

Membangun Generasi Sehat melalui Infaq dan Sedekah: Relevansi Nilai Islam dalam Program Makan Bergizi Gratis

Amril Saifan

Universitas

Email: amrilsaifan4@gmail.com

Informasi

Abstract

Volume : 3
Nomor : 7
Bulan : Juli
Tahun : 2026
E-ISSN : 3062-9624

Infaq dan sedekah merupakan konsep syariat Islam yang mengatasi permasalahan ekonomi, banyaknya permasalahan tidak bisa makan karena faktor ekonomi menyebabkan terjadinya kurangnya asupan makanan untuk pertumbuhan dan perkembangan manusia. Hadis yang digunakan dalam pembahasan ialah tentang anjuran infaq dan sedekah yang dikemas dalam bentuk memberi makan kepada orang lain karena hal tersebut merupakan tindakan atau amalan yang terbaik dalam Islam. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian pustaka (Library Researc), dengan menggunakan pendekatan kualitatif. Sumber data yang digunakan adalah hadis, buku dan jurnal yang terkait dengan judul demi keabsahan data yang disajikan. Membanngun generasi sehat melalui infaq dan sedekah: relevansi nilai Islam dalam program makan bergizi gratis. Pemenuhan gizi melalui pemberian makan bergizi gratis memiliki korelasi dengan anjuran makan dari yang halal dan baik, sehingga dalam konsep maqashid syariah yang menjadi sasaran utama dari hukum Islam menekankan perlunya menjaga dan melindungi lima elemen fundamental kehidupan manusia, yaitu agama (din), jiwa (nafs), akal (aql), keturunan (nasl), dan harta (mal). Konsep ini memberikan kerangka pemikiran yang relevan untuk menganalisis dan mengevaluasi program makan bergizi gratis sebagai instrumen dalam mewujudkan kemaslahatan umat. Penulis bertujuan menawarkan secara komprehensif strategi infaq dan sedekah dapat menjadi alternatif pendukung dan tawaran yang dapat menjadi solusi persoalan program makan bergizi gratis secara gotong royong demi membentuk generasi yang sehat.

Keyword: generasi sehat, Infaq dan sedekah, makan bergizi gratis

A. PENDAHULUAN

Generasi sehat merupakan salah satu pilar fundamental dalam pembangunan masyarakat yang berkelanjutan. Generasi muda memiliki peran krusial dalam membentuk masa depan suatu bangsa. Kesehatan fisik, mental, dan sosial anak-anak dan remaja memiliki dampak jangka panjang terhadap perkembangannya secara keseluruhan.¹ Membangun generasi sehat

¹ Ahmad Syaekhu et al, "Kolaborasi Membangun Generasi Sehat Sejak Dini", *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, Volume 1 Nomor 1 Maret 2018

sejak dini bukan sekadar tugas individu atau keluarga, tetapi juga merupakan tanggung jawab bersama pemerintah, lembaga pendidikan, masyarakat, dan berbagai pihak terkait.

Menurut data Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Selatan bahwa tahun 2026 penurunan stunting 1.9 persen. Secara nasional data tersebut termasuk 10 besar penurunan terbanyak. Namun prevalensi stunting di Kalimantan Selatan saat ini masih berada pada angka 22,9 persen.² Permasalahan dalam kesehatan pada generasi muda di Kalimantan Selatan adalah tingginya prevalensi stunting. Stunting adalah kondisi pertumbuhan anak terganggu sehingga tinggi badannya lebih pendek dari yang diharapkan sesuai dengan usianya. Stunting merupakan masalah gizi kronis yang disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk gizi buruk, gizi ibu saat hamil, kondisi ekonomi, asupan gizi yang tidak mencukupi pada bayi, dan faktor-faktor lainnya.

Stunting disebabkan oleh berbagai faktor, baik faktor langsung seperti asupan makanan bergizi yang tidak memadai dan penyakit infeksi, maupun faktor tidak langsung seperti pola asuh ibu, kerawanan pangan keluarga, dan pelayanan kesehatan lingkungan. Akar masalah dari stunting meliputi akses terbatas terhadap pelayanan kesehatan yang memadai, kondisi ekonomi keluarga yang buruk, serta faktor-faktor sosial, budaya, ekonomi, dan politik yang mempengaruhi lingkungan sekitar.³ Permasalahan kurang makan disebabkan karena faktor ekonomi dapat kita kaitkan dengan implementasi infaq dan sedekah sebagai alternatif umat dalam memenuhi kebutuhan fisiologis.

Penanganan pencegahan stunting dan peningkatan status gizi keluarga, pemerintah melalui Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) bersama stakeholder terkait melaksanakan program pembagian makanan bergizi gratis. Kegiatan ini diharapkan dapat membantu memenuhi kebutuhan gizi sasaran 3B (bumil, busui, dan balita), mendukung tumbuh kembang anak, serta memperkuat ketahanan keluarga.⁴ Program makan bergizi gratis ini memiliki tujuan yang mulia ialah untuk pemenuhan gizi anak bangsa. Namun permasalahan yang sedang terjadi perihal program makan bergizi gratis ini berkenaan dengan anggaran program pada tahun 2026 mencapai sekitar Rp. 335 triliun. Anggaran yang sangat

² Rachman, Dinkes Kalsel Terus Percepat Penurunan Stunting Melalui Kolaborasi Lintas Sektor, <https://diskominfomc.kalselprov.go.id/2026/03/02/dinkes-kalsel-terus-percepat-penurunan-stunting-melalui-kolaborasi-lintas-sektor/>, di akses pada, 23 Mei 2026.

³ Oslida Martony, "Stunting di Indonesia: Tantangan dan Solusi di Era Modern", *Journal of Telenursing*, Volume 5, Nomor 2 2023.

⁴ Kampung KB, Pemberian Makanan Bergizi Gratis (MBG), <https://kampungkb.kemendukbangga.go.id/kampung/1626/intervensi/2611704/pemberian-makanan-bergizi-gratis-mbg>, diakses pada, 23 Mei 2026

besar ini menimbulkan pertanyaan mengenai efektivitas dan efisiensi penggunaannya.⁵ Mengingat urgensi untuk menurunkan angka stunting serta pemerataan gizi untuk anak bangsa, maka dipandang perlu untuk terealisasinya kerjasama semua stakeholder, salah satunya infaq dan sedekah karena dapat membantu keberlangsungan program makan bergizi agar pemenuhan gizi anak bangsa menjadi prioritas bersama. Melihat besarnya anggaran yang diperlukan untuk program makan bergizi gratis ini, penulis menawarkan infaq dan sedekah menjadi alternatif agar program ini dapat berjalan.

Infaq dan sedekah merupakan konsep syariat Islam yang mengatasi permasalahan ekonomi, banyaknya permasalahan tidak bisa makan karena faktor ekonomi menyebabkan terjadinya kurangnya asupan makanan untuk pertumbuhan dan perkembangan manusia, oleh karena itu Rasulullah sangat menganjurkan umat Islam saling memberi makan yang halal dan bergizi kepada sesama makhluk hidup, sebagaimana termaktub dalam hadis, yaitu:

عَبْدُ اللَّهِ بْنِ عَمْرٍو أَنَّ رَجُلًا سَأَلَ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ أَيُّ الْإِسْلَامِ خَيْرٌ قَالَ تَطْعِمُ الطَّعَامَ وَتَقْرَأُ السَّلَامَ عَلَى مَنْ عَرَفْتَ وَمَنْ لَمْ تَعْرِفْ.

Hadis ini diriwayatkan dari Ibnu Umar bahwa seorang laki-laki telah bertanya kepada Rasulullah: Islam bagaimanakah yang paling baik?. Jawab beliau “Islam yang baik adalah memberikan makan dan mengucapkan salam kepada orang yang kamu kenal ataupun tidak kamu kenal”⁶. Hadis ini memosisikan aktivitas pembagian makanan setara dengan menyebarkan kedamaian. Pemberian makan bergizi gratis saat ini sesuai dengan hadis tersebut sebagai bentuk mitigasi dan strategi menurunkan stunting melalui infaq dan sedekah sebab hal demikian merupakan amalan yang tinggi nilainya di hadapan Allah Swt. Tinjauan hadis di atas menjadi penguat sinyal infaq dan sedekah dapat membantu program makan bergizi gratis tentu tujuan ini jelas untuk kebaikan.

Pemenuhan gizi melalui pemberian makan bergizi gratis memiliki korelasi dengan anjuran makan dari yang halal dan baik, sehingga dalam konsep maqashid syariah yang menjadi sasaran utama dari hukum Islam menekankan perlunya menjaga dan melindungi lima elemen fundamental kehidupan manusia, yaitu agama (*din*), jiwa (*nafs*), akal (*aql*), keturunan (*nasl*), dan harta (*mal*). Konsep ini memberikan kerangka pemikiran yang relevan untuk menganalisis dan mengevaluasi program makan bergizi gratis sebagai instrumen dalam

⁵ Nur Putri Aprillia, et al, “Program Makan Bergizi Gratis (MBG): Antara Legacy Project dan Solusi Stunting”, *Journal of Information Systems and Management*, Vol. 04 No. 05 (2025)

⁶ Ibnu Hamzah, *Asbabul Wurud Latar Belakang Historis Timbulnya Hadis-hadis Rasul 2*, (Jakarta, Kalam Mulia, 2004), Hal. 337

mewujudkan kemaslahatan umat. Program makan bergizi gratis dapat dilihat sebagai manifestasi dari upaya melindungi jiwa (*hifz al-nafs*) melalui penyediaan nutrisi yang adekuat bagi mereka yang membutuhkan.

Ketersediaan pangan yang cukup dan bergizi merupakan kebutuhan dasar untuk menjaga kelangsungan hidup dan kesehatan manusia. Namun, implementasi program semacam ini perlu ditinjau secara holistik melalui perspektif Maqashid Syariah untuk memastikan keselarasannya dengan nilai-nilai dan prinsip-prinsip Islam, serta efektivitasnya dalam mencapai tujuan-tujuan syariah yang lebih luas. Mengenai program bantuan pangan dari perspektif Maqashid Syariah menemukan bahwa pendekatan berbasis Maqashid memungkinkan evaluasi yang lebih komprehensif terhadap program-program kesejahteraan.

Maqashid Syariah menekankan bahwa program makan bergizi tidak hanya harus memenuhi kebutuhan fisik penerima manfaat tetapi juga mempertimbangkan aspek keberlanjutan, pemberdayaan, dan penghormatan terhadap martabat manusia. Hal ini sejalan dengan prinsip keadilan dan keseimbangan dalam Islam yang menghendaki pemerataan sumber daya dan penghapusan kesenjangan sosial.⁷ Penelitian terdahulu tentang etika dan pola konsumsi Islami dalam program makan bergizi gratis: pendekatan maqashid syariah menerangkan perihal program makan bergizi gratis secara konseptual memiliki kesesuaian dengan prinsip *halalan thayyiban* dan kerangka maqashid syariah.⁸ Oleh karena itu, tulisan ini bertujuan menawarkan secara komprehensif strategi infaq dan sedekah dapat menjadi alternatif pendukung dan tawaran yang dapat menjadi solusi persoalan program makan bergizi gratis secara gotong royong demi membentuk generasi yang sehat.

B. METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan menggunakan pendekatan studi kepustakaan. Pendekatan ini memanfaatkan sumber-sumber literatur yang bersifat teoretis, mencakup berbagai tulisan yang membahas tata cara kehidupan, peraturan, serta norma-norma yang diterapkan dalam suatu konteks sosial tertentu. Sumber data yang digunakan adalah Hadis, buku dan jurnal terkait dengan judul yaitu membangun generasi sehat melalui infaq dan sedekah: relevansi nilai Islam dalam program makan bergizi gratis. Teknik pengambilan datanya menggunakan dokumentasi, di mana peneliti mencari hadis yang

⁷ Indah Nuraini et al, "SLR: Program Makan Bergizi Gratis dalam Perspektif Maqashid Syariah", *Jurnal Ekonomi Syariah Pelita Bangsa*, Vol. 10, No. 02. Oktober 2025

⁸ Annisa Masruri Zaimsyah, "Etika dan Pola Konsumsi Islami dan Program Makan Bergizi Gratis (MBG): Pendekatan Maqashid Syariah", *Jurnal Baabu Al-Ilmi Ekonomi dan Perbankan Syariah*, vol. 11, no. 02, 2026

relevan, artikel jurnal, buku yang berkaitan dengan pembahasan demi keabsahan data yang disajikan.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Infaq dan Sedekah sebagai Investasi Generasi Sehat

Infak dan sedekah tidak jauh berbeda dengan zakat, yang membedakan hanyalah jangkauan nya yang lebih luas dan fleksibel. Zakat terikat oleh aturan ketat *asnaf* (8 golongan penerima) dan syarat *haul* dan *nishab*. Sementara itu, infak dan sedekah dapat dialokasikan tidak hanya kepada orang-orang yang kondisi ekonominya menengah ke bawah saja, melainkan kepada seluruh masyarakat yang membutuhkan baik yang beragama Islam maupun non-islam selain itu bisa digunakan untuk membantu ekonomi masyarakat menengah kebawah dalam hal kebutuhan yang bersifat konsumtif dan bisa dialokasikan untuk kegiatan yang bersifat produktif.

Infak dan sedekah ini sangat menguntungkan bagi seluruh masyarakat, karena bukan hanya bisa digunakan untuk mencukupi makan dan minum saja, melainkan bisa dijadikan sebagai peluang pekerjaan dengan jenis bantuan modal sebagai peralatan kerja, bisa juga digunakan sebagai bantuan pendidikan, bantuan fasilitas untuk kesehatan, dan lain-lainnya. Sehingga bisa mensejahterakan anggota masyarakatnya. Apabila cara pengelolaannya baik dari kegiatan non-zakat seperti infak dan sedekah akan mampu meningkatkan kesejahteraan masyarakat.⁹

Paradigma masyarakat mengenai pemanfaatan dana infak dan sedekah mayoritas berfokus pada pembangunan infrastruktur fisik keagamaan semata. Padahal, dana umat ini bisa dialokasikan pada program ketahanan pangan dan pemenuhan gizi, keduanya merupakan bentuk investasi strategis yang sangat menentukan lahirnya generasi demi terwujudnya generasi sehat, cerdas, dan berkualitas. Pemahaman ini selaras dengan maksud dari hadis di atas yaitu menganjurkan memberi makan kepada orang lain dan menebarkan kedamaian atau memberi salam.

Rasulullah menegaskan untuk menjaga generasi yang sehat dan kuat, serta melarang meninggalkan generasi lemah sebagaimana yang disabdakan beliau: *“seorang muslim yang kuat lebih baik dan lebih disayang Allah daripada orang mukmin yang lemah.”* (HR. Muslim).¹⁰ Islam sangat memperhatikan kelangsungan hidup dan kesejahteraan umat, melalui hadis ini

⁹ Alvien Septian Haerisma et al, *Keuangan Publik Islam: Teori dan Penerapan*, (Indramayu, PT. Adab Indonesia, 2024), hal. 41

¹⁰ Nur Munafin, *Kecerdasan Finansial dalam Al-Qur'an*, (Jakarta, Gramedia Pustaka Utama, 2022), hal. 94

pentingnya menjaga generasi sehat melalui infaq dan sedekah demi kesejahteraan umat. Untuk menjaga generasi sehat sesuai dengan prinsip *hifz al-nafs* (memelihara jiwa) dan *hifz al-'aql* (memelihara akal). Kedua prinsip tersebut merupakan tujuan utama menjaga kesehatan fisik, mental, dan spiritual. fisik, mental, dan spiritual yang sehat dapat menjalankan ibadah dengan baik, menjalani kehidupan produktif, serta menjaga keseimbangan hidup dalam masyarakat. Segala upaya yang mendukung kesehatan, baik yang bersifat preventif maupun kuratif, mendapatkan perhatian besar dalam ajaran Islam, karena hal ini mendukung terlaksananya ibadah serta tugas manusia sebagai khalifah di muka bumi. Selain itu, menjaga kesehatan juga terkait dengan tanggung jawab terhadap keturunan dan keberlanjutan generasi.

Hifz al-nasl (memelihara keturunan) menjadi bagian penting dalam memastikan bahwa kesehatan reproduksi dan kesejahteraan keluarga dijaga dengan baik. Islam mendorong perawatan kesehatan yang baik dalam rangka melahirkan generasi yang sehat, baik secara fisik maupun mental. Menanamkan nilai-nilai kesehatan dan menjalankan segala bentuk tindakan untuk menjaga kesehatan merupakan prioritas dalam menjalankan ajaran-ajaran Islam. Ini tidak hanya didorong oleh alasan fisik semata, tetapi juga oleh pemahaman bahwa menjaga kesehatan merupakan bentuk kepatuhan terhadap perintah Allah dan Rasul-Nya.

Usaha menjaga kesehatan merupakan bagian integral dari pelaksanaan ajaran Islam, yang mendukung tercapainya keseimbangan hidup serta menjaga amanah dari Allah swt. untuk merawat tubuh dan jiwa.¹¹ Oleh karena itu, melalui alokasi dana infaq dan sedekah yang terstruktur dan produktif, strategi untuk membangun generasi yang kuat agar tidak menjadi generasi lemah, melainkan generasi yang sehat fisik, mental, dan spiritual.

B. Program Makan Bergizi Gratis dalam Tinjauan Maqashid Syariah

Menjaga generasi sehat fisik, mental, dan spiritual merupakan tanggung jawab kita bersama seperti yang digambarkan pada pembahasan di atas menerangkan peran infaq dan sedekah sebagai investasi generasi sehat, cerdas, dan berkualitas. Program makan bergizi gratis atau kerap disebut MBG adalah salah satu kebijakan pemerintah dalam meningkatkan sumber daya manusia, serta diharapkan dapat mengurangi persoalan gizi yang masih menjadi tantangan di Indonesia, terutama kasus stunting, rendahnya kualitas kesehatan, dan kurangnya daya saing generasi muda di masa depan.

Program MBG yang menjadi program prioritas pemerintahan saat ini merupakan sebuah kebijakan untuk memenuhi kebutuhan gizi masyarakat Indonesia. Hal tersebut sesuai dengan

¹¹ Cut Eliza Hidayani, et al, *Membangun Peradaban Sehat Integrasi Nilai Kesehatan dalam Pendidikan Islam*, (Medan, Umsu Press, 2023), hal. 43

UUD 1945 Pasal 28H ayat (1) menyebutkan bahwa setiap orang berhak hidup sejahtera lahir dan batin, bertempat tinggal, serta mendapatkan lingkungan hidup yang baik dan sehat, termasuk memperoleh layanan kesehatan. Pada pasal 34 ayat (1) menyebutkan bahwa fakir miskin dan anak terlantar dipelihara oleh negara. Kedua pasal ini menjadi landasan pelaksanaan program makan bergizi gratis yang dapat dipahami sebagai kewajiban negara dalam memenuhi hak warga negara, khususnya hak atas gizi dan kesehatan.

Program tersebut merupakan kebijakan publik yang berorientasi pada prinsip kemaslahatan masyarakat menengah kebawah. Al-Ghazali menjelaskan kemaslahatan (*al-mashlahah*) sebagai segala hal yang mendatangkan manfaat dan mencegah mudarat, yang diarahkan untuk menjaga lima kebutuhan pokok kehidupan manusia (*al-dharuriyyat al-khamsah*), yakni agama, jiwa, akal, keturunan, dan harta.¹² Al-Syatibi menyebutkan bahwa tujuan utama syariat (*maqāṣid al-sharī'ah*) adalah menghadirkan kemaslahatan dan menolak kerusakan dalam kehidupan manusia.¹³ Oleh karena itu, makan bergizi gratis dapat dipandang sebagai wujud nyata prinsip *hifz al-nafs* (menjaga jiwa) dan *hifz al-aql* (menjaga akal), karena gizi yang memadai berperan penting dalam kesehatan tubuh sekaligus perkembangan intelektual generasi muda.

Program makan bergizi gratis dalam tinjauan maqashid syariah dapat dikategorikan sebagai kebijakan yang memenuhi tingkat *darūriyyāt* (kebutuhan priemer) karena berorientasi pada *hifz al-nafs* (menjaga jiwa), *hifz al-aql* (menjaga akal), dan *hifz al-nasl* (menjaga keturunan).¹⁴ Dalam perspektif ekonomi syariah, intervensi negara untuk menjamin kebutuhan dasar masyarakat memiliki legitimasi normatif yang kuat dan sejalan dengan tujuan keadilan distributif serta kesejahteraan kolektif. Namun legitimasi maqṣad (tujuan) tidak cukup tanpa kesesuaian wasilah (cara pelaksanaan). Prinsip pencegahan mafsadah (kerugian) mengharuskan kebijakan dijalankan secara amanah, transparan, dan profesional.¹⁵

Perintah agama Islam dalam mengonsumsi makanan halal dan baik merupakan prinsip dasar kehidupan. Mengonsumsi makanan halal dan thoyyib merupakan kewajiban syariat yang

¹² Nurma Isfira Maharani, et al, "Kriteria Pemimpin Perspektif Imam Al-Ghazali Dalam Kitab Ihya' Ulumuddin", *Jurnal Keislaman*, Volume 07, Nomor 01, Maret 2007.

¹³ Siti Ropiah, *Rekonstruksi Kewarisan Islam Dalam Bingkai Maqashid Syari'ah*, (Kuningan, Goresan Pena, 2026), hal. 6

¹⁴ Angela Eva Nia et al, "Analisis Persepsi Mahasiswa PPKn UNIMED Tentang Asas Kemaslahatan Pada Program Makan Bergizi Gratis Dalam Tinjauan Hukum Islam", *Jurnal Ilmu Sosial dan Hukum*, Volume. 3 Number 5, 2025

¹⁵ Saima Sakilah Dalimunthe, "Program Makan Bergizi Gratis: Analisis Kebijakan Pemerintah dan Relevansinya dalam Perspektif Ekonomi Syariah", *Journal of Islamic Economics and Finance*, Vol. 3 (2) 2025

berdampak pada aspek spiritual dan kesehatan. Rasulullah SAW bersabda: “*Sesungguhnya Allah itu baik dan tidak menerima kecuali yang baik*” (HR. Muslim). Artinya, ibadah hanya akan diterima jika makanan yang dikonsumsi bersih dan sesuai syariat. Makanan yang halal dan thoyyib membawa keberkahan, menjaga kesehatan, dan mempererat hubungan spiritual dengan Allah SWT. Pola makan bersih dan sehat juga terbukti mampu mencegah penyakit seperti diabetes, jantung, dan obesitas. Bahkan, makanan yang baik dapat membantu menjaga stabilitas emosi serta meningkatkan kualitas hidup keluarga.

Dengan demikian, konsumsi makanan yang sesuai syariat merupakan bagian dari amanah Allah untuk menjaga tubuh dan akal, yang juga merupakan bagian dari maqashid syari’ah. Keluarga Muslim perlu menyusun menu makanan sehari-hari berdasarkan prinsip halal dan thoyyib, sebagai upaya menjaga kesehatan, keberkahan, dan keharmonisan rumah tangga. Adapun prinsip yang dapat diterapkan, antara lain: memilih bahan makanan yang halal dan bersih, menghindari makanan yang mengandung zat berbahaya, aditif, atau bahan kimia berlebihan, mengonsumsi makanan bergizi seimbang dan alami, dan menjauhi makanan instan atau terlalu diproses.

Penerapan menu halal dan thoyyib sesuai dengan lima nilai utama dalam maqashidus syari’ah, yaitu:

1. *hifz al-nafs* (menjaga jiwa): makanan sehat membantu menjaga tubuh dari penyakit dan mendukung kelangsungan hidup yang baik. Dalam konteks keluarga, ini mendorong terciptanya lingkungan yang sehat secara jasmani.
2. *Hifz al-‘aql* (menjaga akal): nutrisi yang baik meningkatkan daya pikir dan konsentrasi. Makanan thoyyib mendukung pertumbuhan otak, khususnya pada anak-anak dan dewasa aktif.
3. *Hifz an-nasl* (menjaga keturunan): asupan halal dan thoyyib berpengaruh pada perkembangan anak, termasuk aspek fisik dan mental. Ini juga menjadi bagian dari pendidikan keluarga dalam membangun generasi yang kuat dan beretika.
4. *Hifz al-mal* (menjaga harta): menginvestasikan harta untuk makanan berkualitas membantu mencegah pengeluaran berlebih pada pengobatan. Menghindari makanan tidak sehat juga melindungi dari pemborosan.

5. Hifz ad-din (menjaga agama): ketaatan pada konsumsi halal adalah manifestasi dari ketaatan kepada Allah SWT. Ini menanamkan kesadaran spiritual dalam keluarga dan memperkuat keimanan.¹⁶

Sehingga pelaksanaan program makan bergizi gratis ini dinilai sebagai wujud nyata dari kesejahteraan masyarakat, keadilan sosial, dan penerapan prinsip *halalan thayyiban* sebagai pemenuhan gizi yang membawa manfaat bagi masyarakat luas.

C. Integrasi Infaq dan Sedekah dalam keberlanjutan Program Makan Bergizi Gratis

Islam merupakan agama yang sempurna dan menyeluruh, yang mengatur seluruh aspek kehidupan manusia, baik hubungan dengan sesama manusia maupun hubungan dengan Allah Swt. Dalam ajaran Islam, hubungan antara manusia dan tuhan disebut *hablum-minallah*, yaitu hubungan yang dibangun atas dasar keimanan, ketaatan, dan ketakwaan. Manusia diciptakan oleh Allah dengan tujuan utama untuk beribadah kepadanya. Hubungan manusia dengan Tuhan diwujudkan melalui berbagai bentuk ibadah. Melalui ibadah-ibadah tersebut, manusia berkomunikasi secara langsung dengan Allah, menyampaikan rasa syukur, permohonan ampun, dan doa. Selain melalui ibadah ritual, hubungan dengan Allah juga dapat terjalin melalui perilaku sehari-hari yang mencerminkan nilai-nilai keislaman, seperti kejujuran, kesabaran, dan rasa syukur.

Selain itu, Islam juga mengatur hubungan antar manusia dalam kehidupan bermasyarakat, Islam mengatur hubungan antar manusia dalam kehidupan sosial, yang dikenal dengan istilah muamalah. Muamalah adalah salah satu aspek penting dalam kehidupan umat Islam. Kesalehan sosial menunjukkan dampak nyata dari keimanan seseorang dalam kehidupan sehari-hari. Kesalehan ritual seperti salat, puasa, dan zakat bersifat pribadi dan menjadi hubungan langsung antara manusia dengan Tuhan. Namun, kesalehan sosial mencerminkan bagaimana nilai-nilai ibadah tersebut diwujudkan dalam sikap dan perilaku terhadap orang lain. Kesalehan sosial memiliki hubungan yang sangat erat dengan sistem ekonomi syari'ah. Kesalehan sosial menuntut seseorang untuk bersikap adil, jujur, amanah, peduli terhadap kesejahteraan orang lain, serta tidak merugikan sesama.

Zakat, infak, dan sedekah menjadi sarana strategis untuk meningkatkan kesejahteraan umat. Zakat, dengan ketentuan hukumnya yang jelas, bertujuan untuk mengurangi kesenjangan ekonomi, memberdayakan mustahik, dan memastikan harta beredar secara adil di masyarakat.

¹⁶ Mubasyiroh, "Menu Halal dan Thoyyib Perspektif Maqosidus Syariah Solusi Makanan sehat Untuk Keluarga", <https://halalcenter.uin-malang.ac.id/menu-halal-dan-thoyyib-persprktif-maqosidus-syariah-solusi-makanan-sehat-untuk-keluarga/>, diakses pada 19 Mei 2026.

Infak dan sedekah, meskipun bersifat sunnah dan lebih fleksibel, juga berperan dalam mendukung program sosial, pendidikan, kesehatan, dan berbagai kegiatan yang meningkatkan kualitas hidup umat. Kurangnya pemahaman sebagian umat Islam tentang perbedaan antara zakat, infak, dan sedekah bisa menghambat pencapaian kesejahteraan tersebut. Kesejahteraan menjadi salah satu prioritas utama umat Islam.

Menurut Hasan, pada dasarnya semua orang menginginkan kehidupan yang layak dan terpenuhi kebutuhan pokoknya. Namun kenyataannya tidak semua orang berkesempatan menikmati hal itu karena berbagai faktor, seperti tidak tersedianya lapangan pekerjaan, kemiskinan atau rendahnya tingkat pendidikan. Pemahaman yang tepat, umat Islam dapat menggunakan zakat, infak, dan sedekah sebagai instrumen yang efektif untuk memperkuat solidaritas sosial, menanggulangi kemiskinan, dan meningkatkan kualitas hidup. Kesejahteraan umat pun menjadi tujuan yang bukan hanya bersifat material, tetapi juga spiritual, karena kepedulian dan keadilan sosial merupakan bagian dari nilai-nilai inti ajaran Islam.¹⁷

Melalui ibadah infaq dan sedekah menjadi tanda solidaritas umat Islam dalam meningkatkan kepedulian sosial dan kemasyarakatan. Anjuran infaq dan sedekah ini sejalan dengan program pemerintah yaitu makan bergizi gratis, sesuai dengan kandungan hadis pada latar belakang tulisan ini, yaitu memberi makan kepada orang lain merupakan amalan terbaik. Hadis tersebut menjadi sumber bahwasanya infaq dan sedekah dapat membantu dalam keberlanjutan program makan bergizi gratis melihat banyaknya anggaran negara yang diperlukan. Melihat banyaknya manfaat yang diberikan pada program tersebut, sekiranya kita harus mendukung keberlanjutannya. Hadis tersebut menjadi motivasi umat Islam untuk selalu berbagi kepada orang lain melalui infaq dan sedekah karena sifatnya yang fleksibel sehingga mampu menjadi alternatif untuk program makan bergizi gratis. Berbeda dengan zakat, sebab alokasinya terpaku kepada 8 golongan serta ada waktu dan takaran yang telah diatur dalam syariat Islam.

Hadis Rasulullah SAW, *"Tidaklah seorang muslim menanam pohon, lalu dimakan oleh burung, manusia, dan hewan lain, kecuali itu menjadi sedekah baginya"*. (HR. Bukkhari).¹⁸ Konsep gerakan menanam pohon dapat kita implementasikan guna mendukung program makan bergizi gratis, selain menjadi sedekah jariyah kita juga dapat menjaga ekosistem alam. Sumber pangan yang dihasilkan seperti buah mangga, apel, pisang dan lainnya yang

¹⁷ Muaz Dhiyaulhaq Imran et al, "Zakat Infaq dan Sedekah dalam Sistem Ekonomi Syari'ah", *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Hukum Ekonomi Syariah*, Volume 7 Nomor 2 Januari 2026.

¹⁸ Zinuddin Hamidy et al, *Sahih Bukhari*, (Jakarta, PT. Bumirestu, cet. Ke 4 1986), hal. 7

mengandung vitamin dapat kita berikan kepada satuan pelayanan pemenuhan gizi untuk dikelola dan didistribusikan untuk anak-anak. Masyarakat juga merasakan dampaknya seperti edukasi pentingnya menjaga lingkungan, penanaman pohon yang membawa manfaat, dan meningkatkan ketaqwaan terhadap Allah Swt.

Pendekatan infaq dan sedekah menjadi alternatif untuk mendukung keberlanjutan program makan bergizi gratis. Seperti gerakan memberi telur satu orang kepada satuan pelayanan pemenuhan gizi untuk didistribusikan kepada masyarakat, karena telur mengandung protein tinggi yang dapat memberikan kesehatan bagi anak-anak, hal tersebut merupakan tindakan dari infaq dan sedekah, sesuai dengan hadis yang menganjurkan untuk memberi makan orang lain. Oleh karena itu, infaq dan sedekah dapat membantu pemenuhan gizi anak-anak. Sebab ajaran Islam sangat menganjurkan amal saleh dari infaq dan sedekah apalagi berupa makanan yang halal dan *thayyib*.

Relevansi infaq dan sedekah bisa menjadi alternatif untuk keberlangsungan program makan bergizi gratis sebagai bentuk dukungan agar program tersebut berjalan. Melihat manfaat yang disalurkan dari program tersebut kiranya menjadi konsep baru untuk kerja sama pemerintah dengan syariat Islam untuk mewujudkan generasi emas, cerdas dan berkualitas dengan pemenuhan gizi anak-anak bangsa. Peningkatan regulasi, administratif, dan transparan pada pengelolaan program ini harus jelas sehingga program makan bergizi gratis ini tepat sasaran, serta menghindari kecacatan dalam pelaksanaannya. Artinya tetap ada pertanggung jawaban bagaimana penyaluran infaq dan sedekah ini untuk kemaslahatan umat.

D. KESIMPULAN

Membangun generasi sehat merupakan tanggung jawab bersama serta melibatkan stakeholder termasuk infaq dan sedekah agar terwujudnya masyarakat yang sehat, cerdas dan berkualitas. Infaq dan sedekah menjadi alternatif yang dapat diimplementasikan sesuai dengan kandungan hadis Nabi tentang keutamaan infaq dan sedekah dalam bentuk makanan. Selain itu infaq dan sedekah dapat membangun kepedulian sosial.

Infaq dan sedekah dapat membantu program makan bergizi gratis dengan hasil infaq dan sedekah seperti hasil buah dan telur kemudian dikelola oleh satuan pelayanan pemenuhan gizi untuk mendistribusikan agar makanan terbagi kepada semua kalangan. Program makan bergizi gratis menjadi sarana untuk menjaga generasi sehat, cerdas, dan berkualitas. Regulasi yang ketat, administratif yang sesuai, dan transparan. Prinsip yang harus dijaga, agar terhindar dari penyalahgunaan anggaran dan tidak tepat sasaran. Pemberian makanan yang baik dan

halal berkaitan erat dengan prinsip maqashid syariah yang berorientasi untuk menjaga jiwa, akal, harta, keturunan, dan agama.

Program makan bergizi gratis memerlukan anggaran yang besar sehingga menyebabkan beban anggaran, melalui infaq dan sedekah menjadi alternatif agar program ini terus berjalan. Sebagaimana pada pembahasan dijelaskan mengenai hadis tentang menanam pohon sebagai bentuk sedekah. Hadis inilah menjadi dasar infaq dan sedekah dapat membantu pelaksanaan program makan bergizi gratis.

E. DAFTAR PUSTAKA

- Aprilia, Nur Putri, et al, "Program Makan Bergizi Gratis (MBG): Antara Legacy Project dan Solusi Stunting", *Journal of Information Systems and Management*, Vol. 04 No. 05 (2025).
- Dalimunthe, Saima Sakilah, "Program Makan Bergizi Gratis: Analisis Kebijakan Pemerintah dan Relevansinya dalam Perspektif Ekonomi Syariah", *Journal of Islamic Economics and Finance*, Vol. 3 (2) 2025.
- Haerisma, Alvien Septian, et al, *Keuangan Publik Islam: Teori dan Penerapan*, Indramayu, PT. Adab Indonesia, 2024.
- Hamidy, Hamidy, et al, *Sahih Bukhari*, Jakarta, PT. Bumirestu, cet. Ke 4 1986.
- Hamzah, Ibnu , *Asbabul Wurud Latar Belakang Historis Timbulnya Hadis-hadis Rasul 2*, (Jakarta, Kalam Mulia, 2004.
- Hidayani, Cut Eliza, et al, *Membangun Peradaban Sehat Integrasi Nilai Kesehatan dalam Pendidikan Islam*, Medan, Umsu Press, 2023.
- Imran, Muaz Dhiyaulhaq, et al, "Zakat Infaq dan Sedekah dalam Sistem Ekonomi Syari'ah", *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Hukum Ekonomi Syariah*, Volume 7 Nomor 2 Januari 2026.
- Kampung KB, *Pemberian Makanan Bergizi Gratis (MBG)*, <https://kampungkb.kemendukbangga.go.id/kampung/1626/intervensi/2611704/pemberian-makanan-bergizi-gratis-mbg>, diakses pada, 23 Mei 2026
- Maharani, Nurma Isfira, et al, "Kriteria Pemimpin Perspektif Imam Al-Ghazali Dalam Kitab Ihya` Ulumuddin", *Jurnal Keislaman*, Volume 07, Nomor 01, Maret 2007.
- Martony, Oslida, "Stunting di Indonesia: Tantangan dan Solusi di Era Modern", *Journal of Telenursing*, Volume 5, Nomor 2 2023.
- Mubasyiroh, "Menu Halal dan Thoyyib Perspektif Maqosidus Syariah Solusi Makanan sehat Untuk Keluarga", <https://halalcenter.uin-malang.ac.id/menu-halal-dan-thoyyib-persprktif-maqosidus-syariah-solusi-makanan-sehat-untuk-keluarga/>, diakses pada 19

Mei 2026.

- Munafin, Nur, *Kecerdasan Finansial dalam Al-Qur'an*, (Jakarta, Gramedia Pustaka Utama, 2022), hal. 94
- Nia, Angela Eva, et al, "Analisis Persepsi Mahasiswa PPKn UNIMED Tentang Asas Kemaslahatan Pada Program Makan Bergizi Gratis Dalam Tinjauan Hukum Islam", *Jurnal Ilmu Sosial dan Hukum*, Volume. 3 Number 5, 2025.
- Nuraini, Indah, et al, "SLR: Program Makan Bergizi Gratis dalam Perspektif Maqashid Syariah", *Jurnal Ekonomi Syariah Pelita Bangsa*, Vol. 10, No. 02. Oktober 2025.
- Rachman, Dinkes Kalsel Terus Percepat Penurunan Stunting Melalui Kolaborasi Lintas Sektor, <https://diskominfomc.kalselprov.gp.id/2026/03/02/dinkes-kalsel-terus-percepat-penurunan-stunting-melalui-kolaborasi-lintas-sektor/>, di akses pada, 23 Mei 2026.
- Ropiah, Siti, *Rekontruksi Kewarisan Islam Dalam Bingkai Maqashid Syari`ah*, Kuningan, Goresan Pena, 2026.
- Syaekhu, Ahmad, et al, "Kolaborasi Membangun Generasi Sehat Sejak Dini", *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, Volume 1 Nomor 1 Maret 2018
- Zaimsyah. Annisa Masruri, "Etika dan Pola Konsumsi Islami dan Program Makan Bergizi Gratis (MBG): Pendekatan Maqashid Syariah", *Jurnal Baabu Al-Ilmi Ekonomi dan Perbankan Syariah*, vol. 11, no. 02, 2026