

BAB III

WAWASAN UMUM TENTANG MAKANAN MENURUT AL-QUR'AN

A. MAKANAN

1. Pengertian makanan

Pengertian makanan adalah memasukan sesuatu kedalam mulut. Dalam bahasa arab makanan berasal dari kata at-Ta'am dan jamaknya at-timah yang artinya makan-makanan.¹ Sedangkan dalam ensiklopedi hukum islam yaitu segala sesuatu yang dimakan oleh manusia, segala sesuatu yang dapat menghilangkan lapar.² Halal berasal dari bahasa arab yang artinya membolehkan, membebaskan, sedangkan dalam ensiklopedi hukum islam yaitu segala sesuatu yang menyebabkan seseorang tidak dihukum ketika menggunakan atau mengaplikasikannya, atau sesuatu yang boleh dilakukan menurut syara'.

Sedangkan menurut buku panduan sistem produksi halal yang diterbitkan oleh DEPAG (Departemene Agama) menyebutkan bahwasanya makanan adalah barang yang dimaksudkan untuk dimakan dan diminum oleh manusia, serta bahkan digunakan dalam produksi makanan maupun minuman. Sedangkan halal adalah sesuatu yang boleh menurut ajaran islam.³

¹ Adib Bisri dan Munawwir AF, *Kamus Indonesia Arab*, (surabaya: Pustak Progresif, 1999), hlm. 201

² Abdul Aziz Dahlan, *Ensiklopedi Hukum Islam* (Jakarta: Ictiar Baru Van Houve, 1996), halm. 506

³ *Bagian Proyek Sarana Dan Prasarana Produk Halal Direktorat Jendral Bimbingan Masyarakat Islam Dan Penyelenggara Haji, Petunjuk Teknis Dan Sistem Produksi Halal*, Departemen Agama RI (Jakarta: tp 2003) hlm.3

Jadi pada intinya makanan halal adalah makanan yang baik dan diperbolehkan menurut ajaran islam, yaitu sesuai dengan al-Qur'an dan al-Hadits. Sedangkan makanan yang baik adalah makanan yang membawa kesehatan bagi tubuh, dan dapat menimbulkan nafsu makan serta tidak dilarang al-Qur'an dan al-Hadits. Tetapi dalam hal lainnya perlu diperjelas yang berdasarkan ijma' dan qiyas terhadap suatu nash yang sifatnya umum dan harus digali oleh para ulama agar kemudian tidak menimbulkan hukum yang bersifat syubhat. Para ulama telah mengijma'kan tentang makanan halalnya binatang-binatang ternak seperti unta, sapi, dan kambing serta mengharamkan binatang-binatang yang dapat menimbulkan bahaya baik yang sifatnya beracun, menimbulkan penyakit, maupun ada efek samping. Dengan demikian sebagian ulama memberikan keterangan tentang makanan dan minuman.⁴

2. Dasar Hukum Makanan

Prinsip pertama yang telah ditetapkan islam, pada mulanya segala sesuatu yang diciptakan oleh Allah itu bersifat halal, tidak ada yang haram. Kecuali jika ada nash yang shahih dalam mengharamkannya.⁵ Sebagaimana yang dijelaskan dalam kaidah fikih sebagai berikut:

Pada asalnya, segala sesuatu itu bersifat mubah sebelum ada dalil yang mengharamkannya.⁶ Para ulama menetapkan bahwa segala sesuatu hukumnya boleh, hal ini merujuk pada beberapa ayat dalam QS. Al-Baqarah/2: 29 :

جمع الارض ما في لكم خلق الذي هو

“Dialah yang menciptakan segala sesuatu di bumi”.⁷

⁴ Hussein Bahresy, *Pedoman Fiqh Islam* (Surabaya: al-Ikhlash, 1981), hlm. 303

⁵ Yusuf Qardhawi, *Halal Haram Dalam Islam* (Solo: Era Intermedia, 2003), hlm. 36

⁶ Abdul Wahhab Khallaf, *Ilmu Ushul Fiqh* (cet.1; Semarang: Dina Utama, 1994), hlm. 127

Dari sini wilayah keharaman dalam syariat islam sesungguhnya sangatlah sempit, namun sebaliknya wilayah kehalalan terbentang luas jadi segala sesuatu belum ada nash yang mengikat untuk mengharamkan atau menghalalkannya, maka akan kembali ke hukum asal, yaitu boleh dan dalam wilayah kema'fuan Tuhan.

Dalam suatu hal tentang makanan, ada yang berasal dari binatang dan ada pula dari tumbuh-tumbuhan. Ada binatang darat dan binatang laut, dan ada juga binatang boleh dimakan maupun yang tidak boleh dimakan. Demikian juga yang berasal dari tumbuh-tumbuhan. Untuk itu marilah kita pelajari keterangan yang berdasarkan dari al-Qur'an dan hadits yang menyatakan makanan maupun minuman yang halal dan haram.⁸

Rasa kepedulian yang Allah SWT limpahkan sangat besar perihal makanan untuk makhluknya, hal ini terbukti dari firmanNya dalam al-Qur'an yang menyebutkan kata *tha'am* yang artinya "makanan" sebanyak 48 kali dalam berbagai bentuknya. Dan ditambah pula kata *akala* yang berarti "makan" yang berfungsi sebagai kata kerja sebanyak 109 kali dalam berbagai derivasinya, termasuk perintah "makanlah" sebanyak 27 kali, sedangkan kegiatan yang berhubungan dengan makan yaitu minum yang mana dalam al-Qur'an terulang sebanyak 39 kali.⁹

⁷ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an Dan Terjemahnya* (Jakarta: Pustaka al-Hanan, 2009) hlm. 5

⁸ H.M.K.Bakri, *Hukum Pidana Dalam Islam* (Solo: Ramadhani, th) hlm. 143

⁹ Tiench Tirta Winata, *Makanan Dalam Perspektif Al-Qur'an Dan Gizi* (Jakarta: Balai Penerbit FKUI, 2006), hlm.1

Betapa berharga makanan bagi kehidupan manusia , maka Allah SWT mengatur aktivitas makan selalu diimbangi dengan perasaan nikmat dan puas, sehingga manusia sering lupa bahwasanya makan bertujuan untuk kelangsungan hidup bagi manusia, bukan hidup untuk makan.

Pada dasarnya semua makanan dan minuman yang berasal dari tumbuh-tumbuhan maupun hewan adalah halal hukumnya, kecuali makanan atau minuman yang bersifat beracun dan membahayakan nyawa manusia.¹⁰

Ayat al-Qur'an yang dijadikan sebagai dasar hukum tentang makanan diantaranya tertulis dalam QS. Al-mai'dah/5: 88:

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

Artinya: *“Dan makanlah makanan yang halal lagi baik dari Allah yang telah rezekikan kepadamu, dan bertaqwalah kepada Allah yang kamu beriman kepada-Nya”*.¹¹

Ayat di atas bukan hanya menyatakan bahwa mengkonsumsi makanan halal wajib hukumnya karena merupakan perintah agama, melainkan juga menunjukkan hal tersebut merupakan bentuk perwujudan dari rasa syukur dan keimanan kepada Allah SWT. Dan mengkonsumsi makanan yang haram termasuk salah satu dari ajaran setan.

¹⁰ *Bagian Proyek Sarana Dan Prasarana Produk Halal Direktorat Jendral Bimbingan Masyarakat Islam Dan Penyelenggara Haji, Petunjuk Teknis Dan Sistem Produksi Halal*, Departemen Agama RI (Jakarta: tp 2003) hlm.7

¹¹ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an Dan Terjemahnya* (Jakarta: Pustaka al-Hanan, 2009) hlm.122

Sebenarnya di dalam Al-Qur'an sudah tertulis makanan yang diharamkan dan pada pokoknya hanya ada empat macam yaitu dalam QS. Al-Baqarah/2: 173:

إِنَّمَا حَرَّمَ عَلَيْكُمُ الْمَيْتَةَ وَالدَّمَ وَحُلْمَ الْخِنْزِيرِ وَمَا أُهْلِيَ بِهِ لِغَيْرِ اللَّهِ فَمَنْ اضْطُرَّ غَيْرَ بَاغٍ وَلَا عَادٍ فَلَا إِثْمَ عَلَيْهِ إِنَّ اللَّهَ عَفُورٌ رَحِيمٌ

“Sesungguhnya Allah hanya mengharamkan bagimu (memakan) bangkai, darah, daging babi, dan binatang yang ketika disembelih disebut (nama) selain Allah. Akan tetapi, barang siapa dalam keadaan terpaksa (memakannya) sedangkan ia tidak menginginkannya, tidak (pula) melampaui batas, maka sesungguhnya Allah Maha Pengampun, Maha penyayang”.¹²

Dalam ayat tersebut telah menjelaskan bahwasanya makanan yang diharamkan antara lain:

1. Bangkai, merupakan hewan yang mati dengan tidak disembelih, termasuk didalamnya hewan yang mati dicekik, dipukul, ditanduk ataupun diterkan hewan buas.
2. Darah, yang dimaksudkan disini adalah darah yang keluar pada waktu penyembelihan sedangkan darah yang tersisa setelah disembelih yang ada pada daging diperbolehkan. Ada dua macam darah yang diperbolehkan yaitu darahjantung dan limpa.
3. Babi, apapun yang berasal dari hewan babi hukumnya haram baik darahnya, dagingnya maupun tulangnya.
4. Binatang yang disembelih menyebut selain nama Allah SWT

¹² Ibid...hlm.26

Jadi dapat disimpulkan bahwa syarat-syarat produk pangan halal menurut syariat islam adalah:

- a. Halal dzatnya, bahwasanya makanan itu tidak dilarang oleh hukum syara' seperti nasi, susu, telur, dan lain sebagainya
- b. Halal cara memperolehnya artinya sesuatu yang halal harus diperoleh dengan cara yang halal juga. Sesuatu yang halal akan tetapi dari cara memperolehnya tidak sesuai dengan syara', maka sesuatu tersebut menjadi haram, Seperti halnya mencuri, menipu, dan lain sebagainya.
- c. Halal dalam memprosesnya artinya selain yang halal itu harus diperoleh dengan cara yang halal juga, sama saja dengan cara memprosesnya harus pula dengan syari'at islam. Seperti ayam, kambing, sapi, merupakan binatang yang halal untuk dimakan, akan tetapi apabila proses penyembelihannya tidak sesuai syariat, maka hukum hewan tersebut akan menjadi haram.¹³

Sedangkan pada minuman terdapat 4 hal yang dijadikan sebagai dasar kehalalan suatu minuman yang meliputi:

- a. Semua jenis air atau cairan yang tidak membahayakan bagi manusia baik dari segi akal, jasmani, jiwa maupun aqidah
- b. Air atau cairan yang tidak memabukkan walaupun sebelumnya merupakan minuman yang memabukkan seperti arak yang telah berubah menjadi cuka

¹³ *Bagian Proek Sarana Dan Prasarana Produk Halal Direktorat Jendral Bimbingan Masyarakat Islam Dan Penyelenggara Haji, Petunjuk Teknis Dan Sistem Produksi Halal, Departemen Agama RI (Jakarta: tp 2003) hlm. 17*

- c. Air atau cairan yang bukan berupa benda najis atau benda suci yang terkena najis
- d. Air atau cairan tersebut diperoleh dengan cara yang halal sesuai dengan ajaran agama islam

Selain halal, ternyata Allah SWT juga mengisyaratkan kepada kita supaya mengkonsumsi makanan dan minuman yang halal dan baik dalam artian bermanfaat, kita juga bisa memakan makanan yang lezat serta sedap. Allah berfirman dalam QS. An-Nisa'/4: 4:

فَكُلُوْهُ هَنِيْئًا مَّرِيْنًا

“Maka makanlah (ambillah) pemberian itu (sebagai makanan) yang sedap lagi baik akibatnya”.

Ayat di atas menyerukan kepada kita bahwa makanan yang sedap dan lezat tidak dilarang oleh Allah SWT selama makanan tersebut memenuhi kriteria halal dan baik seperti halnya ketentuan yang telah disebutkan di atas.

B. PANDANGAN ULAMA TENTANG HALAL

Menurut Abdul Aziz Dahlan dalam ensiklopedi hukum islam halal mengandung beberapa makna yaitu membolehkan, membebaskan, melepaskan. Dalam artian segala sesuatu yang menyebabkan seseorang tidak dihukum, jika menggunakannya dan dikerjakan menurut syara’.¹⁴

Dari pengertian diatas hal ini menyangkut kebolehan menggunakan benda-benda atau apa saja yang diperlukan oleh kebutuhan fisik seperti, makanan, minuman, dan obat-obatan.

¹⁴ Abdul Aziz Dahlan, *Ensiklopedi Hukum Islam* (Jakarta: Ictiar Baru Van Houve, 1996), hlm.506

Demikian sesuatu yang diperbolehkan menurut syara' hal ini berkaitan dengan kebolehan memanfaatkan, makanan, minuman dan mengerjakan sesuai dasaran yang telah ditentukan nash. Menurut Abdul Aziz Dahlan sesuatu yang dianjurkan Allah SWT berdasarkan nash apabila dikerjakan tidak mengandung hukum atau akibatnya.

Imam al-Ghazali didalam memberikan makna halal berbeda dengan pendapat diatas menurutnya sesuatu yang dikatakan halal dari segi bendanya sendiri yang diperoleh dengan cara yang baik, tidak membahayakan, tidak memabukkan, dikerjakan menurut syariat islam. Jadi halal merupakan suatu hukum yang dicetuskan oleh Allah dan mengandung manfaat bagi manusia itu sendiri baik secara fisik maupun secara mental.

Menurut ahli fiqh Yusuf Qardawi dari Mesir, menyatakan bahwa yang berhak menentukan kehalalan sesuatu adalah Allah SWT, manusia tidak mempunyai wewenang tentang hal ini, menurutnya siapa yang hukum halal, maka ia merupakan sekutu Allah SWT.¹⁵

Menurut sudut pandang medis dengan berdasarkan ayat-ayat pada al-Qur'an yang menyarankan memilih makanan yang baik dan halal hal itu ditafsirkan sebagai makanan yang mengandung vitamin dan mineral yang tinggi. Sebab pada zaman sekarang banyak makanan yang halal akan tetapi kurang nilai gizinya atau tidak mengandung zat-zat yang sempurna bagi pertumbuhan badan. Oleh karena itu firman Allah sudah menunjukkan hal

¹⁵ Ibid...hlm. 506

yang benar bahwa memakan makanan yang baik dan halal mengandung sebuah arti dari segi hukum maupun kesehatan.¹⁶

Hal ini dapat dilihat dari pesan-pesan yang disampaikan al-Qur'an tentang makanan yang meliputi:

1. Tujuan memakan makanan sebagai karunia Allah SWT
2. Ajakan memakan makanan yang baik dan halal sebagai karunia yang telah diberikan-Nya
3. Memberi perhatian pada keseimbangan kebutuhan dan persediaan makanan.

Dengan mendasarkan pada pesan yang disampaikan tersebut, maka makanan ataupun minuman yang dibutuhkan merupakan yang mengandung gizi seperti: karbohidrat, protein, mineral, vitamin, dan lain sebagainya. Makanan yang mempunyai unsur-unsur tersebut termasuk makanan yang baik dan sehat, untuk itu Allah menghalalkan makanan maupun minuman tersebut.¹⁷

Berikut ini adalah beberapa makanan bergizi yang disebutkan dalam al-Qur'an antara lain:

1. Daging binatang ternak seperti sapi, kambing, unta, biri-biri, dalam binatang ini mengandung kadar protein yang tinggi, disamping itu juga mengandung minyak kalori tinggi, zat besi, fosfor, B12 dan vitamin C.
2. Daging buruan di laut, mengandung protein yang tinggi khususnya vitamin A berguna membantu pertumbuhan jaringan-jaringan pada tubuh dan vitamin D yang baik bagi kesehatan tulang.

¹⁶ Ahmadie Thaha, *Kedokteran dalam Islam* (Surabaya: PT Bina Ilmu, th) hlm. 125

¹⁷ Ibid...hlm. 123

3. Susu mengandung asam amino, zat fosfor, kalsium, zat besi, vitamin A dan B kompleks.¹⁸

Dalam hadits yang diriwayatkan oleh Imam Bukhari, Imam Muslim dan Imam at-Tirmidzi dari Nu'man bin Basyir dijelaskan bahwa yang halal itu jelas dan yang haram juga jelas, sedangkan diantaranya terdapat hal-hal yang subhat.¹⁹ Sebagaimana hadits nabi:

حَدَّثَنِي مُحَمَّدُ بْنُ الْمُثَنَّى حَدَّثَنَا ابْنُ أَبِي عَدِيٍّ عَنْ ابْنِ عَوْنٍ عَنِ الشَّعْبِيِّ سَمِعْتُ النُّعْمَانَ بْنَ بَشِيرٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ سَمِعْتُ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ وَحَدَّثَنَا عَلِيُّ بْنُ عَبْدِ اللَّهِ حَدَّثَنَا ابْنُ عُيَيْنَةَ حَدَّثَنَا أَبُو فَرْوَةَ عَنِ الشَّعْبِيِّ قَالَ سَمِعْتُ النُّعْمَانَ بْنَ بَشِيرٍ قَالَ سَمِعْتُ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ وَحَدَّثَنَا عَبْدُ اللَّهِ بْنُ مُحَمَّدٍ حَدَّثَنَا ابْنُ عُيَيْنَةَ عَنْ أَبِي فَرْوَةَ سَمِعْتُ الشَّعْبِيَّ سَمِعْتُ النُّعْمَانَ بْنَ بَشِيرٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ حَدَّثَنَا مُحَمَّدُ بْنُ كَثِيرٍ أَخْبَرَنَا سُفْيَانُ عَنْ أَبِي فَرْوَةَ عَنِ الشَّعْبِيِّ عَنِ النُّعْمَانَ بْنِ بَشِيرٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ قَالَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ الْحَلَالُ بَيِّنٌ وَالْحَرَامُ بَيِّنٌ وَبَيْنَهُمَا أُمُورٌ مُشْتَبِهَةٌ فَمَنْ تَرَكَ مَا شُبِّهَ عَلَيْهِ مِنَ الْإِثْمِ كَانَ لِمَا اسْتَبَانَ أَتْرَكَ وَمَنْ اجْتَرَأَ عَلَى مَا يَشْكُ فِيهِ مِنَ الْإِثْمِ أَوْشَكَ أَنْ يُوَاقِعَ مَا اسْتَبَانَ وَالْمَعَاصِي حِمَى اللَّهِ مَنْ يَرْتَعِ حَوْلَ الْحِمَى يُوشِكُ أَنْ يُوَاقِعَهُ

Artinya:” Telah menceritakan kepada kami Muhammad bin Al Mutsanna telah menceritakan kepada kami Ibnu Abu 'Adiy dari Ibnu 'Aun dari Asy-Sa'biy aku mendengar An-Nu'man bin Basyir radliallahu 'anhuma aku mendengar Nabi shallallahu 'alaihi wasallam. Dan diriwayatkan pula, telah menceritakan kepada kami 'Ali bin 'Abdullah telah menceritakan kepada kami Ibnu 'Uyainah telah menceritakan kepada kami Abu Farwah dari Asy-Sa'biy berkata, aku mendengar An-Nu'man bin Basyir telah menceritakan kepada kami berkata, aku mendengar Nabi shallallahu 'alaihi wasallam. Dan diriwayatkan pula

¹⁸ Ibid...hlm. 126-127

¹⁹ Syekh Fauzi Muhammad, *Hidangan Islam Ulasan Komprehensif Berdasarkan Syariat Dan Sains Modern* (Jakarta: Gema Insani Press, 1997) hlm. 14

'Abdullah bin Muhammad dari Ibnu 'Uyainah dari Abu Farwah aku mendengar Asy-Sa'biy aku mendengar An-Nu'man bin Basyir radliallahu 'anhuma dari Nabi shallallahu 'alaihi wasallam. Telah menceritakan kepada kami Muhammad bin Katsir telah mengabarkan kepada kami Sufyan dari Abu Farwah dari Asy-Sa'biy dari An-Nu'man bin Basyir radliallahu 'anhu berkata, telah bersabda Nabi shallallahu 'alaihi wasallam: "Yang halal sudah jelas dan yang haram juga sudah jelas. Namun diantara keduanya ada perkara yang syubhat (samar). Maka barangsiapa yang meninggalkan perkara yang samar karena khawatir mendapat dosa, berarti dia telah meninggalkan perkara yang jelas keharamannya dan siapa yang banyak berdekatan dengan perkara samar maka dikhawatirkan dia akan jatuh pada perbuatan yang haram tersebut. Maksiat adalah larangan-larangan Allah. Maka siapa yang berada di dekat larangan Allah itu dikhawatirkan dia akan jatuh pada larangan tersebut".²⁰

Terhadap hal-hal yang subhat ini tidak banyak yang mengetahui, karena ketentuan halal dan haram sudah disebutkan dengan jelas dan terperinci. Subhat ialah sesuatu yang sulit diidentifikasi kehalalan dan keharamnya karena adanya suatu alasan tertentu. Dalam ketentuan yang bersangkutan dengan hal ini, oleh agama dianjurkan untuk berhati-hati dan alangkah baiknya ditinggalkan.

Sesuatu yang diciptakan Allah SWT dimuka bumi ini pada dasarnya adalah halal dan mubah. tidak ada satupun yang haram, kecuali ada nash yang sah dan tegas yaitu Allah SWT dan rasulnya yang mengharamkan. Kalau ada nash yang sah misalnya karena ada sebagian hadits yang merujuk pada keharaman, maka hal tersebut tetaplah kembali sebagaimana asalnya yaitu

²⁰ Sumber : Bukhari Kitab : Jual beli Bab : Yang halal itu jelas dan yang haram juga jelas, dan antara keduanya ada perkara yang syubhat No. Hadist : 1910

mubah.²¹ Misalnya seseorang memanah binatang lalu kemudian binatang itu lenyap dan tidak tahu kemana larinya, tiba-tiba ditemukan disuatu tempat burung tersebut mati dan ada bekas yang menyebabkan kematian kecuali anak panahnya sendiri yang dilontarkan tadi. Hanya saja diragukan apakah binatang tadi benar-benar mati terkena anak panah atau karena sebab lain.

Dalam menghadapi persoalan ini yang terpilih adalah hukum halalnya, dan tidak perlu dianggap bangkai yang haram sebab bekas lukanya itu jelas ada didalam tubuhnya tadi, dan halal ini dapat dinyatakan dengan seterang-terangnya. Pada awalnya binatang ini tidak terkena sebab lain yang menyebabkan kematian, selain dari hasil pemanahannya itu. Jadi sebab kematiannya sekalipun masih dapat dipertanggung jawabkan, tetapi tetap dianggap halal, karena sesuatu yang telah diyakinkan itu telah tertolak dengan hanya ada rasa ragu-ragu saja.

Dalam kehidupan sehari-hari tanpa kita sadari makanan yang dimakan manusia itu madharatnya lebih besar dari pada manfaatnya. Makanan yang haram semacam itu akan memanaskan segala macam nafsu.²²

Untuk menghindari hal tersebut, maka perlu memperhatikan Halalan Thayiban. Nafkah yang halal bukanlah semata-mata hanya dengan jerih payah pekerjaan seseorang, melainkan juga berhubungan dengan sumber dan tempat memperolehnya. Ada juga sebagian manusia yang berpikir yang terpenting

²¹ Imam al-Ghazali, *Benang Tipis Antara Halal Dan Haram* (cet I; surabaya: Putra pelajar, 2002) hlm. 22-23

²² Dedy Suardy, *Sang Kreator Agung* (cet II; bandung: PT. Remaja Rosda Karya, offcet, 1997) hlm. 255

uang dan tidak memikirkan akibat spriritual, oleh karena itu banyak orang kaya materi tetapi tidak merasakan bahagia dalam hidupnya.²³

Jadi Halalan Thayiban merupakan hukum yang telah ditetapkan didalam al-Qur'an yang diperoleh dengan cara yang baik dan apabila digunakan bermanfaat, yang sesuai berdasarkan aturan agama dan tidak mendapat hukuman baik didunia maupun akhirat.

C. PANDANGAN MEDIS TENTANG HALAL

Telah dijelaskan pada pembahasan sebelumnya bahwa syarat utama yang harus diperhatikan oleh kaum muslim mengenai makanan yaitu makanan halal. Makanan halal berkaitan dengan kaidah-kaidah agama islam yang berlaku dan bermanfaat bagi kesehatan. Menurut ilmu gizi syarat makanan yang baik adalah makanan yang dapat memenuhi fungsi-fungsinya sebagai berikut:²⁴

1. Memenuhi kepuasan jiwa:
 - a) Memberi rasa kenyang
 - b) Memenuhi kebutuhan naluri
 - c) Memenuhi kebutuhan sosial budaya
2. Memenuhi fisiologik
 - a) Memberi energi pada tubuh
 - b) Mendukung pembentukan sel-sel baru untuk pertumbuhan badan
 - c) Mendukung pembentukan sel pada bagian yang rusak

²³ Abdul Majid, *Tantangan Dan Harapan Umat Islam Mitra Era Globalisasi* (cet I; bandung: Pustaka Setia, 2000) hlm. 223

²⁴ Achmad Djaelani Sediaoetama, *Ilmu Gizi Menurut Pandangan Islam* (jakarta: Dian Rakyat, 1990) hlm. 5-6

- d) Mengatur metabolisme zat gizi pada tubuh dan keseimbangan cairan
- e) Berfungsi sebagai pertahanan untuk tubuh

Rasa senang merupakan suatu fungsi kejiwaan dan kesadaran manusia. Jika manusia pingsan atau tidur, sehingga fungsi kesadaran tidak akan bekerja untuk merasakan senang maupun susah. Dalam keadaan pingsan manusia masih dapat diberi makan dengan jalan infus melalui pembuluh darah yang akan menyediakan berbagai zat gizi yang diperlukan tubuh. Akan tetapi tidak akan dapat merasakan kepuasan jiwa dengan tersebut. Pada keadaan sadar penambahan gizi dilakukan dengan proses makan. Proses makan akan memberikan rasa puas dan tidak puas, tergantung pada kondisi makanan tersebut atau kondisi makanan itu.

Menurut ilmu fisiologi bahwa perasaan senang ketika makan berpengaruh baik bagi pencernaan pada saluran gastro intestinal dengan melihat dan mencium makanan yang disenangi, maka otak akan mengirimkan ransangan syarat ke kelenjar ludah dengan cara mengeluarkan air liur kedalam rongga mulut, disamping itu juga ransangan syaraf akan diberikan ke kelenjar-kelenjar dinding dengan mengeluarkan enzim pepsin dan enzim-enzim lainnya. Dengan demikian alat pencernaan telah siap untuk menerima makanan dan mencernanya.²⁵

Dalam ilmu gizi tidak semua keinginan memenuhi kepuasan jiwa dapat dilampiaskan, ternyata ada juga jenis-jenis makanan yang tidak boleh

²⁵ Ibid...hlm. 6

dikonsumsi meskipun sangat menarik, sebab ada kemungkinan akan menimbulkan keracunan seperti jengkol, singkong, dan lain sebagainya.²⁶

Untuk mencapai kesehatan yang optimal diperlukan makanan yang mengandung gizi atau zat-zat gizi yang diperlukan untuk menjaga dan meningkatkan kesehatan, hal ini dibagi menjadi lima macam:

- a) Protein, yang diperoleh dengan memakan makanan yang berasal dari tumbuh-tumbuhan dan hewan
- b) Lemak, berasal dari minyak goreng, daging, dan lain sebagainya
- c) Karbohidrat, berdasarkan gugusan penyusun gula meliputi non oksida, disakarida, dan polisakarida
- d) Vitamin, yang dibedakan menjadi dua yaitu yang larut dalam air (vitamin A dan vitamin B) dan larut dalam lemak (vitamin A, D, E, K)
- e) Mineral, yang terdiri dari zat besi, zat kapur, kalium, natrium, dan lain-lain²⁷

Menurut ahli gizi A. Jaeni Soedietama definisi baik adalah relatif, dalam artian definisi tersebut berbeda menurut masyarakat atau bangsa meskipun sesama umat islam. Dasaran baik dapat bersangkutan dengan kondisi kesehatan atau dasaran norma kebudayaan yang ada dalam masyarakat dan telah diajarkan oleh orang-orang tua terdahulu.²⁸

²⁶ Ibid...hlm. 8

²⁷ Soekidjo Notoatmodjo, *Ilmu Kesehatan Masyarakat Prinsip-Prinsip Dasar* (jakarta: Rineka Cipta, 1997) hlm. 196-197

²⁸ Achmad Djaelani Sediaoetama, *Ilmu Gizi Menurut Pandangan Islam* (jakarta: Dian Rakyat, 1990) hlm. 92

Dari penjelasan-penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa makanan yang halal menurut pandangan medis adalah makanan yang dapat memenuhi kebutuhan atau makanan yang mengandung zat-zat yang dibutuhkan oleh tubuh yang mana mampu menjadi kepuasan jiwa bagi pemakannya.