaskan, melepaskan, memecahkan, membubarkan dan membolehkan.<sup>14</sup> Sedangkan secara terminologi halal mengandung dua arti, yaitu : 1) Segala sesuatu yang menyebabkan seseorang tidak dihukum jika menggunakannya. 2) Sesuatu yang boleh dikerjakan menurut syari'at.<sup>15</sup>

Menurut al-Jurjani, ahli bahasa Arab, dalam kitab *at-Ta'rifāt* mengemukakan, pengertian pertama di atas menunjukkan bahwakata “ḥalāl” menyangkut kebolehan menggunakan benda-benda atau apa saja yang dibutuhkan untuk memenuhi keperluan fisik, termasuk di

---

<sup>14</sup> Abdul Aziz Dahlan, et. al. (ed.), *Ensiklopedi Hukum Islam*, (Jakarta : PT. Ichtiar BaruVan Hoeve, t.thn ), jilid 2, hlm 505.

<sup>15</sup> *Ibid.*, hlm 506.

dalamnya makanan, minuman, dan obat-obatan. Sedangkan pengertian kedua berkaitan dengan kebolehan memanfaatkan, memakan, meminum dan mengerjakan sesuatu yang kesemuanya ditentukan berdasarkan nas.<sup>16</sup>

Kata halal juga mengandung arti segala sesuatu yang boleh dikerjakan atau dimakan. Dengan pengertian bahwa orang yang melakukannya tidak mendapat sanksi dari Allah SWT.<sup>17</sup> Yang berhak atau berwenang menentukan kehalalan segala sesuatu adalah Allah SWT. Tidak ada seorangpun yang berhak melarang sesuatu yang diperbolehkan oleh Allah, demikian pula sebaliknya.<sup>18</sup>

Mahmud Ismail Sinni dan Haimur Hasan Yusuf dalam *Mu'jam al-Thullab* menguraikan kata halal sebagai sinonim dari kata jaza yang berarti boleh atau mubah. Makna dasar tersebut secara eksplisit mengandung hal-hal yang boleh dan dapat dilakukan karena bebas dari ketentuan-ketentuan yang melarangnya. Hans Wehr dalam *A Dictionary of Modern Written Arabic* menerjemahkan kata halal sebagai “*that which is allowed, permitted or permissible, allowable, admissible, lawful, legal*” (sesuatu yang diperbolehkan atau diijinkan). Dalam konteks produk pangan, makanan yang halal berarti makanan

---

<sup>16</sup>*Ibid.*, hlm 506.

<sup>17</sup> M. Abdul Mujieb, dkk., *Kamus Istilah Fiqih*, (Jakarta : PT. Pustaka Firdaus, 1994), Cet.I, hlm. 97.

<sup>18</sup>Akyunul Jannah, *Gelatin Tinjauan Kehalalan dan Alternatif Produksi*, (Malang: Uin Malang Press, 2008), Hlm 200.

yang terbuat dari unsur-unsur yang diperbolehkan secara syari'at, sehingga boleh dikonsumsi dan didistribusikan.<sup>19</sup>

Dalam Al-Qur'an QS. Al-Baqarah/2: 168 menyebutkan sebagai berikut:

يَا أَيُّهَا النَّاسُ كُلُوا مِمَّا فِي الْأَرْضِ حَلَالًا طَيِّبًا وَلَا تَتَّبِعُوا خُطُوَاتِ الشَّيْطَانِ إِنَّهُ لَكُمْ عَدُوٌّ مُبِينٌ  
{168}

*Artinya: Wahai manusia makanlah dari (makanan) yang halal lagi baik yang terdapat di bumi, dan janganlah kamu mengikuti langkah-langkah setan. Sungguh setan itu musuh yang nyata bagimu. (QS. Al-Baqarah/2:168)<sup>20</sup>*

Dalam ayat di atas menunjukkan bahwa manusia harus memilih makanan yang halal dan baik. Makanan yang halal merupakan makanan yang wajib untuk dipenuhi, makanan yang halal dapat mempengaruhi bukan hanya jasmani yang memakan tapi juga rohaninya. Ini menunjukkan bahwa makanan yang terbaik adalah makanan yang memenuhi dua sifat tersebut yaitu memenuhi halal dan baik.<sup>21</sup> Dalam Islam makanan merupakan sumber energi untuk berbuat baik, hal ini sesuai dengan dalam QS. Al-Baqarah/2: 172 sebagai berikut:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا كُلُوا مِن طَيِّبَاتِ مَا رَزَقْنَاكُمْ وَاشْكُرُوا لِلَّهِ إِن كُنتُمْ إِيَّاهُ تَعْبُدُونَ {172}

<sup>19</sup> Muhammad Ibnu Elmi As Pelu, *Label Halal Antara Spiritualitas Bisnis Dan Komoditas Agama*, (Malang: Madani, 2009), hlm 9.

<sup>20</sup> Lathif Awaludin, *Ummul Mukminin*, (Jakarta: Wali, 2014), h.24.

<sup>21</sup> M. Quraish Shihab, *Wawasan Al-Quran Tafsir Maudhu'i atas Pelbagai Persoalan Umat*, (Bandung: Mizan, 1996), Cet. 13, hlm 146.

*Artinya: Hai orang-orang yang beriman, makanlah di antara rezeki yang baik-baik yang Kami berikan kepadamu dan bersyukurlah kepada Allah, jika benar-benar hanya kepada-Nya kamu menyembah. (QS. Al-Baqarah/2:172)<sup>22</sup>*

Prinsip pertama yang ditetapkan Islam, pada asalnya : segala sesuatu yang diciptakan Allah itu halal tidak ada yang haram, kecuali jika ada nash (dalil) yang *ṣahih* (tidak cacat periwayatannya) dan *ṣarīh* (jelas maknanya) yang mengharamkannya.<sup>23</sup> Sebagaimana dalam sebuah kaidah fikih :

Para ulama, dalam menetapkan prinsip bahwa segala sesuatu asal hukumnya boleh, merujuk pada beberapa ayat dalam Al-Qur'an yaitu dalam QS. Al-Baqarah:29 :

هُوَ الَّذِي خَلَقَ لَكُمْ مَّا فِي الْأَرْضِ جَمِيعًا.....

*Artinya : Dialah yang menciptakan untuk kalian segala sesuatu di bumi. (QS. Al-Baqarah/2:29)<sup>24</sup>.*

Dari sinilah maka wilayah keharaman dalam syariat Islam sesungguhnya sangatlah sempit, sebaliknya wilayah kehalalan sangat luas, jadi selama segala sesuatu belum ada nash yang mengharamkan atau menghalalkannya, akan kembali pada hukum asalnya, yaitu boleh yang berada di wilayah kemaafan Allah. Dalam hal makanan, ada yang berasal dari binatang dan ada pula yang berasal dari tumbuh-tumbuhan. Ada binatang darat dan ada pula binatang laut. Ada

---

<sup>22</sup>Lathif Awaludin, *Ummul Mukminin*, (Jakarta: Wali, 2014), h. 26.

<sup>23</sup>Yusuf Qardhawi, *Halal Haram Dalam Islam*, (Solo:Era Intermedia, 2003), hlm.36.

<sup>24</sup>Lathif Awaludin, *Ummul Mukminin*, (Jakarta: Wali, 2014), h. 5.

binatang suci yang boleh dimakan dan ada pula binatang najis dan keji yang terlarang memakannya. Demikian juga makanan yang berasal dari bahan-bahan tumbuhan.

Pada dasarnya semua makanan dan minuman yang berasal dari tumbuh-tumbuhan sayur-sayuran, buah-buahan dan hewan adalah halal kecuali yang beracun dan membahayakan nyawa manusia. Karena diharapkan mencari makanan yang halal lagi baik, jika makanan tersebut beracun dan berbahaya bagi kesehatan manusia maka makanan itu tidak baik bagi tubuh manusia.

Dasar hukum Al- Qur'an tentang makanan halal diantaranya yaitu:

وَكُلُوا مِمَّا رَزَقَكُمُ اللَّهُ حَلَالًا طَيِّبًا وَاتَّقُوا اللَّهَ الَّذِي أَنْتُمْ بِهِ مُؤْمِنُونَ {88}

*Artinya: "dan makanlah makanan yang halal lagi baik dari apa yang Allah telah rizkikan kepadamu, dan bertakwalah kepada Allah yang kammu beriman kepadaNya". (QS. Al-Mā'idah/5: 88.)<sup>25</sup>*

Ayat diatas bukan saja menyatakan bahwa mengkonsumsi yang halal hukumnya wajib karena merupakan perintah agama, tetapi menunjukkan juga hal tersebut merupakan salah bentuk perwujudan dari rasa syukur dan keimanan kepada Allah. Karena mematuhi perintah dan menjauhi larangan-Nya. Sebaliknya, mengkonsumsi yang tidak halal dipandang sebagai mengikuti ajaran syaitan. Dalam QS.

---

<sup>25</sup>Lathif Awaludin, *Ummul Mukminin*, (Jakarta: Wali, 2014), h. 122.

Al-Baqarah/2:173 dari sumber makanan hewani yang haram adalah sebagai berikut:

1. Bangkai, yang termasuk kategori bangkai adalah hewan yang mati dengan tidak disembelih ; termasuk didalamnya hewan yang mati tercekik, dipukul, jatuh, ditanduk dan diterkam oleh hewan buas, kecuali yang sempat kita menyembelinya, hanya bangkai ikan dan belalang saja yang boleh kita makan.
2. Darah, sering pula diistilahkan dengan darah yang mengalir, maksudnya adalah darah yang keluar pada waktu penyembelihan (mengalir) sedangkan darah yang tersisa setelah penyembelihan yang ada pada daging setelah dibersihkan dibolehkan. Dua macam darah yang dibolehkan yaitu jantung dan limpa.
3. Babi, apapun yang berasal dari babi hukumnya haram baik darahnya, dagingnya, maupun tulangnya.
4. Binatang yang ketika disembelih menyebut selain nama Allah.

Jadi dapat disimpulkan bahwa syarat-syarat makanan halal menurut Al-Qur'an adalah :

- a. Halal dzatnya.
- a. Halal cara memperolehnya.
- b. Halal dalam memprosesnya.

#### B. Kriteria Makanan dalam Al-Qur'an

Dalam Al-Qur'an bukan hanya mementingkan dalam aspek halal atau haram saja dalam makanan, namun juga melihat dalam aspek *tayyibān* dan

*khobā'is*. Oleh karena itu membahas secara mendalam terkait *tāyyibān* dan *khobā'is* guna mendapatkan pemahaman secara integralistik terhadap makna halal haram di atas.

#### 1. Makna *tāyyibān*

Di dalam al-Qur'an banyak terdapat ayat-ayat yang menjelaskan tentang halalnya makanan yang baik dan haramnya makanan yang kotor. Diantara ayat tersebut terdapat di dalam surat Al-A'rāf ayat 157 :

وَيُحِلُّ لَهُمُ الطَّيِّبَاتِ وَيُحَرِّمُ عَلَيْهِمُ الْخَبَائِثَ

Artinya: "...dan menghalalkan bagi mereka segala yang baik dan mengharamkan bagi mereka segala yang buruk ...". (Q.S. al-A'rāf /7: 157)<sup>26</sup>

Kata الطيبات merupakan bentuk Jamak dari الطيب yakni baik. Menurut ar-Razi, secara bahasa الطيب berarti الطاهر (suci), sesuatu yang halal disifati dengan *tāyyib*, sedangkan yang haram disifati dengan *khobā'is*. Yang dimaksud *tāyyib* di sini adalah makanan-makanan yang baik, bergizi lagi sesuai dengan selera dan kondisi yang memakannya.<sup>27</sup> Selain itu makna baik di sini juga bisa diartikan berkhasiat pada tubuh manusia, mengandung zat-zat yang menumbuhkan, menyuburkan dan menjadikan manusia sehat dan kuat.<sup>28</sup>

<sup>26</sup>Lathif Awaludin, *Ummul Mukminin*, (Jakarta: Wali, 2014), h. 170.

<sup>27</sup>M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an*, (Jakarta: Lentera Hati, 2002), volume V, hlm 273.

<sup>28</sup>Fairuzah Tsabit, *Makanan Sehat Dalam Al-Qur'an Kajian Tafsir Bi Al-Ilm Dengan Pendekatan Tematik*, (Yogyakarta: Pustaka Ilmu Yogyakarta, 2013), hlm 23.



Dijelaskan juga bahwa yang dimaksud dengan kata الطيب di sini adalah semua makanan atau hidangan yang dianggap baik menurut selera manusia normal dan bermanfaat bagi agama dan badannya. Dan termasuk juga dalam pengertian ini yakni harta yang diperoleh dengan jalan yang hak.<sup>29</sup>

Di dalam al-Qur'an surah al-Mâ'idah ayat 87 dijelaskan bahwa :

وَإِذَا نَادَيْتُمُ الْمَسَاجِدَ لِتُحَدِّثُوا هَاهُنَا وَأَلْعَبُوا وَرَأَوْا لِلكُمْ مَأْفَأً لِمَا كُنْتُمْ مَعْتَدُونَ {58}

*Artinya: "Hai orang-orang yang beriman, janganlah kamu haramkan apa-apa yang baik yang telah Allah halalkan bagi kamu, dan janganlah kamu melampaui batas. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang melampaui batas." (Q.S. al-Mâ'idah/5 : 87)<sup>30</sup>*

Berkenaan dengan ayat tersebut Haji Abdullah Malik Karim Amrullah (HAMKA) menjelaskan bahwa, yang dimaksud sesuatu baik yang dihalalkan Allah adalah makanan-makanan yang enak dan bermanfaat. Seperti daging yang halal dimakan, buah-buahan, sayur-sayuran, beras, gandum, jagung dan lain-lain.<sup>31</sup> Dalam semua makanan yang baik itu terkandung berbagai macam zat gizi seperti protein, vitamin A, B, C, dan D. kalori, hormon dan sebagainya.

Dalam tafsir ilmi makanan dan minuman yang disusun oleh Lajnah Pentashihan Al-Qur'an memaparkan kriteria baik (*tāyyib*) terkait kebutuhan fisik manusia, seperti kebutuhan energi dan kesehatan. Makanan yang baik adalah yang memberikan cukup

<sup>29</sup> *Ibid*, hlm 23.

<sup>30</sup> Lathif Awaludin, *Ummul Mukminin*, (Jakarta: Wali, 2014), h. 122.

<sup>31</sup> Hamka, *Tafsir Al-Azhar*, (Jakarta : Pustaka Panjimas, 1983), juz VII, h. 18

energi (kalori) dan mampu menjaga kesehatan dan pertumbuhan serta tidak menimbulkan penyakit, baik dalam jangka pendek maupun jangka panjang.<sup>32</sup> Hal ini juga sesuai dengan buku yang di editor oleh Abuddin Nata dalam buku yang berjudul Kajian Tematik Al-Qur'an tentang kemasyarakatan yang menyatakan bahwa makanan yang baik adalah makanan yang sehat mengandung unsur-unsur yang diperlukan oleh tubuh.<sup>33</sup>

Selain pemaparan di atas *tāyyibān* mempunyai tiga pengertian lain yaitu<sup>34</sup>: *Pertama tāyyibān* dimaknai sebagai makanan sehat, yaitu makanan yang mengandung gizi cukup dan seimbang sebagaimana diisyaratkan dalam QS. An-Nahl: 14

وَهُوَ الَّذِي سَخَّرَ الْبَحْرَ لِنَاكُلُوا مِنْهُ لَحْمًا طَرِيًّا وَتَسْتَخْرِجُوا مِنْهُ حَبْلًا حَلِيَّةً تَلْبَسُونَهَا وَتَرَى الْفُلْكَ

مَوَاحِرَ فِيهِ وَلِتَبْتَغُوا مِنْ فَضْلِهِ وَلَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ {14}

*Artinya: Dan Dia-lah, Allah yang menundukkan lautan (untukmu) agar kamu dapat memakan daripadanya daging yang segar (ikan), dan kamu mengeluarkan dari lautan itu perhiasan yang kamu pakai; dan kamu melihat bahtera berlayar padanya, dan supaya kamu mencari (keuntungan) dari karunia-Nya, dan supaya kamu bersyukur. (QS. An-Nahl/16: 14)*<sup>35</sup>

Dalam ayat tersebut menunjukkan bahwa Allah telah menyediakan sumber makanan dari segala sesuatunya baik dari

<sup>32</sup> Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an, Tafsir Ilmi Makanan dan Minuman dalam Perspektif Al-Qur'an dan Sains, (Jakarta:Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an,2013), hlm 71

<sup>33</sup>Abuddin Nata (ed.), Kajian Tematik Al-Qur'an tentang kemasyarakatan, (bandung:angkasa bandung, 2008), hlm 331.

<sup>34</sup> Muhammad Ibnu Elmi As Pelu, *Label Halal Antara Spiritualitas Bisnis Dan Komoditas Agama*, (Malang: Madani, 2009), hlm 10-11.

<sup>35</sup>Lathif Awaludin, *Ummul Mukminin*, (Jakarta: Wali, 2014), h. 268.

tumbuhan ataupun hewan, dan diharapkan manusia dapat mengambil manfaat dari sesuatu tersebut yaitu dengan memilih bahan makanan yang segar.

Kedua proposional, yaitu sesuai dengan kebutuhan konsumen, tidak terlalu berlebihan atau kekurangan. Segala sesuatu yang berlebihan tidak ada yang baik begitu pula makanan, makanan mempunyai takaran tertentu dalam mengonsumsinya. Hal tersebut sesuai dengan QS. Al-A'rāf ayat 31 sebagai berikut:

يَا بَنِي آدَمَ خُذُوا زِينَتَكُمْ عِنْدَ كُلِّ مَسْجِدٍ وَكُلُوا وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ {31}

*Artinya: Hai anak Adam, pakailah pakaianmu yang indah di setiap (memasuki) mesjid, makan dan minumlah, dan janganlah berlebih-lebihan. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berlebih-lebihan. (QS. Al-A'rāf/7: 31)*<sup>36</sup>

Ketiga, makanan yang dikonsumsi aman dalam arti makanan yang tidak mendatangkan penyakit, tidak menimbulkan cedera atau bahkan keracunan yang membawa pada kematian. Hal tersebut sesuai dengan QS. Al-maidah ayat 88

وَكُلُوا مِمَّا رَزَقَكُمُ اللَّهُ حَلَالًا طَيِّبًا وَاتَّقُوا اللَّهَ الَّذِي أَنْتُمْ بِهِ مُؤْمِنُونَ {88}

*Artinya: Dan makanlah makanan yang halal lagi baik dari apa yang Allah telah rezeikan kepadamu, dan bertakwalah kepada Allah yang kamu beriman kepada-Nya.(QS. Al-maidah/5: 88)*<sup>37</sup>

<sup>36</sup>Lathif Awaludin, *Ummul Mukminin*, (Jakarta: Wali, 2014), h. 154.

<sup>37</sup>*Ibid*, h. 122.

Dalam tafsir yang disusun oleh kemenag RI, pada QS. Al-Baqarah/2: 168, *tāyyibān* dimaknai sebagai makanan yang berkhasiat bagi tubuh manusia dan menjadikan tubuh manusia sehat dan kuat.<sup>38</sup>

Dalam tafsir Al-Misbāh karya M. Quraish Shihab memaparkan bahwa makanan yang halal belum tentu baik, karena makanan yang baik bagi satu orang dengan yang lain berbeda. Seperti si A mempunyai gangguan pada tekanan darahnya yaitu ia menderita gangguan darah tinggi yang menyebabkan jika ia mengonsumsi daging kambing menyebabkan tekanan darahnya terganggu, berbeda dengan si B, ia mempunyai tekanan darah yang normal sehingga jika ia mengonsumsi daging kambing tidak akan merugikan apapun dalam tubuhnya. Jadi makanan yang baik ialah makanan yang tidak merugikan apapun bagi mengonsumsi makanan tersebut.<sup>39</sup>

Dari definisi-definisi yang dipaparkan di atas dapat disimpulkan bahwa yang dimaksud *tāyyibān* dalam Al-Qur'an yaitu makanan yang berguna bagi tubuh, tidak merusak, tidak menjijikkan, enak, tidak kadaluarsa, tidak merugikan bagi yang mengonsumsi dan tidak bertentangan dengan perintah Allah. Semua penjelasan terkait makna *tāyyibān* tersebut mengisaratkan pada makanan yang bergizi. Dilihat

---

<sup>38</sup> Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an, *Kesehatan Dalam Perspektif Al-Qur'an*, (Jakarta: Aku Bisa, 2012), Hlm 224.

<sup>39</sup>M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbāh Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an*, (Jakarta: lentera hati, 2002), volume 1, hlm 380.

dari sifat-sifat yang telah disebutkan tersebut telah terkandung pada makanan bergizi.

Dalam Al-Qur'an selain makanan yang baik ada pula makanan yang buruk hal itu sesuai dengan QS. Al-A'raf/7: 157 dibawah ini:

الَّذِينَ يَتَّبِعُونَ الرَّسُولَ النَّبِيَّ الْأُمِّيَّ الَّذِي يَجِدُونَهُ مَكْتُوبًا عِنْدَهُمْ فِي التَّوْرَةِ وَالْإِنْجِيلِ يَأْمُرُهُمْ

بِالْمَعْرُوفِ وَيَنْهَاهُمْ عَنِ الْمُنْكَرِ وَيُحِلُّ لَهُمُ الطَّيِّبَاتِ وَيُحَرِّمُ عَلَيْهِمُ الْخَبَائِثَ وَيَضَعُ عَنْهُمْ إِصْرَهُمْ

وَالْأَغْلَالَ الَّتِي كَانَتْ عَلَيْهِمْ فَالَّذِينَ ءَامَنُوا بِهِ وَعَزَّرُوهُ وَنَصَرُوهُ وَاتَّبَعُوا النُّورَ الَّذِي أُنزِلَ مَعَهُ

أُولَئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ {157}

*Artinya: (Yaitu) orang-orang yang mengikut Rasul, Nabi yang umi yang (namanya) mereka dapati tertulis di dalam Taurat dan Injil yang ada di sisi mereka, yang menyuruh mereka mengerjakan yang makruf dan melarang mereka dari mengerjakan yang mungkar dan menghalalkan bagi mereka segala yang baik dan mengharamkan bagi mereka segala yang buruk dan membuang dari mereka beban-beban dan belenggu-belenggu yang ada pada mereka. Maka orang-orang yang beriman kepadanya, memuliakannya, menolongnya dan mengikuti cahaya yang terang yang diturunkan kepadanya (Al Qur'an), mereka itulah orang-orang yang beruntung. (QS. Al-A'raf/7: 157)<sup>40</sup>*

Di dalam surat al-A'rāf ayat 157 di atas, disebutkan bahwa di antara tujuan diutusnya Nabi Muhammad SAW. adalah untuk menghalalkan yang baik-baik dan mengharamkan yang buruk-buruk. Definisi baik telah dijelaskan panjang lebar dalam pembahasan

<sup>40</sup>Lathif Awaludin, *Ummul Mukminin*, (Jakarta: Wali, 2014), h. 170.

diatas, selanjutnya akan membahas lebih mendalam definisi buruk atau *khobā'īs*.

## 2. Makna *Khobā'īs*

Yang dimaksud dengan kata خبيث adalah segala sesuatu yang tercela atau keji yang dilarang oleh ajaran Islam, baik yang bersifat lahiriah maupun batiniah. Terminologi lain menjelaskan bahwa kata خبيث adalah segala sesuatu yang tidak disenangi karena keburukan dan kehinaannya dari segi material atau immaterial, baik menurut pandangan akal, atau syara'.<sup>41</sup>

Karena itu, tercakup dalam kata keburukan hal-hal yang buruk dari segi keyakinan, ucapan, maupun perbuatan. Juga termasuk dalam kategori ini makanan yang haram. Secara etimologi, الخبيث berasal dari akar kata خبثا, يخبث, خبث , yang artinya buruk, jahat, keji, menjijikkan, dan najis. Menurut mufassir Ibnu 'Arabi, pengertian asal dari kata ini adalah makruh, kemudian apabila dipakaikan pada pembicaraan berarti caci maki, bila menyangkut agama adalah kufur, bila mengenai makanan berarti haram, dan jika berkaitan dengan minuman berarti kemudharatan.<sup>42</sup> Hal tersebut sesuai dengan pandangan Sayid Sabiq bahwa yang dimaksud dengan makanan yang buruk adalah makanan yang kotor dan menjijikkan. Sedangkan menurut Al-Raghib al- Ashfahmi mengartikannya lebih luas, yaitu

---

<sup>41</sup>Fairuzah Tsabit, *Makanan Sehat Dalam Al-Qur'an Kajian Tafsir Bi Al-Ilm Dengan Pendekatan Tematik*, (Yogyakarta: Pustaka Ilmu Yogyakarta, 2013), hlm 25.

<sup>42</sup>*Ibid.*,

bahwa yang dimaksud makanan yang buruk itu adalah yang tidak sesuai dengan kesehatan dan kebutuhan tubuh dari berbagai makanan yang haramkan.<sup>43</sup>

Dalam al-Qur'an kata خبيث dengan berbagai derivasinya disebut sebanyak 16 kali yang pada umumnya selalu bersamaan dengan lawannya yakni kata الطيب . Hanya satu kali yang tidak bersamaan dengan kata الطيب<sup>44</sup> yaitu pada surat al-Anbiyā'/21: 74 :

وَلَوْ طَأَّ آتَيْنَاهُ حُكْمًا وَعِلْمًا وَنَجَّيْنَاهُ مِنَ الْقَرْيَةِ الَّتِي كَانَتْ تَعْمَلُ الْخَبَائِثَ إِنَّهُمْ كَانُوا قَوْمَ سَوْءٍ

فَاسِقِينَ {74}

*Artinya: “Dan kepada Luth, Kami telah berikan hikmah dan ilmu, dan telah Kami selamatkan dia dari (azab yang telah menimpa penduduk) kota yang mengerjakan perbuatan keji. Sesungguhnya mereka adalah kaum yang jahat lagi fasik.” (Q.S. al-Anbiyā'/21:74)<sup>45</sup>*

Adapun makanan dan minuman yang *khobā'is* adalah makanan dan minuman yang dilarang dalam syari'at Islam. Makanan dan minuman yang dilarang ini dikategorikan sebagai najis. Menurut Fuqaha Madzhab Syafi'I makanan dan minuman yang *khobā'is* adalah<sup>46</sup> :

1. Babi, seluruh bagian tubuhnya.
2. Anjing, seluruh bagian tubuhnya.

<sup>43</sup>Abuddin Nata (ed.), Kajian Tematik Al-Qur'an tentang kemasyarakatan, (bandung:angkasa bandung, 2008), hlm 355

<sup>44</sup>Fairuzah Tsabit, *Makanan Sehat Dalam Al-Qur'an Kajian Tafsir Bi Al-Ilm Dengan Pendekatan Tematik*, (Yogyakarta: Pustaka Ilmu Yogyakarta, 2013), hlm 25.

<sup>45</sup>Lathif Awaludin, *Ummul Mukminin*, (Jakarta: Wali, 2014), h. 328.

<sup>46</sup>*Ibid.*, hlm 26

3. Bangkai, seluruh bagian tubuhnya, kecuali bangkai ikan dan belalang.
4. Semua bagian tubuh yang terpisah dari hewan yang masih hidup.
5. Darah yang mengalir.
6. Khamr dan semua jenisnya dan lain-lain.

Di dalam surat al-A'rāf/7:157 dijelaskan bahwa yang baik (*tāyyib*) itu dihalalkan dan yang buruk (*khobā'is*) itu diharamkan.

Dalam ayat lain Allah swt. berfirman:

قُلْ لَا يَسْتَوِي الْحَبِيثُ وَالطَّيِّبُ وَلَوْ أَعْجَبَكَ كَثْرَةُ الْحَبِيثِ فَاتَّقُوا اللَّهَ يَا أُولِي الْأَلْبَابِ لَعَلَّكُمْ

تُقْلِحُونَ {100}

*Artinya: "Katakanlah: "Tidak sama yang buruk dengan yang baik, meskipun banyaknya yang buruk itu menarik hatimu, maka bertakwalah kepada Allah hai orang-orang berakal, agar kamu mendapat keberuntungan". (Q.S. al-Mā'idah/5 : 100)<sup>47</sup>*

Artinya tidak sama nilainya di sisi Allah dan dampaknya di hari kemudian antara hal-hal yang buruk dengan hal-hal yang baik, yang membahayakan dengan yang bermanfaat, yang rusak dengan yang baik, yang haram dengan yang halal, dan yang dhalim dengan yang adil, meskipun kuantitas yang buruk itu lebih menarik hati, karena yang sedikit tetapi berkualitas adalah lebih baik daripada yang banyak tetapi tidak berkualitas. Jadi, rezeki atau makanan yang

---

<sup>47</sup>Lathif Awaludin, *Ummul Mukminin*, (Jakarta: Wali, 2014), h. 124.



sedikit tetapi halal, bermanfaat dan bergizi adalah lebih baik daripada yang banyak tetapi haram dan merugikan.

Dapat disimpulkan bahwa makanan yang buruk ialah makanan yang kotor, menjijikkan, najis, keji dan dan berdampak buruk bagi tubuh manusia. Makna *halal* dan *ṭāyyiban* memberikan pengertian makna yang saling berkaitan erat, begitu pula dengan makna haram dan *khobā'īs* yang merupakan kesatuan.

### C. Sumber Makanan dalam Al-Qur'an

Makanan merupakan kebutuhan pokok untuk bertahan hidup, oleh karena itu Al-Qur'an memberikan perhatian yang cukup besar terhadap makanan dan minuman, setidaknya terdapat tiga puluh ayat yang secara tegas menyuruh umat manusia untuk makan, dan tujuh ayat diantaranya disertai dengan perintah minum serta sembilan dari kesemuanya disertai dengan perintah untuk memilih makanan yang baik, yakni makanan yang sehat dan mengandung unsur-unsur yang diperlukan tubuh dan yang halal menurut norma-norma hukum Islam.<sup>48</sup> Hal ini sesuai dengan QS. Al-Māidah ayat 88 sebagai berikut :

وَكُلُوا مِمَّا رَزَقَكُمُ اللَّهُ حَلَالًا طَيِّبًا وَاتَّقُوا اللَّهَ الَّذِي أَنْتُمْ بِهِ مُؤْمِنُونَ {88}

*Artinya: Dan makanlah makanan yang halal lagi baik dari apa yang Allah telah rezekikan kepadamu, dan bertakwalah kepada Allah yang kamu beriman kepada-Nya. (QS. Al-Māidah/5:88)*<sup>49</sup>

<sup>48</sup>Abuddin Nata (ed.), *Kajian Tematik Al-Qur'an Tentang Kemasyarakatan*, (bandung:angkasa bandung, 2008), hlm 331.

<sup>49</sup>Lathif Awaludin, *Ummul Mukminin*, (Jakarta: Wali, 2014), h. 122.

Kata *tāyyib* berarti lezat, baik, sehat atau menentramkan dan paling utama, dalam konteks makanan, kata *tāyyib* berarti makanan yang tidak kotor dari segi zatnya atau rusak (kadaluarsa) atau tercampur benda najis. Ada juga yang mengartikan sebagai makanan yang mengundang selera bagi yang akan yang mengonsumsinya yang tidak membahayakan fisik serta akalnya. Juga ada yang mengartikan makanan yang sehat, proposional dan aman. Berbicara mengenai halal, di dalam Al-Qur'an selalu diikuti kata *tāyyib*.<sup>50</sup>

Dalam ilmu gizi kandungan nutrisi dalam makanan yang diperlukan manusia terdiri dari enam macam yaitu karbohidrat, protein, lemak, vitamin, mineral dan air. Keenam zat makanan tersebut mutlak diperlukan dan harus dikonsumsi dalam jumlah yang optimal. Semua jenis zat makanan tersebut bersumber dari tanaman atau nabati maupun dari hewan atau hewani. Hal tersebut telah dibahas dalam Al-Qur'an yang mana membagi makanan bersumber dari hewan menjadi dua, yaitu bersumber dari hewan laut yang dihalalkan secara mutlak walaupun menjadi bangkai halal hukumnya. Dan yang lainnya bersumber dari darat maka Al-Qur'an menghalalkan secara eksplisit dengan lafadz *al-an'ām* (unta, sapi, kambing dan lain sebagainya) dan mengharamkan secara tegas babi.<sup>51</sup>

#### 1. Sumber Makanan Hewani dalam Al-Qur'an

---

<sup>50</sup> Aisjah Ginindra, *Dari Sertifikasi Menuju Labelisasi Halal*, (Jakarta: Pustaka Jurnal Halal, 2008), hlm 13.

<sup>51</sup> *Ibid.*, hlm 56.

Salah satu perhatian Al-Qur'an terhadap kepentingan pangan umat manusia yaitu terlihat pada perhatian Al-Qur'an pada tuntunannya untuk memanfaatkan sumber daya protein hewani yang terdapat pada berbagai jenis binatang. Adapun sumber-sumber makanan hewani dalam Al-Qur'an dibagi menjadi dua kelompok yaitu sumber makanan hewani laut dan sumber makanan hewani darat.

a. Sumber Makanan Hewan Laut atau Air

Sumber makanan hewani yang jumlahnya masih sangat banyak ialah ikan dan sejenisnya, baik yang berasal dari ikan tawar ataupun dari lautan dihalalkan oleh Allah. Sebagaimana dalam firmannya dalam QS. Al-Nahl/16:14 sebagai berikut:

وَهُوَ الَّذِي سَخَّرَ الْبَحْرَ لِتَأْكُلُوا مِنْهُ حَمًا طَرِيًّا وَتَسْتَخْرِجُوا مِنْهُ حِلْيَةً تَلْبَسُونَهَا

وَتَرَى الْفُلْكَ مَوَاجِرَ فِيهِ وَلِتَبْتَغُوا مِنْ فَضْلِهِ وَلِعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ {14}

*Artinya: Dan Dia-lah, Allah yang menundukkan lautan (untukmu) agar kamu dapat memakan daripadanya daging yang segar (ikan), dan kamu mengeluarkan dari lautan itu perhiasan yang kamu pakai; dan kamu melihat bahtera berlayar padanya, dan supaya kamu mencari (keuntungan) dari karunia-Nya, dan supaya kamu bersyukur. (QS. Al-Nahl/16 :14 )*

Dalam QS. An-Nahl/16:14 tersebut menjelaskan ikan dan sejenisnya baik yang berasal dari laut seperti udang dan cumi-cumi, dari air tawar seperti ikan mas, lele, dan gurame,

termasuk makanan yang segar. Segar dalam hal ini berarti sehat dan bergizi.<sup>52</sup>

Ikan sebagai sumber makanan tidak hanya kaya akan protein yang lengkap asam amino esensialnya, tetapi juga baik dari aspek lemaknya atau minyaknya. Minyak ikan mengandung asam lemak omega-3, vitamin A dan D, serta mineral seperti kalsium, yodium, fluor, dan selenium. Semua kandungan tersebut amat baik untuk kesehatan manusia. Ikan laut perairan dalam mengandung asam-asam lemak *Eicosopentaenoic* atau dikenal sebagai EPA dan *Docosahexaenoic* atau DHA. Keduanya adalah asam lemak tak jenuh omega-3. EPA dan DHA keduanya amat penting dalam mengurangi resiko penyakit pembuluh darah jantung karena dapat mencegah pengendapan pada dinding pembuluh darah. Penelitian juga menunjukkan bahwa minyak ikan menurunkan kekentalan darah yang berarti dapat menurunkan kekentalan darah yang berarti dapat menurunkan tekanan darah. Penelitian lebih lanjut juga menunjukkan bahwa EPA dan DHA dapat mengurangi radang sendi. Dalam percobaan pada binatang, asam lemak omega-3 ternyata dapat pula mencegah kanker payudara dan pankreas. Ikan-ikan berlemak

---

<sup>52</sup> Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an, *Tafsir Ilmi Makanan dan Minuman dalam Perspektif Al-Qur'an dan Sains*, (Jakarta:Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an,2013), hlm 10.

omega-3 diantaranya adalah tuna, lemuru, salmon, dan makarel.<sup>53</sup>

Dari ayat tersebut Allah berharap pada manusia agar memanfaatkan sumber daya alam dengan maksimal agar mendapat manfaat dari sumber daya alam tersebut dengan maksimal pula, baik dari segi khasiat dari mengonsumsinya ataupun mendapatkan perhiasan yang berharga dari laut tersebut. Bahkan karena banyaknya manfaat tersebut hewan laut ataupun tawar dihalalkan walaupun telah menjadi bangkai. Hal tersebut sesuai dengan QS. Al-Māidah/5: 96 sebagai berikut:

أَحْلًا لَكُمْ صَيْدُ الْبَحْرِ وَطَعَامُهُ مَتَاعًا لَكُمْ وَلِلسَّيَّارَةِ وَحَرَّمَ عَلَيْكُمْ صَيْدُ الْبَرِّ مَا دُمْتُمْ

حُرْمًا وَاتَّقُوا اللَّهَ الَّذِي إِلَيْهِ تُحْشَرُونَ {96}

*Artinya: Dihalalkan bagimu binatang buruan laut dan makanan (yang berasal) dari laut sebagai makanan yang lezat bagimu, dan bagi orang-orang yang dalam perjalanan; dan diharamkan atasmu (menangkap) binatang buruan darat, selama kamu dalam ihram. Dan bertakwalah kepada Allah yang kepada-Nya lah kamu akan dikumpulkan. Dihalalkan bagimu binatang buruan laut dan makanan (yang berasal) dari laut sebagai makanan yang lezat bagimu, dan bagi orang-orang yang dalam perjalanan; dan diharamkan atasmu (menangkap) binatang buruan darat, selama kamu dalam ihram. Dan bertakwalah kepada Allah yang kepada-Nya lah kamu akan dikumpulkan.( QS. Al-Māidah/5 : 96)<sup>54</sup>*

<sup>53</sup> *Ibid*, hlm 21.

<sup>54</sup> Lathif Awaludin, *Ummul Mukminin*, (Jakarta: Wali, 2014), h. 124.

Yang dimaksud dengan buruan laut (صيدالبحر) adalah binatang hidup yang ditangkap atau diperoleh dengan jalan upaya seperti memancing, menjaring, dan sebagainya baik dari laut danau, sungai atau kolam. Sedangkan طعامة (makanan yang berasal dari laut) adalah ikan dan semacamnya yang diperoleh dengan mudah karena telah mati sehingga mengapung dan terdampar tidak lagi diperoleh dengan memburunya.<sup>55</sup>

Para ulama fiqih berbeda pendapat tentang hukum memakan bangkai ikan atau ikan yang sudah mengapung di permukaan air karena mati. Menurut Madzhab Abu Hanifah tidak dibenarkan memakan ikan yang mengapung di permukaan laut atau sungai dengan alasan bahwa ia termasuk bangkai. Madzhab ini berpegang pada ayat yang mengharamkan bangkai, yaitu QS. Al-Mā'idah/5: 3 sebagai berikut<sup>56</sup> :

حُرِّمَتْ عَلَيْكُمْ الْمَيْتَةُ وَالِدَّمُ وَالْحَمُّ الْخَنِزِيرِ.....

*Artinya: Diharamkan bagimu (memakan) bangkai, darah, daging babi, (daging hewan)....( QS. Al-Mā'idah/5: 3).<sup>57</sup>*

---

<sup>55</sup> M.Quraish Shihab, *Wawasan Al-Quran Tafsir Maudhu'i atas Pelbagai Persoalan Umat*, (Bandung: Mizan, 1996), Cet. 13, hlm 138.

<sup>56</sup> Fairuzah Tsabit, *Makanan Sehat Dalam Al-Qur'an Kajian Tafsir Bi Al-Ilm Dengan Pendekatan Tematik*, (Yogyakarta: Pustaka Ilmu Yogyakarta, 2013), hlm 66.

<sup>57</sup> Lathif Awaludin, *Ummul Mukminin*, (Jakarta: Wali, 2014), h. 107.

Sedangkan menurut pendapat Jumbuh ulama, boleh memakan ikan yang mengapung di permukaan air, berdasarkan ayat ke 96 dalam surat Al-Mā'idah di atas.

b. Sumber Makanan Hewan Darat

Sumber makanan dari hewan darat merupakan sumber makanan yang bersumber dari hewan darat walaupun biasanya lebih identik dengan hewan ternak namun sebenarnya bukan hanya hanya hewan ternak seperti kambing, sapi, dan unta saja namun juga kelompok unggas seperti ayam, bebek, burung dara, dan lain-lain. Hal tersebut sesuai dengan QS. An-Nahl ayat 5 dan 66 sebagai berikut:

{5} وَالْأَنْعَامَ خَلَقَهَا لَكُمْ فِيهَا دِفْءٌ وَمَنَافِعُ وَمِنْهَا تَأْكُلُونَ

*Artinya: dan hewan ternak telah menciptakan-Nya untuk kamu padanya ada (bulu) yang menghangatkan dan berbagai manfaat, dan sebagiannya kamu makan (QS. An-Nahl/5: 5)<sup>58</sup>*

Dari ayat tersebut menjelaskan bahwa hewan ternak diciptakan oleh Allah untuk dimanfaatkan manusia baik untuk makan atau minum ataupun di manfaatkan tenaganya untuk kepentingan manusia. Seperti sapi untuk membajak, kuda untuk delman atau untuk kendaraan, bulu ditenun untuk membuat selimut, dan kulit untuk membuat sepatu. Sedangkan dagingnya

---

<sup>58</sup>Lathif Awaludin, *Ummul Mukminin*, (Jakarta: Wali, 2014), h. 107.

untuk dimakan menjadi penting untuk dikonsumsi sebagai gizi penguat badan.

Manusia sangat dianjurkan untuk mengkonsumsi daging, karena daging memiliki kandungan nutrisi-nutrisi yang dibutuhkan oleh tubuh, seperti protein, lemak dan mineral dan lain-lain. Bila dikonsumsi secara teratur dan tidak berlebihan, daging dapat mencegah penyakit anemia (kurang darah).<sup>59</sup>

Dan dari binatang ternak tersebut Allah bukan hanya menganugerahkan tidak hanya daging sebagai makanan manusia, tetapi juga susu yang segar dan bergizi. Susu dari berbagai binatang seperti sapi, kuda, biri-biri, unta dan kambing yang sekarang banyak diperjualbelikan dalam masyarakat. Dari susu terutama susu sapi, dapat dibuat berbagai produk seperti susu bubuk, keju, yoghurt, dan lain-lain. Yang semuanya dikenal sebagai makanan yang sehat dan bergizi tinggi.<sup>60</sup> Ayat lain yang menjelaskan secara eksplisit yaitu QS. Al-Māidah ayat 1 sebagai berikut:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا أَوْفُوا بِالْعُقُودِ أُحِلَّتْ لَكُمْ بَهِيمَةُ الْأَنْعَامِ إِلَّا مَا يُنْتَلَىٰ عَلَيْكُمْ غَيْرَ

مُحَلِّي الصَّيْدِ وَأَنْتُمْ حُرْمٌ إِنَّ اللَّهَ يَحْكُمُ مَا يُرِيدُ {1}

*Artinya: diharamkan bagimu binatang ternak, kecuali yang akan dibacakan padamu. (yang demikian itu) dengan tidak*

<sup>59</sup> Fairuzah Tsabit, *Makanan Sehat Dalam Al-Qur'an Kajian Tafsir Bi Al-Ilm Dengan Pendekatan Tematik*, (Yogyakarta: Pustaka Ilmu Yogyakarta, 2013), hlm 58-59.

<sup>60</sup> Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an, *Tafsir Ilmi Makanan dan Minuman dalam Perspektif Al-Qur'an dan Sains*, hlm 8.



*menghalalkan berburu ketika kamu sedang mengerjakan haji. Sesungguhnya Allah menetapkan hukum –hukum menurut yang dikehendaki-Nya. (QS. Al-Māidah/5: 1)<sup>61</sup>*

Kata *بهيمة* berarti sesuatu yang tidak memiliki akal, biasanya kata ini dikhususkan untuk menyebutkan empat jenis binatang ternak yang di dalam Al-Qur'an disebut *الأنعام* yaitu unta, sapi, kambing dan kerbau. Termasuk juga dalam pengertian ini binatang yang menyerupainya seperti domba, dan rusa. Kata *الأنعام* adalah bentuk jamak dari *نعم* yang arti dasarnya adalah binatang yang digembala atau ditenak. Menurut Ibnu Sîdah *النعم* adalah unta dan domba. Sedangkan menurut Ibnu al-'Arābi, *النعم* khusus untuk unta, sedangkan *الأنعام* mencakup unta, sapi dan kambing.<sup>62</sup> Selain itu, di dalam Al-Qur'an surah an-Naḥl ayat 66 disebutkan :

وَإِنَّ لَكُمْ فِي الْأَنْعَامِ لَعِبْرَةً نُّسْقِيكُم مِّمَّا فِي بُطُونِهِ مِنْ بَيْنِ فَرْثٍ وَدَمٍ لَبْنَا خَالِصًا سَائِغًا

{66} لِلشَّارِبِينَ

*Artinya: dan sungguh pada hewan ternak itu benar-benar terdapat pelajaran bagi kamu. Kami memberimu minum dari apa yang ada dalam perutnya (berupa) susu murni antara kotoran dan darah, yang mudah ditelan bagi orang yang meminumnya (QS. An-Naḥl/5:66)<sup>63</sup>*

<sup>61</sup>Lathif Awaludin, *Ummul Mukminin*, (Jakarta: Wali, 2014), h. 104.

<sup>62</sup>Fairuzah Tsabit, *Makanan Sehat Dalam Al-Qur'an Kajian Tafsir Bi Al-Ilm Dengan Pendekatan Tematik*, (Yogyakarta: Pustaka Ilmu Yogyakarta, 2013), hlm 57.

<sup>63</sup>Lathif Awaludin, *Ummul...*, h. 274.

Dalam ayat tersebut dijelaskan bahwa bahwa Allah memberikan minuman kepada manusia berupa susu yang berasal dari perut binatang. Dan manusia biasa mengambil susu dari kambing, sapi dan unta. Jadi yang termasuk pada الأنعام ialah ketiga binatang tersebut.

Sesuai dengan QS. An-Nahl ayat 5 Allah menganugerahkan nikmat yang begitu besar yaitu sebagai manusia dapat memanfaatkan sumber daya alam berupa ternak, yang dapat diambil bukan hanya daging tapi juga yang bulu, dan susu yang keluar darinya.

Begitu pula dari lebah manusia mendapatkan salah satu jenis bahan minuman alami, yang dapat diminum langsung atau dijadikan bahan campuran air minum, kandungan madu lebah tersebut cukup kompleks terdiri dari unsur air, gula asam organik, mineral dan vitamin. Oleh sebab itu, manfaat madu bagi kesehatan tubuh tidak sekedar memenuhi kebutuhan air, tapi juga menambah kekuatan, bahkan untuk membantu memulihkan kesehatan.<sup>64</sup> Sebagaimana yang dinyatakan dalam QS. An-Nahl ayat 68 dan 69 yang berbunyi:

---

<sup>64</sup> Abuddin Nata (ed.), *Kajian Tematik Al-Qur'an Tentang Kemasyarakatan*, (Bandung: Angkasa Bandung, 2008), hlm 337.

وَأَوْحَىٰ رَبُّكَ إِلَى النَّحْلِ أَنِ اتَّخِذِي مِنَ الْجِبَالِ بُيُوتًا وَمِنَ الشَّجَرِ وَمِمَّا يَعْرِشُونَ {68}

تُمْ كُلِّي مِنَ كُلِّ الثَّمَرَاتِ فَاسْلُكِي سُبُلَ رَبِّكِ ذُلًّا يَخْرُجُ مِنْ بُطُونِهَا شَرَابٌ مُّخْتَلِفٌ

أَلْوَانُهُ فِيهِ شِفَاءٌ لِلنَّاسِ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَةً لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ {69}

*Artinya: Dan Tuhanmu mewahyukan kepada lebah: "Buatlah sarang-sarang di bukit-bukit, di pohon-pohon kayu, dan di tempat-tempat yang dibikin manusia".(68) Kemudian makanlah dari tiap-tiap (macam) buah-buahan dan tempuhlah jalan Tuhanmu yang telah dimudahkan (bagimu). Dari perut lebah itu keluar minuman (madu) yang bermacam-macam warnanya, di dalamnya terdapat obat yang menyembuhkan bagi manusia. Sesungguhnya pada yang demikian itu benar-benar terdapat tanda (kebesaran Tuhan) bagi orang-orang yang memikirkan.(69)(QS. An-Nahl/16 : 68-69)*

Dalam buku *Kajian Tematik Al-Qur'an Tentang Kemasyarakatan* mengutip pendapat dari Al-maraghi menyatakan bahwa madu lebah yang dinyatakan dalam ayat di atas merupakan bahan minuman alami, yang karena kandungan unsur-unsurnya seringkali dijadikan campuran dalam ramuan obat-obatan tertentu, dan di samping terbukti secara empirik juga dinyatakan dengan jelas dalam Al-Qur'an, bahwa unsur-unsur di atas berkhasiat untuk mengobati penyakit-penyakit tertentu.<sup>65</sup>

Dari uraian-uraian yang telah dipaparkan di atas, sedikit dari banyak ciptaan Allah yang mampu penulis rangkum. Dalam

---

<sup>65</sup>Abuddin Nata (ed.), *Kajian Tematik Al-Qur'an Tentang Kemasyarakatan*, (Bandung: Angkasa Bandung, 2008), hlm 336

bumi ini Allah telah menyediakan beragam makanan hewani berupa binatang ternak, unggas, ikan dan sebagian serangga dan apa yang keluar dari pada hewan tersebut seperti susu, madu dan propolis. Masing-masing sumber makanan tersebut mempunyai nilai gizi yang berbeda, demikian juga memiliki kelebihan dan kekurangan masing-masing.

## 2. Sumber Makanan Nabati dalam Al-Qur'an

Disamping terhadap sumber pangan hewani, Al-Qur'an juga memberikan perhatian yang cukup besar terhadap bahan pangan nabati, baik berupa buah-buahan, biji-bijian, maupun sayur-sayuran, yang pada umumnya telah dibudidayakan oleh manusia pada sektor pertanian dan perkebunan. Bahan pangan nabati pada umumnya memiliki kandungan karbohidrat, protein nabati, mineral, dan berbagai macam vitamin A, B, dan C. Dilihat dari sudut pandang kesehatan tubuh, karbohidrat merupakan salah satu sumber energi utama di samping protein, memperkuat struktur sel, dan memperlancar pembuangan. Sedangkan vitamin A lebih banyak berfungsi sebagai sumber penglihatan, pertumbuhan fisik, pengaturan konsentrasi zat-zat gizi dalam sel, pertumbuhan gigi, produksi hormon steroid yang berfungsi mengatur keseimbangan

garam dalam cairan tubuh. Dan masih banyak lagi fungsi sumber makanan nabati yang lainnya.<sup>66</sup>

Di dalam al-Qur'an tidak ditemukan satu ayat pun yang secara eksplisit melarang makanan nabati tertentu. Kalaupun ada tumbuh-tumbuhan tertentu yang kemudian terlarang, maka hal tersebut termasuk dalam larangan umum memakan sesuatu yang buruk, atau merusak kesehatan.<sup>67</sup> Perhatian yang besar tersebut digambarkan dalam QS. 'Abasa/80: 24- 32 sebagai berikut:

فَلْيَنْظُرِ الْإِنْسَانُ إِلَى طَعَامِهِ {24} أَنَّا صَبَبْنَا الْمَاءَ صَبًّا {25} ثُمَّ شَفَقْنَا الْأَرْضَ شَفَقًا

{26} فَأَنْبَتْنَا فِيهَا حَبًّا {27} وَعِنَبًا وَقَضْبًا {28} وَزَيْتُونًا وَنَخْلًا {29} وَحَدَائِقَ غُلْبًا

{30} وَفَاكِهَةً وَأَبًّا {31} مَتَاعًا لَّكُمْ وَلِأَنْعَامِكُمْ {32}

*Artinya: maka hendaklah manusia itu memperhatikan makanannya.(24) Sesungguhnya Kami benar-benar telah mencurahkan air (dari langit).(25) kemudian Kami belah bumi dengan sebaik-baiknya.(26) lalu Kami tumbuhkan biji-bijian di bumi itu.(27) anggur dan sayur-sayuran.(28) Zaitun dan pohon kurma(29). kebun-kebun (yang) lebat.(30) dan buah-buahan serta rumput-rumputan.(31) untuk kesenanganmu dan untuk binatang-binatang ternakmu.(32) (QS. 'Abasa/80: 24-32)<sup>68</sup>*

Dalam tafsir Ibnu Katsir ayat tersebut mengandung nikmat yang telah diberikan Allah kepada manusia sebagai khalifah bumi sekaligus menjadi bukti yang menunjukkan bahwa jasad-jasad yang

<sup>66</sup> Abuddin Nata (ed.), *Kajian Tematik Al-Qur'an Tentang Kemasyarakatan*, (Bandung: Angkasa Bandung, 2008), hlm 343.

<sup>67</sup> M.Quraish Shihab, *Wawasan Al-Quran Tafsir Maudhu'i atas Pelbagai Persoalan Umat*, (Bandung: Mizan, 1996), Cet. 13, hlm 137.

<sup>68</sup> Lathif Awaludin, *Ummul Mukminin*, (Jakarta: Wali, 2014), h. 585.

telah menjadi tulang belulang, yang telah hancur dimakan tanah dan bercerai berai akan dihidupkan kembali. Hal tersebut dianalogi dihidupkan-Nya tetumbuhan dari tanah yang mati, setelah itu Allah menurunkan hujan, air hujan tersebut menyerap masuk ketanah hingga meresap ke dalam biji-bijian dan tumbuhlah menjadi tumbuhan.<sup>69</sup>

Disini Ibnu Katsir mengartikan *al-ḥabb* sebagai biji-bijian, *al-‘inab* sebagai anggur, sedangkan *al-a’qāb* artinya sejenis sayuran yang dimakan oleh ternak dengan mentah. Buah zaitun pada masa itu cukup dikenal dan dapat dijadikan sebagai lauk, begitu pula minyaknya dapat digunakan untuk meminyaki tubuh dan juga bahan bakar penerangan. Dalam ayat ini juga menyebutkan kurma yang dapat dimakan dalam keadaan mentah ataupun matang, dapat juga dijadikan sale, dan perasannya dapat dibuat minuman dan cuka. Dalam ayat tersebut yang dimaksud *ghulban* ialah pohon kurma yang besar-besar lagi rindang-rindang, sedangkan Ibnu Abbas dan mujtahid mengatakan bahwa makna yang dimaksud ialah pepohonan yang lebat dan banyak dan dapat dijadikan naungan. Sedangkan kata *faqihāh* diartikan sebagai buah-buahan yang dimakan dalam keadaan segar.<sup>70</sup>

Menurut ayat diatas sumber makanan nabati dapat dibagi menjadi dua kelompok besar yaitu:

---

<sup>69</sup> Ismail Ibnu Kasir, *Tafsir Ibnu Kasir Juz 30*, (Bandung: Sinar Abadi Algensindo, 2006), hlm 78-79.

<sup>70</sup> *Ibid.*, hlm 80.

## 1. Kelompok Biji-Bijian dan Sayur-Sayuran

Salah satu sumber makanan yang mengandung unsur karbohidrat yang telah biasa dikonsumsi masyarakat ialah dari kelompok biji-bijian seperti gandum, padi, dan jagung yang merupakan sumber karbohidrat polimer tinggi berupa pati. Karbohidrat merupakan sumber energi bagi manusia, dalam tubuh karbohidrat di ubah menjadi air, karbondioksida dan energi. Energi atau kalori yang terbentuk digunakan untuk kerja otot. Dengan demikian karbohidrat pada hakikatnya merupakan sumber bahan bakar bagi tubuh manusia.<sup>71</sup>

Dalam QS. Yasīn ayat 33 Allah menganugerahkan tumbuhan berupa biji-bijian dari tanah yang telah mati sekalipun, terdapat banyak ayat-ayat Al-Qur'an yang berbicara mengenai peranan air dalam tumbuhnya tumbuhan. Apabila air hujan jatuh dilahan yang gersang yang tidak ditumbuhi tumbuhan yang bisa disebut sebagai lahan yang mati akibat tidak adanya kehidupan disana, maka dari air hujan tersebut dapat membuatnya hidup, karena disamping peranan air yang krusial dalam

---

<sup>71</sup> Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an,, *Tafsir Ilmi Makanan dan Minuman dalam Perspektif Al-Qur'an dan Sains*, (Jakarta:Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an,2013), hlm 14.

menunjang ketersediaan air bagi makhluk hidup, air hujan juga membawa material pupuk.<sup>72</sup>

Jadi dapat disimpulkan bahwa anugerah dari Allah selain tumbuhan itu sendiri tapi juga air, dengan air tumbuhlah tumbuhan bahkan di lahan yang mati sekalipun. Tumbuhan tersebut menjadi sumber pangan manusia dalam memenuhi kebutuhan protein nabati tubuh. Salah satunya ialah kelompok biji-bijian yang banyak memberikan asupan karbohidrat sebagai pembentuk energi dalam tubuh.

Sumber makanan lain yang bersumber pada tumbuhan yaitu sayuran yang tercantum dalam ayat QS. *al-An'am* ayat 141 dan QS. *Al-Baqarah* ayat 61 sebagai berikut:

وَهُوَ الَّذِي أَنشَأَ جَنَّاتٍ مَّعْرُوشَاتٍ وَغَيْرَ مَعْرُوشَاتٍ وَالنَّخْلَ وَالزَّرْعَ مُخْتَلِفًا

أُكْلُهُ وَالزَّيْتُونَ وَالرُّمَانَ مُتَشَابِهًا وَغَيْرَ مُتَشَابِهٍ كُلُوا مِنْ ثَمَرِهِ إِذَا أَثْمَرَ وَعَآثُوا

حَقَّهُ يَوْمَ حَصَادِهِ وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ {141}

*Artinya: dan Dialah yang menjadikan tanaman-tanaman yang merambat dan yang tidak merambat, pohon kurma, tanaman yang beraneka ragam rasanya, zaitun dan delima yang serupa (bentuk dan warnanya dan tidak serupa (rasanya). Makanlah buahnya apabila ia berbuah dan berikanlah haknya (zakatnya) pada waktu memetik hasilnya, tapi janganlah berlebihan. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berlebihan. (QS. Al-An'am/6:141).<sup>73</sup>*

<sup>72</sup> Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an,, hlm 49.

<sup>73</sup> Lathif Awaludin, *Ummul Mukminin*, (Jakarta: Wali, 2014), h. 146.



Dalam ayat diatas membicarakan mengenai sayuran, dan buah segar beserta rasanya, dalam konteks zakat pertanian dan ketidak sukaan Allah terhadap apa saja yang sifatnya berlebihan. Allah menciptakan semuanya sebagai makanan manusia dan hewan ternaknya. Allah menginginkan agar manusia memperoleh makanan dari bercocok makanan. Setelah memanen hasilnya mereka didorong untuk memberi sebagiannya kepada orang lain dalam bentuk , dan sebagai tanda syukur manusia kepada Allah. Menurut Al-Qur'an dari berbagai aspeknya bercocok tanam dan bertani merupakan alasan mengapa manusia bereksistensi di muka bumi. Proses inilah yang menyediakan makanan bagi manusia , baik secara fisik maupun spiritual.<sup>74</sup>

## 2. Kelompok Tumbuhan dan Buah-Buahan

Tumbuhan merupakan perhiasan bagi bumi dan merupakan berkah yang dilimpahkan Allah pada manusia. Yang telah sepatutnya manusia sebagai khalifah bumi merawat serta melestarikannya. Dalam Al-Qur'an menyebutkan beberapa jenis tanaman, seperti anggur, ara, jahe, mentimun, bawang putih, jawawut, dan siwak. Selain itu Al-Qur'an juga menyebutkan beberapa hasil pertanian

---

<sup>74</sup> *Ibid.*, hlm 19

seperti biji-bijian, sayuran, dan sejenisnya. Terlebih lagi Al-Qur'an juga menyebutkan proses-proses yang terjadi di dunia tumbuhan seperti yang telah disinggung sebelumnya.

Tumbuhan merupakan makhluk hidup yang memiliki hak dan kewajiban tersendiri, menyembah dan menjunjung tinggi perintah Allah, dengan caranya sendiri yang tidak dimengerti oleh manusia. Mereka diturunkan ke bumi untuk keuntungan manusia dan binatang yang telah diilustrasikan pada QS. 'Abasa Ayat 24-32. Selain untuk makanan bagi manusia dan ternak, tumbuhan pada saat ini juga digunakan sebagai obat. Sebagian besar masyarakat dalam menjaga kesehatan mereka masih bergantung pada obat-obatan tradisional yang menggunakan bahan alami dari tumbuhan, binatang, dan mineral.<sup>75</sup>

Beberapa tumbuhan yang terekam dalam ayat-ayat Al-Qur'an diantaranya buah tin dan buah zaitun dalam Q.S. at-Tin/95 : 1, buah kurma dalam QS. An-Naḥl/16 :67, anggur dalam QS. An-Naḥl/16 : 11, delima dalam QS. Al-An'ām/6: 99, jahe dalam Q.S. Al-Insān/76 : 17, dan *Baqḷ, Qiṣṣāi, Fūm, 'Adas*, dan *Baṣal* (sayuran, ketimun, bawang putih, kacang adas, bawang merah) dalam QS. Al-Baqarah/2: 61. Semua tumbuhan tersebut memberikan manfaat yang besar

---

<sup>75</sup> Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an, *Tafsir Ilmi Tumbuhan dalam Perspektif Al-Qur'an dan Sains*, (Jakarta:Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an,2013),, hlm 50.

terhadap kebutuhan manusia, baik untuk konsumsi maupun tidak.

### 3. Sumber Makanan Olahan dalam Al-Qur'an

Salah satu sumber olahan makanan yang terdapat dalam Al-Qur'an ialah makanan *khamr*, merupakan minuman fermentasi yang tercantum dalam QS. an-Nahl/16: 67 “*Dan dari buah kurma dan anggur, kamu membuat minuman yang memabukkan dan rezeki yang baik. Sungguh pada yang demikian itu terdapat tanda (kebesaran) Allah bagi orang yang mengerti*”.<sup>76</sup> Ayat ini merupakan ayat pertama yang turun terkait makanan olahan dari buah-buahan, sekaligus merupakan ayat pertama yang berbicara tentang minuman keras dan keburukannya. Ayat tersebut membedakan dua jenis makanan olahan "memabukkan" dan jenis makanan olahan yang baik sehingga merupakan rezeki yang baik.<sup>77</sup> Karena dalam masa fermentasi tersebut sebelum menjadi minuman yang memabukkan akan memberikan manfaat. Aatau makanan olahan yang dikonsumsi dalam takaran tertentu memberikan manfaat bagi konsumen.

---

<sup>76</sup> Lathif Awaludin, *Ummul Mukminin*, (Jakarta: Wali, 2014), h. 274.

<sup>77</sup> M.Quraish Shihab, *Wawasan Al-Quran Tafsir Maudhu'i atas Pelbagai Persoalan Umat*, (Bandung: Mizan, 1996), Cet. 13, hlm 148.