



Refleksi Aktivitas Puasa Ramadhan

Pelangi » Risalah | Rabu, 26 Agustus 2009 18:00

Penulis : Rahmat Hidayat Nasution

Ramadhan bukan sekedar bulan untuk menunaikan ibadah puasa dan juga bukan bulan yang hanya mengingatkan umat Islam tentang turunnya Al-Qur'an. Ternyata, Ramadhan juga, termasuk bulan yang 'mengkader' umat Islam untuk menjadi manusia sukses dan berprestasi. Spirit kesuksesan itu nyaris setiap hari dirasakan oleh setiap Muslim. Karena rutinitas aktivitas yang ada di Ramadhan, sejatinya, membimbing orang-orang yang menjalankan ibadah puasa agar mencapai predikat Muttaqin (QS. Al-Baqarah [2] : 183).

Predikat Muttaqin bukanlah predikat yang mudah untuk diraih. Predikat yang membutuhkan trik dan cara untuk mendapatkannya. Karena itu, kanjeng Rasul SAW pernah bertutur, *"Berapa banyak orang yang berpuasa yang tidak mendapatkan apa-apa, kecuali hanya lapar dan dahaga."* Artinya, puasa yang dilakukan bukan sekedar menahan diri dari segala yang membatalkan sejak terbit fajar hingga terbenam matahari, tapi juga membutuhkan 'point-point' yang membuat puasa itu mendapatkan 'nilai' yang istimewa. Yaitu, ibadah-ibadah sunnah yang dijanjikan Allah pahalanya seperti pahala ibadah wajib dan juga menjauhi hal-hal yang dapat menyebabkan terjerumusnya dalam dosa, ghibah misalnya.

Selain itu, aktivitas puasa Ramadhan bukan hanya untuk memperbanyak pahala, tapi juga untuk mengajarkan orang muslim bagaimana menjadi manusia yang sukses. Orang yang berpuasa dapat mempelajari kesuksesan itu melalui puasa Ramadhan yang telah dilalui. Kapan merasakan bahwa puasanya 'maksimal' dan kapan hanya merasakan sekedar melepaskan tuntutan puasa?

Perjalanan puasa Ramadhan yang hanya melepaskan tuntutan, itulah kategori puasa yang diingatkan Rasulullah lewat hadits di atas. Sedangkan yang menjalankan puasa dengan maksimal, mereka yang telah 'mengkonsep ide-ide' perjalanan puasanya sejak berniat puasa hingga berbuka.

Begitu halnya dengan orang yang ingin sukses dan orang yang ingin berprestasi. Orang yang ingin berprestasi, sudah pasti dia bukan hanya menjaga hal-hal yang dapat merusak pekerjaannya, tapi juga mengiringi pekerjaannya dengan hal-hal yang baik lainnya, sehingga kelihatan sempurna. Berbeda dengan orang yang hanya ingin sukses, ia hanya bekerja berdasarkan 'porsi' yang diminta tanpa memikirkan hal-hal lain yang dapat membuat pekerjaannya terlihat maksimal.

Oleh karena itu, niat dan aktivitas sahur merupakan 'ide' utama yang dapat membuat puasa bisa sukses dan berprestasi. Bahkan, Rasulullah SAW sangat menganjurkan untuk sahur, *"Makan sahurilah kalian, karena di dalam sahur ada barakah."* Ya, dengan bersahur orang yang berpuasa dapat mengatur kondisi perut yang dapat menyebabkan hilangnya konsentrasi berpuasa. Sekalipun tidak ada yang dimakan, Rasulullah tetap menganjurkan untuk bersahur dengan air, *"Sahurilah kalian, sekalipun hanya dengan seteguk air,"* agar puasanya tetap bernilai barakah, karena diberi karunia, paling tidak, untuk mengantisipasi keringnya tenggorokan.

Niat dan 'sahur' juga dituntut bagi orang yang ingin sukses dan orang yang ingin berprestasi. Yaitu, mempersiapkan apa yang dibutuhkan saat melakukan aktivitas, sekalipun yang dipersiapkan hanya sebuah alat. Karena, secara tidak langsung, memberikan motivasi untuk bisa terciptanya kesuksesan. Misalnya saja seorang pelajar. Jika ingin sukses dan berprestasi, maka sebelum belajar dia sangat dituntut untuk memiliki niat belajar yang mantap, memiliki alat-alat belajar, dan mengatur segala hal yang dapat membuat belajar bisa sukses. Sekalipun hanya pensil sebagai persiapan, alat ini secara tidak langsung masih memberikan motivasi bahwa ia masih dapat menulis hal-hal penting yang didengar dan ditemukan.

Setelah berniat, sahur, dan aktivitas-aktivitas ibadah sunnah yang dilakukan saat berpuasa, maka orang berpuasa, biasanya, akan gembira ketika saat berbuka tiba. Gembira bukan hanya bisa menikmati hal-hal yang dilarang saat berpuasa, tapi juga gembira dapat melakukan ibadah dengan maksimal. Maka Rasulullah SAW mensitir kegembiraan itu dalam hadits qudsi, *"Orang-orang yang berpuasa memiliki dua kegembiraan : Gembira saat berbuka dan gembira saat bertemu dengan Tuhannya."*

Tak jauh berbeda dengan orang yang sukses dan berprestasi. Ia juga akan merasakan kesenangan ketika hasil kerjanya dinyatakan sukses, apalagi kalau hasilnya itu diberi nilai istimewa alias maksimal. Itulah kegembiraan yang tak dapat dirasakan, kecuali setelah merasakan sulitnya berusaha untuk merealisasikan segala hal yang mendukung kesuksesan.

Oleh karena itu, agar kesuksesan dan prestasi kerap menemui kita, hendaklah kita menggagas segala pendukungnya. Jika puasa saja kita bisa sukses dan meraih prestasi sebagai orang yang Muttaqin, tentunya pekerjaan kita juga bisa meraih kesuksesan dan prestasi yang tinggi. Maka tepat sekali bila kita terus mengingat hadits Rasulullah yang tertulis, *"Seandainya manusia mengetahui apa yang terdapat dalam bulan Ramadhan, niscaya mereka akan berandai-andai, sekiranya sepanjang tahun semua --bulannya-- bulan Ramadhan."*

Bit-taufiq. []