

**Aplikasi Etika Makan dan Minum Mahasiswi IAIN Imam
Bonjol Padang di Kos 2a Kelurahan Anduring Kecamatan
Kuranji Kota Padang**

Sabiruddin¹

Abstrak

Ethical eating and drinking is an important thing when going to eat a meal and drink . Prophet Muhammad as a role model for human beings has been delivered through the ordinance traditions he ate and drank the good and the true . What has been delivered through the hadith of the Prophet , he also has no health menduung scientific research . However , the procedure of eating and drinking the right of this hit when its application . Some of them because as eating and drinking the wrong hard weeks to be changed . It so happens to a student who lives in a boarding IAIN 2A .

Keywords : application , ethics , eat and drink

Pendahuluan

Makanan dan minuman merupakan kebutuhan utama bagi manusia untuk kelangsungan hidup. Selain menghilangkan rasa lapar makanan juga sebagai nutrisi bagi tubuh manusia agar dapat bertahan hidup dan melakukan berbagai kegiatan .

¹Dosen pengampu mata kuliah Ilmu Dakwah pada Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi IAIN IB Padang, Mengikuti Postdoktoral di Kulliyah Multimedia and Creativiti, Kolej Universiti Insaniah, Kedah Darul Aman, Malaysia mulai 01 Januari 2010 s/d 31 Desember 2010. Memperoleh sertifikat Professor Madya

Makanan yang akan dikonsumsi oleh manusia telah diatur di dalam Islam baik dari segi halal dan haram maupun tata cara makan. Virginia Wolf mengatakan bahwa seseorang tidak dapat berpikir dengan baik, mencintai dengan baik, atau tidur dengan baik jika belum makan dengan baik. Makanan yang dimakan akan mempengaruhi fungsi otak melalui berbagai cara: makanan membantu proses pembuatan hormon yang disebut sebagai *neurotransmitter* yang meningkatkan daya ingat, konsentrasi, dan waktu (kecepatan) reaksi; makanan menyediakan energi untuk perkembangan dan perbaikan sel otak yang sehat.²

Berbicara persoalan makan dan minum tidak akan terlepas dari pembahasan etika atau tata cara makan dan minum itu sendiri. Tata cara makan merupakan bagian alamiah hidup manusia yang memberi manfaat bagi yang melakukannya.³ Rasulullah SAW telah menjelaskan mengenai tata cara makan dan minum melalui hadisnya, di antaranya:

1. Membaca basmalah sebelum makan, makan dengan menggunakan tangan kanan dan makan makanan yang terdekat.

حَدَّثَنَا عَلِيُّ بْنُ عَبْدِ اللَّهِ أَخْبَرَنَا سُفْيَانُ قَالَ الْوَلِيدُ بْنُ كَثِيرٍ أَخْبَرَنِي أَنَّهُ سَمِعَ وَهْبَ بْنَ كَيْسَانَ أَنَّهُ سَمِعَ عُمَرَ بْنَ أَبِي سَلَمَةَ يَقُولُ كُنْتُ غُلَامًا فِي حَجْرِ رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ وَكَانَتْ يَدِي تَطِيشُ فِي الصَّحْفَةِ فَقَالَ لِي رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَا غُلَامُ سَمَّ اللَّهُ وَكُلَّ بِيَمِينِكَ وَكُلَّ مِمَّا يَلِيكَ فَمَا زِلْتَ تِلْكَ تِلْكَ طَعْمَتِي بَعْدُ

Artinya, Ali bin Abdullah menceritakan kepada kami Sufyan mengabarkan kepada kami, ia berkata; Al Walid bin Katsir mengabarkan kepadaku, bahwa ia mendengar Wahb bin Kaisan bahwa ia mendengar Umar bin

²Michelle Schoffro Cook, *Detoksifikasi Otak*, Penerjemah: Dyah Catur Setianingsih, Judul Asli: *The Brain Wash: A Powerful, All Natural Program to Protect Your Brain Against Alzheimers, Chronic Fatigue Syndrom, Depression, Parkinsons, and Other Disease*, (Jakarta Barat: Akademia, 2010) h. 113-114

³ Aliah B Purwakania Hasan, *Pengantar Psikologi Kesehatan Islami*, (Jakarta: PT Raja Grafindo, 2008), h. 178

⁴ Abi Abdillah Muhammad bin Ismail bin Ibrahim bin al-Mughairah bin Bardizbah al-Bukhari al-Ja'fari, *Shahih al-Bukhari*, (Beirut: Daar al-Kutub al-Ilmiyah, 2007), h. 1010

Abu Salamah berkata; Waktu aku masih kecil dan berada di bawah asuhan Rasulullah shallallahu 'alaihi wasallam, tanganku bersileweran di nampan saat makan. Maka Rasulullah shallallahu 'alaihi wasallam bersabda: "*Wahai Ghulam, bacalah Bismilillah, makanlah dengan tangan kananmu dan makanlah makanan yang ada di hadapanmu.*" setelah itu aku makan dengan gaya tersebut.(HR. Bukhari)

2. Larangan meniup makanan dan minuman yang panas

حدثنا عبد الله حدثني أبي ثنا سفيان عن عبد الكريم عن عكرمة عن بن عباس ان شاء الله : ان النبي صلى الله عليه وسلم نهى عن أن يتنفس في الإناء أو ينفخ فيه⁵

Artinya, menceritakan kepada kami Abdullah menceritakan kepadaku bapakku menceritakan kepada kami Sufyan dari Abdul Krim dari Ikrimah dari Ibn Abbas insyaallah sesungguhnya *Nabi saw melarang bernafas di dalam gelas atau meniup isi gelas.*(HR. Ahmad bin Hanbal)

3. Larangan mencela makanan dan minuman

حَدَّثَنَا مُحَمَّدُ بْنُ كَثِيرٍ أَخْبَرَنَا سُفْيَانُ عَنِ الْأَعْمَشِ عَنْ أَبِي حَازِمٍ عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ قَالَ مَا عَابَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - طَعَامًا قَطُّ إِنْ اسْتَهَاهُ أَكَلَهُ وَإِنْ كَرِهَهُ تَرَكَ⁶.

Artinya, menceritakan kepada kami Muhammad bin Kasir, mengabarkan kepadaku Sufyan dari 'Amasy dari Abi Hazim dari Abi Hurairah, dia berkata: *Rasulullah SAW sama sekali tidak pernah mencela makanan. Jika beliau berselera untuk memakannya maka beliau memakannya, namun jika tidak maka beliau meninggalkannya.*(HR. Abu Daud)

⁵Imam Ahmad Bin Hanbal, *Musnad Ahmad bin Hanbal*, (Beirut: Dar al-Fikri), h. 277

⁶Al-Hafizh Abi Sulaiaman bin al-As'ab al- Sajistani, *Sunan Abi Daud*, (Beirut-Lebanon: Darr Kitab Ilmiah), h. 552

4. Larangan Makan dan minum sambil berdiri

حَدَّثَنَا مُحَمَّدُ بْنُ الْمُثَنَّى حَدَّثَنَا عَبْدُ الْأَعْلَى حَدَّثَنَا سَعِيدٌ عَنْ قَتَادَةَ عَنْ أَنَسٍ عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - أَنَّهُ نَهَى أَنْ يَشْرَبَ الرَّجُلُ قَائِمًا . قَالَ قَتَادَةُ فَفَلْنَا فَأَلْأَكُلُ فَقَالَ ذَلِكَ أَشْرُّ أَوْ أُخْبِتُ.⁷

Artinya, menceritakan kepada kami Muhammad bin Musanna menceritakan kepada kami Abdul ‘Ala menceritakan kepada kami Said dari Qatadah dari Anas dari Nabi saw, *sesungguhnya Nabi melarang seseorang yang minum sambil berdiri, Qatadah berkata bahwa mereka kala itu bertanya (pada Anas), “Bagaimana dengan makan (sambil berdiri)?” Anas menjawab, “Itu lebih parah dan lebih jelek.”* (HR. Muslim)

Beberapa hadis di atas merupakan tata cara makan yang telah diterangkan oleh Nabi. Prilaku makan dan minum yang salah dapat berpengaruh terhadap makan dan minuman yang akan dicerna oleh tubuh. Sebagai contoh larangan mencela makanan dan minuman. Penelitian yang dilakukan oleh seorang ilmuwan Jepang Masaru Emoto dalam eksperimennya terhadap air. Ia menemukan bahwa medan elektromagnetik dari molekul air sangat dipengaruhi oleh suara dan ada nada-nada tertentu yang bisa mempengaruhi, molekul-molekul air dan menjadikan lebih teratur.⁸ Ketika diucapkan kalimat yang baik atau ditempelkan tulisan dengan kalimat positif, maka air tersebut akan membentuk struktur kristal yang indah dan bisa memiliki daya sembuh untuk berbagai penyakit. Sebaliknya, jika diucapkan maupun ditempelkan kalimat umpatan, celaan, dan kalimat negatif lainnya, maka air tersebut akan membentuk struktur kristal yang jelek dan bisa berpengaruh negatif terhadap kesehatan. Celaan terhadap makanan yang sebagian besar mengandung unsur air akan berpengaruh terhadap struktur kristal air yang terdapat dalam makanan tersebut. Celaan terhadap makanan akan mengurangi keberkahan yang Allah

⁷Abi Husein Muslim bin al-Hujjaj al-Qusyairi an-Naisaburiy, *Shahih Muslim*, (Beirut: Daar al-Kutub al-Ilmiah), h. 804

⁸ Abdel Deam Al-Kahel, *Pengobatan Qurani Manjurnya Berobat dengan Al-quran*, (Jakarta: Amzah, 2013), h. 5-11

tebarkan dalam makanan tersebut dan sangat mungkin justru akan berdampak negatif terhadap kesehatan tubuh setelah mengkonsumsinya.⁹

Itulah di antara hikma dari apa yang disampaikan Nabi di dalam hadisnya. Mahasiswi IAIN yang berada di Kos 2a harusnya tau bagaimana tata cara makan yang telah disampaikan Nabi. Sebagai seorang muslimah juga harus menjaga setiap prilakunya termasuk perilaku ketika menyantap makanan. Akan tetapi berdasarkan pengamatan penulis mahasiswi yang berada di kos 2a kurang memperhatikan tata cara makan yang benar tersebut. Oleh karena itu penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul, **“Aplikasi Etika Makan dan Minum Mahasiswi IAIN Imam Bonjol Padang di Kos 2a Kelurahan Anduring Kecamatan Kuranji Kota Padang”**.

Metode Penelitian

Penelitian yang berjudul Aplikasi Etika Makan dan Minum Mahasiswi IAIN Imam Bonjol Padang di Kos 2a Kelurahan Anduring Kecamatan Kuranji Kota Padang . Penelitian ini merupakan penelitian lapangan (*field research*) yaitu penelitian yang dilaksanakan dengan menghimpun data dari responden atau informasi langsung didapat dari lapangan. Metode yang digunakan yaitu kualitatif, yaitu: Penelitian yang bermaksud untuk memahami fenomena tentang apa yang dialami oleh subjek penelitian misalnya perilaku, persepsi, motivasi, tindakan dan lain-lain. Secara holistik dan dengan cara deskripsi dalam bentuk kata-kata dan bahasa pada suatu konteks khusus yang alamiah dan dengan memanfaatkan berbagai metode ilmiah.¹⁰

Jenis penelitian yang digunakan adalah deskriptif diartikan sebagai prosedur pemecahan masalah yang diselidiki dengan menggambarkan atau melukiskan keadaan objek penelitian pada saat sekarang berdasarkan fakta-fakta yang tampak sebagaimana adanya dilapangan.¹¹

Hasil Penelitian

⁹ Indra Kusuma, *Diet Ala Rasulullah* (Jakarta: Qultum Media, 2007), h. 76

¹⁰ Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung: PT Remaja Rosda Karya, 2010), h. 6

¹¹ Nawawi dan Martini, *Penelitian Terapan*, (Yogyakarta: Gaja Mada University, 1996), h. 73

Berdasarkan pengamatan dan wawancara penulis dengan warga kos 2A yang berlatar belakang pendidikan agama mereka mengungkapkan hal yang beragam mengenai kebiasaan makan dan minum sambil jalan, berdiri, makan dengan menggunakan tangan kanan dan lain-lain. Wawancara dengan “SU” 23 menyatakan bahwa:

“Saya pernah makan berdiri, jalan, dan bersandar baik itu di depan umum maupun di rumah. Saya juga mengetahui bahwa hal tersebut kurang sopan namun hal tersebut telah menjadi kebiasaan dan saya lihat orang lain pun begitu.”

Wawancara dengan “FR” 25 tahun menyatakan bahwa:

“cara makan dan minum berdiri dan berjalan itu telah jadi kebiasaan saya dari kecil. Saya mengetahui dari Pesantren hal tersebut dilarang namun susah untuk merubahnya. Sampai sekarang pun saya masih seperti itu cara makan dan minumnya”.

Wawancara dengan “AU” 24 tahun menyatakan bahwa:

“Saya pernah makan dan minum berdiri, jalan, dan meniup makananan. Kemudian juga sudah menjadi kebiasaan saya ketika makan yang panas saya meniupnya terlebih dahulu biasanya karena saya buru-buru atau juga karena saya sudah terlalu lapar”.

Wawancara dengan “DP” 22 tahun menyatakan bahwa:

“Kalau tentang tata cara makan dan minum saya ya tidak jauh berbeda dengan lingkungan di sekitar berdiri, sambil jalan, apalagi bersandar hal tersebut sering saya lakukan, bisa dibilang hampir tiap hari. Saya mengetahui hal tersebut ada disampaikan Rasulullah.

Wawancara dengan “ND” 20 tahun mengungkapkan bahwa:

“Saya sering makan berdiri, jalan dan terkadang saya lupa membaca *basmallah* ketika akan makan itu sudah jadi kebiasaan saya dari kecil. Orang tua tidak pernah menegur, dan

saya mengetahui itu di larang oleh Rasulullah namun susah untuk merubah kebiasaan tersebut. Apalagi hal tersebut juga pernah saya baca di google hal tersebut juga tidak bagus untuk kesehatan tubuh”.

Wawancara dengan “WN” 19 tahun menyatakan bahwa:

“Cara saya makan pernah berdiri, makan dengan tangan kiri, dan kadang-kadang juga makan sambil berjalan. Hal itu tergantung makanan apa yang saya makan. Hal tersebut telah jadi kebiasaan dan susah untuk merubahnya. Saya mengetahui dari SMA hal tersebut tidak baik untuk kesehatan namun gimana karena kebiasaan susah untuk merubahnya.”

Wawancara dengan “IR” 23 tahun menyatakan bahwa:

“Saya kalau makan pernah berdiri, duduk, dan jalan bahkan terkadang pernah berlari karena sesuatu hal padahal saya sedang makan. Setelah itu memang terasa sakit pada bagian perut, namun setelah saya duduk hilang rasa sakit tersebut. Saya pun pernah dengar makan seperti itu di larang Rasulullah, namun karena kebiasaan dan keadaan susah untuk di perbaiki.”

Wawancara dengan “MF” 22 tahun menyatakan bahwa:

“Kebiasaan makan seperti makan sambil duduk dan tidak makan sambil berdiri, tidak makan sambil berjalan dan makanan dengan menggunakan tangan kanan telah saya lakukan sejak kecil. Karena dulu ketika saya tidak melakukan hal tersebut orang tua saya akan mengur saya. Dan sekarang banyak terasa manfaatnya bagi saya. Setidaknya saya bisa sopan dan beradab dalam makan dan minum. Akan tetapi kadang-kadang saya juga tidak mengindahkan tata cara makan tersebut karena beberapa hal, seperti terburu-buru atau ikut-ikutan teman”.

Kesimpulan

Dari beberapa penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa tata cara makan mahasiswi IAIN yang berada di kos 2a masih kurang menjalankan tata cara makan yang disampaikan Nabi melalui hadisnya. Hal ini disebabkan karena kebiasaan mereka

makan dan minum dengan tata cara yang salah tersebut. Selain itu tidak ada yang menegur mereka ketika melakukan hal tersebut. Walaupun terkadang mereka tahu bahwa tata cara makan yang benar telah disampaikan Nabi akan tetapi karena pengaruh di sekitar mereka atau kebiasaan mereka yang sulit diubah tersebut membuat mereka meninggalkan apa yang telah dituntun Nabi di dalam hadisnya.

Daftar Kepustakaan

- Cook, Michelle Schoffro, (2010), *Detokfikasi Otak*, Penerjemah: Dyah Catur Setianingsih, Judul Asli: *The Brain Wash: A Powerfull, All Natural Program to Protect Your Brain Againts Alzheimers, Chronic Fatigue Syndrom, Depression, Parkinsons, and Other Disease*, Jakarta Barat: Akademia
- Hanbal, Imam Ahmad bin , (t.th), *Musnad Ahmad bin Hanbal*,(Beirut: Dar al-Fikr
- Hasan, Aliah B Purwakaniania , (2008), *Pengantar Psikologi Kesehatan Islami*, Jakarta: PT Raja Grafindo
- Al-Ja'fari, Abi Abdillah Muhammad bin Ismail bin Ibrahim bin al-Mughairah bin Bardizbah al-Bukhari , *Shahih al-Bukhari*, (Beirut: Daar al-Kutub al-Ilmiyah, 2007),
- Al-Kahel, Abdel Deam, (2013), *Pengobatan Qurani Manjurnya Berobat dengan Al-quran*, Jakarta: Amzah
- Kusuma , Indra, (2007), *Diet Ala Rasulullah*, Jakarta: Qultum Media
- Lajnah Pentashihan Mushaf Alquran, (2009), *Kesehatan dalam Perspektif Alquran, Tafsir Alquran Tematik*, Jakarta: Lajnah Pentashihan Mushaf Alquran, cet I
- Moleong, (2010), *Metode Penelitian Kualitatif*, Bandung: PT Remaja Rosda Karya
- Nawawi dan Martini, (1996), *Penelitian Terapan*, Yogyakarta: Gaja Mada University
- An-Naisaburiy, Abi Husein Muslim bin al-Hujjaj al-Qusyairi *Shahih Muslim*, Beirut: Daar al-Kutub al -Ilmiah
- Al- Sajistani, Al-Hafizh Abi Sulaiaman bin al-As'ab, (t.th), *Sunan Abi Daud*, Beirut-Lebanon: Darr Kitab Ilmiah.