

INTEGRASI NILAI IMAN DAN TAKWA DALAM EDUKASI GIZI UNTUK MEMBANGUN PERILAKU KONSUMSI SEHAT DAN HALAL

Evel Agrin¹, Rania Azzahra², Andini Putri Rozanti³, Nadia Azzahra⁴
¹⁻⁴ Program Studi D3 Gizi, Poltekkes Kemenkes Palembang, Palembang, Indonesia

Corresponding Author: evelagrin@gmail.com^{1*}, raniaazzahra@gmail.com^{2*},
rozantti240@gmail.com^{3*}, azzahrahnadhia@gmail.com^{4*}

Abstrak

Healthy eating behavior among students requires more than nutrition knowledge; it also needs a value foundation that guides daily food choices. This study examines how the values of faith (iman) and piety (takwa) can be integrated into nutrition education to build healthy and halal consumption behavior. Using a literature review, it analyzes scientific journals and research reports on Islamic education, halal and tayyib food, nutrition, and health. The findings indicate that faith and piety foster the awareness that food is a trust and that its consumption is accountable, which encourages students to choose food that is halal, wholesome, clean, and balanced. Integration works best when religious values are combined with practical activities such as healthy canteen management, food literacy, and teacher role modeling. The main challenges are limited teacher capacity, dense curricula, and limited resources. The study concludes that nutrition education grounded in faith and piety can strengthen both the knowledge and the habits of healthy, halal consumption, and it recommends further empirical research on suitable learning models.

Keywords: Faith; Piety; Nutrition Education; Halal Consumption; Healthy Consumption Behavior

Abstrak

Perilaku makan sehat pada peserta didik tidak cukup dibangun dengan pengetahuan gizi saja, tetapi juga memerlukan landasan nilai yang menuntun pilihan makanan sehari-hari. Penelitian ini mengkaji bagaimana nilai iman dan takwa dapat diintegrasikan dalam edukasi gizi untuk membangun perilaku konsumsi yang sehat dan halal. Dengan metode studi literatur, penelitian ini menganalisis jurnal ilmiah dan laporan penelitian tentang pendidikan Islam, makanan halal dan tayyib, gizi, serta kesehatan. Hasil kajian menunjukkan bahwa iman dan takwa menumbuhkan kesadaran bahwa makanan adalah amanah dan setiap konsumsi akan dipertanggungjawabkan, sehingga peserta didik terdorong

Article history

Received: Oktober 2026
Reviewed: Oktober 2026
Published: Oktober 2026
Plagiarism checker no
234.8576

Copyright : Author
Publish by : Nutricia



This work is licensed under
a [creative commons
attribution-noncommercial
4.0 international license](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

memilih makanan yang halal, baik, bersih, dan seimbang. Integrasi paling efektif bila nilai agama dipadukan dengan kegiatan praktik seperti pengelolaan kantin sehat, literasi pangan, dan keteladanan guru. Tantangan utamanya adalah keterbatasan kapasitas guru, kurikulum yang padat, dan sumber daya yang terbatas. Penelitian ini menyimpulkan bahwa edukasi gizi berbasis iman dan takwa dapat memperkuat pengetahuan sekaligus kebiasaan konsumsi sehat dan halal, serta merekomendasikan penelitian empiris lanjutan mengenai model pembelajarannya.

Kata Kunci: *Iman; Takwa; Edukasi Gizi; Konsumsi Halal; Perilaku Konsumsi Sehat.*

Pendahuluan

Perilaku konsumsi sehat pada peserta didik tidak terbentuk hanya karena mereka mengetahui kandungan gizi makanan. Pilihan makanan sehari-hari dipengaruhi oleh kebiasaan, lingkungan, dan nilai yang diyakini. Karena itu, edukasi gizi memerlukan landasan nilai agar pengetahuan yang diperoleh benar-benar menjadi kebiasaan. Dalam ajaran Islam, landasan tersebut berpangkal pada iman, yaitu keyakinan kepada Allah, dan takwa, yaitu kesadaran untuk menaati perintah-Nya dan menjauhi larangan-Nya dalam seluruh aspek kehidupan, termasuk dalam urusan makan dan minum.

Islam mengatur makanan melalui dua prinsip yang saling melengkapi, yaitu halal dan tayyib. Daryanto et al. (2025) membahas makanan halal dan thayyib bagi kesehatan siswa dari perspektif Al-Qur'an, sedangkan Elgharbawy dan Azmi (2022) menguraikan bahwa mengonsumsi makanan halal dan tayyib berkontribusi pada gaya hidup yang seimbang. Dengan demikian, konsumsi yang sesuai dengan tuntunan agama sejalan dengan tujuan menjaga kesehatan tubuh.

Sekolah memiliki posisi strategis untuk menanamkan prinsip tersebut. Rahardja et al. (2025) menyoroti peran sekolah dalam memastikan gizi dan makanan sehat bagi siswa berdasarkan prinsip halalan tayyiban. Hidayani et al. (2025) menelaah penerapan nilai kesehatan dalam pendidikan Islam, dan Rafita dan Latifah (2025) menunjukkan bahwa nilai-nilai Islam dalam edukasi kesehatan dapat memperkuat kesadaran etika dan tanggung jawab peserta didik. Temuan-temuan ini menunjukkan bahwa nilai agama dapat berjalan bersama pendidikan kesehatan dan gizi.

Iman dan takwa tidak berhenti pada ranah keyakinan, tetapi tampak dalam karakter dan perilaku. Fauzannur dan Muslimah (2024) menempatkan guru sebagai pembentuk karakter melalui

keteladanan, sementara Jai et al. (2023) dan Jumahir et al. (2023) masing-masing menelaah pembentukan karakter jujur dan bertanggung jawab melalui pendidikan agama Islam. Putri et al. (2024) memandang pendidikan Islam sebagai pedoman pendidikan karakter. Kejujuran, tanggung jawab, dan disiplin merupakan karakter yang relevan dengan perilaku konsumsi, misalnya jujur dalam menjaga kehalalan, bertanggung jawab atas kesehatan diri, dan disiplin dalam pola makan.

Dimensi etika makanan juga penting. Nugroho et al. (2024) menganalisis keamanan pangan dari perspektif etika dan hukum dalam Al-Qur'an dan Hadis, sedangkan Sapotra et al. (2025) meninjau secara sistematis pengintegrasian nilai halal-thayyib ke dalam pendidikan Islam dari sudut etika pangan. Kedua kajian ini memperlihatkan bahwa pemilihan makanan dalam Islam menyangkut kehalalan, mutu, keamanan, dan tanggung jawab terhadap sesama.

Meski demikian, penerapan nilai agama dalam pembelajaran kesehatan tidak selalu mudah. Khairani et al. (2024) menelaah internalisasi nilai pendidikan Islam pada mata pelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan, dan menyoroti keterbatasan sumber daya, kapasitas guru, serta padatnya kurikulum sebagai hambatan penerapan pembelajaran lintas bidang. Oleh sebab itu, kajian pustaka diperlukan untuk merumuskan cara integrasi yang kontekstual dan dapat dilaksanakan di sekolah.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan mengkaji literatur tentang integrasi nilai iman dan takwa dalam edukasi gizi untuk membangun perilaku konsumsi sehat dan halal pada peserta didik. Kajian ini diharapkan menjadi dasar teoretis bagi guru dan praktisi pendidikan dalam merancang edukasi gizi yang tidak hanya memberi pengetahuan, tetapi juga menumbuhkan kesadaran spiritual dalam memilih makanan.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan studi literatur (*literature review*) untuk menelaah sumber-sumber yang relevan dengan integrasi nilai iman dan takwa dalam edukasi gizi serta pembentukan perilaku konsumsi sehat dan halal. Sumber berupa artikel jurnal ilmiah dan laporan penelitian yang membahas pendidikan Islam, pendidikan karakter, makanan halal dan tayyib, etika pangan, gizi, dan kesehatan. Sumber dipilih secara sistematis dengan mempertimbangkan keterbaruan, kesesuaian topik, dan kredibilitas penerbitan.

Analisis dilakukan secara kualitatif dengan menelaah temuan, konsep, dan strategi pada setiap sumber, kemudian mengelompokkannya ke dalam tema-tema utama, yaitu peran iman dan takwa dalam membentuk perilaku konsumsi, prinsip halal dan tayyib dalam edukasi gizi, serta strategi dan tantangan integrasi di sekolah. Pendekatan dari berbagai sumber dibandingkan untuk melihat pola, persamaan, dan perbedaannya.

Tahap sintesis menggabungkan temuan dari seluruh tema untuk menghasilkan simpulan dan rekomendasi praktis bagi guru, sekolah, dan pemangku kebijakan. Hasil sintesis disusun sebagai kerangka konseptual yang menghubungkan nilai iman dan takwa dengan praktik edukasi gizi di lingkungan sekolah.

Hasil dan Pembahasan

Telaah literatur memperlihatkan tiga temuan utama yang menggambarkan bagaimana nilai iman dan takwa dapat diintegrasikan dalam edukasi gizi untuk membangun perilaku konsumsi sehat dan halal.

Iman dan takwa sebagai dasar perilaku konsumsi

Iman memberi keyakinan bahwa makanan adalah rezeki dan amanah dari Allah, sedangkan takwa menjadikan keyakinan itu terwujud dalam sikap berhati-hati dalam memilih dan menggunakan makanan. Daryanto et al. (2025) membahas makanan halal dan thayyib bagi kesehatan siswa dengan landasan Al-Qur'an, sehingga pilihan makanan dipahami sebagai bagian dari kepatuhan kepada Allah sekaligus ikhtiar menjaga kesehatan.

Nilai iman dan takwa juga tercermin dalam karakter. Kajian Jai et al. (2023) tentang karakter jujur dan Jumahir et al. (2023) tentang karakter tanggung jawab menunjukkan bahwa pendidikan agama Islam berperan membentuk sifat-sifat yang relevan dengan konsumsi, misalnya jujur dalam memastikan kehalalan, bertanggung jawab atas kesehatan diri, dan disiplin dalam mengatur pola makan. Putri et al. (2024) menegaskan pendidikan Islam sebagai pedoman pendidikan karakter, sehingga karakter tersebut dapat dijadikan jembatan antara nilai keimanan dan perilaku makan sehari-hari.

Di samping itu, Rafita dan Latifah (2025) menunjukkan bahwa nilai-nilai Islam dalam edukasi kesehatan dapat memperkuat kesadaran etika dan tanggung jawab. Dengan demikian, menjaga tubuh melalui pola makan yang baik dapat dimaknai sebagai bentuk ketakwaan, bukan sekadar

kewajiban kesehatan.

Prinsip halal dan tayyib dalam edukasi gizi

Halal berkaitan dengan kebolehan menurut syariat, sedangkan tayyib berkaitan dengan mutu makanan yang baik, bersih, dan bermanfaat. Elgharbawy dan Azmi (2022) menguraikan bahwa mengonsumsi makanan halal dan tayyib berkontribusi pada gaya hidup yang seimbang. Rahardja et al. (2025) menyoroti peran sekolah dalam menjamin gizi dan makanan sehat berdasarkan prinsip halalan tayyiban, yang berarti edukasi gizi di sekolah dapat memakai prinsip ini sebagai kerangka dasar.

Dimensi etika dan keamanan pangan memperkaya prinsip tersebut. Nugroho et al. (2024) menganalisis keamanan pangan dari perspektif etika dan hukum dalam Al-Qur'an dan Hadis, dan Sapotra et al. (2025) meninjau integrasi nilai halal-thayyib dalam pendidikan Islam dari sisi etika pangan. Hal ini menunjukkan bahwa peserta didik perlu diajak memahami bahwa makanan yang baik tidak hanya halal zatnya, tetapi juga aman, bersih, dan diperoleh dengan cara yang benar.

Dalam edukasi gizi, prinsip halal dan tayyib dapat dikaitkan dengan materi gizi seimbang, kebersihan makanan, membaca label, dan memilih jajanan yang aman. Dengan cara ini, materi gizi memiliki makna spiritual dan peserta didik memahami alasan di balik pilihan makanan yang sehat.

Strategi dan tantangan integrasi di sekolah

Strategi integrasi yang dibahas dalam literatur mencakup keteladanan guru, pembiasaan, dan kegiatan praktik. Fauzannur dan Muslimah (2024) menempatkan guru sebagai teladan dalam pembentukan karakter, sehingga kebiasaan guru dalam memilih makanan, menjaga kebersihan, dan berdoa sebelum makan menjadi contoh yang ditiru siswa. Hidayani et al. (2025) menelaah penerapan nilai kesehatan dalam pendidikan Islam, yang dapat diwujudkan melalui pembiasaan hidup bersih dan sehat di sekolah.

Kegiatan praktik yang dapat dikaitkan dengan nilai iman dan takwa antara lain pengelolaan kantin sehat, penyusunan menu bergizi, literasi pangan, dan diskusi tentang halal-tayyib. Kegiatan ini memberi kesempatan bagi siswa untuk menerapkan nilai yang dipelajari sehingga edukasi gizi tidak berhenti pada teori.

Tantangan yang muncul adalah keterbatasan sumber daya, kapasitas guru, dan kurikulum yang padat. Khairani et al. (2024) menyoroti hambatan tersebut dalam internalisasi nilai

pendidikan Islam pada mata pelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan. Kolaborasi antara guru agama, guru pendidikan jasmani dan kesehatan, serta pengelola kantin dapat menjadi salah satu cara mengatasinya, dan efektivitasnya perlu diuji melalui penelitian empiris lebih lanjut.

SIMPULAN

Nilai iman dan takwa dapat menjadi landasan yang kuat dalam edukasi gizi karena menumbuhkan kesadaran bahwa makanan adalah amanah dan setiap konsumsi dipertanggungjawabkan. Kesadaran ini mendorong peserta didik memilih makanan yang halal dan tayyib, yaitu makanan yang sah menurut syariat sekaligus baik, bersih, aman, dan seimbang bagi kesehatan. Karakter seperti jujur, bertanggung jawab, dan disiplin menjadi penghubung antara nilai keimanan dan perilaku konsumsi sehari-hari.

Integrasi tersebut akan lebih efektif bila dilakukan melalui keteladanan guru, pembiasaan, dan kegiatan praktik seperti pengelolaan kantin sehat, literasi pangan, dan diskusi tentang halal-tayyib, dengan memperhatikan tantangan berupa keterbatasan kapasitas guru, kurikulum yang padat, dan sumber daya. Penelitian selanjutnya disarankan menguji secara empiris model edukasi gizi berbasis iman dan takwa pada berbagai jenjang pendidikan.

DAFTAR PUSTAKA

- Daryanto, Handayani, R. T., Tobroni, I., Abidin, S., Fatimah, A. N., & Aminudin, M. F. (2025). Makanan halal dan thayyib bagi kesehatan siswa perspektif Al-Qur'an di Madrasah Ibtidaiyah Terpadu Lailatul Qodar. *Kartika: Jurnal Studi Keislaman*, 5(2), 1154-1169. <https://doi.org/10.59240/kjsk.v5i2.288>
- Elgharbawy, A., & Azmi, N. A. N. (2022). Food as medicine: How eating halal and tayyib contributes to a balanced lifestyle. *Halalsphere*, 2(1), 86-97. <https://doi.org/10.31436/hs.v2i1.39>
- Fauzannur, F., & Muslimah, M. (2024). Peran guru Pendidikan Agama Islam dalam pembentukan karakter siswa. *Tarbawi: Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 9(2), 101-115. <https://doi.org/10.26618/jtw.v9i02.15672>
- Hidayani, C. E., Lubis, S. A., & Ritonga, A. A. (2025). Implementation of health values in Islamic education. *JTP - Jurnal Teknologi Pendidikan*, 27(1), 277-286.

<https://doi.org/10.21009/jtp.v27i1.53110>

- Jai, A. J., Rochman, C., & Nurmila, N. (2023). Peran pendidikan agama Islam dalam membentuk karakter jujur pada siswa. *Al-Tadzkiyyah: Jurnal Pendidikan Islam*, 10(2), 257-264. <https://doi.org/10.24042/atjpi.v10i2.4781>
- Jumahir, J., Saleh, S. K., & Haluti, F. (2023). Peran pendidikan agama Islam dalam membentuk karakter tanggung jawab pada remaja di Madrasah Aliyah. *Al-Ilmi: Jurnal Pendidikan Islam*, 8(1), 118-126. <https://doi.org/10.32529/alilmi.v8i1.4053>
- Khairani, S., Budianti, Y., & Sapri. (2024). Internalization of Islamic education values in physical education and health subjects at Madrasah Tsanawiyah Binjai City. *Ilomata International Journal of Social Science*, 5(3), 921-934. <https://doi.org/10.61194/ijss.v5i3.1232>
- Nugroho, K., Fiddarain, Z., Hilmie, M., & Hidayatulloh, M. K. (2024). Conceptual analysis of food safety based on ethical and legal perspectives in the Qur'an and Hadith. *Taqaddumi: Journal of Qur'an and Hadith Studies*, 4(2), 135-147. <https://doi.org/10.12928/taqaddumi.v4i2.12484>
- Putri, A. F., Rahmah, N. S., Hidayatullah, R., & Sabri, A. (2024). Pendidikan Islam sebagai pedoman pendidikan karakter manusia. *Jurnal Review Pendidikan dan Pengajaran*, 7(2), 5130-5136. <https://doi.org/10.31004/jrpp.v7i2.27655>
- Rafita, & Latifah. (2025). Integrasi nilai-nilai Islam dalam edukasi kesehatan pada mahasiswa STIKES Abdi Persada Banjarmasin. *JIKES: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 4(1), 116-121. <https://doi.org/10.71456/jik.v4i1.1530>
- Rahardja, M. N. A., Hakim, F., Ariasti, W., & Supriadi, U. (2025). Halalan tayyiban food in the Qur'an and the school's role in ensuring students' nutrition and healthy food. *Journal of Qur'an and Hadith Studies*, 13(2), 217-232. <https://doi.org/10.15408/quhas.v13i2.42171>
- Saputra, R., Jariyah, A., Lestari, A. D., Rahman, H., Hamidah, H., Razida, M., ... Ubaidillah, M. (2025). Integrating halal-thayyib food values into Islamic education: A systematic review from the perspectives of food ethics, Arabic education, and educational management. *Journal of Posthumanism*, 5(6), 1827-1847. <https://doi.org/10.63332/joph.v5i6.2286>