

Puasa Ramadhan Dan Ritme Kebahagiaan Bagi Umat Islam Yang Berpuasa Studi Desa Sei Merbou Asahan

Adnan Buyung Nasution^{1*}, Hasan Basri²

Program Studi Ahwal Syakhshiyah, Institut Agama Islam Daar AL-Ulum, Asahan, Indonesia

Email: ^{1*}nasutionadnanbuyung@gmail.com, ²hasanbasri@iaidu-asahan.ac.id *

Email Coressponding Author: nasutionadnanbuyung@gmail.com

Abstrak-Tujuan penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ritme kebahagiaan bagi umat Islam yang berpuasa dibulan Ramadhan. Ihwalnya umat Islam tidak mengetahui ada hikmah dan kebahagiaan serta fenomena dibulan Ramadhan, ironisnya umat Islam hanya melaksanakan puasa tetapi tidak tau ada profit dibulan Ramadhan tersebut sehingga mereka hanya merasakan lapar dan haus Ketika berpuasa dibulan Ramadhan. Penelitian ini bersifat kuantitatif berdasarkan data pengabdian kemasyarakatan di desa sei merbou. Hasil dari kegiatan PKM ini adalah memberikan pencerahan tentang puasa yang sesuai dengan syariat agama islam dan untuk memberikan pemahaman tentang ritme kebahagiaan bagi orang puasa.

Kata Kunci: Bulan Ramadhan, Profit, Ritme Kebahagiaan

Abstract-The aim of this research is to determine the rhythm of happiness for Muslims who fast during the month of Ramadan. The thing is that Muslims don't know that there are wisdom and happiness and phenomena in the month of Ramadan. Ironically, Muslims only fast but don't know that there are profits in the month of Ramadan so they only feel hungry and thirsty when fasting in the month of Ramadan. This research is quantitative based on community service data in Sei Merbou village. The result of this PKM activity is to provide enlightenment about fasting in accordance with Islamic religious law and to provide an understanding of the rhythm of happiness for fasting people.

Keywords: Month Of Ramadan, Profit, Rhythm Of Happiness

1. PENDAHULUAN

Kata “ shaum “ (Puasa) secara lugutan adalah menahan diri dari segala sesuatu seperti makan, minum berhubungan suami istri/sahwat dan berkata yang tidak bermanfaat dan sebagainya. Sedangkan puasa secara syara’ puasa adalah menahan diri dari segala sesuatu yang membatalkan puasa selama satu hari lamanya sejak terbit fajar hingga terbenamnya matahari dengan rukun dan syarat – syarat dan lain -lainnya.(Rahmawanti, 2023). Artinya, puasa adalah menahan diri dari sahawat perut dan sahawat kemaluan, serta segala sesuatu yang masuk kedalam rongga tubuh (seperti obat– obatan dan sebagainya), dalam jangka waktu tertentu.

Syarat berpuasa yaitu : 1.beragama islam; 2.baliq; 3.sehat tidak sedang haid atau pun nifas serta dengan niat khususnya kemauan hati melakukan perbuatan tanpa ragu – ragu.(Syaikh Abdurrahman Al-Juzairi, 2018). Puasa merupakan salah satu amalan yang dicintai oleh Allah SWT, Demi Allah yang jiwa Muhammad berada dalam genggamannya sesungguhnya bau mulut orang puasa disisi Allah kelak pada hari kiamat lebih wangi dari bau minyak kasturi.(Rahmawanti, 2023)

Syeikh Syamsuddin Abu Abdillah Muhammad ibnu Qasim Asy-Syafi’I dalam kitab Fathul Qarib puasa adalah menghindari segala sesuatu yang membatalkan puasa, dan dengan niat tertentu hendaknya berpuasa setiap hari atau pada hari apa saja yang diperbolehkan bagi seorang muslim untuk berpuasa.

Puasa menurut imam syafi’i rukunnya 3 yaitu ; 1. melaksanakan berpuasa itu sendiri; 2. Niat, baik itu dilafazkan maupun didalam hati; 3. menahan diri dari yang membatalkan puasa.(Nganjuk & Farisi, 2023). Adapun perkara-perkara yang membatalkan puasa yaitu : 1.Bersetubuh; 2.Onani; 3.Muntah dengan sengaja; 4. Memasukkan benda kedalam rongga. sejatinya banyak diantara kita yang melaksanakan puasa tanpa mengetahui dan merenungkan maksud puasa tersebut, mayoritas umat islam melaksanakan puasa hanya merasakan haus dan lapar.(Wibowo et al., 2022).

Fenomena yang terjadi dimasyarakat didesa sei merbou tidak memahami makna puasa yang mereka laksanakan atau tidak sesuai dengan yang disyariatkan yang berdasarkan rukun, syarat dan larangan – larangan yang harus di jauhi ketika melaksanakan puasa tersebut.

Ada yang berpuasa tapi masih saja melakukan maksiat seperti melakukan asmara subuh dengan pasangannya yang bukan muhrim, dan ada juga yang menonton televisi tentang menggungjing orang lain serta ada juga yang berbohong ketika berpuasa, dan ini bertolak belakang dengan apa yang diinginkan dari pelaksanaan puasa tersebut.

Allah menjanjikan manfaat yang besar bagi yang mengerjakannya, dari Abu Hurairah berkata bahwa Rasulullah SAW bersabda yang mana artinya Allah berfirman, setiap amal manusia adalah baginya (bagi manusia sendiri), kecuali puasa, maka bahwasanya puasa adalah yang akan membalasnya. Puasa adalah perisai (dari api neraka).

Maka jika ada salah seseorang dari kalian berpuasa, maka janganlah berkata keji, janganlah berhubungan/bersetubuh, jika dia dicaci atau diajak berkelahi, maka hendaklah katakana aku sedang berpuasa.(Rahmawanti, 2023).

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ، عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، قَالَ: " يَقُولُ اللَّهُ عَزَّ وَجَلَّ: الصَّوْمُ لِي وَأَنَا أَجْزِي بِهِ، يَدْعُ شَهْوَتَهُ وَأَكْلَهُ وَشُرْبَهُ مِنْ أَجْلِي، وَالصَّوْمُ جَنَّةٌ، وَلِلصَّائِمِ فَرْحَتَانِ: فَرْحَةٌ حِينَ يُفْطِرُ، وَفَرْحَةٌ حِينَ يُلْقَى رَبَّهُ،

Artinya : dari Abu Hurairah, dari Nabi Muhammad SAW, beliau bersabda : puasa itu adalah untuk aku, Aku sendiri yang akan membalas puasa itu, puasa telah menyebabkan (hamba-ku) meninggalkan syahwatnya, makanan dan minumannya demi aku, puasa itu adalah perisai, seseorang yang berpuasa akan mendapatkan dua kebahagiaan, yaitu kebahagiaan waktu berbuka puasa dan kebahagiaan Ketika bertemu dengan Allah di akhirat kelak. (HR. Bukhori)

Dalam hadis yang diriwayatkan oleh imam tarmizi, Ibnu Majah dan Ahmad, salah satu tempat paling makbul untuk berdoa ketika berbuka puasa dan ketika setelah sahur, apabila puasa dilakukan sesuai dengan yang disyariatkan tentu akan memperoleh predikat taqwa.

2. KERANGKA TEORI

Pada zaman dahulu puasa dibulan Ramadhan ini belum ada, tetapi setelah adanya Nabi Muhammad maka ada yang namanya puasa dibulan Ramadhan dan ini berlaku bagi umat Nabi Muhammad SAW.

Hal – hal yang membolehkan seseorang tidak melaksanakan puasa yaitu :

1. Orang yang dalam perjalanan, yang membolehkan seseorang untuk mengashar atau menjamak sholat. (Nganjuk & Farisi, 2023)
2. Orang sakit, apabila berpuasa dapat berakibat fatal bagi kesehatannya dan lambatnya penyembuhan
3. Orang hamil dan orang yang menyusui anaknya
4. Lanjut usia/ orangtua yang tidak memungkinkan baginya melaksanakan puasa dan apabila dipaksakan akan beresiko bagi dirinya, khusus ini hanya diwajibkan membayarkan fidyah
5. Orang yang bekerja dibawah teriknya matahari yang dikhawatirkan beresiko berat bagi dirinya.

Hal - hal yang sunnah bagi orang yang berpuasa yaitu :

1. Makan sahur dan melakukan diakhir waktu
2. Segera berbuka puasa
3. Berbuka terlebih dahulu sebelum mengerjakan salat magrib
4. Berbuka puasa dengan kurma, kalau tidak memperoleh kurma maka dengan beberapa teguk air. Imam Rafi'I dan Imam Nawawi berkata : tiada hidangan berbuka yang lebih utama setelah kurma dan air.
5. Menghindari makanan yang syubhat dan menahan diri dari menuruti kehendak hawa nafsu
6. Melakukan iktikaf 10 hari sebelum akhir Ramadhan).

Desa Sei Merbou Asahan merupakan Masyarakat yang terletak di Kabupaten Asahan, Masyarakat disana disibukkan dengan pekerjaan yang mayoritas Pekerja PTPN dalam kesaharian mereka dari pagi hingga sore hari sibuk akan pekerjaan sehingga minimnya pengetahuan Pasif tentang agama serta medan yang sulit untuk sampai pada desa tersebut karena terletak didaerah perkampungan

3. METODE PELAKSANAAN

Metode kegiatan yang diadakan dalam pengabdian Masyarakat (PKM) ini berupa ceramah tentang ritme kebahagiaan bagi orang yang berpuasa. Peserta dalam kegiatan ini yaitu Masyarakat desa Sei Merbou. Kegiatan ini dilaksanakan pada bulan Ramadhan tahun 2024 dengan tahapan yaitu :

- a. Masyarakat menempati masjid
- b. Kata sambutan dari ketua TIM Safari Ramadhan
- c. Dosen memberikan ceramah berdasarkan tema yang diangkat

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian ini, mengunjungi lokasi daerah, melakukan ceramah kepada Masyarakat setempat didesa Sei Merbou Asahan dan tentang adanya kebahagiaan yang diperoleh umat Islam Ketika berpuasa diantaranya yaitu:

1. Sosialisasi

Fase sosialisasi ini, Tim PKM melakukan Ceramah dengan Masyarakat didesa Sei Merbou guna mengetahui apa yang diketahui masyarakat tentang puasa dan ritme mendapatkan kebahagiaan bagi orang yang berpuasa, dari puasa tersebut. Tim PKM menyampaikan Tema yang diangkat dan memberi pencerahan tentang puasa.

2. Diskusi

Fase diskusi dilakukan didalam masjid didesa Sei Merbou Asahan dengan beberapa pertanyaan tentang tema yang diangkat serta menjawab pertanyaan – pertanyaan dari Masyarakat terkait tentang puasa



Gambar 1. Bantuan Sembako Kepada Jama'ah Masjid



Gambar 2. Foto Bersama Dengan Jama'ah Masjid



Gambar 3. Do'a Bersama

5. SIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pelaksanaan pengabdian kepada Masyarakat yang dilakukan didesa Sei Merbou Asahan bertujuan: Memberikan pencerahan tentang puasa yang sesuai dengan syariat agama islam, Untuk memberikan pemahaman tentang ritme kebahagiaan bagi orang puasa, Larangan-larangan yang berpotensi membatalkan puasa, Amalan- amalan sunnah ketika melaksanakan puasa. Dengan adanya kegiatan safari Ramadhan ini Masyarakat setempat, mendapatkan ilmu serta manfaat dan dapat mengamalkannya. Semoga kita selalu diberkahi dan diberi kesehatan oleh Allah S.W.T dan dapat bertemu bulan puasa ditahun depan.

DAFTAR PUSTAKA

- Aqiilah, I. I. (2020). Puasa Yang Menajubkan (Studi Fenomenologis Pengalaman Individu Yang Menjalankan Puasa Daud). *Jurnal EMPATI*, 10(2), 163–189. <https://doi.org/10.14710/empati.2020.27704>
- Magfiroh, S., Ansori, S., & Khomsiyatun, U. (2022). Konsep Masalah dan Tinjauan Preferensi Konsumsi Islami pada Bulan Ramadhan di Indonesia. *Jurnal Penelitian Agama*, 23(1), 109–124. <https://doi.org/10.24090/jpa.v23i1.2022.pp109-124>

Nganjuk, P. D., & Farisi, M. A. A. L. (2023). 698-Article Text-1956-1-10-20230904. 9, 258–278.

- Partini, A. (2021). Manfaat Puasa Dalam Perspektif Islam Dan Sains Anita. *Al-Hikmah : Jurnal Studi Agama-Agama*, 7(1), 108–120.
- Rahmawanti, R. (2023). *Analisis Terhadap Pendapat Ibnu Hazm Tentang Batalnya Puasa Karena Sengaja Melakukan Kemaksiatan*. 37.
- Royanulloh, R., & Komari, K. (2019). Bulan Ramadan dan Kebahagiaan Seorang Muslim. *Jurnal Psikologi Islam Dan Budaya*, 2(2), 51–62. <https://doi.org/10.15575/jpib.v2i2.5587>
- Simaremare, C., Maret, U. S., Putri, D. A., & Maret, U. S. (2023). *KONSEP KEBAHAGIAAN MENURUT PSIKOLOGI POSITIF The Concept of Happiness according to Positive Psychology. December*.
- Subrata, S. A., & Dewi, M. V. (2017). Puasa Ramadhan dalam Perspektif Kesehatan: Literatur Review. *Khazanah: Jurnal Studi Islam Dan Humaniora*, 15(2), 241. <https://doi.org/10.18592/khazanah.v15i2.1139>
- Syaikh Abdurrahman Al-Juzairi. (2018). *Fikih 4 Madzhab*. 27.
- Wibowo, G., Salis Fuadi, I., & Studi Pendidikan Agama Islam Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan, P. (2022). Nilai-Nilai Pendidikan Karakter Dalam Ibadah Puasa (Kajian Q.S Al-Baqarah Ayat 183). *Jurnal Al-Qalam*, 23(1), 15–22. <https://ojs.unsiq.ac.id/index.php/al-qalam>