

Membangun Ibadah yang Sehat

Oleh: Taryudi, Lc., M.Ag.

عَنْ مُجِيبَةَ الْبَاهِلِيَّةِ عَنْ أَبِيهَا أَوْ عَمِّهَا أَنَّهُ أَتَى رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ ثُمَّ انْطَلَقَ فَأَتَاهُ بَعْدَ سَنَةٍ وَقَدْ تَغَيَّرَتْ حَالُهُ وَهَيْئَتُهُ فَقَالَ: يَا رَسُولَ اللَّهِ أَمَا تَعْرِفُنِي قَالَ: «وَمَنْ أَنْتَ» قَالَ: أَنَا الْبَاهِلِيُّ الَّذِي جِئْتُكَ عَامَ الْأَوَّلِ. قَالَ: «فَمَا غَيَّرَكَ وَقَدْ كُنْتَ حَسَنَ الْهَيْئَةِ» قَالَ: مَا أَكَلْتُ طَعَامًا مُنْذُ فَارَقْتُكَ إِلَّا بَلِيلٍ. فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: «عَذَّبْتَ نَفْسَكَ». ثُمَّ قَالَ: «صُمْ شَهْرَ الصَّبْرِ وَيَوْمًا مِنْ كُلِّ شَهْرٍ». قَالَ: زِدْنِي فَإِنِّي بِقُوَّةٍ. قَالَ: «صُمْ يَوْمَيْنِ». قَالَ: زِدْنِي. قَالَ: «صُمْ ثَلَاثَةَ أَيَّامٍ». قَالَ: زِدْنِي. قَالَ: «صُمْ مِنَ الْحَرَمِ وَاتْرُكْ صُمْ مِنَ الْحَرَمِ وَاتْرُكْ». وَقَالَ بِأَصَابِعِهِ الثَّلَاثِ فَصَمَّهَا ثُمَّ أَرْسَلَهَا. رَوَاهُ أَبُو دَاوُدَ.

Artinya: Dari Mujibah al-Bahiliyyah, dari ayahnya atau pamannya, bahwa ia pernah datang menemui Rasulullah. Kemudian ia pergi, lalu setahun kemudian ia datang lagi menemui beliau, sementara keadaan dan penampilannya telah banyak berubah. Ia berkata, “Wahai Rasulullah, tidakkah engkau mengenalku?” Rasulullah bertanya, “Siapa kamu?” Ia menjawab, “Aku orang Bahilah yang datang menemuimu tahun lalu.” Rasulullah bersabda, “Apa yang membuatmu berubah seperti ini, padahal dahulu penampilanmu baik?” Ia menjawab, “Sejak aku berpisah denganmu, aku tidak makan makanan kecuali pada malam hari.” Rasulullah bersabda, “Kamu telah menyiksa dirimu sendiri.” Kemudian beliau bersabda, “Berpuasalah di bulan kesabaran (Ramadan) dan satu hari setiap bulan.” Ia berkata, “Tambahkan lagi untukku, karena aku masih kuat.” Beliau bersabda, “Berpuasalah dua hari.” Ia berkata, “Tambahkan lagi.” Beliau bersabda, “Berpuasalah tiga hari.” Ia berkata, “Tambahkan lagi.” Beliau bersabda, “Berpuasalah pada bulan-bulan haram dan tinggalkan (di luar itu). Berpuasalah pada bulan-bulan haram dan tinggalkan. Berpuasalah pada bulan-bulan haram dan tinggalkan.” Beliau mengucapkannya sambil memberi isyarat dengan tiga jarinya: jari-jari itu dirapatkan, lalu dilepaskan. (HR. Abu Dawud).

MUTIARA HIKMAH:

- Perhatian sahabat Nabi terhadap penanaman nilai-nilai agama dalam keluarga. Para sahabat Nabi menunjukkan perhatian besar terhadap penanaman nilai-nilai agama bagi putra-putri mereka. Hal ini tampak pada diri Mujibah, seorang perempuan dari kalangan *tābi’in*, yang meriwayatkan hadis ini langsung dari ayah atau pamannya, yaitu ‘Abdullāh bin al-Hārīs al-Bāhilī, seorang sahabat Nabi.
- Ucapan Nabi yang bermakna “Apa yang membuat keadaanmu berubah, padahal dahulu engkau berpenampilan baik?” menunjukkan empati beliau terhadap sahabat tersebut. Meskipun Nabi tidak langsung mengingat namanya, beliau tetap mengingat kondisi fisik dan penampilannya pada pertemuan sebelumnya.
- Nilai tarbiyah (pendidikan) dalam teguran Nabi. Hadis ini menunjukkan tarbiyah nabawiyah (pola pendidikan Nabi) yang sangat halus ketika Nabi menegur suatu perbuatan yang tidak baik. Nabi menyampaikan teguran tersebut dengan kelembutan, sambil menanamkan prinsip bahwa seseorang perlu menyesuaikan pelaksanaan ibadah dengan batas kemampuannya, agar tidak menyakiti diri sendiri.
- Prinsip *tadarruj* (bertahap) dalam beribadah. Nabi tidak langsung mengarahkan kepada amalan yang berat, meski pun orang tersebut merasa mampu. Tujuannya agar ibadah berkesinambungan dan stabil, bukan kuat di awal lalu terputus.
- Anjuran berpuasa pada bulan-bulan Haram, termasuk Rajab, menunjukkan keutamaan waktu dalam ibadah, karena amal saleh pada waktu yang dimuliakan bernilai lebih besar. Isyarat Nabi untuk berpuasa dan berbuka secara bergantian menegaskan prinsip keseimbangan agar keutamaan tersebut diraih tanpa memberatkan diri.