

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Dari berbagai pembahasan dan rumusan masalah dalam penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa: Dalam tafsir Al-Misbah, penjelasan Quraish Shihab mengenai ayat \*halalan thayyiban\* terkait makanan dan minuman menunjukkan bahwa tidak semua yang ada di bumi otomatis bisa dimakan atau digunakan tanpa pertimbangan. Bahkan, tidak semua makanan halal dianggap baik secara otomatis. Hal ini karena makanan halal dapat dibagi menjadi empat kategori: wajib, sunah, mubah, dan makruh. Ada makanan halal yang mungkin tidak bergizi dan bisa dianggap kurang baik.

Menurut pandangan medis, khususnya ilmu gizi, makanan yang \*halalan thayyiban\* adalah makanan yang memenuhi kebutuhan tubuh dengan zat-zat penting serta memberikan kepuasan bagi yang mengonsumsinya. Dalam kitab Al-Misbah, dikemukakan bahwa tubuh manusia terdiri dari jutaan sel dengan fungsi masing-masing. Makanan yang baik untuk tubuh mengandung protein, karbohidrat, lemak, vitamin, dan air—semua unsur ini penting untuk kesehatan tubuh.

Untuk menjaga makanan \*halalan thayyiban\*, standar WHO menyarankan konsumsi berdasarkan kualitas hidup. Kualitas hidup mengacu pada tingkat baik buruknya sesuatu, termasuk mutu dan taraf kehidupan. Dalam penelitian kualitas hidup, hal ini melibatkan pengaruh terhadap kebaikan, makna kehidupan, kebahagiaan, dan kesejahteraan. Tujuannya adalah memungkinkan individu untuk menjalani kehidupan yang berkualitas, berarti, dan menyenangkan.

#### **B. Saran**

Berdasarkan kesimpulan tersebut, berikut adalah beberapa saran yang dapat diberikan:

##### **1. Untuk Peneliti:**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan yang lebih luas baik dari segi teori maupun praktik. Disarankan agar penelitian dilakukan dengan lebih

mendalam dan melibatkan sampel yang lebih besar untuk memperoleh hasil yang lebih akurat dan optimal.

2. Untuk Pembaca:

Peneliti berharap pembaca atau peneliti berikutnya mempertimbangkan kekurangan yang ada dalam penelitian ini. Hal ini penting untuk diperhatikan terkait dengan keterbatasan dalam kemampuan penelitian, analisis, dan penyampaian hasil.

3. Untuk Penelitian Selanjutnya:

Disarankan agar penelitian berikutnya menambahkan variabel lain, seperti memasukkan lebih banyak ayat Al-Qur'an, kitab-kitab, dan sumber lainnya, untuk mengeksplorasi variabel-variabel yang dapat mempengaruhi variabel dependen.

4. Metode Pengumpulan Data:

Perlu dipertimbangkan penambahan metode pengumpulan data lainnya untuk melengkapi hasil penelitian.

