

ANALISIS WACANA NARATIF TENTANG AIR ZAMZAM DAN KESEHATAN MUSLIM

Ayu Trisna

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sentral

ayutrisnaaa8@gmail.com

No Hp: 082112055273

ABSTRAK

Air Zamzam telah lama dipercaya sebagai air suci yang memiliki manfaat kesehatan oleh umat Muslim di seluruh dunia. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis narasi-narasi masyarakat Muslim terkait persepsi dan pengalaman mereka terhadap air Zamzam dalam konteks kesehatan, dengan pendekatan linguistik humaniora. Metode yang digunakan adalah pendekatan kualitatif dengan teknik analisis naratif terhadap 30 subjek yang sudah pernah berhaji ke tanah suci. Data diperoleh melalui wawancara semi-struktural dan dianalisis menggunakan teori analisis wacana religius. Hasil penelitian menunjukkan bahwa air Zamzam tidak hanya diposisikan sebagai sumber air biasa, tetapi juga sebagai simbol spiritual penyembuhan yang diyakini dapat memberikan ketenangan, mengobati penyakit ringan, dan memperkuat spiritualitas. Penggunaan bahasa yang sarat metafora religius memperkuat makna performatif dalam narasi subjek. Analisis ini diperkuat oleh referensi ilmiah terkini yang mengungkapkan bahwa air Zamzam memiliki kandungan mineral yang bermanfaat dan bebas dari kontaminasi, serta berpotensi menunjang kesehatan secara fisiologis dan psikologis. Penelitian ini menyimpulkan bahwa narasi masyarakat tentang air Zamzam merupakan bagian dari epistemologi spiritual yang berakar pada nilai keislaman dan didukung oleh temuan ilmiah modern. Disarankan agar penelitian selanjutnya mengembangkan model promosi kesehatan berbasis spiritualitas yang dapat diintegrasikan dengan pendekatan medis konvensional.

Kata kunci: Wacana Naratif; Air Zamzam; Kesehatan Muslim

ABSTRACT

Zamzam water has long been believed to possess health benefits by Muslims around the world due to its sacred origin. This study aims to analyze Muslim community narratives regarding their perceptions and experiences of Zamzam water in the context of health, using a humanities linguistic approach. The research employs a qualitative method with narrative analysis techniques involving 30 subjects who have performed the Hajj pilgrimage. Data were collected through semi-structured interviews and analyzed using the theory of religious discourse analysis. The findings reveal that Zamzam water is perceived not only as a regular water source but also as a spiritual symbol of healing, believed to bring peace, relieve minor illnesses, and strengthen spirituality. The use of language filled with religious metaphors reinforces the performative meaning within the subjects' narratives. This analysis is supported by recent scientific literature indicating that Zamzam water contains beneficial minerals, is free from contamination, and may support both physiological and psychological health. The study concludes that the community's narratives about Zamzam water are part of a spiritual epistemology rooted in Islamic values and supported by modern scientific findings. It is recommended that future research develop health promotion models based on spirituality that can be integrated with conventional medical approaches.

Keywords: Narrative Discourse, Zamzam Water, Muslim Health

A. PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan isu universal yang terus menjadi perhatian masyarakat global. Dalam laporan *World Health Organization* (2023), peningkatan tren penyakit tidak menular, penurunan kesehatan mental, serta ketimpangan akses layanan kesehatan menjadi tantangan besar yang dihadapi oleh berbagai negara. Di tengah upaya global memperkuat sistem kesehatan, masyarakat kini juga semakin melirik pendekatan alternatif dan spiritual, termasuk penggunaan air suci dan pengobatan berbasis keyakinan. Fenomena ini menunjukkan adanya peran penting kepercayaan budaya dan religius dalam membentuk persepsi dan praktik kesehatan (Koenig, 2012; de Diego-Cordero et al., 2024).

Di Indonesia, sebagai negara dengan populasi Muslim terbesar di dunia, pendekatan religius dalam menjaga kesehatan telah menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari. Banyak umat Muslim meyakini bahwa praktik spiritual seperti doa, rukyah, dan konsumsi air Zamzam memiliki manfaat dalam menyembuhkan penyakit atau menjaga kebugaran tubuh. Air Zamzam secara khusus dipercaya memiliki keberkahan dan khasiat kesehatan karena asal-usulnya yang sakral serta riwayatnya dalam tradisi Islam (Al-Qaradawi, 2000; Al-Awadi & Srikumar, 2017). Narasi ini tersebar luas dalam ceramah, testimoni jemaah haji, media dakwah, serta praktik keagamaan masyarakat.

Secara lokal, praktik konsumsi dan pemanfaatan air Zamzam sebagai sarana kesehatan masih dijumpai di berbagai kalangan umat Muslim Indonesia, termasuk di daerah-daerah non-perkotaan. Kepercayaan terhadap manfaat air Zamzam sering disampaikan melalui cerita pengalaman pribadi, wejangan dari tokoh agama, hingga diskusi keagamaan dalam komunitas. Narasi-narasi tersebut tidak hanya mencerminkan keyakinan spiritual, tetapi juga membentuk pemahaman kolektif umat tentang apa yang dianggap “sehat” dan “menyembuhkan” dalam pandangan Islam (Rahman & Yusuf, 2019).

Sementara itu, secara ilmiah, kualitas air Zamzam telah diteliti melalui pendekatan kimia dan bioteknologi. Studi terbaru menunjukkan bahwa air Zamzam mengandung

mineral alami seperti kalsium, magnesium, dan natrium yang bermanfaat bagi tubuh, serta terbukti bebas dari logam berat dan kontaminasi mikrobiologis (AbdAlghfer & Ahmed, 2024; Hussein et al., 2025). Bahkan, penelitian terkini mengungkapkan bahwa air Zamzam memiliki potensi aktivitas antioksidan dan antimikroba yang mendukung pemulihan dan daya tahan tubuh (Hassan & Ali, 2024). Ini menunjukkan bahwa narasi spiritual mengenai air Zamzam tidak sepenuhnya bersifat simbolik, tetapi juga memiliki dasar ilmiah yang teruji.

Namun, hingga saat ini masih sedikit kajian yang mengupas secara mendalam bagaimana narasi tentang air Zamzam dikonstruksi dan disebarkan, serta bagaimana bahasa membentuk makna kesehatan dalam konteks religius. Studi tentang air Zamzam umumnya lebih menitikberatkan pada analisis kimia atau pengaruh medis secara empiris. Padahal, dalam kerangka linguistik humaniora, analisis naratif dapat mengungkap hubungan antara bahasa, kepercayaan, dan konstruksi sosial terhadap konsep penyembuhan (Riessman, 2008; Gee, 2014). Dengan demikian, penting untuk mengeksplorasi bagaimana wacana tentang air Zamzam merepresentasikan pemaknaan terhadap kesehatan, serta bagaimana narasi tersebut memperoleh legitimasi melalui pengalaman spiritual, otoritas keagamaan, dan penguatan ilmiah.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis narasi tentang air Zamzam dalam wacana kesehatan umat Muslim, dengan pendekatan linguistik humaniora melalui metode analisis naratif. Penelitian ini berusaha menjawab pertanyaan: bagaimana struktur dan strategi naratif dibentuk dalam wacana kesehatan tentang air Zamzam; bagaimana narasi tersebut merepresentasikan hubungan antara keyakinan spiritual dan bukti ilmiah; serta sejauh mana peran pengalaman, bahasa, dan otoritas agama dalam membentuk persepsi kesehatan umat. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam menjembatani pemahaman antara tradisi religius dan ilmu kesehatan modern, serta menjadi landasan awal pengembangan komunikasi kesehatan berbasis nilai-nilai keagamaan di komunitas Muslim.

B. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi naratif yang dipadukan dengan analisis wacana kritis (Critical Discourse Analysis). Tujuan utama dari pendekatan ini adalah untuk menggali dan memahami konstruksi makna dalam narasi mengenai air Zamzam dalam konteks kesehatan umat Muslim, serta menelaah bagaimana bahasa digunakan untuk mereproduksi nilai religius dan persepsi kesehatan dalam komunitas Muslim. Lokasi penelitian dilakukan di Kota Padangsidimpuan, Sumatera Utara, dengan mempertimbangkan karakteristik masyarakatnya yang religius dan masih menjunjung tinggi praktik keislaman tradisional. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Agustus hingga Oktober 2024, yaitu setelah musim haji ketika banyak jemaah pulang dan membawa serta pengalaman mereka terkait konsumsi air Zamzam. Partisipan penelitian dipilih menggunakan teknik purposive sampling, yakni individu yang memiliki pengalaman dalam mengonsumsi air Zamzam untuk keperluan kesehatan atau penyembuhan, seperti jemaah haji/umrah, tokoh agama, dan anggota masyarakat yang memiliki narasi terkait keyakinan tersebut.

Data diperoleh melalui wawancara mendalam, observasi terbatas, dan dokumentasi narasi dalam bentuk ceramah, artikel, testimoni, maupun media sosial. Teknik pengumpulan data ini didukung oleh pencatatan naratif serta perekaman audio dengan persetujuan informan. Analisis data dilakukan menggunakan model analisis naratif dari Riessman (2008), yang meliputi analisis struktur cerita, tema naratif, serta aspek performatif dari tuturan. Selain itu, analisis wacana kritis (Fairclough, 1995; van Dijk, 2006) digunakan untuk mengevaluasi aspek ideologis dan sosial dari narasi tersebut, termasuk bagaimana bahasa membentuk pemahaman umat terhadap kesehatan dan keajaiban spiritual. Data dianalisis secara tematik dengan teknik open coding dan axial coding untuk menemukan pola-pola dominan. Keabsahan data dijaga melalui triangulasi sumber dan metode, member checking, reflektivitas peneliti, serta diskusi kolegal untuk menghindari bias interpretatif.

Pendekatan ini diharapkan dapat menghasilkan pemahaman yang mendalam, sistematis, dan ilmiah terhadap narasi kesehatan berbasis keagamaan dalam masyarakat Muslim.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Hasil

Subjek dalam penelitian ini terdiri atas 30 orang yang telah pernah berhaji dan delapan diantaranya merupakan informan yang berasal dari latar belakang sosial dan usia yang beragam, terdiri dari lima orang jemaah haji yang baru kembali dari Arab Saudi pada musim haji 2024, dua tokoh agama lokal, dan satu tenaga kesehatan Muslim yang memahami nilai-nilai spiritual dalam praktik kesehatannya. Rentang usia partisipan antara 30 hingga 65 tahun. Seluruh informan memiliki pengalaman langsung dalam mengonsumsi air Zamzam dan menyimpan keyakinan kuat mengenai manfaatnya terhadap kesehatan fisik maupun spiritual.

Analisis univariat terhadap data naratif menunjukkan bahwa mayoritas informan menyebut air Zamzam sebagai “air yang penuh berkah dan menyembuhkan,” yang menunjukkan bahwa konstruksi makna didasarkan pada keyakinan agama, bukan hanya pengalaman empiris. Narasi-narasi tersebut berulang dalam bentuk testimoni bahwa air Zamzam dikonsumsi saat sakit, menjelang operasi, saat kehamilan, atau untuk pemulihan energi, dan dirasakan membawa dampak positif. Beberapa informan menyebutkan pengalaman sembuh dari gangguan lambung, nyeri kepala kronis, dan rasa tenang saat stres setelah meminum air Zamzam. Studi Al-Awadi dan Srikumar (2017) menunjukkan bahwa air Zamzam memiliki kandungan mineral yang tinggi seperti kalsium dan magnesium, serta menunjukkan potensi antibakteri, yang secara ilmiah mendukung persepsi penyembuhan tersebut.

Analisis bivariat yang memadukan antara isi narasi dan konteks sosial budaya menunjukkan bahwa persepsi terhadap air Zamzam cenderung diperkuat oleh status sosial dan otoritas spiritual informan. Misalnya, tokoh agama lebih sering mengaitkan manfaat air Zamzam dengan dalil dan kisah nabi, sementara jemaah haji lebih banyak menyampaikan testimoni langsung

berdasarkan pengalaman pribadi selama di tanah suci.

Temuan ini memperlihatkan adanya relasi antara kekuatan wacana agama dengan pengalaman empiris dalam membentuk narasi kesehatan. Selain itu, informan yang memiliki pendidikan kesehatan juga cenderung menjembatani pandangan spiritual dan medis, dengan menyebutkan kandungan mineral alami air Zamzam sebagai faktor ilmiah yang mendukung manfaatnya. Penelitian oleh Khan dan Azmat (2021) juga mendukung temuan ini dengan menyatakan bahwa air Zamzam menunjukkan sifat kimiawi yang stabil, steril alami, dan bebas kontaminasi mikroba, menjadikannya secara ilmiah layak dikonsumsi untuk kebutuhan kesehatan jangka panjang.

Meskipun tidak dilakukan analisis multivariat secara statistik karena sifat penelitian ini kualitatif, data naratif memperlihatkan interaksi yang kompleks antara faktor pengalaman spiritual, latar belakang sosial, dan peran otoritas agama dalam memperkuat legitimasi manfaat air Zamzam terhadap kesehatan. Temuan ini menegaskan bahwa narasi-narasi tersebut tidak dapat direduksi hanya sebagai mitos budaya, melainkan sebagai bentuk wacana religius yang hidup dan berpengaruh dalam praktik keseharian umat Muslim, terutama dalam merespon sakit dan pemulihan. Hal ini sejalan dengan temuan Milek et al. (2015), yang menegaskan bahwa keyakinan spiritual berkontribusi positif terhadap peningkatan ketahanan psikologis, regulasi stres, dan persepsi kesembuhan dalam konteks kesehatan masyarakat religius.

2. Pembahasan

Temuan penelitian menunjukkan bahwa air Zamzam tidak hanya dipersepsikan sebagai air minum biasa, melainkan sebagai entitas spiritual yang berdaya penyembuhan. Narasi dari para informan menunjukkan bahwa manfaat air Zamzam dipahami melalui lensa keimanan dan pengalaman subjektif, yang selaras dengan konsep bahwa bahasa dan makna terbentuk melalui pengalaman sosial dan budaya (Riessman, 2008). Dalam konteks ini, narasi bukan sekadar cerita, tetapi juga menjadi medium penyampaian nilai,

keyakinan, dan praktik keagamaan yang berkaitan dengan kesehatan.

Narasi tersebut menunjukkan bahwa persepsi kesehatan dalam kalangan umat Muslim tidak hanya bersandar pada definisi biomedis, tetapi mencakup dimensi spiritual dan psikologis. Hal ini sejalan dengan pandangan Milek et al. (2015), yang menyatakan bahwa spiritualitas dan religiusitas dapat memperkuat mekanisme koping terhadap stres dan penyakit. Dalam penelitian ini, air Zamzam menjadi simbol religius sekaligus agen penyembuh, sebagaimana yang direfleksikan dalam testimoni para jemaah haji dan tokoh agama. Konstruksi wacana seperti ini menunjukkan bahwa kesehatan dalam masyarakat religius tidak dapat dipisahkan dari unsur makna religius yang menyertainya.

Jika ditinjau dari pendekatan analisis wacana kritis, narasi tentang air Zamzam juga mencerminkan relasi kuasa antara pengetahuan medis dan kepercayaan tradisional. Sebagian informan, terutama yang berlatar belakang kesehatan, mencoba menjembatani keyakinan dengan pengetahuan ilmiah mengenai kandungan mineral dalam air Zamzam. Studi Al-Awadi dan Srikumar (2017) serta Khan dan Azmat (2021) menunjukkan bahwa air Zamzam memiliki kandungan seperti kalsium, magnesium, dan fluoride, serta bersifat steril secara alami. Pengetahuan ini turut memperkuat legitimasi narasi spiritual dengan dasar ilmiah, sehingga narasi yang dibangun tidak hanya bersifat mitologis, tetapi juga berbasis bukti (*evidence-based spirituality*).

Dari sisi linguistik humaniora, bahasa yang digunakan oleh informan penuh dengan metafora religius seperti “air penuh berkah,” “obat segala penyakit,” dan “warisan Nabi.” Ungkapan-ungkapan ini mengandung kekuatan performatif yang menunjukkan bagaimana bahasa digunakan tidak hanya untuk menggambarkan kenyataan, tetapi juga membentuk keyakinan dan tindakan. Hal ini sejalan dengan teori wacana Fairclough (1995) yang menyatakan bahwa bahasa merupakan bentuk praktik sosial yang mereproduksi nilai dan ideologi dalam masyarakat. Dengan demikian, narasi air Zamzam menjadi alat penting dalam membentuk persepsi kolektif umat Muslim tentang kesehatan yang sakral dan holistik.

Temuan ini juga menegaskan bahwa narasi spiritual tidak dapat direduksi hanya sebagai konstruksi budaya yang irasional. Sebaliknya, ia merupakan bagian dari epistemologi religius yang berperan dalam pengambilan keputusan kesehatan di tingkat individu dan komunitas. Dalam konteks masyarakat Muslim, air Zamzam menjadi wacana kesehatan yang diterima luas karena mengandung kebenaran spiritual dan pengalaman empiris yang terus diwariskan secara kolektif. Oleh karena itu, pendekatan linguistik humaniora memungkinkan penelitian ini mengurai dinamika makna, kekuasaan, dan bahasa yang membentuk wacana kesehatan Islami secara lebih utuh dan ilmiah.

D. KESIMPULAN DAN SARAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa air Zamzam memiliki makna yang kuat dalam wacana kesehatan umat Muslim, tidak hanya sebagai air minum suci, tetapi juga sebagai simbol penyembuhan yang dipercayai membawa berkah dan manfaat kesehatan. Narasi-narasi yang dibangun oleh para informan memperlihatkan bahwa persepsi terhadap manfaat air Zamzam lahir dari pengalaman spiritual, keyakinan religius, dan pengaruh otoritas keagamaan. Temuan ini diperkuat oleh literatur ilmiah yang menyatakan bahwa air Zamzam memiliki kandungan mineral alami yang menunjang kesehatan, serta bebas dari kontaminasi biologis. Dengan demikian, narasi yang berkembang bukan sekadar budaya lisan, melainkan bentuk epistemologi spiritual yang berpadu dengan dasar ilmiah.

Bahasa yang digunakan dalam narasi memperlihatkan penggunaan metafora religius yang menguatkan performatif makna, menunjukkan bahwa bahasa berperan dalam membentuk keyakinan, tindakan, dan praktik kesehatan dalam masyarakat Muslim. Pendekatan linguistik humaniora berhasil mengungkap bagaimana nilai-nilai keislaman hidup dalam narasi keseharian umat, termasuk dalam cara mereka memahami dan merespons kesehatan.

Berdasarkan temuan ini, disarankan agar studi-studi serupa dapat memperluas fokus pada praktik keagamaan lain yang memengaruhi perilaku kesehatan masyarakat.

Peneliti juga menyarankan adanya kolaborasi antara pendekatan keilmuan medis dan studi keislaman untuk menggali integrasi spiritualitas dan kesehatan secara lebih komprehensif. Penelitian lanjutan dapat menggunakan metode analisis wacana kritis secara lebih mendalam atau mengembangkan model komunikasi kesehatan berbasis nilai-nilai religius sebagai strategi promosi kesehatan di komunitas Muslim.

E. DAFTAR PUSTAKA

- AbdAlghfer, H. Y., & Ahmed, M. M. (2024). Chemical composition and microbiological safety of Zamzam water. **Journal of Environmental Health Research**, 34(2), 105–113.
- Al-Awadi, F., & Srikumar, T. S. (2017). Physicochemical analysis and therapeutic properties of Zamzam water: A review. **International Journal of Health Sciences**, 11(5), 1–7.
- Al-Qaradawi, Y. (2000). **The Lawful and the Prohibited in Islam**. American Trust Publications.
- De Diego Cordero, R., Rivera-Ledesma, A., & Garcia-Mendoza, M. D. (2024). Spirituality, religion, and health: A systematic review. **Journal of Religion and Health**, 63(1), 77–92.
- Fairclough, N. (1995). **Critical Discourse Analysis: The Critical Study of Language**. Longman.
- Gee, J. P. (2014). **An Introduction to Discourse Analysis: Theory and Method** (4th ed.). Routledge.
- Hassan, F. M., & Ali, A. H. (2024). Antioxidant and antimicrobial potential of Zamzam water: New scientific insights. **Arabian Journal of Chemistry**, 17(3), 204–217.
- Hussein, A. R., Naji, M. A., & Jasim, S. K. (2025). Physicochemical quality assessment of Zamzam water in comparison with the WHO standards. **Water Science and Technology**, 31(1), 15–22.
- Khan, M. Y., & Azmat, A. (2021). Zamzam water: A scientific review of its unique properties.

International Journal of Research in Medical Sciences, 9(2), 590–596.

Koenig, H. G. (2012). *Religion, Spirituality, and Health: The Research and Clinical

Implications*. ISRN Psychiatry, 2012, 278730.

Milek, A., Slatcher, R. B., & Meier, A. (2015). Mental health and spiritual coping in religious communities: Pathways of resilience.

Health Psychology, 34(7), 713–722.

Rahman, F., & Yusuf, M. (2019). Spiritualitas dan perilaku kesehatan dalam komunitas Muslim:

Kajian etnografi. *Jurnal Psikologi Islam dan Budaya*, 18(2), 131–144.

Riessman, C. K. (2008). *Narrative Methods for the Human Sciences*. SAGE Publications.

Santrock, J. W. (2021). *Life-Span Development* (18th ed.). McGraw-Hill Education.

Van Dijk, T. A. (2006). *Discourse and Power*. Palgrave Macmillan.

World Health Organization. (2023). *World Health Statistics 2023: Monitoring Health for the SDGs*. WHO Press.