

Sikap Manusia Beriman Menghadapi COVID 19*

Yono¹

Universitas Ibn Khaldun Bogor

 <https://doi.org/10.32507/mizan.v4i1.616>

Abstract

The outbreak of COVID 19 in various countries around the world has resulted in many casualties and has created fear and panic for all mankind, including in Indonesia. Countries in the world have made various policies to protect their citizens from COVID 19. Human attitudes and reactions have varied in dealing with this outbreak. Believing humans must organize their attitudes in dealing with COVID 19, which relies on the Al-Quran, hadith and the direction of scholars. Attitudes that believers must have in the face of COVID 19 include having to hold firmly the faith, *ahlu sunnah wal congregation*, increasing *tawakal* to Allah SWT, being humble and not arrogant, not panicking excessively and not giving up, and having to maximize endeavors, good *dzahir* endeavors. as well as inner effort. *Dzahir* efforts are like staying at home and avoiding crowds, maintaining cleanliness, maintaining and preserving the environment, while mental efforts are like increasing prayer and increasing night prayers.

Keywords: Attitude, Human Believers, COVID 19.

Abstrak

Mewabahnya COVID 19 di berbagai negara di belahan dunia mengakibatkan banyak korban jiwa yang berjatuh dan menciptakan ketakutan serta kepanikan bagi seluruh umat manusia termasuk di Indonesia. Negara-negara di dunia membuat berbagai macam kebijakan demi melindungi warganya dari COVID 19. Berbagai sikap dan reaksi manusiapun beranekaragam dalam menghadapi wabah tersebut. Manusia yang beriman harus menata sikapnya dalam menghadapi COVID 19 yang bersandar terhadap Al-Quran, hadits dan arahan ulama. Sikap yang harus dimiliki manusia beriman dalam menghadapi COVID 19 diantaranya adalah harus memegang kuat akidah *ahlu sunnah wal jamaah*, meningkatkan *tawakal* kepada Allah SWT, bersikap rendah hati dan tidak sombong, tidak panik berlebihan dan tidak putus asa, dan harus memaksimalkan ikhtiar, baik ikhtiar *dzahir* maupun ikhtiar batin. Ikhtiar *dzahir* seperti berdiam diri di rumah dan menghindari keramaian, menjaga kebersihan, memelihara dan melestarikan lingkungan, sedangkan ikhtiar batin seperti memperbanyak berdo'a dan memperbanyak shalat malam.

Kata kunci: Sikap, Manusia Beriman, COVID 19.

* Naskah diterima tanggal: 11 Januari 2020, direvisi: 17 Februari 2020, disetujui untuk terbit: 2 Maret 2020.

¹ Yono adalah Dosen Tetap Fakultas Agama Islam, Universitas Ibn Khaldun, Bogor, Jawa Barat.
E-mail: yono@fai.uika-bogor.ac.id

A. Pendahuluan

Deretan musibah dan bencana alam terus melanda penjuru negri. Pada awal tahun 2020 muncul musibah yaitu merebaknya wabah penyakit yang bernama *coronavirus diseases 2019*² yang kemudian dikenal dengan sebutan COVID 19. Munculnya COVID 19 sangat menggemparkan dunia. Banyak negara di dunia yang merasa panik atas penyebaran virus ini yang begitu cepat dan cara penularan yang sangat mudah sehingga menelan banyak korban jiwa termasuk di negara Indonesia. Di Indonesia korban jiwa terus bertambah dari hari ke hari terhitung sampai tanggal 18 Mei 2020 tercatat ada 18.010 kasus dengan 1.191 orang meninggal dunia.³

Wabah ini membuat penduduk dunia sangat ketakutan dan dirundung rasa panik, bahkan tidak jarang kepanikan yang berlebih justru mengakibatkan korban jiwa baru ditengah ancaman tersebut. Sebenarnya bukan kali pertama dunia ditimpa musibah wabah penyakit, tercatat dalam sejarah ada banyak jenis wabah dahsyat yang pernah menimpa dunia seperti yang dilaporkan oleh salah satu organisasi kesehatan terbesar dunia *World Health Organization* (WHO). Diataranya adalah HIV/AIDS (1981), flu Hongkong (1986), flu Asia (1956-1958), Kolera (1910-1911), flu Rusia (1889-1890) dan apa yang pernah terjadi dipulau Jawa yaitu wabah influenza (1918-1920) yang menelan banyak korban jiwa. Di berbagai negara di dunia.⁴

Setelah COVID 19 dinyatakan sebagai pandemik oleh WHO, hampir seluruh negara didunia merespon dengan berbagai kebijakan termasuk Indonesia. Pemerintah Indonesia mengeluarkan berbagai kebijakan mulai dari kebijakan di bidang kesehatan, transportasi dan area publik, pendidikan dan komunikasi publik hingga pemberlakuan PSBB (Pembatasan Sosial Berskala Besar) di berbagai daerah guna menghindari merebaknya penyebaran virus.⁵

Masyarakat Indonesia yang heterogen menciptakan respon yang beraneka ragam terhadap kebijakan pemerintah. Hal itu turut berpengaruh terhadap sikap masyarakat dalam menghadapi COVID 19, ada yang acuh dengan tetap melaksanakan aktivitas seperti biasa, ada yang panik dan ada juga yang patuh menjalankan protokol yang diterapkan oleh pemerintah. Indonesia yang mayoritas penduduknya beragama Islam tentu harus menjadi garda terdepan. Umat Islam harus mampu membentengi dirinya terlebih dahulu, dan menjadi *rahmatan lil 'alamin* untuk sesama masyarakat lainnya demi melewati ujian wabah tersebut.

Dalam tulisan ini penulis ingin mengkaji bagaimana seharusnya umat beriman dalam menghadapi ujian wabah COVID 19. Tulisan ini disusun menggunakan metode pendekatan normatif-deskriptif.

² Yan-Rong Guo, *The Originm Transmission and Clinical Therapies on coronavirus disease 2019 (COVID-19) outbreak-update on the sratus*. Military Medical Research, 2020, h.2.

³ <https://covid19.kemkes.go.id/situasi-infeksi-emerging/info-corona-virus/situasi-terkini-perkembangan-coronavirus-disease-covid-19-18-mei-2020/#.XsWSDXgxXIU> Diakses pada tanggal 18 Mei 2020.

⁴ Rusdiana Dewi, Nofita. *Wabah Influenza Di Jawa Tahun 1918-1920*. *Avatara*, 2013, 1.2.

⁵ <https://www.antaraneews.com/berita/1343814/protokol-penanganan-covid-19-indonesia>. Diakses pada tanggal 19 mei 2020.

B. METODE PENELITIAN

Makalah ini menggunakan pendekatan analisis hukum normatif yaitu penelitian hukum dengan menganalisis bahan pustaka atau bukti sekunder sebagai tugas utama. Analisis hukum normatif adalah metode penelitian ilmiah untuk menemukan fakta berdasarkan penalaran ilmiah hukum dari sudut pandang normatif (Soekanto, 2015: 13-14). Dengan demikian kajian ini berangkat dari perspektif asas hukum positif yang berkaitan dengan kerangka hukum nasional perundang-undangan (Marzuki, 2016: 59). Metode yang digunakan adalah pendekatan etis dan pendekatan kasus. Bukti sekunder utamanya diambil dari peraturan perundang-undangan tentang pemberantasan perbuatan salah dan putusan pengadilan sebagai muatan hukum utama. Data yang terkumpul kemudian dievaluasi secara kualitatif.

C. ANALISIS DAN PEMBAHASAN

1. Memegang Kuat Akidah *Ahlu Sunnah wal Jama'ah*

Dalam menghadapi COVID 19 sebagai umat beriman kita harus memegang teguh akidah *ahlu sunnah wal jama'ah*, yaitu *aqidah wasathiyah* (moderat) yang dalam hatinya meyakini dan memegang teguh akan takdir atau ketentuan Allah SWT tetapi juga tidak menafikan ikhtiar.⁶ Hal ini yang menjadi pembeda yang sangat fundamental antara akidah *ahlu sunnah* dan akidah *ahlul bid'ah* yaitu *qadiriyyah* dan *jabariyyah*. Sikap menafikan ikhtiar dengan dalih pasrah kepada ketetapan Allah SWT tanpa adanya usaha akan menjerumuskan manusia kepada akidah *jabbariyyah*, pun sebaliknya mengandalkan ikhtiar dan menafikan takdir akan menjerumuskan manusia kepada akidah *qadariyyah* dan kedua golongan akidah ini dinilai akidah *bid'ah* yang akan menjerumuskan kita kepada kesesatan.⁷

Di sisi *dzahiriyyah*, setiap individu harus memaksimalkan ikhtiar dalam menanggulangnya. Secara *bathiniyyah*, umat Islam mutlak harus memegang kuat keyakinan bahwa Allah SWT yang menciptakan wabah ini dan Allah SWT pula yang bisa menyembuhkannya. Semua ini terjadi semata mata atas izin Allah SWT, dan ketetapannya sudah tercatat di *lauhil mahfudz*. Sebagaimana dikatakan dalam salah satu Firman-Nya yaitu QS. Al-Hadid ayat 22: "*Tidak ada suatu bencana yang menimpa di bumi dan (tidak pula) pada dirimu sendiri melainkan telah tertulis dalam kitab (lauhil mahfuzh) sebelum kami menciptakannya. Sesungguhnya yang demikian itu mudah bagi Allah SWT.*"

Abul Fida', Imaduddin Ismail bin Umar bin Katsir yang sering dikenal dengan panggilan Ibn Katsir dalam kitabnya Tafsir Ibn Katsir menafsirkan ayat tersebut

⁶ Mahmuddin, Ronny; Syandri, Syandri. Qadariyyah, Jabariyyah dan Ahlus Sunnah (Studi Komparatif Merespon Kebijakan Pemerintah dan Ulama Mencegah Merebaknya Covid-19). *Bustanul Fuqaha: Jurnal Bidang Hukum Islam*, 2020, 1.2: 209-222.

⁷ Abd Latif, Faizuri. "Ahl Al-Sunnah wa al-jama'ah dalam karya a akidah ulama Melayu: Tinjauan karya Sheikh Zainal Abidin Al-Fatan." (2015): 1-10.

dengan mengutip salah satu hadits Rasulullah SAW yang diriwayatkan oleh Imam Muslim yang menyatakan bahwa ketetapan Allah SWT itu telah ditetapkan di *lauhil mahfudz* jauh sebelum bumi dan langit diciptakan yaitu lima puluh ribu tahun sebelumnya.⁸ Hal ini terdapat dalam sebuah hadits yang diriwayatkan oleh Imam Muslim, bahwa Rasulullah SAW bersabda yang artinya: “Allah mencatat takdir setiap makhluk 50.000 tahun sebelum penciptaan langit dan bumi.” (HR. Muslim).

2. Meningkatkan Rasa Tawakal Kepada Allah SWT.

Manusia yang beriman harus menjadikan wabah ini sebagai ajang meningkatkan rasa tawakal kepada Allah SWT. Karena diantara maksud Allah SWT menurunkan sebuah musibah adalah agar manusia beriman senantiasa menunjukkan rasa berserah diri kepada Allah SWT. Janji Allah SWT bagi orang yang senantiasa bertawakal kepada-Nya akan Allah SWT berikan solusi dari berbagai persoalan atau kesulitan yang menimpanya. Hal itu sesuai dengan firman Allah SWT dalam QS. At-Thalaq ayat 3: “Barang siapa bertawakal kepada Allah, niscaya Allah akan mencukupkannya, sesungguhnya Allah melaksanakan urusan yang dikehendakinya dan menjadikan segala sesuatu itu atas ketentuannya”.

Merujuk kepada ayat di atas para ulama salaf menjelaskan bahwa jika orang itu sudah mampu senantiasa bertawakal, maka Allah SWT akan memberikan solusi dari berbagai masalah termasuk kesembuhan dari berbagai penyakit.⁹ Ibn Qayyim menjelaskan maksud dari Allah SWT akan mencukupkannya pada ayat diatas adalah Allah SWT akan melindungi dan menjaga dari berbagai gangguan.¹⁰ Namun demikian, tawakal dalam Islam tidak berarti berdiam diri tetapi harus didahului usaha dan kerja keras. Bahkan Rasulullah SAW pernah menegur sahabat yang hanya bertawakal tanpa berusaha, sebagaimana dijelaskan oleh Imam Al-Qusyairi dalam kitab *Risalah Al-Qusyairiyah*.¹¹ Tawakal dalam setiap amal ibarat kepala dalam jasad tidak boleh dipisahkan.¹²

3. Bersikap Rendah Hati dan Tidak Sombong

Adanya COVID 19 adalah bukti bahwa manusia teramat lemah sehingga harus senantiasa menunjukkan kerendahan diri dihadapan Allah SWT dan senantiasa *berta'awun* terhadap sesama manusia yang lainnya. Kerendahan hati manusia terhadap Allah SWT bisa ditunjukkan dengan senantiasa memohon rahmat-Nya dengan terlebih

⁸ Abu Fida', Imaduddin Ismail bin Umar bin Katsir, *Tafsir ibn katsir*, Jilid IV, (Bairut: Dar-al kutub al-Ilmiyah, 2008), hal. 271.

⁹ Syaikh Abdu Rahman ibn Hasan, *Fathul Majid Syarah kitab Tauhid*, (Matbatul Madani: al-Muassah As-Saudiyah, 1998), hal. 507.

¹⁰ Syaikh Abdu Rahman ibn Hasan, *Fathul Majid Syarah kitab Tauhid*, (Matbatul Madani: al-Muassah As-Saudiyah, 1998), hal. 507

¹¹ Abul Qasim al-qusyairi, *ar-risalah al-qusyairiyah*, (Bairut: Dar-al kutub al ilmiyah, 2010), hal. 164.

¹² Abdu rahman ibn hasan ibn Muhammad ibn abdul wahab, *Fathul Majid*, (Riyad: dar- al muayyad, 2002), hal. 408.

dahulu mendekatkan diri kepada Allah SWT dalam menjalankan segala aktivitasnya dan ridha akan ketentuan Allah SWT dalam menghadapi hasil dari setiap aktivitasnya.

Adapun kerendahan hati terhadap sesama manusia bisa ditunjukkan dengan menghargai dan mengikuti semua protokol yang dibuat pemerintah dalam menanggulangi wabah ini. Mengabaikan bahkan menghinakan semua ketentuan tersebut merupakan wujud adanya kesombongan dalam diri manusia. Sikap *tawadhu'* atau rendah diri di hadapan Allah SWT menjadi satu-satunya pilihan untuk solusi dan menjauhkan kita dari kesombongan.¹³

4. Tidak Panik dan Tidak Putus Asa

Sikap umat beriman tentu harus senantiasa optimis, sesulit apapun kondisi yang dihadapi tidak boleh menjadikan manusia panik dan putus asa akan rahmat Allah SWT. Putus asa akan rahmat Allah SWT akan menggiring manusia kepada kekafiran. Sebagaimana terdapat dalam firman Allah SWT QS. Yunus ayat 87: *“Dan janganlah kamu berputus asa dari rahmat Allah, sesungguhnya tiada berputus asa dari rahmat Allah melainkan kaum yang kafir.”*

Salah satu tanda dari keputusasaan adalah adanya kepanikan yang berlebihan dalam menghadapi suatu masalah. Bahkan kepanikan justru melahirkan takdir baru yang tercatat dalam *qadla-Nya*.¹⁴

5. Memaksimalkan Ikhtiar atau Usaha

Umat beriman harus melakukan berbagai upaya atau usaha untuk menghindari penyebaran COVID 19 dan penyembuhan bagi yang sudah terinfeksi wabah. Ikhtiar dalam Islam memang bagian dari perintah syariat. Sebagai manusia kita diperintahkan untuk senantiasa berusaha. Di antara yang menjadi landasan hukum ikhtiar adalah QS. Ar-Ra'du ayat 11 Allah SWT berfirman: *“Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah keadaan suatu kaum sehingga mereka mengubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri.”*

Ayat diatas sebagai rujukan bagi kita bahwa berdiam diri bukan sikap yang bisa menjadi sebuah solusi, tetapi harus memaksimalkan usaha baik untuk mencegahnya ataupun untuk mengobatinya. Adapun bentuk ikhtiar atau usaha dalam Islam untuk menghadapi COVID 19 ada dua macam yaitu ikhtiar *dzahir* dan ikhtiar batin.

Adapun beberapa ikhtiar *dzahir* yang bisa dilakukan yaitu: *Pertama*, berdiam diri dirumah dan menghindari keramaian. Bentuk dari usaha kita dalam menanggulangi penyebaran COVID 19 diantaranya adalah dengan melakukan karantina dan menghindari keramaian, tidak bepergian ke daerah yang berpotensi

¹³ Abul Qasim al-qusyairi, ar-risalah al-qusyairiyah, (Bairut: Dar-al kutub al ilmiah, 2010), hal. 146.

¹⁴ Ashfani, Abu Nu'aim, *Hilyatul Aulia*, Darul Fikr, Jakarta: 1996

dapat menularkan wabah. Hal ini sejalan dengan sabda Rasulullah SAW, yaitu: *“Bila kalian telah mendengar terjadi wabah di suatu negeri, maka janganlah kalian mendatangi negeri itu. Dan jika wabah itu terjadi di suatu negeri sedangkan kalian berada disana, maka janganlah keluar dari negeri itu untuk lari dari wabah.”* (HR al-Bukhari dan Muslim).

Kedua, menjaga kebersihan lingkungan. Sikap umat beriman dalam menghadapi COVID 19 adalah senantiasa menjaga kebersihan lingkungannya. Karena lingkungan bersih akan melahirkan udara yang segar dan jiwa yang sehat sehingga virus tidak akan bertahan pada lingkungan yang bersih. Dalam agama Islam pemeliharaan lingkungan merupakan perintah agama, terdapat banyak ayat yang memberikan perhatian khusus terhadap lingkungan diantaranya seperti larangan membuat kerusakan di muka bumi sebagaimana yang terdapat dalam QS. Al-Ar’af ayat 85. Kemudian tentang dampak negatif yang akan menimpa jika manusia tidak mengindahkan perintah Allah SWT untuk menjaga kelestarian lingkungan sebagaimana yang terdapat pada QS. Ar-Rum ayat 41.¹⁵ Dalam Islam tindakan mengabaikan kelestarian lingkungan adalah indikator bahwa keimanan seseorang tersebut patut dipertanyakan.¹⁶

Pemeliharaan lingkungan adalah hal yang sangat penting dalam kehidupan manusia. Hal ini tidak lain dikarenakan hampir segala kebutuhan manusia berasal dari alam, baik yang ada di darat, laut ataupun udara. Oleh karena itu, manusia dituntut bisa melestarikan alam.¹⁷ Jika lahan tanah sudah tidak bisa lagi dibuat bercocok tanam, udara tidak lagi menyediakan oksigen segar, ikan tidak lagi bisa hidup di lautan, maka saat itulah kehidupan manusia ada diambang kehancuran karena kebutuhan-kebutuhan dasar manusia seperti memelihara jiwa (*hifdh al-nafs*), keturunan (*hifdh al-nasl*) dan akal (*hifdh al-‘aql*) tidak lagi dapat terpenuhi. Dan akhirnya agama pun dengan sendirinya akan punah. Itulah kenapa pemeliharaan lingkungan menurut Al-Qardawi setara dengan menjaga *maqasid al-shari’ah*.¹⁸

Pemeliharaan lingkungan dapat dilakukan dengan cara menjaga kebersihan.¹⁹ Lingkungan yang bersih menjadi salah satu indikator sebuah masyarakat yang berkualitas. Masyarakat yang senantiasa menjaga kebersihan lingkungan tentu merupakan masyarakat yang kualitas hidupnya lebih baik, lebih sehat dan lebih tinggi.²⁰ Dengan demikian akan terhindar dari berbagai penyakit yang menyebar termasuk COVID 19. Perhatian agama Islam sangat besar terhadap kebersihan. Hal ini dapat dilihat dalam banyak ayat Al-Qur’an dan Hadits Rasulullah SAW yang

¹⁵ Abdillah, Junaidi. "Dekonstruksi Tafsir Antroposentrisme: Telaah Ayat-ayat Berwawasan Lingkungan." *KALAM* 8.1 (2014): 65-86.

¹⁶ Widiyanta, Ari. "Sikap Terhadap Lingkungan Alam (Ditinjau Islam Dalam Menyelesaikan Masalah Lingkungan)." (2002).

¹⁷ Muthahhari, Murtadha. "Manusia dan Alam Semesta." *Jakarta: al-Huda* (2002).

¹⁸ Yusuf al-Qardawi, *Ri’ayat al-Biah fi Shari’at al-Islam*, (Kairo: Dar al-Shuruq, 2001), 44-52.

¹⁹ Darmawan, Darwis, and Siti Fadjarajani. "Hubungan Antara Pengetahuan dan Sikap Pelestarian Lingkungan Dengan Perilaku Wisatawan dalam Menjaga Kebersihan Lingkungan (Studi di Kawasan Objek Wisata Alam Gunung Galunggung Desa Linggajati Kecamatan Sukaratu Kabupaten Tasikmalaya)." *Jurnal Geografi* 4.1 (2016)

²⁰ Istiqomah Wibowo, "Pola Perilaku Kebersihan; Studi Psikologi Lingkungan tentang Penanggulangan Sampah Perkotaan", dalam *Makara, Sosial Humoniora*, Vol. 13, No. 1 Juli 2009, 37.

menjunjung tinggi higienitas dalam segala hal.²¹ Sebagai umat yang beriman kita harus menyadari betul bahwa Islam adalah agama yang memerintahkan umatnya untuk hidup bersih.

Salah satu aspek yang berhubungan langsung dengan kebersihan lingkungan adalah sampah. Perilaku manusia dalam mengelola sampah merupakan tolak ukur yang utama sehubungan dengan kebersihan lingkungan agar terhindar dari berbagai macam penyakit termasuk penyebaran COVID 19. Karena lingkungan yang bersih akan memiliki udara yang segar dan menyehatkan bagi kehidupan manusia.

Ketiga, memelihara dan melestarikan tumbuh-tumbuhan. Sebagai ikhtiar umat beriman dalam hal memaksimalkan usaha untuk menanggulangi penyebaran wabah COVID 19 adalah dengan gemar memelihara dan melestarikan tumbuh-tumbuhan. Tumbuh-tumbuhan akan mengubah karbondioksida menjadi oksigen yang manusia butuhkan untuk bernapas yang tentu akan melahirkan udara yang bersih dan sehat. Hal itu akan berpengaruh terhadap kekebalan tubuh yang jauh lebih baik ketimbang mengkonsumsi suplemen.²²

Perintah memelihara pepohonan merupakan bagian dari cara manusia memelihara lingkungan yang sangat diperintahkan dalam Islam, bahkan alam merupakan salah satu elemen yang sangat penting bagi keberlangsungan hidup manusia, sehingga alam harus diperlakukan secara etis. Bahkan dalam Islam, pemeliharaan alam termasuk salah satu tujuan pokok dari syariat (*maqashid al-syari'ah*) yang tingkatannya *dharuriyah* setara dengan gagasan *dharuriyah al-khamsah* Al-Syatibi.²³ Syekh Yusuf al-Qaradhawi menyampaikan bahwa keberlangsungan dari *dharuriyah al-khamsah* ditentukan juga oleh keberlangsungan *al-bi'ah* (lingkungan), sebab manusia tidak akan bisa melaksanakan *maqashid* agamanya tanpa disertai dengan lingkungan yang memadai. Di dalam ber-*mua'amalah* dengan lingkungan, manusia sebagai *khalifah* Tuhan di Bumi harus memperhatikan petunjuk etis Al-Qur'an yaitu melalui dua aspek yaitu dimensi *protective* (*min jihhah al-'adam/* penjagaan) dan dimensi *development* (*min jihhah al-wujud/* pengembangan).²⁴

Dimensi *protective* dilakukan dengan cara penjagaan pepohonan dari eksploitasi berlebihan, penebangan liar, pembakaran hutan dan perusakan lainnya, sedangkan dimensi *development* bisa dilakukan dengan reboisasi atau penanaman kembali. Kedua hal ini bisa dilakukan dengan cara menanamkan prinsip-prinsip dasar dalam kehidupan masyarakat dalam melakukan reformasi lingkungan.

Adapun ikhtiar batin yang bisa dilakukan yaitu: *Pertama*, memperbanyak berdoa kepada Allah SWT. Dalam menghadapi COVID 19, umat yang beriman harus senantiasa memperbanyak berdoa kepada Allah SWT agar seluruh umat muslim dijaga dan dilindungi oleh Allah SWT dari marabahaya. Dalam Islam sekeras apapun

²¹ Erwan, Ahmad. "Higienitas perspektif hadis: kajian hadis-hadis tentang kebersihan makanan, sumber air, rumah dan jalanan." (2008).

²² <https://www.pesona.co.id/article/udara-segar-lebih-menyehatkan-dari-suplemen>, Tanggal 20 Mei 2020.

²³ Abu Ishaq al-Syatibi, *al-Muwafaqat*, Juz I, h. 38

²⁴ Yusuf al-Qardhawi, *Ri'ayah al-Bi'ah fi Syari'ah al-Islam*, (Kairo: Dar al-Syuruq, 2001), h. 46.

usaha *dzahir* yang dilakukan tetapi tetap saja manusia adalah makhluk lemah dan hanya Allah SWT yang maha kuasa atas segalanya. Oleh karena itu berdoa disyariatkan dalam Islam dan Allah SWT akan senantiasa mengabulkan permohonan manusia. Sebagaimana yang terdapat dalam QS. Al-Mu'min ayat 60: "*Berdoalah kepada-Ku, Aku akan mengabulkannya.*" Doa juga merupakan senjata yang dimiliki seorang muslim dalam menghadapi setiap masalah termasuk musibah COVID 19, sebagaimana yang disampaikan Rasulullah SAW dalam salah satu haditsnya: *Rasulullah SAW bersabda: "Doa adalah senjatanya orang beriman, tiangnya agama dan cahayanya langit dan bumi"*. (HR. Al Hakim).

Dalam Islam doa dapat mendatangkan kebaikan dan menolak keburukan.²⁵ Dengan berdoa seorang hamba senantiasa memohon kepada Allah SWT agar terhindar dari wabah COVID 19. Doa menunjukkan kerendahan diri seorang hamba di hadapan Allah SWT. Oleh karena itu dalam berdoa manusia harus meletakkan diri sebagai hamba yang hina yang tak memiliki kemampuan apapun di hadapan Allah SWT.²⁶ Dalam Islam, doa akan memperlancar dan mempermudah tercapainya setiap usaha yang dilakukan.

Kedua, memperbanyak bangun malam. Dalam Islam bangun malam merupakan ibadah yang memiliki keistimewaan yang luar biasa, disamping mengundang pahala yang besar juga berdampak terhadap kesehatan. Sebagaimana disampaikan oleh Rasulullah SAW dalam salah satu sabdanya: *Dari Bilal bin Rabah R.A bawasanya Rasulullah SAW bersabda: "Kerjakanlah shalat malam oleh kalian, karena sesungguhnya ia merupakan kebiasaan orang-orang shaleh. Sesungguhnya shalat malam dapat mendekatkan diri kepada Allah SWT, mencegah dari perbuatan dosa dan menggugurkan keburukan-keburukan dan mengusir penyakit dari tubuh manusia.* (H.R. At-Tirmidzi).

Pada penghujung hadits diatas jelas disebutkan bahwa shalat malam akan mengusir penyakit dari tubuh manusia. Banyak sekali keistimewaan orang yang bangun malam dan bertahajjud diantaranya adalah akan ditinggikan derajatnya, dikabulkan doa-doanya, diampuni dosanya, kelak nanti akan dimasukan kesurga dan akan disehatkan baik fisik maupun mentalnya.²⁷

D. KESIMPULAN

Wabah COVID 19 di berbagai negara di dunia termasuk di Indonesia menelan banyak korban jiwa dan menciptakan kepanikan bagi seluruh manusia. Negara-negara di dunia seakan terguncang dan membuat berbagai macam kebijakan demi melindungi warganya dari terkena COVID 19. Sikap dan reaksi manusiapun beranekaragam dalam menghadapi COVID 19, sebagian ada yang acuh tak acuh, ada yang panik, dan ada pula yang patuh terhadap protokol yang dibuat pemerintah.

²⁵ Umar, M. Taufiq. *Perancangan Media Interaktif Tuntunan Doa Harian Anak Muslim*. Diss. Universitas Multimedia Nusantara, 2016. h.1.

²⁶ Sambas, H. Syukriadi, and Tata Sukayat. *Quantum Doa (new): Membangun Keyakinan agar Doa Tidak Terhijab dan Mudah Dikabulkan*. Hikmah, 2007, h. 8.

²⁷ Muksin, Asep. "Shalat Malam Dalam Al-Qur'an Dan Pengaruhnya Terhadap Kesehatan Mental." *jurnal mitra kencana keperawatan dan kebidanan* 3.1 (2019), h. 8.

Sebagai manusia beragama dan beriman tentu kita harus menata sikap sedemikian rupa dalam menghadapi COVID 19. Sebagai orang Islam dan umat yang beriman harus selalu bersandar terhadap Al-Quran, hadits dan arahan para ulama. Sikap manusia beriman dalam menghadapi COVID 19 diantaranya adalah harus memegang kuat akidah *ahlu sunnah wal jamaah*, meningkatkan tawakal kepada Allah SWT, bersikap rendah hati dan tidak sombong, tidak panik berlebihan dan tidak putus asa dan yang terakhir dan paling penting adalah memaksimalkan ikhtiar atau usaha baik ikhtiar *dzahir* maupun ikhtiar batin. Ikhtiar *dzahir* seperti berdiam diri dirumah dan menghindari keramaian, menjaga kebersihan, memelihara dan melestarikan lingkungan, sedangkan ikhtiar batin seperti memperbanyak berdoa dan memperbanyak shalat malam.

REFERENSI:

- Abd Latif, Faizuri. "Ahl Al-Sunnah wa al-jama'ah dalam karya a akidah ulama Melayu: Tinjauan karya Sheikh Zainal Abidin Al-Fatan, 2015.
- Abdillah, Junaidi. "Dekonstruksi Tafsir Antroposentrisme: Telaah Ayat-ayat Berwawasan Lingkungan." *KALAM*, 2014.
- Abdu rahman ibn hasan ibn Muhammad ibn abdul wahab, *Fathul Majid*, Riyad: *Dar-al-Muayyad*, 2002.
- Abu Fida', Imaduddin Ismail bin Umar bin Katsir, *Tafsir ibn Katsir*, Jilid IV, Bairut: Dar-al Kutub al-Ilmiyah, 2008.
- Abul Qasim al-Qusyairi, *ar-Risalah al-Qusyairiyah*, Bairut: Dar-al kutub al Ilmiyah, 2010.
- Aji, A.M.; Yunus, N.R. *Basic Theory of Law and Justice*, Jakarta: Jurisprudence Institute, 2018.
- Ashfani, Abu Nu'aim, *Hilyatul Aulia*, Jakarta: Darul Fikr, 1996.
- Buana, Dana Riksa, "Analisis Perilaku Masyarakat Indonesia dalam Menghadapi Pandemi Virus Corona (Covid-19) dan Kiat Menjaga Kesejahteraan Jiwa," *Salam: Jurnal Sosial dan Budaya Syar-i*, Volume 7, No. 3 (2020).
- Darmawan, Darwis, and Siti Fadjarajani. "Hubungan Antara Pengetahuan dan Sikap Pelestarian Lingkungan Dengan Perilaku Wisatawan dalam Menjaga Kebersihan Lingkungan (Studi di Kawasan Objek Wisata Alam Gunung Galunggung Desa Linggajati Kecamatan Sukaratu Kabupaten Tasikmalaya)." *Jurnal Geografi* 4.1, 2016.
- Erwan, Ahmad. "Higienitas perspektif hadis: kajian hadis-hadis tentang kebersihan makanan, sumber air, rumah dan jalanan, 2008.
- <https://covid19.kemkes.go.id/situasi-infeksi-emerging/info-corona-virus/situasi-terkini-perkembangan-coronavirus-disease-covid-19-18-mei-2020/#.XsWSDXgxXIU>
Diakses pada tanggal 18 Mei 2020.

- <https://www.antaranews.com/berita/1343814/protokol-penanganan-covid-19-indonesia>. Diakses pada tanggal 19 mei 2020.
- <https://www.pesona.co.id/article/udara-segar-lebih-menyehatkan-dari-suplemen>, Tanggal 20 Mei 2020.
- Istiqomah Wibowo, "Pola Perilaku Kebersihan; Studi Psikologi Lingkungan tentang Penanggulangan Sampah Perkotaan", dalam *Makara, Sosial Humoniora*, Vol. 13, No. 1. 2009.
- Maggalatung, A.S.; Aji, A.M.; Yunus, N.R. *How The Law Works*, Jakarta: Jurisprudence Institute, 2014.
- Mahmuddin, Ronny; Syandri, Syandri. Qadariyah, Jabariyah dan Ahlus Sunnah (Studi Komparatif Merespon Kebijakan Pemerintah dan Ulama Mencegah Merebaknya Covid-19). *Bustanul Fuqaha: Jurnal Bidang Hukum Islam*, 2020.
- Muksin, Asep. "Shalat Malam Dalam Al-Qur'an Dan Pengaruhnya Terhadap Kesehatan Mental." *jurnal mitra kencana keperawatan dan kebidanan* 3.1, 2019.
- Muthahhari, Murtadha. "Manusia dan Alam Semesta." *Jakarta: al-Huda*, 2002.
- Rohmah, S.N. "Adakah Peluang Bisnis di Tengah Kelesuan Perekonomian Akibat Pandemi Corona?," *Adalah: Volume. 4, No. 1 (2020)*.
- Rusdiana Dewi, Nofita. *Wabah Influenza Di Jawa Tahun 1918-1920. Avatara*, 2013.
- Sambas, H. Syukriadi, and Tata Sukayat. *Quantum Doa (new): Membangun Keyakinan agar Doa Tidak Terhijab dan Mudah Dikabulkan*. Hikmah, 2007, h. 8.
- Syaikh Abdu Rahman ibn Hasan, *Fathul Majid Syarah kitab Tauhid*, (Matbatul Madani: al-Muassah As-Saudiyah, 1998), hal. 507.
- Syaikh Abdu Rahman ibn Hasan, *Fathul Majid Syarah kitab Tauhid*, (Matbatul Madani: al-Muassah As-Saudiyah, 1998), hal. 507
- Umar, M. Taufiq. *Perancangan Media Interaktif Tuntunan Doa Harian Anak Muslim*. Diss. Universitas Multimedia Nusantara, 2016. h.1.
- Widiyanta, Ari. "Sikap Terhadap Lingkungan Alam (Ditinjau Islam Dalam Menyelesaikan Masalah Lingkungan), 2002.
- Yan-Rong Guo, *The Originm Transmission and Clinical Therapies on coronavirus disease 2019 (COVID-19) outbreak-update on the sratus*. Military Medical Research, 2020.
- Yunus, N.R.; Anggraeni, RR Dewi.; Rezki, Annissa. "The Application of Legal Policy Theory and its relationship with Rechtsidee Theory to realize Welfare State," *'Adalah, Volume 3, No. 1 (2019)*
- Yunus, N.R.; Rezki, Annissa. "Kebijakan Pemberlakuan Lock Down Sebagai Antisipasi Penyebaran Corona Virus Covid-19," *Salam: Jurnal Sosial dan Budaya Syar-i, Volume 7, No. 3 (2020)*.
- Yusuf al-Qardawi, *Ri'ayat al-Biah fi Shari'at al-Islam*, Kairo: Dar al-Shuruq, 2001.