

## Kulkas dan Kemubaziran

Ditulis oleh Sam Edy Yuswanto pada Sabtu, 25 Mei 2019



Kulkas atau lemari es adalah termasuk kebutuhan sekunder yang begitu diminati oleh banyak orang, terlebih kaum perempuan di rumah. Fungsi kulkas, sebagaimana kita ketahui bersama, sangatlah banyak. Misalnya, untuk mendinginkan air putih agar terasa lebih segar saat diminum ketika cuaca sedang terik-teriknya, membuat es batu sebagai bahan campuran sirup dan teh, untuk mengawetkan beragam jenis makanan agar lebih tahan lama (mulai dari roti hingga aneka sayuran) dan masih banyak manfaat yang lainnya.

Namun, sayang seribu sayang, terkadang keberadaan kulkas dimanfaatkan dengan kurang bijak oleh sebagian orang, khususnya kaum ibu di rumah. Bagi mereka, seolah-olah kulkas adalah sebuah benda ajaib yang bisa digunakan untuk menimbun beragam jenis makanan yang tidak awet agar menjadi awet alias tahan lama. Padahal, menyimpan makanan terlalu lama di dalam kulkas, terlebih bila makanan tersebut tidak tahan lama seperti roti tawar dan makanan basah, maka bila dikonsumsi dampaknya sangat tidak baik bagi kesehatan manusia.

Terlalu lama menyimpan makanan di dalam kulkas terbukti bisa mengancam kesehatan manusia. Bakteri akan dengan gembira tumbuh di dalam makanan bila terlalu lama atau lewat waktu yang telah ditentukan. Akibatnya penyakit saluran pencernaan bakal menyerang ketika makanan telah masuk ke dalam tubuh. Oleh karenanya, kita harus berusaha memperhatikan berapa lama kira-kira makanan tersebut bisa bertahan, misalnya dengan melihat tanggal kedaluwarsanya (Aditya Eka Prawira, [www.liputan6.com](http://www.liputan6.com), 15/5/2017).

Baca juga: Harlah Lesbumi ke-56: Kebudayaan Pesantren dan Fungsi Politisnya

Tentang bahaya menyimpan makanan terlalu lama di dalam kulkas juga pernah diuraikan oleh pakar kesehatan, dr. Reisa Broto, pada laman DokterSehat.com. Menurut dr. Reisa, setiap makanan memiliki rekomendasi waktu yang berbeda-beda untuk di simpan di dalam kulkas. Misalnya, makanan basah cenderung lebih mudah basi sehingga sebaiknya tidak disimpan terlalu lama. Selain itu, makanan yang ‘sudah jadi’ (misalnya sayur matang) sebaiknya tidak disimpan melebihi 24 jam. Terkecuali jika makanan ini disimpan di dalam *freezer*, yang dapat bertahan agak lama. Makanan yang terlalu lama disimpan di kulkas, dikhawatirkan kandungan di dalamnya menjadi rusak sehingga jika dikonsumsi dapat membahayakan kesehatan. Selain itu, makanan yang disimpan terlalu lama di dalam kulkas juga bisa menjadi tempat ideal bagi pertumbuhan jamur dan membuatnya busuk. Akibatnya tentu fatal, bila dimakan dapat menyebabkan keracunan yang butuh proses lama untuk menyembuhkannya.

## **Gaya Hidup Mubazir**

Bagi sebagian orang yang selama ini terbiasa menimbun beragam jenis makanan siap saji (seperti roti tawar dan aneka makanan basah) di dalam kulkas, sebaiknya mulai detik ini dikurangi atau kalau bisa dihindari. Menurut hemat saya, lebih baik makanan tersebut disedekahkan kepada tetangga atau kerabat yang membutuhkan, daripada disimpan di dalam kulkas terlalu lama, lalu kelupaan, dan ujung-ujungnya tak bisa dimakan lalu dibuang karena makanan tersebut ternyata sudah ditumbuhi jamur dan basi.

Baca juga: Ucapan Natal dalam Pandangan Gus Dur

Saya pernah menyaksikan kejadian yang dialami oleh seseorang yang memiliki kebiasaan menyimpan beragam jenis makanan apa saja di dalam kulkas. Saking lamanya disimpan, mungkin dia kelupaan, karena setelah makanan tersebut diteliti ternyata sudah tak layak untuk dikonsumsi. Akibatnya, makanan tersebut menjadi barang mubazir dan dibuang di tempat sampah. Arti mubazir, bila merujuk keterangan dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) *Online* adalah menjadi sia-sia atau tidak berguna; terbuang-buang karena berlebihan.

Mubazir, adalah termasuk ke dalam gaya hidup pemborosan yang dilarang dalam ajaran Islam. Daripada makanan terbuang sia-sia, tentu alangkah lebih baik bila disedekahkan kepada teman, tetangga, saudara, atau siapa saja yang membutuhkannya. Selalu berusaha menahan diri untuk tidak membeli makanan terlalu banyak juga dapat dijadikan sebagai perhatian bagi kita semua untuk mengantisipasi terbuangnya makanan dengan sia-sia.

Kitab suci Alquran telah menjelaskan tentang bahaya bagi orang yang terbiasa bersikap boros atau mubazir. Dalam Surat Al-Isra' ayat 26-27 diuraikan, “Dan berikanlah kepada keluarga-keluarga yang dekat akan haknya, kepada orang miskin dan orang yang dalam perjalanan dan janganlah kamu menghambur-hamburkan (hartamu) secara boros. Sesungguhnya orang-orang yang pemboros itu adalah saudara-saudara setan, dan setan itu sangat ingkar kepada tuhannya” (*NU Online*, 7/11/2018).

Baca juga: [Hardiknas: Menghidupkan Kisah-kisah untuk Pendidikan Anak](#)

Sungguh teramat ngeri bila kita merenungi ayat tersebut. Orang-orang yang gemar hidup dalam kemubaziran atau pemborosan diserupakan dengan saudara-saudaranya setan yang selalu mengingkari perintah-Nya. Mudah-mudahan, kita semua dapat terhindar dari gaya hidup boros yang dimurkai oleh Allah Swt. *Wallohu a'lam bish-shawaab.* (RM)