

COVID-19, Ramadhan, dan Physical Distancing

written by Fathiatul Jannah



Pembicaraan tentang [Coronavirus Disease 2019 \(COVID-19\)](#) belum juga reda. Ratusan negara masih dihantui, dilelahkan, oleh virus yang mengerikan ini. Virus yang muncul di Kota Wuhan China ini seolah-olah begitu semangat dan tak lelah menyebar ke seluruh penjuru dunia. Tak tanggung-tanggung, ia telah menularkan kepada jutaan orang. Bahkan tidak sedikit juga yang meninggal karena virus tersebut.

Virus Corona telah membuat kita sadar tentang pentingnya kualitas kesehatan bagi diri manusia. Kesehatan merupakan suatu faktor yang sangat berharga dalam hidup. Tanpa kesehatan, manusia akan terkendala dalam beraktivitas dan bekerja. Pola hidup sehat merupakan prioritas utama, untuk mengurangi potensi terserangnya berbagai penyakit. Sebab, tubuh sangat berpengaruh terhadap segala sektor kehidupan.

Physical distancing, salah satu upaya pemerintah dalam menjaga kesehatan agar tidak tertular COVID-19. Sayangnya, minimnya kesadaran masyarakat membuat mereka tidak menghiraukan instruksi pemerintah. Salah satu contohnya, dilarang berkumpul dan berkerumunan. Tetapi mereka tetap memberi respons tidak baik,

padahal tidak ada yang tau dalam kerumunan tersebut ada yang terpapar COVID-19 atau tidak.

Dalam berbagai kesempatan, pemerintah berulang kali mengampanyekan mengenai *physical distancing*, serta menghimbau masyarakat agar beraktivitas dan belajar di rumah saja. Langkah terbaru dan paling konkret atas kebijakan pembatasan ini, misalnya, pelarangan mudik terhitung sejak bulan Ramadhan. Tentu banyak pihak yang mengkritik presiden tentang kebijakan ini, meski demi kebaikan masyarakat sendiri.

Sungguhpun demikian, upaya pemerintah untuk menjaga yang sehat agar tidak tertular belum juga terlihat efektif di tengah masyarakat. Bukan hanya orang tua, anak-anak pun dibiarkan bermain dan beraktivitas di luar rumah. Minimnya partisipasi masyarakat di satu sisi, dan beban pengawasan pada pemerintah di sisi lainnya, menjadi kepelikan tersendiri perihal COVID-19 ini.

Sejujurnya banyak hal yang dapat dilakukan untuk membangun partisipasi masyarakat di luar kemampuan pemerintah menangani COVID-19. Mulai mengurangi penyebaran COVID-19 dengan mewajibkan memakai masker, menyediakan tempat cuci tangan dan mencuci tangan sesering mungkin, menjaga jarak dan di rumah saja.

COVID-19 dalam Solusi Pemerintah

Karena penyebarannya yang masih begitu masif, pemerintah pun harus berupaya mencari solusi untuk mengurangi dan memberantas virus ini. Mulai dari kebijakan *physical distancing* hingga kebijakan pembatasan sosial berskala besar (PSBB) yang kini sudah diberlakukan. Dengan diberlakukannya aturan ini, segala bentuk aktivitas kerumunan terminimalisir bahkan tidak ada.

Di tengah [pandemi COVID-19](#), umat Islam memasuki bulan suci Ramadhan. Bagi pemeluk agama Islam, Ramadhan adalah bulan di mana mereka diwajibkan untuk menjalankan ibadah puasa. Semua Muslim pasti gembira dalam menyambut bulan yang mulia ini. Bagaimana tidak, bulan Ramadhan adalah bulan diturunkannya Al-Qur'an. Allah Swt. berfirman, yang artinya:

“(Beberapa hari yang ditentukan itu ialah) bulan Ramadhan, bulan yang di dalamnya diturunkan (permulaan) Al-Qur'an sebagai petunjuk bagi manusia dan

penjelasan-penjelasan mengenai petunjuk itu dan pembeda (antara yang hak dan yang batil). Karena itu, barang siapa di antara kamu hadir (di negeri tempat tinggalnya) di bulan itu, maka hendaklah ia berpuasa pada bulan itu.” (QS. al-Baqarah [2]: 185)

Puasa Ramadhan tahun ini mengalami banyak perbedaan. Mulai dari kegiatan ibadah yang dianjurkan untuk dilakukan di rumah saja, seperti tadarus Al-Qur'an dan shalat tarawih. COVID-19 telah mengubah suasana Ramadhan kali ini, dan *physical distancing* telah mengubah cara ritual keberagamaan kita. Pro kontra tentu bertebaran atas fakta ini, yang semua orang pasti mengetahuinya.

Kendati, hal ini tidak sedikitpun mengurangi porsi ibadah kita sebagai umat Muslim. Banyak hikmah yang kita dapat dari adanya pandemi COVID-19 ini. Jika Ramadhan tahun lalu kita disibukkan dengan kegiatan-kegiatan di luar seperti bekerja, jalan-jalan, bisnis dan lain sebagainya, tahun ini kita dapat mengisi [Ramadhan dengan amalan di rumah-rumah](#).

Misal membaca Al-Qur'an dan memahami isinya. Hal kecil inilah yang sering diabaikan oleh masyarakat lantaran masyarakat disibukkan dengan banyak aktivitas duniawi yang dilakukan di bulan puasa. Selain itu kita juga bisa berbagi sedekah seperti takjil—secara langsung tanpa harus berkumpul yakni membagikan langsung ke rumah mereka.

Ramadhan di Rumah

Dengan di rumah saja, interaksi dengan orang banyak bisa dibatasi, sehingga kemungkinan tertularnya COVID-19 sangat minim. Ini harus ditempuh hingga keadaan kembali normal sebagaimana semula. Di tengah pandemi COVID-19, kita menjalani ibadah Ramadhan di rumah saja sebagai jihad sosial menyelamatkan ras manusia.

Beribadah Ramadhan di luar rumah tidak akan menurunkan kualitas keimanan kita, karena semua ibadah dinilai dari niat dan ketulusan hati. Mari kita jalani Ramadhan kali ini dengan penuh gembira dan yakin bahwa wabah COVID-19 akan segera berakhir.

Dan mari tetap patuhi aturan pemerintah. Sesungguhnya tidak ada satupun ajaran Islam yang menyuruh umatnya membangkang pada aturan pemimpin (*ulu*

al-amr), selama tidak melanggar syariat. Dalam konteks pandemi ini, di bulan Ramadhan, *physical distancing* adalah sesuatu yang sah-sah saja demi kemaslahatan bersama.

Sesuai kaidah, *dar'u al-mafasid muqaddamun 'ala jalb al-mashalih* (menolak keburukan lebih didahulukan daripada mendatangkan kebaikan).

Wallahu A'lam bi ash-Shawab...