

Buletin

# al-Rasikh

MEDIA DAKWAH UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA

No. 609 Tahun XII/3

Edisi 1 Ramadhan 1446 H / 1 Maret 2025 M

## RAMADHAN HARI PERTAMA



Disusun Oleh :

**Khairul Fahmi**

- Edisi 1 Ramadhan 1446 H / 1 Maret 2025 M

*Bismillâhi wal hamdulillâhi wash shalâtu was salâmu 'alâ rasûlillâh,*

*Alhamdulillah* hari ini adalah puasa Ramadhan hari pertama bagi umat Islam. Datangnya bulan Ramadhan sedikit tidak akan memberi perubahan pola pada jam tidur dan jam makan, tentu hal ini memberi pengaruh tersendiri bagi sebagian kaum muslim. perubahan kondisi ini dapat diantisipasi sebagaimana dicontohkan oleh Rasûlullâh ﷺ, beliau memperbanyak puasa di bulan Sya'ban karena pada bulan ini amal ibadah manusia diangkat dan dihadapkan ke hadirat Allah ﷻ<sup>1</sup>.

Salah satu hikmah dari disunnahkannya memperbanyak puasa di bulan Sya'ban adalah untuk melatih diri agar tidak kaget dengan perubahan yang biasanya tidak puasa, berubah menjadi harus puasa selama sebulan penuh.



Beberapa diantara kaum muslim masih ada yang menganggap puasa Ramadhan lebih wajib daripada shalat lima waktu, sehingga mereka menjalankan puasa Ramadhan namun meninggalkan shalat lima waktu, menganggap tidak berpuasa di bulan Ramadhan itu perbuatan tabu, namun tidak dengan meninggalkan shalat lima waktu. Anggapan ini tentu keliru, salah kaprah bahkan sesat pikir.

Sebagai muslim yang baik, harus memanfaatkan bulan Ramadhan untuk memperbanyak amal ibadah, baik ibadah wajib maupun ibadah sunnah. Puasa sebulan penuh bukanlah perkara mudah, keistiqomahan dalam mengisi keseharian dengan berbagai macam ibadah harus dirawat dan dijaga agar tidak kendor di akhir-akhir Ramadhan, sehingga perlu dipersiapkan sebaik mungkin.

### **Niat Tulus**

Setiap ibadah dalam Islam, mensyaratkan hadirnya niat sebelum ibadah itu dikerjakan. adanya niat yang tulus untuk mengisi bulan Ramadhan untuk beribadah kepada Allah ﷻ, dapat menjadi

sebab datangnya taufik dan kemudahan dari Allah ﷻ. Artinya, ketika Allah ﷻ mengetahui hambaNya berniat dengan tulus dan sungguh-sungguh untuk meraih kemuliaan dan keutamaan di bulan Ramadhan. Maka Allah ﷻ akan memberi kemudahan dalam melakukan ketaatan dan berbagai ibadah di bulan Ramadhan, dimudahkan untuk menjalankan puasa secara maksimal, dimudahkan untuk shalat malam, dimudahkan untuk mengkhataamkan al-Qur'an selama Ramadhan, dimudahkan dan diringankan tangan untuk memperbanyak bersedekah serta ibadah-ibadah lainnya.

Jadi jangan sampai tidak menghadirkan niat yang tulus dalam setiap ibadah yang kita kerjakan. Menghadirkan niat dalam setiap ibadah kepada Allah ﷻ, artinya kita menghadirkan perlindungan, pengawasan dari Allah ﷻ, yang efeknya adalah kemudahan, kekhusyu'an dan keistiqomahan dalam beribadah.

### Jaga Kesehatan Fisik



Sebagian besar ibadah dalam Islam mengandalkan kesehatan fisik, seperti shalat, haji, termasuk juga puasa, menahan lapar dan dahaga dari terbit matahari sampai terbenamnya matahari selama kurang lebih 13 jam, bahkan di beberapa negara sampai 17 jam. Hal ini tentu membutuhkan ketahanan fisik yang kuat. Apalagi puasa yang dilakukan bukan sehari atau dua hari saja, namun harus dilakukan selama sebulan penuh secara berturut-turut. Perlu kesehatan fisik yang kuat agar bisa memaksimalkan ketaatan dan ibadah kepada Allah ﷻ sepanjang bulan Ramadhan. Sehatnya fisik dapat menjadi sebab kekhusyu'an, keistiqomahan dan kenikmatan dalam beribadah kepada Allah ﷻ terutama selama bulan Ramadhan.

Allah ﷻ memberikan keringanan bagi seorang muslim yang sakit atau dalam perjalanan untuk tidak berpuasa di hari tersebut dan

- Edisi 1 Ramadhan 1446 H / 1 Maret 2025 M

mengganti puasa di hari-hari selain Ramadhan. Artinya, puasa itu butuh kesehatan fisik, jika fisik tidak kuat maka boleh tidak berpuasa pada hari tersebut dengan catatan harus mengganti puasa di bulan yang lain sebanyak yang ditinggalkan.

Allâh ﷻ berfirman,

فَمَنْ كَانَ مِنْكُمْ مَّرِيضًا أَوْ عَلَىٰ سَفَرٍ فَعِدَّةٌ مِنْ أَيَّامٍ أُخَرَ ۗ وَعَلَىٰ الَّذِينَ أُطِيقُوا بِهِ فِدْيَةٌ طَعَامُ مَسْكِينٍ ۗ فَمَنْ تَطَوَّعَ خَيْرًا فَهُوَ خَيْرٌ لَهُ ۗ وَأَنْ تَصُومُوا خَيْرٌ لَّكُمْ إِن كُنْتُمْ تَعْلَمُونَ

*“Maka barangsiapa diantara kamu ada yang sakit atau dalam perjalanan (lalu ia berbuka), maka (wajiblah baginya berpuasa) sebanyak hari yang ditinggalkan itu pada hari-hari yang lain. Dan wajib bagi orang-orang yang berat menjalankannya (jika mereka tidak berpuasa) membayar fidyah, (yaitu) memberi makan seorang miskin. Barangsiapa yang dengan kerelaan hati mengerjakan kebajikan, maka itulah yang lebih baik baginya. Dan berpuasa lebih baik bagimu jika kamu mengetahui.”* (QS Al-Baqarah [2]: 184)

### Buat Target Ramadhan

Tentukan target ibadahmu dengan maksimal di Ramadhan agar tidak termasuk orang-orang yang merugi. Misalnya Ramadhan tahun ini harus khatam (selesai) membaca al-Qur’an 1-2 kali selama Ramadhan, setiap hari memberi sedekah atau memberi makan orang yang berpuasa, i’tikaf di sepuluh akhir Ramadhan, dan mengikuti kajian-kajian keislaman. Target-target di Ramadhan ini akan menjadi pelecut dan penyemangat dalam mengisi hari-hari di Ramadhan secara maksimal.



Jangan jadikan Ramadhanmu hanya sekedar rutinitas tahunan, hanya menahan lapar dan dahaga saja dari pagi hingga petang, tanpa memaksimalkan ibadah dan ketaatan kepada Allah ﷻ. Jika selama

- Edisi 1 Ramadhan 1446 H / 1 Maret 2025 M

bulan Ramadhan hanya menahan lapar dan dahaga tanpa mengisi dengan ketaatan dan berbagai macam ibadah, yakinlah bahwa engkau termasuk orang yang merugi. Begitu banyak keutamaan yang ada di dalam bulan Ramadhan, tentu tidak berlebihan menyebut kaum muslim yang menyia-nyikan bulan ini dengan orang yang merugi.

## Kesimpulan

Akhir kata, bahwa ibadah puasa Ramadhan di hari pertama ini akan menjadi pembuka untuk amal ketaatan sampai akhir Ramadhan. Kemudian bagaimana agar tidak menjadi orang yang merugi dan sia-sia?

Pertama, dengan menanamkan dalam diri niat yang tulus dan sungguh-sungguh untuk memaksimalkan ketaatan dan beribadah di bulan Ramadhan. Kedua, menjaga kesehatan fisik, agar ibadah bisa dikerjakan dengan kondisi fisik yang prima karena kondisi fisik yang lemah dan sakit akan menyebabkan tidak bisa maksimal dalam beribadah di bulan Ramadhan. Ketiga, membuat target-target tertentu selama bulan Ramadhan.



Mari hiasi hari-hari kita di bulan Ramadhan dengan memperbanyak amal ibadah, sibukkan diri untuk melakukan ketaatan dan kebaikan kepada Allah. Ramadhan tahun ini harus lebih baik dan nikmat umur yang diberikan Allah harus dimanfaatkan sebaik-baiknya. Semoga kita diberi kemudahan dan keistiqomahan dalam menjalankan ibadah di bulan Ramadhan ini.

- Edisi 1 Ramadhan 1446 H / 1 Maret 2025 M

---

**Maraji' :**

<sup>1</sup> Al-Ustadz Yazid bin 'Abdul Qadir Jawas, "Keutamaan Bulan Sya'ban", [https://almanhaj.or.id/14878-keutamaan-bulan-syaban.html#\\_ftn5](https://almanhaj.or.id/14878-keutamaan-bulan-syaban.html#_ftn5). Diakses pada 18 Februari 2025.

*Mutiara Hikmah*

Allah ﷻ berfirman,

وَنَزَوْدُوا فَإِنَّ خَيْرَ الزَّادِ التَّقْوَىٰ وَاتَّقُونِ يَا أُولِي الْأَلْبَابِ

*"Berebekallah, dan sesungguhnya sebaik-baik bekal adalah takwa dan bertakwalah kepadaKu hai orang-orang yang berakal".*

(Al Baqarah[2] : 197)