






Bandar Seri Putra, 43000, Bangi, Selangor (Darul Ehsan), Malaysia
603-8911 7167 +603-8925 4402
info@uis.edu.my
https://al-irsyad.uis.edu.my/index.php/alirsyad



Hubung Kait Pemakanan Halal dan Kesucian Hati: Kajian Hadis Keenam dalam Kitab *al-Arba'īn al-Nawawiyyah* Karya Imam al-Nawawī (631-676 H.)


The Relationship Between Halal Nutrition and Purification of the Heart: A Study of The Sixth Hadith in al-Arba'īn al-Nawawiyyah by Imam al-Nawawī (631-676 AH)

Abdul Mukti Baharudin , Hajah Makiah Tussaripah Jamil  , &
Mustapa Khamal Rokan  

To cite this article:

Baharudin, A. M., Jamil, H. M. T., & Rokan, M. K. (2025). Hubung kait pemakanan halal dan kesucian Hati: Kajian hadis keenam dalam kitab *al-Arba'īn al-Nawawiyyah* karya imam al-Nawawī (631-676 H.). *Al-Irsyad: Journal of Islamic and Contemporary Issues*, 10(2), 1546-1558. <https://doi.org/10.53840/alirsyad.v10i2.543>

To link this article:

 <https://doi.org/10.53840/alirsyad.v10i2.543>

Full Terms & Conditions of access and use can be found at:



<https://al-irsyad.uis.edu.my/index.php/alirsyad/open>



Published online: 13 December 2025



Submit your article to this journal:

<https://al-irsyad.uis.edu.my/index.php/alirsyad/about/submissions>



View related articles:

<https://al-irsyad.uis.edu.my/index.php/alirsyad/issue/archive>

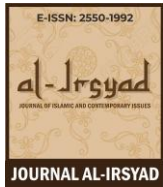


Disclaimer

The views expressed in this article are those of the author. *Al-Irsyad: Journal of Islamic and Contemporary Issues* shall not be liable for any loss, damage or other liability caused by / arising from the use of the contents of this article.

This is an open access article under the CC BY-NC license.








Bandar Seri Putra, 43000, Bangi, Selangor (Darul Ehsan), Malaysia
603-8911 7167 +603-8925 4402
info@uis.edu.my
https://al-irsyad.uis.edu.my/index.php/alirsyad

Vol. 10, No. 2, (December, 2025)

Hubung Kait Pemakanan Halal dan Kesucian Hati: Kajian Hadis Keenam dalam Kitab *al-Arba'īn al-Nawawīyyah* Karya Imam al-Nawawī (631-676 H.)



[The Relationship Between Halal Nutrition and Purification of the Heart: A Study of The Sixth Hadith in al-Arba'īn al-Nawawīyyah by Imam al-Nawawī (631-676 AH)]

Abdul Mukti Baharudin ^{1*}, Hajah Makiah Tussaripah Jamil  ²,
& Mustapa Khamal Rokan  ³

¹ Fakulti Pengajian Peradaban Islam, Universiti Islam Selangor (UIS), Bandar Seri Putra, 43000 Kajang, Selangor, MALAYSIA.

² Akademi Pengajian Islam Kontemporari (ACIS), Universiti Teknologi Mara (UiTM) Cawangan Negeri Sembilan Kampus Seremban, Persiaran Seremban Tiga 1, Seremban 3, 70300 Seremban, Negeri Sembilan, MALAYSIA.

³ Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan, Jl. William Iskandar Ps. V, Medan Estate, Kec. Percut Sei Tuan, Kabupaten Deli Serdang, Sumatera Utara 20371, INDONESIA.

* Corresponding Author: Abdul Mukti Baharudin. Jabatan Al-Quran dan Al-Sunnah, Fakulti Pengajian Peradaban Islam, Universiti Islam Selangor (UIS), MALAYSIA.  abdulmukti@uis.edu.my.  (+60) 18-290 5114.

Keywords:

Ḥalāl Nutrition, Purification of the Heart, *Shubhah*, Spiritual Development

ABSTRACT

This study aimed to analyse the relationship between *ḥalāl* nutrition and the purification of the heart, derived from the sixth hadith in the book of *al-Arba'īn al-Nawawīyyah* by imam al-Nawawī. The hadith emphasizes that the purity of the heart is closely linked to one's intake of lawful sources of sustenance, known as *ḥalāl*, and avoiding prohibited (*ḥarām*) and doubtful (*shubhah*) matters. The level of purity within the heart determines the quality of a person's actions and behaviours, manifested through the body parts, such as the eyes, ears, tongue, genitals, hands and feet. This study adopted a qualitative methodology, employing content analysis of the hadith text, and references to commentaries by hadith and Sufism scholars. The findings indicated that *ḥalāl* nutrition has a direct impact on the development of spiritual integrity, moral discipline, and the acceptance of one's deeds in the sight of Allah. On the other hand, the consumption of non-*ḥalāl* sustenance and involvement in *shubhah* matters are the major contributors to the hardening of the heart and the rejection of good deeds. This study emphasized that attentiveness to the aspects of *ḥalāl*, *ḥarām*, and *shubhah*, especially in matters of nutrition, is not merely a question of fiqh rulings, but carries profound implications for a Muslim's spiritual development and moral conduct.

Contribution: This study contributes to the consolidation of thematic hadith (*mawḍū'i*) scholarship by highlighting the practical

interplay between the principles of *ḥalāl* and *ḥarām*, and the spiritual purification of the heart.

Kata Kunci:

Pemakanan Halal, Kesucian Hati, Syubhah, Pembangunan Spiritual

ABSTRAK

Kajian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan kait antara pemakanan halal dan kesucian hati berdasarkan hadis keenam dalam kitab *al-Arbaʿīn al-Nawawīyyah* oleh imam al-Nawawī. Hadis tersebut menekankan bahawa kebersihan hati berkait rapat dengan pengambilan sumber rezeki yang halal dan menghindari daripada perkara yang haram dan syubhah. Tahap kesucian hati pula akan menatijahkan tahap tindak tanduk dan perilaku seseorang menerusi anggota-anggota badannya seperti mata, telinga, lidah, kemaluan, tangan dan kakinya. Kajian ini menggunakan pendekatan kualitatif menerusi analisis kandungan terhadap teks hadis serta rujukan kepada syarah dan ulasan ulama hadis dan ulama tasawuf. Hasil kajian menunjukkan bahawa pemakanan halal memberi kesan langsung terhadap pembentukan integriti rohani, kestabilan akhlak dan penerimaan amal di sisi Allah SWT. Sebaliknya, pemakanan yang tidak halal dan penglibatan dalam perkara syubhah, menjadi faktor utama kepada kekerasan hati dan penolakan terhadap amal kebaikan yang dilakukan. Kajian ini menegaskan bahawa keprihatinan terhadap aspek halal, haram dan syubhah, khususnya dalam pemakanan bukan hanya berkait dengan hukum fikah semata-mata, tetapi ia juga akan menghasilkan implikasi yang mendalam terhadap pembangunan spiritual seorang Muslim dan tingkah lakunya.

Sumbangan: Kajian ini menyumbang kepada pengukuhan disiplin hadis tematik (*mawḍūʿī*) dengan menonjolkan hubungan praktikal antara halal-haram dan penyucian hati.

ARTICLE HISTORY

Received: September 01, 2025
Revised: November 14, 2025
Accepted: November 21, 2025
Available Online: December 13, 2025
Published: December 19, 2025

This is an open access article under the CC BY-NC license.



To cite this article:

Baharudin, A. M., Jamil, H. M. T., & Rokan, M. K. (2025). Hubung kait pemakanan halal dan kesucian Hati: Kajian hadis keenam dalam kitab *al-Arbaʿīn al-Nawawīyyah* karya imam al-Nawawī (631-676 H.). *Al-Irsyad: Journal of Islamic and Contemporary Issues*, 10(2), 1546-1558. <https://doi.org/10.53840/alirsyad.v10i2.543>

I. PENDAHULUAN

Pemakanan merupakan aspek penting dalam kehidupan seorang Muslim yang bukan sahaja memberi kesan kepada kesihatan fizikal, malah turut mempengaruhi kesejahteraan rohani. Islam tidak hanya menetapkan garis panduan tentang jenis makanan yang dibenarkan, tetapi juga menekankan aspek keberkatan dan kesucian sumber rezeki yang dinikmati. Dalam konteks ini, pemakanan yang halal dan *ṭayyib* (baik) dilihat sebagai satu bentuk ibadah yang mempunyai kesan langsung terhadap pembentukan akhlak, penyucian hati dan penerimaan ibadah seseorang hamba oleh Tuhannya. Islam adalah agama yang mempunyai garis panduan pemakanan tersendiri dengan meletakkan garis panduan pemakanan Islam yang tertakluk kepada konsep halal dan haram (Syed Omar, Abdul Karim, & Jamaludin, 2017).

Hadis keenam dalam *al-Arbaʿīn al-Nawawīyyah* karya Imam al-Nawawī menjadi salah satu dalil utama yang menghubungkan antara pemakanan dan kesan rohaninya. Dalam hadis ini, Rasulullah SAW menjelaskan keadaan seorang lelaki dalam perusafiran yang berdoa dalam keadaan penuh pengharapan, namun doanya

tidak diterima kerana sumber makanannya adalah haram. Hadis ini memberikan gambaran yang jelas bahawa makanan haram atau syubhat bukan sahaja merosakkan fizikal tubuh, malah merosakkan hati dan spritual serta menutup pintu penerimaan doa seseorang.

Kajian terhadap hadis keenam ini sering bersifat deskriptif dan syarah tradisional, namun belum menonjolkan hubungan praktikal antara konsep halal-haram dengan kesucian hati dalam konteks pembangunan spiritual Muslim kontemporari. Oleh itu, kajian ini menilai secara kritikal dimensi hadis ini melalui gabungan perspektif hadis dan tasawuf.

Kajian ini bertujuan untuk meneliti secara mendalam maksud dan implikasi hadis keenam tersebut, dengan memberi fokus khusus terhadap hubungan pemakanan halal dengan penyucian hati menurut perspektif Islam dan tasawuf. Kajian ini juga ingin menekankan kepentingan pemakanan yang halal dalam konteks pembangunan rohani individu muslim dan hubungannya dengan Allah SWT.

2. BIODATA IMAM AL-NAWAWI

Imam Muhy al-Din Abū Zakariyyah Yahyā ibn Sharaf al-Nawawī (631-676H/1233–1277M) adalah seorang tokoh ulama besar dalam sejarah Islam yang memberikan impak mendalam terhadap tradisi keilmuan, khususnya dalam bidang fiqh dan hadis (Prasetyo, 2023). Walaupun hayatnya singkat, beliau dikenang sebagai simbol ketekunan ilmiah, keikhlasan beragama dan keberanian moral dalam menghadapi cabaran politik serta sosial pada zamannya (Nikmah, 2018).

Dilahirkan di kampung Nawā berhampiran Damsyik, Syria, Imam al-Nawawī berasal dari keluarga sederhana yang mementingkan nilai kesolehan dan pendidikan agama. Sejak kecil, beliau menunjukkan kecenderungan yang kuat terhadap ilmu, menghafal al-Quran sebelum mencapai baligh, dan menolak hiburan kanak-kanak yang melalaikan. Latar belakang ini dibincangkan dalam kajian-kajian tentang pemikiran dan pengaruh al-Nawawī. Pendidikan awalnya berlangsung di madrasah di Damsyik, di mana beliau mendalami fiqh Syafii, hadis, tafsir, dan bahasa Arab; ketekunan beliau dalam menuntut ilmu menjadikan namanya segera menonjol dalam kalangan ulama sezaman (Amir, 2021).

Imam al-Nawawī dikenali sebagai tokoh utama dalam mazhab Syafii dan menghasilkan karya-karya monumental yang menjadi rujukan utama hingga kini, termasuk *al-Majmū' Sharh al-Muḥadḍhab*, *Riyāḍ al-Ṣāliḥīn* dan *al-Arba'īn al-Nawawīyyah*. Karya-karya ini telah dianalisis dari pelbagai sudut sebagai rujukan fiqh dan bahan pengajian hadis. Khususnya, *al-Majmū'* merupakan ensiklopedia fiqh Syafii, manakala *Riyāḍ al-Ṣāliḥīn* dan *al-Arba'īn al-Nawawīyyah* adalah teks popular dalam pendidikan hadis (Arofik, 2025). Selain ketokohan ilmiah, imam al-Nawawī terkenal dengan gaya hidup zuhud dan sederhana. Beliau menolak jawatan rasmi dan kemewahan hidup, memilih jalan ilmu dan ibadah sebagai teras kehidupannya. Keberanian beliau menegur pemerintah dalam situasi ketidakadilan menunjukkan integriti beliau sebagai ulama yang tidak tunduk kepada kuasa politik (Amir, 2021).

Imam al-Nawawī wafat pada tahun 676 H./1277 M. di kampung kelahirannya, Nawā, pada usia 45 tahun. Walaupun hayatnya singkat, pengaruh ilmiahnya adalah besar dan berpanjangan; karya-karya beliau terus diadakan sebagai teks rujukan dalam madrasah, universiti, dan institusi Islam di seluruh dunia, termasuk kajian yang menilai kepopularan dan kegunaan *al-Arba'īn* dan *Riyāḍ al-Ṣāliḥīn* dalam konteks pengajaran hadis moden (Muntakhib, 2017).

Analisis biodata imam al-Nawawī menegaskan bahawa beliau merupakan tokoh ulama abad ke-7 H. yang menonjol dalam fiqh dan hadis, dengan gabungan ketekunan ilmiah, kesederhanaan hidup, dan keberanian moral yang menjadikannya model ulama yang berakhlak tinggi dan berpengaruh dalam sejarah Islam (Al Qurtuby, 2021). Legasi beliau bukan sahaja mencerminkan keluasan ilmu, tetapi juga kesan transformatif terhadap masyarakat dan tradisi keilmuan Islam, sebagaimana ditegaskan oleh kajian yang mengaplikasikan kandungan *al-Arba'īn* dan *Riyāḍ al-Ṣāliḥīn* kepada pendidikan hadis kontemporari (Muntakhib, 2017).

3. HADIS KEENAM DARIPADA AL-ARBA'ĪN AL-NAWAWIYYAH

Hadis keenam dalam *al-Arba'īn al-Nawawīyyah* menekankan prinsip halal dan haram serta wilayah syubhat, yang menjadi asas etika Islam dalam kehidupan seharian. Ia mengajarkan bahawa kejelasan hukum mesti diutamakan, sementara keraguan harus dielakkan demi menjaga agama dan maruah. Berikut teks hadis keenam dalam *al-Arba'īn al-Nawawīyyah*:

عَنْ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ التُّعْمَانِيِّ بْنِ بَشِيرٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ: سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَقُولُ: إِنَّ الْخَلَالَ بَيْنَ وَإِنَّ الْحَرَامَ بَيْنَ وَبَيْنَهُمَا أُمُورٌ مُشْتَبِهَاتٌ لَا يَعْلَمُهُنَّ كَثِيرٌ مِنَ النَّاسِ، فَمَنْ اتَّقَى الشُّبُهَاتِ فَقَدْ اسْتَبْرَأَ لِدِينِهِ وَعِرْضِهِ، وَمَنْ وَقَعَ فِي الشُّبُهَاتِ وَقَعَ فِي الْحَرَامِ كَالرَّاعِي يَرْعَى حَوْلَ الْحِمَى يُوشِكُ أَنْ يَقَعَ فِيهِ. أَلَا وَإِنَّ لِكُلِّ مَلِكٍ حِمَى. أَلَا وَإِنَّ حِمَى اللَّهِ مَحَارِمُهُ، أَلَا وَإِنَّ فِي الْجَسَدِ مُضْغَةً إِذَا صَلَحَتْ صَلَحَ الْجَسَدُ كُلُّهُ وَإِذَا فَسَدَتْ فَسَدَ الْجَسَدُ كُلُّهُ أَلَا وَهِيَ الْقَلْبُ.

[Al-Bukhārī, *Kitāb al-Īmān, Bāb Faḍl Man Istabra li Dīnih*, No. Hadis 52]

Maksudnya:

“Daripada Abū ‘Abdullah al-Nu‘mān ibn Bashīr RA berkata, “Aku mendengar Rasulullah SAW bersabda: “Sesungguhnya yang halal itu jelas dan yang haram itu juga jelas, dan di antara keduanya terdapat perkara-perkara yang tidak jelas (syubhat), yang tidak diketahui oleh banyak orang. Barangsiapa yang meninggalkan perkara-perkara syubhat dia telah mencari kebebasan untuk agamanya (dari sudut kekurangan) dan kehormatan dirinya (dari aib dan cela), dan barangsiapa yang terjatuh dalam perkara-perkara syubhat dia telah terjatuh dalam perbuatan haram, bagaikan seorang gembala yang menggembala (ternaknya) di sekitar daerah terlarang yang hampir saja dia terjerumus ke dalamnya. Ingatlah, bahawa sesungguhnya setiap raja memiliki daerah terlarang, dan ingatlah bahwa sesungguhnya daerah terlarang Allah SWT adalah perkara-perkara yang diharamkan-Nya. Ingatlah, bahawa di dalam tubuh terdapat segumpal daging; jika baik, maka seluruh tubuh menjadi baik dan jika rosak, maka seluruh tubuh menjadi rosak pula, iaitu hati”.”

Hadis ini diriwayatkan oleh Abū ‘Abdullah al-Nu‘mān ibn Bashīr RA, seorang sahabat Nabi yang termasuk dalam kalangan perawi yang dipercayai (*thiqah*). Beliau adalah dari kabilah Ansar suku Khazraj. Bapanya Bashīr dan ibunya (saudara ‘Abdullah ibn Rawāḥah) adalah sahabat. Beliau merupakan bayi pertama yang lahir dari kalangan Ansar selepas kedatangan Nabi SAW ke Madinah. Ketika Baginda SAW wafat, beliau berumur lapan tahun tujuh bulan. Beliau telah meriwayatkan 14 hadis. Beliau meninggal pada tahun 64 atau 65 atau 66 H. ketika berumur 64 tahun (*‘Abd al-Laṭīf al-Jurdānī; Mustafa, 2018*).

Riwayat hadis ini dapat ditemukan di dalam kitab-kitab hadis utama seperti *Ṣaḥīḥ al-Bukhārī* (no. 52) dan *Ṣaḥīḥ Muslim* (no. 1599). Ini menjadikannya sebuah hadis *muttafaqun ‘alaih* yakni disepakati kesahihannya oleh dua imam hadis utama. Tambahan pula, hadis ini dimasukkan dalam kitab *al-Arba‘īn an-Nawawīyah* dan diberi perhatian oleh ramai ulama hadis dan fiqh seperti *Ibn Rajab al-Ḥambalī (1998)* di dalam kitabnya *Jāmi‘ al-‘Ulūm wa al-Ḥikam*, *Ibn Daqīq al-‘īd (t.th.)* di dalam kitabnya *Sharḥ al-Arba‘īn Ḥadīthan al-Nawawīyah*, *Shihāb al-Dīn Aḥmad (2023)* di dalam kitabnya *Sharḥ al-Arba‘īn al-Nawawīyah*, dan *‘Abd al-Laṭīf al-Jurdānī (2015)* dalam kitabnya *Al-Jawāhir al-Lu‘lu‘īyah fī Sharḥ Al-Arba‘īn al-Nawawīyah*. Manakala dari segi sanad dan darjatnya, hadis ini adalah sahih dan boleh dijadikan hujah dalam semua cabang ilmu Islam.

4. PEMAKANAN MENURUT PERSPEKTIF ISLAM

Menurut *Kamus Dewan Bahasa Edisi Keempat*, pemakanan bermaksud jenis-jenis makanan yang lazimnya dimakan atau ditentukan untuk dimakan, pilihan jenis-jenis makanan seseorang dan perbuatan (proses) makan (*Baharom et al., 2017*). Merujuk kepada definisi ini, dapat difahami bahawa pemakanan dan makanan amat berkait rapat dengan perut yang menjadi tempat pemprosesan makanan, lalu memberi kesan kepada jasmani dan rohani.

Dari perspektif Islam, penjagaan jasmani dan rohani individu muslim itu amat penting dan perlu diberikan perhatian. Bahkan penjagaan dari sudut rohani dan spritual begitu dititik beratkan. Menurut Islam, penjagaan kedua-duanya mempunyai hubungan yang rapat dengan perut yang menjadi tempat pemprosesan makanan. Oleh itu, Islam menetapkan piawaian untuk diet dan pemakanan yang mengikut syarak. Ini dinyatakan oleh Allah SWT di dalam firman-Nya, surah al-Baqarah [2] ayat 172:

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

Maksudnya:

“Wahai orang-orang yang beriman! Makanlah dari benda-benda yang baik (yang halal) yang telah Kami berikan kepada kamu, dan bersyukurlah kepada Allah, jika betul kamu hanya beribadat kepadanya.”

Ayat ini bukan sahaja menetapkan peraturan halal tetapi juga unsur *tayyib*, yang termasuk etika pemakanan, kesihatan dan kebersihan. Ilmu fiqah dan tasawuf banyak membincangkan tentang garis panduan untuk menentukan makanan yang halal dan haram (Al-Khin, al-Bugho, & Asy-Syarbaji, 2005). Terdapat bab tertentu dalam fiqah yang membincangkan perkara yang dianggap halal dan haram, dan ia berasaskan beberapa firman Allah SWT, antaranya dalam surah al-An'am [6] ayat 145:

﴿قُلْ لَا أَجِدُ فِي مَا أُوحِيَ إِلَيَّ مُحَرَّمًا عَلَى طَاعِمٍ يَطْعَمُهُ إِلَّا أَنْ يَكُونَ مَيْتَةً أَوْ دَمًا مَسْفُوحًا أَوْ لَحْمَ خِنزِيرٍ فَإِنَّهُ رِجْسٌ أَوْ فِسْقًا أُهِلَّ لِغَيْرِ اللَّهِ بِهِ فَمَنْ اضْطُرَّ غَيْرَ بَاغٍ وَلَا عَادٍ فَإِنَّ رَبَّكَ غَفُورٌ رَحِيمٌ ﴿١٤٥﴾﴾

Maksudnya:

“Katakanlah (wahai Muhammad): “Aku tidak dapati dalam apa yang telah diwahyukan kepadaku, sesuatu yang diharamkan bagi orang yang hendak memakannya melainkan kalau benda itu bangkai, atau darah yang mengalir, atau daging babi - kerana sesungguhnya ia adalah kotor - atau sesuatu yang dilakukan secara fasik, iaitu binatang yang disembelih atas nama yang lain dari Allah SWT.” Kemudian sesiapa yang terpaksa (memakannya kerana darurat) sedang ia tidak menginginkannya dan tidak melampaui batas, maka sesungguhnya Tuhan mu Maha Pengampun, lagi Maha Mengasihani.”

Begitu juga dalam surah al-'Arāf [7] ayat 157:

﴿الَّذِينَ يَتَّبِعُونَ الرَّسُولَ النَّبِيَّ الَّذِي يَجِدُونَهُ مَكْتُوبًا عِنْدَهُمْ فِي التَّوْرَةِ وَالْإِنْجِيلِ يَأْمُرُهُمْ بِالْمَعْرُوفِ وَيَنْهَاهُمْ عَنِ الْمُنْكَرِ وَيُحِلُّ لَهُمُ الطَّيِّبَاتِ وَيُحَرِّمُ عَلَيْهِمُ الْخَبَائِثَ وَيَضَعُ عَنْهُمْ إِصْرَهُمْ وَالْأَغْلَالَ الَّتِي كَانَتْ عَلَيْهِمْ فَاَلَّذِينَ ءَامَنُوا بِهِ وَعَزَّرُوهُ وَنَصَرُوهُ وَاتَّبَعُوا النُّورَ الَّذِي أُنزِلَ مَعَهُ أُولَئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ ﴿١٥٧﴾﴾

Maksudnya:

“Iaitu orang-orang yang mengikut Rasulullah (Muhammad SAW) Nabi yang Ummi, yang mereka dapati tertulis (namanya dan sifat-sifatnya) di dalam Taurat dan Injil yang ada di sisi mereka. Ia menyuruh mereka dengan perkara-perkara yang baik, dan melarang mereka daripada melakukan perkara-perkara yang keji; dan ia menghalalkan bagi mereka segala benda yang baik, dan mengharamkan kepada mereka segala benda yang buruk; dan ia juga menghapuskan dari mereka beban-beban dan belenggu-belenggu yang ada pada mereka. Maka orang-orang yang beriman kepadanya, dan memuliakannya, juga menolongnya, serta mengikut nur (cahaya) yang diturunkan kepadanya (Al-Quran), mereka itulah orang-orang yang berjaya.”

Manakala di sudut ilmu tasawuf, penjagaan diri dalam perkara halal dan haram amat diberikan perhatian. Ini dapat dilihat menerusi karya-karya yang dihasilkan oleh ulama-ulama tasawuf seperti dalam kitab *Ihyā' 'Ulūm al-Dīn* oleh imam al-Ghazālī (1999), *Sayr al-Sālikin ilā 'Ibādati Rabbi al-'Ālamīn* oleh 'Abd al-Ṣamad al-Falimbānī (Al-Falimbānī, 2002), *Nasihat Agama dan Wasiat Iman* oleh Habib Abdullah Haddad (Abdullah, 2004), serta *Bab Perut*, seperti dalam *Penawar Bagi Hati* oleh 'Abd al-Qādir ibn 'Abd al-Muṭalib al-Mandilī (Al-Mandilī, 2021).

Perbincangan tentang halal haram pemakanan dalam ilmu fiqah dan tasawuf ini menunjukkan bahawa konsep pemakanan Islam melibatkan bukan sahaja kebersihan fizikal makanan itu, tetapi mengutamakan kebenaran syarak dan penjagaan serta kesejahteraan hati. Menurut syarak, pemakanan yang halal bukan sahaja termasuk jenis makanan, tetapi juga cara makanan tersebut diperolehi dan disediakan, termasuklah sumber kewangan untuk memperolehi makanan tersebut, teknik penyembelihan haiwan, dan kebersihan bahan dan tempat penyediaan makanan. Firman Allah SWT di dalam surah al-Baqarah [2] ayat 188:

﴿وَلَا تَأْكُلُوا أَمْوَالَكُمْ بَيْنَكُمْ بِالْبَاطِلِ وَتُدْلُوا بِهَا إِلَى الْحُكَّامِ لِتَأْكُلُوا فَرِيقًا مِّنْ أَمْوَالِ النَّاسِ بِالْإِثْمِ وَأَنْتُمْ تَعْلَمُونَ ﴿١٨٨﴾﴾

Maksudnya:

“Dan janganlah kamu makan (atau mengambil) harta (orang-orang lain) di antara kamu dengan jalan yang salah, dan jangan pula kamu menghulurkan harta kamu (memberi rasuah) kepada hakim-hakim kerana hendak memakan (atau mengambil) sebahagian dari harta manusia dengan (berbuat) dosa, padahal kamu mengetahui (salahnya).”.

dan surah al-Nisā' [4] ayat 10:

﴿إِنَّ الَّذِينَ يَأْكُلُونَ أَمْوَالَ الْيَتَامَىٰ ظُلْمًا إِنَّمَا يَأْكُلُونَ فِي بُطُونِهِمْ نَارًا وَسَيَصْلَوْنَ سَعِيرًا﴾

Maksudnya:

“Sesungguhnya orang-orang yang memakan harta anak-anak yatim secara zalim, sebenarnya mereka itu hanyalah menelan api ke dalam perut mereka; dan mereka pula akan masuk ke dalam api neraka yang menyala-nyala.”

Selain itu, Islam juga menitikberatkan penganutnya agar berhati-hati dengan perkara syubhah. Menurut *al-Bughā dan Mistā* (2013), syubhat bermaksud perkara yang menimbulkan persoalan kerana hukum halal dan haramnya tidak jelas. Syubhah bermaksud sesuatu perkara, khususnya pemakanan, jika tidak diketahui statusnya sama ada halal atau haram, hendaklah di jauhi dan dielakkan kerana dibimbangi akan menjerumuskan seseorang itu kepada perkara yang haram.

Makanan halal adalah asas penerimaan ibadah. Jika makanan diperoleh melalui cara yang haram, seperti penipuan atau riba, ia akan menjejaskan hubungan rohani seseorang dengan Allah SWT dan menghalang mereka daripada menjalani kehidupan yang baik. Hadis Nabi SAW turut menjelaskan daripada ‘Abd al-Rahmān ibn Samurah RA:

... يَا عَبْدَ الرَّحْمَنِ إِنَّ اللَّهَ أَبِي عَلَيَّ أَنْ يُدْخِلَ الْجَنَّةَ لَحْمًا نَبَتَ مِنْ سُحْتٍ فَالْتَّارُ أَوْلَىٰ بِهِ .

[Al-Hākim, *Kitāb al-Aṭ-ṭimat, Lā Yadhkhul al-Jannat Laḥma Nabata min Sūht*, No. Hadis 7244, Sahih]

Maksudnya:

“... Wahai ‘Abd al-Rahmān, sesungguhnya Allah SWT enggan ke atasku untuk memasuki syurga daging manusia tumbuh dari benda yang haram kecuali neraka lebih berhak untuknya.”

Berdasarkan nas-nas dari al-Quran dan hadis di atas, dapat disimpulkan bahawa Islam sangat mengambil berat tentang pemilihan makanan halal, menjauhi makanan haram dan mengelakkan diri daripada yang syubhah. Ini kerana pemakanan bukan sekadar keperluan fizikal, bahkan ia juga berkaitan dengan kerohanian, ibadah, kesihatan, dan pembentukan akhlak seseorang Muslim. Ia akan membentuk seseorang yang sihat secara fizikal dan rohani. Oleh itu, memilih makanan yang halal dan baik adalah amanah dan ibadah yang mesti dipenuhi untuk kesejahteraan dunia dan akhirat.

5. HATI DAN TASAWUF

Hati atau dalam bahasa Arabnya disebut dengan *qalb* (قلب), yang berasal dari akar kata *قَلَبَ - يَقْلِبُ - قَلْبًا* bermaksud membalikkan, menukar atau berpusing (*Maḥy al-Dīn*, 1999). *Al-Asfahānī* (2020) dalam *al-Mufradāt fī Gharīb al-Qur’ān* menyatakan:

القلب: تقليب الشيء تغييره من حال إلى حال

“*Qalb* adalah menukar atau membalikkan sesuatu, mengubahnya dari satu keadaan ke keadaan yang lain.”

Dinamakan hati dengan *qalb* kerana ia mudah berubah, berbolak-balik antara iman dan kufur antara baik dengan buruk dan juga boleh terpengaruh dengan bisikan, niat, atau keinginan, sama ada ilham dari Allah SWT atau was-was dari syaitan. Perkara ini dinyatakan oleh Nabi SAW di dalam suatu hadis:

عَنْ شَهْرِ بْنِ حَوْشَبٍ قَالَ قُلْتُ لِأُمِّ سَلَمَةَ يَا أُمَّ الْمُؤْمِنِينَ مَا كَانَ دُعَاءَ رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ إِذَا كَانَ عِنْدَكَ قَالَتْ كَانَ أَكْثَرَ دُعَائِهِ يَا مُقَلِّبَ الْقُلُوبِ ثَبِّتْ قَلْبِي عَلَى دِينِكَ قَالَ يَا أُمَّ سَلَمَةَ إِنَّهُ لَيْسَ آدَمِيٌّ إِلَّا وَقَلْبُهُ بَيْنَ أُصْبُعَيْنِ مِنْ أَصَابِعِ اللَّهِ فَمَنْ شَاءَ أَقَامَ وَمَنْ شَاءَ أَرَاغَ فَتَلَا مُعَاذَ رَبِّنَا لَا تُرِغْ قُلُوبَنَا بَعْدَ إِذْ هَدَيْتَنَا

[Al-Tirmidhī, *Kitāb al-Da’awāt. Bāb Minh*, No. Hadis 3522, *Ḥasan*]

Maksudnya:

“Daripada Shahr ibn Hawshab berkata: “Aku pernah bertanya kepada Ummu Salamah RA: “Wahai Ummu Mukminin! Apakah doa Rasulullah SAW yang paling banyak apabila Baginda SAW di sisi engkau?” Beliau menjawab: “Doa Baginda SAW yang paling banyak adalah: “Wahai Tuhan yang membolak-balikkan hati, tetapkanlah hatiku di atas agama-Mu.” Ummu Salamah RA berkata: “Aku pernah berkata kepada Rasulullah SAW: “Wahai Rasulullah! Betapa sering engkau berdoa: “*يَا مُقَلِّبَ الْقُلُوبِ ثَبِّتْ قَلْبِي عَلَى دِينِكَ*”. Lalu Baginda SAW menjawab: “Wahai Ummu Salamah! Sesungguhnya tidak ada seorang anak Adam pun melainkan hatinya berada di dalam genggaman kekuasaan Allah SWT. Barang siapa yang Allah SWT kehendaki, maka Dia akan meluruskannya dan barang siapa yang Allah SWT kehendaki, maka Dia akan membelokkannya.” Lalu Mu’adh membaca: “Ya Allah, Zat yang membolak-balikkan hati, tetapkan hatiku di atas agama-Mu”.”

Manakala dari segi istilah, hati bukan hanya merujuk kepada organ fizikal sahaja, tetapi sebagai pusat rohani, kesedaran, spiritual dan akhlak dalam diri manusia. Para ulama telah menghuraikan makna dan fungsi *qalb* dalam pelbagai dimensi. Di antaranya ialah menurut al-Ghazālī (1999), hati (*qalb*) terbahagi kepada dua, iaitu:

- i. *Qalb ḥissī* (secara fizikal): Organ yang terletak dalam dada, iaitu jantung. Ini adalah *qalb* yang boleh dilihat dan disentuh.
- ii. *Qalb ma'nawī* (secara maknawi): Merujuk kepada entiti halus yang mempunyai keupayaan untuk memahami, berfikir, mengetahui, mencintai dan mengenal Allah SWT. Inilah hakikat *qalb* yang sebenar menurut al-Ghazālī.

Manakala menurut al-Mandīlī (2021), *qalb* mempunyai dua makna:

- i. *Qalb* jasmani: Daging yang diletakkan di dalam dada sebelah kiri yang menyerupai jantung pisang dan di dalamnya ada lubang dan di dalam lubang itu ada darah yang hitam.
- ii. *Qalb* rohani: Suatu unsur halus yang mampu mengetahui dan mengenal, serta menerima pelbagai kesan daripada manusia. Ia merupakan hakikat sebenar manusia. Kepadanya jugalah ditujukan segala ucapan, dan yang menerima perintah serta larangan. Ia juga bersangkut-paut dengan *qalb* jasmani.

Al-Sabt (2020) menyatakan bahawa hati adalah terjemahan dari kosakata bahasa Arab iaitu perkataan *qalb* yang bermaksud jantung dan diserap menjadi *qalbu*. Secara fizikalnya, *qalb* adalah jantung, manakala secara batin rohaniannya disebut sebagai hati. Ada sebahagian yang menggabungkannya menjadi jantung-hati. Ini bertujuan bagi membezakannya dengan hati iaitu *liver*. Oleh itu, apabila disebut *qalb* atau hati, ia membawa maksud jantung secara fizikal dan hati secara spiritual. Maksud sebenar hati (*qalb*/jantung hati) ialah anggota tubuh yang bertanggung jawab atas pengaruh, tindakbalas perasaan dan menjadi tempat bagi segala aktiviti berfikir, memahami, merenung serta bertawakal, mempercayai sesuatu dan lain-lain lagi.

Dalam perspektif tasawuf, *qalb* atau hati merupakan unsur utama dalam struktur dalaman manusia yang menjadi tempat pancaran iman dan makrifat. Ia bukan sekadar organ biologi, tetapi merupakan entiti rohaniyah yang bersifat halus dan kompleks. Dalam konteks ini, hati dianggap sebagai pusat kesedaran batin dan medan hubungan dengan Allah SWT. Justeru, sebarang kekotoran pada hati akan menjejaskan kualiti hubungan spiritual seseorang dengan Tuhannya. Bahkan, seluruh amal lahiriah seseorang berpunca daripada keadaan hatinya. Ini kerana hati berfungsi sebagai pusat utama dalam diri manusia, seumpama seorang raja yang mentadbir dan mengurus rakyatnya. Menurut Ibn Rajab al-Hambalī (1998), hati adalah raja kepada anggota-anggota badan dan anggota badan adalah tentera-tenteranya. Anggota-anggota ini akan taat kepadanya dan melaksanakan segala perintahnya serta tidak menyanggahi sama sekali perintah-perintahnya.

Tasawuf juga melihat hati sebagai pintu kepada ilmu laduni dan *kashf* (penyingkapan rohani). Namun, pencapaian rohani ini tidak akan berlaku melainkan setelah hati dibersihkan daripada sifat-sifat tercela. Manakala sifat-sifat tercela ini adalah natijah daripada tindak tanduk zahir, di antaranya makan makanan yang tidak diharamkan oleh syarak. Justeru, imam al-Ghazālī (1999) menyamakan hati seperti cermin yang memantulkan cahaya Ilahi. Jika hati kotor disebabkan maksiat, termasuk melalui makanan yang tidak halal, cermin itu akan kotor dan tidak mampu lagi menerima pantulan cahaya kebenaran. Justeru, satu aspek penting dalam usaha penyucian hati (*tazkiyah al-nafs*) ialah memastikan bahawa setiap makanan yang masuk ke dalam tubuh diperoleh daripada sumber yang halal dan bebas daripada keraguan (syubhah).

Kesimpulannya, hati menurut perspektif tasawuf merupakan pusat kerohanian yang menjadi penentu kepada keadaan zahir dan batin manusia. Hati memiliki sifat yang mudah berubah, ia boleh condong kepada kebaikan atau keburukan – bergantung kepada niat, lintasan hati (*khawāṭir*), serta pengaruh sumber kehidupan seperti makanan yang halal atau haram. Para ulama tasawuf seperti imam al-Ghazālī dan Ibn Rajab al-Ḥanbalī menegaskan bahawa hati ibarat seorang raja yang mengarah dan mengawal seluruh anggota tubuh. Jika hati itu baik dan bersih, maka seluruh perbuatan lahiriah juga akan merefleksikan kebaikan dan keikhlasan. Justeru itu, dalam ilmu tasawuf, penyucian jiwa dan pembersihan hati (*taṣfiyah al-qalb*) dianggap sebagai asas utama dalam perjalanan menuju makrifatullah dan pembinaan hubungan yang mendalam dengan Allah SWT. Proses ini tidak hanya melibatkan penghindaran daripada dosa dan maksiat, tetapi juga latihan jiwa melalui zikir, muhasabah, *murāqabah* dan mujahadah, agar hati sentiasa hidup, lembut dan terarah kepada kebenaran. Hati yang suci ialah kunci kepada cahaya hidayah dan kejernihan hubungan spiritual dengan Tuhan.

6. PEMAKANAN HALAL DAN KAITANNYA DENGAN HATI MENURUT HADIS

Hadis keenam dalam himpunan *al-Arbaʿin al-Nawawiyah* oleh imam al-Nawawī ini merupakan antara hadis yang sangat signifikan dalam pembentukan etika Muslim, khususnya dalam aspek pemakanan, kejelasan hukum halal dan haram, serta kesan makanan terhadap kesucian hati dan amalan rohani. Hadis ini tidak hanya menyentuh aspek hukum, bahkan menelusuri lapisan terdalam jiwa manusia, iaitu hati yang menjadi pusat segala penerimaan hidayah, niat, kelakuan, dan tindakan. Al-Bughā dan Miṣṭā (2013) menyatakan bahawa ulama bersepakat mengatakan bahawa hadis ini mempunyai kedudukan yang agung dan banyak faedah. Ia merupakan salah satu hadis yang menjadi paksi kepada peredaran agama Islam. Sebilangan ulama mengatakan bahawa hadis ini adalah satu pertiga daripada agama. Justeru dari hadis ini dapatlah dirumuskan beberapa elemen penting tentang hubungkait pemakanan halal dengan hati, antaranya:

6.1 Konsep Halal, Haram dan Syubhah Sebagai Garis Panduan Makanan

Nabi Muhammad SAW dalam hadis ini menyatakan bahawa yang halal itu jelas, dan yang haram itu juga jelas, manakala di antara keduanya terdapat perkara-perkara syubhah yang tidak diketahui oleh kebanyakan manusia. Maka, sesiapa yang menjauhi perkara syubhah, ia telah memelihara agama dan maruahnyanya. Konsep ini ditegaskan dalam al-Quran surah al-Baqarah [2] ayat 168:

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

Maksudnya:

“Wahai sekalian manusia! Makanlah dari apa yang ada di bumi yang halal lagi baik, dan janganlah kamu ikut jejak langkah Syaitan; kerana sesungguhnya Syaitan itu ialah musuh yang terang nyata bagi kamu.”

Ayat ini memberikan prinsip asas dalam pemilihan makanan, iaitu makanan yang dimakan mestilah halal dari segi hukum syarak dan *ṭayyib* dari segi zat dan kesannya. Halal merujuk kepada status hukum yang dibenarkan, manakala *ṭayyib* merujuk kepada kebaikan, kebersihan, dan manfaat terhadap tubuh serta jiwa (Ibn Rajab al-Ḥanbalī, 1998).

6.2 Pemakanan sebagai Asas Kesucian Hati

Di akhir hadis ini Nabi SAW menyatakan bahawa dalam jasad manusia terdapat seketul daging, iaitu hati (*qalb*). Jika hati itu baik, maka baiklah seluruh jasad dan jika rosak, maka rosaklah seluruh jasad. Rasulullah SAW menegaskan *alā wa hiya al-qalb* (ketahuilah, ia adalah hati).

Ini menjelaskan bahawa baik buruknya hati merupakan petunjuk kepada kelakuan dan tindak tanduk manusia. Makanan yang masuk ke dalam tubuh bukan hanya memberi kesan fisiologi, tetapi juga psikospiritual. Dalam Islam, pemakanan adalah salah satu saluran utama yang membentuk kesucian atau kekotoran hati. Menurut al-Mandilī (2021), makan makanan yang haram dan syubhah menyebabkan tidak diberikan petunjuk kepada ibadat. Ini kerana tidak sepatutnya bagi seseorang itu melaksanakan ibadat melainkan dia mestilah suci daripada segala kotoran sama ada kotoran yang dapat dilihat dengan mata seperti najis atau kotoran yang tidak dapat dilihat seperti hadas kecil dan hadas besar dan makanan yang haram dan yang syubhah.

Hal ini diperkukuhkan lagi dengan hadis sahih lain yang diriwayatkan oleh Imam Muslim apabila Nabi SAW menceritakan tentang seorang lelaki yang bermusafir, lusuh pakaiannya, menadah tangan memohon kepada Allah SWT, tetapi makanannya haram, minumannya haram, pakaiannya haram dan diberi makan dengan sesuatu yang haram. Baginda SAW menegaskan:

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّ اللَّهَ طَيِّبٌ لَا يَقْبَلُ إِلَّا طَيِّبًا وَإِنَّ اللَّهَ أَمَرَ الْمُؤْمِنِينَ بِمَا أَمَرَ بِهِ الْمُرْسَلِينَ فَقَالَ يَا أَيُّهَا الرُّسُلُ كُلُّوا مِنَ الطَّيِّبَاتِ وَاعْمَلُوا صَالِحًا إِنِّي بِمَا تَعْمَلُونَ عَلِيمٌ وَقَالَ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُلُوا مِنْ طَيِّبَاتِ مَا رَزَقْنَاكُمْ ثُمَّ ذَكَرَ الرَّجُلَ يُطِيلُ السَّفَرَ أَشْعَثَ أَغْبَرَ يَمُدُّ يَدَيْهِ إِلَى السَّمَاءِ يَا رَبِّ يَا رَبِّ وَمَطْعَمُهُ حَرَامٌ وَمَشْرَبُهُ حَرَامٌ وَمَلْبَسُهُ حَرَامٌ وَغُذِيَ بِالْحَرَامِ فَأَنَّى يُسْتَجَابَ لِذَلِكَ

[Muslim, *Kitāb al-Zakāt, Bāb Qabūl al-Ṣadaqah min al-Kasb al-Tayyib wa Tarbiyatihā*, No. Hadis 1015]

Maksudnya:

“Daripada Abū Hurayrah RA berkata: “Rasulullah SAW telah bersabda: “Wahai sekalian manusia, sesungguhnya Allah SWT itu baik, tidak menerima melainkan yang baik. Sesungguhnya Allah SWT telah memerintahkan kepada orang mukmin dengan apa yang telah diperintahkan kepada para rasul. Firman Allah: {Wahai para rasul, makanlah daripada benda-benda yang baik lagi halal dan kerjakanlah amal-amal soleh. sesungguhnya Aku Maha Mengetahui akan apa yang kamu kerjakan.} Firman Allah SWT juga: {Wahai orang yang beriman, makanlah daripada benda-benda yang baik (halal) yang telah kami berikan kepada kamu}. Kemudian Rasulullah SAW menceritakan keadaan seorang lelaki yang telah merantau jauh, kusut masai dan berdebu, sambil menadahkan kedua tangannya ke langit (berdoa): “Ya Tuhanku, Tuhanku,” sedangkan makanannya haram, minumannya haram dan pakaiannya haram. Oleh yang demikian, bagaimana doanya akan dimakbulkan?”

Ini menjadi bukti kukuh bahawa pemakanan yang haram menjadi penghalang kepada penerimaan doa dan keberkatan, dan secara tidak langsung menyumbang kepada hati yang keras dan tidak tunduk kepada perintah Allah SWT.

6.3 Hati Sebagai Tempat Tertanamnya Takwa dan Hidayah

Hati merupakan tempat tertanamnya iman, taqwa, niat dan juga hidayah daripada Allah SWT. Maka, menjaga hati daripada dicemari oleh makanan yang haram atau syubhah adalah antara bentuk ibadah yang besar. Allah SWT berfirman dalam surah al-Mā'idah [5] ayat 27:

﴿وَاتْلُ عَلَيْهِمْ نَبَأَ آدَمَ بِالْحَقِّ إِذْ قَرَّبَا قُرْبَانًا فَتُقُبِّلَ مِنْ أَحَدِهِمَا وَلَمْ يُتَقَبَّلْ مِنَ الْآخَرِ قَالَ لَأَقْتُلَنَّكَ قَالَ إِنَّمَا يَتَقَبَّلُ اللَّهُ مِنَ الْمُتَّقِينَ﴾

Maksudnya:

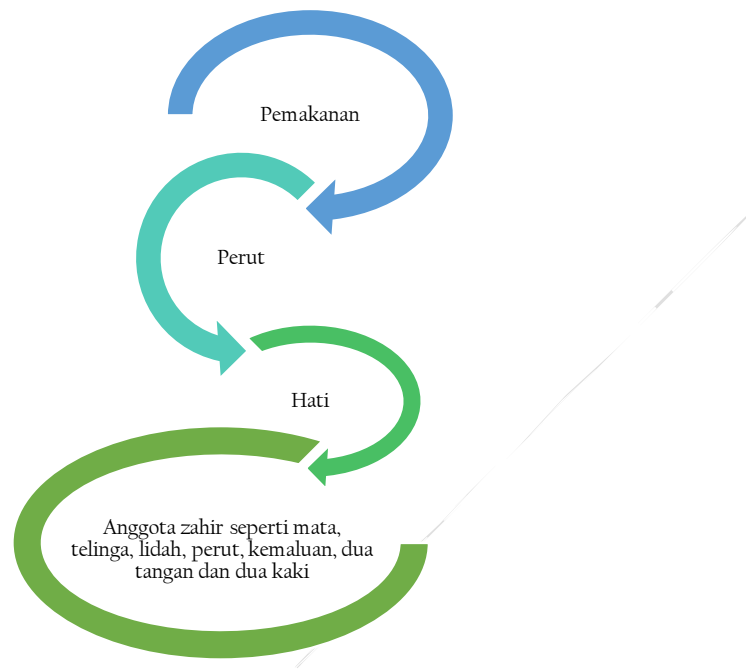
“Dan bacakanlah (wahai Muhammad) kepada mereka kisah (mengenai) dua orang anak Adam (Habil dan Qabil) yang berlaku dengan sebenarnya, iaitu ketika mereka berdua mempersembahkan satu persembahan korban (untuk mendampingi diri kepada Allah SWT). Lalu diterima korban salah seorang di antaranya (Habil), dan tidak diterima (korban) dari yang lain (Qabil). Berkata (Qabil): “Sesungguhnya aku akan membunuhmu!” (Habil) menjawab: “Hanyasanya Allah SWT menerima (korban) dari orang-orang yang bertakwa.”

Takwa bermula dengan penyucian jiwa, dan di antara aspek penting dalam penyucian tersebut ialah menjaga makanan dan minuman daripada sumber yang haram atau syubhah. Natijah daripada hati yang bertakwa pasti akan melahirkan tingkahlaku dan tindak tanduk anggota zahir seperti, mata, telinga, lidah, perut, kemaluan dua tangan dan dua kaki yang bertepatan dengan syarak. Maka baiknya pergerakan anggota seorang hamba bergantung kepada baiknya hati, dan pergerakan itu mengikuti keadaan hati. Mereka (anggota-anggota tubuh) adalah seperti tentera. Mereka melaksanakan perintahnya (hati) dan tidak menyalahi arahnya. Jika raja (hati) itu baik, maka tenteranya juga akan baik dan jika raja itu rosak, maka tenteranya juga akan rosak (*Shihāb al-Dīn*

Ahmad, 2023). Rajah 1 berikut memaparkan beberapa komponen tubuh manusia dan hubungkait kesan pemakanan kepada perut, hati dan perbuatan anggota zahir.

Rajah 1

Hubungkait Kesan Pemakanan Kepada Perut, Hati dan Perbuatan Anggota Zahir



Rajah 1 menggambarkan hubungan antara aspek pemakanan, organ dalaman dan anggota zahir manusia. Ia bukan sekadar senarai komponen tubuh, tetapi mencerminkan suatu sistem yang saling berkait dalam membentuk kesejahteraan jasmani dan rohani. Analisis ini menekankan bahawa tubuh manusia adalah satu kesatuan yang berfungsi melalui interaksi antara input (pemakanan), proses dalaman (organ seperti perut dan hati), serta manifestasi luaran (anggota zahir). Rajah ini membawa maksud bahawa tubuh manusia adalah sistem holistik yang terdiri daripada pemakanan, organ dalaman, dan anggota zahir. Ia menekankan kepentingan menjaga pemakanan sebagai asas, kerana ia mempengaruhi kesihatan perut dan hati, seterusnya menentukan perilaku anggota zahir. Dalam konteks akademik Islam, rajah ini boleh ditafsirkan sebagai gambaran integrasi jasmani-rohani yang menjadi asas kepada pembentukan insan seimbang.

6.4 Peranan Meninggalkan Syubhah dalam Memelihara Hati

Hati merupakan tempat tertanamnya iman, takwa, niat dan juga hidayah. Nabi SAW menyatakan bahawa sesiapa yang menjauhi perkara syubhah, maka dia telah menyelamatkan agama dan maruahnyanya. Ini sejajar dengan sabda Nabi SAW:

عَنْ أَبِي الْحُوَزَاءِ السَّعْدِيِّ قَالَ قُلْتُ لِلْحَسَنِ بْنِ عَلِيٍّ مَا حَفِظْتُ مِنْ رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ حَفِظْتُ مِنْ رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ دَعْوَى مَا يَرِيكَ إِلَى مَا لَا يَرِيكَ فَإِنَّ الصِّدْقَ طُمَأْنِينَةٌ وَإِنَّ الْكُذِبَ رَيْبَةٌ

[Al-Tirmidhī, *Kitāb Šifāt al-Qiyāmah wa al-Raqā'iq wa al-Warā' an Rasūlillah Šallā Allāh 'Alayh Wasallam, Bāb Minh*, No. Hadis 2518, *Ḥasan Šaḥīḥ*]

Maksudnya:

“Daripada al-Ḥawrā' al-Sa'dī berkata: “Aku bertanya kepada Ḥasan ibn 'Alī RA, “Apakah yang kamu hafaz daripada Rasulullah SAW?” Beliau menjawab: “Aku telah hafaz daripada Rasulullah SAW: “Tinggallah apa yang

menjadi keraguan kepadamu kepada yang tidak meragukan. Maka sesungguhnya kebenaran itu adalah satu ketenangan dan sesungguhnya dusta itu adalah satu keraguan”.

Dalam dunia hari ini, banyak produk makanan dan minuman mengandungi bahan yang diragui status halalness. Keghairahan terhadap makanan yang diviralkan menyebabkan banyak dalam kalangan umat Islam yang terlupa tentang halal dan haram. Justeru, kepekaan terhadap label, penyediaan, rantaian bekalan dan sumber kewangan menjadi tanda warak, takwa dan kehalusan iman seseorang. Hati yang sensitif terhadap syubhah adalah hati yang hidup dan bersih (Mohd Noor, 2025).

7. KESIMPULAN

Kajian ini menegaskan bahawa pemakanan dalam Islam bukan semata-mata memenuhi keperluan fizikal, malah mempunyai dimensi rohani yang mendalam. Pemakanan yang halal dan *tayyib* memainkan peranan penting dalam memastikan kebersihan jiwa, kesucian hati dan keberkesanan amalan ibadah seorang Muslim. Hadis keenam daripada himpunan *al-Arba'in al-Nawawiyah* menjadi dalil utama yang menghubungkan secara langsung antara status pemakanan dengan hati. Makanan yang haram dan syubhah bukan sahaja menjejaskan kesihatan fizikal, bahkan menyumbang kepada pengotoran hati, menghalang cahaya hidayah serta menyebabkan ibadah tidak diterima oleh Allah SWT. Dalam kerangka ini, pemilihan makanan yang halal bukan sekadar soal hukum, tetapi merupakan satu bentuk *tazkiyat al-nafs* yang menuntut kesedaran dan kepekaan terhadap sumber rezeki.

Selain itu, perspektif tasawuf memperkukuh kefahaman bahawa hati merupakan pusat utama dalam diri manusia yang menentukan arah amal dan nilai spiritual seseorang. Ulama tasawuf menekankan bahawa makanan yang masuk ke dalam tubuh akan mempengaruhi kualiti hati, dan seterusnya mencorak keperibadian dan hubungan seseorang dengan Allah SWT. Oleh itu, menjauhi makanan haram dan syubhah adalah suatu bentuk penjagaan hati yang kritikal dalam mencapai maqam takwa dan makrifat. Kesimpulannya, pemakanan halal dalam Islam bukan sekadar pematuhan kepada hukum syarak, tetapi merupakan asas kepada pembentukan hati yang bersih, jiwa yang tenang, dan kehidupan spiritual yang berkualiti. Maka, penghayatan terhadap konsep halal dan *tayyib* dalam pemakanan wajar dijadikan sebagai asas utama dalam pembinaan individu Muslim yang seimbang dari sudut zahir dan batin. Kajian ini memperkukuh pendekatan interdisiplin antara hadis dengan tasawuf dalam memahami pemakanan halal sebagai asas pembangunan spiritual. Penyelidikan lanjut disarankan untuk meneroka dimensi psikologi Islam dan kesan amalan pemakanan halal terhadap kesejahteraan rohani secara empirikal.

KONFLIK KEPENTINGAN

Penulis dengan ini mengisytiharkan bahawa mereka tidak mempunyai sebarang kepentingan kewangan atau peribadi yang boleh dianggap mempengaruhi secara tidak wajar dalam penulisan artikel ini.

PENGHARGAAN

Penulis ingin merakamkan setinggi-tinggi penghargaan kepada Universiti Islam Selangor (UIS) dan Universiti Teknologi Mara (UiTM) Cawangan Negeri Sembilan Kampus Seremban atas sokongan yang berharga sepanjang proses penyelidikan dijalankan.

SUMBANGAN PENULIS

Artikel ini adalah hasil sumbangan saintifik yang signifikan dalam penyelidikan yang dilakukan oleh tiga pengarang. Abdul Mukti Baharudin mengumpul dan menganalisis data. Hajah Makiah Tussaripah Jamil melakukan semakan dan penyuntingan. Mustapa Khamal Rokan memastikan metodologi yang digunakan adalah sesuai dan mencapai objektif penulisan.

RUJUKAN

- 'Abd al-Laṭīf al-Jurdānī, M. A. (2015). *Al-Jawāhir al-lu'lu'iyah fī sharḥ al-Arba'in al-Nawawiyah*. Jeddah, KSA: Dār al-Minhāj.
- Abdullah, H. (2004). *Nasihat agama dan wasiat iman*. Singapura: Pustaka Nasional.
- Al Qurtuby, S. (2021). Saudi Arabia and Indonesian networks: On Islamic and Muslim scholars. *ISLAM NUSANTARA: Journal for the Study of Islamic History and Culture*, 2(2), 17-44. <https://doi.org/10.47776/islamnusantara.v3i1.118>.
- Al-Asfahānī, R. (2020). *Al-Mufradāt fī gharīb al-Qur'ān*. Jil. 1. Jawa Barat: Pustaka Khazanah Fawa'id.
- Al-Bughā, M. & Mistā, M. (2013). *Al-Wafī syarah hadis 40 imam al-Nawawi*. Kuala Lumpur: Percetakan Salam Sdn. Bhd.
- Al-Falimbānī, A. S. (2002). *Sayr al-sālikīn ilā 'ibādat rabbi al-'ālamīn*. Jil. 2. Kedah: Khazanah Banjariah.
- Al-Ghazālī, A. H. (1999). *Ihyā' ulūm al-dīn*. Jil. 2. Beirut: Dār al-Fikr.
- Al-Khin, M., Al-Bugho, M. & Asy-Syarbaji, A. (2005). *Kitab fikah mazhab Syafie*. Jil. 3. Kuala Lumpur: Pustaka Salam.
- Al-Mandīlī, A. Q. (2021). *Penawar bagi hati*. Selangor: Al-Hidayah Publication.
- Al-Sabt, K. U. (2020). *A'māl al-qulūb (Pekerjaan-pekerjaan hati)*. Jakarta Selatan: PT Qaf Media Creative.
- Amir, A. (2021). Imam al-Nawawi: Riwayat ringkas tentang latar pemikiran dan pengaruhnya. *International Journal of Humanities Technology and Civilization*, 6(2), 58-68. <https://doi.org/10.15282/ijhtc.v6i2.6980>.
- Arofik, S. (2025). Reinterpreting nafkah: A critical study of Sheikh Nawawi al-Bantani's exegesis in Nihayat al-Zain. *Sakina: Journal of Family Studies*, 9(1), 64-84. <https://doi.org/10.18860/jfs.v9i1.14172>.
- Baharom, N. et al. (2017). *Kamus dewan: Edisi keempat*. Kuala Lumpur: Dewan Bahasa dan Pustaka.
- Ibn Daqīq al-'Īd. (t.th.). *Sharḥ al-arba'in ḥadīthan al-nawawiyah*. Mekah: al-Maktabah al-Fayṣaliyyah.
- Ibn Rajab al-Ḥambalī, A. R. (1998). *Jāmi' al-'ulūm wa al-ḥikam fī sharḥ khamsīn ḥadīthan min jawāmi' al-kalim*. Beirut: Dār al-Kutub 'Ilmiyyah.
- Maḥy al-Dīn, S. (1999). *Al-Mu'jam al-'arabī al-asāsī*. t.tpt.: Al-Munazzamah al-'Arabiyah li al-Tarbiyah wa al-Thaqāfah wa al-'Ulūm.
- Mohd Noor, N. F. (2025). Halal awareness through information-seeking behaviours among Muslim consumers towards halal food. *Journal of Contemporary Islamic Studies*, 11(2), 1-12. <https://doi.org/10.24191/jcis.v11i2.8>.
- Muntakhib, A. (2017). Urgensi nilai-nilai pendidikan karakter dalam kitab al-Arba'in al-Nawawiyah bagi perkembangan kualitas pendidikan Indonesia. *Journal of Islamic Studies and Humanities*, 2(1), 31-54. <https://doi.org/10.21580/jish.21.2515>.
- Mustafa, A. R. (2018). *Hadith 40: Terjemahan dan syarahnya*. Selangor: Dewan Pustaka Fajar.
- Nikmah, M. A. (2018). *Kompetensi kepribadian guru dalam kitab At Tibyan fi Adab Hamalat al-Qur'an karya Abu Zakariya Yahya bin Syaraf An-Nawawi* (Latihan Ilmiah, IAIN Ponorogo, Indonesia).

Prasetyo, A. A. (2023). Tahlilan di mata ulama empat mazhab: Pendekatan dan perspektif keilmuan. *Rayah Al-Islam*, 7(3), 1474-1487. <https://doi.org/10.37274/rais.v7i3.843>.

Shihāb al-Dīn Aḥmad, H. (2023). *Sharḥ al-Arbaʿīn al-Nawawīyyah*. Jordan: Dār al-Fath.

Syed Omar, S. S. H., Abdul Karim, M. H., & Jamaludin, M. A. (2017). Halal food culture in Kuala Terengganu: Shariah perspective (Istitābat al-ʿArab). *Al-Irsyad: Journal of Islamic and Contemporary Issues*, 2(2), 27–39. <https://doi.org/10.53840/alirsyad.v2i2.16>.

Disclaimer

The views expressed in this article are those of the author. *Al-Irsyad: Journal of Islamic and Contemporary Issues* shall not be liable for any loss, damage or other liability caused by / arising from the use of the contents of this article.

