

BAB IV

PESAN AL-QUR'AN DALAM AYAT-AYAT TENTANG MAKANAN

A. Makanan Menurut Al-Qur'an

Dalam al-Qur'an term *ṭa'ām* (makanan) dengan berbagai bentuknya terulang sebanyak 48 kali. Antara lain berbicara tentang berbagai aspek berkaitan dengan makanan. Selain itu, ada juga yang digunakan untuk objek yang berkaitan dengan air minum. Hal ini sebagaimana terdapat dalam Q.S. al-Baqarah: 249, dalam ayat ini lafadh *ṭa'ām* diungkapkan secara umum untuk segala sesuatu yang dapat dimakan dan kadang juga diungkapkan untuk sesuatu yang dapat diminum. Lafadz *ṭa'ām* juga digunakan untuk menunjukkan makanan tertentu, yakni tergantung pada konteks pembicaraan dalam ayat tersebut. Yaitu terdapat dalam Q.S. al-Ma'idah: 96, yang mempunyai arti ikan dan makhluk hidup lainnya yang hidup di air.

Hal tersebut di atas, berkaitan juga dengan makanan Ahli Kitab dalam surat al-Ma'idah ayat 5 yang secara khusus mengandung arti binatang sembelihan, semuanya itu merupakan beberapa makna makanan yang terdapat dalam al-Qur'an. Selain lafadh *ṭa'ām*, makanan di dalam al-Qur'an disebutkan juga dengan lafadh *mā'idah*. Sebagaimana yang terdapat dalam Q.S. al-Ma'idah ayat 112 dan 114. Dari uraian di atas, maka dapat dipahami bahwa terdapat perbedaan makna lafadh *ṭa'ām* dan

mā'idah, karena lafadh *mā'idah* hanya digunakan untuk menunjukkan suatu menu hidangan lengkap yang siap disantap, misalnya nasi lengkap dengan lauk pauknya yang kemudian siap disantap.¹ Di al-Qur'an selain lafadh *ṭa'ām*, *syarab*, *mā'idah* diungkapkan juga makanan dengan lafadz *gidhā'un*. Yang memiliki arti lebih khusus yaitu makanan untuk menu makan siang sebagaimana yang terdapat dalam Q.S al-Kahfi ayat 62.

فَلَمَّا جَاوَزَا قَالَ لِفَتْنِهِ ءَاتِنَا غَدَاءَنَا لَقَدْ لَقِينَا مِنْ سَفَرِنَا هَذَا نَصَبًا

Artinya: "Maka tatkala mereka berjalan lebih jauh, berkatalah Musa kepada muridnya: "Bawalah kemari makanan kita; Sesungguhnya kita telah merasa letih karena perjalanan kita ini"

Makanan menurut al-Qur'an dibagi menjadi beberapa ragam, yaitu diantaranya :

1. Perintah Allah tentang makanan yang diharamkan

Islam memandang bahwa salah satu hal yang sangat penting dalam kehidupan manusia adalah makanan. Karena makanan dalam perkembangan jasmani dan rohani manusia memiliki pengaruh yang sangat besar. Sehingga di dalam ajaran Islam banyak terdapat hal-hal yang berkaitan dengan aturan-aturan tentang makanan. Mulai dari etika makan, mengatur idealitas kuantitas makanan dalam perut dan mengatur makanan

¹ Muhammad Ali ash-Shabunni, *Cahaya al-Qur'an, Tafsir Tematik*, (terj), (Jakarta: Pustaka Al-Kautsar, 2002), Cet II, h. 300

halal dan haram serta makanan yang baik (*thayyib*) untuk dikonsumsi tubuh manusia. Berkaitan dengan halal dan haramnya suatu makanan tersebut maka dalam ajaran Islam mendapatkan perhatian yang besar, hal tersebut terbukti dengan adanya ayat-ayat al-Qur'an yang menjelaskan tentang segala hal yang berkaitan dengan makanan. Bahkan terdapat surat al-Qur'an dinamai dengan surat al-Ma'idah (hidangan).

Menjadi menarik apabila kita menyimak bahwasanya semua ayat yang didahului oleh panggilan mesra Allah untuk ajakan makan, baik yang ditunjukkan kepada manusia yaitu *yā ayyuhan nās*, kepada rasul : *yā ayyuhā ar-Rasūl*, maupun kepada orang-orang mukmin: *yā ayyuhā al-ladzina āmanū*, selalu dirangkaikan dengan kata halal atau *thayyiban* (baik). Ini semua menunjukkan bahwa makanan yang terbaik adalah makanan yang memenuhi kedua sifat tersebut. Selanjutnya dari beberapa ayat al-Qur'an yang memerintahkan orang-orang mukmin untuk makan, ada diantaranya yang menjelaskan dengan pesan untuk mengingat Allah dan untuk membagikan makanan-makanan tersebut kepada orang yang membutuhkan, ada juga makanan dalam kontek

memakan hasil sembelihan yang disebut nama Allah serta dalam kontek pada waktu berbuka puasa.²

Berdasarkan hal tersebut, di dalam al-Qur'an sudah dijelaskan secara tegas bahwa manusia sudah diperintahkan untuk memilih makanan yang akan di konsumsinya baik itu dari sisi kehalalan maupun kualitas makanan tersebut. sebagaimana yang terdapat dalam Q.S. al-Baqarah ayat 168 yaitu:

يَتَأْتِيهَا النَّاسُ كُلُّوْا مِمَّا فِي الْأَرْضِ حَلَالًا طَيِّبًا وَلَا تَتَّبِعُوا
خُطُوَاتِ الشَّيْطَانِ إِنَّهُ لَكُمْ عَدُوٌّ مُّبِينٌ

Artinya: “*Hai sekalian manusia, makanlah yang halal lagi baik dari apa yang terdapat di bumi, dan janganlah kamu mengikuti langkah-langkah syaitan; karena Sesungguhnya syaitan itu adalah musuh yang nyata bagimu.*”(Q.S Al-Baqarah: 168)³

Ayat tersebut menjelaskan tentang perintah yang ditunjukkan kepada manusia untuk memilih dan memilah makanan yang hendak dikonsumsi, yaitu makanan tersebut harus bersifat halal. Karena kehalalan suatu makanan merupakan unsur terpenting yang wajib diperhatikan oleh umat Islam terutama dalam hal

² Quraish Shihab, *Wawasan Al-Qur'an Tafsir Tematik Atas Pelbagai Persoalan Umat*, (Bandung: Mizan, 1996) , h. 182

³ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, (Bandung: PT. Sigma, 2009), h. 25

memilih makanannya. Kemudian, makanan tersebut harus baik (*thayyib*) artinya makanan itu tidak berbahaya bagi tubuh. Maka dalam hal ini Hamka menjelaskan bahwasanya makanan yang halal adalah lawan dari makanan yang haram. Sebagaimana yang telah dijelaskan dalam al-Qur'an seperti, daging babi, darah, makanan yang tidak disembelih, yang disembelih untuk berhala dan lain sebagainya. Apabila dalam al-Qur'an tidak dijelaskan pantangan-pantangan yang demikian maka makanan tersebut halal untuk dimakan. Selain itu, manusia juga harus memperhatikan kualitas yang ada pada makanan tersebut, seperti daging yang sudah dikemas, yang kemudian dimakan secara mentah-mentah. Meskipun daging itu halal akan tetapi tidak baik.⁴

Menurut Prof.H.M. Hembing Wijaya kusuma, pakar pengobatan alternative dan akupuntur, bahwa makanan yang halal dan sehat adalah dua hal yang tidak dapat dipisahkan. Makanan yang halal akan mencerminkan jiwa yang bersih, serta pikiran dan jasmani yang segar. Sebaliknya, setiap makanan yang telah diharamkan oleh Islam mengandung bahaya, baik lahir maupun batin. Dalam pandangannya bahwa tidak ada makanan yang dinyatakan haram oleh Islam tiba-tiba

⁴ HAMKA, *Tafsir Al-Azhar* : jilid I, (Jakarta: Gema Insani, 2015), h. 307-308

dinyatakan sehat menurut organisasi kesehatan dunia (WHO), yakni sehat itu berarti sehat jasmani, rohani dan sosial. Maka, pertimbangan dalam Islam tentang makanan pastilah dengan melihat semua faktor tersebut.⁵

Tentang kehalalan dan kebaikan suatu makanan Quraish Shihab juga menjelaskan bahwa tidak semua makanan yang halal itu otomatis baik. Karena tidak semua yang halal sesuai dengan kondisi masing-masing.⁶ Ada yang halal buat si A yang mana ia memiliki kondisi yang sehat, ada juga yang kurang baik untuknya, walaupun itu baik buat yang lain. Ada pula makanan yang halal tetapi tidak mengandung gizi yang kemudian menjadi kurang baik untuk dikonsumsi. Karena yang diperintahkan dalam al-Qur'an adalah makanan yang halal lagi baik.

Islam telah menetapkan bahwa yang berhak atau berwenang menentukan kehalalan segala sesuatu adalah Allah Swt. Sebab, tidak ada seorangpun yang berhak melarang sesuatu yang dibolehkan oleh Allah, demikian pula sebaliknya. Hal ini sebagaimana yang terdapat dalam al-Qur'an surat Yunus ayat 59, yaitu:

⁵ Pendapat tersebut dikutip oleh Thobieb Al-Asyar, dalam bukunya, *Bahaya makanan Haram bagi Kesehatan Jasmani dan kesucian Rohani*, (Jakarta: PT. Al-Mawardi Prima, 2002), cet. I, h. 41

⁶ Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah; Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an*, (Jakarta: Lentera Hati, 2001), h. 355

قُلْ أَرَأَيْتُمْ مَا أَنْزَلَ اللَّهُ لَكُمْ مِنْ رِزْقٍ فَجَعَلْتُمْ مِنْهُ حَرَامًا
وَحَلَالًا قُلْ إِنَّ اللَّهَ أَذِنَ لَكُمْ^ط أَمْرًا عَلَى اللَّهِ تَفْتَرُونَ

Artinya: "Katakanlah: "Terangkanlah kepadaku tentang rezki yang diturunkan Allah kepadamu, lalu kamu jadikan sebagiannya Haram dan (sebagiannya) halal". Katakanlah: "Apakah Allah telah memberikan izin kepadamu (tentang ini) atau kamu mengada-adakan saja terhadap Allah ?" (Q.S Yunus: 59)⁷

Manusia dalam hal ini tidak mempunyai kewenangan sedikitpun. Menurutnya, siapa yang melakukannya berarti telah membuat sekutu bagi-Nya. Karena sesuatu yang diharamkan bagi Allah adalah bermanfaat bagi manusia sendiri, baik bagi jasmani maupun mental.

Selanjutnya, berkaitan dengan masalah makanan apa yang diharamkan oleh Allah untuk dikonsumsi, maka al-Qur'an menyatakan dalam Q.S. al-Baqarah ayat 29 dan Q.S. Luqman ayat 20

هُوَ الَّذِي خَلَقَ لَكُمْ مَا فِي الْأَرْضِ جَمِيعًا ثُمَّ اسْتَوَىٰ إِلَى
السَّمَاوَاتِ فَسَوَّاهُنَّ سَبْعَ سَمَاوَاتٍ وَهُوَ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمٌ

⁷ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, op.cit., h.

Artinya: “Dia-lah Allah, yang menjadikan segala yang ada di bumi untuk kamu dan Dia berkehendak (menciptakan) langit, lalu dijadikan-Nya tujuh langit. dan Dia Maha mengetahui segala sesuatu.” (Al-Baqarah: 29)⁸

أَلَمْ تَرَوْا أَنَّ اللَّهَ سَخَّرَ لَكُمْ مَّا فِي السَّمٰوٰتِ وَمَا فِي الْأَرْضِ
وَأَسْبَغَ عَلَيْكُمْ نِعْمَهُ ظَهْرَةً وَبَاطِنَةً ۗ وَمِنَ النَّاسِ مَن يُجَادِلُ
فِي اللَّهِ بِغَيْرِ عِلْمٍ وَلَا هُدًى وَلَا كِتَابٍ مُّنبِئٍ

Artinya: “Tidakkah kamu perhatikan Sesungguhnya Allah telah menundukkan untuk (kepentingan)mu apa yang di langit dan apa yang di bumi dan menyempurnakan untukmu nikmat-Nya lahir dan batin. dan di antara manusia ada yang membantah tentang (keesaan) Allah tanpa ilmu pengetahuan atau petunjuk dan tanpa kitab yang memberi penerangan.”(Al-Luqman: 20)⁹

Bertitik tolak pada ayat tersebut, para ulama berkesimpulan bahwa pada prinsipnya segala sesuatu yang ada di alam raya ini adalah halal untuk digunakan, sehingga makanan yang di dalamnya adalah halal.

⁸ *Ibid*, h. 5

⁹ *Ibid.*, h. 413

2. Hewan Sembelihan sebagai makanan

Secara eksplisit di dalam al-Qur'an dijelaskan bahwa dihalalkan memakan hasil sembelihan Ahli Kitab, firmanNya dalam Q.S. al-Ma'idah ayat 5

وَطَعَامُ الَّذِينَ أُوتُوا الْكِتَابَ حِلٌّ لَكُمْ وَطَعَامُكُمْ حِلٌّ لَهُمْ

Artinya: “Makanan (sembelihan) orang-orang yang diberi Al kitab itu halal bagimu, dan makanan kamu halal (pula) bagi mereka.”(Al-Ma'idah: 5)¹⁰

Dari ayat tersebut di atas, para Ulama menyimpulkan bahwa penyembelih haruslah dilakukan oleh seorang yang beragama Islam, atau Ahli Kitab (Yahudi dan Nasrani). Memang kalau kita menyangkut tentang Ahli Kitab dikalangan ulama timbul perselisihan pendapat siapa yang dimaksud dengan Ahli Kitab tersebut, apakah itu umat Yahudi dan Nasrani masa kini, ataukah umat Yahudi dan Nasrani masa dahulu? Berdasarkan hal tersebut mayoritas ulama berpendapat bahwa mereka tidak termasuk dalam kategori Ahli Kitab yang diisyrakatkn dalam ayat di atas.

Dalam ayat di atas, Imam Syafi'i menyatakan bahwa yang dimaksud dengan Ahli Kitab adalah orang-orang Yahudi dan Nasrani yang berasal dari keturunan Bani Israel. Sedangkan bangsa-bangsa lain yang ikut-

¹⁰ *Ibid.*, h. 107

ikutan mengabdopsi agama Yahudi atau Nasrani sebagai agamanya, maka tidak termasuk dalam kategori Ahli Kitab. Dengan alasan bahwa dahulu ketika Nabi Musa a.s dan Nabi Isa a.s tidak diutus kecuali kepada Bani Israel, dan dakwanya pun tidak diperuntukkan bagi semua bangsa di dunia selain bangsa Israel. Pendapat Imam Syaf'I tersebut berlandaskan pada sebuah hadits Nabi yang berbunyi: *“Adalah Nabi-nabi terdahulu itu diutus kepada kaumnya (bangsanya) saja, sedangkan aku (Nabi Muhammad) diutus untuk seluruh manusia.”*¹¹

Selain itu, para mufassir dalam memahami ayat di atas mempunyai pendapat yang sama, walaupun dalam redaksi yang berbeda. Yaitu makanan orang-orang Yahudi dan Nasrani halal untuk kita makan, karena yang ditekankan pada ayat di atas terletak pada penyembelihan mereka bukan pada makanannya. Sedangkan soal orang Nasrani dan Yahudi yang mempersekutukan Al-Masih dengan Tuhan itu masalah yang berdiri sendiri. Sementara itu, ayat yang dijelaskan di atas merupakan ayat yang menjelaskan soal makanan. Baik mereka itu

¹¹ Abdul Muta'al Muhammad al-Jabary, *Jarimat az-Zawaj bi Ghairi al-Muslimat; Fiqhan wa Siyasatan*, (terj), (Jakarta: PT. Bulan Bintang, 1996), h. 22

Nasrani atau Yahudi yang mempunyai kepercayaan lain, untuk soal makanan mereka halal untuk memakanya.¹²

Selain syarat-syarat yang telah diisyaratkan oleh al-Qur'an, masih ada syarat-syarat tentang cara menyembelih dengan menyebutkan beberapa cara yang tidak diestruinya. Seperti dalam Q.S. al-Ma'idah: 3

وَالْمَنْخَنِقَةُ وَالْمَوْقُوذَةُ وَالْمُتَرَدِّيَةُ وَالنَّطِيحَةُ وَمَا أَكَلَ السَّبُعُ إِلَّا
مَا ذَكَّيْتُمْ وَمَا ذُبِحَ عَلَى النُّصُبِ ...

Artinya: "...Yang tercekik, yang terpukul, yang jatuh, yang ditanduk, dan diterkam binatang buas, kecuali yang sempat kamu menyembelihnya, dan (diharamkan bagimu) yang disembelih untuk berhala. . . ." (Q. S. Al-Ma'idah: 3)¹³

Binatang-binatang yang mati dengan cara-cara di atas dapat dikategorikan sebagai makanan yang haram. Karena binatang yang mati karena tercekik, dipukul, jatuh, ditanduk, dan diterkam binatang buas, adalah dapat dikatakan sebagai bangkai. Karena di al-Qur'an telah ditegaskan pengharaman memakan bangkai.

Namun, berbeda halnya dengan bangkai hewan laut atau sungai yang sudah mati dengan sendirinya, maka bangkai tersebut halal untuk dimakan. Hal ini

¹² Hamka, *Tafsir Al-Azhar: jilid 2*, (Jakarta:Gema Insani, 2015), h.

¹³ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, *op.cit.*, h.

berdasarkan ayat al-Qur'an yang terdapat dalam surat al-Ma'idah ayat 96. “ *Dihalalkan bagimu binatang buruan laut dan makanan (yang berasal) dari laut sebagai makanan yang lezat bagimu, dan bagi orang-orang yang dalam perjalanan.*”

Yang dimaksud dengan “buruan laut” dalam ayat di atas adalah binatang hidup yang ditangkap atau diperoleh dengan jalan upaya seperti memancing, menjaring, dan sebagainya, baik itu dari kolam, sungai, danau dan lain-lain. Sedangkan “makanan yang berasal dari laut” adalah bangkai ikan atau hasil tangkapan yang kemudian digarami dan dikeringkan biasanya juga dijadikan persediaan atau bekal oleh para musaffir dan orang yang tinggal jauh dari pantai.¹⁴

Tentang hukum memakan bangkai ikan para ulama Fiqih banyak yang berbeda pendapat, menurut Madzhab Abu Hanifah mengatakan, tidak dibenarkan memakan bangkai ikan yang sudah mengapung dipermukaan laut atau sungai dengan alasan ia termasuk bangkai. Karena madzhab ini berpegang teguh pada ayat mengharamkan bangkai yaitu pada surat al-Ma'idah ayat 3. Sedangkan menurut Jumhur Ulama, memperbolehkan memakan ikan yang mengapung di permukaan air, sebab mereka berlandaskan ayat ke 96 dalam surat al-Ma'idah. Menurut

¹⁴ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah, op.cit.*, h. 189,

hemat penulis sendiri, pendapat yang lebih tepat adalah pendapat yang dikemukakan oleh Jumhur ulama. Karena ada sebuah hadis yang dapat menguatkan pendapat tersebut yaitu

¹⁵ أُحِلَّتْ لَنَا مَيْتَاتَانِ : الْحَوْتُ وَالْجِرَادُ, وَ دَمَانِ : الْكَبِدُ وَالطَّحَالُ (رواه احمد)

Artinya: "Dihalalkan untuk kita dua macam bangkai; ikan dan belalang, dan dua darah: hati dan limpa." (H.R. Ahmad)

Dari hadis di atas, dapat disimpulkan bahwa bangkai ikan tidak termasuk dalam keumuman ayat yang mengharamkan bangkai, sebagaimana yang terdapat dalam surat al-Ma'dah di atas. Oleh karena itu, bangkai ikan tidak diragukan lagi kehalalannya.

3. Makanan (yang halal) dari protein Nabati dan Hewani

Terkait tentang makanan, dalam hukum Islam dijelaskan bahwa syarat suatu makanan yang dihalalkan itu harus bersih, baik bendanya, cara memperolehnya maupun cara menghidangkannya. Adapun selera manusia itu suka atau tidak, bergizi apa tidak itu juga masalah lain, tidak perlu dikaitkan dengan hukum makanan, karena dalam ajaran Islam dapat dipastikan kehalalan makanan bersumber dari pada jenis makanan nabati atau hewani.

¹⁵ Ahmad bin Hambal, *Musnad Imam bin Hambal*, juz II

Dalam Q.S. al-Baqarah: 61, ayat ini menjelaskan tentang jenis-jenis makanan yang berkaitan dengan kisah Bani Israil, dimana mereka selalu membangkang dan mengingkari nikmat-nikmat yang telah Allah berikan kepada mereka. Bahkan mereka juga mengingkari dan mendustakan Nabi Musa a.s yang diutus Allah untuk menyelamatkan mereka dari kekuasaan Fir'aun yang kejam.¹⁶ Namun, ketika mereka tersesat di padang Tih selama empat puluh tahun (al-Ma'idah ayat 26), Allah telah meneduhkan dan melindungi mereka dari panas terik matahari dengan awan, kemudian Allah juga suatu ketika menurunkan manna dan salwa sebagai makanan yang lezat dan bergizi. Melalui mukjizat Nabi Musa itu, Allah memancarkan air dari bebatuan. Namun dari kisah tersebut mereka tetap masih tidak bersyukur atas nikmat yang Allah berikan.

Berkenaan dengan hal diatas, maka Allah menciptakan sesuatu dengan dua cara: *pertama*, penciptakan dengan sebab, *kedua*, penciptaan tanpa sebab. Maksudnya yang diciptakan secara langsung dengan kata *kun* (jadilah) lebih baik dari pada sesuatu yang diciptakan melalui sebab, karena murni dari Allah, seperti manna dan salwa yang turun dengan sendirinya

¹⁶ Syaikh Ahmad Syakir, *Tafsir Ibnu Katsir*, (Jakarta: Darus Sunnah, 2014), h. 212

dan manusia tinggal menikmatinya. Sedangkan penciptaan dengan sebab mengandung campur tangan manusia, seperti untuk mendapatkan tumbuh-tumbuhan diatas, yaitu harus melalui proses pembajakan sawah, menyebar benih dan setelah panen barulah bisa menikmati hasilnya.

Tidak ada pemberi rezeki selain Allah. Karena itulah rezeki yang diterima langsung dari Allah tanpa sebab lebih tinggi dan lebih mulia dari pada rezeki yang diraih dengan sebab. Namun, bukan berarti makanan yang mereka inginkan itu tidak mengandung manfaat. Misalnya sayur-sayuran yang termasuk dalam kategori *baql*, seperti mentimun, kacang adas, bawang putih, dan bawang merah. Semua tumbuh-tumbuhan yang disebutkan dalam al-Qur'an hanyalah sebagian kecil dari sekian banyak bahan-bahan makanan nabati yang disediakan Allah untuk kepentingan manusia. Antara satu jenis makanan dengan makanan yang lain tentu memiliki kandungan gizi yang berbeda-beda.

4. Makanan sebagai menu Hidangan

Dalam surat al-Maidah ayat 112 terdapat kisah pengikut Nabi Isa, a.s yang sangat setia. Pengikut tersebut bernama al-Hawariyun. al-Hawariyun adalah pengikut yang mempunyai iman kuat, namun tidak mempunyai pengetahuan yang dalam tentang

keimanannya. Artinya, mereka hanya sekedar menjadikan iman sebagai formalitas belaka. Oleh karena itu, al-Hawariyun banyak meminta berbagai macam kebutuhan untuk memenuhi kebutuhan mereka tanpa adanya usaha.

Sehubungan akan diadakannya hari raya, maka al-Hawariyun meminta makanan hidangan sebagaimana terdapat dalam surat al-Maidah ayat 112.

Yang dimaksud makanan hidangan dalam ayat tersebut adalah semua ragam makanan, seperti roti, buah-buahan, ikan, dan lain sebagainya. Hidangan tersebut digunakan untuk kebutuhan merayakan hari raya tersebut.

Akan tetapi, melihat permintaan al-Hawariyun tersebut, seakan-akan al-Hawariyun tidak mempercayai kekuasaan Allah. Hal ini dibuktikan dengan adanya pernyataan yang menyebutkan, “Sanggupkah Tuhan-Mu menurunkan hidangan dari langit?”. Padahal, tanpa meminta pun, Allah akan memberikan segala sesuatu kepada hamba-Nya sebagaimana usaha yang mereka lakukan. Seperti dalam surat ar-Ra’ad: 11.

Dalam ayat tersebut dijelaskan bahwa Allah tidak akan mengubah keadaan mereka selama mereka tidak mau mengubahnya sendiri. Begitu pun dengan hal rizki. Allah akan memberikan rizki kepada Hamba-nya sesuai dengan usaha yang dilakukan. Dengan demikian, apabila

seorang hamba mengubah dari maksiat kepada taat, maka Allah akan mengubah keadannya dari kesengsaraan kepada kebahagiaan.

Jika al-Hawariyun hanya meminta dan meminta, tanpa adanya usaha. Bahkan, digunakan untuk perbuatan yang salah atau munkar. Maka, Allah pun akan membalas sesuai dengan perbuatan mereka. Bahkan, lebih pedih. Oleh karena itu, agar al-Hawariyun terhindar dari siksa yang pedih, maka Nabi Isa menyeru al-Hawariyun untuk bertaqwa kepada Allah. Sebab, dengan bertaqwa kepada Allah, maka Allah pun akan memberikan rizki yang cukup dan halal. Akan tetapi, harus pula disertai dengan usaha dan niat yang benar pula.

Selain menyeru kaumnya untuk bertaqwa, Isa juga meminta do'a kepada Allah untuk mendatangkan hidangan kepada kaum-nya. Hal ini dilakukan Isa agar kaum-Nya percaya akan kekuasaan Allah. Dengan demikian, keraguan al-Hawariyun terhadap kekuasaan Allah akan hilang, dan iman yang dimiliki oleh al-Hawariyun pun akan semakin kuat.

B. Pesan Al-Qur'an Tentang Makanan Bagi Kehidupan Manusia

Sebagai makhluk yang diciptakan Allah dengan sempurna, manusia yang dianugrahi akal untuk senantiasa berfikir dan merenungkan segala sesuatu yang diciptakan oleh-Nya. Seperti bumi, langit, dan seluruh isi yang ada di alam raya ini merupakan semata-mata untuk kepentingan makhluk, yaitu manusia. Segala sesuatu yang yang dibutuhkan manusia di dunia ini, telah disediakan oleh Allah. Karena itu semua bukti kebesaran dan kekuasaan serta kasih sayang Allah yang tak terhingga kepada manusia. Namun, manusia malah tidak mensyukurinya, bahkan melupakan dan mengabaikan segala kenikmatan-kenikmatan yang Allah berikan itu.

Adapun kenikmatan terbesar yang diberikan manusia adalah sebuah kehidupan. Sedangkan tugas manusia itu sendiri yang paling utama yakni selalu tunduk dan patuh kepada Allah dengan dengan cara beribadah kepada-Nya. Barulah kemudian manusia itu wajib menjaga dan mempertahankan kehidupan mereka dengan cara yang telah disediakan oleh Allah. Salah satu upaya untuk mempertahankannya dengan cara makan. Karena manusia membutuhkan akan makan sebenarnya sudah ada sejak permulaan manusia itu diciptakan. Hal ini sesuai ayat yang terdapat pada QS. Al-A'raf: 19

وَيَتَّادِمُ اسْكُنْ أَنْتَ وَزَوْجُكَ الْجَنَّةَ فَكُلَا مِنْ حَيْثُ شِئْتُمَا وَلَا
تَقْرَبَا هَذِهِ الشَّجَرَةَ فَتَكُونَا مِنَ الظَّالِمِينَ

Artinya :“(dan Allah berfirman): “Hai Adam bertempat tinggalah kamu dan isterimu di surga serta makanlah olehmu berdua (buah-buahan) di mana saja yang kamu sukai, dan janganlah kamu berdua mendekati pohon ini, lalu menjadilah kamu berdua termasuk orang-orang yang zalim.”(Al-A’araf: 19)¹⁷

Merujuk ayat diatas, pada dasarnya semenjak manusia di ciptakan pertama yaitu nabi Adam as. Sudah diperintahkan dan disediakan makanan untuk memakanya. Sebab manusia sejak awal diciptakan oleh Allah membutuhkan makan.

Selain itu, Allah dengan segala kekuasaan-Nya menciptakan manusia tanpa tidak memakan makanan apapun, maksudnya makanan disini menjadi paling *urgan* bagi kehidupan manusia. Dari sekian penjelasan di atas tentang makanan, baik itu makanan yang mengandung unsur nabati dan unsur hewani. Makanan sebagai rizki atau kenikmatan dari Allah, yang berisi perintah ataupun anjuran dari Allah kepada manusia untuk mengkonsumsinya yang mana dijadikan untuk melangsungkan kehidupan di dunia. Dari uraian diatas, maka penulis mencoba menjelaskan seberapa penting hubungan makanan bagi kelangsungan hidup manusia secara keseluruhan, baik itu untuk kesehatan fisik ataupun

¹⁷ Departeman RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, *op.cit.*, h. 152

mental. Hal tersebut juga telah dikemukakan oleh para ahli kesehatan berdasarkan beberapa penelitian mereka.

1. Kesehatan Jasmani

Dalam hal kaitanya dengan kesehatan jasmani atau tubuh manusia, di dalam al-Qur'an telah banyak dijelaskan tentang keanekaragam makanan yang seharusnya dikonsumsi dan tidak dikonsumsi oleh manusia, baik itu makanan yang mengandung unsur nabati ataupun unsur hewani, serta banyak ayat-ayat yang menjelaskan tentang perintah atau anjuran mengkonsumsi makanan yang halal yang telah disediakan oleh-Nya. Seperti yang terdapat dalam QS. Al-Baqarah(2) ayat 172. Yang artinya : *Hai orang-orang yang beriman, makanlah di antara rezki yang baik-baik yang Kami berikan kepadamu dan bersyukurlah kepada Allah, jika benar-benar kepada-Nya kamu menyembah.* (Al-Baqarah: 172).

Hal tersebut, tampak relevan kaitanya dengan ilmu gizi tentang prinsip-prinsip makanan yang layak dikonsumsi, yaitu berfungsi untuk memelihara kesehatan. Karena didalam ilmu gizi yang ada di makanan *thayyib* (baik) adalah makanan yang digunakan untuk memenuhi beberapa fungsi sebagai berikut:

- a. Memenuhi kepuasan jiwa: meliputi memberikan rasa kenyang, memenuhi kebutuhan naluri dan kepuasan jiwa, serta memenuhi kebutuhan sosial-budaya.
- b. Memenuhi fungsi fisiologik: meliputi memberikan tenaga (*energi*), mendukung pertumbuhan sel-sel baru untuk pertumbuhan badan, mendukung pembentukan sel-sel atau bagian-bagian sel untuk menggantikan sel yang rusak atau aus terpakai (*mainternance*), mengatur metabolisme zat-zat gizi dan keseimbangan cairan serta asam basa serta berfungsi dalam pertahanan tubuh (*defence mechanism*).¹⁸

Selain yang telah dijelaskan diatas, ada juga makanan yang harus dikonsumsi oleh tubuh manusia yaitu makanan yang mengandung banyak gizi didalamnya, meskipun tidak ada makanan yang semuanya mengandung zat gizi secara lengkap dalam kwantum masing-masing yang mencukupi kebutuhan tubuh, maka manusialah yang seharusnya cermat memilah milih makanan tersebut yang memberikan kemanfaatan dalam tubuh. Dan sebaliknya, jika makanan yang dikonsumsi sehari-hari tidak dipilih

¹⁸ E-book; Achmad Djaelani Sediaotama, *Ilmu Gizi Menurut Pandangan Islam* (Jakarta: Dian Rakyat, 1990), h.5-6

dengan baik dan benar, maka tubuh akan mengalami kekurangan zat-zat gizi esensial tertentu. Adapun zat esensial yang dimaksud yaitu zat gizi yang harus didatangkan dari makanan. seperti halnya karbohidrat, protein, lemak, mineral, vitamin, dan air. Yang mana zat-zat tersebut telah dikelompokkan menjadi tiga fungsi yang diantaranya sebagai berikut:

1) Memberi energi

Maksudnya makanan tersebut mengandung karbohidrat, lemak, mineral, dan protein. Itu semua merupakan makanan yang memberikan energi pada tubuh, serta dapat menghasilkan energi yang diperlukan tubuh untuk melakukan berbagai aktifitas.¹⁹

2) Pertumbuhan dan pemeliharaan jaringan tubuh

Maksudnya makanan dapat dijadikan sebagai bahan untuk pertumbuhan dan pemeliharaan pada jaringan tubuh. Karena makanan yang dikonsumsi mengandung beberapa zat gizi yaitu diantaranya mengandung mineral, protein, dan air. Sebab ketiga zat tersebut termasuk dalam bagian dari jaringan tubuh. Oleh karena itu, sangat diperlukan

¹⁹ Sunita Almatsier, *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2001), h. 8

dalam pembentukan sel-sel baru dan mengganti sel-sel yang telah rusak.

3) Mengatur proses tubuh

Artinya makanan dapat berfungsi untuk mengatur proses tubuh. Makanan itu adalah yang mengandung protein, air, mineral dan vitamin. Karena masing-masing zat yang terkandung didalamnya memiliki fungsi masing-masing bagi tubuh. Seperti protein berfungsi untuk mengatur keseimbangan air dalam sel, bertindak sebagai buffer dalam upaya memelihara netralitas tubuh dan membentuk antibodi sebagai penangkal organisme yang bersifat intensif serta bahan-bahan asing yang dapat masuk ke dalam tubuh. Sedangkan untuk mineral berfungsi sebagai pengatur dalam proses oksidasi, fungsi normal saraf dan otot. Serta air sangat diperlukan untuk melarutkan bahan-bahan yang ada didalam tubuh.²⁰

Dari ketiga fungsi zat esensial yang terdapat dalam makanan tersebut menjadi sangat urgen untuk diperhatikan manusia, karena apabila dari beberapa zat gizi tersebut tidak terpenuhi dalam tubuh. Maka akan mengakibatkan gangguan pada fungsi tubuh. Menurut ilmu gizi, gangguan gizi itu disebabkan oleh dua faktor,

²⁰ *Ibid*, h. 8

yaitu faktor primer dan sekunder. Adapun yang dimaksud Faktor primer adalah apabila susunan makanan seseorang salah dalam kuantitas atau kualitas yang mana disebabkan oleh kurangnya persediaan pangan, kurang baiknya distribusi pangan, kemiskinan dan kebiasaan makan yang salah. Sedangkan faktor sekunder adalah apabila semua faktor yang menyebabkan zat gizi tidak sampai pada sel-sel tubuh setelah makanan tersebut dikonsumsi.²¹

Akibat kurangnya gizi pada proses tubuh yang bergantung pada zat-zat gizi apa yang kurang, maka dari itulah Allah telah berulang kali menekankan melalui ayat-ayat al-Qur'an kepada manusia untuk selalu memperhatikan tentang makanannya. Baik itu tentang kehalalan hukum, cara memperolehnya, dan baik buruk bagi tubuh. Adapun akibat kekurangan gizi yang disebabkan oleh makanan baik itu dilihat dari segi kualitas maupun kuantitas yang mana dapat menyebabkan gangguan pada tubuh yang diantaranya :

1. Pertumbuhan pada anak-anak. Apabila makanan yang diberikan tidak seimbang ataupun tidak mencukupi gizi yang diperlukan, maka pertumbuhan yang dialami pada anak akan cenderung lambat. Seperti halnya kekurangan

²¹ *Ibid*, h. 10

protein yang mengakibatkan otot-otot anak menjadi lembek dan rambut mudah rontok.

2. Produksi tenaga. Jika seseorang kekurangan energi yang berasal dari makanan, maka akan menyebabkan seseorang tersebut kekurangan tenaga untuk gerak dan melakukan segala aktivitasnya, seperti malas, lemah dan aktivitas bekerja menurun.
3. Pertahanan tubuh. Seseorang jika kekurangan akan zat gizi yang terdapat pada makanan, maka daya tubuh akan menurun, stres, sistem imunisasi dan antibodi berkurang sehingga mudah terkena virus penyakit. Seperti batuk, pilek dan diare. Apabila anak-anak yang terkena hal ini akan membawa pada kematian.
4. Struktur dan fungsi otak. Apabila seseorang kekurangan gizi pada usia muda maka dapat berpengaruh terhadap perkembangan mental. Dengan demikian kemampuan berfikir akan berkurang, karena otak mencapai bentuk maksimal pada usia dua tahun.
5. Perilaku. Apabila seseorang kurang gizi baik itu anak-anak ataupun orang dewasa perilaku mereka

akan berpengaruh. Seperti mudah tersinggung, apatis dan cengeng.²²

Tidak hanya kekurangan gizi yang diperhatikan dalam tubuh saja, akan tetapi kelebihan gizi juga perlu diperhatikan. Karena, jika seorang kelebihan gizi dapat menyebabkan kegemukan atau *obesitas* pada tubuh. Di dalam al-Qur'an Allah telah menjelaskan bahwasanya manusia tidak boleh berlebihan dalam hal apapun termasuk dalam hal makanan. Hal itu terdapat pada QS. Al-A'raf : 31 yang berbunyi:

يَبْنَىِٔ ءَادَمَ حُدُوًا زَيْتَكُمَّ عِنْدَ كُلِّ مَسْجِدٍ وَكُلُوًا
وَأَشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ

*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."(Al-A'raf: 31)*²³

Maksud dari ayat diatas adalah bahwa Allah melarang kepada manusia untuk tidak berlebih-lebihan dalam segala hal, baik itu mengkonsumsi makan dan minum ataupun menggunakan pakaian yang dibutuhkan oleh tubuh. Karena, hal tersebut senada dengan gizi

²² *Ibid*, h. 11

²³ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, *op.cit.*, h.

yang ada dalam makanan, apabila mengkonsumsi gizi secara berlebihan dapat menyebabkan kegemukan dan obesitas. Kegemukan adalah salah satu faktor terjadinya berbagai penyakit degeneratif dalam tubuh, seperti tekanan darah tinggi, diabetes, hipertensi, jantung koroner, hati dan kantong empedu.²⁴

2. Kesehatan Rohani

Tidak bisa dipungkiri bahwa makanan memiliki pengaruh yang sangat besar dan urgen bagi pertumbuhan dan kesehatan jasmani tubuh manusia. Selain kesehatan jasmani, makanan juga berpengaruh pada kesehatan jiwa atau mental seseorang. Karena Quraish Shihab mengatakan bahwa sehat dalam pandangan agama bukan sekedar bebas dari suatu penyakit baik itu jasmani maupun rohani.²⁵ Dengan demikian fungsi makanan yaitu agar dapat tercapai pada keseimbangan gizi yang tidak hanya untuk kesehatan jasmani saja, akan tetapi juga untuk kesehatan mental.

Secara umum kesehatan rohani/mental didefinisikan sebagai suatu kondisi yang memungkinkan setiap individu memahami potensi-potensinya, baik itu mampu mengatasi berbagai persoalan dalam pola kehidupan secara normal, dapat

²⁴ *Ibid*, h. 12

²⁵ M. Quraish Shihab, *Membumiikan Al-Qur'an*, *op.cit.*, h. 282

berkarya dan mampu berbagi dengan orang lain. Persoalan tentang kesehatan mental pada dasarnya merupakan hal yang dianggap penting bagi kehidupan manusia, karena salah satu dari kriteria hidup sehat ketika komponen kesehatan mental tersebut terpenuhi. Manusia hidup sehat tidak hanya berasal dari satu aspek saja, melainkan harus dari beberapa aspek lainnya. Seperti sehat fisik, mental dan sosial. Dari ketiga aspek tersebut saling berkaitan antara satu dengan yang lainnya, apabila salah satu diantara aspek tersebut tidak terpenuhi, maka yang lainnya pun akan terganggu.

Sedangkan faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya gangguan mental adalah sebagai badan (*somatogenik*), lingkungan sosial (*sosiogenik*), dan jiwa (*psikogenik*). Dari ketiga faktor tersebut maka makanan sangat dibutuhkan untuk menjaga keseimbangan mental manusia.

Selain menjaga kesehatan mental, hal yang perlu diperhatikan adalah dalam hal makanan. Karena mengkonsumsi makanan tidak sekedar hanya untuk mengenyangkan, tetapi perlu mengetahui makanan tersebut halal atau baik. Agar ketika mengkonsumsi makanan tersebut dapat mempengaruhi perilaku dalam hal beribadah kepada Tuhannya. Hal tersebut sesuai dengan QS. Al-Baqarah : 172

يٰۤاَيُّهَا الَّذِيْنَ ءَامَنُوْا كُلُوْا مِنْ طَيِّبٰتِ مَا رَزَقْنَاكُمْ
وَأَشْكُرُوْا لِلّٰهِ اِنْ كُنْتُمْ اِيَّاهُ تَعْبُدُوْنَ

Artinya: “Hai orang-orang yang beriman, makanlah di antara rezki yang baik-baik yang Kami berikan kepadamu dan bersyukurlah kepada Allah, jika benar-benar kepada-Nya kamu menyembah.”

Dalam ayat tersebut, Allah telah menunjukkan kepada hambanya untuk mengkonsumsi makanan yang baik dan yang telah direzekikan kepada mereka. Maka hendaklah manusia bersyukur kepada-Nya.

Secara tegas, di dalam al-Qur’an telah dijelaskan bahwa ada berbagai jenis makanan yang dilarang atau diharamkan untuk dikonsumsi manusia, karena sebagian besar terkandung madharatnya. Misalnya khamr (dijelaskan dalam QS. Al-Maidah: 90), kemudian bangkai darah dan daging babi (QS. Al-An’am: 145). Jenis makanan tersebut menurut Quraish Shihab merupakan jenis makanan dan minuman yang dapat mempengaruhi jiwa seseorang atau mental yang mengkonsumsinya. Maka dari itu, Allah mengharamkan manusia memakan dan meminumnya.²⁶

²⁶ M. Quraish Shihab, Wawasan Al-Qur’an, *op.cit.*, h. 151

C. Hikmah Makanan dalam Al-Qur'an

Penjelasan al-Qur'an terkait dengan segala sesuatu yang berhubungan dengan makanan, baik itu makanan halal dan baik untuk dikonsumsi, atau makanan yang diharamkan oleh Allah. Yang mana hal tersebut sesuai dengan ayat al-Qur'an dalam surat al-Ma'idah ayat 3. Di dalam ayat tersebut dijelaskan secara tegas bahwasanya jenis-jenis makanan seperti darah, daging babi, bangkai dan khamr tersebut, merupakan makanan yang dapat membahayakan tubuh manusia jikalau mereka mengkonsumsinya. Karena aneka jenis makanan tersebut telah banyak dikemukakan oleh ahli gizi melalui beberapa penelitiannya.

1. Hikmah pengharaman Bangkai

Telah kita ketahui bersama, bangkai adalah semua jenis binatang yang telah mati tanpa melalui penyembelihan yang sah sesuai dengan ketentuan syar'i. Walaupun binatang tersebut matinya karena jatuh, tercekik, dipukul, ditanduk dengan binatang buas lainnya. Di dalam al-Qur'an telah ditegaskan berulang kali sebagaimana dalam Q.S al-Ma'idah ayat 3, Q.S al-An'am ayat 145 dan Q.S al-Baqarah ayat 173 bahwa bangkai itu haram untuk di makan. Sedangkan hikmah yang dapat diambil dari pengharaman bangkai karena di dalam bangkai terdapat darah yang beku yang dapat membahayakan manusia, dan juga dapat merusak daging bangkai serta biasanya mudah terkena berbagai macam penyakit.

Menurut al-Maraghi dijelaskan bahwa, hikmah diharamkannya bangkai adalah sebagai berikut:

- a. Karena perasaan yang sehat merasa jijik terhadapnya.
- b. Sesungguhnya orang yang memakannya akan terhina, suatu hal yang bertentangan dengan harga dan kehormatan dirinya.
- c. Orang yang mengkonsumsi bangkai terancam bahaya, baik binatang tersebut mati karena sakit, karena sangat letih, atau akibat bibit-bibit penyakit (mikroba) yang menggerogoti kekuatannya.
- d. Melatih orang Islam untuk tidak membiasakan makan sesuatu yang dapat membahayakan atau menghilangkan jiwanya.²⁷

Jadi bangkai adalah hewan ternak yang mati di mana darah kotor yang terdapat dalam hewan ternak tersebut tidak keluar. Sehingga dalam waktu yang singkat darah dalam bangkai tersebut akan tercemar oleh berbagai mikro organisme yang terdapat dalam kotoran hewan tersebut. dan apabila dikonsumsi manusia, maka mikroorganisme tersebut akan tercemar di dalam tubuhnya.

Kadar air yang dimiliki bangkai mencapai tingkat yang tinggi sekitar (nilai air: 0,95-0,99). Dengan kondisi itulah semua jenis mikroorganisme tumbuh dengan cepat,

²⁷ Musthafa al-Maraghi, Terj. *Tafsir al-Maraghi jilid 4*, (Semarang: PT. Karya Toha Putra, 1993), cet II, h. 89

dan daging bangkai tersebut akan terdegradasi.²⁸ Adapun kelompok mikroorganisme yang banyak tumbuh dalam bangkai pada umumnya adalah jenis bakteri, diantaranya adalah: bakteri salmonella, shigella, Vibrio cholerae, staphylococcus aureus, dan bakteri-bakteri lainnya. Selain daging bangkai terdapat berbagai bakteri-bakteri tersebut, daging bangkai juga dapat menghilangkan seluruh nilai makanan baik dari segi kandungan gizinya, rasanya, dan aromanya serta tidak ada manfaat jika seseorang itu memakanya, malah mendapat dosa karena telah melanggar larangan Allah SWT.

Berdasarkan hasil penelitian para ahli gizi, maka dapat disimpulkan bahwa apabila seseorang mengkonsumsinya, maka kemungkinan besar akan memperoleh satu bahkan beberapa penyakit yang membahayakan, yaitu diantaranya:

- a) Terserang penyakit: Tiphus, Kolera, dan disentri.
- b) Timbul kekejangan pada bagian perut, yang disertai dengan gejala; diare, muntah-muntah, serta sakit kepala, lesu dan sebagainya.
- c) Akan timbul beberapa gangguan diantaranya: sistem syaraf akan terganggu, gangguan pada penglihatan, dan sulit berbicara yang disebabkan kekumpulan pada otot tenggorokan.

²⁸ Maimunah Hasan, *Al-Qur'an dan Ilmu Gizi, op.cit.*, h. 79

d) Kemungkinan bisa mengakibatkan fatal, yakni kematian.²⁹

Dengan demikian sangat tepatlah bahwa Islam mengharamkan umatnya untuk mengkonsumsi daging bangkai, sebagaimana yang telah Allah tentukan dalam al-Qur'an.

2. Hikmah Pengharaman Darah

Islam telah mengharamkan darah sejak empat abad yang lalu. Hal itu merupakan petunjuk yang jelas akan kebenaran agama ini dan bahwa hal tersebut datang dari Allah SWT. Sebut saja negara-negara non-Islam yang mengkonsumsi bangkai dan darah, dengan cara yang tidak sewajarnya seperti mencengkik, atau memberi sengatan listrik, menengok kembali cara penyembelihan secara alami, karena ternyata ditemukan manfaat yang besar dalam menyembelih dan mengalirkan darah hewan. Maha Suci Allah, Yang Maha Mengetahui, mengetahui apa yang bermanfaat bagi kita, yang kemudian mengharamkannya.³⁰

Sedangkan yang dimaksud darah disini adalah darah yang terdapat dalam tubuh manusia maupun darah yang terdapat dalam hewan ternak. al-Maraghi mengartikan darah adalah cairan yang bertumpah

²⁹ *Ibid*, h. 88

³⁰ Syekh Fauzi Muhammad Abu Zaid, *Hidangan Islami: Ulasan komprehensif berdasarkan syariat dan sains modern*, (Jakarta: Gema Insani Press, 1997), h. 20

(mengalir) yaikni darah yang sudah ditumpahkan dan dikeluarkan dari tubuh binatang. Berbeda halnya dengan darah yang aslinya yaitu yang sudah mengental, seperti anak limpa dan hati, dan darah yang biasanya ada di sela-sela daging yang sesudah disembelih itu tidak termasuk darah yang mengalir (دما مسفو ح).

Sebagaimana dijelaskan dalam surat al-An'am ayat 145, bahwa darah yang diharamkan adalah darah yang mengalir, bukan darah yang bersifat beku seperti hati dan limpa. Karena dua jenis darah ini adalah halal untuk dimakan. Sedangkan alasan diharamkannya darah, dikarena banyak para ahli medis dengan berbagai penelitian dan percobaanya bahwa darah yang keluar dari tubuh itu mengandung racun. Dan terkadang juga pada darah yang mengalir terdapat virus penyebab radang hati. Diantara gejala yang muncul ketika orang meminum darah yang mengalir tubuh akan terasa capek, mual seakan-akan mau muntah, ulu hati terasa sakit dan pedih yang sangat menyiksa, diare, warna air seni berubah menjadi merah dan hati akan membengkak.³¹Jadi orang yang meminum darah itu sama halnya dengan orang yang meminum racun, dan keduanya dapat mengakibatkan kematian.

³¹ E-book, Abdul Mun'im Qundail, *Resep al-Qur'an untuk Hidup sehat*, (Jakarta: Cendekia Sentra Muslim, 2003), cet I, h. 51

3. Hikmah Pengharaman Daging Babi

Makanan yang secara tegas diharamkan dalam al-Qur'an adalah daging babi. Sebab, babi senang dan suka pada tempat-tempat yang kotor, sehingga banyak ahli tafsir yang menjelaskan bahwa hikmah diharamkan daging babi karena dapat membahayakan kesehatan, dan keadaannya yang kotor dan najis. Makanan yang disukai babi adalah makanan yang kotor-kotor dan najis sehingga dalam daging babi tersebut mengandung berbagai kuman-kuma penyakit. Orang yang memakan daging babi akan timbul dalam tubuhnya cacing-cacing pita. Yaitu cacing yang timbul akibat binatang itu memakan bangkai tikus, sehingga daging babi tersebut sulit dicerna, karena terlalu banyaknya lemak dalam lapisan-lapisan ototnya. Bahkan zat lemak yang ada di tempat itu menyebabkan cairan lambung tak bisa sampai kepada makana, akibatnya menyulitkan pencernaan zat-zat putih dan memayahkan lambung.³²

Sedangkan Sayyid Qutub berpendapat bahwa babi itu sudah dari tabiat yang bersih dan lurus. Sehingga menjadikan jijik orang yang berjiwa bersih dan lurus.

³² Musthafa Al-Maraghi, *Terj. Tafsir Al-Maraghi, op.cit.*, h. 90

Untuk itulah Allah telah mengharamkan daging tersebut sejak lamanya masa.³³

Adapun hikmah diharamkannya mengkonsumsi daging babi karena di dalamnya terdapat bakteri-bakteri yang membahayakan kesehatan manusia.

³³ Sayyid Qutub, *Tafsir Fi Zhilalil Qur'an di bawah naungan Al-Qur'an jilid 5*, (Jakarta: Gema Insani Press, 2002), cet. I, h. 247-258