

Menyambut
**BULAN SUCI
DI TENGAH PANDEMI**



Disusun Oleh :

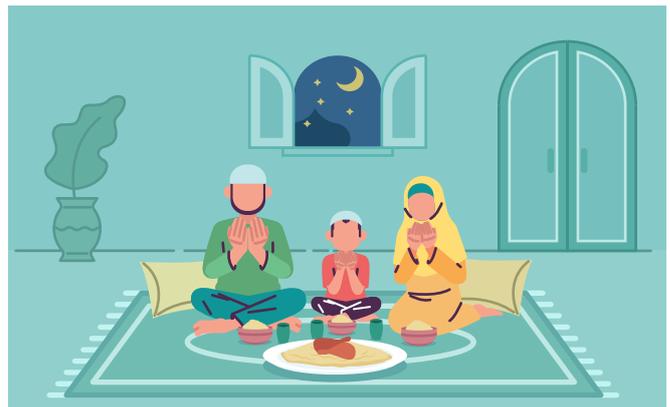
Nurul Kharismawati
(Mahasiswa FIAI Universitas Islam Indonesia)

Bismillâhi walhamdulillâh wash-shalâtu was-salâmu 'ala rasûlillâh,

Rukun Islam merupakan lima tindakan dasar yang dianggap sebagai pondasi awal dan diwajibkan bagi seluruh umat muslim. Seperti dalam hadits yang diriwayatkan oleh Imam Bukhari dan Imam Muslim “Dari Abu 'Abdullah bin Umar bin Khattab, ia mengatakan bahwa ia mendengar dari Rasulullah bersabda “*Islam dibangun atas lima perkara, bahwa tiada tuhan yang berhak disembah selain Allah dan Nabi Muhammad adalah utusan Allah, mendirikan shalat, membayar zakat, menunaikan haji ke baitullah, dan berpuasa Ramadhan*” (H.R. Bukhari no 8, HR. Muslim no 16)

Seperti yang tertera dalam hadits di atas, bahwa puasa yang disyariatkan dalam rukun Islam adalah puasa yang dilakukan pada bulan Ramadhan. Definisi puasa adalah menahan diri dari makan, minum, *jima'*, dan seluruh hal dan aktivitas yang dapat membatalkan niat ibadah kepada Allah sejak terbitnya fajar hingga terbenamnya matahari.¹

Puasa Ramadhan hukumnya wajib bagi seluruh muslim *'aqil*, *baligh* dan mampu melaksanakannya. Puasa Ramadhan dilaksanakan selama 30 hari mulai dari terlihatnya hilal atau telah sempurnanya bulan sya'ban selama 30 hari jika hilal tidak terlihat.



Keistimewaan Bulan Ramadhan

Bulan Ramadhan merupakan bulan suci yang di dalamnya terdapat banyak keistimewaan. Adapun keistimewaan bulan Ramadhan dibagi menjadi 3 yaitu, sepuluh hari pertama, sepuluh hari kedua dan sepuluh hari terakhir.

1. Keistimewaan sepuluh hari pertama Ramadhan

Dapat dikatakan bahwa sepuluh hari pertama bulan Ramadhan termasuk hari tersulit, karena kita harus melakukan penyesuaian dengan keadaan baru seperti tidak makan dan minum sejak matahari terbit hingga terbenamnya matahari. Namun tak bisa dipungkiri bahwa sepuluh hari pertama di bulan Ramadhan, umat muslim sangat semangat dan antusias melaksanakan shalat tarawih berjamaah di masjid. Pada sepuluh hari pertama Allah memberikan rahmat kepada seluruh

umat-Nya. Semua pintu rahmat dibuka, pintu syurga dibuka lebar, pintu neraka ditutup, dan setan pun dibelenggu.

2. Keistimewaan sepuluh hari kedua Ramadhan

Ibadah puasa harus dilakukan dengan menyeluruh dan istiqomah supaya mendapatkan kebaikan dan pahala yang sempurna. Pada sepuluh hari kedua bulan Ramadhan terdapat ampunan bagi siapa saja yang bersungguh-sungguh meminta maaf dan bertaubat atas kesalahan yang telah dilakukan sebelumnya.

3. Sepuluh hari terakhir bulan Ramadhan

Sepuluh hari terakhir dalam bulan Ramadhan merupakan hari-hari penuh cobaan karena sebagian besar umat muslim sudah disibukkan dengan berbagai macam ritual dan budaya perayaan Idul Fitri, seperti membeli baju baru, menyiapkan berbagai macam hidangan yang akan disajikan untuk tamu di hari raya dan aktivitas lainnya yang dapat mengganggu kekhusyuan dalam menjalankan ibadah. Padahal sepuluh hari terakhir dalam bulan Ramadhan memiliki keistimewaan yang lebih daripada dua puluh hari sebelumnya. Sepuluh hari terakhir juga merupakan puncak dari ibadah yang hanya bisa dilakukan selama 30 hari dalam satu tahun.



Menghadapi Bulan Suci Ditengah Pandemi

Ramadhan 1443 H sepertinya tidak jauh berbeda dengan apa yang terjadi pada tahun 1441 H dan 1442 H, yang mana Ramadhan bersamaan dengan dunia yang sedang dilanda oleh pandemi *Corona Virus Disease (Covid-19)*. Virus

yang melanda sejak tahun 2019 dan masuk ke Indonesia pada awal tahun 2020 ini merupakan virus yang mematikan ratusan bahkan ratusan ribu jiwa. Banyak ulama, pemimpin, bahkan manusia awam yang meninggal karena terpapar virus ini. Banyak kebijakan yang telah dikeluarkan oleh pemerintah, mulai dari karantina mandiri, melakukan pembelajaran jarak jauh, pembatasan sosial, mewajibkan penggunaan masker, hingga melakukan penutupan wilayah atau *lockdown*.

Seluruh umat muslim merasakan kesedihan yang amat mendalam karena tidak bisa melaksanakan puasa Ramadhan seperti tahun-tahun sebelumnya. Mulai dari sahur *on the road*, buka bersama kerabat dan teman, *ngabuburit*, tidak bisa menjalankan shalat tarawih di masjid, sulit mencari takjil buka puasa, dan kebiasaan lain di bulan Ramadhan. Rupanya Allah telah mengatur bulan Ramadhan ini dengan banyak kejutan dan hikmah salah satunya untuk lebih dekat dengan keluarga di rumah dan saling menebar kasih sayang.

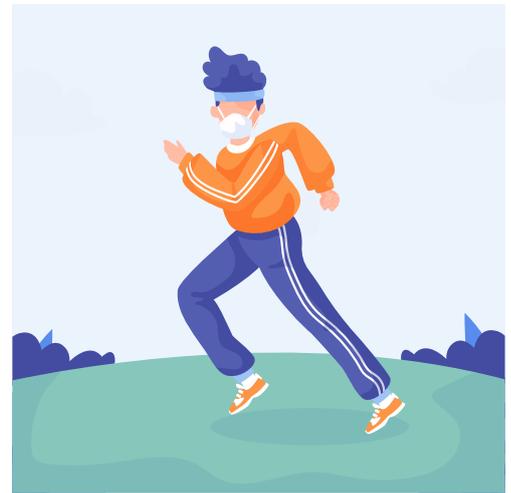
Supaya puasa tetap lancar pada masa pandemi, terdapat beberapa hal yang dapat dilakukan antara lain:²

1. Memenuhi asupan makanan dan minuman

Kekebalan tubuh yang ekstra sangat dibutuhkan dalam bulan Ramadhan, khususnya di masa pandemi. Tidak hanya stamina yang kuat untuk melaksanakan aktivitas harian, namun juga perlu gizi yang cukup untuk meminimalisir resiko terinfeksi Covid-19. Karena itu, perlu dipastikan bahwa asupan gizi yang cukup dan air putih sesuai yang dibutuhkan oleh tubuh setidaknya 8 gelas per hari.

2. Tetap berolahraga

Puasa bukan alasan untuk bermalas-malasan di dalam rumah. Aktivitas fisik seperti berolahraga ringan juga diperlukan untuk meningkatkan imun tubuh supaya lebih segar dan tidak mudah terinfeksi virus. Banyak olahraga yang bisa dilakukan di dalam rumah karena harus menetapkan *social distancing* seperti yoga, aerobik, dan lain sebagainya. Olahraga juga bisa menjadi cara sehat mengurangi stress pada masa sulit ini.



3. Menjaga kebersihan diri dan menjaga jarak

Tidak lengkap rasanya jika pada bulan Ramadhan tidak melakukan sedekah seperti membagikan takjil dan nasi kotak. Namun kita juga harus menjaga jarak fisik seperti tidak menimbulkan kerumunan, menggunakan masker, dan selalu mencuci tangan dengan air bersih dan sabun. Selain itu, menjaga jarak juga bisa dilakukan dengan



tidak melakukan kegiatan seperti *ngabuburit* dan mengalihkan kegiatan yang bisa dilakukan di dalam rumah, seperti menyiapkan menu unik untuk berbuka puasa.

4. Jangan memaksakan berpuasa jika sedang sakit

Seperti dalam firman Allah ﷻ Q.S. al-Baqarah [2]: 185 yang artinya “*dan barangsiapa sakit atau dalam perjalanan (lalu ia berbuka), maka (wajiblah baginya berpuasa), sebanyak hari yang ditinggalkannya itu, pada hari-hari yang lain. Allah menghendaki kemudahan bagimu, dan tidak menghendaki kesukaran bagimu.*” Dari ayat di atas dikatakan bahwa Allah ﷻ telah memberikan keringanan bagi musafir dan orang yang sakit untuk membatalkan puasa, jika puasa itu dapat membahayakannya dengan syarat mengganti puasa sejumlah hari yang ditinggalkan di luar bulan Ramadhan. Karena sesungguhnya di dalam setiap kesulitan Allah ﷻ telah memberikan banyak kemudahan bagi hambaNya yang bertaqwa. Dan Allah tidak akan memberikan cobaan kepada hambaNya di luar kemampuannya.

Marâji'

- (1) Muhammad Jamil Zainu, *Bekal Bekal Ramadhan*, Maktabah Al Washthiyah wal I'tidal, 2007, hal:20
- (2) Fadli Rizal Makarim, *Tips agar Puasa Tetap Lancar di Tengah Pandemi Corona*, diakses dari <https://www.halodoc.com/artikel/tips-puasa-tetap-lancar-di-tengah-pandemi-corona>, pada 14 Februari 2021

Mutiara Hikmah

Allah ﷻ berfirman,

لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ سُبْحَانَكَ إِنِّي كُنْتُ مِنَ الظَّالِمِينَ

“*Tidak ada Tuhan selain Engkau. Maha Suci Engkau, sesungguhnya aku adalah termasuk orang-orang yang zalim*” (Q.S. al-Anbiya [21]: 87)

