



Akibat Diharamkannya Mengonsumsi Makanan dan Minuman yang Mengandung Alkohol dalam Islam Bagi Kesehatan Manusia

Siti bella^{1*}, Sofi Nabila Doni², Suci Cantika Azhara³, Alga Dwi Destoarezkya⁴,
Ahlun Nazi Siregar⁵

¹⁻⁵ Universitas Muhammadiyah Riau, Indonesia

Korespondensi penulis : sitibella527@gmail.com *

Abstract, *Food and drinks that contain alcohol are foods and drinks that are prohibited from consumption both in the Koran and health science. Formulation of the problem of the consequences of consuming food and drinks containing alcohol in Islam for human health. The aim of the research is to determine the consequences of consuming food and drinks containing alcohol in Islam for human health. The results of this research are that Islam prohibits consuming intoxicating foods and drinks. In Islam, food and drink are haram because they have very dangerous effects on humans. Apart from physical damage, alcohol can also damage a person's soul. And this is very contrary to Islamic teachings which want to build strong people physically, mentally and spiritually.*

Keyword: *Food and Drink, Alcohol, Health, Islam*

Abstrak, Makanan dan minuman yang mengandung beralkohol adalah makanan dan minuman yang dilarang dikonsumsi baik dalam al-Qur'an maupun ilmu kesehatan. Rumusan masalah bagaimana akibat diharamkannya mengonsumsi makanan dan minuman yang mengandung alkohol dalam Islam bagi kesehatan manusia. Adapun tujuan penelitian untuk mengetahui akibat diharamkannya mengonsumsi makanan dan minuman yang mengandung alkohol dalam Islam bagi kesehatan manusia. Adapun hasil penelitian ini adalah Islam melarang mengonsumsi makanan dan minuman yang memabukkan. Dalam Islam, Makanan dan Minuman adalah haram karena memiliki efek yang sangat berbahaya bagi manusia. Selain merusak fisik, alkohol juga dapat merusak jiwa seseorang. Dan ini sangat bertentangan dengan ajaran Islam yang ingin membangun manusia yang kuat secara fisik, mental dan spiritual.

Kata Kunci: Makanan dan Minuman, Alkohol, Kesehatan, Islam

1. PENDAHULUAN

Minum beralkohol atau minuman keras atau biasa yang di sebut khamar adalah minuman yang dilarang dikonsumsi baik dalam al-Qur'an maupun ilmu kesehatan. Apapun jenis minumannya dan meminumnya dalam jumlah yang sedikit apalagi banyak. Larangan meminum khamar ini dikarenakan minuman tersebut mempunyai dampak yang buruk bagi kesehatan tubuh khususnya pada sistem saraf pusat. Kerusakan saraf sama dengan kehilangan akal yang mana ini harus dihindari karena akal adalah sesuatu yang paling berharga bagi manusia (Naffasa, 2023). Ketika Islam lahir zat berbahaya yang paling populer memang baru minuman keras (*khamr*). Dalam perkembangan dunia Islam, khamr kemudian lazim disebut narkoba atau lebih luas lagi narkoba. (Siregar & Fasa, 2022)

Al-Qur'an dan hadis Nabi Saw telah mengatur setiap hal yang ada di dalam kehidupan, mulai dari hal yang paling kecil sampai kepada hal yang sangat besar. Al-Qur'an menjelaskan secara global atau umum lalu datanglah hadis Nabi Saw menjelaskan apa yang

dimaksud oleh ayat al-Qur'an tersebut. Termasuk di dalamnya bagaimana kita makan dan minum secara halal, karena Allah Swt. memerintahkan umat manusia agar dapat mengonsumsi berbagai makanan dan minuman yang baik lagi halal. Pada dasarnya, Allah Swt. telah memberikan segala macam bentuk nikmat, di antaranya nikmat jasmani dan nikmat rohani. Untuk menjaga kesehatan jasmani, kita harus menjauhkan diri dari segala makanan dan minuman yang dapat merusak sistem kekebalan tubuh di antaranya ialah khamar. Al-Qur'an dan hadis memaparkan mengenai pengharaman khamar. (Alfiansyah et al., 2022)

Adapun dampak bagi pemakainya, apabila sudah tergantung pada makanan dan minuman yang mengandung alkohol maka ketahanan fisik akan menjadi berkurang dan kemudian akan disusul dengan keancuran mental pada masyarakat akibat ketergantungan ini terjadi apabila datang saat ketagihan dan pecandu kehabisan uang dan harta bendanya maka pecandu yang dibutuhkan dengan melakukan perbuatan melanggar hukum. Alkohol atau khamar dapat mengubah manusia menjadi kejam tidak berprikemanusiaan, berbudi pekerti rendah, berperangai, dan berakhlak lebih buruk dari binatang. Masalah penyalahgunaan alkohol terus menjadi permasalahan global mewabah hampir semua Bangsa di Dunia ini mengakibatkan kematian jutaan jiwa, menghancurkan kehidupan keluarga dan mengancam keamanan, stabilitas dan ketahanan nasional. (Putra, 2024)

Dalam bidang kesehatan khamar sangat memberikan dampak negatif yang sangat besar. Kandungan yang ada dalam minum-minuman keras atau khamar dapat merusak akal pikiran. Selain itu, khamar juga dapat menyebabkan munculnya komplikasi penyakit-penyakit yang dapat berujung pada kematian. Seperti halnya kejang-kejang, tekanan darah tinggi, penyakit jantung, stroke, penyakit hati, gangguan pencernaan, kanker payudara, mulut, tenggorokan, hati, usus besar, rektal, melemahkan sistem imun sehingga lebih mudah sakit dan masih banyak lagi penyakit-penyakit yang ditimbulkan oleh minum-minuman keras atau khamar. (Fitriani et al., 2023)

Makanan dan minuman dengan kandungan alkohol terselubung apabila dikonsumsi secara terus-menerus dapat menimbulkan hiperkolesterolemia. Hiperkolesterolemia menimbulkan terjadinya aterosklerosis pada pembuluh darah termasuk pembuluh darah di otak. Penumpukan plak pada pembuluh darah meningkatkan resiko terjadinya penyakit neurodegenerative salah satunya penyakit Alzheimer. Selain menimbulkan aterosklerosis pada pembuluh darah di otak, makanan dan minuman yang mengandung alkohol menyebabkan bakteri di usus menghasilkan neurotransmitter dengan jumlah dan jenis yang tidak tepat sehingga selain menyebabkan neurodegenerative juga menimbulkan neuropsikiatri

(gangguan perilaku). (Salsabila Shafa Dhiya, Intan Nur Ramadhan, Muhammad Taufiq Qurrohman, Noviana Dewi, 2022)

Dengan alasan inilah penulis tertarik untuk mengkaji masalah bagaimana akibat diharamkannya mengonsumsi makanan dan minuman yang mengandung alkohol dalam Islam bagi kesehatan manusia. Adapun tujuan penelitian untuk mengetahui akibat diharamkannya mengonsumsi makanan dan minuman yang mengandung alkohol dalam Islam bagi kesehatan manusia.

2. METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian Kepustakaan (library research) adalah penelitian yang dilaksanakan dengan menggunakan literatur (kepuustakaan) baik berupa buku, catatan maupun laporan hasil penelitian dari penelitian terdahulu. Pendekatan ini dipilih karena penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan pemahaman yang mendalam tentang manfaat akibat diharamkannya mengonsumsi makanan dan minuman yang mengandung alkohol dalam Islam bagi kesehatan manusia. Langkah-langkah penelitian menggunakan sumber-sumber primer dan sekunder yang relevan. Melalui pendekatan ini, penelitian berupaya mengungkapkan berbagai akibat diharamkannya mengonsumsi makanan dan minuman yang mengandung alkohol dalam Islam bagi kesehatan manusia.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengertian makanan halal dan thayyib dapat ditinjau dari aspek bahasa dan istilah. Dari segi bahasa, makanan berasal dari kata *tha'am*, *aklun*, dan *ghidha'un* yang berarti mencicipi sesuatu. Di dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia makanan adalah segala bentuk yang dapat dicicipi dan dikonsumsi, seperti kue- kue, lauk pauk dan sebagainya. Sedangkan halal berasal dari kata *Halla* *yahillu hallan wa halalan* memiliki arti diizinkan, dibolehkan dan dihalalkan. (Syaiful et al., 2022)

Minuman adalah segala sesuatu yang boleh di minum. Dalam bahasa arab minuman berasal dari kata *al-asyribah* dan jamaknya *al-syarb* yang artinya minum minuman. Sedangkan dalam ensiklopedi hukum Islam diartikan dengan jenis air atau zat cair yang bisa diminum. (Syaiful et al., 2022)

Khamr berasal dari bahasa Arab yang digunakan untuk menunjukkan minuman beralkohol dan memabukkan. Definisi khamr secara etimologi merupakan perasan dari buah anggur yang sifatnya memabukkan. Khamr secara terminologi *syara'* merupakan istilah yang

digunakan untuk menyebut semua jenis benda yang sifatnya memabukkan, baik dalam porsi atau jumlahnya sedikit ataupun banyak, baik yang diambil dari anggur, gandum, kurma, jelai ataupun bahan yang lain. (Adhli, 2023)

Khamar adalah segala sesuatu yang dapat memabukkan, baik itu dinamakan khamar atau tidak, dan dapat berasal dari berbagai jenis buah seperti anggur, jelai, kurma, madu, atau bahan lainnya yang dapat membuat seseorang mabuk setelah meminumnya. Istilah khamar juga dapat mencakup setiap cairan atau barang yang memiliki efek yang sama. Dalam Islam, khamar diharamkan karena dapat menyebabkan kerugian pada diri manusia dan lingkungannya serta dapat mendapatkan hukuman di dunia dan di akhirat. Meskipun narkotika tidak dikenal pada masa Rasulullah saw, empat Imam Mazhab sepakat mengharamkan penggunaannya karena dapat merusak akal dan membahayakan kesehatan. Oleh karena itu, segala bentuk khamar, apapun nama dan jenisnya, serta cara mengkonsumsinya, dianggap haram dalam Islam. (Fitriani et al., 2023)

Dalam Islam, khamar dianggap sebagai salah satu dari beberapa jenis minuman yang diharamkan. Selain anggur, minuman yang diharamkan juga termasuk minuman yang dibuat dari bahan-bahan yang dapat memabukkan seperti bir, arak, dan sejenisnya. Hukum haramnya khamar dalam Islam didasarkan pada efek negatifnya yang merusak kesehatan dan akhlak. Khamar dapat memengaruhi pikiran dan perilaku seseorang, sehingga dapat menimbulkan kerusakan dalam masyarakat. Oleh karena itu, pemahaman yang benar tentang khamar dan hukumnya dalam Islam sangat penting untuk dijaga dan dipahami dengan baik, terutama dalam upaya penanggulangan narkoba yang semakin marak di masyarakat saat ini. (Fitriani et al., 2023)

Khamar adalah istilah dalam bahasa Arab yang merujuk pada setiap makanan atau minuman yang dapat memabukkan seseorang jika dikonsumsi dalam takaran normal. Dalam Islam, khamar dianggap sebagai sesuatu yang najis dan haram dikonsumsi karena dapat merusak akal, jiwa, kesehatan, dan harta. Khamar dapat berbahan dasar apa pun, baik itu minuman keras yang mengandung alkohol atau minuman non-alkohol seperti minuman energi yang mengandung kafein. Dalam sejarahnya, Islam memberikan status haram kepada khamar karena dinilai sebagai pangkal bala biang masalah. Khamar dianggap sebagai induk dari semua keburukan dan membutuhkan proses yang panjang untuk diharamkan secara bertahap dan berangsur. Oleh karena itu, Islam sangat menekankan pentingnya untuk menjauhi khamar dan menghindari segala bentuk minuman atau makanan yang dapat memabukkan. (Fitriani et al., 2023).

Khamar atau biasa disebut dengan minuman keras atau minuman beralkohol adalah semua jenis minuman yang memabukkan sehingga membuat peminumnya kehilangan kesadaran. Salah satu yang termasuk dari miras ini yaitu minuman yang banyak mengandung alkohol seperti whisky, wine, champagne, dan lainnya. Minuman beralkohol ini mengandung zat etanol yang menyebabkan kesadaran peminumnya menurun. (Naffasa, 2023)

Khamar dan minuman yang memabukkan lainnya memiliki dampak negatif yang merusak kesehatan. Konsumsi khamar secara berlebihan dapat menyebabkan kerusakan pada organ tubuh seperti hati, ginjal, dan otak. Selain itu, khamar juga dapat mempengaruhi sistem saraf pusat dan menyebabkan gangguan pada kesehatan mental. Dampak negatif khamar pada kesehatan ini juga berlaku pada minuman yang memabukkan lainnya. Oleh karena itu, Islam mengharamkan konsumsi khamar dan minuman yang memabukkan sebagai upaya untuk menjaga kesehatan dan kesejahteraan manusia. (Fitriani et al., 2023)

Mengenai dampak negatif khamar terhadap kesehatan, sudah umum diketahui bahwa konsumsi alkohol dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan, termasuk penyakit hati, penyakit jantung, dan kanker. Selain itu, alkohol dapat memengaruhi fungsi kognitif, menyebabkan pengambilan keputusan yang buruk dan perilaku berisiko tinggi. Penyalahgunaan alkohol dalam jangka panjang juga dapat menyebabkan kecanduan dan gejala penarikan diri, yang dapat mengancam jiwa. Dari perspektif Islam, larangan khamr tidak hanya didasarkan pada dampak negatifnya terhadap kesehatan fisik, tetapi juga dampak negatifnya terhadap kesehatan mental dan spiritual. Dengan menghindari khamar, umat Muslim dapat menjaga gaya hidup yang sehat dan seimbang yang mempromosikan kesejahteraan secara keseluruhan. (Fitriani et al., 2023)

Khamar dan minuman keras sangat membahayakan karena selain bisa menyebabkan mabuk yakni hilang atau berkurang kesadaran seperti berbicara keliru dan tidak sadar, juga dapat mengancam jiwa dan merusak akal mereka, sehingga yang minum, pikirannya akan terbelenggu, tidak dapat berfikir secara normal, lagi tidak menyadari apa yang dia ucapkan dan dapat melakukan hal-hal yang tidak pada tempatnya. Sehingga khamar wajib di jauhi. Kewajiban menjauhi khamar dari segala aspek pemanfaatan, bukan saja tidak boleh diminum, tetapi juga tidak boleh diperjual belikan (Adhli, 2023). Berikut dampak Khamar Dalam Kehidupan Menurut Quraish Shihab: (Adhli, 2023).

1. Dampak buruk khamar ialah bisa membuat peminum menjadi mabuk dan tidak sadarkan diri.
2. Minuman keras baik yang terbuat dari anggur maupun kurma atau bahan- bahan lain bukanlah rezeki yang baik, karena bisa menutup akal sehingga yang meminumnya

tidak dapat berfikir secara normal, lagi tidak menyadari apa yang dia ucapkan dan lakukan. Jika demikian halnya, maka perbuatan- perbuatan negatif yang dapat mendatangkan murka Allah bisa dilakukan dan tersebar di kalangan manusia.

3. Di antara dampak buruk dari minuman keras ialah membahayakan manusia dan dapat mengancam jiwa mereka.
4. Orang yang mengonsumsi khamar seperti minuman keras dan semacamnya, dapat mengakibatkan mabuk, yakni hilang atau berkurang kesadaran sehingga dapat berbicara keliru pikirannya akan terbendung, tidak mengalir secara normal, dan dapat melakukan hal-hal yang tidak pada tempatnya. Dan jika mengerjakan salat dalam kondisi mabuk maka salatnya juga tidak akan sah di sisi Allah swt., sampai dia sadar, karena keadaan semacam itu tidak akan dapat membuahkan kekhusyukan dan kepatuhan dalam bermunajat kepada Allah, baik dalam membaca ayat-ayat Alquran maupun berzikir serta memanjatkan doa kepadaNya.
5. Mengonsumsi khamar dapat menyebabkan tubuh hangat dan mulut menjadi bau. Sebab, menurut Ibn ‘Asyur, kebiasaan masyarakat Arab adalah minum arak. Mereka berusaha mengurangi dampak kehangatan tubuh akibat minuman keras dengan daging dan menghilangkan bau arak dengan buah-buahan. Jadi bisa, disimpulkan dari sekian banyak dampak negatif khamar menurut Quraish Shihab ialah khamar bisa menghalangi manusia dari mengingat Allah, baik dengan hati, lidah, maupun dengan perbuatan, dan secara khusus menghalangi mereka melaksanakan salat.

Dampak kesehatan dari konsumsi khamar dan minuman beralkohol sangat beragam dan dapat mempengaruhi berbagai organ tubuh. Konsumsi khamar dan minuman beralkohol dapat menyebabkan kerusakan hati, kerusakan otak, kerusakan ginjal, kerusakan lambung, dan berbagai masalah kesehatan lainnya. Selain itu, konsumsi khamar dan minuman beralkohol juga dapat memicu berbagai masalah sosial, seperti kekerasan dalam rumah tangga, kecelakaan lalu lintas, dan penyalahgunaan narkoba. Konsumsi khamar dan minuman beralkohol juga dapat mempengaruhi kesehatan mental dan emosional seseorang, seperti depresi, kecemasan, dan gangguan bipolar. Oleh karena itu, penting bagi masyarakat untuk memahami dampak kesehatan dari konsumsi khamar dan minuman beralkohol serta menghindari konsumsi minuman beralkohol. Selain itu, perlu juga dilakukan upaya-upaya untuk meningkatkan kesadaran dan edukasi masyarakat tentang bahaya konsumsi khamar dan minuman beralkohol serta mengembangkan alternatif minuman yang halal dan sehat. (Fitriani et al., 2023).

Orang yang suka makan pedas dan orang yang suka minum-minuman keras (alkohol)

apakah keduanya itu makan atau minum semata-mata untuk kenikmatan lidahnya?. Bagi pemakan cabe rawit yang terlalu banyak, makan pedas bisa jadi sakit, sakit perut. Bagi peminum whiskey atau brandy bisa juga menjadi sakit, mabuk dan sakit kepala. Akan tetapi antara kedua kesukaan itu ada perbedaannya, yang pertama sakit setelah ia makan, sementara yang kedua sudah sakit sebelum minum, sakit memoris atau gangguan emosional. Pencandu cengek adalah orang yang normal sehat, dalam arti bahwa ia itu suka pedas bukan karena sakit, melainkan untuk kenikmatan lidahnya itu di dalam tubuhnya sudah tersembunyi suatu keabnormalan fisiologis dan keabnormalan psikologis jauh sebelum ia itu belajar kenal dengan minuman-minuman keras. (Mahmud, 2020)

Oleh karena itu, kegiatan yang dapat merugikan atau membahayakan jiwa dilarang. Seperti larangan Islam meminum khamr atau minuman keras yang memabukkan. Dalam Islam, khamr adalah haram karena memiliki efek yang sangat berbahaya bagi manusia. Selain merusak fisik, alkohol juga dapat merusak jiwa seseorang. Dan ini sangat bertentangan dengan ajaran Islam yang ingin membangun manusia yang kuat secara fisik, mental dan spiritual. (Aziz, 2023)

4. KESIMPULAN

Makanan dan minuman yang mengandung beralkohol adalah makanan dan minuman yang dilarang dikonsumsi baik dalam al-Qur'an maupun ilmu kesehatan. Islam melarang mengonsumsi makanan dan minuman yang memabukkan. Dalam Islam, Makanan dan Minuman adalah haram karena memiliki efek yang sangat berbahaya bagi manusia. Selain merusak fisik, alkohol juga dapat merusak jiwa seseorang. Dan ini sangat bertentangan dengan ajaran Islam yang ingin membangun manusia yang kuat secara fisik, mental dan spiritual.

Khamar adalah segala sesuatu yang dapat memabukkan, baik itu dinamakan khamar atau tidak, dan dapat berasal dari berbagai jenis buah seperti anggur, jelai, kurma, madu, atau bahan lainnya yang dapat membuat seseorang mabuk setelah meminumnya. Istilah khamar juga dapat mencakup setiap cairan atau barang yang memiliki efek yang sama. Dalam Islam, khamar diharamkan karena dapat menyebabkan kerugian pada diri manusia dan lingkungannya serta dapat mendapatkan hukuman di dunia dan di akhirat.

Dampak kesehatan dari konsumsi khamar dan minuman beralkohol sangat beragam dan dapat mempengaruhi berbagai organ tubuh. Konsumsi khamar dan minuman beralkohol dapat menyebabkan kerusakan hati, kerusakan otak, kerusakan ginjal, kerusakan lambung, dan berbagai masalah kesehatan lainnya. Selain itu, konsumsi khamar dan minuman

beralkohol juga dapat memicu berbagai masalah sosial, seperti kekerasan dalam rumah tangga, kecelakaan lalu lintas, dan penyalahgunaan narkoba.

DAFTAR PUSTAKA

- Adhli, A. (2023). Hikmah dari Pelarangan Khamr Secara Bertahap dalam al- Qur'an. *Al-Kauniyah*, 4(1), 12–28.
- Alfiansyah, I., Firdaus, M. Y., & Kosasih, E. (2022). Efek Konsumsi Khamar dalam Perspektif Hadis. *Gunung Djati Conference Series*, 8, 181–197.
- Aziz, M. H. (2023). Bias Budaya Minuman Beralkohol: Kajian Komunikasi Antar Budaya Perpektif Agama Dan Budaya. *Pawarta: Journal of Communication and Da'wah*, 1(2), 85–97.
- Fitriani, Nazwa, F., & Afifah, H. N. (2023). Manfaat diharamkannya Khamar dalam Islam bagi Kesehatan Manusia. *Jurnal Religion: Jurnal Agama, Sosial, Dan Budaya*, 1(6), 1047–1056.
- Jurnal Keislaman Dan Peradaban*, 17, 120–129.
- Mahmud, H. (2020). Hukum Khamr dalam Perspektif Islam. *MADDIKA : Journal of Islamic Family Law*, 1(1), 28–47.
- Naffasa, R. F. F. (2023). Khamar Dalam Tinjauan Al-Qur'an dan Ilmu Kesehatan.
- Putra, A. (2024). Gudang Jurnal Multidisiplin Ilmu Kajian Fiqih: Narkotika Dan Bahayanya Ditinjau Dari Hukum Islam. *Gudang Jurnal Multidisiplin Ilmu*, vol 2 No 1, 173. .
- Salsabila Shafa Dhiya, Intan Nur Ramadhan, Muhammad Taufiq Qurrohman, Noviana Dewi, A. (2022). Pencegahan Kerusakan Hati Dan Penyakit Alzheimer Akibat Konsumsi Alkohol Terselubung Dengan Pola Hidup Sehat. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat (JPKM)-Aphelion*, 4 (Desember), 603–608.
- Siregar, R. B., & Fasa, M. I. (2022). Jual Beli Obat Yang Mengandung Zat Adiktif Dan Narkotika Prespektif Hukum Ekonomi Syariah. *Jurnal Neraca Peradaban*, 2(1), 22–30.
- Syaiful, M., Azkiyah, N. A., & Hakim, M. L. (2022). Pengaruh Makanan Dan Minuman Halal Terhadap Kesehatan Tubuh Manusia. *Journal of Hadith Studies*, 1(1), 26–38.