

Kajian Literatur: Faktor yang Mempengaruhi Konsumsi Alkohol dan Dampak Alkohol Terhadap Kesehatan Berdasarkan Teori Perilaku

Literature Review: Factors Affecting Alcohol Consumption and the Impact of Alcohol on Health Based on Behavioral Theory

Lutfia Nafisatul Hanifah^{1*}

¹Departemen Biostatistika, Epidemiologi dan Promosi Kesehatan & Ilmu Perilaku, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Airlangga, Kampus C, Mulyorejo, 60115, Surabaya, Jawa Timur, Indonesia

Article Info

*Correspondence:

Lutfia Nafisatul Hanifah
lutfia1441@gmail.com

Submitted: 16-02-2022

Accepted: 23-05-2022

Published: 28-06-2023

Citation:

Hanifah, L. N. (2023).
Literature Review:
Factors Affecting Alcohol
Consumption and the
Impact of Alcohol on
Health Based on
Behavioral Theory. *Media
Gizi Kesmas*, 12(1), 453–
462.
[https://doi.org/10.20473/
mgk.v12i1.2023.453-462](https://doi.org/10.20473/mgk.v12i1.2023.453-462)

Copyright:

©2023 by the authors,
published by Universitas
Airlangga. This is an
open-access article under
CC-BY-SA license.



ABSTRAK

Latar Belakang: Kondisi kesehatan manusia tidak hanya sehat secara fisik, namun juga sehat secara mental. Mengonsumsi minuman beralkohol secara berlebihan dapat menyebabkan kecanduan. Banyak terjadi kasus kejahatan yang di sebabkan oleh konsumsi alkohol yang berlebihan. Kecanduan alkohol juga dapat memicu terjadinya penyakit kronis seperti jantung, sirosis hati dan kanker. Angka kematian yang diakibatkan oleh konsumsi alkohol memiliki persentase yang tinggi dari kasus kematian diseluruh dunia.

Tujuan: Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor yang mempengaruhi konsumsi alkohol dan dampak kesehatan yang akan muncul apabila seseorang mengonsumsi minuman beralkohol secara berlebihan.

Metode: Penelitian ini menggunakan metode *literature review* dari 6 jurnal yang sesuai dengan topik.

Hasil: Kurangnya pengetahuan, serta kurangnya memahami kebijakan dan aturan terkait minuman beralkohol membuat orang yang mengonsumsi alcohol tidak mepedulikan dampak yang timbul serta ditambah dengan kurangnya dukungan dari lingkungan sekitar membuat seseorang bisa menjadi pecandu alcohol dan melakukan tindakan diluar kontrol diri.

Kesimpulan: Pecandu alcohol dapat mengalami gangguan kesehatan berupa gangguan kesehatan *mental organic* (GMO) yang dapat mengakibatkan terjadinya pikiran negative, peningkatan emosi dan sebagainya. Sehingga dapat mengakibatkan munculnya kejahatan mulai dari tindakan kekerasan fisik maupun verbal, pelecehan seksual hingga pembunuhan.

Kata kunci: Konsumsi alkohol; Perilaku; Kesehatan

ABSTRACT

Background: Human health conditions are not only physically health, but also mentally health. Consuming alcoholic beverages in excess can leads to addiction. Many cases of crime are caused by excessive alcohol consumption. Alcohol addiction can also lead to chronic diseases such as heart disease, liver cirrhosis and cancer. The mortality rate caused by alcohol consumption has a high percentage of death cases worldwide.

Objectives: The objective of the study is to determine the factors that influence alcohol consumption and the health effects that will arise if someone consumes alcoholic beverages in excess.

Methods: The method used was literature review with 6 journals based on the topic.

Results: Lack of knowledge and understanding on policies related to alcoholic beverages made people who consume alcohol ignore the impacts that appear and coupled with a lack of support from the surrounding environment makes someone become an alcoholic and take on outside of self-control.

Conclusions: *Alcoholics can experience the health problems such as organic mental health disorders (GMO) which can lead to negative thoughts, increased emotions, and so on. So that it can lead to the emergence of crimes ranging from acts of physical and verbal violence, sexual harassment to murder.*

Keywords: *Alcohol consumption; Behavior; Health*

PENDAHULUAN

Manusia memiliki kebutuhan primer yang harus dipenuhi selain sandang dan papan yaitu kebutuhan akan makanan dan minuman. Minuman yang dikonsumsi oleh manusia memiliki berbagai fungsi tidak hanya sekedar meredakan rasa haus, tetapi untuk mencapai kepuasan mental, pengobatan, dan induksi respons/target tertentu. Minuman keras merupakan minuman yang memiliki kandungan zat adiktif berupa alkohol. Salah satu jenis minuman yang banyak dikonsumsi oleh manusia adalah minuman beralkohol. Peraturan Presiden No. 74 Tahun 2013 menyebutkan bahwa minuman beralkohol adalah minuman yang berasal dari bahan pertanian berkarbohidrat yang diolah dengan cara fermentasi dan menghasilkan etanol (C₂H₅OH). Kandungan etanol dalam minuman dapat mengakibatkan turunnya kesadaran konsumennya (Imran Sukiman, Syarifuddin and Ilham Willem, 2019).

Berdasarkan BPOM No. 14 tahun 2016 mengenai standar keamanan dan Mutu Minuman Beralkohol, minuman beralkohol dibedakan menjadi beberapa jenis berdasarkan kadar etanol yang terkandung di dalamnya. Kandungan etanol paling rendah berada pada minuman ringan berkarbonasi yaitu kurang dari 1% yang disebut dengan minuman ringan beralkohol. Sedangkan minuman alkohol yang memiliki kadar etanol antara 0,5%-8% ada bir. Kemudian ada kategori kandungan etanol tidak kurang dari 15% yaitu pada Liqueur, untuk kadar etanol lebih dari 15% ada pada minuman spirit. Kadar etanol 7%-24% cukup banyak dipasarkan seperti pada anggur buah, tuak dan anggur beras. Sedangkan kandungan etanol paling tinggi ada pada *whiskey* yaitu tidak kurang dari 40%.

Alkohol bersifat adiktif dan merupakan zat psikoaktif yang menyebabkan perubahan sistem tubuh, baik akut maupun kronis. Penyalahgunaan alkohol dapat menimbulkan berbagai gangguan fungsi pada organ manusia seperti pada hati, pancreas, dan memicu penyakit kanker. Alkohol juga memiliki efek teratogenik pada janin dalam kandungan. Penyalahgunaan alkohol dapat menyebabkan masalah bagi pecandu itu sendiri dan orang-orang di sekitarnya.

Minuman yang mengandung alkohol dapat menyebabkan gangguan kejiwaan organik atau GMO yang meliputi gangguan berpikir, kondisi emosional dan perilaku. Karena sifat adiktif dari alkohol, konsumen dapat secara tidak sadar dosis

yang dikonsumsi telah melebihi batas yang berakibat pada kondisi mabuk dan kecanduan. Hal tersebut dengan apa yang dikatakan oleh (Padmaningrum, 2012) zat adiktif adalah obat-obatan dan bahan aktif yang di konsumsi oleh makhluk hidup dapat yang dapat menyebabkan keracunan yang sulit dihentikan, dan yang pengaruhnya dapat menyebabkan kelelahan yang parah jika terganggu oleh keinginan terus menerus untuk menggunakan atau rasa sakit yang menyiksa. Alkohol, seperti obat terlarang lainnya, memiliki banyak efek negatif pada kehidupan fisik, mental, dan sosial seseorang. Beberapa negara di Eropa saat ini memberlakukan sanksi dan hukuman yang keras terhadap orang yang minum alkohol. Perseteruan keluarga sering kali diakibatkan oleh kebiasaan minum. Pecandu akan mati-matian mencoba melakukan kejahatan ketika mereka tidak punya uang untuk membeli alkohol.

Alkohol telah dikaitkan dengan beberapa masalah kesehatan mental, seperti depresi, kecemasan, kecanduan nikotin, dan menyakiti diri sendiri. Sekitar 41% bunuh diri terkait dengan ketergantungan alkohol, dan 23% orang yang sengaja melukai diri sendiri rentan terhadap ketergantungan alkohol. Sebuah penelitian di Inggris menemukan bahwa 85% pasien yang menerima pengobatan untuk ketergantungan alkohol memiliki gangguan kejiwaan, dan 81 di antaranya memiliki gangguan afektif dan/atau kecemasan (34 depresi berat, 47 depresi ringan, 32% kecemasan) 53 - gangguan kepribadian cacat dan hanya 19 gangguan psikotik.

Penyalahgunaan alkohol adalah masalah yang berkembang di seluruh dunia. Menurut WHO (2018) angka kematian akibat konsumsi alkohol di seluruh dunia mencapai 3 juta kasus kematian per tahun atau sebesar 5,3% dari angka kematian secara keseluruhan. Angka kematian tersebut lebih tinggi dari pada angka kematian yang disebabkan oleh penyakit TBC, HIV/AIDS dan diabetes. Pada kasus kematian yang disebabkan oleh konsumsi alkohol laki-laki lebih banyak daripada perempuan yaitu sebesar 2,3 juta kematian.

Perilaku merupakan suatu respon individu terhadap suatu situasi yang dapat diamati dan memiliki tujuan tertentu. Terdapat beberapa teori yang dapat mempengaruhi terjadinya perilaku. Salah satunya adalah teori dari Lawrence Green (1980) yang menyebutkan bahwa perilaku manusia dipengaruhi oleh 3 faktor utama, yaitu faktor *predisposing* (predisposisi) yang merupakan faktor

preferensi individu yang menjadi dasar terbentuknya perilaku, seperti pengetahuan, nilai dan keyakinan individu. Faktor kedua adalah faktor *enabling* (pemungkin) yang merupakan faktor yang mendukung terbentuknya suatu perilaku yang berasal dari lingkungan seperti sarana dan prasarana. Faktor ketiga adalah faktor *reinforcing* (penguat) yang merupakan faktor yang dapat memperkuat terjadinya perilaku seperti dukungan keluarga dan masyarakat sekitar.

Pada penelitian terdahulu banyak meneliti terkait faktor yang mempengaruhi konsumsi alkohol secara umum. Berdasarkan hasil penelitian dari Wijaya, I.P.A menyebutkan bahwa tingginya konsumsi alkohol pada remaja putra di Desa Keramas Kecamatan Blahbatuh Kabupaten Gianyar dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan, sikap, pola asuh orang tua, teman sebaya serta lingkungan pergaulan. Hal ini selaras dengan hasil penelitian oleh Lito (2021) bahwa faktor rasa ingin tahu pada alkohol, pengaruh dari lingkungan dan juga keinginan untuk terlihat lebih keren di lingkungan pertemanan merupakan beberapa faktor yang mendasari konsumsi alkohol pada remaja akhir di Surakarta. Pada artikel ini faktor yang mempengaruhi konsumsi alkohol di kelompokkan berdasarkan Teori Perilaku dari Lawrance Green. Sehingga diharapkan dapat memberikan pendekatan yang lebih tepat untuk mencegah munculnya faktor yang dapat mempengaruhi konsumsi alkohol pada remaja khususnya.

Tujuan penulisan literatur review ini dapat digunakan sebagai gambaran faktor yang mempengaruhi konsumsi alkohol. Pada penelitian ini faktor tersebut dikelompokkan berdasarkan teori perilaku agar lebih mudah untuk dilakukan analisa dan pendekatan yang sesuai. Hasil artikel ini dapat dijadikan sebagai landasan pengambilan keputusan untuk menanggulangi konsumsi alkohol yang merugikan masyarakat maupun digunakan sebagai dasar penelitian selanjutnya. Pemerintah telah menetapkan batasan usia yang diperbolehkan untuk mengkonsumsi alkohol sesuai dengan Peraturan Menteri Perdagangan Nomor 20 Tahun 2014 yaitu 21 tahun keatas. Kasus konsumsi alkohol pada anak usia dibawah 21 tahun perlu mendapatkan penanggulangan yang tepat. Mencegah anak sedari dini untuk menjadi pecandu alkohol penting untuk dilakukan. Selain merugikan masyarakat sekitar menjadi seorang pecandu alkohol dapat memberikan dampak buruk bagi masa depan anak dan kondisi kesehatannya.

METODE

Metode penelitian yang digunakan dalam kajian ini adalah metode kajian literature (*literature review*) dengan melakukan telaah pustaka dari 6 jurnal. Artikel jurnal ini diperoleh dari pencarian PubMed dan Google Scholar dengan kata kunci

“konsumsi alkohol”, “perilaku”, dan “kesehatan” yang telah diseleksi sesuai dengan kriteria jurnal nasional yang terakreditasi SINTA dan jurnal Internasional yang memiliki reputasi baik dan sudah terindeks SCOPUS maupun non-SCOPUS. Kajian dilakukan dengan menginterpretasi dan mengidentifikasi hasil penelitian yang terkait dengan konsumsi alkohol.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Faktor yang Mempengaruhi Konsumsi Alkohol

Presdisposing Factor

Secara keseluruhan, Indonesia merupakan salah satu negara dengan peningkatan konsumsi tembakau yang stabil setiap tahun. Dibandingkan dengan negara-negara ASEAN lainnya, Indonesia termasuk dalam negara dalam urutan tiga teratas yang mengkonsumsi tembakau. Sedangkan untuk konsumsi alkohol, Indonesia mendapatkan peringkat terendah, dan studi berikut menemukan prevalensi konsumsi tembakau yang jauh lebih tinggi daripada konsumsi alkohol. (Handayani *et al.*, 2020) Dalam studinya, pada perokok dan pengguna alkohol sebagian besar bermasalah, menunjukkan bahwa pengetahuan yang rendah dapat menyebabkan perilaku berisiko kesehatan seperti merokok dan minum alkohol merupakan kombinasi dari wawasan, dorongan, dan kemampuan untuk memperoleh informasi, mempelajari, mengevaluasi dan mengimplementasikan fakta kesehatan untuk mengambil keputusan serta meningkatkan kualitas hidup dalam menjalani keseharian yang berhubungan dengan kesehatan.

Menurut penelitian didapatkan bahwa pengetahuan yang berkaitan dengan mengkonsumsi alkohol dan rokok adalah komponen tertinggi yang disebabkan oleh rendahnya kemampuan menilai dan memahami informasi. Masyarakat yang tidak mengkonsumsi alkohol dan rokok secara spesifik mencerminkan perilaku hidup sehat memiliki kecenderungan untuk dapat dengan mudah menilai dan memahami informasi kesehatan yang diberikan. Pengetahuan yang diusulkan oleh nutbeam terbentuk dari beberapa komponen literasi yaitu kritis literasi (kecakapan memahami determinan kesehatan dan evaluasi informasi), fungsional literasi (kecakapan mendapatkan informasi, berhitung, dan komprehensif membaca), komunikatif/ interaktif literasi (situasi individu yang dapat menerapkan menerapkan pengetahuan kesehatan dan memahami makna).

Seorang pecandu minuman beralkohol sangat mudah marah akibat emosi yang tidak stabil. Indikasi sikap pemaarah mirip dengan apa yang terlihat pada orang paranoid, mereka mengira orang lain sebagai ancaman, padahal sebenarnya tidak ada maksud salah. Sebagian besar potensi manusia sulit diwujudkan saat sifat marah timbul. Seolah-olah saat

orang marah tidak memiliki kendali yang baik atas kata-kata dan tindakannya, bahkan jika ia memiliki kecenderungan untuk berpikir negatif tentang niat baik orang lain. Pembelaan diri dengan bersikap marah adalah hal yang negatif, karena dia dengan mudah melukai, berbuat tidak senonoh, hingga melakukan pembunuhan. Mereka hanya mementingkan diri sendiri dan tidak memikirkan orang lain.

Enabling Factor

Minimnya informasi mengenai pergantian aturan yang memiliki dampak pada kesehatan, salah satunya ialah rendahnya sosialisasi tentang pergantian aturan yang disampaikan pada masyarakat Indonesia, seperti yang kita ketahui bersama negara Indonesia adalah negara yang besar. Penggunaan mediamasa terlihat tidak efektif karena bukti menunjukkan bahwa 53% koresponden mengalami masalah dalam mendapatkan informasi mengenai aturan pemerintah, perubahan kebijakan, serta berubahnya layanan kesehatan. Untuk memberikan kemudahan dalam mendapatkan informasi mengenai aturan dan kebijakan yang memberikan dampak pada program kesehatan, perlu adanya program promosi kesehatan yang intensif untuk menjawab permasalahan dari hasil penelitian diatas.

Pada saat saat tertentu meminum minuman beralkohol dalam takaran yang sesuai tidak menjadi masalah, semisal pada cuaca yang dingin atau disaat mengkonsumsi daging, karena minuman beralkohol dapat meningkatkan suhu tubuh dan metabolisme, tetapi lebih dari itu alkohol disalahgunakan sehingga harusnya dampak positif yang dapat digunakan malah lebih banyak adalah dampak negatif yang diterima. Menurut ('Kebiasaan Konsumsi Alkohol Dan Kejadian Hipertensi Pada Laki-Laki Usia 35-59 Tahun Di Kota Bitung', 2019) Resiko hipertensi dapat meningkat saat mengkonsumsi minuman beralkohol secara berlebihan. Berapa banyak alkohol yang diminum dan berapa lama alkohol diminum memberikan dampak yang berbeda bagi setiap peminumnya. Dampak negatif bagi kesehatan yang muncul akibat kebiasaan minum minuman beralkohol adalah kesehatan yang terganggu. Seseorang yang mengkonsumsi minuman beralkohol secara berlebihan menimbulkan ciri ciri fisik yang berbeda jika dibandingkan dengan orang yang tidak mengkonsumsi alkohol, peminum memiliki ciri fisik perut bagian bawah lebih besar dibandingkan dengan proporsional tubuhnya. Peminum juga memiliki kecenderungan begadang sehingga mereka memiliki kantung mata yang hitam. Selain ciri ciri fisik yang tampak akibat mengkonsumsi minuman beralkohol, banyak penyakit lain yang disebabkan dari meminum alkohol diantaranya penyakit otak, hati, dan jantung. Bagi pecandu minuman beralkohol dalam kegiatan sehari hari akan terlihat lebih lemas akibat minum

dan begadang dimalam hari, selain itu para remaja yang masih sekolah mereka akan mengantuk dan kesulitan menyerap ilmu yang diberikan. Secara tidak langsung kegiatan minum minuman beralkohol akan memberikan dampak pertumbuhan ekonomi dan tingkat pendidikan.

Reinforcing Factor

Minuman beralkohol dikonsumsi kebanyakan oleh orang dewasa bahkan sekarang anak anak remaja mulai mencoba minuman yang berbahaya ini. Minuman beralkohol sudah biasa menjadi konsumsi dalam pergaulan di kota besar, seperti dalam perayaan pesta, berbagai perayaan, dalam tempat hiburan atau hanya untuk menunjukkan kesetiakawanan dan menjadi identitas dalam sebuah kelompok. (Mohd Noor *et al.*, 2018) mengatakan bahwa minuman Alkohol adalah sebuah sebatian organik yang terdapat kumpulan yang bersifat hidroksi (-OH). Minuman beralkohol memiliki ketentuan hukum haram bagi umat islam, meskipun dibeberapa kasus alkohol yang bukan merupakan minuman dapat memberikan berbagai manfaat terutama dibidang medis. Minuman beralkohol atau biasa disebut khamer atau arak dan alkohol memiliki pengertian dan pemahaman yang berbeda. Alkohol yang menjadi haram adalah etanol yang menjadi bahan dasar dari minuman beralkohol atau arak. Kesehatan mental seorang akan sangat berpengaruh bagi pecandu alkohol. Mengontrol emosi bagi seorang pecandu alkohol akan menjadi sangat sulit. Kejahatan yang ditimbulkan akibat mengkonsumsi minuman beralkohol terjadi kian marak, diantaranya berpikiran buruk, berbuat kerusakan, melakukan pemerkosaan hingga tindakan nekat membunuh. Hal hal diatas terjadi akibat berkurangnya kesadaran sebagai manusia bernorma karena berada dalam efek mabuk.

Jumlah orang yang menggaku memiliki alkoholisme di dunia mencapai 13 juta jiwa. Alkoholisme merupakan sebuah penyakit kronis yang dapat mengkonsumsi alcohol secara berlebihan tanpa disadari sampai tidak mampu untuk menghentikannya. Gejala alkoholisme dapat dilihat secara fisik dan mental yang dialami oleh pecandu alkohol. Namun ada pula beberapa pecandu alkohol yang memiliki toleransi cukup tinggi terhadap pengaruh alcohol. Seseorang yang mengalami kecanduan terhadap alcohol pada umumnya memiliki ciri-ciri seperti berikut yaitu badan mulai berkeringat, tremor, mual dan muntah, serta mengalami kebingungan. Pada kondisi yang sudah parah akan mengalami halusinasi dan badan menjadi kejang. Sedangkan untuk kondisi kejiwaan akibat penyalahgunaan alcohol adalah perubahan emosi yang cepat, merasa tidak tenang, kesulitan dalam membuat keputusan, banyak waktu yang dihabiskan untuk tidur, sering marah. Hal tersebut sama dengan penelitian dari (Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Penyalahgunaan dan Adiksi Alkohol

pada Remaja di Kabupaten Pati, 2018) mabuk dan keracunan merupakan efek jangka pendek yang dapat dialami oleh pecandu alkohol. Sedangkan untuk efek jangka panjang dapat menyebabkan kerusakan besar pada system dalam tubuh.

Sebanyak kurang dari 8% penduduk dewasa di AS memiliki masalah ketergantungan pada alkohol. Sebagian besar diantaranya adalah pria, karena pria memiliki resiko empat kali lebih besar mengalami kecanduan alkohol dari pada wanita. (Utina, 2012) menyatakan bahwa sebanyak kurang lebih 85% penduduk di AS pernah mengkonsumsi alkohol sekurang-kurangnya sekali seumur hidupnya. Selain itu 51% dari total penduduk dewasa merupakan konsumen alkohol aktif hingga saat ini. Usia 20-35 tahun adalah kelompok usia dengan angka konsumsi alkohol tertinggi dibandingkan dengan kelompok usia yang lain. Alkoholisme sering terjadi pada kelompok masyarakat yang memiliki pendapatan yang rendah dan juga tingkat Pendidikan yang rendah pula. Sedangkan dalam segi ras, kelompok kulit putih lebih banyak menggunakan alkohol dari pada kelompok kulit hitam

(Liana and ADOLF, 2019) mengatakan konsumsi alkohol dalam jumlah berlebihan dapat menimbulkan kerusakan jaringan otak yang menyebabkan menurunnya daya ingatan, kemampuan untuk menilai, kemampuan belajar, dan gangguan jiwa tertentu. Selain itu, kemungkinan dapat terjadi sirosis pada hati, hepatitis dan stroke. Sebuah studi mengemukakan bahwa resiko stroke dapat terjadi 40 persen lebih tinggi pada laki laki yang mengkonsumsi alkohol dari pada wanita.

Alkoholisme terjadi apabila seorang pecandu alkohol memasuki fase ketergantungan, tidak dapat mengontrol konsumsi alkohol, dan telah mengembangkan toleransi terhadap alkohol. Alkoholisme dibagi menjadi empat tahapan. Tahapan yang pertama, mengkonsumsi alkohol hanya dianggap sebagai cara seseorang menghindari permasalahan yang sedang dihadapi. Konsumen percaya bahwa mengkonsumsi alkohol dapat mengatasi rasa cemas, ketakutan dan kekhawatiran yang sedang dialami. Pada tahap ini, jumlah alkohol tidak terlalu banyak maka dari itu belum terjadi mabuk. Menurut (Yerkohok, Kanto and Chawa, 2020) terdapat tiga faktor yang mempengaruhi konsumsi alkohol yaitu yang pertama faktor social yang berhubungan dengan gengsi, gaya hidup dan nilai sosial. Penelitian yang dilakukan pada masyarakat Moskona menjelaskan bahwa gaya hidup baru di wujudkan dengan mengkonsumsi alkohol jenis impor yang dapat meningkatkan gengsi (*prestige*) seseorang. Perubahan social masyarakat terjadi karena lemahnya norma social masyarakat yang mengakibatkan terjadinya penyalahgunaan alkohol. Kedua, faktor kebijakan Pemerintah Pusat dan Pemerintah Daerah. Peraturan tentang produksi minuman beralkohol beserta distribusi dan sanksi

terhadap konsumen sudah tercantum jelas pada peraturan perundang-undangan serta regulasi yang ditentukan oleh instansi terkait.

Fase kedua dalam ketergantungan alkohol yaitu saat konsumen menganggap bahwa minuman beralkohol telah menjadi suatu kebutuhan. Ketika seseorang menjadikan minuman beralkohol sebagai kebutuhan, maka keinginan untuk mengkonsumsinya tidak dapat ditolak. Namun, terkadang masih ada masa konsumen menolak keinginan tersebut. Tapi cenderung tidak bertahan lama dan akan kembali mengkonsumsi minuman beralkohol lagi. Timbulnya keinginan untuk kembali minum akan membuat konsumen tersebut memiliki ketergantungan pada alkohol.

Fase ketiga yang terjadi pada alkoholisme adalah pada saat konsumen sudah tidak memiliki kendali dalam mengkonsumsi alkohol. Pada fase sebelumnya, konsumen masih memiliki control terhadap perilaku konsumsinya. Namun pada fase ketiga ini, seorang konsumen tidak lagi memiliki kemampuan untuk menolak keinginannya mengkonsumsi alkohol. Pada fase ini orang-orang di sekitar lingkungan seorang pecandu akan menyadari hal tersebut. Karena mulai terjadi perubahan perilaku yang menyebabkan pola hidupnya berantakan dan tidak dapat menjalankan aktifitas seperti biasanya. Bahkan ada pula yang mulai terlibat dalam masalah yang lebih besar bahkan sampai pada kasus hukum.

Fase yang terakhir yaitu sudah masuk dalam ketergantungan minuman beralkohol. Setiap hari konsumen tidak dapat lepas dari minuman beralkohol. Ciri fisik yang dalam dialami oleh konsume yang sudah dalam fase alkoholisme kronik yaitu terjadi kerusakan pada otak yang menyebabkan terjadinya penerunan pada kemampuan berfikir, kehilangan memori, dan gangguan konsentrasi. Seiring dengan meningkatnya konsumsi alkohol akan meningkatkan resiko penyakit pula. Seperti penyakit hati, jantung, kanker mulut dan kerongkongan.

Terdapat beberapa jenis program maupun kelompok bantuan mandiri untuk membantu alcoholic keluar dari ketergantungan alkohol. Namun, pemulihan ketergantungan para pecandu alkohol ini cukup sulit untuk dilakukan. *Alcoholic Anonymous* (AA) adalah salah satu kelompok yang membantu pemulihan para pecandu alkohol yang paling terkenal di Amerika. Rata-rata waktu yang dibutuhkan pecandu alkohol untuk pulih adalah 52 bulan. Klien yang dibantu dalam AA sangat bervariasi dalam segi kelompok usia. Pada proses pemulihan, faktor yang mempengaruhi keberhasilan pemulihan ketergantungan adalah kejujuran konsumen, dukungan kelompok dan kedekatan spiritual konsumen dengan Tuhan. Penekanan utama pada spiritualitas yang terdapat dalam program AA membuat sebagian pecandu minuman beralkohol yang tidak beragama mengalami kesulitan. Maka

dari itu mulai banyak bantuan yang diberikan dari kelompok kelompok lain yang yang tidak berfokus di bidang spiritualitas sebagai bentuk alternatif program AA, *Secular for Sobriety (SOS)*, *Women for Sobriety (WFS)*, atau yaitu *Rational Recovery (RR)*. Pendapat Velton AA dan Ellis dalam penelitian (Utina, 2012) mereka beranggapan bahwa Pecandu alkohol merasa tak berdaya dan meminta anggotanya untuk menerima dan memahami kondisi yang dialaminya; sedangkan proses pemulihan menjadi kewajiban pribadi yang ditekankan oleh kelompok lain yang lebih baru.

Berdasarkan sudut pandang agama Islam proses rehabilitasi bagi pecandu minuman beralkohol yaitu seperti apa mereka mampu mengelola kemauan untuk tidak mengonsumsi alkohol. Terutama yang menjadikan alkohol sebagai sarana untuk melupakan problematika hidup. Pecandu alkohol menderita psikopatologi psikosis yang berarti memiliki penyakit mental, mengalami proses pemikiran yang disorganisasi, emosi yang terganggu, pada beberapa kasus penderita mengalami halusinasi. Dalam penelitian (Utina, 2012) Rehabilitasi bagi pecandu alkohol dari sudut pandang Islam adalah bagaimana individu dapat mengontrol emosinya agar tidak meminum minuman beralkohol. Apalagi jika alkohol digunakan sebagai pelarian dari masalah yang dihadapi. Pecandu alkohol sering marah, dan ini

adalah gangguan kepribadian di alam spiritual. Melakukan wudhu serta melakukan sholawat kepada rosul dapat menjadi terapi yang bisa menurunkan amarah disebabkan efek minuman beralkohol.

B. Dampak Alkohol Bagi Kesehatan

Menurut Kementerian Kesehatan Indonesia, konsumsi alkohol secara berlebihan dapat mengakibatkan beberapa kerusakan dalam system syaraf, meningkatkan kerja jantung sehingga bisa menderita hipertensi kemudian mengalami gagal jantung, gangguan metabolisme dalam tubuh, mengganggu system reproduksi bahkan dapat membahayakan janin apabila dikonsumsi oleh ibu hamil, mengganggu fungsi hati, menyebabkan kenaikan berat badan sehingga menimbulkan rasa tidak nyaman dalam melakukan aktivitas sehari-hari.

Dalam artikel yang dimuat oleh Kementerian Kesehatan Indonesia, berdasarkan pernyataan Ketua Umum Perhimpunan Dokter Spesialis Kedokteran Jiwa diketahui bahwa selain gangguan kesehatan fisik konsumsi alkohol secara berlebihan dapat menyebabkan penerunan kemampuan berfikir dan gangguan perilaku. Apabila telah mencapai fase kecanduan maka dapat menyebabkan seseorang mengalami hilang kesadaran, kejang-kejang hingga meninggal dunia.

Tabel 1 Ringkasan Jurnal

No	Penulis, Tahun Terbit Jurnal	Tujuan	Metode	Sampel	Hasil
1	Judul : Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Penyalahgunaan dan Adiksi Alkohol pada Remaja di Kabupaten Pati Penulis: Public Health Perspective Journal Terbitnya Jurnal: 2018 Jenis Jurnal: Nasional.	Mengetahui faktor yang mempengaruhi penyalahgunaan dan adiksi alkohol pada remaja di Kabupaten Pati	Penelitian kuantitatif menggunakan metode observasional analitik dengan desain cross sectional	78 responden	Penyalahgunaan dan peningkatan adiksi alkohol terjadi karena adanya faktor rasa kurang percaya diri saat bergaul di masyarakat, rasa ingin tahu sebagai seorang remaja, peralihan dari masalah, pengetahuan tentang bahaya alkohol yang kurang, dan lingkungan keluarga yang tidak mendukung,
2	Judul: Pengaruh Perilaku Merokok Dan Konsumsi Alkohol Dengan Tingkat Health Literacy: Survey Di Kota Semarang Penulis: Handayani, Sri Iqbal, Muhammad Binadja, Achmad Nurjanah Rachmani2, Enny Tahun: 2020 Jenis Jurnal: Nasional	Menganalisis pengaruh perilaku merokok dan konsumsi alkohol dengan tingkat <i>health literacy</i>	Penelitian kuantitatif dengan menggunakan instrument penelitian dari Indonesian's Health Literacy Survey Questionnaire (HLS-EU-SQ10-ISN) 1	100 responden	Ada hubungan antara perilaku merokok dengan tingkat HL. Seseorang yang memiliki perilaku kesehatan negatif cenderung memiliki tingkat health literacy yang rendah.
3	Judul: Analisis Faktor-Faktor Konsumsi Minuman Keras (Tuak Pahit) Pada Remaja Di Desa Buntu Tabang Kecamatan Gandasil Kabupaten Tana Toraja Penulis : Imran Sukiman Syarifuddin Ilham Willem Tahun : 2019 Jenis Jurnal : Nasioanal	Menganalisis faktor-faktor konsumsi minuman keras (tuak pahit) pada remaja di Desa Buntu Tabang Kecamatan Gandasil Kabupaten Tana Toraja	Penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian deskriptif yang dapat memberikan gambaran terkait tingkat perilaku, pelayanan kesehatan dan faktor lingkungan remaja yang mengkomsumsi minuman keras	Responden pada penelitian ini sebanyak 37 responden dengan rentan usia 15-25 tahun.	Konsumsi minuman keras (tuak pahit) karena dipengaruhi oleh faktor lingkungan dimana hasil penelitian ini menunjukkan kategori yang mendukung yaitu sebanyak 22 orang (59,5%), menurut jenis perilaku masuk dalam kategori yang mendukung yaitu sebanyak 22 orang (59,5%). Sedangkan kategori pelayanan kesehatan yang kurang baik sebanyak 19 (51,3%).
4	Judul: Penyalahgunaan Konsumsi Alkoohol Pada Minuman Keras bagi Remaja Terhadap Kesehatan	Mengetahui penyalahgunaan konsumsi alkohol pada minuman keras bagi remaja terhadap kesehatan	Metode dalam penelitian yang digunakan metode kuantitatif dengan jenis penelitian deskriptif		Kandungan dalam alkohol apabila dikonsumsi terus menerus akan mengakibatkan dampak negatif bagi jasmani dan rohani. Bagi remaja pada masa sekarang, alkohol menjadi gaya

No	Penulis, Tahun Terbit Jurnal	Tujuan	Metode	Sampel	Hasil
	Penulis : Lela Tri Wahyu Liana, Leonardo Luciano Adolf Tahun : 2019 Jenis Jurnal : Nasional				hidup yang yang dibanggakan tanpa memikirkan efek samping dari konsumsi alkohol secara berlebihan.
5	Judul : Alkohol: Definisi, Pengharaman, Metabolisme Dan Kegunaannya Penulis : Mohd Noor, Latifah Mat, Siti Rubaini Dhiaudin, Norhakimah Arifin, Afif Tahun : 2018 Jenis Jurnal: Internasional	Menjelaskan tentang perbedaan konsumsi alkohol yang diperbolehkan dan yang tidak diperbolehkan dalam Islam	Mengkaji tafsir Al-Quran dan jurnal yang berkaitan dengan alkohol dalam pandangan Islam		Banyak fungsi lain dari alkohol yang perlu masyarakat pahami selain untuk di konsumsi. Seperti contohnya digunakan dalam pembuatan minyak wangi. Masyarakat perlu mengetahui hal tersebut agar dapat menghargai alkohol sebagai sebatian organic yang bernilai.
6	Judul Budaya Konsumsi Minuman Beralkohol (Studi Kasus Pada Masyarakat Moskona Di Kelurahan Bintuni Barat, Distrik Bintuni Barat, Kabupaten Teluk Bintuni) Penulis: Frans Yerkohok, Sanggar Kanto, Anif Fatma Chawa Tahun: 2020 Jenis Jurnal: Nasional	Mengetahui bagaimana perkembangan konsumsi minuman beralkohol pada masyarakat Moskona yang berada di Kelurahan Bintuni Barat, Distrik Bintuni, Kabupaten Teluk Bintuni,	Penelitian kualitatif	Masyarakat Moskona di Kelurahan Bintuni Barat, Distrik Bintuni Barat, Kabupaten Teluk Bintuni	Pemerintah dan pemegang kekuasaan setempat telah memberlakukan hukuman yang ketat kepada konsumen alkohol. Namun hal ini masih belum berhasil karena angka kejahatan akibat mengkonsumsi alkohol masih tinggi. Selain itu faktor lin juga berpengaruh seperti faktor individu itu sendiri maupun keluarga. Ditambah dengan kemudahan dalam mendapatkan alkohol di masyarakat.

KESIMPULAN

Pengetahuan menjadi faktor *predisposing* dalam perilaku konsumsi alkohol. Pengetahuan terkait bahaya mengkonsumsi minuman beralkohol menjadi hal mendasar untuk dapat mengontrol terjadinya alkoholisme. Konsumsi alkohol secara terus menerus akan menurunkan kemampuan berfikir dan menilai suatu fenomena, sehingga orang yang terlanjur menjadi pecandu alkohol akan lebih sulit untuk diberi masukan ataupun peringatan tentang bahaya mengkonsumsi alkohol. Seorang pecandu memiliki tingkat emosi yang tinggi, sehingga mudah terpancing amarah dan akhirnya bisa kehilangan control diri dan melakukan tindakan kriminal yang membahayakan lingkungan.

Faktor *enabling* yang dapat mempengaruhi perilaku konsumsi alkohol adalah kurangnya informasi terkait peraturan pemerintah yang mengatur tentang larangan, batasan serta hukuman bagi pelaku penyalahgunaan alkohol. Sedangkan faktor *reinforcing* merupakan pola asuh keluarga dan pengaruh dari lingkungan pertemanan maupun tempat tinggal yang menyebabkan tingginya tingkat konsumsi alkohol.

Konsumsi alkohol secara berlebihan dapat menyebabkan gangguan kesehatan fisik dan mental. Banyak penyakit yang muncul akibat konsumsi alkohol yang berlebihan diantaranya hipertensi hingga gagal ginjal. Sedangkan gangguan mental juga dapat menyerang seorang alkoholik karena dapat menjadikan seseorang alkoholik menjadi pemarah, tidak dapat berpikir dengan jernih. Hal ini dapat menyebabkan terciptanya hubungan social yang kurang harmonis hingga tindakan kriminal.

REFERENSI

- Green, L., 1980. *Health Education Planning, A Diagnostic Approach*. California: Mayfield Publishing Company.
- Handayani, S. et al. (2020) 'Pengaruh Perilaku Merokok Dan Konsumsi Alkohol Dengan Tingkat Health Literacy: Survey Di Kota Semarang', *Kesehatan Masyarakat*, 8.
- Imran Sukiman, Syarifuddin and Ilham Willem (2019) 'Analisis Faktor-Faktor Konsumsi Minuman Keras (Tuak Pahit) Pada Remaja Di Desa Buntu Tabang Kecamatan Gandasil Kabupaten Tana Toraja', *Jurnal Ilmiah Manusia Dan Kesehatan*, 2(3). doi: 10.31850/makes.v2i3.177.
- Makeremas, J. E., Kandou, G. D., Nelwanm J. E. (2018) 'Kebiasaan Konsumsi Alkohol Dan Kejadian Hipertensi Pada Laki-Laki Usia 35-59 Tahun Di Kota Bitung', *KESMAS*, 7(5).
- Kementerian Kesehatan Indonesia, 2014. *Sehat Negeriku Sehat Bangsa*. [Online] Available at: <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/rilis-media/20141211/3011602/bahaya-minuman-beralkohol-bagi-kesehatan/#:~:text=Jika%20konsumsi%20berlebihan%2C%20bisa%20menyebabkan,hingga%20komplikasi%20gangguan%20psikiatri%20berat.> [Accessed 19 Februari 2022].
- Liana, L. T. W. and ADOLF, L. L. (2019) 'Penyalahgunaan Konsumsi Alkohol Pada Minuman Keras Bagi Remaja Terhadap Kesehatan'. doi: 10.31219/OSF.IO/2J795.
- Lito, M. B., 2021. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Konsumsi Alkohol Pada Remaja Akhir Di Surakarta, Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Maula, L. K, Yuniastuti, A. (2018) 'Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Penyalahgunaan dan Adiksi Alkohol pada Remaja di Kabupaten Pati' *Public Health Perspective Journal*, 2(2).
- Mohd Noor, L. et al. (2018) 'Alkohol: Definisi, Pengharaman, Metabolisme Dan Kegunaannya: [Alcohol: Definition, Prohibition, Metabolism and Its Usage]', *ULUM ISLAMIYAH-The Malaysian Journal of Islamic Sciences*, 23(1). doi: 10.33102/uj.vol23no0.54.
- Padmaningrum, R. T. (2012) 'Rokok Mengandung Zat Adiktif Yang Berbahaya Bagi Kesehatan', *Journal*, (November 2007).
- Pemerintah Indonesia., 2014. *Peraturan Menteri Perdagangan No. 20/M-DAG/PER/4/2014 Tahun 2014 Tentang Pengendalian dan Pengawasan Terhadap Pengadaan, Peredaran dan Penjualan Minuman Beralkohol*. Jakarta, s.n.
- Pemerintah Indonesia., 2016. *Peraturan Kepala Badan Pengawas Obat dan Makanan Republik Indonesia Nomor 14 Tahun 2016 Tentang Standar Keamanan Mutu Minuman Beralkohol*. Jakarta, s.n.
- Puente, L. A. R. et al. (2019) 'Stressful events, spirituality, and alcohol consumption in participants of the 12-step aa program', *Ciencia e Saude Coletiva*, 24(2). doi: 10.1590/1413-81232018242.06752017.
- Utina, S. S. (2012) 'Alkohol dan Pengaruhnya Terhadap Kesehatan Mental', *Jurnal Health and Sport*.
- Wijaya, I. P. A., n.d. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Tingginya Konsumsi Alkohol Pada Remaja Putra Di Desa Keramas Kecamatan Blahbatuh Kabupaten Gianyar. *Dunia Kesehatan*, Volume 5 Nomor 2, pp. 15-23.
- Yani, S., & Putri, L. (2020) 'Penerapan Terapi Thought Stopping Untuk Mengatasi Remaja Pecandu Minuman Keras', *Journal of Nursing and Public Health*. Available at: https://scholar.google.co.id/citations?view_op=view_citation&hl=id&user=WNJKts8AA

AAJ&citation_for_view=WNJKts8AAAAJ:
d1gkVwhDpl0C (Accessed: 17 February
2022).
Yerkohok, F., Kanto, S. and Chawa, A. F. (2020)
'Budaya Konsumsi Minuman Beralkohol

(Studi Kasus Pada Masyarakat Moskona Di
Kelurahan Bintuni Barat, Distrik Bintuni
Barat, Kabupaten Teluk Bintuni)', *JISIP :
Jurnal Ilmu Sosial dan Ilmu Politik*, 9(2), pp.
147–153. doi: 10.33366/jisip.v9i2.2231.