

PANDUAN DAN EVALUASI
AMALIAH RAMADHAN 1439 H
SMA PESANTREN UNGGUL AL BAYAN



Divisi Kepesantrenan
SMA Pesantren Unggul Al Bayan
Cibadak - Sukabumi



Judul Buku :

*Panduan dan Evaluasi
Amaliyah Ramadhan 1439 H.*

Penyusun :

Irwan Syafruddin, S.Ag., M.Pd.

Desain Sampul :

Ruddy Hendriawan, S.T.

Diterbitkan oleh :

Divisi Kepesantrenan

SMA Pesantren Unggul Al Bayan, Cibadak-Sukabumi

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا
كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ

(البقرة : ١٨٣)

“Wahai orang-orang yang beriman, telah diwajibkan atas kalian berpuasa sebagaimana telah diwajibkan atas orang-orang sebelum kalian agar kalian bertaqwa.”
(QS.Al Baqarah ayat 183)

KATA PENGANTAR

الْحَمْدُ لِلَّهِ وَ الشُّكْرُ لِلَّهِ وَالصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ عَلَى رَسُولِ اللَّهِ

Segala puji serta syukur hanya kita panjatkan ke hadirat Allah Swt yang telah memberikan kepada kita kenikmatan yang begitu banyak, nikmat sehat, nikmat waktu dan kesempatan, dan terutama nikmat iman dan Islam yang dapat mengantarkan kita kepada kebahagiaan hakiki. Semoga keimanan dan semangat Islam senantiasa tertancap dalam sanubari kita, tak pernah goyah hingga akhir hayat.

Shalawat dan salam kita haturkan kepada junjungan dan tauladan kita, Nabi besar Muhammad saw, semoga terus tercurah kepadanya, kepada seluruh keluarganya, para sahabat, dan seluruhummah yang mengikuti dan beruswah kepadanya.

Dalam rangka menyambut bulan Ramadhan 1439 H. ini, mari kita ingat-ingat kembali sabda Rasulullah saw, "*Telah datang pada kalian bulan Ramadhan yang diberkahi, Allah telah mewajibkan atas kalian untuk berpuasa di dalamnya. Pada bulan itu dibukakan pintu-pintu surga serta ditutup pintu-pintu neraka ...*" (HR. Ahmad)

Buku yang berada di hadapan Ikhwan/Akhwat ini merupakan sedikit bekal ilmu dan panduan sederhana bagi santri SMA Pesantren Unggul Al Bayan dalam menghidupkan bulan yang begitu istimewa, bulan penuh berkah, Ramadhan. Dalam buku ini terdapat lembar pengamatan amaliyah Ramadhan yang setiap harinya diisi oleh santri dan dievaluasi oleh orang tua untuk mengukur sejauhmana amaliyah Ramadhan mampu direalisasikan.

Dengan mengharapkan ridha Allah Swt, kami susun buku sederhana ini. Semoga bermanfaat di dunia dan untuk akhirat.

HIKMAH DAN KEUTAMAAN SHAUM

Ibadah shaum memiliki sejumlah hikmah dan keutamaan bagi orang-orang yang melaksanakannya. Hikmah dan keutamaan shaum, di antaranya :

1. Shaum merupakan proses *tazkiyahan-nafs* (pembersih jiwa)
2. Shaum meningkatkan kekuatan ruhani di atas dimensi materi pada diri manusia
3. Shaum menjadi tarbiyah bagi *iradah*, jihad bagi jiwa, dan pembiasaan sifat dan sikap sabar
4. Shaum menanamkan dalam diri seseorang agar mampu berempati terhadap derita *faqir-miskin*
5. Shaum menajamkan perasaan terhadap nikmat Allah dan mendorong seseorang untuk bersyukur kepada-Nya
6. Orang yang menunaikan shaum, termotivasi untuk melakukan banyak ketaatan dan itu merupakan bagian dari ketaqwaan kepada Allah Ta'ala. Shaum mempersiapkan orang untuk naik tingkat ke derajat *taqwa*
7. Shaum berpengaruh mematahkan gelora syahwat
8. Shaum dapat mempersempit ruang gerak syaithan karena ia masuk ke dalam tubuh anak Adam melalui aliran darah. Shaum melemahkan kekuatan syaithan, sehingga seseorang semakin terjauhkan dari kemaksiatan
9. Orang yang menjalankan ibadah shaum melatih jiwanya agar senantiasa merasa diawasi oleh Allah Swt (*muraqqabatullah*)
10. Shaum memiliki pengaruh positif dan manfaat bagi kesehatan, yaitu memberi kesempatan pada organ pencernaan untuk istirahat
11. Shaum berfungsi sebagai perisai diri *an-nar* (api neraka), parit penghalang dari *adzab an-nar*. Dengan shaum seorang hamba wajahnya dijauhkan dari *an-nar* sejauh 70 tahun dan dengan shaum, Allah menjauhkan hamba-Nya dari api jahannam sejauh perjalanan seratus tahun
12. Bagi orang-orang yang bershaum Allah sediakan pintu khusus masuk Surga-Nya, yaitu *pintu Ar-Rayyan*
13. Shaum Ramadhan sebagai penghapus dosa apabila pelakunya berusaha meninggalkan *kaba'ir* (dosa-dosa besar). "*Barang siapa yang bershaum pada bulan Ramadhan dengan dasar iman dan ihtisab, akan diampuni dosa-dosanya yang telah lalu.*"
14. Jika telah datang bulan Ramadhan, maka dibukalah pintu-pintu rahmat-Nya, dibukakan pintu-pintu Surga, dan ditutuplah pintu-pintu *Jahannam*, serta dibelengguhlah para *syaithan*
15. Seorang hamba yang menunaikan shaum Ramadhan dan rajin melakukan *qiyamullail* (shalat malam) padanya, maka dia akan digolongkan dalam golongan para *syuhada* dan *shiddiqin*
16. Di bulan Ramadhan, di setiap siang dan malam do'a orang-orang yang melaksanakan shaum *mustajab*

AMALIYAH RAMADHAN

Beberapa amaliyah Ramadhan yang dicontohkan oleh Rasulullah saw, sebagai berikut :

- 1. Melaksanakan shaum sesuai syari'at.** Shaum yang bukan sekedar menahan makan, minum dan senggama bagi suami-istri, tapi hati dan jiwanya ikut berpuasa. Menjaga matanya dari pandangan ma'shiyat, menjaga lidahnya dari ucapan yang tidak baik, menjaga telinganya dari mendengarkan ucapan buruk, mencegah anggota tubuhnya dari perbuatan ma'shiyat, tidak berlebihan saat sahur dan berbuka puasa, hatinya selalu diliputi rasa *khauf* (takut/cemas) dan *raja'* (harap) kepada Allah Swt., serta memanfaatkan seluruh waktu untuk beribadah kepada Allah Swt. Demikianlah shaum yang diharapkan sehingga tujuan dari ibadah shaum tersebut dapat diraih, yaitu menjadi insan yang bertaqwa". Shaum Ramadhan ini hukumnya wajib.
- 2. Memperbanyak shalat malam (*qiyamullail*),** termasuk shalat sunnah yang hanya ada di bulan Ramadhan yaitu shalat Tarwih. Qiyamullail di bulan Ramadhan (Qiyamu Ramadhan) merupakan ibadah yang sangat ditekankan oleh Rasulullah saw. Beliau bersabda, "Barang siapa melakukan qiyam Ramadhan (shalat Tarwih) karena iman dan mencari pahala, maka dosa-dosanya yang telah lalu akan diampuni." Shalat sunnah malam adalah seutama-utamanya shalat sunnah selain shalat sunnah Rawatib. Jangan sampai malam-malam Ramadhan berlalu tanpa qiyamullail.
- 3. Memperbanyak interaksi dengan al Qur'an terutama tilawah atau membacanya.** Ramadhan adalah bulan diturunkannya Al-Qur'an. Pada bulan ini Al-Qur'an benar-benar turun ke bumi untuk menjadi pedoman hidup manusia di dunia. Imam Az-Zuhri pernah berkata, "Apabila datang Ramadhan maka kegiatan utama umat Islam adalah membaca Al-Qur'an". Membaca yang dimaksud disini tentu saja dilkakukan dengan memperhatikan tajwid dan esensi dasar diturunkannya AL-Qur'an

untuk ditadabburi, difahami, dan diamalkan (QS. Shad: 29). Pada bulan ini umat Islam harus benar-benar berinteraksi dengan Al-Qur'an untuk meraih keberkahan hidup dan meniti jenjang menuju umat terbaik dengan petunjuk Al-Qur'an. Berinteraksi dalam arti hidup dalam naungan Al-Qur'an baik secara tilawah (membaca), tadabbur (memahami), hifdz (menghafalkan), tanfidzh (mengamalkan), ta'lim (mengajarkan), dan tahkim (menjadikannya sebagai pedoman). Membaca Al-Qur'an adalah ibadah meskipun kita tidak mengetahui maknanya. Surga sangat merindukan empat kelompok manusia, di antaranya orang yang membaca Al-Qur'an. Sabda Nabi, "Orang yang lancar membaca Al-Qur'an akan bersama Malaikat utusan yang mulia lagi berbakti, sedangkan orang yang membaca Al-Qur'an dengan tersendat-sendat lagi berat, maka ia akan mendapatkan dua pahala." (HR. Muslim). Mari pada bulan Ramadhan ini kita memperbanyak membaca Al-Qur'an, paling tidak satu kali khatam.

- 4. Memperbanyak dzikir, do'a, dan istighfar.** Bulan Ramadhan adalah bulan di mana kebaikan pahalanya dilipatgandakan, oleh karena itu jangan biarkan waktu sia-sia tanpa aktivitas yang berarti. Di antara aktivitas yang sangat penting dan berbobot tinggi namun ringan dilakukan oleh umat Islam adalah memperbanyak dzikir, do'a, dan istighfar. **Dzikir**, senantiasa mengingat Allah Swt baik dalam perbuatan, perkataan, maupun dzikir dalam hati. Dzikir mendekatkan hati kepada Allah Swt yang berubah menjadi ketentraman batin. **Do'a** adalah permohonan kepada Allah berupa lisan atau sekedar dalam hati untuk mendapatkan suatu kebaikan. Do'a orang-orang yang berpuasa sangat mustajab, maka perbanyaklah berdo'a untuk kebaikan diri dan umat, khususnya yang sedang ditimpa kesulitan dan musibah. **Istighfar** (minta maaf kepada Allah Swt atas segala dosa dan kesalahan). Semakin akhir Ramadhan, Rasulullah saw semakin banyak ibadah dan istighfar padahal Beliau sudah diampuni dosanya dan dijamin masuk Surga. Kalimat istighfar yang dicontohkan agar sering diucapkan pada malam-malam Ramadhan, antara lain :

اللَّهُمَّ إِنَّكَ عَفُوفٌ كَرِيمٌ تُحِبُّ الْعَفْوَ فَاعْفُ عَنِّي يَا كَرِيمٌ

"Ya Allah, sungguh Engkau Maha Pengampun lagi Mulia, Engkau senang akan ampunan, maka ampunilah aku, wahai Dzat Yang Mulia"

Di antara sunnah memperbanyak dzikir, do'a, dan istighfar yaitu dilakukan sesuai shalat fardlu atau setelah menunaikan shalat Subuh sampai terbit matahari. Sebagaimana disebutkan dalam Hadits, *"Barang siapa shalat Fajar berjama'ah di masjid, kemudian tetap duduk berdzikir hingga terbit matahari, lalu shalat dua raka'at, maka seakan-akan ia mendapat pahala haji dan umrah dengan sempurna, sempurna, dan sempurna"* (HR At-Tirmidzi).

5. **Menunaikan umrah bagi yang mampu.** Umrah pada bulan Ramadhan juga sangat baik dilaksanakan, karena akan mendapatkan pahala yang berlipat-lipat. Nabi bersabda, *"Sesungguhnya umrah di bulan Ramadhan sama dengan haji atau haji bersamaku."* (HR. Al Bukhari).
6. **Memperbanyak shadaqah kepada faqir-miskin, infaq untuk kepentingan umat, dan berzakat.** Rasulullah adalah orang yang paling pemurah dan di bulan Ramadhan beliau lebih pemurah lagi. Dalam sebuah hadits, *"Sebaik-baiknya sedekah yaitu sedekah di bulan Ramadhan."* (HR Al-Baihaqi dan At-Turmuzi). Dan salah satu bentuk shadaqah yang dianjurkan adalah memberikan ifthar (santapan berbuka puas) kepada orang-orang yang berpuasa. Seperti sabda Beliau, *"Barang siapa yang member ifthar kepada orang-orang berpuasa, maka ia mendapat pahala senilai orang yang berpuasa tersebut"*. (HR. Ahmad, Turmuzi, dan Ibnu Majah). *"Sedekah dapat menyelamatkan manusia dari kematian yang buruk."* (Al-Wasa'il 6: 267). Bulan puasa adalah *syahrul jud'*, yaitu bulan dimana harus banyak memberi, bershadaqah dan berihisan kepada sesama dan khususnya kepada faqir-miskin. Adapun mengeluarkan harta yang hukumnya wajib adalah zakat yang besaran dan waktunya sudah ditentukan, baik zakat harta maupun zakat-zakat yang lainnya.

- 7. Berjihad di jalan Allah Swt dan thalabul'ilmu.** Jihad tidak hanya bermakna memerangi kaum musyrikin atau orang-orang kafir. Lebih luas lagi, menurut Ibnu Taimiyah (dalam Majmu' al Fatwa), "*Jihad artinya mengerahkan seluruh kemampuan yaitu kemampuan mendapatkan yang dicintai Allah Swt dan menolak yang dibenci Allah.*" Jihad fi sabilillah dapat berupa mengerjakan sesuatu dengan sungguh-sungguh dan lillahi Ta'ala, termasuk berusaha keras dan bersemangat dalam mencari ilmu (*thalabul'ilmu*). Terlebih Ramadhan adalah bulan diturunkannya Al-Qur'an dan ayat-ayat yang [ertama kali diturunkan kepada Nabi saw adalah "*Iqra*", perintah untuk "membaca". Ramadhan dimaknai sebagai *syahrul'ilmu* (bulan ilmu). Bulan Ramadhan juga merupakan saat yang paling baik untuk memnuntut ilmu keislaman dan mendalaminya. Karena di bulan Ramadhan hati dan fikiran sedang dalam kondisi bersih dan jernih sehingga sangat siap menerima ilmu-ilmu Allah Swt. Maka waktu-waktu seperti ba'da Subuh, ba'da dzuhur dan menjelang berbuka sangat baik sekali untuk mnuntut ilmu. Pada saat yang sama para ustadz dan da'i meningkatkan aktivitasnya untuk berdakwah menyampaikan ilmu kepada umat.
- 8. Berusaha mendapatkan lailatul Qadar.** Lailatul qadar (Malam Kemuliaan) merupakan salah satu keistimewaan yang Allah Swt berikan kepada umat Islam melalui Rasul-Nya Muhammad saw. Malam ini nilainya "*lebih baik dari seribu bulan*" biasa (selain Ramadhan) dalam arti ketika kita beramal di malam itu, maka kita seperti melakukan amalan tersebut selama seribu bulan. "*Pada malam itu turunlah malaikat-malaikat dan malaikat Jibril denngan izin Rabb-nya untuk mengatur segala urusan. Malam itu (penuh) kedamaian hingga terbit fajar*" (QS. Al Qadr: 1-5). Nabi bersabda, "*Carilah malam Lailatul Qadar di 10 hari terakhir bulan Ramadhan.*" (HR. Bukhari dan Muslim). "*Barang siapaberdiri (shalat) pada malam Lailatul Qadar dengan penuh keimanan dan mengharapkan pahala dari Allah maka diampuni dosa-dosanya yang telah lalu.*" (HR Bukhari dan Muslim)
- 9. I'tikaf di 10 hari terakhir.** I'tikaf adalah tepat inggap di masjid untuk bertaqarrub epada Allah Swt dan menjauhkan diri dari segala aktivitas keduniaan. I'tikaf merupakan ibadah yang sangat

dianjurkan terlebih lagi di bulan Ramadhan, baik hanya sekedar I'tikaf saja maupun diiringi dengan ibadah-ibadah lain, seperti shalat sunnah, membaca Al-Qur'an, *tasbeih*, *muhasabah*, dll. I'tikaf adalah puncak ibadah di bulan Ramadhan dan Rasulullah saw terus menerus melakukan I'tikaf saat memasuki hari ke-21 Ramadhan sampai datang 'idul fitri.

10. Membayar zakat fitrah (sebelum shalat 'Ied) di akhir bulan Ramadhan. *Rasulullah saw mewajibkan zakat fitrah sebagai pembersih bagi orang yang berpuasa dari perbuatan sia-sia dan perkataan yang buruk, dan sebagai makanan untuk orang-orang miskin.* (HR. Abu Dawud dan Ibnu Majah).

11. Menjaga keseimbangan dalam ibadah. Keseimbangan dalam beribadah adalah sesuatu yang prinsip, termasuk melaksanakan ibadah-ibadah *mahdhah* di bulan Ramadhan. Kewajiban di keluarga atau di rumah, harus ditunaikan, begitu juga kewajiban sosial lainnya. Rasulullah saw senantiasa menjaga keseimbangan ini, walaupun beliau *khusyu'* dalam beribadah di bulan Ramadhan, tetapi tidak mengabaikan harmoni dan hak-hak keluarga. Seperti hadits yang diriwayatkan oleh 'Aisyah dan Ummu Salamah RA, "*Rasulullah saw adalah tokoh paling baik untuk keluarga, di mana selama bulan Ramadhan tetap selalu memenuhi hak-hak keluarga beliau. Bahkan ketika Rasulullah saw berada dalam puncak praktik ibadah shaum, yakni I'tikaf, harmoni itu tetap terjaga.*"

Demikian beberapa amaliyah Ramadhan yang dicontohkan oleh Rasulullah saw. Ramadhan bulan dimana amalan ibadah dilipatgandakan pahalanya dan ibadah sunnah diberikan pahala setara ibadah wajib. Semoga Allah Swt memberikan karunia kekuatan kepada kita untuk dapat melaksanakan amalan-amalan ibadah di bulan penuh barakah ini, *amin ya Rabbal'alamin*.

KAIFIYAT SHAUM RAMADHAN

Shaum atau *shiyam* bermakna menahan (*al-imsak*), dan menahan itulah merupakan aktivitas inti dari puasa, yakni menahan diri dari makan, minum, dan segala macam yang membatalkan dari mulai terbit fajar sampai tenggelam matahari dengan diiringi niat. Jika aktivitas menahan ini dapat dilakukan dengan baik, maka seorang muslim memiliki kemampuan pengendalian, yaitu pengendalian diri dari segala hal yang diharamkan Allah.

3 hal yang menjadi syarat wajib shaum, di antaranya: muslim, baligh, dan beraqal. Anda seorang muslim baik laki-laki maupun wanita, Anda sudah baligh, dan Anda sudah mampu berfikir atau menggunakan akal, maka Anda sudah memenuhi syarat melaksanakan shaum.

Dalam berpuasa, orang beriman harus mengikuti tuntunan Rasulullah saw atau sesuai dengan adab-adab Islam sehingga puasanya benar. Berikut hal-hal yang berkaitan dengan tata-cara dan adab shaum :

Rukun Shaum

Rukun shaum adalah sebagai berikut :

1. Berniat untuk shaum
2. Menahan makan, minum, *jima'* dengan isteri di siang hari sejak terbit fajar sampai terbenam matahari

Adab dan Sunnah Shaum

1. Melaksanakan makan sahur. Nabi bersabda, "*bersahurlah kalian karena dalam sahur itu terdapat keberkahan.*" (HR. Bukhari dan Muslim). Sebaik-baiknya sahur adalah di akhir waktu.
2. Menghentikan kegiatan sahur sebelum adzan subuh dikumandangkan
3. Menjauhi hal-hal yang membatalkan shaum
4. Menjaga/menahan hati, lisan, dan perbuatan keji serta menjauhi pertengkaran
5. Memperbanyak amalan-amalan ibadah untuk menyempurnakan ibadah shaum
6. Menyegerakan berbuka apabila sudah masuk waktu maghrib

Hal-hal yang Membatalkan Shaum :

1. Masuknya benda ke rongga badan dengan sengaja, seperti makan, minum, atau menghisap rokok. Merokok merupakan perbuatan *tabdzir*, di Al Bayan melanggar tata-tertib dan "hukum"-nya haram.
2. Muntah dengan sengaja
3. Bersetubuh di siang hari
4. *Istimna'* (keluar *sperm*) dengan sengaja
5. *Ha'id* (datang bulan) dan *nifas* (melahirkan)
6. Hilang aqal kesadaran (gila, mabuk, atau pingsan)
7. Murtad (keluar dari keyakinan Islam)

Golongan yang boleh meninggalkan shaum (Ramadhan) :

1. Golongan **wajib qadha'**, artinya wajib mengganti shaumnya di hari lain sebanyak jumlah hari yang ditinggalkan, antara lain :
 - a. Orang yang sakit, yang ada harapan untuk sembuh
 - b. Orang yang bepergian jauh (musafir)
 - c. Orang yang hamil, yang khawatir akan keadaannya atau keadaan bayi yang dikandungnya
 - d. Orang yang sedang menyusui anak, dan nifas
 - e. Orang yang batal shaumnya karena suatu hal yang membatalkannya selain bersetubuh
2. Golongan orang yang **tidak wajib qadha', tetapi wajib fidyah**

Fidyah adalah member makan orang miskin setiap hari yang ia tidak berpuasa, berupa makanan pokok :

 - a. Orang yang sakit yang tidak ada harapan akan sembuh
 - b. Orang tua yang sangat lemah dan tidak kuat lagi berpuasa
3. Golongan orang yang **wajib qadha dan kifarat**

Orang yang membatalkan puasa wajibnya dengan bersetubuh, wajib melakukan kifarat dan qadha. Kifarat adalah memerdekakan hamba sahaya yang mukmin. Jika tidak ada hamba sahaya yang mukmin maka wajib berpuasa dua bulan berturut-turut. Jika tidak sanggup, wajib memberi makan 60 orang miskin, selain itu pun wajib mengganti shaum yang ditinggalkan.

Beberapa contoh hal yang boleh dilakukan sewaktu ibadah shaum, di antaranya:

1. Menyiram air ke atas kepala pada siang hari karena haus ataupun udara panas, demikian pula menyelam ke dalam air pada siang hari
2. Menta'khirkan mandi junub setelah adzan subuh
3. Berbekam pada siang hari
4. Beristinsyak (menghirup air ke dalam hidung) terutama bila akan berwudlu, asal menghirupnya tidak dikuatkan
5. Disuntik di siang hari
6. Mencicipi makanan asal tidak ditelan

Ibadah shaum merupakan salah satu pilar yang menopang bangunan Islam. Hukum shaum Ramadhan adalah wajib. Rasulullah saw (dalam hadits yang diriwayatkan oleh Ibnu Hibban) memperingatkan bahwa orang yang berbuka sebelum waktunya, "Ha ulailadzina yufthiruna qabla tahillati shaumihim" artinya mereka tidak melaksanakan shaum, mereka akan disiksa dalam neraka, na'udzu billah.

Semoga kita mampu menjalankan shaum Ramadhan dengan baik dan sempurna sesuai kaidah yang diajarkan Rasulullah saw sehingga mencapai tujuannya yakni menjadi insan yang bertakwa.

Rasulullah saw bersabda,

لَوْ تَعَلَّمَ أُمَّتِي مَا فِي رَمَضَانَ لَتَمَنَّوْا أَنْ تَكُونَ السَّنَةُ كُلَّهَا رَمَضَانَ

“Seandainya ummatku tahu nilai yang terkandung di dalam bulan Ramadhan, pasti mereka akan meminta (kepada Allah) agar sepanjang tahunnya dijadikan bulan Ramadhan.”

① ikhlaskan hati, kuatkan niat bahwa berada di masjid semata-mata hanya untuk beribadah kepada Allah SWT, ② berpakaian indah, ③ menjaga keharuman badan dan mulut, ④ semangat dan bersegera menuju ke masjid, ⑤ Berjalan menuju masjid dengan tenang, dan ⑥ senantiasa membaca do'a.



AL BAYAN
ISLAMIC BOARDING SCHOOL