

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masyarakat global di era modern yang ditandai dengan laju pesatnya perkembangan teknologi, sehingga berbagai informasi dari luar begitu cepat masuk dan mudah diakses oleh siapapun di negara kita.¹ Hal ini mengakibatkan maraknya budaya luar yang mulai menjelajah dan berkembang di Indonesia. Tanpa disadari, banyak budaya asing yang dikonsumsi masyarakat secara mentah tanpa disaring terlebih dahulu, sehingga perlahan mempengaruhi perubahan sikap, perilaku bahkan jiwa nasionalisme warga Indonesia.² Salah satu diantara banyaknya budaya asing yang diadopsi masyarakat Indonesia adalah *global trend*³ yang berakar dari negara Korea Selatan yang kemudian meluas ke berbagai negara di dunia hingga menjadi kebiasaan baru yang banyak dilakukan masyarakat Indonesia, baik kalangan remaja maupun dewasa.

Fenomena ini merupakan kegiatan seseorang yang sedang menyantap makanan dengan jumlah besar di hadapan kamera, yang disiarkan secara online di media sosial untuk bisa diakses dan ditonton banyak orang tanpa batas. Kegiatan ini dikenal dengan istilah “mukbang”. Di negara asalnya, mukbang diartikan sebagai siaran makan dengan porsi besar, yang merupakan gabungan dari kata *Meogda* yang artinya makan, dan *Bangsong* yang artinya siaran.⁴ Mukbang adalah kegiatan makan yang tidak terlalu memperhatikan kandungan gizi atau cenderung lebih tinggi lemak

¹ Muhamad Nurudin, “Signifikansi Pemahaman Kontekstual pada Era Global (Analisis Hadis Ijtima’I),” *Riwayah* 2, no. 2 (2016): 227, <https://doi.org/10.21043/riwayah.v2i2.3134>.

² Nishfa Syahira. Azima dkk., “Pengaruh Masuknya Budaya Asing Terhadap Nasionalisme Bangsa Indonesia di Era Globalisasi,” *Jurnal Pendidikan Tambusai* 5 (2021): 7491, <https://jptam.org/index.php/jptam/article/view/2186>.

³ Global trend merupakan istilah dari Bahasa Inggris yang berarti suatu kecenderungan atau perkembangan pergerakan (kearah pasar) yang sedang mendunia.

⁴ Aldila Fahira Ayunissa Kusumawardhani, “Pandangan Quraish Shihab Dalam Tafsir AlMishbah Sebagai Respon Atas Fenomena Mukbang (Studi Analisis Channel YouTube ‘Tanboy Kun’),” *Institut Ilmu Al-Qur’an (IIQ) Jakarta*, 2021, 2, <http://repository.iiq.ac.id/handle/123456789/1707>.

dan kalori. Jika perilaku makan seperti ini ditiru oleh masyarakat, maka bisa berdampak pada kesehatan yang menimbulkan lebih banyak masalah gizi.⁵

Orang yang membuat video yang di *upload* ke situs media sosial, seperti Youtube terkait wisata kuliner, salah satunya adalah Mukbang dijuluki sebagai *food vlogger*.⁶ Diantara para *food vlogger* mukbang Indonesia yang menunjukkan bagaimana maraknya fenomena Mukbang di tengah masyarakat, yaitu channel Farida Nurhan yang dibuat pada tahun 2017 dan kini telah memiliki *subscriber* sebanyak 4,65 juta dengan 1,3 ribu video. Shelvy Silvia yang bergabung pada 2019 dengan 1,16 juta pengikut dan total 548 video ungggahan. Adi Dharma channel dengan 286 ribu dan 360 video mukbang yang bergabung sejak 2019. Nuriku ASMR yang kini memiliki 419 unggahan video ASMR dan Mukbang dengan 974 *subscriber* yang bergabung sejak 2019. Channel DONA Indonesia dengan 4,69 juta pengikut dengan 260 video Mukbang ASMR sejak tahun 2020 Channel tanboy kun yang telah memiliki 17,3 juta pengikut sejak bergabung pada 2016 silam dengan total 685 video, salah satunya adalah aksi mukbangnya yang menghabiskan tujuh bungkus porsi jumbo nasi padang dalam waktu 18 menit 46 detik dan masih banyak pelaku *food vlogger* mukbang lainnya.⁷

Mukbang bermula karena meningkatnya jumlah masyarakat Korea yang tinggal sendiri, baik karena perceraian ataupun jauh dari keluarga karena alasan pendidikan maupun pekerjaan. Hal ini memicu adanya rasa kesepian dan stres, sehingga dengan hadirnya siaran mukbang, mereka merasa memiliki teman

⁵ Dea Sofa Amalia et al., “Hubungan Kebiasaan Menonton Mukbang, Pengetahuan Gizi Dan Tingkat Stres Dengan Perubahan Perilaku Makan Negatif Pada Penggemar Mukbang Di Media Sosial Instagram,” *Journal of Nutrition College* 10 (2021): 105, <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jnc/article/view/29142>.

⁶ Irvan Aditya, “Pengaruh Konten Youtube Food Vlogger Channel Nex Carlos Terhadap Tingkat Pengetahuan Kuliner Daerah Dan Minat Berwisata Kuliner Pada Subscriber,” *Universitas Islam Sultan Agung Semarang*, 2021, 3, http://repository.unissula.ac.id/22894/12/S1%20Ilmu%20Komunikasi_31001500303_fullpdf.pdf.

⁷ *Mukbang 7 Bungkus Nasi Padang Porsi Jumbo!!!*, 2020, https://www.youtube.com/watch?v=9m7YHjBeduA&ab_channel=tanboykun.

untuk menikmati makanan atau seperti ada seseorang yang mengajaknya makan.⁸

Satu dari hal yang menjadi ciri khas dalam praktik Mukbang adalah perilaku *Ishraf* atau berlebih-lebihan, yakni makan dengan porsi yang banyak sehingga mengakibatkan kekenyangan. Hal ini bertentangan dengan perintah Allah SWT dalam Q.S. al-A'raf ayat 31 yang sudah jelas mengharamkan bersikap berlebih-lebihan dalam segala sesuatu di dalam kehidupan, tentang perkara yang keluar dari batas kewajaran, termasuk dalam hal makan.

﴿ يَا بَنِي آدَمَ خُذُوا زِينَتَكُمْ عِنْدَ كُلِّ مَسْجِدٍ وَكُلُوا وَاشْرَبُوا

وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ ﴿٣١﴾

Artinya : Wahai anak cucu Adam, pakailah pakaianmu yang indah pada setiap (memasuki) masjid dan makan serta minumlah, tetapi janganlah berlebihan. Sesungguhnya Dia tidak menyukai orang-orang yang berlebihan.⁹

Tidak berlebihan ketika makan juga dikuatkan dalam sabda Nabi Muhammad SAW yang tertuang dalam hadist riwayat at-Tirmidzi,

عن مقدم بن معدي كرب قال سمعت رسول الله صلى الله عليه وسلم يقول ما ملأ آدمي وعاء شراً من بطن بحسب ابن آدم أكالات يقمن صلبه فإن كان لا محالة فثلث لطعامه وثلث لشرابه وثلث لنفسه

Artinya : Dari Miqdam bin Ma'dikarib berkata: Aku mendengar Rasulullah SAW bersabda: *"Manusia tidak memenuhi wadah yang buruk melebihi perut, cukup bagi manusia beberapa suapan yang menegakkan tulang punggungnya, bila tidak bisa maka sepertiga untuk makanannya,*

⁸ Amalia et al., "Hubungan Kebiasaan Menonton Mukbang, Pengetahuan Gizi Dan Tingkat Stres Dengan Perubahan Perilaku Makan Negatif Pada Penggemar Mukbang Di Media Sosial Instagram," 110.

⁹ Alquran, al-A'raf ayat 31, *Alquran dan Terjemahnya* (Jakarta: Kementerian Agama RI, Lajnah Pentashihan Mushaf Alquran, 2019), 154

sepertiga untuk minumannya dan sepertiga untuk nafasnya."¹⁰

Nash di atas menjelaskan bahwa Allah SWT dan Rasul-Nya menyerukan untuk tidak makan dan minum secara berlebihan. Lebih jelas Rasulullah SAW sebagaimana riwayat at-Tirmidzi di atas, beliau membagi sepertiga untuk makanan, sepertiga untuk minuman, dan sepertiga lagi untuk udara agar bisa bernafas. Hal ini tentunya bukan tanpa alasan, karena makan dan minum dengan porsi yang berlebihan dan melampaui batas bisa mendatangkan berbagai penyakit yang merugikan dan membahayakan tubuh. Dan mengonsumsi makanan dengan porsi yang berlebihan akan menekan dinding lambung sehingga jalur pernafasan menjadi sempit.¹¹ Sebagaimana yang diajarkan Rasulullah SAW, untuk makan atau minum jikalau sudah merasa lapar dan berhenti sebelum kenyang, walaupun nafsu makan atau minum masih ada.

Begitupun seseorang dianjurkan untuk tidak makan sampai berlebihan hingga sangat kenyang, melainkan hanya secukupnya. Sebab, ketika seseorang memenuhi perutnya sampai kenyang, akan menimbulkan rasa malas untuk bergerak dan beraktivitas, sehingga yang terjadi otak pun akan buntu dan susah untuk produktif. Hal inilah yang tidak diinginkan dalam Islam, seorang hamba yang bermalas-malasan dan tidak melakukan aktivitas yang produktif baik dalam perkara dunia maupun ibadah.

Meski demikian, mukbang kini menjadi trend yang banyak disukai oleh kalangan masyarakat. Hal tersebut dapat terlihat dari beberapa pelaku mukbang yang membagikan video aksi mukbangnya ke media sosial, seperti Youtube. Dan aksi ini, mampu manampung banyak penonton dan pengikut. Pecinta mukbang ini menjadikannya sebagai tontonan yang menarik dan menghibur, ada pula yang kemudian mengikuti kegiatan tersebut lalu dibagikan ke akun media sosial miliknya, sehingga pelaku mukbang kian bertambah.

Bermula dari kemunculan *K-wave* pada pertengahan tahun 2000-an yang mulai merambah ke Indonesia, dimana tercatat sekitar 67% merupakan golongan yang berusia 20 hingga 30-an

¹⁰ At-Tirmidzi Abu Isa Muhammad bin, *Ensiklopedia Hadits 6; Jami' at-Tirmidzi, Terj., Misbakhul Khaer, Dkk* (Jakarta: Almahira, 2013), 791.

¹¹ Octri Amelia Suryani, "*Jangan Makan Dan Minum Berlebihan, Ini Anjuran Rasulullah,*" *Oase* (blog), 2021, <https://m.oase.id/read/WaAALW-jangan-makan-dan-minum-berlebihan-ini-anjuran-rasulullah>.

(berdasarkan survei *Korean Tourism Organization*) dan salah satu diantara konten yang diminati ialah makanan.¹² Dengan adanya trend *audio visual* mukbang di Korea Selatan, maka dengan mudah para penggemar *K-Wave* yang tersebar di berbagai negara untuk menikmati konten tersebut dan mencoba hal serupa, sehingga kegiatan ini melambung tinggi di pasar Indonesia dan menarik perhatian banyak kalangan, bahkan yang bukan pecinta *K-Wave* sekalipun.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh DS. Amalia, dkk. (2021), popularitas penonton mukbang juga meningkat pada masa pandemi *Covid-19* dikarenakan meningkatnya rasa stres. Banyak orang mengalami stres, karena kebiasaan baru pada saat pandemi covid-19 sebagian besar aktivitas manusia dilakukan di rumah saja, mulai seklah, bekerja dan bermain, sehingga penggunaan internet semakin mendominasi kehidupan masyarakat. Kebijakan tersebut perlahan mengubah kebiasaan masyarakat secara permanen dalam melakukan kegiatan sehari-harinya bahkan setelah pandemi usai sekalipun dan memicu kecenderungan rasa kesepian, bosan dan stres selama di rumah saja. Sehingga semakin banyak masyarakat yang tertarik dengan video mukbang karena dirasa menghibur dan menarik untuk menghilangkan stres dan kebosanan di rumah.¹³

Mukbang mulai membumi di Indonesia sekitar tahun 2016 melalui YouTube dan mampu menarik perhatian masyarakat dunia, khususnya Indonesia.¹⁴ Karena bagi para BJ (*broadcasting jockeys*), yaitu sebutan bagi para pelaku mukbang. Hal ini menjadi suatu hiburan yang menarik bagi orang-orang yang suka makan banyak atau makan pedas, bahkan mereka rela melakukan suatu *challenge* demi menarik perhatian dan mencatat banyak penonton di sosial media, seperti makan porsi banyak dengan makanan yang

¹² Adia Titania Supriyatman and Catur Nugroho, "Analisis Resepsi Penonton Remaja Video Mukbang Dalam Kanal Youtube" *Yuka Kinoshita*," *EProceedings of Management* 6, no. 1 (2019): 1428–29, <https://openlibrarypublications.telkomuniversity.ac.id/index.php/management/article/view/8526>.

¹³ Amalia et al., "Hubungan Kebiasaan Menonton Mukbang, Pengetahuan Gizi Dan Tingkat Stres Dengan Perubahan Perilaku Makan Negatif Pada Penggemar Mukbang Di Media Sosial Instagram," 110.

¹⁴ Imam Safi'i, "Fenomena Mukbang Dalam Kitab Hadis Sahih Ibnu Hibban Bi Tartibi Ibnu Balban Nomor Indeks. 674" (PhD Thesis, UIN Sunan Ampel Surabaya, 2020), 17, <http://digilib.uinsby.ac.id/44691/>.

super pedas, berkalori tinggi¹⁵ yang bisa mengancam kesehatan tubuh meraka jika dilakukan berulang kali dan tentunya hal tersebut bertentangan dengan cara makan yang telah diajarkan oleh Rasulullah SAW.

Sejatinya, Islam adalah agama yang menunjukkan kepedulian tinggi kepada para umatnya. Sebagaimana kepedulian Islam dalam mengatur setiap sendi-sendi kehidupan manusia dengan begitu teliti tanpa sedikitpun celah melalui perintah dan aturan yang telah ditetapkanNya dalam syariat¹⁶ Islam. Tidak hanya mengatur bagaimana hubungan manusia dengan Allah SWT, tetapi Islam juga mengatur bagaimana menjaga manusia dalam menjalankan kehidupan sehari-harinya. Mulai dari hal yang paling sederhana hingga yang paling kompleks, termasuk dalam hal makan. Manusia tidaklah mungkin hidup tanpa melakukan aktivitas makan. Dalam hal ini, menunjukkan jika agama Islam begitu selektif terkait apa yang boleh dikonsumsi oleh umat Islam. Sebagaimana tercermin dalam hadis maupun sunnah Nabi Muhammad SAW dalam mengajarkan banyak hal terkait urusan makan. Tidak hanya tentang adabnya, namun juga dalam hal jenis dan porsi makan yang ideal dan menyehatkan bagi tubuh, semua itu telah diatur dalam syariat Islam. Allah SWT memerintahkan manusia untuk memakan makanan yang baik dan halal yang tidak membahayakan bagi tubuh sebagaimana bunyi firman Allah swt dalam Q.S al-Maidah ayat 88:

وَكُلُوا مِمَّا رَزَقَكُمُ اللَّهُ حَلَالًا طَيِّبًا ۗ وَاتَّقُوا اللَّهَ الَّذِي أَنْتُمْ بِهِ

مُؤْمِنُونَ

Artinya : Makanlah apa yang telah Allah swt anugerahkan kepadamu sebagai rezeki yang halal lagi baik, dan

¹⁵ Yulian Khairani, “Fenomena Mukbang Dalam Perspektif Al-Qur’an Menurut Wahbah Az-Zuhali” (Skripsi Thesis, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, 2021), 2, <https://repository.uin-suska.ac.id/48251/>.

¹⁶ Syariat merupakan norma hukum dasar yang ditetapkan Allah dan Rasul-Nya bersifat wajib untuk ditaati oleh umat Islam, berupa perintah maupun larangan baik dalam hubungannya dengan Allah swt maupun dengan sesama manusia yang mencakup seluruh aspek kehidupan.

bertakwalah kepada Allah swt yang hanya kepada-Nya kamu beriman.¹⁷

Ayat di atas dengan tegas memberikan perintah bagi umat Muslim untuk hanya memakan makanan yang halal dan baik. Halal dan baik merupakan satu kesatuan yang melekat. Halal menurut syariat Islam, dan baik yang merupakan label dari tinjauan kesehatan. Hal ini pun dikuatkan dengan sabda Nabi Muhammad dalam suatu riwayat hadis yang berbunyi:

عن أبي هريرة رضي الله ، قال : قال رسول الله صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ : " أَيُّهَا النَّاسُ: إِنَّ اللَّهَ طَيِّبٌ لَا يَقْبَلُ إِلَّا طَيِّبًا، وَإِنَّ اللَّهَ أَمَرَ الْمُؤْمِنِينَ بِمَا أَمَرَ بِهِ الْمُرْسَلِينَ، فَقَالَ: { يَا أَيُّهَا الرُّسُلُ كُلُّوا مِنْ الطَّيِّبَاتِ وَاعْمَلُوا صَالِحًا، إِنِّي بِمَا تَعْمَلُونَ عَلِيمٌ } [المؤمنون: ٥١] وقال: { يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُلُوا مِنْ طَيِّبَاتِ مَا رَزَقْنَاكُمْ } [البقرة: ١٧٢] ثم ذكر الرجل يطيل السفر أشعث أغبر، يمدّ يديه إلى السماء، يا ربّ، يا ربّ، ومطعمه حرام، ومشربه حرام، وملبسه حرام، وغذي بالحرام، فأتى يستجاب لذلك؟¹⁸

Artinya : Dari Abu Hurairah ra., dari Nabi SAW beliau bersabda, "Sesungguhnya Allah SWT itu baik, tidak menerima kecuali perkara yang baik, dan sesungguhnya Allah telah memerintahkan kepada orang-orang yang beriman dengan apa yang Dia perintahkan kepada para rasul, Allah SWT berfirman, "Wahai para Rasul, makanlah yang baik-baik dan kerjakanlah amal saleh, sesungguhnya Aku Maha Mengetahui apa yang kamu kerjakan." (Al-Mu`minun: 51). Dan Allah berfirman, "Wahai orang-orang yang beriman, makanlah di antara rezeki yang baik-baik yang Kami berikan kepada kamu." (Al-Baqarah: 172). Kemudian beliau

¹⁷ Alquran, al-Maidah ayat 88, *Alquran dan Terjemahnya* (Jakarta: Kementerian Agama RI, Lajnah Pentashihan Mushaf Alquran, 2019), 122

¹⁸ "Jami'ul Kutub At-Tis'ah (Kitab Shahih Muslim)," n.d., 1686.

menyebutkan tentang seorang laki-laki yang mengadakan perjalanan jauh dalam keadaan kusut dan berdebu, dia menengadahkan kedua tangannya ke langit (sambil berkata), "Ya Rabb, ya Rabb," sedangkan makanannya haram, minumannya haram, pakaiannya haram, dan dia dikenyangkan dengan yang haram, lalu bagaimana bisa doanya dikabulkan?" Hadis sahih - Diriwayatkan oleh Muslim.

Menurut Al-Qhadi, hadis ini menekankan pada hal-hal yang bersifat *thayyib* (baik) dan halal. Maksud kalimat pada sabda sifat Maha Baik Allah SWT disini senada dengan *Al-Quddus* (Yang Maha Suci) artinya Yang Maha Suci dari segala sifat tercela dan kekurangan. Asal usul zakat yang baik, kesucian dan keselamatan dari kejahatan, termasuk mendesak orang untuk membelanjakan apa yang halal, dan melarang membelanjakan uang untuk hal-hal yang haram. Disamping itu, bahwa apa yang diminum, dimakan, dipakai, dan sejenisnya harus murni halal, tanpa keraguan tentangnya, dan bahwa siapa pun yang ingin berdoa lebih berhak mengurusnya daripada yang lain.¹⁹

Nabi Muhammad SAW sebagai uswah, beliau adalah sosok yang menyampaikan, menafsirkan, dan memberikan penjelasan terhadap kandungan al-Qur'an baik berupa perkataan, perbuatan, ketetapan, maupun tingkah laku beliau. Sebagai sosok suri tauladan, Nabi SAW tidak hanya menaungi dalam masalah ibadah saja, melainkan seluruh aspek kehidupan dalam menjalankan aktivitas sehari-hari manusia. Mulai dari bangun tidur hingga kembali tidur, banyak teladan dan adab dalam setiap melakukan suatu perbuatan yang kita ikuti dari mulianya perangai Rasulullah SAW, sang *Khataman Nabiyyin*. Sebagaimana yang telah disabdakan dan dicontohkan dalam kehidupan sehari-harinya Rasulullah SAW, yang kemudian diabadikan dalam hadis Nabi SAW.²⁰ Salah satu sikap yang diajarkan beliau adalah kesederhanaan. Dalam Islam pun dengan tegas melarang umat Muslim untuk berlebih-lebihan dalam menikmati apa-apa yang telah diharamkan untuknya.

¹⁹ Imam Nawawi, *Syarah Shahih Muslim (Jilid 5)* (Jakarta Timur: Darus Sunnah Press, 2010), 273.

²⁰ Nurudin, "Signifikansi Pemahaman Kontekstual pada Era Global (Analisis Hadis Ijtima'I)," 225–26.

Makanan merupakan salah satu kebutuhan primer manusia. Islam sangat memperhatikan makhluknya dalam aktivitas makan dan masalah makan. Oleh karenanya umat manusia dianjurkan untuk makan dengan gizi yang seimbang, baik secara kualitas maupun kuantitas dan mengandung proporsi komponen yang dibutuhkan tubuh. Kesehatan merupakan salah satu faktor penting bagi kehidupan manusia. Karena dengan tubuh yang sehat, manusia mampu melakukan segala aktifitas sehari-hari dengan nyaman sehingga manusia mampu produktif dalam melangsungkan hidup, serta mampu menyebarkan manfaat bagi sesamanya, dan makanan menjadi sesuatu yang begitu krusial dalam kehidupan manusia, selain sebagai sumber tenaga, makanan menjadi sumber kelangsungan hidup manusia di muka bumi ini.²¹ Rasulullah SAW sebagai suri tauladan telah mengajarkan banyak kebaikan dalam praktik kehidupan sehari-harinya, sehingga manusia dapat mencontoh, salah satunya dari cara makan Rasulullah SAW.

Makanan berperan dalam kelangsungan kehidupan manusia di muka bumi yang diantaranya sebagai daya dukung dalam melaksanakan kewajiban ibadah kepada Allah Swt dalam ruang lingkup yang luas, sebagaimana perintah Allah swt dalam Q.S al-Maidah ayat 88 yang menjajarkan perintah makan dengan perintah bertaqwa kepada Allah swt secara tegas dan jelas. Oleh karena hal tersebut, dalam perkara makan tidak hanya sebatas halal dan haram, melainkan Islam pun mengajarkan bagaimana adab makan yang juga mengatur bagaimana berakhlak di hadapan makanan yang baik dan benar. Sebagaimana seorang mukmin memiliki adab terhadap makanan maupun minuman dan bagaimana mengkonsumsinya berdasarkan syariat yang telah diatur oleh Allah Swt dan diajarkan oleh Nabi Muhammad SAW. Dimulai bagaimana akhlak sebelum makan, ketika makan hingga setelah makan.²²

Di masa modern ini banyak kita jumpai *food-vlogger* yang membuat konten mukbang dengan melakukan tantangan memakan makanan yang berbahaya bagi tubuh dengan porsi yang besar, seperti makanan dengan tingkat kepedasan yang tinggi, berbagai

²¹ Andriyani Andriyani, "Kajian Literatur pada Makanan dalam Perspektif Islam dan Kesehatan," *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan* 15, no. 2 (August 1, 2019): 188, <https://doi.org/10.24853/jkk.15.2.178-198>.

²² Siti Imritiyah, "Kajian Hadis-Hadis Adab Makan Dan Minum; Perspektif Ilmu Kesehatan," *Fakultas Ushuluddin Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta*, 2016, 2, <http://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/54062>.

jenis *seafood* yang masih mentah, makanan manis dengan kadar gula tinggi, makan makanan aneh seperti ular, buaya dan tantangan lainnya. Dari semua aksi mukbang tersebut, hampir semua dilakukan dengan tergesa-gesa dan suapan yang besar. Padahal dalam adab makan Rasulullah SAW telah melarang makan dengan tergesa-gesa sebagaimana dalam hadis:

عن أنس بن مالك أنّ رسول الله صَلَّى الله عليه وسلّم قال: "إذا قدّم العشاء فابدءوا به قبل أن تصلّوا صلاة المغرب ولا تعجلوا عن عشاءكم"

Artinya : Dari Anas bin Malik sesungguhnya Rasulullah SAW bersabda: *"Jika makan malam telah tersajikan, maka dahulukan makan malam terlebih dahulu sebelum shalat Maghrib. Dan tak perlu tergesa-gesa dengan menyantap makan malam kalian."* (HR. Bukhari)²³

Hadis di atas menunjukkan bahwa kita diajarkan untuk tidak tergesa-gesa ketika makan, bahkan mendahulukan makan daripada shalat ketika makanan sudah dihidangkan. Dalam islam juga diajarkan makan perlahan sampai 33 kali kunyahan. Hal tersebut dilakukan bukan tanpa alasan, selain kita mengamalkan sunnah rasul, mengunyah makanan sebanyak 33 kali juga membawa banyak manfaat yang baik untuk kesehatan, salah satunya untuk melancarkan pencernaan. Melakukan tantangan-tantangan makan seperti yang dilakukan kebanyakan pelaku mukbang ini bertentangan dengan ajaran Islam karena mengundang sesuatu yang berbahaya bagi tubuh. Sebagaimana sabda Nabi Muhammad SAW berikut,

عن أبي سعيد سعد بن مالك بن سنان الخدريّ رضي الله عنه أنّ رسول الله قال: «لا ضرر ولا ضرار» حديث حسن. رواه ابن ماجه

²³ Abu Abdullah Muhammad bin Ismail al-Bukhari, *Ensiklopedia Hadis I; Shahih al-Bukhari I, Terj., Mayhar Dan Muhammad Suhadi* (Jakarta: Almahira, 2011), 149.

Artinya : Dari Abu Sa'id Sa'ad bin Malik bin Sinan Al-Khudri ra. bahwa Rasulullah shallallahu 'alaihi wa sallam bersabda, "Tidak boleh memberikan mudarat tanpa disengaja atau pun disengaja." (Hadits hasan, HR. Ibnu Majah)²⁴

Selain itu, dalam praktiknya banyak kita jumpai perilaku yang juga menyimpang dari kesopanan saat makan, misalnya meniup makanan yang masih panas, makan dengan gerakan yang cepat dan ukuran mulut yang besar seperti dikejar oleh waktu, belum selesai hancur dan mengunyah makanan yang di mulut sudah memasukkan suapan lainnya dan makan memakai kedua tangan, yakni kanan dan kiri dimana di dalam Islam tangan yang dipakai untuk makan hanyalah tangan kanan.

Dari fenomena tersebut, pembahasan tentang fenomena mukbang dalam perspektif hadis Nabi SAW ini dipandang perlu dan penting untuk dikaji dengan maksud memberikan penjelasan yang terarah dan rinci perihal perilaku mukbang yang sedang banyak dilakukan oleh masyarakat dengan pendekatan kajian Hadis Nabi SAW. Terlebih, kajian sebelumnya terkait pembahasan mukbang telah dilakukan oleh beberapa aktivis ilmiah, secara keseluruhan terfokus pada kitab tertentu seperti Fenomena mukbang dalam kitab hadis sahih Ibnu Hibban bi Tartibi Ibnu Balban nomor indeks. 674, Fenomena Mukbang Dalam Perspektif Al-Qur'an Menurut Wahbah Az-Zuhali dan lainnya. Di pada kajian ini, ruang lingkup penulis tidak hanya terpusat pada satu kitab atau buku tertentu, melainkan mengkaji bagaimana kaitan adab makan menurut hadis Nabi SAW dengan mengumpulkan hadis-hadis yang setema, sehingga mampu memberikan pemahaman secara komprehensif.

B. Fokus Penelitian

Pada penelitian ini, penulis melakukan kajian terhadap Fenomena Mukbang dalam Perspektif Hadis Nabi SAW menurut Tinjauan Hadis Tematik. Oleh karena itu, fokus penelitian ini adalah mengkaji bagaimana praktik mukbang dalam kehidupan sehari-hari yang dikaji dari aspek tinjauan Hadis terkait Adab Makan Nabi SAW, guna menghasilkan gambaran yang akurat, jelas

²⁴ Abu Abdullah Muhammad bin Yazid al-Qazwini Ibnu Majah, *Ensiklopedia Hadis 8; Sunan Ibnu Majah, Terj., Saifuddin Zuhri* (Jakarta: Almahira, 2013), 417.

dan terarah sehingga terhindar dari perluasan masalah dalam memahami isi penelitian.

C. Rumusan Masalah

Judul penelitian ini adalah “*Fenomena Mukbang Perspektif Hadis Nabi SAW (Tinjauan Hadis Tematik)*”. Agar peneliti lebih fokus, peneliti hanya fokus membatasi permasalahan yakni pada hadis-hadis yang berkaitan dengan mukbang. Untuk memperjelas permasalahan dan mempermudah mencari data, maka peneliti menulis rumusan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana tinjauan hadis-hadis Nabi SAW yang berkaitan dengan praktik fenomena mukbang?
2. Bagaimana implikasi yang ditimbulkan dari adanya fenomena mukbang berdasarkan hadis Nabi SAW menurut tinjauan kesehatan?

D. Tujuan Penelitian

Maksud dan tujuan dari penelitian ini adalah:

1. Penelitian ini dimaksudkan untuk memahami bagaimana fenomena Mukbang yang berkembang dan kian banyak dilakukan oleh kalangan masyarakat berdasarkan tinjauan hadis-hadis Nabi SAW.
2. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apa saja implikasi yang akan ditimbulkan dari praktik fenomena Mukbang berdasarkan analisis hadis tematik dengan tinjauan Kesehatan.

E. Manfaat Penelitian

Diantara manfaat dari penelitian ini, penulis membagi menjadi dua jenis manfaat, yaitu:

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis penelitian ini diharapkan mampu menjadi acuan dalam mengembangkan atau menambah pengetahuan maupun wawasan masyarakat tentang pemahaman hadis Nabi SAW dalam menyikapi fenomena Mukbang, serta mengidentifikasi bagaimana implikasi dari adanya praktik Mukbang menurut tinjauan hadis-hadis Nabi SAW yang membahas tentang hal itu. Sehingga masyarakat bisa lebih selektif dan mampu menyaring terlebih dahulu sebelum mengikuti *trend* mukbang. Diharapkan penelitian ini mampu membawa manfaat dan memiliki kegunaan dalam mengembangkan kajian ilmiah terutama pada bidang hadis.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Pelaku Mukbang

Penelitian ini diharapkan sampai kepada pelaku Mukbang, sehingga mampu memberikan pandangan dan pemahaman yang terarah terkait perilaku makan dengan mengikuti trend Mukbang. Di samping itu, diharapkan memberikan kesadaran akan pentingnya menjaga dan mengikuti ajaran Nabi Muhammad SAW, karena segala hal yang telah diajarkan Nabi SAW senantiasa relevan dengan perkembangan pengetahuan modern, seperti halnya hadis-hadis yang berkaitan dengan fenomena Mukbang, senantiasa relevan dengan ilmu kesehatan modern terkait implikasi yang akan ditimbulkannya.

b. Bagi Penonton Mukbang

Bagi para penonton atau penggemar konten video Mukbang yang dianggap sebagai suatu yang bersifat *satisfying* atau memuaskan karena efek suara dari ASMR atau memuaskan diri terhadap rasa kenyang dari hanya menonton video Mukbang dan bahkan yang menjadikannya sebagai media untuk menambah nafsu makan dan sebagai teman makan, diharapkan penelitian ini mampu memberikan pemahaman dan batasan dalam menyikapi fenomena mukbang ini sebatas sebagai media menarik dan menghibur dan dengan tidak mengikuti perilaku makan dalam Mukbang tersebut.

c. Bagi Masyarakat Umum

Penelitian ini dapat memberikan pengetahuan kepada pembaca serta untuk memperkaya khazanah keilmuan masyarakat khususnya di bidang hadis tentang adab makan Nabi SAW sebelum mengikuti trend mukbang. Selain itu, penelitian ini diharapkan mampu memberikan kesadaran kepada pembaca akan pentingnya melakukan penyaringan terhadap budaya luar yang masuk dalam budaya lokal kita, seperti fenomena mukbang yang sedang banyak dilakukan masyarakat dengan mengetahui implikasi dari Mukbang menurut hadis Nabi SAW sebelum terjun untuk mengikuti trend tersebut.

F. Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan merupakan susunan kerangka suatu penulisan yang menjelaskan bagaimana proses penulisan di setiap

bab dengan memberikan informasi singkat terkait topik yang diangkat serta tujuan yang hendak dicapai dari pembahasan tersebut²⁵ Untuk memudahkan pemahaman dan gambaran terkait isi penulisan ini, maka penulis melakukan sistematika penulisan sebagai berikut:

1. Bagian Awal

Pada bagian awal penulisan penelitian ini, diantaranya memuat halaman judul, pengesahan majelis penguji ujian munaqosyah, pernyataan keaslian skripsi, abstrak, motto, persembahan, kata pengantar, daftar isi, dan daftar gambar.

2. Bagian Utama

Bab pertama dari penulisan ini adalah pendahuluan yang memuat gambaran umum dalam penyusunan penulisan sebagaimana judul yang terdiri dari beberapa sub bab, diantaranya latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan sistematika penulisan.

Bab kedua adalah kajian teori yang terdiri dari dari beberapa sub bab yang terkait dengan judul, bagaimanana fokus penelitian terdahulu yang memiliki kesamaan tema dan pemaparan kerangka berfikir penulis serta pernyataan penelitian. Diantarnya *pertama*, bagaimana gambaran umum fenomena mukbang. *Kedua*, pembahasan tentang adab makan dalam Islam. *Ketiga*, makan menurut kesehatan dan *keempat*, pembahasan tentang studi tematik hadis.

Bab ketiga adalah metode penelitian yang dilakukan oleh penulis. Pada bagian ini, terdiri dari jenis dan pendekatan yang dilakukan penulis dalam proses penelitian, sumber data, teknik pengumpulan data, teknik keabsahan data serta teknik analisis data.

Bab keempat adalah pemaparan dari hasil penelitian dan pembahasan serta analisis data penelitian.

Bab kelima adalah bagian penutup dari penelitian yang terdiri dari kesimpulan dan saran-saran.

3. Bagian Akhir

Pada bagian akhir dari penelitian ini, memuat daftar pustaka, lampiran-lampiran, data-data penelitian yang terkait dengan penelitian dan sebagainya.

²⁵ Khairani, "Fenomena Mukbang Dalam Perspektif Al-Qur'an Menurut Wahbah Az-Zuhali," 10.