



## **PUASA MENGENDALIKAN NAFSU MENGUATKAN AKAL DAN AGAMA**

**Muhith Muhammad Ishaq <sup>1</sup>**

<sup>1</sup>STAI Dirosat Islamiyah Al-Hikmah, Jakarta, Indonesia; email: [Muhith.mmi@gmail.com](mailto:Muhith.mmi@gmail.com)

### **Keywords**

*Fasting, Lust, Reason, Religion*

### **ABSTRACT**

*This research aims to interpret what the benefits of fasting are in controlling lust and increasing the role of reason and religion of human beings. Because fasting not only refrains from eating and drinking all day, but is an important pillar in the formation of a society with noble and superior character. This research method is qualitative by collecting primary and secondary data sourced from literature, namely the Qur'an, books of tafsir, hadith, Sirah Nabawiyah, journals, and research published online. The conclusion of the study is that with fasting, human passions will be controlled, their minds will strengthen and develop and the values of faith in their souls will be stronger.*

### **Kata Kunci:**

**Puasa, Nafsu, Akal, Agama**

### **ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan memaknai seperti apa manfaat puasa dalam mengendalikan nafsu dan meningkatkan peran akal dan agama umat manusia. Sebab puasa tidak hanya menahan makan minum sepanjang hari, tetapi menjadi pilar penting dalam pembentukan masyarakat berkarakter mulia dan unggul. Metode penelitian ini adalah kualitatif dengan mengumpulkan data primer maupun skunder yang bersumber dari pustaka yaitu Al-Qur'an, kitab tafsir, hadits, Sirah Nabawiyah, jurnal, dan penelitian yang diterbitkan secara online. Kesimpulan penelitian adalah bahwa dengan puasa, nafsu manusia akan terkendali, akal pikirannya akan menguat dan berkembang serta nilai-nilai keimanan dalam jiwanya semakin kokoh.

## A. Pendahuluan

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), puasa adalah tindakan menghindari makan, minum, dan sebagainya secara sengaja. Puasa juga dapat diartikan sebagai salah satu rukun Islam yang berupa ibadah menahan diri atau berpantang makan, minum, dan segala yang membatalkannya. Puasa dilakukan mulai terbit fajar hingga terbenam matahari. Kata puasa berasal dari bahasa Arab "shaum" atau "shiyam" yang artinya menahan diri atau mengekang.<sup>1</sup>

Puasa Ramadhan diwajibkan atas kaum muslimin, menjadi salah satu dari lima rukun Islam tahun kedua Hijriyah.<sup>2</sup>

Puasa Ramadhan dalam persepektif sejarah Islam adalah salah satu instrument penting dalam mengurai persoalan sosial ekonomi yang terjadi di Madinah. Beban sosial ekonomi Madinah setelah kehadiran kaum muslimin diselesaikan dengan berbagai pendekatan seperti mempersaudarakan antara kaum Muhajirin dan Anshar, menjadikan bagian dari masjid sebagai tempat tinggal bagi mereka yang tidak mendapatkan rumah, puasa Ramadhan, kewajiban zakat mal dan zakat fitrah menjadi salah satu instrumen penting dalam membangun kebersamaan dan kekuatan mental, sabar dan syukur pada generasi awal kaum muslimin.<sup>3</sup> Maka pada bulan Sya'ban tahun kedua Hijriyah Allah turunkan perintah berpuasa, menjadikannya sebagai rukun Islam sebagaimana puasa telah diwajibkan pada umat sebelumnya. Firman Allah:

*Hai orang-orang yang beriman, diwajibkan atas kamu berpuasa sebagaimana diwajibkan atas orang-orang sebelum kamu agar kamu bertakwa, (QS. 2/ Al Baqarah ayat 183)*

Puasa Ramadhan diwajibkan sebagai salah satu instrument penting dalam pembentukan masyarakat yang unggul dan berkarakter, seperti dalam firman Allah:

*Kamu adalah umat yang terbaik yang dilahirkan untuk manusia, menyuruh kepada yang ma'ruf, dan mencegah dari yang munkar, dan beriman kepada Allah. Sekiranya Ahli*

---

<sup>1</sup> Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, Kamus Besar Bahasa Indonesia (Jakarta: Balai Pustaka, 2001), h.902

<sup>2</sup> Kajian Teks et al., "Puasa Dalam Al-Qur'an," n.d., 161-80.

<sup>3</sup> Al Shalaby, Dr. Ali Muhammad, 1428H-2007M, As Sirah An Nabawiyyah, 'ardhu waqa'ia wa tahlil ahdats, Cet. VI, Darulma'rifah, Beirut Libanon. Hal. 388

*Kitab beriman, tentulah itu lebih baik bagi mereka, di antara mereka ada yang beriman, dan kebanyakan mereka adalah orang-orang yang fasik. (QS. 3/ Ali Imran ayat 110)*

Berpuasa selama sebulan Ramadhan tidak akan mengubah hakekat manusia menjadi malaikat, tetapi telah mengingatkan manusia kepada kesejatan yang sering terabaikan oleh berbagai keadaan. Manusia bukan hanya rangkaian tulang berbalut otot dan daging yang memerlukan konsumsi nutrisi makanan setiap hari. Tetapi manusia makhluk mulia yang dikaruniai akal fikiran dan ajaran agama. <sup>4</sup>

## **B. Metode**

Metode Penelitian ini merupakan jenis penelitian kualitatif dengan kajian pustaka. Penelitian kualitatif tidak dimaksudkan untuk melihat objektivitas suatu masalah tetapi memaknai satu masalah atau fenomena tertentu.<sup>5</sup> Kesimpulan penelitian kualitatif tidak dilihat salah benar seperti pada penelitian kuantitatif yang bersifat positivistik.

Penelitian kualitatif ini selanjutnya mendapatkan temuan penelitian yang tidak digeneralisasi seperti penelitian kuantitatif. <sup>6</sup>

Seluruh data primer maupun skunder penelitian bersumber dari pustaka yaitu Al-Qur'an, kitab tafsir, hadits, jurnal, dan penelitian yang diterbitkan secara online. Metode analisis data yang digunakan adalah reduksi data, display data, dan penarikan kesimpulan. Sifat analisis data yang digunakan adalah deskriptif analitis. <sup>7</sup>

Metode analisis data adalah dengan analisis isi (*content analysis*). Analisis adalah suatu teknik dalam mengambil kesimpulan dengan mengidentifikasi berbagai karakteristik khusus suatu pesan secara obyektif dan sistematis. Analisis isi adalah

---

<sup>4</sup> Husnul Hidayati, "Riyadhah of Fasting as Self-Control Educational Model for Achieving Physiological Needs," *Millah: Journal of Religious Studies* 20, no. 1 (2020): 111-34, <https://doi.org/10.20885/millah.vol20.iss1.art5>.

<sup>5</sup> Steven J. Taylor, Robert Bogdan, dan Majorie L. DeVault, *Introduction to Qualitative Research Methods: A Guidebook and Resource*, 4 ed. (New Jersey: John Wiley & Sons, 2016). 38

<sup>6</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif R&D* (Bandung: Alfabeta, 2011).

<sup>7</sup> Ajat Rukajat, *Pendekatan Penelitian Kualitatif (Qualitative Research Approach)* (Sleman: Deepublish, 2018); Meinarini Utami dan Suci Ratnawati, "Asbabun Nuzul Ayat Al-Qur'an Berkaitan Produktivitas dan Media Pembelajaran Online," *Studia Quranika: Jurnal Studi Quran* 6, No. 2 (2022): 217-39, <https://doi.org/10.21111/studiquran.v6i2.5464>.

suatu teknik penelitian untuk membuat perujukan pengenalan karakteristik tertentu di dalam teks secara sistematis dan obyektif.<sup>8</sup>

## C. Hasil dan Pembahasan

### PERAN NAFSU SYAHWAT

Ada nafsu-syahwat yang Allah ciptakan pada manusia untuk fungsi kehidupan yang tidak mungkin dinafikan. Tanpa nafsu makan, kehidupan manusia akan terhenti, hilang harapan, tanpa pergerakan, apalagi pertumbuhan. Lihatlah keadaan di rumah sakit atau di mana saja, ketika seseorang sudah menolak asupan makanan, maka tanda-tanda kehidupan padanya sudah di ambang tiada.

Tanpa nafsu seksual, maka bangsa manusia tidak akan mampu berketurunan untuk melanjutkan regenerasi manusia dari masa ke masa. Tengoklah beberapa negara maju sekarang ini yang mengalami krisis populasi akibat rendahnya angka kelahiran warganya.<sup>9</sup>

Rasulullah-shallallahu alaihi wasallam- menegur sahabatnya yang mengabaikan hak asupan fisik dan keluarganya karena puasa dan shalat malam sepanjang waktu.

*...Jangan engkau lakukan, berpuasa dan berbukalah, tidur dan shalatlah, sesungguhnya ada hak fisikmu atas dirimu, ada hal mata atasmu, ada hak istri atas dirimu, ada hak tamu atas dirimu...* (HR. Al Bukhari dan Muslim)

Nafsu-syahwat memiliki peran penting bagi kehidupan, tanpanya kehidupan manusia kehilangan dinamika kehilangan romantika, kehilangan harapan. Tetapi membiarkan nafsu tanpa kendali bisa membahayakan kehidupan, menimbulkan banyak kerusakan dan kerugian, menurunkan martabat manusia, sehingga bisa lebih hina dari hewan. Firman Allah:

*Terangkanlah kepadaku tentang orang yang menjadikan hawa nafsunya sebagai tuhan. Maka apakah kamu dapat menjadi pemelihara atasnya?, atau apakah kamu mengira bahwa kebanyakan mereka itu mendengar atau memahami. Mereka itu tidak lain, hanyalah*

---

<sup>8</sup> Gusti Arafat, "Membongkar Isi Pesan dan Media dengan Content Analysis," Jurnal Alhadrah Vol. 17, no. 33 (2018): h. 33

<sup>9</sup> Fransiska Liska, Veronika Tiara, dan Yusawinur Barella, "Menyelami Tren Populasi Dunia: Fakta, Angka, dan Implikasinya," SOSIAL: Jurnal Ilmiah Pendidikan IPS 2, no. 3 (2024): 1-7.

seperti binatang ternak, bahkan mereka lebih sesat jalannya (dari binatang ternak itu). (QS. Al Furqan: 43-44) disebutkan pula dalam hadits Rasulullah -shallallahu alaihi wasallam.

Dari Anas-radhiyallahu anhu- berkata: Rasulullah -shallallahu alaihi wasallam bersabda: Tiga perkara yang membinasakan: sifat pelit yang dipatuhi, hawa nafsu yang dituruti, dan memanggakan diri sendiri. (Syu'abul-iman)

Keberhasilan mengendalikan diri selama bulan Ramadhan memberikan pengalaman berharga bagi kaum muslimin untuk menguatkan peran akal dan agama dalam kehidupan sehari-hari, bukan mengedepankan nafsu syahwat belaka.<sup>10</sup>

Syahwat perut adalah perusak manusia yang paling berbahaya. Karena godaannya Nabi Adam Alaihissalam dikeluarkan dari surga. Dan dari syahwat ini pula terjadi syahwat kekayaan dan kemaluan, dan dari situlah banyak turunan keburukan yang dihasilkan.<sup>11</sup> Imam Ibnu Qudamah Al Maqdisiy memberikan judul "*Kasru Asy Syahwatain*" meng-kasrah- dua syahwat, yaitu perut dan kemaluan.

Kasrah adalah satu di antara tiga bunyi harakat dalam Bahasa Arab, yaitu fathah-dhammah dan kasrah. Meng-kasroh syahwat artinya memberikan ia hak hidup, tetapi tidak dominan, letaknya berada di bawah huruf, berbeda dengan dhammah dan fathah yang terletak berada di atas huruf.

Apalagi kalau kata ini dianalisa menggunakan ilmu *nahwu*/grammar, *dhammah* adalah alamat/tanda *rafa'*/naik-tinggi, *fathah* adalah alamat/tanda *nashab*/tegak, kokoh, dan *kasrah* adalah alamat/tanda *khafdl*/rendah.

Nafsu pada manusia harus tetap ada, tidak boleh dinafikan/dimatikan seperti harakat sukun, tetapi ia juga tidak boleh fathah maupun dhammah, ia harus eksis tetapi berada di bawah huruf, tidak boleh berada di atasnya. Satu pelajaran simbolik bagi manusia, bahwa nafsu harus berada dibawah kendali manusia, bukan mengendalikan manusia.

---

<sup>10</sup> Hanifah Novianti, "Fungsi Puasa Dalam Membina Kecerdasan Emosional Menurut Hadis-Hadis Rasulullah SAW," *SHAHIH (Jurnal Kewahyuan Islam)* 6, no. 2 (2023): 226, <https://doi.org/10.51900/shh.v6i2.19394>.

<sup>11</sup> Al Maqdisiy, Al Imam Al Syaikh Ahmad ibn Abdurrahman ibn Qudamah, 1408 H- 1987M, *Mukhtashar Minhajul Qasidi*, Libanon, Beirut, Darul Fikr. Hal. 153

Mengendalikan nafsu dengan akal dan agama menjadi keniscayaan bagi manusia untuk membangun kehidupan yang berkemajuan, berperadaban, berdaya, bermartabat, dan bermanfaat bagi sesama.<sup>12</sup>

## PERAN AKAL DAN ILMU

Penentuan awal dan akhir puasa Ramadhan ditetapkan berdasarkan hisab/perhitungan hari dalam satu bulan yang telah mencapai bilangan duapuluh sembilan atau tiga puluh hari adalah pekerjaan ilmiah yang menuntut kecerdasan akal, kecukupan ilmu, dan ketajaman analisa. Tanpa dukungan ilmu pengetahuan penentuan bulan menggunakan hisab/perhitungan mustahil dilakukan.<sup>13</sup>

Demikian pula penentuan berdasarkan ru'yah/melihat hilal awal bulan adalah pekerjaan ilmiah yang mendasarkan pada fakta dan data, bukan praduga.

Akal adalah anugerah Allah kepada manusia yang membedakannya dari makhluk lain, yang membuat manusia mampu belajar, berilmu pengetahuan, berkreasi dan berinovasi dalam mengelola dunia.<sup>14</sup> Firman Allah:

*Katakanlah: "Dialah Yang menciptakan kamu dan menjadikan bagi kamu pendengaran, penglihatan dan hati". (Tetapi) amat sedikit kamu bersyukur. (QS. Al Mulk: 23)*

Dalam agama, akal fikiran memiliki peran penting; ia menjadi pintu masuk keimanan, menjadi syarat mukallaf untuk menjalankan ajaran agama, Rasulullah-shallallahu alaihi wasallam- bersabda:

*Pena diangkat -perbuatan tidak dicatat- dari tiga orang: Orang tidur sehingga ia terbangun, anak kecil sehingga dewasa, orang gila sehingga berakal atau sembuh. (HR Ahmad dari Ummul Mukminin Aisyah-radhiyallahu anha)*

Maka menjaga akal fikiran agar tetap sehat dan berfungsi dengan baik, menjadi kewajiban penting dalam kehidupan. Dari itulah Islam melarang minuman keras dan sejenisnya karena bisa merusak akal. Islam menganjurkan ummatnya untuk memberikan nutrisi yang berkualitas agar akal dapat tumbuh berkembang dengan

---

<sup>12</sup> Reynaldi Adi Surya, "Kedudukan Akal Dalam Islam: Perdebatan Antara Mazhab Rasional Dan Tradisional Islam," *Ushuluna: Jurnal Ilmu Ushuluddin* 1, no. 1 (2020): 1-21, <https://doi.org/10.15408/ushuluna.v1i1.15329>.

<sup>13</sup> Lisa Istianah, "Penentuan Awal Puasa Ramadhan dalam Perspektif Hadis," *Jurnal Riset Agama* 1, no. 1 (2021): 167-76, <https://doi.org/10.15575/jra.v1i1.14365>.

<sup>14</sup> Deni Irawan, "Fungsi Dan Peran Agama Dalam Perubahan Sosial Individu, Masyarakat," *Borneo : Journal of Islamic Studies* 2, no. 2 (2022): 125-35, <https://doi.org/10.37567/borneo.v2i2.1255>.

sebaik-baiknya, termasuk di antaranya adalah anjuran belajar, bertanya atas apa yang belum diketahuinya. Firman Allah:

*maka tanyakanlah olehmu kepada orang-orang yang berilmu, jika kamu tiada mengetahui.* (QS. Al Anbiya; 7)

Masyarakat Rabbani dicirikan sebagai masyarakat pembelajar, yang dengan terus menerus belajar dan mengajar tanpa henti, menganjurkan berfikir, mengkaji, merencanakan dan mengevaluasi. Firman Allah:

*...Akan tetapi (dia berkata): "Hendaklah kamu menjadi orang-orang rabbani, karena kamu selalu mengajarkan Al Kitab dan disebabkan kamu tetap mempelajarinya.* (QS. Ali Imran: 79)

Menguatnya peran akal -dari pada nafsu- dalam kehidupan manusia akan menaikkan level sosialnya menjadi masyarakat yang lebih rasional, jauh dari emosional; menjadikannya lebih obyektif melihat persoalan, tidak subyektif tergantung apa kata orang yang dikultuskan; menimbang manfaat-madharat dalam menentukan pilihan, bukan hanya suka-tidak suka, lebih realistis dalam melihat kenyataan, bukan tenggelam dalam hayalan dan angan-angan.<sup>15</sup>

Mensyukuri nikmat akal fikiran sebagai anugerah terindah dari Allah -subhanahu wa ta'ala- yang akan dipertanggung jawabkan kelak di hari kiamat, akan meningkatkan budaya kerja, teliti sebelum berkata dan bertindak, mengoptimalkan pendengaran dan penglihatan, mengumpulkan data sebanyak-banyaknya sebelum menjadi keputusan.<sup>16</sup> Firman Allah:

*Dan janganlah kamu mengikuti apa yang kamu tidak mempunyai pengetahuan tentangnya. Sesungguhnya pendengaran, penglihatan dan hati, semuanya itu akan diminta pertanggungan jawabnya.* (QS. Al Isra: 36)

Allah subhanahu wa ta'la memuji orang-orang yang menggunakan perangkan cerdasnya, pendengaran, penglihatan, akal fikiran sebagai alat untuk menyerapa informasi sebanyak-banyaknya, sebagai kelompok orang yang mendapatkan hidayah. Firman Allah:

---

<sup>15</sup> Aan Rukmana, "Kedudukan Akal dalam al-Qur'an dan al-Hadis," *Mumtaz: Jurnal Studi Al-Qur'an dan Keislaman* 1, no. 1 (2019): 23-34, <https://doi.org/10.36671/mumtaz.v1i1.2>.

<sup>16</sup> Rukmana.

*" yang mendengarkan perkataan lalu mengikuti apa yang paling baik di antaranya. Mereka itulah orang-orang yang telah diberi Allah petunjuk dan mereka itulah orang-orang yang mempunyai akal. (QS. Az Zumar: 18)*

Dan salah satu penyesalan penghuni neraka yang Allah terangkan dalam Al Qur'an adalah karena tidak mendengar dan mendaya gunakan akal fikiran. Firman Allah:

*Dan mereka berkata: "Sekiranya kami mendengarkan atau memikirkan (peringatan itu) niscaya tidaklah kami termasuk penghuni-penghuni neraka yang menyala-nyala" (QS. Al Mulk: 10)*

Kerja keras akal fikiran manusia mampu mewujudkan perdaban, kemajuan teknologi yang memudahkan kehidupan di muka bumi.<sup>17</sup>

Akan tetapi jika akal fikiran dilepaskan tanpa pondasi agama maka bisa menjadi malapetaka, dan membuat manusia terlena, lupa akhirat. Firman Allah.

*Mereka hanya mengetahui yang lahir (saja) dari kehidupan dunia; sedang mereka tentang (kehidupan) akhirat adalah lalai. (QS. Ar Rum: 7)*

Menguatkan daya akal untuk mendapatkan ilmu pengetahuan dengan berpuasa telah dikenal lama di dunia pesantren. Imam Al Zarnuji meyebutkan bahwa di antara sikap al wara' dalam belajar untuk mendapatkan ilmu yang bermanfaat adalah menghindari perut kenyang dan banyak tidur. Dan factor penting untuk menguatkan hafalan adalah kesungguhann dan mengurangi makan.<sup>18</sup>

## **PERAN AGAMA**

Keberadaan niat lillahi ta'laa (karena Allah subhanahu wa ta'ala) sebagai salah satu rukun puasa menegaskan peran agama dalam mengendalikan amal perbuatan manusia. Niat memberikan arah orientasi amal perbuatan. Seperti tercantum dalam hadits Nabi:

*"Sesungguhnya amal perbuatan itu tergantung pada niatnya, dan bagi setiap orang akan mendapatkan sesuai dengan niatnya...." (HR. Al Bukhari dan Muslim dari Amirul mukminin Umar ibn Al Khaththab)*

---

<sup>17</sup> Rukmana.

<sup>18</sup> Al Zarnuji, Al imam Burhanul Islam, *Matan Ta'limul muta'allim*. Semarang, Maktabah Al Alawiyah. (TT) Hal 50 dan 54



Niat menjadi pembeda utama amal perbuatan manusia yang membedakannya dari ibadah dan bukan ibadah, membedakan ibadah wajib maupun sunnah. Seseorang yang tidak makan minum sepanjang hari di luar bulan Ramadhan, bisa bernilai puasa atau tidak puasa tergantung dari niatnya.<sup>19</sup>

Ketulusan niat karena Allah dalam seluruh tindakan manusia berperan penting dalam menjaga kualitas amal dan konsistensinya.

Maka agama menjadi keniscayaan, dengan landasan iman yang baik manusia akan terhindarkan dari situasi lupa diri ketika berhasil dan frustrasi ketika gagal, banyak berkeluh kesah ketika miskin dan menjadi kikir ketika kaya. Seperti tersebut dalam hadits Nabi:

*Dari Shuhaib berkata: Rasulullah-shallallahu alaihi wasallam-bersabda: Alangkah mengagumkannya urusan orang beriman itu. Semua urusannya adalah baik baginya, dan hal ini tidak pernah ada kecuali bagi orang beriman. Jika ia mendapatkan kemudahan, ia bersyukur, maka itu kebaikan baginya, dan jika kesulitan menimpanya, ia bersabar, maka baik baginya.* (HR Muslim)

Pencapaian kemajuan dunia tanpa landasan iman, akan membuat seseorang menjadi sombong, merendahkan sesama, terlena, terpedaya oleh kemilau dunia, tidak percaya lagi dengan hari kiamat, seperti yang terjadi pada pemilik dua kebun yang indah yang tercantum dalam Al Qur'an, Surah 18/ Al Kahfi, ayat 32 sampai 44.

Kesombongan oleh kekayaan yang menyebabkan kehancuran dan kerugian selama-lamanya. Pencapaian usaha yang luar bisa tanpa dilandasi iman kepada Allah -subhanahu wa ta'la- bisa membuat seseorang menjadi materealis, glamour, hedonis, lupa diri dan berpotensi menyesatkan orang lain. Seperti cerita Qarun dalam Al Qur'an surah 28/ Al Qashash dari ayat 76 sampai 82.

Firman Allah: *Karun berkata: "Sesungguhnya aku hanya diberi harta itu, karena ilmu yang ada padaku". Dan apakah ia tidak mengetahui, bahwasanya Allah sungguh telah membinasakan umat-umat sebelumnya yang lebih kuat daripadanya, dan lebih banyak mengumpulkan harta? Dan tidaklah perlu ditanya kepada orang-orang yang berdosa itu, tentang dosa-dosa mereka. Maka keluarlah Karun kepada kaumnya dalam kemegahannya. Berkatalah orang-orang yang menghendaki kehidupan dunia: "Moga-moga kiranya kita*

---

<sup>19</sup> Abu Abdul Kadir, "Kedudukan Niat Dalam Ibadah," *Institutional Repository* 5, no. 4 (2015): 23-40.

*mempunyai seperti apa yang telah diberikan kepada Karun; sesungguhnya ia benar-benar mempunyai keberuntungan yang besar". (QS. Al Qashash: 78-79)*

Pesona Karun mampu menyihir sebagian orang, sehingga mereka berharap bisa kaya raya dan bergaya seperti Qarun. Jika tidak ada orang berilmu yang mengingatkannya maka, wabah hedonis, materialis akan menghancurkan semuanya. Firman Allah:

*Berkatalah orang-orang yang dianugerahi ilmu: "Kecelakaan yang besarlah bagimu, pahala Allah adalah lebih baik bagi orang-orang yang beriman dan beramal saleh, dan tidak diperoleh pahala itu, kecuali oleh orang-orang yang sabar". (81) Maka Kami benamkanlah Karun beserta rumahnya ke dalam bumi. Maka tidak ada baginya suatu golonganpun yang menolongnya terhadap azab Allah. Dan tiadalah ia termasuk orang-orang (yang dapat) membela (dirinya). (82) Dan jadilah orang-orang yang kemarin mencita-citakan kedudukan Karun itu, berkata: "Aduhai, benarlah Allah melapangkan rezeki bagi siapa yang Dia kehendaki dari hamba-hambanya dan menyempitkannya; kalau Allah tidak melimpahkan karunia-Nya atas kita benar-benar Dia telah membenamkan kita (pula). Aduhai benarlah, tidak beruntung orang-orang yang mengingkari (nikmat Allah)". (QS. Al Qashash: 80-82)*

Agama, keimanan berperan besar dalam mengawal pencapaian dunia sehingga membawa maslahat bagi kehidupan. Kekuasaan besar Nabi Sulaiman, kekayaan berlimpah, disikapi dengan penuh syukur dan rendah hati. Seperti ketika mendengar seruan semut kepada kawanannya, agar segera masuk ke sarangnya, menghindari injakan kaki Nabi Sulaiman dan pasukannya. Firman Allah:

*Maka dia tersenyum dengan tertawa karena (mendengar) perkataan semut itu. Dan dia berdoa: "Ya Tuhanku berilah aku ilham untuk tetap mensyukuri nikmat Mu yang telah Engkau anugerahkan kepadaku dan kepada dua orang ibu bapakku dan untuk mengerjakan amal saleh yang Engkau ridhai; dan masukkanlah aku dengan rahmat-Mu ke dalam golongan hamba-hamba-Mu yang saleh". (QS. 27/ An Naml ayat 19)*

Semua pencapaian keberhasilan itu disikapi sebagai ujian, untuk disyukuri, bukan untuk dibangga-banggakan. Firman Allah tentang Nabi Sulaiman:

*Iapun berkata: "Ini termasuk kurnia Tuhanku untuk mencoba aku apakah aku bersyukur atau mengingkari (akan nikmat-Nya). Dan barangsiapa yang bersyukur maka sesungguhnya dia bersyukur untuk (kebaikan) dirinya sendiri dan barangsiapa yang ingkar, maka sesungguhnya Tuhanku Maha Kaya lagi Maha Mulia". (QS. 27/ An Naml ayat 40)*

## D. Kesimpulan

Ibadah puasa Ramadhan adalah salah satu rukun Islam yang menjadi instrument penting dalam mengendalikan nafsu manusia, menguatkan daya, fungsi dan peran akal untuk menjadi ruang bagi ilmu pengetahuan sekaligus memberikan pondasi keimanan bersabar dan bersyukur dalam menjalani kehidupan sehingga tidak jumawa, lupa diri ketika berhasil dan frustrasi ketika gagal.

## Daftar Pustaka

- Abdul Kadir, Abu. "Kedudukan Niat Dalam Ibadah." *Institutional Repository* 5, no. 4 (2015): 23–40.
- Hidayati, Husnul. "Riyadhah of Fasting as Self-Control Educational Model for Achieving Physiological Needs." *Millah: Journal of Religious Studies* 20, no. 1 (2020): 111–34. <https://doi.org/10.20885/millah.vol20.iss1.art5>.
- Irawan, Deni. "Fungsi Dan Peran Agama Dalam Perubahan Sosial Individu, Masyarakat." *Borneo: Journal of Islamic Studies* 2, no. 2 (2022): 125–35. <https://doi.org/10.37567/borneo.v2i2.1255>.
- Istianah, Lisa. "Penentuan Awal Puasa Ramadhan dalam Perspektif Hadis." *Jurnal Riset Agama* 1, no. 1 (2021): 167–76. <https://doi.org/10.15575/jra.v1i1.14365>.
- Liska, Fransiska, Veronika Tiara, dan Yusawinur Barella. "Menyelami Tren Populasi Dunia: Fakta, Angka, dan Implikasinya." *SOSIAL: Jurnal Ilmiah Pendidikan IPS* 2, no. 3 (2024): 1–7.
- Novianti, Hanifah. "Fungsi Puasa Dalam Membina Kecerdasan Emosional Menurut Hadis-Hadis Rasulullah SAW." *SHAHIH (Jurnal Kewahyuan Islam)* 6, no. 2 (2023): 226. <https://doi.org/10.51900/shh.v6i2.19394>.
- Rukmana, Aan. "Kedudukan Akal dalam al-Qur'an dan al-Hadis." *Mumtaz: Jurnal Studi Al-Qur'an dan Keislaman* 1, no. 1 (2019): 23–34. <https://doi.org/10.36671/mumtaz.v1i1.2>.
- Surya, Reynaldi Adi. "Kedudukan Akal Dalam Islam: Perdebatan Antara Mazhab Rasional Dan Tradisional Islam." *Ushuluna: Jurnal Ilmu Ushuluddin* 1, no. 1 (2020): 1–21. <https://doi.org/10.15408/ushuluna.v1i1.15329>.
- Teks, Kajian, Serta Implikasi, Lukman Nul Hakim, Umi Nur Kholifah, Universitas Islam, Negeri Raden, dan Fatah Palembang. "Puasa Dalam Al-Qur ' an," n.d., 161–80.