

KONSEP *HALALAN TAYYIBAN* DAN TREND PEMILIHAN MAKANAN UMAT ISLAM KINI

Norkumala Binti Awang¹

¹Fellow, Pusat Kajian Sains dan Alam Sekitar, Institut Kefahaman Islam Malaysia (IKIM),
norkumala@ikim.gov.my

PENDAHULUAN

Umat Islam khususnya perlu prihatin tentang isu makanan dalam sudut pandang yang lebih holistik menerusi konsep *halalan tayyiban*. Pemahaman tentang konsep halalan tayyiban secara menyeluruh amat penting kerana ia bukan sekadar bermaksud makanan yang diambil adalah halal dan boleh dimakan semata-mata mengikut hukum syarak tetapi merangkumi aspek keselamatan, kualiti dan kebersihan. Aspek-aspek tersebut merupakan komponen yang signifikan dalam mempengaruhi kesihatan manusia. Ini kerana makanan merupakan bahan yang berpotensi untuk pemindahan penyakit dan berupaya mencetuskan masalah kesihatan sekiranya berlaku ketidakseimbangan dalam pengambilan (kekurangan atau berlebihan).

Makalah ini bertujuan untuk membincangkan kerangka pemilihan makanan umat Islam di Malaysia yang berdasarkan halalan tayyiban dan dalam masa yang sama cenderung dalam pengambilan makanan tambahan untuk meningkatkan kualiti kesihatan tetapi masih rancak dengan pengaruh budaya pemakanan luar yang berbentuk segera dan terproses. Pola kecenderungan pemilihan ini sekaligus memberi impak kepada corak pemakanan dan tahap kesihatan masyarakat Malaysia pada hari ini.

KONSEP HALALAN TAYYIBAN

Umat Islam di Malaysia amat menitikberatkan aspek makanan dan produk penghasilannya. Meskipun, lambakan produk makanan di pasaran pada hari ini yang memberikan variasi kepada pemilihan makanan, masyarakat Islam di Malaysia masih meletakkan soal kehalalan sebagai keutamaan. Bermula dengan penghasilan makanan daripada tanaman sendiri, produk hasilan pemrosesan di kilang-kilang sehingga kepada pilihan makanan dari luar seperti negara bukan Islam, masyarakat Islam masih mengolah, menyediakan dan mencari makanan berasaskan konsep halalan tayyiban selaras tuntutan Islam dalam surah al-Baqarah ayat 168 yang bermaksud: *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.*

Oleh itu, jelas bahawa pemilihan makanan umat Islam pada hari ini ditentukan oleh kerangka halalan tayyiban. Dalam konteks ini, al-Quran dan al-Sunnah merupakan rujukan asas kepada pengharmonian budaya makanan kerana peraturan halal dan haram menjadi asas kepada budaya masyarakat Islam di samping uruf yang tidak bertentangan dengan syariat diterima sebagai sebahagian daripada cara hidup bersama.¹ Produk makanan yang diambil atau dihasilkan yang memenuhi konsep halalan tayyiban akan memberi kelegaan kepada umat Islam kerana jaminan kualiti, kebersihan dan keselamatannya.

Penggunaan konsep *halalan tayyiban* dapat menentukan sesuatu makanan merangkumi aspek tersurat (fizikal) dan tersirat (yang tidak nampak secara zahir). *Tayyiban* ditakrifkan sebagai makanan yang bersih tanpa sebarang kotoran, sumber yang halal, pengambilannya tidak mendatangkan penyakit dan mudarat dan mempunyai nilai pemakanan serta elemen manfaat.² Penggunaan tayyib juga menumpukan kepada kehalalan sesuatu makanan dengan ciri-ciri baik, sedap, lazat dan berkhasiat.

Tafsiran Ibnu Kathir terhadap ayat tersebut dengan jelas menerangkan tentang konsep *halalan tayyiban* yang menyatakan bahawa segala makanan yang telah dianugerahkan oleh Allah di muka bumi ini adalah halal kecuali terdapat dalil yang mengharamkannya. Ini bertujuan untuk memberi kemanfaatan dan kebaikan kepada jiwa dan fizikal manusia. Selanjutnya, pengabdian diri kepada Allah adalah sebagai tanda kesyukuran di atas nikmat rezeki yang dikurniakan kepada hamba-Nya.³ Secara jelas, Allah telah mengurniakan kepelbagaian nikmat makanan di atas muka bumi ini dan pulangan manfaat dan kelebihan yang terdapat padanya akan kembali kepada diri umat manusia itu sendiri.

Makanan yang memenuhi konsep *halalan tayyiban* tidak hanya dilihat kepada makanan secara fizikal serta sumber yang bebas daripada perkara yang diharamkan oleh Allah sahaja tetapi meliputi seluruh rantai makanan bermula daripada proses penghasilan sehingga makanan tersebut disuapkan ke mulut. Kemanfaatan daripada sudut fizikal dan spiritual

¹ Mohd Anuar Ramli & Mohammad Aizat Jamaludin. Budaya Makanan Dan Pemakanan Halal Dalam Kalangan Masyarakat Melayu Menurut Perspektif Islam. April 2016. Cadangan Dan Rumusan Dalam Menangani Salah Faham Penggunaan Istilah Sunnah Dalam Pemakanan.

² Arif, S., & Sidek, S. (2015). Application of Halalan Tayyiban in the Standard Reference for Determining Application of Halalan Tayyiban in the Standard Reference for Determining Malaysian Halal Food. *Asian Social Science*, 11(17), 117–129.

³ Ibn Kathir, Ismail ibn 'Umar. (2000) *Tafsir Ibn Kathir*. Riyadh: Dar al-Salam.

terhadap individu perlu diambilkira dalam pemilihan sesuatu makanan bagi memenuhi konsep *halalan tayyiban*.

Halal merupakan pematuhan kepada syariah yang memerlukan standard atau piawaian bagi sesuatu objek atau tindakan tertentu manakala *halalan tayyiban* adalah konsep yang lebih menyeluruh. Maka, kedua-dua konsep ini mempunyai sempadan yang jelas dan saling berhubungkait serta amat diperlukan dalam industri makanan halal.

MAKANAN SUNNAH

Allah SWT telah merakamkan dalam al-Quran mengenai kepelbagaian makanan sebagai satu tanda kebesaranNya: *“Hendaklah manusia melihat kepada makanannya (bagaimana Kami mentadbirkannya); sesungguhnya Kami telah mencurahkan hujan dengan curahan yang menakjubkan; kemudian Kami membelah bumi (dengan tumbuh-tumbuhan yang tumbuh dari dalamnya); lalu Kami tumbuhkan pada bumi biji-bijian; dan buah anggur serta sayur-sayuran; dan zaitun serta pohon-pohon kurma; dan kebun-kebun yang menghijau subur; dan pelbagai buah-buahan serta bermacam-macam rumput; untuk kegunaan kamu dan haiwan ternakan kamu.”* [Surah Abasa (80): 24-32].

Tahap kefahaman masyarakat Islam tentang konsep makanan sunnah adalah terhad dan tidak menyeluruh.⁴ Ini mungkin dapat dilihat dengan senario keterikatan masyarakat kepada produk makanan sunnah yang dipopularkan dalam masyarakat. Dalam perbincangan makalah ini, makanan sunnah juga dirujuk sebagai makanan tambahan atau makanan berfungsi kerana ia dipercayai mempunyai nilai tambah kepada kesihatan dan memiliki manfaat nutrisi secara khusus.

Dalam hal makanan sunnah, umat Islam lebih cenderung menekankan jenis makanan berbanding unsur pemakanan dalam pengambilan makanan. Makanan membawa maksud apa sahaja yg boleh dimakan atau rezeki manakala pemakanan dirujuk sebagai tabiat, cara, adab, tertib dan aturan yang dikaitkan dengan makan.⁵

⁴ Siti Atikah binti Pauzi, Zul'azmi Yaakob & Wan Haslan Khairuddin. 2018. Trend dan Sikap Masyarakat Terhadap Makanan Sunnah, At-Tahkim, Vol. 8, No. 08. Tazkia University College of Islamic Economic.

⁵ Rujuk <http://prpm.dbp.gov.my/> untuk takrifan pemakanan membawa maksud perihal makan; hal-hal mengenai makanan. Kamus Dewan Edisi Keempat mendefinisikan pemakanan sebagai 1) jenis-jenis makanan yang lazim

Beberapa definisi penting dalam mengenali konsep makanan sunnah yang diperkatakan pada hari ini amat jelas banyak dipengaruhi oleh arus media tempatan. Antara takrifan yang meluas digunakan berkaitan dengan makanan sunnah; 1) Semua makanan yang bersumberkan atau disebut dalam al-Quran dan hadis—merupakan pemahaman utama masyarakat mengenai konsep makanan sunnah, 2) makanan yang membawa kebaikan dan masalah kepada manusia sama ada disebut dalam kedua-dua sumber rujukan utama umat Islam (al-Quran dan hadis) atau sebaliknya, 3) makanan tertentu seperti kurma, tiin, zaitun, madu, kismis, delima, habbatus sauda', dan 4) aplikasi, cara pembuatan dan amalan yang selari dengan sunnah.⁶

Namun begitu, penulis merasakan masyarakat perlu difahamkan bahawa makanan sunnah bukan sekadar bersifat khusus tentang sesuatu jenis makanan tertentu tetapi gabung jalin antara beberapa definisi dalam konsep makanan sunnah tersebut akan melengkapkan penakrifan secara meluas tentangnya tanpa menafikan aspek; 1) adab makan, cara pengamalan, kadar pengambilan yang disarankan, 2) keistimewaan makanan lain khususnya makanan tempatan yang memberi manfaat kepada kesihatan. Kedua-dua kriteria yang dimaksudkan tersebut juga merangkumi aspek halal dan tayyib yang menjadi piawai kepada makanan sunnah.

Jenis makanan yang disebut dalam al-Quran dan menjadi kegemaran Nabi Muhammad SAW atau seringkali disebut sebagai makanan sunnah dikatakan mempunyai kelebihan dan khasiat terbaik. Pengambilan produk makanan sunnah telah menjadi satu trend dalam amalan pemakanan masyarakat pada hari kerana manfaatnya kepada kesihatan dan dianggap sebagai mengikuti amalan sunnah Nabi SAW. Kekeliruan yang timbul dalam kalangan masyarakat harus diimbangi dengan kewajaran dan tidak hanya dengan meletakkan sandaran sunnah tersebut sebagai suatu kelegaan. Ini kerana dalam hal ehwal pemakanan, konsep halal dan tayyib juga perlu diperhalusi dan tidak boleh diketepikan.

Dari perspektif yang lain, makanan sunnah yang disebut dalam al-Quran dan hadis serta jenis makanan yang dimakan/digemari oleh Rasulullah SAW secara khusus dikelaskan sebagai

dimakan atau ditentukan untuk makan, pilihan jenis –jenis makanan seseorang dan lain; 2) perbuatan (proses) makan.

⁶ Perbincangan mengenai konsep makanan Sunnah ini boleh dirujuk dalam 1) Md Asham Ahmad. 2015. Persepsi dan Hakikat Pemakanan Sunnah dlm Norkumala Awang, Makanan antara Sunnah dan Sains. Kuala Lumpur: IKIM, dan 2) Khadher Ahmad, Mohd Yakub @ Zulkifli Mohd Yusoff, Monika Munirah Abd Razzak, Siti Sarah Izham & Mohd Farhan Md Ariffin. 2015. Salah Faham Terhadap Istilah Makanan Sunnah dalam Kalangan Masyarakat Islam di Malaysia: Satu Analisis dlm Salah Faham terhadap Sunnah: Isu dan Penyelesaiannya. Kuala Lumpur: Jabatan al-Quran dan Hadith Akademi Pengajian Islam, Universiti Malaya.

makanan sunnah dan terhad kepada beberapa jenis makanan tertentu sahaja kerana ia menjadi bahan utama sesuatu produk makanan. Justeru, masyarakat mempunyai tanggapan stereotaip bahawa makanan tertentu sahaja yang dikatakan makanan Sunnah hanya disebabkan ia dilabel pada produk-produk yang disebut makanan sunnah.⁷

Pengaruh pengiklanan dan promosi pemasaran produk-produk yang disebut makanan sunnah di media baharu pada hari ini banyak mempengaruhi kepercayaan masyarakat dan membataskan pemahaman mereka tentang konsep makanan Sunnah. Maka penggunaan istilah makanan sunnah lebih cenderung dengan apa yang dipopularkan dalam masyarakat.

Konsep makanan Sunnah secara teori dan amalannya ialah pemakanan Rasulullah SAW yang berteraskan kepada al-Quran serta dihuraikan dalam Sunnah baginda SAW yang bertujuan untuk keperluan fizikal dan biologi serta manfaatnya kepada aspek jiwa dan spiritual seseorang.⁸

Dalam perbincangan tentang makanan Sunnah, tidak dapat dipinggirkan tentang konsep halal dan tayyiban yang menjadi rujukan induk mengenai makanan dan minuman. Ini kerana terdapat empat ayat dalam al-Quran menyebut tentang gandingan halal dan tayyib (konsep halal dan tayyiban) iaitu surah al-Baqarah (2):168; surah al-Maidah (5):88; surah al-Anfal, (8):69; dan surah an-Nahl (16):114.

Syariat Islam tidak meletakkan makanan sunnah sebagai keutamaan dalam pemilihan makanan sehingga menafikan manfaat dan khasiat makanan setempat lain yang halal dan baik. Berpandukan petunjuk al-Quran dan al-Sunnah, secara jelas dan terperinci telah diterangkan kepada umat Islam berkaitan aspek makanan dan pemakanan iaitu dari segi jenis makanan, cara makanan dan minum, konsep makanan yang sebenar dan sebagainya. Apa yang lebih penting adalah makanan yang dimakan perlulah memenuhi prinsip *halalan tayyiban*.

TREND PEMILIHAN MAKANAN

Trend pemilihan makanan umat Islam pada hari ini menentukan bagaimana corak pemakanan dan gaya hidup yang dijalani. Permintaan terhadap sesuatu jenis makanan dan minuman akan meningkatkan ketersediaan dan kebolehdapatan di pasaran. Ini kerana kuasa pengguna amat penting dalam menentukan corak pasaran sesuatu jenis produk.

⁷ Siti Atikah binti Pauzi, Zul'azmi Yaakob & Wan Haslan Khairuddin. 2018. Trend dan Sikap Masyarakat Terhadap Makanan Sunnah, At-Tahkim, Vol. 8, No. 08. Tazkia University College of Islamic Economic.

⁸ Muhammad Mustaqim Mod Zarif, 2015. Pemakanan Sunnah dan Bukti Saintifik dlm Norkumala Awang, Makanan antara Sunnah dan Sains. Kuala Lumpur: IKIM

Pemilihan produk halal

Umat Islam pada hari ini amat cenderung memilih dan mengambil makanan dan minuman yang dikategorikan halal dan mempunyai pensijilan halal. Kriteria penting sesuatu produk seperti pensijilan halal amat mempengaruhi kecenderungan pengguna semasa pembelian.⁹

Logo halal merupakan tanda awal yang memudahkan pengguna untuk mengenal pasti status kehalalan produk. Oleh itu, campuran bahan-bahan yang disebut sebagai sunnah dalam penghasilan makanan fungsian merupakan nilai tambah kepada status halal dan dapat meningkatkan keyakinan pengguna mengenai kehalalan sesuatu produk dan kandungannya.¹⁰ Walau bagaimanapun, masyarakat perlu sedar dan peka bahawa logo halal tidak menjamin bahawa sesuatu produk makanan Sunnah selamat untuk diambil dari segi kemanfaatan kesihatan. Ini kerana setiap tubuh badan memberi reaksi yang berbeza dengan setiap komposisi yang ada dalam produk makanan. Tambahan pula, pengambilan makanan bergantung kepada keperluan nutrisi badan dan status kesihatan individu.

Kemajuan sains dan teknologi telah mendedahkan umat Islam kepada pelbagai jenis ramuan dan makanan terproses. Justeru itu, keprihatinan mereka tentang ramuan makanan dan bahan tambahan yang dihasilkan oleh industri makanan dalam penggunaan harian mereka semakin bertambah khususnya yang berkait dengan kehalalan atau kesihatan. Maka tidak hairanlah sekiranya dalam pengambilan makanan sunnah, umat Islam menganggap prinsip halal dan tayyib dipenuhi kerana telah meletakkan kerangka agama dalam pemilihan makanan.

Pengambilan makanan sunnah sebagai makanan tambahan

Pada masa kini, pengguna beranggapan bahawa jika seseorang individu itu tidak mendapat bekalan makanan yang berkualiti, maka makanan tambahan dilihat sebagai pengganti yang dapat membekalkan nutrisi yang diperlukan. Malah dikatakan bahawa makanan tambahan dapat memenuhi nutrisi yang diperlukan oleh tubuh badan dengan mudah agar kekal cergas dan sihat berbanding dengan pengamalan diet pemakanan yang seimbang.

Pembangunan sosio-ekonomi yang pesat di Malaysia telah membawa perubahan dalam kehidupan moden masyarakat. Isu kesihatan seperti kanser, penyakit jantung, diabetes menjadi masalah kesihatan awam yang semakin meningkat dalam pelbagai lapisan populasi. Penyakit

⁹ Mohayidin, M. G, and Kamarulzaman, N.H. (2014) Consumers' Preferences toward Attributes of Manufactured Halal Food Products, *Journal of International Food & Agribusiness Marketing* 26 (2): 125-139.

¹⁰ Khadher, A., Faisal, A., & Monika (2015). Salah Faham Terhadap Sunnah Isu dan Penyelesaian. Kuala Lumpur. Akademi Pengajian Islam, Universiti Malaysia.

tidak berjangkit (NCD) menyumbang kepada hampir 73% daripada kematian di Malaysia dengan penyumbang terbesar adalah penyakit kardiovaskular termasuk serangan jantung dan strok.¹¹

Trend yang membimbang dapat dilihat pada statistik pesakit diabetes yang menunjukkan 17.5% dewasa yang berumur 18 tahun ke atas menghidapinya. Angka ini membawa kepada sejumlah tujuh juta orang dewasa yang akan terjejas akibat diabetes pada tahun 2025. Penduduk di Malaysia dianggarkan seramai 3.6 juta yang menghidap diabetes dan merupakan kadar tertinggi di Asia juga antara yang tertinggi di dunia.¹² Sebahagian daripada penghidap diabetes tidak pernah mengetahui tentang status penyakit diabetes yang mereka hidapi, dengan prevalens sebanyak 9.2%, iaitu anggaran seramai 1.8 juta orang penduduk.¹³

Satu daripada tiga orang penduduk mengidap hipertensi yang mewakili 30.3% atau bersamaan 6.1 juta orang. Penghidap hipertensi yang tidak pernah mengetahui tentang masalah hipertensi yang mereka hidapi adalah sebanyak 17.2%, iaitu dianggarkan hampir 3.5 juta orang.¹⁴

Hampir separuh iaitu 47.7% masyarakat Malaysia mempunyai paras kolestrol tinggi dalam darah iaitu 9.6 juta orang. Angka ini menunjukkan peningkatan prevalens daripada NHMS 2006 iaitu 20.6% dan 35.1% pada tahun 2011. Daripada keseluruhan penduduk 18 tahun ke atas yang mempunyai paras kolesterol yang tinggi, 4 daripada 5 orang penduduk tidak mengetahui bahawa paras kolesterol mereka adalah tinggi. Ini melibatkan prevalens sebanyak 38.6%, dengan anggaran seramai 7.8 juta orang penduduk di Malaysia.¹⁵

Disebabkan masyarakat Malaysia mudah terdedah kepada pelbagai ancaman kesihatan, wujud permintaan tinggi terhadap makanan yang meningkatkan kesihatan. Kebimbangan terhadap penurunan kualiti kesihatan dan kesejahteraan masyarakat awam pada

¹¹ National Health and Morbidity Survey (NHMS 2015), Non Communicable Disease, Risks Factor and Other Health Problems, vol II, Institute for Public Health, Ministry of Health

¹² BERNAMA, 26 Mac 2019, Peningkatan Kes Diabetes di Malaysia Membimbangkan. <https://www.sinarharian.com.my/article/20247/BERITA/Nasional/Peningkatan-kes-diabetes-di-Malaysia-membimbangkan>. Diakses pada 10 November 2019.

¹³ National Health and Morbidity Survey (NHMS 2015), Non Communicable Disease, Risks Factor and Other Health Problems, vol II, Institute for Public Health, Ministry of Health

¹⁴ Ibid.

¹⁵ Ibid.

hari ini, permintaan terhadap produk semula jadi semakin meningkat.¹⁶ Justeru, dilihat pada hari ini, pelbagai jenis makanan tambahan semakin mudah didapati dan boleh dibeli di pasaran.

Trend semasa ketiga-tiga penyakit NCD (diabetes, hipertensi dan kolestrol tinggi) menunjukkan majoriti masyarakat Malaysia tidak mengetahui bahawa mereka mempunyai masalah kesihatan. Mereka mungkin mempunyai kesedaran tentang kepentingan kesihatan tetapi dalam masa yang sama tidak menyedari bahawa mereka mengidapi penyakit. Disebabkan keprihatinan masyarakat terhadap peri pentingnya kesihatan, kecenderungan untuk mengambil makanan tambahan adalah tinggi.

Oleh sebab itu, tercetus tanggapan dan persepsi bahawa dengan mengambil makanan tambahan atau makanan sunnah, maka status kesihatan mereka berada pada tahap yang optimum tanpa meletakkan keutamaan kepada pemeriksaan kesihatan secara berkala. Tidak hairanlah sekiranya statistik telah membuktikan lebih ramai masyarakat Malaysia yang tidak mengetahui tahap sebenar kesihatan mereka dan tidak menyedari telah mengidapi penyakit tertentu. Apabila melakukan pemeriksaan, kesihatan telah berada pada tahap yang tidak memuaskan dan memerlukan rawatan ubatan.

Oleh itu, pemeriksaan doktor secara berkala dan rawatan kesihatan merupakan satu perkara yang tidak boleh dipandang mudah bagi mengelakkan risiko kesihatan yang lebih kritikal. Pengguna tidak harus bergantung kepada makanan tambahan untuk menjaga kesihatan. Komplikasi kesihatan lain akibat penyakit diabetes termasuk penyakit buah pinggang peringkat akhir, buta dan gangren. Kejadian penyakit kardiovaskular, serta penyakit buah pinggang dan penyakit mata adalah lebih tinggi dalam kalangan pesakit diabetes mellitus.¹⁷ Pengambilan makanan tambahan tidak akan menyelesaikan masalah malah dikhuatiri akan membahayakan kerana masyarakat pengguna pada hari ini menyandarkan bahawa dengan mengambil makanan tambahan, kesihatan akan terpelihara.

Statistik kesihatan terkini menunjukkan 100 remaja bawah 18 tahun kini mendapatkan rawatan diabetes di Hospital Universiti Sains Malaysia (HUSM) Kubang Kerian.¹⁸ Data ini amat mengejutkan kerana ia menggambarkan bahawa diabetes bukan lagi penyakit khusus untuk

¹⁶ Renaud Lunardo & Camille Saintives. 2013. The effect of naturalness claims on perceptions of food product naturalness in the point of purchase. *Journal of Retailing and Consumer Services*, 20(6): 529-537.

¹⁷ Kitabchi, A.E. 2002. Acute care of patients with diabetes. *Diabetes Spectrum* 15(1): 17-18.

¹⁸ Berita Harian Online. 100 remaja bawah 18 tahun terima rawatan diabetes di HUSM Kubang Kerian. 16 November 2019. <https://www.bharian.com.my/berita/nasional/2019/11/629106/100-remaja-bawah-18-tahun-terima-rawatan-diabetes-di-husm-kubang>. Diakses pada 17 November 2019.

golongan dewasa dan berusia. Banyak faktor yang menyumbang kepada berlakunya masalah diabetes yang membabitkan golongan muda tersebut. Antaranya ialah pola pemakanan yang cenderung kepada sajian yang tinggi kandungan gula dan makanan terproses serta gaya hidup yang kurang aktif.

Tahap pendidikan akan mempengaruhi pemilihan makanan dan gaya hidup seseorang. Tahap pendidikan yang rendah menyebabkan individu kurang prihatin terhadap kepentingan diet dalam kehidupan.¹⁹ Ini kerana individu tersebut bermungkinan tidak dapat memahami arahan, label ubat-ubatan dan bahan-bahan pendidikan.²⁰

Pemilihan dan pengambilan makanan terproses menunjukkan peningkatan dalam kalangan masyarakat pengguna yang berumur 40 tahun ke bawah.²¹ Golongan ini adalah kumpulan yang lebih berpendidikan, mempunyai maklumat dan mudah menerima perkembangan produk baharu berbanding kumpulan pengguna yang lebih berusia. Apakah perkembangan ini memberi isyarat trend pemilihan makanan masyarakat di Malaysia pada hari ini juga berubah mengikut pola yang menjadi pilihan bagi golongan muda di bawah 40 tahun? Perkembangan terkini memperlihatkan budaya makan di Malaysia mempunyai pengaruh budaya dan citarasa makanan dari negara luar yang masuk ke Malaysia. Contohnya, makanan Jepun, Korea dan Thailand yang menjadi tarikan untuk anak-anak muda mencubanya. Walau bagaimanapun, kajian lanjut perlu dilaksanakan untuk melihat sejauhmana budaya makanan dari luar negara mempengaruhi pola pemakanan dan tahap kesihatan masyarakat Malaysia pada hari ini.

Walaupun perkembangan trend kecenderungan mengambil makanan budaya luar ini tercetus, umat Islam masih lagi menunjukkan keprihatinan untuk mencari makanan halal sebagai makanan sebagai pilihan. Aspek kehalalan perlu diutamakan biarpun makanan tersebut adalah citarasa dan lidah masyarakat luar.

Penggantian ubat dengan makanan sunnah

¹⁹ Teisl, M.F., Levy, A.S. & Derby, B.M. 1999. The Effects Of Education And Information Source On Consumer Awareness Of Diet-Disease Relationships. *J. Public Policy Marketing* 18(2): 197-207.

²⁰ Schillinger, D., Grumbach, K., Piette, J.D., Wang, R., Osmond, D. & Dacher, C. 2002. Association of health literacy with diabetes outcomes. *JAMA* 288: 475-482.

²¹ Stanton, Emms, & Sia. (2011). Malaysia's Market for Functional Foods, Nutraceuticals and Organic Foods. An Introduction for Canadian Producers and Exporters. Counsellor and Regional Agri-Food Trade Commissioner, South East Asia.

Makanan yang berkualiti penting untuk menjamin kesihatan tubuh supaya pemeliharaan kecergasan tubuh badan dapat dikekalkan dengan pengambilan makanan yang seimbang. Namun, dengan kehidupan yang sibuk dan kekangan masa akan membataskan seseorang untuk mendapatkan makanan yang berkualiti. Justeru, untuk memudahkan kehidupan, ramai yang berpandangan bahawa makanan tambahan/ makanan berfungsi dapat membantu untuk melengkapkan nutrisi harian yang diperlukan oleh tubuh badan.

Makanan tambahan atau makanan berfungsi merupakan makanan yang boleh memberikan lebih banyak manfaat kesihatan berbanding pemakanan secara asas.²² Sewajarnya, sebelum mengambil makanan tambahan, masyarakat perlu mendapatkan khidmat nasihat daripada profesional kesihatan di samping tidak meminggirkan pengamalan gaya hidup yang sihat.

Ramai pengguna menganggap makanan berfungsi berupaya memberikan pengguna menjalani kehidupan sihat tanpa mengubah tabiat pemakanan. Penerimaan pengguna terhadap makanan berfungsi dipengaruhi oleh persepsi terhadap kaedah pemrosesan, komponen yang diperkayakan (ditambah), jenis makanan dan tuntutan kesihatan (*health claim*) yang digunakan dalam pengeluaran dan pemasaran sesuatu jenis makanan berfungsi.²³ Tambahan pula, strategi pemasaran yang berlebihan daripada pengeluar akan mempengaruhi tarikan pengguna terhadap sesuatu produk lebih-lebih lagi menggunakan alasan agama sebagai suatu pengaruh kesihatan. Masyarakat Islam meletakkan tahap kepercayaan yang tinggi terhadap makanan sunnah kerana manfaat kesihatan dan ia dilihat sebagai satu cara untuk mengikut perbuatan Rasulullah SAW. Bukti dapat dilihat apabila muncul banyak produk makanan dan minuman yang menggunakan label makanan sunnah serta mendapat sambutan yang memberangsangkan daripada masyarakat.²⁴ Keterangan pada pembungkusan produk makanan mampu meraih tarikan pengguna untuk membelinya. Kesannya, permintaan terhadap produk

²² Bech-Larsen, T., & Grunert, K. G. (2003). The perceived healthiness of functional foods - A conjoint study of Danish, Finnish and American consumers' perception of functional foods. *Appetite*, 40, 9-14. [http://dx.doi.org/10.1016/S0195-6663\(02\)00171-X](http://dx.doi.org/10.1016/S0195-6663(02)00171-X)

²³ Ibid

²⁴ Siti Fairuz Sujak, Noor Syahida Md Soh, Azizah Md. Kasah, Siti Zaleha Syafiee, Noraishah P. Othman, Rohaya Sulaiman, Nor Fazlin Uteh & Zuliana Zoolkefli. 2015. Pemahaman Serta Pengamalan Makanan Sunnah dan Sunnah Pemakanan Warga Universiti Teknologi Mara (UITM) Johor kampus Pasir Gudang. *Prosiding of the 1st International Islamic Heritage Conference (ISHEC 2015)*, hlm. 335-345.

makanan yang mempunyai pelabelan keterangan pemakanan yang baik dan menyihatkan semakin meningkat.²⁵

Walau bagaimanapun, tiada kajian klinikal produk makanan sunnah dilaksanakan untuk membuktikan keberkesannya. Dakwaan sebagai produk kesihatan dan mampu merawat penyakit kronik jelas tersasar kerana sesuatu produk makanan diambil hanyalah untuk tujuan keperluan zat dan nutrisi serta tidak berfungsi sebagai merawat penyakit apatah lagi mampu menyembuhkan sesuatu penyakit.

Tahap keselamatan dan keraguan pengguna terhadap kesan mudarat sesuatu makanan tambahan/makanan berfungsi memberi impak kepada keyakinan pengguna. Pengguna yang peka terhadap risiko penggunaan makanan tambahan akan mempengaruhi kesediaan mereka untuk menggunakan produk tersebut.²⁶ Oleh itu, sekiranya masyarakat pengguna mengambil berat dan mempunyai kewaspadaan terhadap pengambilan sesuatu produk makanan tambahan, sebarang risiko dapat dielakkan.

Maklumat berkaitan dengan kesihatan dan tahap kepercayaan pengguna memainkan peranan penting dalam penerimaan pengguna terhadap makanan tambahan. Pengetahuan pengguna akan mempengaruhi tahap keyakinan untuk membeli produk yang menarik perhatian mereka.²⁷ Maklumat tentang kemanfaatan kesihatan sesuatu makanan tambahan akan meningkatkan kebarangkalian penggunaannya dalam masyarakat.²⁸ Justeru, dalam situasi hari ini, masyarakat lebih percaya kepada dakwaan dan testimoni semata-mata kerana menganggap produk tersebut mendatangkan kebaikan kepada kesihatan. Malahan ada individu yang sanggup meninggalkan ubat yang telah dipreskripsikan oleh doktor perubatan kerana mempercayai manfaat kesihatan yang diperolehi daripada produk makanan tambahan. Tabiat sebegini akan memburukkan lagi tahap kesihatan.

²⁵ May O. Lwin. 2015. Comparative Practices Of Food Label Claims From US, EU and Selected Southeast Asian Countries. *Journal of Consumer Marketing* 32(7): 530-541.

²⁶ Urala, N., & Lähteenmäki, L. (2007). Consumers' changing attitudes towards functional foods. *Food Quality and Preference*, 18, 1-12. <http://dx.doi.org/10.1016/j.foodqual.2005.06.007>

²⁷ Krystallis, A., Maglaras, G., & Mamalis, S. (2008). Motivations and cognitive structures of consumers in their purchasing of functional foods. *Food Quality and Preference*, 19, 525–538. <http://dx.doi.org/10.1016/j.foodqual.2007.12.005>

²⁸ Tuorila, H., & Cardello, A. V. (2002). Consumer Responses to an Off-Flavor In Juice In The Presence Of Specific Health Claims. *Food Quality and Preference*, 13, 561–569. [http://dx.doi.org/10.1016/S0950-3293\(01\)00076-3](http://dx.doi.org/10.1016/S0950-3293(01)00076-3)

Kebimbangan timbul sekiranya dakwaan tentang manfaat kesihatan memberi implikasi kepada kesihatan dan mengancam nyawa masyarakat.²⁹ Perkara sebegini boleh berlaku akibat ketidaktelusan. Golongan pengeluar bebas menentukan dan mendakwa tentang keselamatan produk serta dos pengambilan tanpa kajian makmal. Di samping itu kombinasi bahan yang tidak diketahui, menyembunyikan kandungan produk dan mengandungi racun berjadual adalah antara isu yang sering dibangkitkan disebabkan aktiviti manipulasi para pengeluar demi meraih keuntungan.

Kebanjiran produk makanan Sunnah atau makanan tambahan lain yang bersumberkan produk OEM (original equipment manufacturer) menjadi satu fenomena di Malaysia. Produk tersebut hanyalah dibungkus semula, dicampur dengan bahan-bahan lain yang mungkin berbahaya, tiada ujian saintifik malah tiada penyelidikan dan pembangunan produk, tetapi didakwa mengandungi pelbagai manfaat dan khasiat yang berlebih-lebihan. Bahkan produk tersebut mungkin tidak mendapat kelulusan Kementerian Kesihatan Malaysia dan juga pensijilan halal.

Oleh itu, komitmen pengeluar yang mengeluarkan makanan Sunnah amat diperlukan agar tidak mempertaruhkan nyawa dan kesihatan orang lain demi keuntungan. Kajian dan pembuktian saintifik perlu dijalankan dan perlu merujuk kepada individu yang berautoriti dahulu sebelum mengeluarkannya supaya tidak mendatangkan kemudaratan.

Sepertimana yang berlaku semasa Rasulullah SAW menyuruh agar sahabatnya berubat atas nasihat doktor yang berkemahiran pada waktu tersebut sebagaimana yang tercatat dalam sebuah hadis: “Daripada sahabat Sa’ad mengisahkan, pada suatu hari aku menderita sakit, kemudian Rasulullah SAW menjengukku, baginda meletakkan tangannya di tengah dadaku, sampai jantungku merasakan sejuknya tangan baginda. Kemudian baginda bersabda, ‘Sesungguhnya engkau menderita penyakit jantung. Temuilah Al-Harits bin Kaladah daripada Bani Tsaqif, kerana sesungguhnya dia adalah seorang tabib (doktor). Dan hendaknya dia (Al-

²⁹ Kenyataan akhbar Kementerian Kesihatan Malaysia bertarikh 24 September 2018 dirujuk berkaitan isu larangan penjualan ke atas produk Jus Al Sunnah, Jus Al Sunnah Gold dan Jus Penawar keluaran syarikat Sri Saga Marketing S/B. Pengeluar tersebut telah melanggar Seksyen 16, Akta Makanan 1983 kerana mengeluarkan produk yang mengandungi bahan berbahaya iaitu bahan steroid yang dilarang seperti dexamethasone dan prednisolone. Penggunaan bahan tersebut secara berpanjangan tanpa pengawasan ahli profesional kesihatan boleh mengakibatkan kesan sampingan serius yang boleh membahayakan kesihatan. Pesakit yang menghidap kencing manis adalah berisiko tinggi kerana ia boleh menyebabkan paras gula dalam darah tidak terkawal dan seterusnya boleh mengakibatkan komplikasi yang serius.

Harits bin Kaladah) mengambil tujuh buah kurma 'ajwah, kemudian ditumbuk beserta biji-bijinya, kemudian meminumkanmu dengannya."³⁰

KESIMPULAN

Pengambilan makanan sunnah dan makanan tambahan lain amat berkait dengan pengetahuan seseorang individu dan sikap terhadap isu yang berkaitan dengan kesedaran. Dalam konteks ini, disebabkan kerana keterhadan pengetahuan pengguna dan kesedaran terhadap bahan-bahan kandungan dan kesannya kepada kesihatan, maka ketepatan maklumat dan aktiviti komunikasi amat diperlukan.

Oleh itu, persoalan tentang pendidikan kepada masyarakat pengguna amat penting dititikberatkan. Mereka wajar disedarkan dengan ilmu tentang manfaat pencegahan dan pemilihan sesuatu produk, dalam masa yang sama medium dan bahasa penyampaian mesej perlu sesuai untuk memudahkan kefahaman. Dalam hal ini, kerjasama semua pihak sama ada di peringkat individu, ibu bapa, keluarga, masyarakat, pengeluar dan penjual, agensi kerajaan, pihak berkuasa dan pemerintah amat diperlukan.

Kesedaran pengguna amat penting sebagai langkah kewaspadaan dalam pemilihan makanan tambahan. Walaupun banyak kemanfaatan dari sudut kesihatan dalam pengamalan makanan Sunnah, tetapi masyarakat pengguna masih perlu meletakkan langkah berjaga-jaga daripada pengambilan yang berlebih-lebihan memandangkan tiada kadar dos dan aturan yang ditetapkan dalam pengambilannya. Kekhawatiran akan implikasi kepada kesihatan dan keracunan kepada organ dalaman dalam jangka masa yang panjang perlu diutamakan. Di samping itu, perlu diingatkan, pengambilan makanan tambahan atau makanan Sunnah tidak dapat menggantikan ubat sekiranya telah disarankan oleh pakar perubatan malah digalakkan agar mendapat khidmat nasihat pakar berkelayakan sebelum membuat keputusan mengambil sebarang makanan tambahan.

Fenomena dakwaan yang melampau daripada pengeluar dan penjual produk makanan tambahan atau makanan sunnah akan memberikan impak buruk dalam ekosistem makanan halal khususnya. Pengiklanan yang berlebih-lebihan sebagai satu langkah melariskan jualan memberikan persepsi buruk kepada sesuatu produk apatah lagi sekiranya menggunakan agama. Tambahan pula, produk tersebut tidak lagi menepati konsep halalan tayyiban kerana tidak mencapai kualiti keselamatan dan boleh mengancam kesihatan. Pengguna yang bijak dan

³⁰ HR. Abu Daud, no. 3875. Al-Hafizh Abu Thahir mengatakan bahwa sanad hadis ini dha'if.

bermaklumat dapat mengelakkan daripada menjadi mangsa penipuan dakwaan sesuatu produk malah kekeliruan boleh diselesaikan dengan mengesahkannya pada pihak yang berautoriti.

Sungguhpun makanan sunnah atau makanan tambahan dianggap sebagai satu cara yang mudah untuk memenuhi keperluan diet sihat tetapi persepsi ini bukan satu tiket bagi umat Islam untuk mengabaikan penjagaan kesihatan menerusi amalan dan gaya hidup yang sihat. Penjagaan kesihatan melalui pemakanan dan prinsip mencegah lebih baik daripada mengubat juga amalan Sunnah yang wajar diamalkan oleh masyarakat Islam pada hari ini. Oleh itu, dalam pemilihan sebarang jenis produk makanan, umat Islam pada hari ini perlu meletakkan konsep halalan tayyiban sebagai kerangka dasar di mana sifat holistik konsep tersebut merangkumi segala aspek yang wajar diutamakan semasa pengambilan makanan.