

Puasa Sosmed di Bulan Ramadan

Oleh: **Miftahul Abror** | Tanggal Upload: 19 April 2021



Slamet Miftahul Abror*

Puasa Ramadan menurut syariat Islam adalah suatu amalan ibadah yang dilakukan dengan menahan diri dari segala sesuatu seperti makan, minum, perbuatan buruk maupun dari yang membatalkan puasa mulai dari terbitnya fajar hingga terbenamnya matahari yang disertai dengan niat yang ikhlas karena Allah SWT, dengan syarat dan rukun yang telah ditentukan.

Pada bulan yang penuh berkah ini tentu kita mengetahui *fadhilah* yang amat besar yang dijanjikan Allah Swt kepada manusia, yang melaksanakan puasa ini secara sempurna, atau melakukan semua perintah Allah dan menjauhi larangannya. Puasa secara fiqh yakni menahan untuk tidak makan dan minum serta tidak melakukan sesuatu yang membatalkan puasa, di antaranya tidak memasukkan benda ('ain) kedalam lubang yang ada pada tubuh kita, muntah secara sengaja, keluar air mani, haid atau nifas, gila dan juga murtad saat berpuasa.

Sehingga bila kita tak melakukan tindakan yang membatalkan puasa maka puasa kita

akan tetap sah secara syariat. Namun tak hanya itu esensi dari puasa namun pelajaran terbesar yang diberikan oleh bulan Ramadhan, dimana seorang muslim wajib berpuasa selama satu bulan penuh, ialah agar ia dapat menguasai dan mengalahkan hawa nafsunya.

Bulan Ramadan di tahun ini jatuh tepat setelah hajjat besar bangsa ini, yaitu pemilu serentak yang lumayan panas. Paling tidak bisa kita lihat di sosial media. Ujaran kebencian yang merajalela dan saling menghujat antar lawan politik masif terjadi. Tak peduli yang dihujat ulama, kyai atau profesor sekalipun, karena sosmed semua manusia memiliki strata yang sama dalam bidang apapun.

Hal tersebut ternyata tak berhenti pada saat pemilihan umum saja, Namun pasca pemilu masih marak berseliweran saling hujat dan saling kritik antara kedua belah pihak. Bahkan di bulan suci tak hentinya hal ini terjadi. Sosmed memang menjadi media yang paling efektif untuk menyebarkan hoaks dan mempengaruhi atau menghasut masa.

Hoaks yang kini ramai dibicarakan adalah tentang kematian petugas KPPS dengan tuduhan diracun. Hoaks tersebut menjadi viral yang kemudian disambut dengan berbagai perdebatan di dunia maya oleh netizen. Polisi mulai mengusut penyebar hoaks tersebut. Penyebar hoaks seakan tak peduli saat ini adalah bulan puasa, bulan suci di mana kita harus mengendalikan diri kita.

Banyak ancaman yang disampaikan oleh Rasulullah kepada orang yang tak bisa menjaga lisannya di bulan puasa. Dalam hal ini tak harus mulut yang berbicara namun juga jempol untuk kita memposting sesuatu di sosmed.

Rasulullah pernah Bersabda: *"Barangsiapa yang tidak meninggalkan perkataan dusta malah mengamalkannya, maka Allah tidak butuh dari rasa lapar dan haus yang dia tahan."* (HR. Bukhari).

Maka marilah kita juga berpuasa untuk tak ikut andil dalam menyebarkan hoaks, serta mencela saudara seiman kita yang hanya berbeda dalam hal pilihan politiknya. Allah berfirman: *"celakalah bagi setiap pengumpat lagi pencela."* (QS. Al-Humazah: 1).

Hadis di atas menunjukkan bahwa di bulan ramadan kita diharapkan berpuasa secara sempurna secara lahir dan batin. Menjaga hawa nafsu kita untuk tak melakukan sesuatu yang dilarang oleh Allah serta selalu berakhlak yang mulia, baik di dunia nyata dan sosial media.

Sabda Rasulullah SAW *"Tidaklah sesuatu yang lebih berat di timbangan selain akhlak yang mulia."* (HR. Abu Daud dan Tirmidzi).

Sehingga dari perkataan yang baik, menyebarkan kebaikan di sosial media *insyaallah* akan diikuti oleh ribuan orang atau bahkan jutaan orang. Hal tersebut akan menjadi sebuah pabrik pahala yang luar biasa buat kita.

Imam Muslim meriwayatkan dalam kitab *Shahih*-nya, hadits dari sahabat Uqbah bin 'Amr

bin Tsa'labah RA, Bahwa Rasulullah SAW bersabda: *"Barangsiapa yang menunjuki kepada kebaikan maka dia akan mendapatkan pahala seperti pahala orang yang mengerjakannya"* (HR.Muslim).

Hadits ini menunjukkan bahwa amatlah beruntung orang yang menjadikan sosmednya sebagai bahan dakwah kebaikan kedamaian dan amat merugi orang yang menggunakan sosmednya sebagai media menyebar hoaks dan melakukan perbuatan keji lainnya.

Jika sosmed dijadikan bahan hujatan maka akan menjadi pabrik dosa yang terus mengalir deras sesuai dengan banyaknya dosa orang yang membacanya. Walau mungkin kita sedang santai atau sedang tidur, atau bahkan sedang sholat di masjid maka dosa akan mengalir.

Maka dari itu mari bersama memulai dari sekarang untuk menghentikan hal-hal buruk tersebut. Kita isi ramadan kita dengan kesucian, dengan melakukan kebajikan-kebajikan yang diajarkan oleh nabi Muhammad SAW. Semoga kita mampu berpuasa lahir batin, berpuasa tidak hanya di dunia nyata tapi puasa di sosmed juga.

*Mahasiswa Sejarah Peradaban Islam IAIN Surakarta

[Baca Artikel Asli di Website](#)

Tentang islamsantun.org:

Portal media yang berdedikasi menyebarkan diskursus Islam yang ramah, moderat, dan *rahmatan lil 'alamin*. Menyajikan ragam artikel keislaman, opini, khutbah, hingga sastra pesantren, islamsantun.org hadir sebagai rujukan literasi keagamaan yang sejuk dan mencerahkan bagi masyarakat luas.

Ditulis oleh **Miftahul Abror**

Mahasiswa SPI FAB IAIN Surakarta. Aktif di JQH Al-Wustho.

#Puasa #Ramadan #Islam #Nusantara

© 2026 islamsantun.org · Menyebarkan Islam yang rahmatan lil 'alamin