

Muhammad Hafizh Hariawan, S.Gz., MPH., Dietisien | Kuliah Zuhur

apa yang kita konsumsi, apa yang kita manfaat, apa yang kita gunakan itu sebisa mungkin memberikan manfaat yang maksimal sehingga dikatakan thayib. Ini juga terkait dengan jumlahnya, terkait dengan kandungannya. Jadi, dalam Islam sudah jelas perintahnya bahwa kita sebagai manusia diperintahkan untuk mengonsumsi makanan, minuman, dan memanfaatkan barang-barang yang halal.

Bismillahirrahmanirrahim.

Assalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh.

Alhamdulillah Alhamdulillahirabbil alamin wabihi nastain wa umurid dunya waddin

wasatu wasalamu ala asrofil wal mursalin waa alihi wasbihi ajma jemaah ee salat zuhur Masjid Walidah Dahlan yang dirahmati Allah. Pertama-tama marilah kita panjatkan puji syukur kehadiran Allah Subhanahu wa ta'ala yang telah memberikan kita banyak nikmat. Nikmat sehat, kemudian nikmat iman, kemudian nikmat kesempatan sehingga kita bisa hadir di Masjid Walidah Dalam yang insyaallah dirahmati Allah. tidak lupa juga kita mengucapkan syukur karena saya melihat banyak wajah-wajah bahagia hari ini. Ada Bapak,

Ibu, ada orang tua dari teman-teman mahasiswa kita yang hari ini di wisuda. Kita sama-sama berdoa semoga teman-teman yang hari ini di wisuda ke depannya jalannya akan dimudahkan, diberikan kelancaran untuk mendapatkan atau mencari pekerjaan yang diinginkan. Shalawat serta salam semoga selalu tercurah kepada jungan kita Nabi besar Nabi Muhammad sallallahu alaihi wasallam juga pada para sahabat, para pengikutnya hingga akhir zaman. Bapak, Ibu jemaah Masjid Walidah Dahlan yang dirahmati Allah. Pada kesempatan

kali ini, izinkan saya untuk sedikit berbagi terkait bagaimana gaya hidup halal di era kita sekarang. Di mana halal itu apakah masih bisa atau bagaimana cara kita menerapkan halal dalam kehidupan sehari-hari? Allah Subhanahu wa taala berfirman dalam Quran surah Albaqarah ayat 168. Ya. Auzubillahiminsyaitanirrajim. Bismillahirrahmanirrahim. Ya ayyuhannas kulu mimma fil ardhi halalan thayibah wala tattabiu khudwati siton innahu lakum aduum mubin. Jadi dalam Quran surah Albaqarah Allah berfirman yang artinya

wahai manusia. Jadi kalau disebutkan ya ayyuhannas berarti wahai manusia ngih. Jadi bukan hanya kepada muslimin, muslimat, tapi kepada seluruh manusia seperti itu. Kita diperintahkan untuk makanlah sebagian makanan di bumi yang halal lagi baik. Jadi perintahnya jelas Ibu Bapak sekalian bahwa kita diminta untuk mengonsumsi makanan yang halal. Namun tidak hanya halal, kita juga diperintahkan untuk mengonsumsi makanan yang thayyib, makanan yang baik. Kalau halal jelas kita bicara terkait apa-apa

yang sudah apa-apa yang dihalalkan di luar daripada apa-apa yang diharamkan. Mungkin dalam Quran surah Al Maidah ayat 3 dan seterusnya juga disampaikan apa-apa yang diharamkan. Namun kalau kita bicara terkait thayib maka kita juga bicara terkait manfaat. Apa yang kita konsumsi, apa yang kita manfaat apa yang kita gunakan itu sebisa mungkin memberikan manfaat yang maksimal sehingga dikatakan thayib. ini juga terkait dengan jumlahnya, terkait dengan kandungannya. Jadi, dalam Islam sudah jelas perintahnya bahwa kita sebagai manusia

diperintahkan untuk mengonsumsi makanan, minuman, dan memanfaatkan barang-barang yang halal. Kemudian, bagaimana dengan kondisi di Indonesia sendiri? untuk kondisi di Indonesia, di negara kita memang sudah banyak ekosistem halal yang sebetulnya sudah mendukung bagaimana

kita bisa menerapkan gaya hidup yang halal. Dari segi regulasi, Undang-Undang Nomor 33 Tahun 2014 juga sudah mengatur tentang jaminan produk halal. Kemudian dari segi lembaga negara juga sudah dibentuk yang namanya BPJPH, Badan

Penyelenggara Jaminan Produk Halal. Jadi harapannya dengan adanya regulasi tadi, kemudian juga ada regulator baik dari BPJPH dan lembaga yang lain bisa membantu kita untuk memulai gaya hidup yang halal tadi. Kalau kita lihat sekarang juga, Ibu Bapak, tren daripada gaya hidup halal itu semakin luas. Ya, kalau mungkin kita sudah pernah mendengar yang halal itu sekarang tidak hanya makanan dan minuman, beberapa kosmetik, alat-alat make up, obat-obatan juga sudah mulai masuk atau sudah mulai disertifikasi

halal. Begitu pula dengan ee sektor yang lain, misal dari ekspedisi, kemudian wisata itu juga sudah mulai mengarah kepada wisata-wisata yang halal. Nah, meskipun tadi secara ekosistem kemudian secara regulasi sudah mulai mendukung bagi kita untuk menerapkan gaya hidup yang halal, tentu masih ada tantangan-tantangan yang kita hadapi. Misal dalam beberapa waktu terakhir mungkin Bapak Ibu jemaah juga melihat di media sosial ada temuan permen ya, Permen kemudian marshmallow yang itu sudah beredar secara luas di rita di

masyarakat. Kemudian beberapa juga sudah mendapatkan sertifikat halal. Namun dalam pemeriksaan rutin ternyata ditemukan ada kandungan babi dalam produk-produk tersebut. dari di satu sisi sebetulnya ini tidak mengagetkan karena kalau kita lihat dari bahan bakunya permen-permen tadi kebanyakan mayoritas bahan baku adalah gelatin. Jadi gelatin ikan adalah produk ya dari hidrolisis protein kolagen. Nah, mayoritas global sebetulnya gelatin kita itu masih berbahan dasar babi. Jadi mayoritas di

global gelatin yang beredar itu masih berbahan dasar babi atau dari ekstraksi kulit babi. Sedangkan kalau gelatin yang halal kebanyakan berasal dari sapi. Nah, kalau dari sapi secara harga lebih mahal, kemudian secara akses juga lebih sulit karena yang lebih banyak dari yang babi. Itu satu tantangan kita. Yang kedua, mungkin kita juga pernah mendengar sempat viral beberapa waktu lalu ada pengusaha ayam, masakan ayam seperti itu ya, yang ternyata ayamnya secara bahan ayam, namun ada penggunaan bahan

lain yang masih diharamkan. Itu juga menjadi tantangan bagi kita, Ibu, Bapak sekalian. Karena saya yakin mayoritas dari kita mengkonsumsi ayam sebagai sumber protein. Nah, data tahun 2023 ditemukan bahwa sekitar 83% rumah potong hewan, rumah potong ayam itu masih belum bersertifikasi halal. Di tahun 2025 alhamdulillah sudah meningkat jadi sekitar 50% yang sudah bersertifikasi halal. Meskipun begitu tentu masih ada peluang bagi kita kalau kita konsumsi ayam. Maka kalau hanya 50% yang bersertifikat halal, rumah potong

hewannya, ada kemungkinan ayam yang kita konsumsi tadi belum disembelih secara syariat yang sesuai dengan syariat Islam sehingga dinyatakan halal. Nah, ini juga tentu menjadi tantangan. Ada lagi penggunaan alat-alat masak yang mungkin contoh kuas yang biasa kita gunakan kalau mau bakar-bakar atau mau mengoleskan mentega ke makanan juga bahannya beberapa masih dari hewan yang belum dipastikan kehalalannya. Nah, dari tantangan-tantangan tadi, Ibu, Bapak sekalian, jemaah yang dirahmati Allah, apa yang bisa kita lakukan atau

setidaknya apa langkah-langkah yang bisa kita mulai untuk berjalan ke arah gaya hidup yang halal? Yang pertama mungkin tentu kita siapkan dari niat terlebih dahulu. Apapun itu tentu sudah hadisnya juga sudah sangat populer ya. Innamal a'malu binniyat. Bagaimana kita atau amalan kita itu tentu ditentukan dari niatnya. Kita usahakan dulu kita niatkan terlebih dahulu bahwa apa yang akan kita

konsumsi, bagaimana cara kita mencari rezeki, cara kita mencari makanan, minuman, dan lain sebagainya adalah

melalui cara yang halal. Kemudian kita juga berharap semoga apa yang kita konsumsi itu berasal dari bahan-bahan yang halal serta proses yang halal. Itu yang pertama dari niat. Yang kedua, kita juga bisa mulai meningkatkan rasa ingin tahu dan meningkatkan rasa ketelitian kita, Ibu, Bapak. Jadi, mungkin dari sekarang setiap mau konsumsi makanan kalau ada kemasannya kita cek dulu apakah ada logo halal nya atau tidak. Logo halal nya hanya tulisan halal atau memang logo halal yang dikeluarkan dari lembaga yang berwenang. misal dari BPJPH

itu. Kemudian kita juga bisa meningkatkan rasa ingin tahu kita misal ingin berkunjung ke rumah makan atau ingin makan di suatu tempat bisa langsung kita tanyakan atau kita cari informasi apakah sudah bersertifikat halal, apakah bahan-bahan yang digunakan itu berasal dari produk yang halal. Itu mungkin beberapa hal yang sepertinya kecil, tapi saya yakin sedikit banyak bisa membantu kita untuk memulai berangkat menjadi atau melaksanakan gaya hidup yang lebih halal. Karena insyaallah kita sama-sama yakin bahwa

apa kalau yang kita konsumsi halal, baik dari cara memperolehnya maupun dari kandungan bahannya sendiri, insyaallah akan lebih banyak keberkahan yang datang ke kehidupan kita sekalian. Oke, mungkin itu saja yang dapat saya sampaikan, Ibu, Bapak. saya mohon maaf kalau ada salah kata, salah ucapan. semoga apa yang saya sampaikan sedikit ini ada manfaatnya. Saya akhiri. *Assalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh.*