



# ETIKA MAKAN

(Dalam Perspektif Al Qur'an & As Sunnah)

Ustadzah Nur Hasanah

Publication : 1438 H\_2016 M

**ETIKA MAKAN**

Oleh : Ustadzah Nur Hasanah

Sumber: [www.almanhaj.or.id](http://www.almanhaj.or.id) yang menyalinnya dari Majalah as-Sunnah

Ed. 1 Tahun VII 1420 H / 1999 M

e-Book ini didownload dari [www.ibnumajjah.com](http://www.ibnumajjah.com)

Menyoal etika makan, dapat dipastikan banyak dari kaum muslimin belum mempraktekannya. Bukti konkrit, kerap kali kita saksikan di berbagai lokasi dan kesempatan. Misal, seorang muslim makan sambil berjalan, atau makan dengan tangan kirinya tanpa ada beban kekeliruan. Beragam jamuan makan ala barat, semisal *standing party* banyak digandrungi orang. Banyak faktor yang menjadi latar belakang. Ketidaktahuan, mungkin satu sebab diantaranya. Ironisnya, mereka yang telah mengetahui etika Islam justru meremehkan dan menganggapnya bukanlah satu hal urgent dan mendasar. Celaka lagi bila mereka meninggalkannya karena tertarik etika barat, dengan asumsi etika mereka lebih beradab dan lebih moderen. *Wal 'iyadzu billah.*

Padahal, sebagaimana yang telah disepakati oleh para ulama, salah satu pembatal keislaman seseorang, ialah apabila ia meyakini ada petunjuk yang lebih baik dan lebih sempurna dari petunjuk Nabi *Shallallahu 'alaihi wa sallam*. Seyogyanya setiap muslim senantiasa berupaya mengejewantahkan nilai-nilai islami, termasuk adab makan ini. Karena adab-adab tersebut merupakan bagian dari risalah Rasulullah *Shallallahu 'alaihi wa sallam*. Berikut ini kami kemukakan point-point yang berkaitan dengan adab makan:

1. Membaca basmalah, demi mengharap keberkahan dan mencegah syaithan ikut makan bersama kita.

Abu Hafis Umar bin Abi Salamah *Radhiyallahu 'anhu* menuturkan,

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  
سَمِّ اللَّهَ وَكُلْ بِيَمِينِكَ وَكُلْ مِمَّا يَلِيكَ فَمَا زِلْتُ تِلْكَ طِعْمَتِي بَعْدُ

Ketika aku berada dalam bimbingan Rasulullah, pernah suatu kali tanganku bergerak di atas piring ke segala arah, hingga Rasulullah pun berkata kepadaku, "Wahai anak, sebutlah nama Allah, makanlah dengan tangan kananmu serta makanlah dari apa yang dekat denganmu." Maka demikianlah cara makanku sejak saat itu.<sup>1</sup>

Dari Ummul mu'minin A'isyah *Radhiyallahu 'anha* ia berkata Rasulullah *Shallallahu 'alaihi wa sallam* bersabda,

إِذَا أَكَلَ أَحَدُكُمْ فَلْيَذْكُرِ اسْمَ اللَّهِ تَعَالَى فَإِنْ نَسِيَ أَنْ يَذْكُرَ اسْمَ اللَّهِ  
تَعَالَى فِي أَوَّلِهِ فَلْيَقُلْ بِسْمِ اللَّهِ أَوَّلُهُ وَآخِرُهُ

---

<sup>1</sup> HR. Al Bukhari (Al Fath 9/521) dan Muslim (2202).

Jika salah seorang kalian makan, maka sebutlah nama Allah. Jika ia lupa untuk menyebutnya di awal, hendaklah ia membaca : بِسْمِ اللَّهِ أَوْلَهُ وَآخِرُهُ (dengan menyebut nama Allah pada awal dan akhirnya).<sup>2</sup>

Berkenaan dengan hadits di atas, Syaikh Salim bin Ied Al Hilali mengemukakan, *tasmiyyah* ialah membaca lafadz *bismillah*. Adapun pendapat yang mengatakan tasmiyyah dengan membaca *bismillahir rahman nir rahim*, merupakan pendapat yang tidak memiliki hujjah. Demikian juga pendapat yang mengatakan tasmiyyah dibaca pada setiap suapan, adalah pendapat yang batil. Karena tasmiyyah ini hanya dibaca pada awal makan.<sup>3</sup>

Adapun doa yang disunnahkan setelah selesai makan, ialah sebagaimana dijelaskan dalam hadits-hadits berikut.

عَنْ أَبِي أُمَامَةَ أَنَّ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ كَانَ إِذَا رَفَعَ مَائِدَتَهُ قَالَ  
الْحَمْدُ لِلَّهِ كَثِيرًا طَيِّبًا مُبَارَكًا فِيهِ غَيْرَ مَكْفِيٍّ وَلَا مُودَعٍ وَلَا مُسْتَعْنَى عَنْهُ  
رَبَّنَا

<sup>2</sup> Hadits shahih dengan beberapa *syawahid*-nya. Dikeluarkan oleh Abu Dawud, 3767; At Tirmidzi, 1858; An Nasai dalam *Amalul Yaum wal Lailah*, 281; Ahmad, 6/207-208; Ad Darimi, 2/ 94; Al Baihaqi, 7/276 dan Al Hakim, 4/108. HR. Al Bukhari (Al Fath 9/521) dan Muslim (2202).

<sup>3</sup> *Bahjatun Nazhirin* hal. 50 fiqhul hadits point 1 dan 2.

Dari Abu Umamah, sesungguhnya Nabi *Shallallahu 'alaihi wa sallam*, jika Beliau selesai makan Beliau berdoa, "Segala puji bagi Allah (aku memujinya) dengan pujian yang banyak, yang baik dan penuh berkah, yang senantiasa dibutuhkan, diperlukan dan tidak bisa ditinggalkan, ya Rabb kami."<sup>4</sup>

عَنْ مُعَاذِ بْنِ أَنَسٍ عَنْ أَبِيهِ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ مَنْ

أَكَلَ طَعَامًا ثُمَّ قَالَ الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي أَطْعَمَنِي هَذَا الطَّعَامَ وَرَزَقَنِيهِ مِنْ غَيْرِ

حَوْلٍ مِنِّي وَلَا قُوَّةَ غُفِرَ لَهُ مَا تَقَدَّمَ مِنْ ذَنْبِهِ وَمَا تَأَخَّرَ

Dari Mu'adz bin Anas, dari ayahnya, bahwa Nabi *Shallallahu 'alaihi wa sallam* bersabda, "Barangsiapa makan kemudian ia berdoa, 'Segala puji bagi Allah Yang telah memberi makanan ini kepadaku dan memberi rizki kepadaku tanpa daya dan kekuatanku,' niscaya diampuni dosanya yang telah lalu dan yang akan datang."<sup>5</sup>

2. Wajib makan dengan tangan kanan, berdasarkan perintah Rasulullah *Shallallahu 'alaihi wa sallam*,

---

<sup>4</sup> HR. Al Bukhari, *Al Fath* 9/580.

<sup>5</sup> HR. Abu Dawud, 4043; At Tirmidzi, 3458; Ibnu Majah, 3285; Ahmad, 3/3439; dan Ibnu Sunni, 469.

عن سلمة بن الأكوع أنّ رجلاً أكلَ عندَ رسولِ اللهِ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ  
وَسَلَّمَ بِشِمَالِهِ فَقَالَ كُنْ بِيَمِينِكَ قَالَ لَا أَسْتَطِيعُ قَالَ لَا اسْتَطَعْتَ مَا  
مَنَعَهُ إِلَّا الْكِبْرُ قَالَ فَمَا رَفَعَهَا إِلَى فِيهِ

Dari Salamah bin Al Akwa', bahwa pernah seorang laki-laki makan dengan tangan kirinya di sisi Rasulullah, maka Beliau berkata, "Makanlah dengan tangan kananmu." Laki-laki itu menjawab, "Aku tidak bisa." Beliau pun berkata, "Engkau tidak bisa, tidak ada yang mencegahmu melakukannya melainkan kesombonganmu." Akhirnya ia benar-benar tidak bisa mengangkat tangannya ke mulutnya.<sup>6</sup>

Ucapan Rasulullah pada hadits di atas (لَا اسْتَطَعْتَ) merupakan doa Beliau atas laki-laki tadi, karena kesombongannya enggan mengikuti sunnah.<sup>7</sup>

3. Disunnahkan makan dengan tiga jari dan menjilatinya selesai makan serta mengambil suapan yang jatuh.

---

<sup>6</sup> HR. Muslim no. 2021.

<sup>7</sup> *Bahjatun Nazhirin* hal. 239.

عَنْ كَعْبٍ قَالَ رَأَيْتُ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَأْكُلُ بِثَلَاثِ  
أَصَابِعٍ فَإِذَا فَرَغَ لَعِقَهَا

Dari Ka'ab bin Malik ia berkata, "Aku melihat Rasulullah *Shallallahu 'alaihi wa sallam* makan dengan tiga jarinya dan setelah selesai Beliau menjilatinya."<sup>8</sup>

عَنْ جَابِرٍ قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ إِذَا وَقَعَتْ لُفْمَةٌ  
أَحَدِكُمْ فَلْيَأْخُذْهَا فَلْيَمِطْ مَا كَانَ بِهَا مِنْ أَدَىٰ وَلْيَأْكُلْهَا وَلَا يَدْعُهَا  
لِلشَّيْطَانِ وَلَا يَمْسَحَ يَدَهُ بِالْمِنْدِيلِ حَتَّىٰ يَلْعَقَ أَصَابِعَهُ فَإِنَّهُ لَا يَدْرِي فِي  
أَيِّ طَعَامِهِ الْبَرَكَةُ

Dari Jabir, ia berkata, Rasulullah *Shallallahu 'alaihi wa sallam* telah bersabda, "Jika jatuh suapan salah seorang diantara kalian, hendaklah ia mengambilnya. Kemudian membersihkan kotoran yang mungkin menempel dan memakannya. Janganlah ia tinggalkan suapan itu untuk syaithan, dan janganlah ia mengusap tangannya dengan sapu tangan sampai ia menjilatinya. Karena ia tidak tahu, di bagian mana berkah dari makannya."<sup>9</sup>

<sup>8</sup> HR. Muslim, 2032,132.

<sup>9</sup> HR. Muslim, 2033,134.

4. Tidak boleh makan dengan bersandar.

عَنْ أَبِي جُحَيْفَةَ يَقُولُ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ لَا آكُلُ  
مُتَّكِنًا

Dari Abu Juhaifah, ia berkata, Rasulullah bersabda,  
"Tidaklah aku makan dengan bersandar."<sup>10</sup>

5. Tidak boleh mencela makanan halal.

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ قَالَ مَا عَابَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ طَعَامًا قَطُّ إِذْ  
اشْتَهَاهُ أَكَلَهُ وَإِنْ كَرِهَهُ تَرَكَهُ

Dari Abi Hurairah, ia berkata, "Nabi tidak pernah mencela makanan sedikitpun. Jika Beliau suka, Beliau memakannya. Dan bila tidak suka, Beliau meninggalkannya."<sup>11</sup>

6. Disunnahkan untuk bercakap-cakap ketika makan dan memuji makanan meskipun sedikit.

<sup>10</sup> HR. Al Bukhari, *Al Fath*, 9/540.

<sup>11</sup> HR. Muttafaquun `alaihi.



عَنْ جَابِرِ بْنِ عَبْدِ اللَّهِ أَنَّ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ سَأَلَ أَهْلَهُ الْأُدْمَ  
فَقَالُوا مَا عِنْدَنَا إِلَّا حَلٌّ فَدَعَا بِهِ فَجَعَلَ يَأْكُلُ بِهِ وَيَقُولُ نِعْمَ الْأُدْمُ الْحَلُّ  
نِعْمَ الْأُدْمُ الْحَلُّ

Dari Jabir bin Abdillah, bahwasanya Nabi bertanya kepada keluarganya tentang lauk. Mereka menjawab, "Kita tidak memiliki lauk, kecuali cuka." Maka Beliau pun minta untuk dibawakan. Kemudian Beliau makan dengan cuka tadi dan berkata, "Sebaik-baik lauk adalah cuka, sebaik-baik lauk adalah cuka."<sup>12</sup>

#### 7. Mendahulukan orang tua ketika makan.

عَنْ حُذَيْفَةَ قَالَ كُنَّا إِذَا حَضَرْنَا مَعَ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ طَعَامًا لَمْ  
نَضَعْ أَيْدِينَا حَتَّى يَبْدَأَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَيَضَعُ يَدَهُ

Dari Hudzaifah ia berkata, "Jika kami menghadiri jamuan makan bersama Rasulullah, tidaklah kami menjulurkan tangan kami ke makanan sampai Rasulullah memulainya"<sup>13</sup>

<sup>12</sup> HR. Muslim, 2052.

<sup>13</sup> HR. Muslim, 2017.

8. Kita boleh makan dengan sendiri ataupun dengan berjamaah, berdasarkan firman-Nya Subhanahu wa Ta'ala :

لَيْسَ عَلَى الْأَعْمَى حَرْجٌ وَلَا عَلَى الْأَعْرَجِ حَرْجٌ وَلَا عَلَى الْمَرِيضِ حَرْجٌ  
وَلَا عَلَى أَنْفُسِكُمْ أَنْ تَأْكُلُوا مِنْ بُيُوتِكُمْ أَوْ بُيُوتِ آبَائِكُمْ أَوْ بُيُوتِ  
أُمَّهَاتِكُمْ أَوْ بُيُوتِ إِخْوَانِكُمْ أَوْ بُيُوتِ أَخَوَاتِكُمْ أَوْ بُيُوتِ أَعْمَامِكُمْ أَوْ  
بُيُوتِ عَمَّاتِكُمْ أَوْ بُيُوتِ أَخْوَالِكُمْ أَوْ بُيُوتِ خَالَاتِكُمْ أَوْ مَا مَلَكَتْ  
مَفَاتِيحُهُ أَوْ صَدِيقِكُمْ لَيْسَ عَلَيْكُمْ جُنَاحٌ أَنْ تَأْكُلُوا جَمِيعًا أَوْ أَشْتَاتًا فَإِذَا  
دَخَلْتُمْ بُيُوتًا فَسَلِّمُوا عَلَى أَنْفُسِكُمْ تَحِيَّةً مِّنْ عِنْدِ اللَّهِ مُبَارَكَةً طَيِّبَةً كَذَلِكَ  
يُبَيِّنُ اللَّهُ لَكُمُ الْآيَاتِ لَعَلَّكُمْ تَعْقِلُونَ

Tidak ada halangan bagi orang buta, tidak (pula) bagi orang pincang, tidak (pula) bagi orang sakit, dan tidak (pula) bagi dirimu sendiri, makan (bersama-sama mereka) di rumah kamu sendiri atau di rumah bapak-bapakmu, di rumah ibu-ibumu, di rumah saudara-saudaramu yang laki-laki, di rumah saudara-saudaramu yang perempuan, di rumah saudara-saudara bapakmu yang laki-laki, di rumah saudara-saudara bapakmu yang

perempuan, di rumah saudara-saudara ibumu yang laki-laki, di rumah saudara-saudara ibumu yang perempuan, di rumah yang kamu miliki kuncinya atau di rumah kawan-kawanmu. Tidak ada halangan bagi kamu makan bersama-sama mereka atau sendirian. Maka apabila kamu memasuki (suatu rumah dari) rumah-rumah (ini) hendaklah kamu memberi salam kepada penghuninya salam yang ditetapkan dari sisi Allah, yang diberkati lagi baik. Demikianlah Allah menjelaskan ayat-ayat(Nya) bagimu, agar kamu memahaminya. (QS. An-Nuur/24:61)

Namun ada anjuran Nabi *Shallallahu 'alaihi wa sallam* untuk makan berjamaah seperti yang diriwayatkan dalam satu hadits, para sahabat pernah bertanya kepada Rasulullah *Shallallahu 'alaihi wa sallam*, "Wahai Rasulullah sesungguhnya kami sudah makan namun mengapakah kami tidak merasa kenyang?" Beliau berkata, "Mungkin kalian makan dengan terpisah" Mereka menjawab, "Ya" Maka beliau pun bersabda,

فَجْتَمِعُوا عَلَى طَعَامِكُمْ وَادْكُرُوا اسْمَ اللَّهِ يُبْرِكْ لَكُمْ

"Berkumpullah kalian ketika makan serta sebutlah nama Allah niscaya Allah akan memberikan keberkahan kepada kalian."<sup>14</sup>

---

<sup>14</sup> Hadits hasan lighairihi dengan beberapa *syawahid*-nya, diriwayatkan oleh Abu Daud (3764), Ibnu Majah (3286), Ahmad ( 3/501) dan

9. Jika diundang dalam jamuan makan, selayaknya kita memperhatikan adab-adab berikut:

a. Wajib memenuhi undangan sekalipun sedang berpuasa. Bagi yang berpuasa sunnah ia boleh berbuka dan tidak wajib mengqadhanya, berdasarkan hadis Nabi berikut:

الصَّائِمُ الْمَتَطَوِّعُ أَمْرُ نَفْسِهِ إِنْ شَاءَ صَامَ وَإِنْ شَاءَ أَفْطَرَ

Orang berpuasa sunnah adalah amir bagi dirinya sendiri, jika mau ia boleh berpuasa dan jika mau ia boleh berbuka”<sup>15</sup>

b. Disunnahkan untuk mendoakan yang mengundang.

Abdullah bin Bisyir mengisahkan, ayahnya pernah membuat makanan untuk Nabi *Shallallahu 'alaihi wa sallam* lalu mengundang beliau. Beliau *Shallallahu 'alaihi wa sallam* pun datang. Selesai makan beliau berdoa:

---

selain mereka dari jalan Al Walid bin Muslim ia berkata, “Telah menceritakan kepadaku Wahsy bin Harb dari bapaknya dari kakeknya secara marfu’. Lihat *Majma’ Az Zawaid* (5/20-21) dan *At Targhib wat Tarhib* (3/133-134).

<sup>15</sup> HR. An Nasai dalam *Al Kubra* (64/2), Al Hakim (1/439), Al Baihaqi (4/276) dari jalan Samak bin Harb dari Abu Shalih dari Umu Hani’ dengan marfu’.

اللهم بارِكْ لَهُمْ فِيْمَا رَزَقْتَهُمْ وَاغْفِرْ لَهُمْ وَاَرْحَمْهُمْ

“Ya Allah berikanlah mereka keberkahan pada apa yang Kau rizqikan kepada mereka, ampunillah mereka serta sayangilah mereka”<sup>16</sup>

Kemudian sabda beliau yang lain:

أَكَلْ طَعَامَكُمْ الْأَبْرَارِ وَ صَلَّتْ عَلَيْكُمْ الْمَلَائِكَةُ وَ أَفْطَرَ عِنْدَكُمْ

الصَّائِمُونَ

“Semoga orang-orang baik memakan makanan kalian, para malaikat mendoakan kalian dan orang-orang yang berpuasa berbuka di rumah kalian”<sup>17</sup>

- c. Tidak wajib menghadiri undangan yang di dalamnya terdapat maksiat.

Nabi *Shallallahu 'alaihi wa sallam* bersabda:

---

<sup>16</sup> HR. Muslim (3/1615).

<sup>17</sup> HR. Ahmad 93/138), Abu ali Ash Shafar dalam haditsnya (11/1), Ath Thahawi dalam *Al Musykil* (1/ 498-499), Al Baihaqi ( 7/287), Ibnu Asakir (7/59-60) dan sanad mereka shahih.

مَنْ كَانَ يُؤْمِنُ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ قَلَّ يَتَعَدَّنَّ عَلَى مَائِدَةٍ تُدَارُ  
عَلَيْهَا بِالْخَمْرِ

“Barangsiapa yang beriman kepada Allah dan hari akhir janganlah ia sekali-kali duduk di meja hidangan yang di situ dihidangkan minuman keras”<sup>18</sup>

- d. Disunnahkan untuk memulai makan dari tepi wadah dan bukan dari tengah

Dari Abdullah bin Bisir ia berkata, “Nabi memiliki mangkuk besar yang dinamai Al Gharra’ yang diangkat oleh empat orang lelaki, tatkala para sahabat selesai shalat duha, mangkuk tersebut dihidangkan penuh berisi kuah dan roti, para sahabat berkerumun mengelilinginya. Ketika jumlah sahabat yang datang semakin banyak, Nabi duduk berlutut dengan menduduki punggung telapak kaki beliau. Seorang lelaki badui bertanya, “Duduk macam apakah ini? Rasulullah menjawab, “Sesungguhnya Allah telah menjadikanku sebagai hamba yang mulia dan tidaklah Ia menjadikanku seorang yang sombong lagi durhaka” Kemudian beliau bersabda, “Makanlah dari sisi-sisinya

---

<sup>18</sup> HR. Ahmad dari Umar, At Tirmidzi, di hasankan oleh Al Hakim dan ia juga mensahihkannya dari Jabir dan disepakati oleh Adz Dzahabi; At Thabrani dari Ibnu Abbas.

dan tinggalkanah puncaknya niscaya Allah memberikan berkah pada makanan ini.”<sup>19</sup>

- e. Tidak boleh bagi orang yang tidak diundang untuk ikut makan kecuali dengan seizin tuan rumah.

Abu Mas’ud Al Badri bercerita, “Seorang laki-laki mengundang Nabi ke rumahnya untuk mencicipi makanan buatannya. Lalu ada seorang lelaki yang mengikuti beliau. Ketika sampai beliau berkata, “Lelaki ini mengikuti saya, engkau boleh mengizinkannya masuk atau jika tidak ia akan pulang” Pemilik rumah menjawab, “Saya mengizinkannya wahai Rasulullah”<sup>20</sup>

- f. Tidak seyogyanya bagi tuan rumah mengkhususkan hanya mengundang orang-orang kaya dan terpandang saja tanpa menyertakan orang-orang miskin. Nabi *Shallallahu 'alaihi wa sallam* bersabda,

شَرُّ الطَّعَامِ طَعَامُ الْوَلِيمَةِ يُدْعَى إِلَيْهِ الْأَغْنِيَاءُ وَيُتْرَكُ الْمَسَاكِينُ

---

<sup>19</sup> HR. Abu Daud (3773), Ibnu Majah (3263 & 3275) dengan sanad shahih.

<sup>20</sup> Muttafaqun alaihi.

“Seburuk-buruk makanan adalah makanan walimah yang diundang untuk menghadirinya hanya golongan kaya saja sedangkan orang-orang miskin dilarang”<sup>21</sup>

*Wallahu a'lamu bish shawab* [ ]

**Maraji :**

- *Riyadhus Shalihin* tahqiq Abdul aziz Rabaah dan Ahmad Yusuf Ad-Daqaq
- *Bahjatun Nazhirin Syarhu Riyadhis Shalihin*
- *Adabuz Zifaaf*
- *Hishnul Muslim*

---

<sup>21</sup> HR. Muslim (4/154) dan Al Baihaqi (7/262) dari hadits Abu Hurairah.