

Sikap Mukmin Menghadapi Wabah Covid-19

Kamis, 09-04-2020

MUHAMMADIYAH.ID, YOGYAKARTA - Pengajian Tarjih edisi ke-85 membawakan tema tentang Sikap Mukmin Menghadapi Wabah Covid-19 yang disampaikan Ketua Pimpinan Pusat Muhammadiyah Agus Taufiqurrahman. Penyampaian materi melalui live streaming via Tarjih Channel di youtube pada Rabu (9/4) malam.

Agus mengatakan bahwa saat ini umat manusia berada dalam suasana pandemi global. Hal ini dirasakan oleh hampir seluruh dunia termasuk Indonesia. Sejauh ini kasus pasien positif Covid-19 di Indonesia sudah hampir menyentuh 3000an orang. Agus menegaskan bahwa dalam keadaan wabah seperti ini, upaya yang harus dilakukan adalah tetap merawat sikap yang benar. Ketika datang ancaman kesehatan, orang perlu perhatian serius dengan sikap yang tepat.

“Dalam pesan Rasul menegaskan bahwa kesehatan harus dijaga dengan baik. Hadis Nabi tentang lima hal sebelum datang lima hal yang lain, salah satunya ialah menjaga kesehatan sebelum datang sakit. Karena menjaga kesehatan sebagai perintah yang disampaikan Rasul, maka kita harus senantiasa merawatnya dengan baik. Itu bagian dari ibadah,” terang Agus.

Kesehatan mungkin bukan segala-galanya, tapi menurut Agus tanpa anugrah sehat dari Allah, segalanya tak dapat dinikmati dengan baik. Agus mengutip Sabda Nabi yang menyatakan bahwa ada dua kenikmatan yang banyak manusia tertipu, yaitu nikmat sehat dan waktu senggang.

“Bagaimana sikap kita? Ada sebagian sikap kaum muslim yang mengatakan bahwa bukankah kematian itu di tangan Allah? Kalau Allah menjadikan sehat ya sehat, kalau sudah sakit ya sakit. Padahal kita perlu ikhtiar dalam menyikapi pandemi global ini,” tutur Agus.

Agus menerangkan bahwa justru karena takut kepada Allah, maka menghadapi virus ini harus dengan sesuai tuntunan-Nya. Pada saat wabah terjadi di zaman Rasul, beliau memberi tuntunan dalam sebuah hadis yang isinya ketika di suatu tempat ada wabah, maka tidak boleh orang yang berada di lingkungan wabah itu keluar dari tempat itu. Dan orang yang di luar tidak boleh masuk ke dalam tempat wabah beredar. Tuntunan dari Rasul tersebut menurut Agus sebagai bagian dari ikhtiar.

“Di antara ikhtiar-ikhtiar sebagai akhlak kita, agar kita yang sehat supaya tidak jadi bagian yang tertular covid-19. Ini penting. Karena kalau kita salah dalam mengambil sikap, virus dapat menimpa dan memperburuk kesehatan kita,” ucapnya.

Satu-satunya kepastian di masa depan adalah kematian. Waktu kematian seseorang memang sudah ditentukan Allah. Namun, kematian merupakan peristiwa yang misterius sehingga manusia harus berupaya untuk tetap merawat kehidupan dengan baik. Agus menyitir QS. Al-A'raf ayat 34 yang artinya, *‘Tiap-tiap umat mempunyai batas waktu; maka apabila telah datang waktunya mereka tidak dapat mengundurkannya barang sesaatpun dan tidak dapat (pula) memajukannya.’*

“Sebagai seorang mukmin tentunya panutan kita adalah Nabi Muhammad sebagai uswatun hasanah. Ketika ada ikhtiar physical distancing, mencuci tangan dengan sabun, memakai masker dan lain-lain, semua adalah akhlak seorang mukmin ketika menghadapi Covid-19,” tutur Agus.

Agus menerangkan bahwa Covid-19 secara keilmuan lawannya adalah sistem imun manusia. Pertahanan satu-satunya yang bisa diandalkan untuk saat ini menurut Agus adalah imunitas masing-masing. Maka ketika vaksin anti virus belum ditemukan, kata Agus, kita berusaha menjaga

bagaimana agar tubuh tetap dalam kondisi optimal.

“Cara agar imun tetap optimal: pertama, makan makanan yang halal dan thayyib, yang mengandung nutrisi yang baik, yang dibutuhkan oleh tubuh. Jadi bukan hanya halal tetapi juga harus thayyib untuk tubuh kita. Kedua, istirahat yang cukup. Rasul pernah mengingatkan sahabat yang malamnya terus dipakai ibadah, dengan mengatakan bahwa semua tubuh itu memiliki hak untuk istirahat agar seluruh tubuh tidak mudah rapuh. Ketiga, kita jaga emosi, tetap optimis. Tidak perlu galau dan cemas, apalagi panik dan marah-marah sampai memiliki pikiran negatif. Dalam kondisi emosi negatif, sistem imun dalam tubuh kita akan turun. Karenanya, kita harus tetap semangat, yakin,” jelas Agus.

Agus mengingatkan agar dalam menyikapi wabah global ini disikapi dengan optimis bahwa semuanya akan berakhir. Dalam hadis Nabi yang diriwayatkan Muslim menyebutkan bahwa setiap penyakit yang Allah turunkan akan disertai dengan obatnya.

“Yang lebih penting lagi, selain menjaga kesehatan fisik dan mental, kita harus bangun peran spiritual dengan baik. Salat jalan terus di rumah. Jadi kita menjalani salat di rumah, sesungguhnya sedang menjalankan sunnah Nabi yang lain. Maka spiritual harus tetap dijaga, baca al Quran dan salat malam harus tetap berjalan,” jelasnya.

Ikhtiar lain yang tidak kalah penting menurut Agus adalah berdoa kepada Allah agar tidak menjadi bagian yang terkena wabah sekaligus mendoakan mereka yang telah jadi pasien positif Covid-19. Doa adalah kekuatan orang beriman. Doa bisa menyelamatkan seseorang dari bencana.

“Selain doa, ketika dalam kondisi seperti ini, teringat dengan sabda Rasul yang menegaskan bahwa sebaik-baiknya manusia adalah yang paling banyak manfaat kepada sesamanya. Maka kalau kita berada dalam kondisi yang sehat, kita harus tampil menjadi bagian orang yang membawa solusi terhadap permasalahan ini,” tutur Agus

Sikap lain seorang mukmin menyikapi Covid-19 menurut Agus adalah berhati-hati dalam menerima informasi di dunia maya. Agus menyampaikan dirinya pernah menemui kabar tentang vaksin telah ditemukan yang kemudian dibagikan di media sosial.

“Padahal secara keilmuan, untuk mendapatkan vaksin butuh waktu berbulan-bulan, untuk membuktikan vaksin ini memiliki efektivitas butuh penelitian yang panjang. Tapi kadang kita cepat sekali dapat info yang keliru. Maka berhati-hatilah dalam bermedsos,” pesan Agus. **(ilham)**