

Madani: Jurnal Ilmiah Multidisiplin
Volume 3, Nomor 2, March 2025, P. 439-444
 E-ISSN: [2986-6340](https://doi.org/10.5281/zenodo.15035398)
 Licenced by CC BY-SA 4.0
 DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.15035398>

Hikmah Puasa Dalam Meningkatkan Kualitas Keimanan dan Ketaqwaan Umat Muslim

Nurmaini

Guru Agama Islam SD Negeri 01 Kerinci Kanan
 Email: nurmainiayang19@gmail.com

Abstrak

Puasa menciptakan perubahan gaya hidup bagi mereka yang menjalaninya, manfaat secara fisik telah banyak dihasilkan para peneliti. Menarik bagaimana puasa ramadhan mengubah dimensi keimanan, maka penelitian ini bertujuan mengeksplorasi puasa ramadhan sebagai reklamasi iman. Artikel ini merupakan hasil temuan dari jenis penelitian kepustakaan kualitatif, mengambil teori tentang reklamasi direlasikan dengan iman, kemudian dianalisis induktif guna menghasilkan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan: Puasa Ramadhan merupakan reklamasi iman dimana perintah tersebut ditujukan bagi orang-orang yang beriman supaya menjadi pribadi yang bertaqwa baik dalam dimensi individu maupun sosial, mewujudkan pada perubahan serta peningkatan iman menuju arah yang lebih baik dan bermakna dalam hidupnya. Implikasi penelitian pentingnya iman diwujudkan dalam perilaku nyata dalam realitas hidup, indikator peningkatan iman dalam puasa ramadhan lebih rinci dibutuhkan penelitian selanjutnya.

Kata Kunci: *Iman Taqwa Puasa*

Abstract

Ramadan fasting creates lifestyle changes for those who do it, many physical benefits have been produced by researchers. It is interesting how Ramadan fasting changes the dimensions of faith, so this study aims to explore Ramadan fasting as a reclamation of faith. This article is the result of findings from a qualitative literature research type, taking the theory of reclamation related to faith, then analyzed inductively to produce conclusions. The results of the study show: Ramadan fasting is a reclamation of faith where the command is intended for people who believe to become pious individuals both in individual and social dimensions, manifested in changes and increased faith towards a better and more meaningful direction in their lives. The implications of the research on the importance of faith are manifested in real behavior in the reality of life, more detailed indicators of increased faith in Ramadan fasting require further research.

Keywords: *Faith Taqwa Fasting*

Article Info

Received date: 09 March 2025

Revised date: 12 March 2025

Accepted date: 16 March 2025

PENDAHULUAN

Keinginan Islam dalam membentuk akhlak Islami dalam diri pemeluknya dapat dibuktikan dengan disyariatkannya berbagai ibadah, di antaranya adalah ibadah puasa. Namun fenomena yang tidak sedikit terjadi di tengah-tengah kaum muslimin adalah masih banyaknya di antara mereka yang tidak menyadari pentingnya dan besarnya keutamaan ibadah puasa. Orang yang berpuasa juga cenderung akan bisa menahan dan mengontrol hawa nafsu yang didalamnya terkandung emosi yang ada pada diri dari segala hal baik itu perkataan maupun perbuatan yang dapat melukai orang lain secara langsung maupun tidak langsung.¹ Salah satu perasaan yang sering timbul dan sulit untuk manusia kendalikan yaitu perasaan marah. Marah pada dasarnya merupakan satu hal yang normal dan pernah dialami oleh kebanyakan orang.

¹ Agus Ali. Kecerdasan Spiritual Santri Melalui Puasa: Studi Kasus pada Santri Pondok Pesantren Ummul Quro Al-Islami Leuwiliang Bogor Puasa Ramadhan. *Reslaj: Religion Education Social Laa Roiba Journal* Volume 4 Nomor 1 (2022), h 5

Di satu sisi manusia memang perlu melepaskan marah yang ada di dalam dirinya agar memperoleh kelegaan, atau agar manusia bisa melepaskan beban emosi yang menggajal di hatinya. Setiap orang pernah marah dengan berbagai macam alasan. Meskipun marah adalah sesuatu hal yang wajar dan dapat menyehatkan, namun jika amarah tidak dikendalikan maka marah akan berpotensi besar untuk menimbulkan masalah baru. Maka yang dimaksud pengendalian emosi di dalam penelitian ini yaitu bagaimana seseorang dapat mengendalikan, mengontrol emosi atau luapan amarahnya yang muncul dalam waktu yang singkat, dalam segala situasi yang dialaminya.

Metode

Jurnal ini merupakan hasil temuan dari jenis penelitian kepustakaan kualitatif, dimana kepustakaan merupakan teknik menghimpun data dan informasi dengan berbagai bahan pustaka. Literatur yang akan dipelajari tidak terbatas pada buku, tetapi juga meliputi literatur, majalah, jurnal, blog, dan lain-lain, yang berhubungan dengan tema dalam penelitian kepustakaan. Tulisan ini mengambil teori tentang reklamasi direlasikan dengan iman, dimana dikuatkan dengan interpretasi dari para pakar. Pengumpulan data sifatnya literer, maka data yang akan digunakan berupa dokumen. Penulis menggunakan metode analisa induktif yakni metode untuk menyelesaikan masalah yang bermanfaat khusus lalu peristiwa itu ditarik generalisasi secara umum.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Puasa

Telaah leksikal puasa terambil dari akar kata bahasa Arab "*al-imsak*" yang artinya menahan. Dalam kacamata terminologis puasa yakni menahan dari makan, minum serta hubungan seksual suami-isteri, serta lainnya, selama satu hari. Menurut syara', disertai sikap menahan diri atas unsur perkataan sia-sia, unsur perkataan tidak pantas atau jorok, dan sejenisnya, baik bersifat haram ataupun makruh, pada waktu-waktu yang sudah ditetapkan. Terminologi syara', mendefinisikan puasa sebagai tindakan menahan diri terhadap segala macam bentuk yang membatalkannya, dilakukan dengan ketentuan niatan tertentu, sedari munculnya fajar sampai dengan matahari tenggelam. Puasa ramadhan merupakan kewajiban yang mengikat bagi umat muslim yang mukallaf, dalam bentuk menahan diri dari segenap tindakan yang membatalkan puasa, sedari terbitnya fajar hingga terbenamnya matahari. Syariat tersebut hendaknya dapat dilakukan dengan memenuhi segala unsur syarat, rukun serta larangan yang sudah ditentukan dalam fikih.²

Tinjauan secara fisik menunjukkan bahwa puasa ramadhan merupakan bentuk dari ikhtiar menyehatkan aspek jasmani sebagaimana disabdakan Nabi, "*Berpuasalah kamu sekalian, niscaya kalian akan sehat bugar*". Berbagai penelitian menunjukkan bahwa puasa terbukti memberi kesempatan beristirahat bagi organ pencernaan, termasuk sistem enzim maupun hormon. Pada saat tidak dalam keadaan berpuasa, sistem pencernaan pada tubuh manusia akan secara aktif mencerna makanan, sehingga organ tersebut tidak sempat untuk beristirahat akibatnya, bisa muncul berbagai macam gangguan penyakit kulit, penuaan, dan penyakit jantung.

Iman Dan Taqwa Dalam Puasa

Iman disini merupakan sebuah kesatuan tindakan baik dalam ucapan, tindakan, laku hati (niat), sebagaimana telah disepakati para sahabat Nabi maupun kaum tabi'in serta para ulama. Kesatuan tersebut tidak boleh didistorsi sebab merupakan bagian utuh yang tidak bisa terpisahkan. Maka dari itu, tidak bisa dibenarkan seseorang yang beriman, akan tetapi tidak berkenan melaksanakan puasa ramadhan, karena puasa ramadhan merupakan konsekuensi logis dari dimensi iman.³

Reklamasi iman dalam puasa ramadhan dapat dilihat dari tujuan syariat puasa ramadhan yakni "*La'allakum Tattaquun*" (supaya kalian bertaqwa). Kata "*La'alla*" menurut As-Suyuti mempunyai beberapa artian, di antaranya "*ta'lil*" (alasan), dan "*tarajji 'indal mukhathab*" (harapan dari sisi orang yang diajak bicara). Makna ta'lil, dapat dipahami bahwa argumentasi diwajibkannya puasa yakni supaya mereka yang berpuasa dapat memperoleh derajat taqwa. Adapun makna tarajji, bisa dimaknai bahwa mereka yang berpuasa mempunyai harapan dengan wasilah puasanya mereka bisa termasuk kedalam golongan orang yang bertaqwa. Menurut Imam At-Thabari "supaya kalian

² Hanifah Novianti. Fungsi Puasa Dalam Membina Kecerdasan Emosional Menurut Hadis-Hadis Rasulullah SAW. *Jurnal Ilmu Kewahyuan*. Vol. 6, No. 1, Jan-Jun 2023, H 9

³ Salis Irvan Fuadi. Reklamasi Iman dalam Puasa Ramadhan. *Al YAZIDIY: Ilmu Sosial, Humaniora, dan Pendidikan* Volume. 5 No. 1. Mei 2023, h 60

bertaqwa" dalam artian menjauhkan diri dari makan, minum, serta bersetubuh dengan perempuan saat menjalani puasa.⁴

Orientasi bertaqwa disebabkan ibadah puasa merupakan sarana menuju derajat taqwa. Puasa ramadhan bisa mengendalikan nafsu serta mengalahkan syahwat. Selain itu, supaya orang yang berpuasa waspada terhadap jebaan syahwat yang acapkali muncul melalui unsur makanan, minuman ataupun bersetubuh. Tafsir Jalalain menjelaskan, puasa ramadhan supaya kalian semua dapat bertaqwa dari segala maksiat, karena dengan menjalani puasa seseorang bisa menaklukkan syahwatnya yang merupakan sumber dari berbagai tindakan maksiat.

Kearifan Ramadhan Sebagai Bulan Untuk Berpuasa

Dalam tradisi bangsa Arab, terdapat kebiasaan ketika menamai sebuah bulan. Mereka senantiasa mengaitkannya dengan fenomena atau momentum tertentu. Seperti, penamaan bulan Syawwal, diambil dari akar kata *Syuula* (*syaul*) yang memiliki arti mengangkat. Karena dibulan ini, pada umumnya unta-unta Arab yang memasuki masa-masa kawin. Dimana setiap akli menjelang perkawinan, unta memiliki kebiasaan mengangkat ekornya. Fenomena inilah yang mendorong orang Arab menyebut bulan ini dengan nama *Syawwal* (yang banyak mengangkatnya).

Ar Razi, mengemukakan alasan dengan menggunakan argumentasi sufistik. Yakni, untuk memutus egoism manusia (*al 'alaih al basyariyah*). Agar setiap manusia dapat mencapai kesadaran akan eksistensi Dzat dan mendapat pancaran nur dan *mukasyafah* (tersingkapnya tabir ketuhanan), dibutuhkan ritual yang ampuh dan dapat menyingkap hijab-hijab yang menjadi penghalang. ritual yang ampuh itu adalah puasa. Puasa adalah sebab yang paling kuat (*aqwa al asbab*) untuk menghilangkan egoism manusia. Ini dibuktikan dengan kenyataan bahwa *arbab al mukasyafat* (orang-orang yang memiliki keistimewaan batin) mampu menembus hijabhijab hanya dengan media puasa.⁵

Di atas, sudah kita salah satu hikmah puasa adalah meraih predikat orang yang bertaqwa dan bersyukur. Semua itu dapat tercapai bila pelaksanaan puasa ditempatkan pada waktu yang tepat, yakni pada siang hari. Karena pada saat itu, umumnya manusia sedang menjalankan aktivitas. Yang tentunya bila tidak dilandasi iman yang kuat, niscaya puasa akan berat dilakukan. Beratnya menjalankan ibadah, yang dalam bahasa syariah lazim disebut *Ibtilla'* (ujian), adalah esensi dari pengabdian seorang hambaitu sendiri.

Sedang kegiatan berlangsung bersamaan dengan penghentian makanan ini sebenarnya justru membantu proses pelarutan. Di situ, terdapat penghancuran simpanan energi yang terdapat pada lemak dan glikogen pada siang hari berpuasa. Sedang rasa malas dan lesu serta banyak tidur pada saat berpuasa pada saat berpuasa menyebabkan efek yang berlawanan pada tubuh, di antaranya, ketidakstabilan jam aktivitas tubuh, bertambahnya unsur-unsur berbahaya, dan minimnya proses pencernaan. Dengan demikian, jelaslah puasa yang dijalankan mulai dari terbitnya fajar hingga terbenamnya matahari adalah waktu yang sangat istimewa bagi tubuh.⁶

Hikmah dalam Ibadah Puasa

1. Perspektif religious

Dalam menjalankan puasa, seseorang tidak dapat dinilai secara lahirnya saja. Orang yang tampak lesu di siang hari bulan Ramadhan belum tentu kalau dia benar-benar berpuasa. Orang yang tampak segar bugar juga tidak bisa kita tuduh sebagai orang yang tidak berpuasa. Ketika dalam keadaan sendiri, seseorang memiliki kesempatan melakukan pelanggaran dengan cara makan atau minum dengan sepengetahuan orang lain. Maka, puasa dalam hal ini sudah menjadi satu hal yang dipercayakan kepada seorang hamba. Jadi, dengan puasa, berarti seseorang telah membiasakan diri bersikap amanah dalam hidupnya. Dan hendaknya hal ini didasari oleh setiap pelaku puasa.

Ketika menjalankan puasa, kita dituntut untuk menahan sesuatu yang menjadi kebutuhan sensual nafsu. Selama sehari penuh, kita dilatih untuk mengendalikan keinginan makan dan minum agar kita terlatih untuk menjauhi dan menghindari godaan nafsu untuk memiliki dan mengonsumsi makanan dan minuman yang diperoleh dengan praktikpraktik yang tidak halal. Seperti hasil korupsi, mencuri, merampas, dan sebagainya. Hubungan seksual untuk sementara waktu juga dikendalikan agar manusia terlatih mengendalikan nafsu libido sehingga terhindar

⁴ Ibid

⁵ Mufazin. Kearifan Syariat dan Hikmah dalam Puasa. *Al-Insyiroh* Volume 2, Nomor 2, 2018, h 46

⁶ Tri Utomo. QS. AL-Baqarah Ayat 183: Puasa Ramadhan Dan Relasi Sosial Antar Umat Manusia. *JAHE: Jurnal Ayat dan Hadits Ekonomi*. Volume 2, Nomor 6, April-Juli 2024, h 16

dari zina, onani, dan perselingkuhan. Dengan berhasil menahan diri dari makanan dan kebutuhan seksual semata-mata karena taat kepada Allah SWT diharapkan kita akan lebih mampu untuk menahan diri dari perbuatan yang diharamkan dengan didasari ketaatan kepada-Nya.⁷

Puasa juga bertujuan untuk menumbuhkan perasaan senantiasa diawasi oleh Allah SWT. Ketika kita sendirian di tempat sepi merasakan lapar dan dahaga, kita memiliki kesempatan makan dan minum dengan tanpa sepengetahuan orang lain. Namun, kita bersikeras untuk tidak melakukannya. Keyakinan masih ada Dzat yang memantau semua perilaku kita, mampu menumbuhkan komitmen moral untuk menyempurnakan ibadah kita selama sebulan penuh. Andaikan semua orang mempertahankan semua sikap seperti ini secara berkesinambungan hingga di selain bulan Ramadhan, akan tercipta sebuah tatanan sosial yang selama ini dicita-citakan.

2. Perspektif Medis

Ada sebagian orang beranggapan bahwa puasa mendatangkan banyak sekali efek negatif bagi tubuh. Rutinitas makan sehari tiga kali dipercaya sebagai anjuran medis agar tubuh senantiasa sehat. Sehingga, perubahan pola makan dan perut dalam keadaan kosong selama sehari penuh bisa menimbulkan berbagai macam penyakit dan merusak sistem pencernaan. Anggapan tersebut ternyata sama sekali tidak argumentasi ilmiah. Puasa ditinjau dari aspek kesehatan ternyata justru memiliki beberapa manfaat yang mengagumkan. Diantaranya adalah mengistirahatkan organ pencernaan.

Pada umumnya, seseorang memiliki kebiasaan makan tiga kali dalam sehari. Dengan kebiasaan ini, secara tidak sadar, dia telah memaksa organ pencernaannya untuk bekerja terus menerus tanpa memberi kesempatan istirahat. Setiap makanan yang masuk akan ditampung dan dicerna sekarang kurang lebih empat jam di dalam lambung. Selama itu pula, makanan dicerna dan dipersiapkan pada kondisi keasaman tertentu dan mengamankannya dari infeksi-infeksi serta diteruskan sedikit demi sedikit menuju keusus halus sampai ke lambung dalam keadaan kosong. Di usus halus, makanan disempurnakan pencernaannya selama kurang lebih empat jam. Jadi setelah menikmati makanan, alat-alat pencernaan terus bekerja dan bisa beristirahat setelah kurang lebih delapan jam.⁸

Dengan melaksanakan makan pagi pada jam 07.00, organ pencernaan baru berhenti bekerja delapan jam berikutnya, yakni pada pukul 15.00. seandainya makan siang dilakukan pada pukul 14.00, sistem pencernaan sudah disuruh lagi memproses makanan yang baru masuk sampai pukul 22.00, padahal pekerjaan yang pertama belum selesai. Belum selesai aktivitas kerja sistem pencernaan memproses makan siang, dia akan dipaksa bekerja lagi jika makan malam dilakukan pukul 20.00, dan baru berakhir pada jam 04.00 pagi. Kita bisa membayangkan betapa sistem pencernaan bekerja keras sepanjang tahun, hampir tanpa istirahat. Dengan berpuasa selama sebulan pada bulan Ramadhan, minimal ada enam jam waktu istirahat bagi organ pencernaan dalam sehari.

Memang benar kuantitas asupan makanan yang masuk selama berpuasa mengalami penurunan. Namun, hal ini tidak berdampak menurunnya gizi yang diserap oleh tubuh. Justru sebaliknya, gizi yang diserap oleh tubuh kualitasnya lebih baik disebabkan organ pencernaan tidak dibebani dengan tugas yang berat sehingga memungkinkan untuk memproses dan menyerap gizi dengan optimal.⁹

Selain menghilangkan racun dalam tubuh, hikmah puasa juga meningkatkan kekebalan tubuh. Hal ini dapat dibuktikan dengan hasil penelitian di Osaka Jepang tahun 1930, yang mana setelah memasuki hari ke-7 berpuasa, jumlah sel darah putih dalam darah orang yang berpuasa meningkat. Pada minggu pertama (hari ke-1 sampai hari ke-6) berpuasa, tidak ditemukan pertumbuhan sel darah putih. Namun, pada hari ke-7 sampai hari ke-10, penambahan jumlah sel darah putihnya pesat sekali. Penambahan jumlah sel darah putih ini secara otomatis meningkatkan kekebalan tubuh sel-sel darah putih ini berfungsi melawan peradangan yang ada dalam tubuh sehingga banyak penyakit radang yang bisa ditumbuhkan dengan berpuasa.

⁷ Evi Saputri. Management Of The Implementation Of Lailatul Qadar Activities In Gathering Islamic Ukhuwah In The Taqwa Mosque Of Parepare City. *Jurnal Kajian Manajemen Dakwah* Volume 3, Nomor 1, 2021, h 8

⁸ Idris Siregar. Pentingnya Puasa Dalam Perspektif Hadis Dan Sains. *Gudang Jurnal Multidisiplin Ilmu* Volume 2. Nomor 7 ; Juli 2024, h 45

⁹ Ibid

Misalnya, radang tenggorokan, radang hidung, radang amandel, radang lambung, radang usus, dan radang persendian.

3. Perfektif Psikologis

Daniel Goleman -seorang ahli dan peneliti tentang kecerdasan emosimengisahkan sebuah kisah menarik. Dalam sebuah penelitian, dikumpulkanlah anak-anak berusia empat tahun di taman kanak-kanak Stanford. Mereka diminta satu persatu masuk kedalam ruangan, dengan sepotong marshmallow yang diletakkan diatas meja dihadapan mereka, “kalian boleh memakan marshmallow jika mau. Terapi, kalau kalian memakannya setelah saya kembali lagi kesini, kalian berhak mendapat sepotong lagi.”¹⁰

Sekitar empat belas tahun kemudian, waktu anak-anak itu lulus sekolah lanjutan atas, anak-anak yang dulu langsung memakan marshmallow dibandingkan dengan anak-anak yang mampu menahan diri (sehingga mendapat dua potong marshmallow) itu memiliki ketahanan mental yang jauh berbeda antara satu dengan yang lain. Mereka yang tahan hingga menunggu hingga mendapatkan potongan marshmallow tambahan cenderung lebih tahan menghadapi stress, tidak mudah tersinggung, dan tidak mudah berkelahi. Tidak demikian dengan anak-anak yang langsung melahapnya. Mereka memiliki kecenderungan kurang tahan uji dalam mengejar cita-cita mereka. Meski demikian, yang lebih mengejutkan para peneliti adalah munculnya efek yang betul-betul tak terduga. Anak-anak yang mampu menahan diri dalam ujian marshmallow, dibandingkan dengan yang tidak tahan, memperoleh nilai rata-rata 210 lebih tinggi (dari nilai tertinggi 1.600) dalam ujian masuk perguruan tinggi.

Ketika anak-anak dari taman kanak-kanak Stanford itu tumbuh menjadi dewasa dan bekerja, perbedaan-perbedaan diantara mereka semakin mencolok. Dipenghujung usia duapuluhan, mereka yang lulus uji marshmallow ketika kanak-kanak tergolong anak yang cerdas, berminat tinggi, dan lebih mampu berkonsentrasi. Mereka lebih mampu mengembangkan hubungan yang tulus dan akrab dengan orang lain, lebih handal, lebih bertanggung jawab, dan kendali dirinya lebih baik saat menghadapi frustrasi.¹¹

Sebaliknya, mereka yang melahap marshmallow sewaktu berusia empat tahun, kemampuan kognitif mereka kurang dan kecakapan emosinya jauh lebih rendah dibandingkan kelompok yang tahan uji. Mereka lebih sering kesepian, kurang dapat diandalkan, lebih mudah kehilangan konsentrasi, dan tidak sabar menunda kepuasan dalam mengejar sasaran. Bila menghadapi stress, mereka hampir tidak mempunyai toleransi dan pengendalian diri. Mereka tidak luwes dalam menghadapi tekanan, bahkan sering mudah meledak dan hal tersebut menjadi kebiasaan mereka.

Fenomena ini menunjukkan betapa pentingnya melatih pengendalian diri. Sebagai bagian dari bentuk kecerdasan emosional secara umum yang diyakini sementara orang sebagai penentu kesuksesan dan kebahagiaan. Sebagaimana kita tahu, puasa adalah arena melatih pengendalian diri yang sempurna. Dalam hal makan, yang menjadi kebutuhan penting bagi setiap orang, diberikan aturan yang cukup ketat, mulai pagi hingga sore hari. Dengan aturan yang begitu jelas, bisa dikatakan masyarakat muslim telah hidup dalam dunia yang penuh dengan aturan. Lebih-lebih ketika bulan Ramadhan. Dengan demikian, umat Islam telah melakukan pengendalian diri secara bersama-sama dibawah sebuah aturan yang mengatur.

4. Perspektif Sosial

Dengan merasakan betapa menderitanya menahan lapar dan dahaga selama berpuasa, akan menumbuhkan rasa kasih sayang, solidaritas, dan kepedulian sosial terhadap nasib mereka yang hidup dibawah garis kemiskinan. Kelaparan dan kehausan hanya dirasakan selama satu bulan, padahal orang-orang yang hidup serba kekurangan merasakannya sepanjang tahun. Perasaan ini akan mendorong seseorang untuk bersedekah dan menghilangkan sikap individualisnya sehingga tercipta hubungan harmonis antara orang kaya dan miskin.¹²

Dengan merasakan tidak makan dan minum selama berpuasa, mereka yang dianugerahi kelebihan berupa jabatan, kekuatan, dan harta, akan menyadari bahwa sebenarnya tidak ada perbedaan antara dirinya dengan orang-orang lemah, fakir, dan miskin. Sebab, kapanpun Allah

¹⁰ Asmawati. Puasa Sebagai Kewajiban Ditinjau dari Tata Cara dan Manfaat. *KHIDMAT: Jurnal Pendidikan dan Ilmu Sosial*. 2022, h 280

¹¹ Maimun Syukri. Puasa ramadhan dan pengaruhnya terhadap progresifitas penyakit ginjal kronik. *Jurnal Kedokteran Syiah Kuala*. Volume 21, Nomor 3, Desember 2021, h 46

¹² Yuliana. Eksistensi Bulan Ramadhan Penuh Makna Dalam Aspek Sosial & Budaya Kalangan Masyarakat di Desa Selagalas, Kec. Sandubaya, Kota Mataram. *Pendidikan Geografi, Universitas Muhammadiyah Mataram*. 2023, h 37

swt. Menghendaki anugerah berupa jabatan dan kekayaan dapat dicabut dari tangannya setiap saat. Mereka akan menjadi makhluk yang lemah, kecil, dan meminta-minta belas kasihan dari orang lain.

SIMPULAN

Syariat lebih khususnya ibadah, adalah sesuatu yang harus kita laksanakan dengan penuh ketundukkan dan kehambaan semata-mata karena Allah SWT, ada atau tidaknya manfaat-hikmah, tidak berpengaruh terhadap hukum suatu ibadah, bagaimanapun juga ibadah harus tetap dijalankan. Namun mempertanyakan dan berusaha mengetahui hikmah yang terkandung dalam syariat Allah SWT, bukanlah sesuatu yang bertentangan dengan keimanan dan keikhlasan. Dalam Alquran dan Hadis sendiri ketika menjelaskan suatu syariat tak jarang juga menampilkan faedah dan hikmah-hikmahnya. Bahkan mengetahui syariat menjadi sangat penting jika karenanya penghayatan dan kekhusu’an pelaksanaan ibadah dapat dijalankan. Sekaligus semakin memantapkan dan menambah Iman kita kepada Allah yang Maha Arif dan Mahabijak.

REFERENSI

- Agus Ali. Kecerdasan Spiritual Santri Melalui Puasa: Studi Kasus pada Santri Pondok Pesantren Ummul Quro Al-Islami Leuwiliang Bogor Puasa Ramadhan. *Reslaj: Religion Education Social Laa Roiba Journal* Volume 4 Nomor 1 (2022)
- Asmawati. Puasa Sebagai Kewajiban Ditinjau dari Tata Cara dan Manfaat. *KHIDMAT: Jurnal Pendidikan dan Ilmu Sosial*. 2022
- Evi Saputri. Management Of The Implementation Of Lailatul Qadar Activities In Gathering Islamic Ukhuwah In The Taqwa Mosque Of Parepare City. *Jurnal Kajian Manajemen Dakwah* Volume 3, Nomor 1, 2021
- Hanivah Novianti. Fungsi Puasa Dalam Membina Kecerdasan Emosional Menurut Hadis-Hadis Rasulullah SAW. *Jurnal Ilmu Kewahyuan*. Vol. 6, No. 1, Jan-Jun 2023
- Idris Siregar. Pentingnya Puasa Dalam Perspektif Hadis Dan Sains. *Gudang Jurnal Multidisiplin Ilmu* Volume 2. Nomor 7 ; Juli 2024
- Mufaizin. Kearifan Syariat dan Hikmah dalam Puasa. *Al-Insyiroh* Volume 2, Nomor 2, 2018
- Maimun Syukri. Puasa ramadhan dan pengaruhnya terhadap progresifitas penyakit ginjal kronik. *Jurnal Kedokteran Syiah Kuala*. Volume 21, Number 3, Desember 2021
- Salis Irvan Fuadi. Reklamasi Iman dalam Puasa Ramadhan. *Al YAZIDIY: Ilmu Sosial, Humaniora, dan Pendidikan* Volume. 5 No. 1. Mei 2023
- Tri Utomo. QS. AL-Baqarah Ayat 183: Puasa Ramadhan Dan Relasi Sosial Antar Umat Manusia. *JAHE: Jurnal Ayat dan Hadits Ekonomi*. Volume 2, Nomor 6, April-Juli 2024
- Yuliana. Eksistensi Bulan Ramadhan Penuh Makna Dalam Aspek Sosial & Budaya Kalangan Masyarakat di Desa Selagalas , Kec. Sandubaya, Kota Mataram. Pendidikan Geografi, *Universitas Muhammadiyah Mataram*. 2023