

PROGRAM MAKAN BERGIZI (MBG) DALAM PERSPEKTIF HADIS TARBAWI

Natasya Gayomi¹, Hafizhotul Jayyidah², Giska Ramadhani³ Dwi Meutia
Hasni⁴

Sekolah Tinggi Agama Islam As-Sunnah Deli Serdang, Indonesia¹²ⁿ
natasyagayomi150106@gmail.com¹, hafizhotuljayyidah18@gmail.com²,
giskaramadhani0910@gmail.com³, dwimeutiahasni@assunnah.ac.id

Abstract

The Nutritious Free Meal Program (MBG) is a government initiative that aims to improve the nutritional quality and education of students. From an Islamic perspective, maintaining health and meeting nutritional needs are not only considered biological necessities but also a human responsibility to safeguard the body entrusted by Allah *Subhanahu wa Ta'ala*. The MBG program is one of the government's efforts to meet students' nutritional needs, which can be examined from the perspective of tarbawi hadith. This study aims to investigate the implementation of tarbawi hadith values in the Nutritious Free Meal Program (MBG), particularly regarding healthy eating habits, health maintenance, human resource development, and social awareness. This study employs a literature review method, using a qualitative descriptive approach. Data sources include the hadiths of the Prophet Muhammad, peace be upon him, scholarly journals, books, and various relevant literature on health, Islamic education, and the MBG. The research results indicate that the values of tarbawi hadiths can serve as a foundation for the implementation of the MBG program. Furthermore, the MBG program can also be analyzed through the concept of *maqasid al-shari'ah*, particularly *hifz al-nafs* and *hifz al-aql*, which relate to health maintenance and the intellectual development of students. The MBG program has the potential to reflect the values of social concern, empathy, and a spirit of mutual assistance in social life if implemented

Keywords: health, hadith tarbawi, Free Nutritious Food, *maqasid al-shari'ah*, Islamic education

(*) Corresponding Author: Natasya Gayomi, natasyagayomi150106@gmail.com,
0895322307746

PENDAHULUAN

Program Makanan Bergizi Gratis (MBG) merupakan salah satu kebijakan pemerintah yang berfokus pada peningkatan kualitas gizi dan pendidikan peserta didik di Indonesia. Pemenuhan gizi yang baik menjadi faktor penting dalam mendukung terciptanya sumber daya manusia yang sehat, cerdas, dan produktif. Kekurangan makanan bergizi dapat memengaruhi kesehatan fisik anak, kemampuan berkonsentrasi, dan perkembangan mental. Oleh karena itu, gizi

yang cukup penting bukan hanya untuk kesehatan fisik, tetapi juga memiliki hubungan erat dengan peningkatan kualitas pendidikan dan pembangunan manusia masa depan (Firman Arifandi, 2024).

Dalam perspektif Islam, pentingnya kesehatan dan makanan bergizi ditekankan dalam Al-Qur'an dan hadis Nabi Muhammad *Shallallahu 'Alaihi Wassalam*. Islam tidak hanya mengatur masalah ibadah, tetapi juga memberikan petunjuk tentang menjaga gaya hidup sehat, kebersihan, dan mengonsumsi makanan halal dan *thayyib*. Nabi Muhammad *Shallallahu 'Alaihi Wassalam* mengajarkan para pengikutnya untuk menjaga kesehatan sebagai ungkapan syukur atas nikmat Allah. Menurut sebuah hadis, kesehatan adalah nikmat yang sering diabaikan manusia (An-Naisaburi, n. d). Hal ini menunjukkan peran penting kesehatan dalam kehidupan seorang Muslim (Taslim, 2025).

Hadis-hadis tarbawi juga mengandung nilai-nilai pendidikan dalam pembentukan kebiasaan hidup sehat sejak dini. Rasulullah *Shallallahu 'Alaihi Wassalam* mengajarkan pola makan seimbang dan larangan berlebihan dalam makan. Dalam hadis riwayat at-Tirmidzi dijelaskan bahwa manusia dianjurkan untuk menjaga keseimbangan dalam makan dan minum (Imam Abu Isa Muhammad bin Isa bin Saurah al-Tirmidzi, n.d). Nilai-nilai tersebut menunjukkan bahwa Islam telah memberikan perhatian terhadap pentingnya pemenuhan gizi dan kesehatan jauh sebelum berkembangnya ilmu kesehatan modern. Nutrisi yang baik dapat membantu perkembangan otak dan meningkatkan konsentrasi belajar peserta didik (Hibatulloh, 2023).

Selain itu, konsep *maqasid al-shari'ah* menempatkan pemeliharaan jiwa (hifz al-nafs) dan pemeliharaan akal (hifz al-aql) sebagai komponen penting kehidupan manusia (Hayat, 2020). Dalam hal ini, program MBG dapat dikaji melalui perspektif *maqasid al-syari'ah* karena berkaitan dengan upaya pemenuhan gizi, kesehatan, dan dukungan terhadap proses belajar peserta didik.

Di sisi lain, program MBG juga memiliki keterkaitan nilai sosial yang sejalan dengan ajaran Islam, seperti kepedulian dan semangat saling membantu. Program ini membantu peserta didik memperoleh makanan yang layak dan bergizi tanpa memandang latar belakang ekonomi. Nilai tersebut sejalan dengan hadis Nabi *Shallallahu 'Alaihi Wassalam* tentang pentingnya saling menguatkan antarsesama muslim (Abu Abdillah Muhammad bin Ismail al-Bukhari, n.d ; Mukhtar, 2021; Nurjaman, 2025).

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini memiliki arti penting dalam mengkaji program Makanan Bergizi Gratis (MBG) dalam perspektif hadis. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis keterkaitan nilai-nilai hadis tarbawi dengan aspek kesehatan, pendidikan, dan kepedulian sosial yang berkaitan dengan pelaksanaan program MBG.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kepustakaan (library research) dengan pendekatan deskriptif kualitatif. Metode ini digunakan karena penelitian berfokus pada kajian hadis-hadis yang berkaitan dengan kesehatan, pola makan, dan pemenuhan gizi dalam perspektif Islam serta relevansinya dengan Program Makan Gratis (MBG). Sumber data penelitian terdiri dari data

primer dan data sekunder. Data primer diperoleh dari hadis-hadis Nabi *Shallallahu 'Alaihi Wassalam* yang berkaitan dengan kesehatan, pola makan, kebersihan, dan aktivitas fisik. Sementara itu, data sekunder diperoleh dari kitab syarah hadis, buku, jurnal, dan literatur lain yang relevan dengan tema penelitian. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui studi dokumentasi dengan cara membaca, mencatat, mengkaji berbagai sumber yang berkaitan dengan penelitian. Data yang telah diperoleh kemudian dianalisis menggunakan teknik analisis isi (*content analysis*) untuk memahami nilai-nilai yang terkandung dalam hadis-hadis terkait kesehatan dan pemenuhan gizi. Melalui metode ini, penelitian bertujuan untuk menganalisis Program Makan Bergizi (MBG) dalam perspektif hadis, khususnya yang berkaitan dengan kesehatan, pola hidup sehat, dan nilai kepedulian sosial dalam Islam.

Kebaruan dalam penelitian ini terletak pada analisis terhadap Program Makan Bergizi Gratis (MBG) yang masih relatif jarang dikaji melalui pendekatan hadis tarbawi yang terintegrasi dengan konsep maqasid *al-syari'ah*. Berbeda dengan penelitian sebelumnya yang umumnya berfokus pada aspek gizi dan dampaknya terhadap kemampuan kognitif siswa, penelitian ini menekankan keterkaitan antara pemenuhan gizi dengan pembentukan nilai-nilai pendidikan islam, seperti etika hidup sehat, pengembangan akal (*hifz al-'aql*), pemeliharaan jiwa (*hifz al-nafs*), serta nilai kepedulian sosial. Dengan demikian, penelitian ini memberikan perspektif baru bahwa program MBG tidak hanya berfungsi sebagai intervensi kesehatan, tetapi juga sebagai sarana pendidikan karakter dan spiritual dalam Islam.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Urgensi Makanan *Halalan Thayyiban* dalam Perspektif Hadis Tarbawi

Kesehatan adalah salah satu nikmat terbesar yang dianugerahkan Allah kepada umat manusia. Dalam Islam, kesehatan dipahami bukan hanya sebagai ketiadaan penyakit, tetapi juga mencakup keseimbangan fisik, spiritual, mental, dan sosial. Tubuh yang sehat memungkinkan manusia untuk melakukan aktivitas, belajar, bekerja, dan beribadah secara efektif. Oleh karena itu, menjaga kesehatan adalah ungkapan rasa syukur atas tubuh yang dipercayakan Allah kepada kita (Taslim, 2025: 1518).

Salah satu menjaga kesehatan adalah dengan mengonsumsi makanan halal dan *thayyiban*, yaitu makanan yang halal, bersih, aman, bergizi, dan bermanfaat bagi tubuh.

Dari perspektif hadis tarbawi, menjaga kesehatan melalui pola makan sehat merupakan bagian dari Pendidikan Islam. Rasulullah *Shallallahu 'Alaihi Wasallam* bersabda:

حَدَّثَنَا الْمَكِّيُّ بْنُ إِبْرَاهِيمَ: أَخْبَرَنَا عَبْدُ اللَّهِ بْنُ سَعِيدٍ هُوَ ابْنُ أَبِي هِنْدٍ ، عَنْ أَبِيهِ ، عَنْ ابْنِ عَبَّاسٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا قَالَ: قَالَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: نِعْمَتَانِ مَغْبُورٌ فِيهِمَا كَثِيرٌ مِنَ النَّاسِ الصَّحَّةُ وَالْفَرَاغُ

"Al-Makki ibn Ibrahim menceritakan kepada kami, 'Abdullah ibn Sa'ad ibn Abi Hind mengabarkan kepada kami, dari ayahnya, dari Ibnu Abbas ia berkata: Rasulullah

bersabda: Ada dua kenikmatan yang banyak manusia tertipu (lalai) didalamnya, kesehatan dan waktu luang.” (An-Naisaburi, 2664).

Islam sangat memperhatikan kesehatan, salah satunya dalam hal makanan yang halal, haram, dan baik. Halal adalah sesuatu yang diperbolehkan secara agama, sedangkan baik adalah sesuatu yang pada dasarnya tidak membahayakan fisik dan pikiran, dan harus memenuhi persyaratan kebersihan. Pernyataan Al-Mara'i yang dikutip dalam buku Syarfaini, mengatakan bahwa manusia harus memikirkan peristiwa yang mereka alami dan makanan yang mereka makan. Cara makanan diciptakan dan disediakan untuk mereka sehingga dapat digunakan untuk mendukung kelangsungan hidup mereka. Selain itu, mereka juga dapat merasakan lezatnya makanan yang mendukung kekuatan tubuh mereka (Rahayu, 2019: 295).

Berkaitan dengan Program Makanan Bergizi Gratis (MBG), konsep halal dan *thayyiban* (diperbolehkan dan sesuai) dalam hadits Tarbawi (ajaran Islam) menunjukkan bahwa makanan tidak hanya dipahami sebagai pemenuhan kebutuhan dasar tetapi juga sebagai bagian dari pembentukan kebiasaan gaya hidup yang baik. Jelas bahwa wacana yang berkaitan dengan MBG dari perspektif hadits mencakup tidak hanya masalah ketersediaan makanan bagi peserta didik tetapi juga cara makanan tersebut selaras dengan nilai-nilai yang dianut oleh Islam.

Perlunya makanan halal dan *thayyiban*, sangat penting bahwa program MBG perlu pertimbangan yang semestinya terhadap aspek halal, kebersihan, dan kesesuaian makanan yang diberikan kepada peserta didik. Dari perspektif hadis, makanan yang dikonsumsi berkaitan dengan perkembangan kualitas hidup dan perilaku manusia. Oleh karena itu, implementasi MBG harus berpegang pada prinsip-prinsip makanan halal dan *thayyiban* agar selaras dengan nilai-nilai pendidikan Islam.

Selain mempertimbangkan unsur halal dan *thayyib* (baik), nilai gizi makanan juga merupakan komponen penting dalam meningkatkan kesehatan siswa. Dengan menawarkan makanan bergizi, Program Makan Siang Gratis (MBG) bertujuan untuk memenuhi kebutuhan gizi siswa. Selain meningkatkan kesehatan fisik, pola makan sehat juga mendorong pertumbuhan kognitif dan mempersiapkan siswa untuk belajar. Untuk mencapai tujuan pendidikan dan kesehatan secara optimal, implementasi program MBG harus mencakup konsep halal, *thayyib*, dan gizi.

Membangun Kualitas SDM melalui Gizi yang Terpenuhi Sejak Dini

Pola makan sehat adalah praktik mengonsumsi makanan dan minuman dengan nutrisi seimbang sesuai kebutuhan tubuh. Memenuhi kebutuhan nutrisi sejak dini sangat penting untuk mengembangkan sumber daya manusia yang sehat, cerdas, dan produktif. Sebaliknya, makan berlebihan atau kekurangan gizi dapat menyebabkan masalah kesehatan dan menurunkan kualitas hidup (Firman Arifandi, 2024: 131).

Pola makan sehat merupakan upaya penting untuk menjaga keseimbangan dan kesehatan dengan memenuhi kebutuhan nutrisi. Nutrisi yang tepat sejak usia dini memainkan peran penting dalam mengembangkan sumber daya manusia yang sehat, cerdas, dan produktif. Sebaliknya, pola makan yang tidak seimbang, baik karena kekurangan maupun kelebihan nutrisi, dapat menyebabkan berbagai

masalah kesehatan dan menurunkan kualitas hidup seseorang. Oleh karena itu, menerapkan pola makan sehat harus ditanamkan sejak usia dini sebagai cara untuk menjaga kesehatan dan meningkatkan kualitas hidup.

Rasulullah *Shallallaahu 'Alaihi Wasallam* bersabda:

عَنِ الْمُقَدَّامِ بْنِ مَعْدِيكَرَبٍ قَالَ: سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَقُولُ:
مَا مَلَأَ آدَمِيٌّ وَعَاءً شَرًّا مِنْ بَطْنٍ بِحَسْبِ ابْنِ آدَمَ أَكَلَاتُ يُقْمَنَ صَلْبُهُ فَإِنْ كَانَ لَا مَحَالَةَ فَتَلْتُ
لِطَعَامِهِ وَتَلْتُ لِشَرَابِهِ وَتَلْتُ لِنَفْسِهِ

“Tidak ada tempat yang lebih buruk yang dipenuhi manusia selain perutnya. cukuplah bagi anak Adam beberapa suap makanan untuk menegakkan tubuhnya. Jika harus lebih, maka sepertiga untuk makanan, sepertiga untuk minuman, dan sepertiga lagi untuk bernafas.” (Imam Abu Isa Muhammad bin Isa bin Saurah al-Tirmidzi, 2380)

Hadis tersebut menunjukkan bahwa Islam mengajarkan konsep nutrisi seimbang jauh sebelum perkembangan ilmu kesehatan modern. makan berlebihan telah terbukti menyebabkan obesitas, diabetes, hipertensi, dan penyakit jantung. Sebaliknya, diet teratur dan seimbang dapat meningkatkan daya tahan tubuh, menjaga konsentrasi, dan mendukung kegiatan belajar dan bekerja. Oleh karena itu, ajaran Nabi Muhammad tentang diet mengandung kearifan kesehatan yang sangat relevan hingga saat ini (Rahayu, 2019: 308).

Dalam konteks Program Makan Gratis Bergizi (MBG), hadis ini dapat diteliti sebagai landasan pentingnya memenuhi kebutuhan gizi dan mengembangkan kebiasaan makan sehat sejak usia dini. Penyediaan makanan bergizi bagi peserta didik dikaitkan dengan upaya untuk mendukung kondisi fisik dan proses belajar mereka dalam lingkungan pendidikan. Lebih jauh lagi, program MBG diharuskan untuk memperhatikan kualitas makanan, keseimbangan gizi, dan prinsip halal (diperbolehkan) dan *thayyib* (baik) untuk memastikan keseimbangan antara kesehatan dan tujuan pendidikan.

Dari perspektif hadis tarbawi, penanaman kebiasaan gaya hidup sehat dipandang bukan hanya sebagai upaya untuk menjaga kesehatan fisik, tetapi juga sebagai komponen dari proses pendidikan yang mendorong peningkatan sumber daya manusia.

Kesehatan fisik mengandung keberhasilan belajar

Aktivitas fisik memiliki hubungan positif dengan kemampuan belajar peserta didik. Aktivitas teratur dapat meningkatkan daya ingat, perhatian, kemampuan berpikir, dan kesiapan belajar, sehingga berdampak pada hasil belajar dan prestasi akademik peserta didik. Selain itu, aktivitas fisik juga membantu menjaga kesehatan fisik dan mental, sehingga memungkinkan pembelajaran yang optimal. Sebaliknya, kurangnya aktivitas fisik dapat menyebabkan masalah kesehatan seperti penyakit metabolik, depresi, dan gangguan kognitif yang dapat menghambat keberhasilan belajar (Hibatulloh, 2023: 2–3).

Dari Nabi Muhammad *Shallallaahu 'Alaihi Wasallam* beliau bersabda:

الْمُؤْمِنُ الْقَوِيُّ خَيْرٌ وَأَحَبُّ إِلَى اللَّهِ مِنَ الْمُؤْمِنِ الضَّعِيفِ، وَفِي كُلِّ خَيْرٍ، اخْرَصَ عَلَى مَا يَنْفَعُكَ، وَاسْتَعْنِ بِاللَّهِ وَلَا تَعْجِزْ

“Mukmin yang kuat lebih baik dan lebih dicintai Allah daripada mukmin yang lemah, dan pada masing-masing ada kebaikan. bersungguh-sungguhlah terhadap sesuatu yang bermanfaat bagimu, mintalah pertolongan kepada Allah, dan jangan merasa lemah (malas atau putus asa).” (An-Naisaburi, 2664)

Hadis ini menjelaskan pentingnya kekuatan fisik, kekuatan mental, pengetahuan, dan iman bagi manusia untuk beribadah, belajar, dan melaksanakan aktivitasnya secara efektif. lebih jauh lagi, hadis ini mengajarkan kita untuk tekun mencari apa yang bermanfaat, memohon pertolongan kepada Allah, dan jangan pernah mudah menyerah

Prinsip-Prinsip Maqasid Hifz Nafs dan Hifz Aql

Maqasid al-syariah adalah tujuan hukum Islam untuk menciptakan manfaat bagi manusia. Salah satu bagian penting dari *maqasid al-syariah* adalah *hifz al-nafs* dan *hifz al-aql* yang termasuk dalam al-dharuriyat al-khams. *hifz al-nafs* berarti melindungi jiwa dan kehidupan manusia, sedangkan *hifz al-aql* berarti melindungi pikiran agar dapat digunakan dengan benar. kedua prinsip ini sangat penting dalam kehidupan, termasuk dalam Pendidikan (Hayat, 2020: 154–155).

Merawat jiwa mencakup menjaga kesehatan fisik dan mental untuk mencegah bahaya dan kehancuran. Islam melarang segala tindakan yang dapat membahayakan diri sendiri atau orang lain dan mendorong orang untuk menjaga keselamatan, kesehatan, dan kesejahteraan mereka (Hayat, 2020, 156–157).

عَنْ أَبِي سَعِيدٍ سَعْدِ بْنِ مَالِكِ بْنِ سِنَانَ الْخُدْرِيِّ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ ﷺ قَالَ: «لَا ضَرَرَ وَلَا ضِرَارَ» حَدِيثٌ حَسَنٌ. رَوَاهُ ابْنُ مَاجَهَ

“Dari Abu Sa’id Sa’ad bin Malik bin Sinan Al-Khudri radhiyallahu ‘anhun bahwa Rasulullah Shallallahu ‘Alaihi Wasallam bersabda: Tidak boleh memberikan mudarat tanpa disengaja ataupun disengaja.” (Ibnu Majah, 2341)

Hadis ini mengajarkan bahwa Islam melarang segala bentuk perbuatan yang dapat menimbulkan kerusakan atau bahaya bagi diri sendiri maupun orang lain. Oleh karena itu, manusia dianjurkan menjaga kesehatan fisik dan mental serta menghindari hal-hal yang dapat merusak kehidupan.

Dalam *maqasid al-syari’ah*, pemeliharaan jiwa dibagi menjadi tiga tingkatan: *daruriyat*, *hajiyyat*, dan *tahsiniyyat*. *Daruriyyat* adalah kebutuhan dasar manusia. *hajiyyat* adalah kebutuhan pendukung, dan *tahsiniyyat* berkaitan dengan kesempurnaan dan keindahan hidup. Hal ini menunjukkan kepedulian Islam yang mendalam terhadap kesehatan dan kesejahteraan umat manusia secara keseluruhan (Hayat, 2020, 158).

Dari perspektif *maqasid al-syari’ah* (tujuan hukum Islam), pemenuhan kebutuhan dasar manusia, termasuk makanan dan kesehatan, merupakan bagian dari upaya untuk menjaga keberlangsungan jiwa dan pikiran manusia. Oleh karena itu, program MBG dapat dianggap sebagai kebijakan sosial yang bertujuan untuk meningkatkan kesejahteraan peserta didik. Namun, implementasinya masih memerlukan perhatian pada aspek kesetaraan, kualitas gizi, dan manfaat agar tujuan kesejahteraan dapat tercapai secara optimal.

Pendidikan Sosial untuk Saling Berbagi

Kepedulian sosial umumnya dipahami sebagai sikap yang dimiliki setiap orang, kelompok atau organisasi untuk memperhatikan orang lain, komunitas dan lingkungan sosialnya. Selain melindungi dan melestarikan lingkungan untuk kepentingan semua orang, kepedulian ini juga berupaya memenuhi atau meningkatkan kebutuhan individu atau komunitas (Mukhtar, 2021, 85).

عَنِ النَّعْمَانِ بْنِ بَشِيرٍ يَقُولُ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ تَرَى الْمُؤْمِنِينَ فِي تَرَاحُمِهِمْ وَتَوَادُّهِمْ وَتَعَاطُفِهِمْ كَمَثَلِ الْجَسَدِ إِذَا اشْتَكَى عُضْوًا نَدَا عَلَى لَهُ سَائِرُ جَسَدِهِ بِالسَّهَرِ وَالْحُمَى (رواه البخاري)

"Dari Nu'man bin basyir berkata: Rasulullah Shallallaahu 'Alaihi Wasallam bersabda, kamu akan melihat orang-orang mukmin dalam hal saling mengasihi, mencintai, dan menyayangi bagaikan satu tubuh. apabila ada salah satu anggota tubuh yang sakit, maka seluruh tubuhnya akan ikut terjaga dan panas (ikut merasakan sakitnya)" (Abu Abdillah Muhammad bin Ismail al-Bukhari, 5552).

Hadis ini mendorong setiap orang untuk mengembangkan kesadaran sosial. kepekaan dan kepedulian itu dapat diwujudkan dalam pemahaman dan pengamalan bahwa manusia dengan manusia lainnya saling melengkapi, saling membutuhkan, saling membantu, saling mengasihi, saling berbagi, dan saling menyayangi (Mukhtar, 2021, 85). Hadis diatas juga menegaskan tentang sikap empati yang merupakan dasar utama persatuan umat muslim. Empati adalah pendorong di balik pertumbuhan, gerakan amal Islami seperti zakat, infaq, dan sedekah, serta budaya kerja sama timbal balik dan kesadaran sosial dalam situasi modern dan kontemporer. Metode-metode ini sangat penting secara strategis untuk mendorong kohesi sosial dan mengurangi kemiskinan dalam jangka panjang (Nurjaman, 2025, 102).

Berbuat baik kepada sesama adalah kewajiban sosial dan kemanusiaan dalam kehidupan bermasyarakat. Islam menekankan nilai persatuan dan tanggung jawab sosial diantara anggota masyarakat melalui ajaran Nabi Muhammad Shallallaahu 'Alaihi Wasallam beliau bersabda:

الْمُؤْمِنُ لِلْمُؤْمِنِ كَالْبُنْيَانِ يَشُدُّ بَعْضُهُ بَعْضًا

"Seorang mukmin dengan mukmin lainnya seperti bangunan, sebagian menguatkan sebagian yang lain." (Al-Bukhari, 1997, 481)

Prinsip ini menuntut agar yang kuat membantu yang lemah, yang kaya peduli kepada yang miskin, orang yang berilmu membimbing yang awam, yang tua mengasihi yang muda, yang muda menghormati yang tua. Nilai-nilai ini menunjukkan pentingnya empati, empati juga merupakan dasar pembentukan solidaritas sosial yang kuat dalam masyarakat Islam. Seseorang termotivasi untuk membantu, berkontribusi, dan berbuat baik ketika mereka mampu memahami kebutuhan atau penderitaan orang lain (Nurjaman, 2025, 101).

Dari perspektif sosial, Program Makanan Gratis Bergizi (MBG) dapat dikaji sebagai kebijakan yang berkaitan dengan pemenuhan kebutuhan peserta didik di lingkungan sekolah. Program ini dikaitkan dengan nilai kepedulian sosial, khususnya dalam hal menyediakan akses makanan bagi peserta didik tanpa memandang latar belakang ekonomi mereka.

Dalam kajian Hadits tentang tarbawi, saling membantu, empati, dan kepedulian terhadap sesama diakui sebagai komponen integral dari pendidikan sosial dalam Islam. Jelas bahwa nilai-nilai ini juga memberikan pengaruh yang signifikan terhadap karakter sosial peserta didik. Oleh karena itu, pelaksanaan MBG perlu dilakukan secara adil, tepat sasaran, dan memperhatikan kemashlahatan peserta didik agar sesuai dengan nilai-nilai hadis tentang solidaritas, kepedulian, dan saling membantu dalam kehidupan.

Pembahasan

Artikel ini meneliti Program Makanan Bergizi Gratis (MBG) melalui perspektif hadits tarbawi dan konsep maqasid al-syari'ah (prinsip-prinsip ajaran Islam). Perbedaan dan keunikan utama artikel ini adalah perubahan paradigma analitis. Artikel ini meneliti hubungan antara pemenuhan gizi dan pengembangan cita-cita pendidikan Islam, berbeda dengan penelitian sebelumnya yang biasanya hanya berfokus pada unsur-unsur klinis gizi dan dampaknya terhadap kapasitas kognitif siswa. Penelitian ini berupaya mengkaji keterkaitan program MBG dengan nilai-nilai pendidikan Islam yang terkandung dalam hadis-hadis tarbawi.

Penelitian sebelumnya seperti yang dinyatakan oleh Arifandi (2024) dan Hibatulloh (2023), melihat pemenuhan nutrisi hanya sebagai upaya biologis untuk menjaga kesehatan fisik dan fokus pada pembelajaran. Namun, penelitian ini melangkah lebih jauh untuk meneliti bahwa dari perspektif Islam, mengonsumsi makanan halal dan *thayyiban* serta menjaga kesehatan bukan hanya cara untuk memenuhi kebutuhan dasar, melainkan bentuk rasa syukur dan ibadah (Taslim, 2025) serta memprioritaskan kebiasaan hidup sehat sejak usia dini. Oleh karena itu, program MBG dapat dipandang memiliki relevansi dengan upaya pembentukan kebiasaan hidup sehat yang selaras dengan nilai-nilai Pendidikan Islam.

Selain itu, program MBG dapat dianalisis melalui perspektif maqasid al-syari'ah, khususnya prinsip melindungi akal (*hifz al-aql*) dan jiwa (*hifz al-nafs*). Pemenuhan kebutuhan gizi peserta didik berpotensi mendukung Kesehatan dan kesiapan belajar mereka. Namun demikian, tercapainya tujuan tersebut sangat bergantung pada kualitas pelaksanaan program, termasuk aspek kecukupan gizi, keamanan pangan, pemerataan distribusi, dan ketepatan sasaran penerima manfaat.

Kajian ini juga menunjukkan bahwa program MBG memiliki keterkaitan dengan nilai-nilai kepedulian sosial yang diajarkan dalam Islam. Penyediaan makanan bagi peserta didik tanpa membedakan latar ekonomi dapat dipahami sebagai bentuk upaya mewujudkan prinsip solidaritas dan perhatian terhadap kesejahteraan bersama sebagaimana diajarkan dalam hadis tentang empati dan persaudaraan (Mukhtar, 2021; Nurjaman, 2025). Meskipun demikian, implementasi nilai-nilai tersebut memerlukan pengelolaan yang adil dan efektif agar manfaat program dapat dirasakan secara merata.

Dengan demikian, penelitian tidak bermaksud menilai keberhasilan program MBG secara empiris, melainkan menunjukkan bahwa program tersebut memiliki relevansi dengan nilai-nilai hadis tarbawi dan *maqasid al-syariah*. Potensi kontribusi MBG terhadap Kesehatan, Pendidikan, dan kepedulian sosial peserta didik tetap memerlukan evaluasi lebih lanjut melalui penelitian lapangan untuk mengetahui efektivitas pelaksanaannya dalam praktik.

KESIMPULAN

Penutup Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa hadis-hadis tarbawi memiliki peran penting dalam memberikan pemahaman tentang pentingnya menjaga kesehatan sebagai bagian dari ajaran Islam. Kesehatan dalam Islam tidak hanya dipandang dari sisi fisik, tetapi juga mencakup kesehatan mental, spiritual, dan sosial. Rasulullah *Shallallahu 'Alaihi Wassalam* mengajarkan pola hidup sehat melalui anjuran mengonsumsi makanan halal dan *thayyib*, menjaga pola makan agar seimbang, menjaga kebersihan, serta melakukan aktivitas yang bermanfaat bagi tubuh dan pikiran. Nilai-nilai tersebut menunjukkan bahwa menjaga kesehatan bukan sekedar kebutuhan hidup, tetapi juga bentuk syukur, tanggung jawab, dan bagian dari ibadah kepada Allah *Subhaanahu wa Ta'ala*. Selain itu, konsep *maqasid al-syari'ah* melalui *hifz al-nafs* dan *hifz al-aql* menegaskan bahwa kesehatan memiliki hubungan erat dengan perlindungan jiwa, akal, dan kualitas sumber daya manusia.

Dalam konteks Program Makanan Bergizi Gratis (MBG), nilai-nilai hadis tarbawi yang terkandung dalam hadis dapat digunakan sebagai landasan dalam mendukung kesehatan, kesiapan belajar, dan kepedulian sosial peserta didik. Oleh karena itu, pelaksanaan program MBG perlu memperhatikan kualitas gizi, prinsip halal dan *thayyib*, serta nilai-nilai keadilan agar tujuan pendidikan dan kesejahteraan peserta didik dapat tercapai secara optimal.

SARAN/REKOMENDASI

1. Bagi pemerintah dan penyelenggara program MBG ini, dalam pelaksanaan Program Makan Bergizi Gratis (MBG), diharapkan pemangku kebijakan tidak hanya berfokus pada pencapaian kuantitas kalori dan gizi semata. Pemerintah perlu membuat panduan operasional standar (SOP) yang memastikan seluruh bahan dan proses pengolahan makanan benar-benar memenuhi prinsip *halalan thayyiban* (halal, aman, bersih, dan baik).
2. Bagi pihak sekolah dan pendidik, diharapkan sekolah tidak menjadikan program MBG sekadar rutinitas pembagian makanan. Pendidik dapat memanfaatkan momen pelaksanaan MBG sebagai sarana edukasi karakter dan spiritual secara langsung. Misalnya, dengan membiasakan adab makan sesuai sunnah Rasulullah, menanamkan rasa syukur, serta melatih sikap saling berbagi dan kepedulian sosial antar peserta didik.
3. Bagi peneliti selanjutnya, Mengingat kajian ini merupakan penelitian kepustakaan (*library research*) yang berfokus pada analisis teks dan teori, disarankan bagi akademisi selanjutnya untuk melakukan penelitian lapangan (*field research*). Riset lanjutan diperlukan untuk mengobservasi dan mengukur secara empiris bagaimana implementasi nilai-nilai hadis tarbawi dalam program MBG ini benar-benar berdampak pada perilaku keseharian dan prestasi akademik peserta didik di berbagai sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

- Abu Abdillah Muhammad bin Ismail al-Bukhari. (n.d.). Sahih al-Bukhari, hadis no. 5552. In *Sahih al-Bukhari, dalam Mausu'ah al-Hadis al-Syarif*.
Al-Bukhari, M. bin I. (1997). *Shahih al-Bukhari. Hadis no. 481*. Darussalam

Publishing.

- An-Naisaburi, A. H. M. bin al-H. bin M. bin ward bin K. al-Q. (n.d.). *Shahih Muslim*.
Firman Arifandi, E. M. A. (2024). Implementasi Metode Tafsir Maudhu'i dalam Prinsip Pola Makan Sehat dan Gizi Seimbang. *Majalah Sainstekes*, 11(2), 131.
Hayat, A. S. R. (2020). Impelementasi Pemeliharaan Jiwa (Hifz Al-Nafs) Pada Pengasuhan Anak Berbasis Keluarga. *Jurnal Kajian Keislaman Dan Kemasyarakatan*, 5(2), 154-155.
Hibatulloh, H. M. (2023a). Pengaruh Aktivitas Fisik Terhadap Kemampuan Belajar Siswa. *Jurnal MIPA Dan Pembelajarannya*, 3(No. 10), hal. 2-3.
Hibatulloh, H. M. (2023b). Pengaruh Aktivitas Fisik Terhadap Kemampuan Belajar Siswa. *Jurnal MIPA Dan Pembelajarannya*, 3(10), 2-3.
Ibnu Majah, S. I. M. (n.d.). *Larangan Memberi Mudarat, hadis 2341*. Dar Ihya al-Kutub al-Arabiyyah.
Imam Abu Isa Muhammad bin Isa bin Saurah al-Tirmidzi. (n.d.). *Ma Jaa fi Karahiyati Katsrati al-Akli (Apa yang datang mengenai makruhnya banyak makan)*. Al-Zuhd (Zuhud).
Mukhtar. (2021). Kepedulian sosial dalam perspektif hadis. *Jurnal Ushuluddin: Media Dialog Pemikiran Islam*, 23(1), 85.
Nurjaman. (2025). Empati dalam Perspektif Hadis. *Islamic Education Journal*, 2(2), 102.
Rahayu, M. (2019). Pola Makan Menurut Hadis Nabi SAW (Suatu Kajian Tahlili). *Jurnal Diskursus Islam*, 7(2), 295.
Taslim, I. (2025a). Hadis-Hadis Tentang Kesehatan: Kajian Tematik Terhadap Hidup Sehat Dalam Hadis Nabi. *PESHUM: Jurnal Pendidikan, Sosial Dan Humaniora*, 5(No. 1).
Taslim, I. (2025b). PESHUM: Jurnal Pendidikan, Sosial dan Humaniora. *PESHUM: Jurnal Pendidikan, Sosial Dan Humaniora.*, 5(1), 1518.