

# 4

## PEMAKANAN HALAL DAN PEMBENTUKAN KEPERIBADIAN MUSLIM

Mohd Suhardi Bin Mat Jusoh\*

<sup>1</sup>Pusat Sains Kemanusiaan, Universiti Malaysia Pahang, Malaysia.

E-mail: suhardi@ump.edu.my

\*Corresponding Author

**Abstrak:** Persoalan hukum halal-haram dalam aspek pemakanan halal adalah di antara perkara yang begitu ditekankan oleh syariah Islam kerana ia berkaitan dengan prinsip menjaga salah satu kepentingan asas kehidupan manusia iaitu prinsip menjaga nyawa seseorang. Sehubungan itu, aspek pemakanan halal yang terkandung maknanya dalam kategori al-tayyibat bukan sahaja baik untuk kebaikan dan kesihatan diri manusia, malah pemakanan halal sebenarnya adalah suatu elemen penting dalam proses pembentukan akhlak dan kebersihan hati seseorang. Dalam konteks ini, penulisan ini menjelaskan aspek pemakanan halal dan hubungannya dalam pembentukan keperibadian seseorang dari sudut pemakanan halal menurut maqasid syariah, pemakanan halal dan aspek pembersihan jiwa serta tanggungjawab pemeliharaan diri dari makanan haram dan syubhat. Semua elemen yang dijelaskan dalam penulisan ini merupakan aspek-aspek yang perlu diberi perhatian oleh seseorang Muslim dalam rangka pembentukan keperibadian diri yang luhur agar dia menjadi seorang Muslim yang menghayati nilai-nilai ajaran Islam dan berpegang kepada hukum halal dan haram secara konsisten khususnya dalam aspek pemakanan halal.

**Kata kunci:** pemakanan halal, keperibadian muslim, pembersihan jiwa.

#### 4.1. Pengenalan

Hasrat pembentukan akhlak individu-individu muslim yang sebenar merupakan suatu usaha yang perlu diselesaikan dengan segera menurut ajaran Allah S.W.T. Pembentukan ini bertujuan untuk mengubah sifat seluruh manusia Islam yang sebenarnya iaitu daripada darjat muslim akan menjadi mukmin, yang akan menghayati seluruh ajaran Islam, di samping berusaha agar nilai-nilai hidup Islam menjadi kenyataan dalam keseluruhan aspek kehidupan masyarakat manusia. Sehubungan itu, usaha-usaha pembentukan akhlak dalam kalangan individu muslim mestilah berlaku secara berterusan dan seseorang individu Muslim hendaklah mengusahakan pembentukan akhlak dirinya sendiri dengan mengikuti semua metode latihan akhlak Islam. Dalam konteks ini, mekanisme utama pembentukan akhlak Islam dalam kalangan individu muslim seharusnya dapat dilaksanakan dalam ruang legar yang berikut:

- i Aqidah.
- ii Ilmu.
- iii Ibadah.
- iv Berpegang kepada hukum halal dan haram.
- v Menyuruh kebaikan dan mencegah kemungkaran.
- vi Berjihad di jalan Allah S.W.T.

Berdasarkan prinsip-prinsip utama pembentukan akhlak di atas, jelas lahberpegang kepada hukum halal dan haram khususnya dalam aspek pengambilan pemakanan halal merupakan salah satu mekanisme terpenting dalam memenuhi tujuan yang dinyatakan di atas. Untuk itu, seseorang Muslim hendaklah mengambil berat terhadap aspek pemakanan halal, malahan aspek ini perlu diberi perhatian semenjak seseorang itu berada di peringkat awal kanak-kanak lagi. Hal ini bersesuaian dengan apa yang dinyatakan oleh al-Ghazali iaitu “Jika makanan yang dimakan itu dijamin adalah halal, maka makanan itu akan membentuk hati yang bersih dan suci, sebaliknya jika makanan yang dimakan itu bercampur dengan benda haram atau pun *syubhah*, maka makanan tersebut akan membentuk hati yang kotor dan keji”. Jelasnya, setiap makanan yang dimasukkan ke

dalam perut seseorang akan memberikan kesan yang amat mendalam terhadap pembentukan akhlak dan penjagaan kesihatan diri seseorang. Berikutan itu, Allah S.W.T. memerintahkan sekalian manusia agar memilih makanan yang halal dan menjauhi makanan yang haram demi kelangsungan hidup mereka. Perkara ini dapat dilihat dengan jelas di dalam ayat yang berikut;

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا كُلُوا مِن طَيِّبَاتِ مَا رَزَقْنَاكُمْ وَاشْكُرُوا لِلَّهِ إِن كُنتُمْ إِيَّاهُ تَعْبُدُونَ ١٧٢

*“Wahai orang-orang yang beriman! Makanlah dari benda yang baik (yang halal) yang telah kami berikan kepada kamu dan bersyukurlah kepada Allah S.W.T. jika betul kamu hanya beribadat kepada-Nya.*

*(Al-Baqarah: 172)*

Ayat di atas secara jelas memberi gesaan yang serius agar seseorang mengambil makanan yang baik dan jangan sekali-kali mengambil makanan yang haram. Ini demikian kerana, orang-orang yang memakan makanan yang tidak halal merupakan orang-orang yang melanggar suruhan Allah S.W.T. sebagaimana seseorang melakukan perbuatan maksiat yang lain seperti meninggalkan ibadat-ibadat fardhu, berjudi, berzina dan seumpamanya. Mereka yang ingkar terhadap perintah Allah S.W.T. pula dikategorikan sebagai orang-orang fasiq. Sifat fasiq pula mempunyai implikasi yang besar terhadap diri seseorang kerana ia dapat melucutkan kewibawaannya daripada menjawat sebahagian tanggungjawab agama.

#### **4.2. Pemakanan Halal Menurut Maqasid Syariah**

Syariah Islam dapat dijelaskan sebagai hukum-hukum yang disyariatkan oleh Allah S.W.T. untuk para hamba-Nya, sama ada yang berkaitan dengan aqidah, ibadat, akhlak, muamalat dan keseluruhan sistem hidup dalam pelbagai aspek demi menjamin kebahagiaan insan di dunia dan akhirat. Sehubungan itu, persoalan hukum halal-haram yang melibatkan makanan dan barangan merupakan sebahagian dari perkara yang ditekankan

oleh syariah kerana ia berkaitan dengan prinsip menjaga salah satu kepentingan asas kehidupan manusia iaitu prinsip menjaga nyawa seseorang. Persoalan hukum halal dan haram yang *thabit* nasnya dari al-Quran dan al-Sunnah tidak boleh dipertikaikan oleh sesiapa pun kerana ia mampu memberi kebaikan dan menghindarkan kemudaratan kepada setiap individu dalam menjalani kehidupan di dunia ini. Hal ini bermaksud setiap makanan dan minuman yang halal lagi baik (*al-tayyibat*) adalah baik untuk kebaikan dan kesihatan diri manusia, sebaliknya makanan yang haram dan tidak baik (*al-khabaith*) mengandungi kemudaratan kepada kesihatan diri manusia. Kedua-dua aspek ini telah pun diperjelas dalam ayat yang berikut:

وَيُحِلُّ لَهُمُ الطَّيِّبَاتِ وَيُحَرِّمُ عَلَيْهِمُ الْخَبَائِثَ ١٥٧

*“Dan Allah S.W.T. menghalalkan bagi mereka segala benda yang baik dan mengharamkan kepada mereka segala benda yang buruk.”*

*(Al-‘Araf: 157)*

Berdasarkan prinsip hukum halal dan haram seperti yang dinyatakan, Dr. Yusuf al-Qaradhawi (1997) telah menggariskan sebelas asas utama hukum halal-haram dalam Islam yang perlu dipatuhi oleh seseorang individu Muslim iaitu:

- i Penentuan halal- haram adalah hak mutlak Allah S.W.T. semata.
- ii Asas tiap sesuatu adalah harus (*mubah*).
- iii Mengharamkan yang halal dan sebaliknya merupakan kesyirikan.
- iv Perkara haram akan menimbulkan keburukan dan mudarat.
- v Setiap yang halal tidak memerlukan yang haram.
- vi Perantara menuju keharaman adalah haram.
- vii Berhelah dalam perkara yang haram adalah haram.
- viii Niat baik tidak menghalalkan yang haram.

- ix Jauhilah *syubhah* agar terjerumus dalam perkara yang haram.
- x Yang haram berlaku untuk semua orang.
- xi Darurat membolehkan yang terlarang.

Dalam aspek penentuan kriteria pemakanan halal pula, ahli-ahli Fiqh telah menggariskan kriteria pemakanan halal seperti yang berikut seperti dalam Jadual 4.1:

**Jadual 4.1:** Kriteria pemakanan halal

| Bil | Prinsip   | Sumber |
|-----|---|--------|
| 1   | Yang dihalaikan adalah halal, yang diharamkan adalah haram dan yang didiamkan adalah harus.   | Jumhur |
| 2   | Benda yang kotor atau yang memudaratkan adalah haram sekadar mana kotor atau mudaratnya sahaja.   | Jumhur |
| 3   | Transformasi ( <i>istihalah</i> ) sesuatu benda asal kepada satu benda lain secara “natural” adalah suci ke atas benda yang lain seperti perubahan arak kepada cuka. Keadaan asal najis, dikira sudah tiada lagi (kaedah ini sesuai dipakai untuk produk sintatik yang dihukum suci). | Rajih  |
| 4   | Apa yang banyaknya haram, maka sedikitnya pun adalah haram.   | Jumhur |
| 5   | Najis yang tidak dapat dielakkan dikira <i>umum al-balwa</i> (bencana awa). Ia adalah suci. Contohnya debu jalan yang bercampur dengan najis adalah tidak najis.  | Jumhur |
| 6   | Syarat halal pada makanan ialah suci dan selamat.   | Jumhur |

Sumber: Rashid Redza, Isu Halal, Tiada Penghujung

#### 4.3. Pemakanan Halal dan Baik (*Halal thoyyib*)

Islam mempunyai suatu garis panduan dan peraturan khusus berkenaan aspek pemakanan. Dalam aspek ini, umatnya perlu memahami bahawa aspek pemakanan yang halal dan baik (*halal thoyyib*) merupakan suatu perkara yang sangat dituntut oleh agama kerana ia dapat menjamin kesihatan fizikal dan pembentukan jiwa seseorang. Allah S.W.T berfirman:

يَا أَيُّهَا النَّاسُ كُلُوا مِمَّا فِي الْأَرْضِ حَلَالًا طَيِّبًا وَلَا تَتَّبِعُوا خُطُوَاتِ الشَّيْطَانِ إِنَّهُ لَكُمْ عَدُوٌّ مُّبِينٌ ١٦٨

*“Wahai manusia, makanlah kamu daripada apa yang ada di atas muka bumi yang baik dan halal, janganlah kamu mengikut jejak langkah syaitan. Sesungguhnya syaitan itu ialah musuh yang nyata (bagi kamu)”.*

*(Al-Baqarah: 168)*

Nabi S.A.W. bersabda:

*“Sesungguhnya Allah S.W.T. itu baik dan dia tidak akan menerima melainkan yang baik”*

*(Riwayat Muslim)*

Kedua-dua nas syarak di atas menyatakan secara jelas bahawa Allah S.W.T hanya mahukan hambanya yang suci dan bersih sahaja sama ada dari sudut fizikal dan mental. Bagi memperoleh mental yang suci, pemakanan yang suci dan baik sahaja dapat mempertingkatkan kualiti kesihatan diri seseorang. Dalam hal ini, sekiranya makanan dibataskan kepada makanan yang halal dan baik (*thoyyiba*) sahaja, maka segala penyakit yang berbahaya dapat dihindarkan daripada diri seseorang seperti penyakit diabetes, jantung, kerosakan buah pinggang dan sebagainya. Ini demikian kerana makanan yang memenuhi konsep halal dan *thoyyiba* adalah suci, selamat, bersih, bebas daripada najis dan tidak memudaratkan fungsi tubuh badan manusia. Dengan itu, kebersihan tubuh, minda dan jiwa benar- benar bergantung kepada

kesucian makanan yang dimakan oleh seseorang. Jadi, sebelum seseorang memutuskan sama ada sesuatu makanan itu layak untuk dimakan atau tidak, seseorang perlu menimbangkan lebih dari sekadar ia halal atau haram, malah unsur “*thoyyiban*” perlu diambil kira kerana unsur ini menjadikan sesuatu makanan itu bukan sekadar baik, akan tetapi berkhasiat dan berzat serta selamat untuk dimakan. Sehubungan itu, sesuatu makanan yang memenuhi kriteria *halal* dan *thoyyib* ialah makanan yang menepati dua syarat yang berikut:

- i- Makanan tersebut mestilah berkhasiat dan berzat.
- ii- Makanan tersebut mestilah selamat untuk dimakan.

#### **4.4. Makanan Halal dan Pembersihan Jiwa**

Matlamat hidup seseorang manusia adalah untuk berbakti, beribadat dan bergantung harap kepada Allah S.W.T. Bagi orang Islam, satu-satunya cara untuk mencapai matlamat tersebut adalah dengan melalui iman, ilmu, amal soleh dan rahmat daripada Allah S.W.T. Untuk tujuan ini, kesihatan tubuh badan suatu keperluan dalam mencapai ilmu dan amal soleh dan dengan itu setiap individu muslim diwajibkan untuk mengambil makanan yang baik dan sempurna yang Allah S.W.T. telah jadikan untuk mereka. Jadi, dengan mengambil makanan yang baik maka makanan tersebut dapat membina dan mengekalkan sel-sel tubuh badan, melancarkan proses tubuh badan dan membekalkan tenaga dan stamina. Selain itu, makanan dan minuman yang baik adalah suatu keperluan untuk seseorang itu memperolehi ilmu dan mengerjakan amal soleh. Oleh itu, bagi memastikan proses tumbesaran dan pembentukan akhlak yang sempurna, seseorang itu perlulah bijak dalam memilih pemakanannya, yang mana ia dinilai dari sudut sumber dan hasil perolehan sesuatu makanan iaitu makanan dan minuman itu hendaklah daripada sumber yang halal sepenuhnya, bukan daripada sumber yang haram mahu pun yang syubhat kerana pengambilan makanan yang halal dapat mempengaruhi jiwa seseorang dan kesan-kesan positifnya dapat dijelaskan seperti yang berikut:

- i- Makanan halal dapat memberikan ketenangan kepada jiwa seseorang kerana ia selari dengan naluri kejadian manusia yang bersih.
- ii- Makanan yang halal dapat membersihkan hati dan memelihara lidah seseorang daripada bercakap perkara yang sia-sia. Ia juga dapat membentuk darah daging dan meningkat kualiti kesolehan amal zahir dan batin seseorang.
- iii- Makanan halal dapat mendekatkan diri seseorang kepada Allah S.W.T. dan doanya diterima oleh Allah S.W.T.

Dalam hal pengambilan makanan yang haram pula, terdapat tiga gejala utama terhadap diri seseorang iaitu;

- i- Makanan yang haram dan *syubhat* akan menjadikan diri seseorang terhalang daripada melakukan kebaikan.
- ii- Makanan haram dan *syubhat* menjadikan diri seseorang tidak diberi taufiq dalam melakukan sesuatu kebaikan kerana hatinya telah terhalang oleh perbuatan dosa dan menjadi sebab seseorang itu mendapat balasan azab neraka di akhirat kelak.
- iii- Makanan haram menjadi halangan utama untuk seseorang mewujudkan hati yang bersih. Perkara ini dapat dilihat dalam Hadis Nabi S.A.W. yang berikut;

*“Seorang lelaki bermusafir sehingga rambutnya menjadi kusut dan mukanya dipenuhi debu. Dia menadah tangannya dan berdoa kepada Allah S.W.T. sedangkan makanannya, haram, pakaiannya haram dan mulutnya disuapi dengan sesuatu yang haram, bagaimana akan diperkenankan permohonannya.”*

*(Riwayat Muslim dan Tarmizi)*



#### 4.5. Pemeliharaan Diri daripada Makanan Haram dan Syubhat

Dalam konteks pemeliharaan diri dari makanan haram, seseorang Muslim hendaklah sentiasa meletakkan dirinya di bawah pengawasan Allah S.W.T. secara berterusan. Amalan ini dikenali sebagai *muraqabatullah* iaitu suatu bentuk latihan kerohanian Islam agar seseorang dapat mematuhi setiap suruhan Allah S.W.T. dan meninggalkan larangan-Nya kerana adanya pengawasan Ilahi. Amalan ini hanya akan terlaksana apabila seseorang sentiasa memaksa dirinya untuk mengingati Allah S.W.T pada setiap waktu serta meyakini bahawa Allah S.W.T. sentiasa memerhati setiap tindakan dirinya, mengetahui segala rahsia hatinya dan mengawasi setiap amalannya yang zahir dan batin. Sekiranya amalan ini dapat dilaksanakan maka seseorang itu akan dapat mengawasi dirinya agar tidak mengambil makanan daripada sumber yang haram kerana dia telah menghayati makna *al-ihsan* dalam dirinya seperti sabda Nabi S.A.W. bersabda:

*“(Ihsan itu ialah) hendaklah kamu menyembah Allah S.W.T. seolah-olah kamu melihat-Nya dan sekiranya kamu tidak melihat-Nya, maka sesungguhnya Dia (Allah S.W.T. melihat kamu).”*

*(Riwayat Muslim)*

Dalam hal menghindarkan diri daripada makanan *syubhat* iaitu makanan-makanan yang tidak diketahui status halal atau pun haramnya secara jelas, maka seseorang hendaklah bersifat dengan sifat wara' iaitu mengambil sikap berhati-hati agar dirinya tidak terbiasa dengan makanan yang *syubhah* kerana dibimbangi dia akan terambil juga makanan yang haram. Sehubungan itu, apabila bertembung dua perasaan dalam diri seseorang iaitu antara syak dan yakin, maka seseorang itu hendaklah mendahulukan perkara yang diyakininya dan berpaling dari perkara yang diragui. Contoh amalan wara' adalah seperti perlakuan seorang sahabat Nabi S.A.W. iaitu Abu Bakar Radhiallahuanhu. Beliau telah makan makanan yang mengandungi syubhah tanpa pengetahuan mengenainya.

Apabila beliau mengetahuinya, beliau pun memasukkan jarinya ke dalam mulutnya lalu memuntahkan apa yang telah dimakan olehnya itu. Justeru, seseorang Muslim hendaklah memelihara dirinya dengan mengamalkan sifat warak sebagai satu cara mencegah dirinya agar tidak mengambil mudah makanan yang syubhah seperti yang telah ditunjukkan oleh Abu Bakar Radhiallahuanhu kerana berpegang pada hadis Nabi S.A.W. yang berikut:

*“Perkara yang halal itu adalah jelas dan begitu juga perkara yang haram adalah jelas. Antara keduanya terdapat perkara-perkara mutasyabbihat yang tidak diketahui oleh kebanyakan orang. Sesiapa yang menjaga perkara-perkara mutasyabbihat itu, maka dia telah menjaga kesucian kehormatannya dan agamanya”.*

*(Riwayat al-Bukhari dan Muslim)*

## **Rujukan**

- Afif Abd. Al-Fattah Tabbarah (1993), Nadi Ajaran Islam, Kuala Lumpur: Jabatan Perdana Menteri.
- Al-Bughā, Mustafā et. al. (1996), *al-Wāfi fī Syarḥ al-Arbaʿīn al-Nawawīyyah*. Beirut: Dār al-Fikr.
- Fatwa Mufti Kerajaan (2007), *Isu- Isu Produk Halal*. Batu Caves: al-Hidayah House of Publication Sdn. Bhd.
- Imam Ghazali (2013), *Minhajil Abidin Wasiat Imam Ghazali*, c.3., Batu Caves: Victory Agencie.
- Lokman Ab. Rahnman (2009), *Isu Halal, Tiada Penghujung*, Bukit Katil: Alambaca Sdn. Bhd.
- Noraizan, M, Syuhaida Idha A.R. “Pendidikan Kesedaran Halal melalui Kurikulum Pembelajaran Mata Pelajaran Pendidikan Islam Sekolah- Sekolah Di Malaysia. GJAT, November 2019, Special Issue 133., 2232-0482.

- Panduan Persatuan Pengguna Pulau Pinang (2006), Halal Haram-  
Buku Penting Untuk Umat Islam, Georgetown: Persatuan  
Pengguna Pulau Pinang.
- Pg Norwidayawati Pg Metusin. “The Impact of Halal Nutrition on  
Student Morality,” *Journal of Social Transformation and  
Regional Development*. Issue Vol. 2, No. 3 (2020), 166- 175.
- Qaraḍāwī, Yūsuf (1994), *al-Halāl wa al-Harām Fi al-Islām*.  
Beirut: al-Maktab al-Islami.
- Sa‘īd Ḥawwā (1995), *al-Mustakhlis fī al-Tazkiyah al-Nafs*.  
Qāhirah: Dār al-Salām.
- Sheikh Hakim Moinuddin Chishti (2011), *Kitab ilmu Perubatan  
Islam*, Batu Caves: Thinkers Library Sdn. Bhd.
- Syeikh Abdul Kadir al-Mandili (2020), *Penawar hati*, Kota  
Bharu: Jabal Maraqy Sdn. Bhd.
- Yeoh Ah Tu (t.t.), *Natural Hygiene*, Georgetown: Sentral Global  
Learning Sdn. Bhd.

