

Meningkatkan Spiritualitas dalam Menghadapi Wabah Covid-19

Jum'at, 17-04-2020

MUHAMMADIYAH.ID, MALAYSIA - Pemberlakuan Perintah Kawalan Pergerakan (PKP) oleh Pemerintah Malaysia yang sudah berjalan lima minggu tidak menyurutkan gerak Pimpinan Cabang Istimewa Muhammadiyah (PCIM) Malaysia untuk menyelenggarakan pengajian.

Selasa malam (14/4) Majelis Tabligh dan Dakwah PCIM Malaysia menginisiasi pengajian online dengan menghadirkan narasumber dari Indonesia, Ustadz Muhammad Ziyad.

Dalam tausiyahnya, Ustadz Ziyad mengingatkan bahwa dalam kehidupan, kita pasti akan diberi ujian oleh Allah SWT.

"Dalam konteks saat ini, kita menghadapi ujian al-khauf (takut) oleh virus Covid-19 dan al-ju' (rasa lapar) karena tidak dapat keluar rumah untuk bekerja mencari rizki," jelasnya.

Menurutnya, Allah sedang memberi kesempatan untuk 'cuci gudang', berupa *tazkiyatun nafs*, yaitu memperbaiki diri dan bermuhasabah.

"Kita ini mahluk sosial, namun harus melakukan *"social distancing"*. Ini tentu ujian yang luar biasa. Saya paham bahwa Kawalan Pergerakan ini sangat menyulitkan hidup warga di Malaysia," imbuhnya.

Maka, Ketua Lembaga Dakwah Khusus PP Muhammadiyah ini menjelaskan kiat jitu untuk menghadapi ujian ini.

"Yang utama adalah manajemen kalbu. Ketika sesuatu yang kita cintai hilang, pasti kita akan bersedih. Kesedihan muncul ketika hati jauh dari pemiliknya. Siapa pemilik hati? Allah SWT," jelasnya.

Ia juga menerangkan bahwa rasa stres muncul karena hati kotor, sehingga tidak mampu menerima cahaya.

"Jika hati kita baik, maka seluruh badan kita akan membaik. Sebaliknya, jika hati kita buruk, maka seluruh badan akan memburuk. Mari berdamai dengan hati kita dengan senantiasa berhusnuzhan kepada Allah SWT," paparnya.

Di akhir tausiyahnya, Dosen UIN Syarif Jakarta ini memberi beberapa tips untuk meningkatkan spiritualitas selama masa kawalan pergerakan, Pertama, meningkatkan kesabaran yang tinggi, berlapang dada seraya melakukan ikhtiar maksimal.

"Berilah kabar gembira kepada orang-orang yang bersabar. Artinya yang menang itu adalah orang yang sabar," jelasnya.

Kedua, meminta pertolongan kepada Allah dengan sabar dan shalat. Menurutnya, shalat berjamaah di rumah dalam kondisi seperti ini adalah ibarat memindahkan satu sunnah ke sunnah yang lain.

Selanjutnya, memperbanyak dzikir dan menguatkan jiwa yang ikhlas.

"Semua orang dapat diperdaya oleh syaitan kecuali orang-orang yang ikhlas," terangnya.

Ketiga, memperbanyak tilawah Al Quran.

"Salah satu fungsi Al-Quran adalah asy-syifa' (kesembuhan)," tegasnya.

Ustadz Ziyad turut mengajak untuk memperbanyak kesyukuran meski ditimpa musibah.

"Belajar dari Nabi Ayyub RA, betapa beliau diberi ujian yang luar biasa, namun tetap bersyukur atas kenikmatan yang Allah karuniakan sebelum beliau mendapat ujian tersebut," jelasnya.

Tips terakhir yang tidak kalah pentingnya adalah bertawakal, yaitu menyerahkan diri kepada Allah SWT.

"Tidak ada sesuatu pun yang terjadi kecuali dengan ketetapan Allah SWT," tutup Ziyad.

Pengajian Online kali pertama ini dipandu oleh Wakil Ketua PCIM Malaysia Muhammad Ali Imran. Dalam pesan penutupannya, Ali mengajak para jamaah agar senantiasa *husnuzhon* terhadap ketentuan Allah dan terus mencari aktivitas baik individu maupun persyarikatan meskipun dalam kondisi 'terkunci' di rumah masing-masing.