

Rāmādhān 1442 H

"Īstāq bārrūaṣṣā wālaḥū cōrōḡa ḡālaḡūda"





Puasa Ramadhan ini merupakan kali ke-dua kalinya umat muslim di dunia melakukan ibadah puasa Ramadhan di tengah masa Pandemi Covid-19. Namun, berbeda dengan puasa Ramadhan tahun lalu, di Puasa Ramadhan tahun 2021 ini Sobat Warta lebih leluasa beraktivitas. Tentunya dengan tetap menerapkan protokol kesehatan dengan tertib ya, Sob. Karena kita belum sepenuhnya lepas dari pandemi.

Sesuai dengan kalender Islam, Puasa Ramadhan tahun 2021 akan dimulai pada pertengahan April 2021. Bagi umat Muslim, menunaikan puasa di bulan Ramadhan adalah salah satu kewajiban yang harus dijalankan yang telah baligh dan mampu melaksanakannya.

Di edisi Warta Geospasial kali ini akan memberikan informasi tata cara melaksanakan ibadah Ramadhan selama pandemi sesuai anjuran pemerintah, agar Sobat Warta sekalian tetap sehat dan aman. Tidak lupa diselipkan juga jadwal imsakiyah untuk wilayah Kabupaten Bogor dan sekitarnya, agar Sobat Warta sekalian tidak ketinggalan sahur. Bisa bolong puasanya, hehe.

Semoga Sobat Warta sekalian lancar dalam menjalankan ibadah puasa Ramadhan tahun ini. Aamiin Ya Rabbal Alamin.

Tim Redaksi e-Warta Geospasial

Pengarah : Muhtadi Ganda Sutrisna
Penanggung Jawab : Suprajaka
Redaktur : Mone Iye Cornelia Marschiavelli
Editor : Ratih Destarina, Risa Krisadhi
Desain : Muhammad Afif
Juru foto : Achmad Faisal, Ivan Setiawan
Sekretariat : Kesturi Haryunani
Pembuat artikel & distribusi :
Adhy Rahadhyan, Maya Scoryna,
Tommy Nautico, Bramanto Apriandi,
Maryanto, Hero Hombas, Suranto,
Farrah Leovita.

Sekretariat e-Warta Geospasial

**Bidang Promosi dan Kerja Sama
Pusat Penelitian, Promosi dan Kerja Sama
Badan Informasi Geospasial
Jl. Raya Jakarta Bogor Km 46 Cibinong
Jawa Barat 16911
Email : wartageospasial.big@gmail.com**



Aman Berpuasa Saat Pandemi Covid - 19



*Puasa Berdasarkan
Ketentuan Fikih Ibadah*



*Sahur & Buka Puasa Individu/keluarga.
Tidak Sahur On The Road atau Bukber*



*Salat Tarawih, Tilawah
& Tadarus Individu/
berjamaah di Rumah*



*Peringatan Nuzulul Quran dalam
Bentuk Tablig di Lembaga
Pemerintahan/Swasta dan Masjid
Ditiadakan*



*Tidak Iktikaf Di
10 Malam Terakhir
Ramadan di Masjid*



*Salat Idul Fitri di Masjid/
Lapangan Ditiadakan*



*Silaturahmi/Halal
Bihalal Via Medsos
dan Video Call*



*Tidak Melakukan
Salat Tarawih Keliling dan
Takkbiran Keliling*

Sumber Data : Kemenag

PANDUAN IBADAH RAMADHAN DI JAWA BARAT SELAMA PANDEMI CORONA

Sumber : <https://news.detik.com/berita-jawa-barat/d-5531773/panduan-ibadah-ramadhan-di-jawa-barat-selama-pandemi-corona>

Penambahan kasus COVID-19 masih terjadi di Jawa Barat memasuki awal Ramadhan 1442 H. Satgas COVID-19 melaporkan, pada 13 April 2021 terdapat kenaikan 1.470 kasus baru, rinciannya 1.093 orang menjalani isolasi atau perawatan, 352 orang sembuh dan 25 orang meninggal dunia.

Kenaikan angka kasus tersebut membuat total kasus terkonfirmasi infeksi virus Corona di Jabar mencapai 260.048 kasus selama pandemi berlangsung. 3.392 nyawa melayang sejak pandemi COVID-19 merebak pada Maret 2020 lalu.

Angka kasus positif paling banyak di Jabar terdeteksi di Kota Depok dengan 6.603 kasus. Kemudian diikuti Kabupaten Karawang dengan 3.924 kasus, Kabupaten Bekasi dengan 3090 kasus dan Kabupaten Bogor dengan 2.580 kasus.

Lalu bagaimana kebijakan Pemprov Jabar dalam menghadapi kenaikan kasus COVID-19 selama Ramadhan dan Hari Raya Idul Fitri?

SALAT TARAWIH - SALAT IDUL FITRI

Dari sisi ibadah, baik salat taraweh dan salat Id. Pemprov Jabar secara umum mengikuti kebijakan dari pusat yang memperbolehkan ibadah digelar secara berjemaah, dengan syarat kapasitasnya dibatasi 50 persen.

Semua yang diputuskan pemerintah pusat, pada dasarnya Pemprov Jabar akan ikuti ya fatwa-fatwanya, (seperti) terkait buka bersama mungkin ditunda dulu. Idul Fitri kita menyesuaikan tidak ada beda," ucap Gubernur Jabar Ridwan Kamil di Trans Luxury Hotel, Kota Bandung, Selasa 6 April 2021.



Selain pembatasan kapasitas di dalam masjid, durasi tausiah atau ceramah pun tak boleh berlama-lama. Pengurus DKM masjid pun wajib mengingatkan penceramah terkait waktu, jika durasi ceramah terlalu lama. Selain itu, imam salat pun dianjurkan untuk membaca surat-surat pendek.

"Dalam bulan puasa ini juga kita berpanas-panasan dan begitu indahny saat berbuka, begitu juga saat menghadapi COVID-19, kita menahan diri agar tak berkerumun, menjaga protokol kesehatan hingga akhirnya tiba proklamasi merdeka dari pandemi ini," kata Emil -sapaan Ridwan Kamil-- di Masjid Pusdai, Senin 12 April 2021.

BUKA PUASA DAN SAHUR BERSAMA

Terkait tradisi di bulan Ramadan, seperti buka bersama, gubernur mengimbau agar masjid tak menggelar buka puasa atau sahur bersama. Dikhawatirkan terjadi kerumunan dengan massa yang tak memakai masker dengan sepatutnya. Prinsipnya pertama COVID masih berhubungan dengan kerumunan.

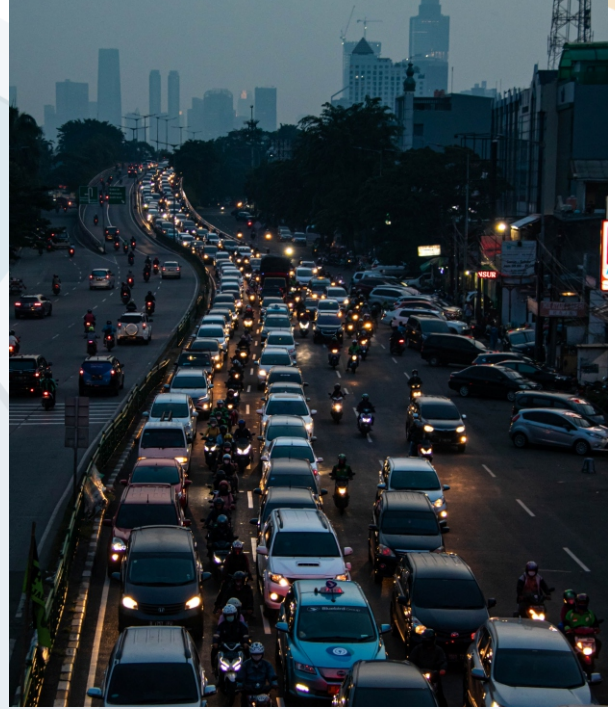
"Di mana ada kerumunan di situ ada potensi. Ada kerumunan kalau masjidnya penuh, ada kerumunan kalau buka bersamanya terlalu ramai dan sebagainya," ujar Emil di Mapolda Jabar, Jalan Soekarno-Hatta, Kota Bandung, Kamis 8 April 2021.

Soal buka bersama, ia menganjurkan agar warga tetap berbuka puasa dan sahur di rumah. "Sehingga sesuai arahan, di tahun ini beribadah Ramadhan diizinkan, tapi DKM-DKM konsisten disiplin untuk menjaga kapasitas hanya 50 persen. Artinya sebagian yang di rumah dianjurkan mengurangi kepadatan termasuk sahur atau buka puasa kita upayakan tetap di rumah," tutur Emil.



MUDIK

Dinas Perhubungan Jawa Barat (Dishub Jabar) mengantisipasi gelombang pemudik dengan menyiapkan 338 titik penyekatan. Di samping itu, Dishub juga menyiapkan tujuh posko penyekatan utama, dengan posko pantau utama di Nagreg, Kabupaten Bandung.



"Posko penyekatan ini angkanya bisa berkembang, kita akan selalu koordinasi ini dengan polisi. Untuk Jabar sendiri akan ada tujuh posko, posko utama di Nagreg dan sisa posko ini dikoordinasikan akan menyekat arus pemudik lintas provinsi," ujar Kabid Perhubungan Transportasi Darat Dishub Jabar Iskandar, Kamis 8 April 2021.

Di dalam posko penyekatan, Dishub Jabar akan berkoordinasi dengan Satgas COVID-19 setempat untuk melakukan tes acak. "Tidak hanya untuk angkutan umum, tapi semua ini nanti ada kriterianya," ucap Iskandar.

Seperti diketahui, pemerintah pusat melalui Menteri Koordinator PMK Muhadjir Effendy melarang warga mudik pada tanggal 6-17 Mei 2021. Aturan ini muncul tak lama, setelah Menhub Budi Karya memastikan tak ada larangan mudik.

SAMBUK RAMADHAN 2021 DI TENGAH PANDEMI COVID-19, BERIKUT 7 TIPS JAGA IMUN SAAT PUASA

Menjalani ibadah puasa pada Ramadhan 2021 di tengah pandemi COVID-19 ini merupakan sebuah tantangan bagi setiap orang.

Selain harus menahan lapar lebih dari 12 jam lamanya, kita juga dituntut untuk selalu bisa menjaga kesehatan agar tidak mudah tertular virus Corona.

Meski demikian, Ramadan 2021 tetap bisa dilalui dengan hikmat, apalagi jika menerapkan tips-tips sehat dan produktif di bawah ini:

1. PENUHI KEBUTUHAN NUTRISI DAN CAIRAN

Agar tidak kekurangan energi serta vitamin dan mineral yang dibutuhkan oleh tubuh saat berpuasa, mengonsumsi makanan bergizi saat sahur maupun berbuka menjadi hal yang sangat penting.

Lengkapilah menu sahur dan buka puasa dengan makanan yang kaya akan karbohidrat kompleks sebagai sumber energi, protein yang dapat menjaga daya tahan tubuh, dan serat untuk melancarkan pencernaan.

Selain itu, tetap minum air putih yang cukup, mulai dari berbuka puasa hingga sebelum sahur, agar tubuh tidak kekurangan cairan (dehidrasi).

Kurangi konsumsi makanan dan minuman yang tidak sehat, seperti makanan cepat saji (fast food), gorengan, dan makanan yang banyak mengandung gula.

Kurangi juga konsumsi minuman yang manis serta minuman berkafein, seperti teh dan kopi, karena dapat memicu dehidrasi.

2. TETAP AKTIF DAN RUTIN BEROLAHRAGA

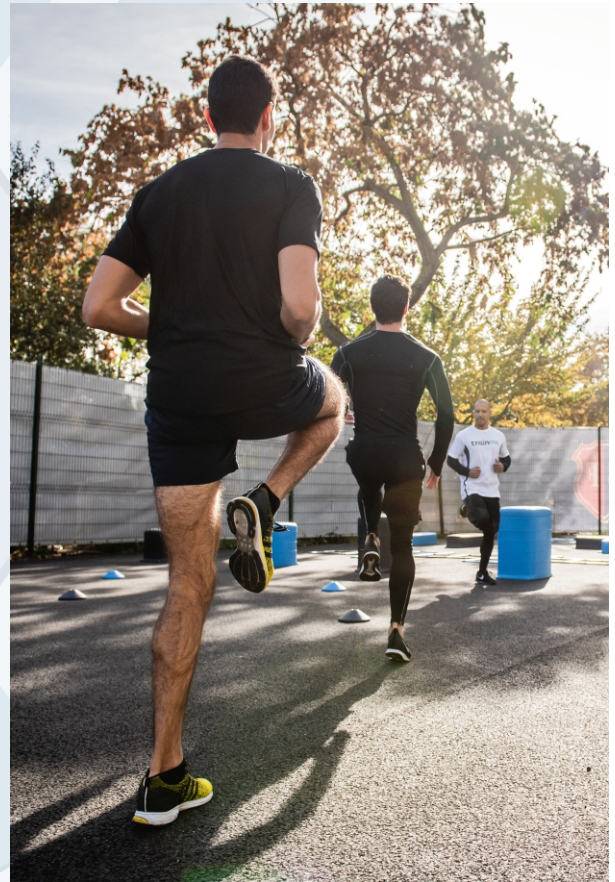
Wajar bila merasa lebih lemas dan lesu ketika berpuasa, namun tidak menjadi alasan untuk bermalas-malasan sepanjang hari.

Kita harus tetap aktif bergerak dan berolahraga secara rutin untuk menjaga imun.

Lakukanlah olahraga 3-5 kali seminggu dengan durasi 15-30 menit.

Pilih olahraga yang ringan dan tidak mengeluarkan terlalu banyak keringat, misalnya sit-up, yoga dengan gerakan yang santai, atau angkat beban ringan di rumah.

Bisa juga berjalan santai di sekitar perumahan sambil tetap terapkan physical distancing alias menjaga jarak dengan orang lain paling tidak 1-2 meter.



3. ISTIRAHAT YANG CUKUP

Selama bulan Ramadan, tidak sedikit orang yang bangun dini hari untuk melakukan salat atau bangun awal untuk menyiapkan sahur, karena itu waktu tidur harus dijaga dan diperhatikan.

Cukup atau tidaknya waktu tidur dan istirahat sangat berpengaruh pada imunitas tubuh, dan kurang tidur bisa mengakibatkan lebih mudah terinfeksi kuman penyakit, termasuk virus Corona.

Ganti waktu tidur malam yang kurang dengan tidur siang atau tidur lebih awal di malam hari.

4. JALANI IBADAH DI RUMAH

Ramadan memang erat dengan ibadah bersama di masjid.

Tetap menerapkan physical distancing bagi yang pergi ke masjid.

Bagi yang ingin beribadah di rumah, tetap bisa melakukan ibadah salat tarawih berjamaah dengan keluarga dan juga bisa mengaji dan mendengarkan ceramah dari TV atau radio bersama-sama.

5. SILATURAHMI DENGAN CARA LAIN

Bulan puasa juga merupakan momen yang tak lepas dari kegiatan silaturahmi.

Namun, di tengah merebaknya virus Corona seperti sekarang, lebih baik menunda dulu berkumpul dengan sanak saudara atau kerabat secara langsung untuk mengurangi risiko penyebaran virus ini.

Kita bisa memanfaatkan telepon,

gadget, dan koneksi internet, untuk bersilaturahmi dengan keluarga tanpa membuat orang lain maupun diri sendiri berisiko terpapar virus Corona.

6. TETAP LAKUKAN VAKSINASI

Walau sedang berpuasa, pemberian vaksin COVID-19 tetap harus dijalankan.

Tujuannya adalah untuk mencapai kekebalan kelompok atau herd immunity, sehingga rantai penularan virus Corona bisa terputus secepatnya.

Mengingat tahap kedua vaksinasi sudah berjalan, tahap ketiga vaksinasi untuk masyarakat umum kemungkinan akan segera dimulai dan mungkin saja pada bulan Ramadan.

Melakukan vaksinasi saat berpuasa tidak akan membatalkan puasa.

7. URUNGAN NIAT UNTUK MUDIK

Mengurungkan niat untuk mudik tidak akan mengurangi kesucian bulan penuh berkah ini, alih-alih menjadi perbuatan yang baik karena melindungi keluarga dan orang lain dari risiko terinfeksi virus Corona.



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA

DIREKTORAT JENDERAL BIMBINGAN MASYARAKAT ISLAM

Jadwal Imsakiyah

1442 H/2021 M PROVINSI JAWA BARAT UNTUK DAERAH KABUPATEN BOGOR

NO	TANGGAL	IMSAK	SUBUH	TERBIT	DHUHA	ZUHUR	ASAR	MAGHRIB	ISYA'
1	1 RAMADAN 1442 H	04:29	04:39	05:51	06:18	11:57	15:15	17:56	19:05
2	2 RAMADAN 1442 H	04:28	04:38	05:51	06:18	11:57	15:15	17:55	19:04
3	3 RAMADAN 1442 H	04:28	04:38	05:51	06:18	11:56	15:14	17:55	19:04
4	4 RAMADAN 1442 H	04:28	04:38	05:51	06:18	11:56	15:14	17:54	19:04
5	5 RAMADAN 1442 H	04:28	04:38	05:51	06:18	11:56	15:14	17:54	19:03
6	6 RAMADAN 1442 H	04:28	04:38	05:51	06:18	11:56	15:14	17:54	19:03
7	7 RAMADAN 1442 H	04:28	04:38	05:50	06:18	11:55	15:14	17:53	19:03
8	8 RAMADAN 1442 H	04:28	04:38	05:50	06:18	11:55	15:14	17:53	19:02
9	9 RAMADAN 1442 H	04:27	04:37	05:50	06:18	11:55	15:14	17:52	19:02
10	10 RAMADAN 1442 H	04:27	04:37	05:50	06:18	11:55	15:14	17:52	19:02
11	11 RAMADAN 1442 H	04:27	04:37	05:50	06:18	11:55	15:14	17:52	19:02
12	12 RAMADAN 1442 H	04:27	04:37	05:50	06:18	11:54	15:14	17:51	19:01
13	13 RAMADAN 1442 H	04:27	04:37	05:50	06:18	11:54	15:14	17:51	19:01
14	14 RAMADAN 1442 H	04:27	04:37	05:50	06:18	11:54	15:14	17:51	19:01
15	15 RAMADAN 1442 H	04:27	04:37	05:50	06:18	11:54	15:14	17:50	19:01
16	16 RAMADAN 1442 H	04:27	04:37	05:50	06:18	11:54	15:14	17:50	19:01
17	17 RAMADAN 1442 H	04:26	04:36	05:50	06:18	11:54	15:14	17:50	19:00
18	18 RAMADAN 1442 H	04:26	04:36	05:50	06:18	11:53	15:14	17:50	19:00
19	19 RAMADAN 1442 H	04:26	04:36	05:50	06:18	11:53	15:14	17:49	19:00
20	20 RAMADAN 1442 H	04:26	04:36	05:50	06:18	11:53	15:14	17:49	19:00
21	21 RAMADAN 1442 H	04:26	04:36	05:50	06:18	11:53	15:14	17:49	19:00
22	22 RAMADAN 1442 H	04:26	04:36	05:50	06:18	11:53	15:13	17:49	19:00
23	23 RAMADAN 1442 H	04:26	04:36	05:50	06:18	11:53	15:13	17:48	18:59
24	24 RAMADAN 1442 H	04:26	04:36	05:50	06:19	11:53	15:13	17:48	18:59
25	25 RAMADAN 1442 H	04:26	04:36	05:50	06:19	11:53	15:13	17:48	18:59
26	26 RAMADAN 1442 H	04:26	04:36	05:51	06:19	11:53	15:13	17:48	18:59
27	27 RAMADAN 1442 H	04:26	04:36	05:51	06:19	11:53	15:13	17:48	18:59
28	28 RAMADAN 1442 H	04:26	04:36	05:51	06:19	11:53	15:13	17:48	18:59
29	29 RAMADAN 1442 H	04:26	04:36	05:51	06:19	11:53	15:13	17:47	18:59
30	30 RAMADAN 1442 H	04:26	04:36	05:51	06:19	11:53	15:13	17:47	18:59