



The Ethical Concept of the Hadith Eating Procedures

Konsep Etika tentang Tatacara Makan Menurut Hadis

Talisa Ilmalia¹, Sholihin²

Jurusan Ilmu Hadis, Fakultas Ushuluddin

UIN Sunan Gunung Djati Bandung

talilsailmaliahumaedi@gmail.com¹, choinsolihin1965@uinsgd.ac.id²

Abstract

This study aims to discuss the ethical concept of eating procedures according to the hadith. This research is a qualitative type by applying literature study with the syarah method and using the maudhu'i approach. The results and discussion of this research include the term ethics, hadith about eating procedures, and an explanation of the ethics of eating procedures according to the hadith. This research concludes that some of the verses of the al-quran and the hadiths of the Prophet convey that Islam must have the concept of excellent health to do good deeds maximally which will lead to the success of the world and the hereafter. This research is expected to have beneficial implications as a treasure trove of knowledge for Muslims. This study recommends especially for Islamic religious extension workers to be able to provide understanding to Muslims about the ethics of eating according to the hadith.

Keywords: *Ethics, Hadith, Eating*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk membahas konsep etika tatacara makan menurut hadis. Penelitian ini merupakan jenis kualitatif dengan menerapkan studi pustaka dengan metode syarah dan menggunakan pendekatan maudhu'i. Hasil dan pembahasan penelitian ini mencakup istilah etika, hadis tentang tata cara makan, dan penjelasan tentang etika tata cara makan menurut hadis. Penelitian ini menyimpulkan bahwa beberapa ayat al-qur'an dan hadis Nabi mengantarkan Islam haruslah memiliki konsep kesehatan yang prima untuk beramal sholeh secara maksimal yang akan menghantarkannya kepada keberhasilan dunia dan akhirat. Penelitian ini diharapkan memiliki implikasi manfaat sebagai



khazanah pengetahuan bagi umat muslim. Penelitian ini merekomendasikan terutama bagi para penyuluh keagamaan Islam untuk dapat memberikan pemahaman kepada umat muslim mengenai etika makan menurut hadis.

Kata kunci: *Etika, Hadis, Makan*

Pendahuluan

Islam merupakan ajaran yang bersumber dari Al-Quran dan Hadis. Yang mengatur segala hubungan manusia dengan Allah, dengan dirinya dan dengan sesama manusia. Hubungan manusia terhadap Allah terdapat dalam perkara akidah dan ibadah. Hubungan manusia dengan dirinya mencakup akhlak, makanan, pakaian dan lainnya. Hubungan manusia dengan sesamanya mencakup dalam muamalah dan lainnya. Hubungan manusia dengan dirinya, salah satunya adalah dalam hal makan. Dimana manusia perlu makan untuk menjaga keseimbangan dalam tubuhnya seperti berfungsi sebagai sumber tenaga atau energi untuk melakukan berbagai kegiatannya dalam sehari-hari, pembangun, pelindung dari berbagai penyakit dan pengatur sistem dalam tubuh. Dalam hal ini manusia menganggap makanan sebagai sesuatu yang tabu untuk dibicarakan, mereka menganggap bahwa makanan itu hanya mendatangkan berbagai manfaat saja, tanpa memperhatikan makanan itu dapat berakibat buruk apabila dikonsumsi dengan cara yang tidak sesuai dalam aturan syariat Islam yaitu Al-Quran dan Sunnah atau Hadis- hadis Nabi.

Sejumlah penelitian yang telah dilakukan oleh para peneliti dalam tinjauan pustaka ini, antara lain, Sapie, Muhammad Jupri, (2017), "*Konsep Pola Makan Sehat Dalam Perspektif Hadis Menurut Pengkajian Sanad dan Matan Hadis Riwayat Ahmad.*" Penerbit Fakultas Ushuluddin dan Studi Islam UIN Sumatera Utara. Penelitian ini melakukan takhrij hadis berkenaan dengan hadis tentang kesehatan, khususnya konsep pola makan. Penelitian ini menyimpulkan bahwa penilaian terhadap kualitas hadis apakah layak atau tidak untuk dijadikan hujjah dan pegangan bagi umat Islam (Sapie M. J., 2017). Sohrah, (2016), "*Etika Makan Dan Minum Dalam Pandangan Syariah Islam.*" Penerbit Fakultas Syariah dan Hukum Islam Negeri UIN Alauddin Makasar. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif, hasil dari penelitian ini menunjukkan adanya berbagai etika makan dan minum dalam syariah Islam yang sangat penting bagi kehidupan manusia (Sohrah, 2016). Rahayu, Mustika, (2017), "*Pola Makan Menurut Hadis Nabi SAW.*" Penerbit Fakultas Ushuluddin, Filsafat dan Politik UIN Alauddin Makasar. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif. Hasil dari penelitian ini adalah pola makan



yang sehat dalam hadis Nabi SAW. (Rahayu, 2017).

Penelitian terdahulu bermanfaat bagi penyusunan kerangka berpikir penelitian ini. Etika secara garis besar berarti bagaimana seharusnya manusia berbuat dan bertindak (Khuluq, 2010). Makanan merupakan kebutuhan dasar manusia. Menariknya, Islam memiliki aturan yang sangat komprehensif terkait dengan hal ini (Kusumah, 2007). Tujuan dari makan dan minum itu sesungguhnya adalah menjaga keseimbangan gizi dalam tubuh manusia (Sohrah, 2016). Syariat Islam sangat menekankan pengaturan pola makan yang sehat (B, 2009). Allah Swt mengajarkan hamba-hamba-Nya supaya sejak di dunia mengonsumsi makanan dan minuman yang baik (Kusumah, 2007). Terdapat hadis berkenaan dengan etika makan dan terdapat pula hadis yang berkenaan dengan larangan dalam makan (B, 2009). Mencontoh Nabi Muhammad Saw dalam segala hal, pada saat itu bukan hanya aktualisasi kemanusiaan seorang hamba, tapi juga aktualisasi seorang hamba terhadap sang pencipta (Kusumah, 2007). Nabi Muhammad saw mengajarkan banyak hal yang bermanfaat bagi umatnya, sebagaimana tertulis dalam hadis-hadisnya (B, 2009). Petunjuk hadis telah memberikan sumbangan besar bagi pengembangan kesehatan secara medis (Y, 2016). Rasulullah menagnjurkan etika atau tata cara yang terdapat dalam Al-Quran dan hadis (B, 2009). Yang pastinya memiliki banyak manfaat bagi umatnya (Sapie M. J., 2017).

Berdasarkan paparan di atas, penulis berusaha menyusun formula penelitian, yaitu rumusan masalah, pertanyaan penelitian, dan tujuan penelitian. Rumusan masalah penelitian ini adalah terdapat etika tentang tatacara makan menurut hadis. Pertanyaan penelitian ini adalah bagaimana istilah etika, bagaimana hadis tentang tata cara makan, dan bagaimana penjelasan tentang etika tata cara makan menurut hadis. Penelitian ini bertujuan membahas konsep etika tentang tatacara makan menurut hadis. Dengan adanya penelitian ini diharapkan bisa menjadi khazanah bagi pengetahuan Islam.

Metodologi Penelitian

Penelitian ini merupakan jenis kualitatif dengan menerapkan studi pustaka. Penelitian dilaksanakan dengan menghimpun sumber-sumber kepustakaan baik primer maupun skunder. Setelah terhimpun, sumber-sumber kepustakaan dikategorikan sesuai pertanyaan-pertanyaan penelitian. Setelah dikategorisasi, peneliti melakukan pengambilan data dari sumber pustaka. Data-data tersebut ditampilkan sebagai temuan penelitian. Data yang telah ditampilkan kemudian diabstraksikan yang bertujuan untuk menampilkan fakta. Lalu, fakta tersebut menghasilkan informasi atau pengetahuan. Penelitian ini menggunakan metode syarah dengan menggunakan pendekatan maudhu'i.



Hasil dan Pembahasan

Hasil dan pembahasan penelitian di bawah ini.

Etika tatacara makan

Seperti dalam Firman Allah Swt Q.S. 'Abasa/80:24. Yang membahas betapa pentingnya memperhatikan makanan, yaitu *فَلْيَنْظُرِ الْإِنْسَانُ إِلَى طَعَامِهِ* Artinya: " maka hendaklah manusia itu memperhatikan makanannya."

Makanan bagi umat Islam bukan hanya sekedar kebutuhan jahiriyah saja tetapi menjadi kebutuhan spiritual. Oleh karena itu, Islam mengatur sedemikian rupa dalam hal makanan ini, salah satu cara memperhatikan makanan adalah dengan berusaha agar makanan itu terhindar dari bakteri yang merugikan atau menjaga kebersihannya. Rasul dalam hal ini telah memerintahkan dalam hadisnya untuk menutup bejana-bejana dan tempat minum dengan sepotong kayu yang memiliki hikmah sebagai pencegah adanya hewan melata atau bakteri masuk kedalam bejana atau tempat minum tersebut.

Zaman yang semakin maju sangat mempengaruhi gaya hidup manusia dalam hal makanan, tak jarang manusia melupakan adab dan akhlak ketika yang dianjurkan dalam Islam, seperti halnya banyak manusia yang melakukan *standing party* atau makan dengan berdiri, makan di warung atau restoran yang kebersihannya tidak dijaga, makan dengan memikirkan kepuasan nafsu saja, dan masih banyak lainnya.

Perkembangan ini tentunya akan memiliki dampak dalam hal akhlak dan etika makan yang semakin dilupakan, seperti makan secara berlebihan, makan berlandaskan hawa nafsu, makan dan minum sambil berjalan dan makan tanpa memperhatikan kondisi kesehatan atau tidak sama sekali. Dalam hadis Rasulullah Saw. disebutkan:

"Telah menceritakan kepada kami Hisyam bin Abdul Malik telah menceritakan kepada kami Muhammad bin Harb telah menceritakan kepadaku ibuku dari ibunya bahwa dia berkata :saya mendengar al-Miqdam bin Maqdikarib berkata,'aku mendengar Rasulullah Saw: ' Tidaklah anak Adam memenuhi tempat yang lebih buruk daripada perutnya, ukuran bai (perut) anak Adam adalah beberapa suapan yang hanya dapat menegakan tulang punggungnya. Jika jiwanya menguasai dirinya, maka sepertiga untuk makanan, sepertiga untuk minum dan sepertiga untuk bernafas" (HR. Ibnu Majjah no 3340).

Rasulullah bersikap demikian, karena makanan yang beliau makan diniatkan untuk menjaga ketaatannya kepada Allah Swt. Dimana dengan makanan itu ia menjadi taat dan tidak mencari kenikmatannya saja. Imam Al-Ghazali dalam kitabnya bahwa "kenyang itu paling berat di antara empat hal yaitu meja makan, ayakan tepung, dan wijikan, karena kenyang itu mengajak



kepada bergelornya syahwat-syahwat dan menggerakkan beberapa penyakit di dalam badan.”

Pernyataan imam al-Ghazali ini sangatlah berhubungan dengan zaman sekarang dimana banyak penyakit yang mulai bermunculan berasal dari makanan dan perut. Sebagai contoh obesitas, lambung dan masih banyak lainnya. Oleh karena itu, untuk menghindari penyakit yang jika dibiarkan akan berbahaya bagi kesehatan, maka cara yang efektif adalah dengan mengikuti etika dan akhlak yang telah dicontohkan Rasulullah dalam makan.

Pengertian Etika

Secara etimologi, kata etika berasal dari bahasa latin “*ethicus*,” yang berarti kesusilaan atau moral. Maksudnya adalah tingkah laku yang ada kaitannya dengan norma-norma sosial, baik yang sedang berjalan maupun yang akan terjadi. Di samping itu terdapat pendapat bahwa kata etika berasal dari bahasa Yunani, “*ethos*” artinya watak kesusilaan (Widjajanti, 2008).

Etika seringkali juga dikaitkan dengan moral. Hal ini dikarenakan kata moral selalu mengacu pada tindakan yang baik atau yang buruk yang dilakukan oleh manusia. Moral berasal dari bahasa latin yaitu “*mores*” jamak dari “*mos*,” yang berarti kebiasaan. Dalam bahasa Arab disebut “*akhlak*” artinya budi pekerti. Dalam kamus besar bahasa Indonesia etika diartikan sebagai ilmu tentang apa yang baik dan apa yang buruk dan tentang hak dan kewajiban moral (akhlak) (Khuluq, 2010).

Berbagai pengertian etika secara etimologi di atas menunjukkan bahwa etika sama artinya dengan moral dan akhlak yang memiliki pengertian adat kebiasaan, budi pekerti, kesusilaan, norma atau peraturan hidup.

Secara terminologi, ada beberapa pendapat yang memberikan pengertian tentang etika menurut Ahmad Amin etika adalah ilmu akhlak yang menjelaskan arti baik dan buruk, menerangkan apa yang seharusnya dilakukan oleh seorang manusia kepada yang lainnya, menyatakan tujuan yang harus dituju oleh manusia di dalam perbuatan mereka dan menunjukkan jalan untuk melakukan apa yang harus diperbuat (Widjajanti, 2008).

Hamzah Ya’qub menyataka bahwa etika ialah ilmu yang menyelidiki mana yang baik dan mana yang buruk dengan memperhatikan amal perbuatan manusia sejauh yang dapat diketahui oleh akal pikiran” (Khuluq, 2010).

Dari beberapa pengertian di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa pada dasarnya etika memiliki pengertian tentang baik dan buruk, tentang apa dan bagaimana tujuan hidup manusia, serta memiliki nilai-nilai dan norma-norma yang dapat dijadikan peraturan hidup dalam kehidupan manusia.



Pengertian Makan dan Tujuannya

Menurut kamus besar bahasa Indonesia makan adalah memasukan nasi atau makanan pokok lainnya ke dalam mulut serta mengunyah dan menelannya. Menurut WHO makanan adalah semua substansi yang dibutuhkan oleh tubuh tidak termasuk air, obat-obatan dan substansi-substansi lain yang digunakan untuk pengobatan.

Makanan dalam bahasa Arab adalah '*Ath'imah*' yang merupakan jamak dari kata *tha'am* yang secara etimologi berarti segala sesuatu atau apa yang bisa dimakan atau dicicipi. Karena itu, minuman pun termasuk dalam pengertian *Tha'am*. Dalam al-Qur'an penyebutan kata makan yang sering dipakai adalah *akala* (Sohrah, 2016)

Dalam Al-Quran juga sangat bertebaran ayat-ayat yang menjelaskan tentang makan dan makanan. Makanan merupakan kebutuhan pokok yang tak mungkin terpisahkan dari manusia. Ketiadaanya dapat menyebabkan berbagai masalah serius, bahkan konsekuensinya adalah kematian.

Makanan merupakan kebutuhan dasar manusia. Menariknya, Islam memiliki aturan yang sangat komprehensif terkait dengan hal ini. Islam memerintahkan kaum Muslimin makan dan minum. Namun pedomannya jelas tidak boleh makan dan minum kecuali yang *halalan Thayiban* (halal dan baik) (Kusumah, 2007).

Seperti yang diperintahkan Allah dalam AL-Qur'an surat Al-Baqarah : 168. Yang dimaksud halal dan baik adalah sesuatu yang diperbolehkan oleh syariat untuk dilakukan, digunakan, atau diusahakan karena telah terurai tali atau ikatan yang mencegahnya atau unsur yang membahayakannya dengan disertai perhatian cara memperolehnya, bukan dengan hasil muamalah yang dilarang (Ali, 2016)

Tujuan Makan sesungguhnya adalah menjaga keseimbangan asam basah darah serta memberi asupan nutrisi yang lengkap dengan gizi seimbang bagi tubuh. Zat-zat gizi utama yang terkandung pada makanan antara lain:

1. Karbohidrat dianjurkan 60% dari total kalori dalam sehari. Kalori ini dapat diperoleh dari nasi, jagung, gandum, tepung terigu, sagu, roti, kentang, pata, ubi, dan singkong.
2. Lemak dianjurkan tidak lebih dari 25% dari total kalori yang meliputi lemak hewani dan nabati, misalnya minyak goreng, mentega, alpukat, kelapa, dan sebagainya.
3. Protein diutuhkan berkisar antara 20-15 % dari total kalori yang diperoleh dari kacang kedelai, kacang tanah, ikan laut dan tawar, daging ayam tanpa kulit, sapi atau kerbau.
4. Mineral dapat diperoleh dari buah-buahan dan sayur-sayuran yang banyak mengandung air dan serat sebanyak 10%.



5. Vitamin dapat diperoleh dari buah-buahan dan sayur-sayuran yang berwarna lebih kurang 10% untuk tubuh.
6. Air dibutuhkan hingga 50% dari konsumsi tubuh. Air dapat diperoleh dari buah-buahan atau masakan yang berkuah selain air putih sebanyak 1,5 sampai 2 liter (Sohrah, 2016).

Etika Makan Dalam Pola Hidup Sehat

Etika atau adab makan dalam pola hidup sehat adalah tatacara yang dilakukan sebelum makan, sedang makan, dan sesudah makan dan minum yang sesuai dengan ilmu kesehatan, jika dalam agama Islam tentunya sesuai dengan syariat Islam yang telah dicontohkan Nabi Muhammad Saw.

Pola hidup sehat menjadi trend pada zaman sekarang, karena semakin banyaknya masyarakat yang mulai menyadari pentingnya kesehatan. Dalam menjalani pola hidup sehat ini, seseorang diharuskan juga merbah dan memperhatikan kebiasaan buruk yang tentunya keluar dari jalur pola hidup sehat ini, mulai dari istirahat yang cukup, olahraga teratur dan merubah pola makan yang buruk menjadi baik dan sehat.

Pola makan yang sehat ini adalah suatu cara atau usaha dalam pengaturan jumlah dan jenis makanan dengan maksud tertentu seperti mempertahankan kesehatan, status nutrisi, mencegah atau membantu kesembuhan penyakit (Hanifah, 2011).

Di antara pola makan yang harus diperhatikan adalah :

1. Tidak berlebih-lebihan

Allah memerintahkan bahwa dalam pola makan, makanlah dengan yang baik dan secukupnya dan janganlah berlebih-lebihan, sebagaimana firman Allah dalam surat Al-A'raf ayat 31. Yang artinya : "hai anak Adam, pakailah pakaianmu yang indah di setiap memasuki masjid, makan dan minumlah, dan janganlah berlebih-lebihan. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berlebih-lebihan" (Wahyudi,2015).

Sikap berlebih-lebihan sangat dibenci oleh Allah Swt dan Allah berfirman yang berlebih-lebihan maka ia adalah penghuni neraka sebagaimana firmannya dalam al-Qur'an. Selain itu dari sisi kesehatan pun makan secara berlebihan dapat menyebabkan berbagai penyakit mulai dari penyakit pencernaan dan obesitas.

2. Makan makanan yang halal dan bergizi

Surat Al-Maidah ayat 5 Allah menerangkan bahwasannya seseorang dianjurkan untuk mengkonsumsi makan-makanan yang baik serta halal supaya asupan gizi atau makan tersebut berguna bagi tubuh dan baik bagi kesehatan. Pola menjaga makan makanan yang baik serta halal Allah

menjanjikkann akan menkadikannya tubuh orang yang mengkonsumsi menjadi baik dan sehat (Wahyudi, 2015).

3. Mengatur waktu

Seseorang perlu mengatur wakru untuk segala aktivitasnya untuk berjalan dengan baik begitu halnya dalam pola makan membutuhkan waktu yang teratur, hal ini dapat mengatasi rasa lapar yang bisa saja tiba-tiba muncul padahal bukan dalam waktu makan, dan juga dapat mengurangi asupan makanan yang tidak sehat bagi tubuh agar terhindar dari berbagai penyakit.

Hadis Tentang Etika Makan dan Minum

Terdapat banyak hadis yang berkaitan dengan etika makan dan minum. Berikut tabel tematik hadis tentang etika makan dan minum.

Tabel 1. Tema Hadis Etika Makan dan Minum

No.	Tema Hadis	Kitab dan Nomor Hadis	Periwayat
1	Sebelum makan hendaklah membaca basmalah	Fathul Bari No. 5376	Al-Bukhari
2	Membaca <i>Bismillahi fi awalih</i> <i>wa fi awakhir</i> jika lupa membaca basmalah sebelum makan dan minum	Baitul Afkar Ad Dauliah No. 3767	Abu Daud
3	Makan dari yang terdekat	Fathul Bari No. 5377	Al-Bukhari
4	Hendaklah makan dan minum sambil duduk	Syarh Shahih Muslim No. 2026	Muslim
5	Makan dengan tangan kanan	Syarh Shahih Muslim No. 2020	Muslim
6	Tidak menghembuskan nafas ketika minum	Syarh Shahih Muslim No. 267	Muslim
7	Menjilati tangan	Syarh Shahih Muslim No. 2031	Muslim
8	Mengambil makanan yang jatuh	Maktabatu al-Ma'arif Riyadh No. 1803	At-Tirmidzi
9	Tidak makan sambil bersandar	Fathul Bari No. 5398	Al-Bukhari
10	Membaca doa setelah makan	Fathul Bari No. 5459	Al-Bukhari



Jika dikumpulkan terdapat banyak sekali hadis yang mencakup etika makan dari berbagai periwayatan dan kitab hadis. Berdasarkan hadis-hadis di atas, etika makan yang dianjurkan dalam hadis yaitu, membaca *basmalah* pada saat mulai makan, hal ini merupakan kesepakatan para ulama, oleh karena itu dianjurkan juga mengucapkan *hamdalah* (Imritiyah, 2016). Begitu juga dianjurkan mengucapkan *basmalah* pada waktu mulai minum, bahkan dalam setiap urusan yang diniatkan.

Semua etika makan ini memiliki hikmah tersendiri, seperti Rasul menganjurkan untuk makan menggunakan tangan kanan dan melarang makan menggunakan tangan kiri. Ditinjau dari aspek medis hal ini memiliki banyak manfaat. Disebabkan di dalam celah-celah jari kanan terdapat enzim yang membantu mempercepat proses pembusukan makanan. Selain itu juga makan menggunakan tangan kanan dapat diartikan makan dengan penuh pertimbangan rasional, tidak berlebihan dan melibatkan analisis kritis manfaat menu yang dimakan (Hasman, 2012).

Nabi Sebagai Suri Tauladan

Nabi Muhammad merupakan manusia yang telah diutus oleh Allah Swt untuk menyebarkan risalah kepada seluruh umat di dunia. Beliau adalah seorang Nabi sekaligus Rasul yang pastinya menjadi figur, pedoman panutan serta idola dalam kehidupan seluruh muslim di dunia, semua yang berhubungan dengan Nabi baik dalam berupa perbuatannya, dan perkataannya. Ketetapanannya merupakan pedoman utama dalam kehidupan Muslim (Rohman).

Kesehatan Menurut Hadis

Kata sehat dalam bahasa Arab diungkapkan dengan kata *Ash-shihhah* atau yang seakar dengannya yaitu keadaan baik, bebas dari penyakit dari kekurangan serta dalam keadaan normal (Elkarimah, 2016).

Rasulullah sering menggunakan kata ini dalam sabdanya: “Banyak manusia merugi karena dua nikmat; kesehatan dan waktu luang” (HR. Bukhari dari Ibnu Abbas).

Ajaran Islam menekankan kepada umatnya betapa penting arti kesehatan dalam hidup. Dengan kesehatan akan melahirkan berbagai aktifitas untuk menjaga dan memelihara kebersihan dan mencegah penyakit (Elkarimah, 2016).

Alasan mengapa kesehatan menjadi hal yang sangat penting diperhatikan adalah karena kalau orang sehat berarti ia kuat. Lemah dan kuatnya seseorang dalam melakukan suatu ibadah tergantung pada kesehatannya. Orang yang memiliki kesehatan yang baik akan memiliki kekuatan yang lebih dari orang



yang sakit. Sedangkan orang yang kuat itu lebih disukai di sisi Allah daripada orang yang lemah sebagaimana sabda Rasulullah Saw: “Seorang mukmin yang kuat lebih baik dan lebih disayangi Allah daripada mukmin yang lemah” (HR. Muslim).

Etika Makan dalam Hadis

Masuk kedalam etika makan yang sesuai dengan hadis Rasulullah di antaranya:

1. Sebelum makan hendaknya membaca basmallah dan jika lupa hendaknya membaca “*bismillahi fi awalih wa awakhirih*”
2. Hendaknya makan dan minum sambil duduk
3. Hendaknya terlebih dahulu makan yang lebih dekat
4. Tidak meniup makanan
5. Makan menggunakan tangan kanan
6. Makan dengan tidak berlebih-lebihan
7. Hendaknya menjilati jari tangan bekas makan
8. Dan membaca makan setelah makan

Manfaat Mengikuti Etika Makan Rasulullah

Tentu saja banyak sekali manfaat yang diperoleh dengan mengikuti etika makan Rasulullah dimana hal ini bisa menunjukkan ketaatan kepada Allah dengan mencintai Rasulullah dan mengikuti segala sunnahnya, selain itu kesehatan tubuh menjadi manfaat lainnya, mulai dari terhindar dari penyakit jasmani dan juga penyakit rohani karena mengikuti etika makan yang sehat dan sesuai dengan syariat.

Kesimpulan

Firman Allah dan hadis-hadis Rasul yang berkaitan dengan kesehatan dan etika dalam makan dan minum itu sudah menjelaskan bahwa Islam itu sangat mewajibkan umatnya memiliki akhlak dalam hal apapun bahkan dalam hal makan. Beberapa ayat al-qur’an dan hadis Nabi mengantarkan Islam haruslah memiliki konsep kesehatan yang prima untuk beramal shaleh secara maksimal yang akan menghantarkannya kepada keberhasilan dunia dan akhirat. Penelitian ini diharapkan memiliki implikasi manfaat sebagai khazanah pengetahuan bagi umat muslim. Penelitian ini disadari memiliki keterbatasan khususnya dalam penyajian hadis yang berkaitan dengan etika makan dan syarah hadis tersebut sehingga dibutuhkan penelitian lebih lanjut secara lebih komprehensif, integral, dan mendalam. Penelitian ini merekomendasikan terutama bagi



para penyuluh keagamaan Islam untuk dapat memberikan pemahaman kepada umat muslim mengenai etika makan menurut hadis.

Daftar pustaka

- Ali, m. (2016). konsep makanan halal dalam tinjauan syariah dan tanggung jawab produk atas produsen industri halal. *jurnal Ahkam, Vol.XVI, NO.2, 2*.
- B, S. Z. (2009). Kajian hadis-hadis etika makan ditinjau dari aspek kesehatan. *UIN Alauddin Makasar*.
- Elkarimah, m. f. (2016). kajian al-Qur'an dan hadis tentang kesehatan jasmani dan rohani. *vol. XV, no, 1, 3*.
- Hanifah, e. (2011). *cara hidup sehat*. jakarta: PT. sarana bangun pustaka.
- Hasman, A. (2012). *rahasia kesehatan Rasulullah : mendalami gaya hidup sehat Nabi Muhammad Saw*. Jakarta: Noura books.
- Imritiyah, S. (2016). Kajian hadis-hadis adab makan dan minum perspektif ilmu kesehatan. *universitas Islam negeri Syarif hidayatullah , 30*.
- kamus besar bahasa indonesia. (t.thn.)*.
- Khuluq, h. (2010). konsep etika belajar siswa menurut AL-Ghazali. *Uin syarif hidayatullah, 27-28*.
- Kusumah, I. (2007). *Panduan Diet Ala Rasulullah .* jakarta: Qultum Media.
- Rahayu, M. (2017). pola makan menurut hadis NAbi Saw. *UIN Alauddin Makasar*.
- Rohman, a. (t.thn.). nabi sebagai seorang pemilik. *Uin sunan kalijaga, 3*.
- Sapie, M. J. (2017). konsep pola makan sehat dalam perspektif hadis menurut pengkajian sanad dan matan hadis riwayat ahmad. *Universitas islam negeri Sumatera utara*.
- Sapie, M. J. (2017). konsep pola makan sehat dalam perspektif hadis menurut pengkajian sanad dan matan hadis riwayat Ahmad. *UIN Sumatera Utara*.
- Sohrah. (2016). etika makan dalam syariat islam. *UIn Alauddin Makasar*.



Gunung Djati Conference Series, Volume 4 (2021)
Proceedings The 1st Conference on Ushuluddin Studies

ISSN: 2774-6585

Website: <https://conferences.uinsgd.ac.id/gdcs>

- sohrah. (2016). etika makan dan minum dalam pandangan syariah. *jurnal Al-Daulah Vol.5, No.1, 26.*
- sohrah. (2016). etika makan dan minum dalam pandangan syariah Islam. *UIN Alauddin Makasar.*
- Wahyudi, m. n. (2015). pola hidup sehat dalam perspektif al-Qur'an. *UIniversitas Islam Negeri walisongo, 58.*
- widjajanti, r. s. (2008). etika. *lembaga penelitian UIN Syarif Hidayatullah, 23.*
- Widjajanti, R. S. (2008). etika. *lembaga penelitian UIN Syarif Hidayatullah.*
- Y, D. F. (2016). hadis hadis tentang farmasi : sebagai kajian integratif dalam memahami hadis RAsulullah . *Batu sangkar international conference : IAIN Batu sangkar.*