

## Imam Ghazali dan Zuhud Bermedia Sosial

Ditulis oleh Saifir Rohman pada Selasa, 26 April 2022



**Semakin ke sini, segelintir orang telah beroleh semacam pencerahan bahwa pesatnya perkembangan teknologi informasi tidak melulu mencerahkan. Barangkali jamaah sidang *Facebook* masih ingat, sekitar Desember 2016, jagad maya sempat dibuat gempar oleh catatan harian seorang gadis asal Bumi Blambangan, Banyuwangi. Betapa tidak, di tengah mewabahnya adiksi *gadget*, melalui sebuah postingan di akun *Facebook*-nya, gadis remaja bernama lengkap Afi Nihaya Faradisa justru menuturkan bahwa ia telah menonaktifkan ponselnya selama sepuluh hari.**

Dalam postingannya yang sampai saat catatan ini ditulis telah dibagikan lebih dari 32 ribu kali, remaja yang kini sudah dewasa dan terdaftar sebagai mahasiswi jurusan psikologi di salah satu kampus ternama di Daerah Istimewa Yogyakarta pun menyebut ‘racun-racun pikiran’ yang bertebaran di dunia maya. Antara lain, hoaks, kebencian, perselisihan, dan seterusnya.

Ya, Afi yang kala itu masih duduk di bangku SMA merasa pikirannya telah tercemari oleh apa-apa yang terhidang di media sosial. Untuk itu ia harus membuat distansi dengan dunia maya. Menempuh semacam jalan sunyi kalau dalam istilah Cak Nun, yakni dengan berpuasa gawai pintar selama lebih kurang 864.000 detik.

Afi adalah satu di antara sejumlah orang yang (pernah) meninggalkan dunia maya. Masih banyak nama-nama lain. Mulai dari kalangan artis papan atas dunia seperti Jennifer Lawrence, Kristen Stewart, Selena Gomez, pemimpin perusahaan ternama seperti Tony Fernandes, Steve Wozniak, hingga penulis terkemuka semisal Eka Kurniawan, dan lain sebagainya.

Baca juga: [Jika Kematian Sudah Digariskan, Untuk Apa Protokol Kesehatan?](#)

Mereka semua memilih memutus hubungan dengan makhluk yang bernama media sosial dengan alasan dan motif yang beragam. Namun pada intinya, mereka semua sama-sama tengah menempuh laku zuhud di hadapan dunia maya. Meskipun barangkali hanya sebagian yang benar-benar kaffah.

Dalam *Ihya 'Ulum al-Din*, al-Ghazali mendefinisikan, “Zuhud adalah ungkapan ihwal mengalihkan kesenangan terhadap sesuatu kepada sesuatu lain yang lebih baik.” Dengan kata lain, zuhud adalah buah pengetahuan tentang rendahnya sesuatu yang ditinggalkan dibanding sesuatu yang diperjuangkan.

Perhatikan, betapa zuhud mesti didahului oleh kecerdasan. Kecerdasan yang dimaksud adalah kecerdasan memilah antara ‘sesuatu’ dengan ‘sesuatu’ yang lebih baik. Antara yang menguntungkan dan yang merugikan, antara yang kecil dan yang besar, antara yang cabang dan yang inti, antara yang baka dan yang fana, demikian seterusnya.

Al-Ghazali memberi tamsil, orang yang zuhud ibarat pedagang yang menukar barang dagangannya dengan uang lantaran saat itu uang lebih maslahat baginya. Selama si pedagang belum dapat mengetahui betapa uang itu berharga dibandingkan barang dagangannya, mustahil ia akan rela menukarkan barangnya. “Demikian pula orang yang mengerti bahwa apa-apa yang ada di sisi Allah itu kekal, bahwa akhirat itu lebih baik dan lebih baka ketimbang dunia.” pungkas al-Ghazali.

Baca juga: Mampukah Doa Melawan Virus?

Empat belas abad silam, sebelum ada wacana “Matinya Kepakaran”, Kanjeng Nabi Muhammad Saw. telah bersabda, “Akan tiba suatu masa yang hanya memiliki sedikit fukaha [pakar], namun banyak memiliki orator Di zaman itu, ilmu lebih baik dari pada amal.” Hadis lengkapnya bisa dirujuk antara lain dalam *al-Mu’jam al-Kabir* karya al-Thabrani dan *Jami’ Bayan al-’Ilm* karya Ibn ‘Abd al-Barr.

Sementara itu, al-Bukhari dalam *al-Adab al-Mufrad*, mengutip perkataan Ibn Mas’ud yang nyaris serupa dengan hadis ini. Namun, Sahabat Ibn Mas’ud menambahkan, barangkali semacam interpretasi terhadap hadis tersebut bahwa, “Di zaman itu, hawa nafsulah yang menyetir perbuatan,”. Di kala itulah ilmu lebih diprioritaskan dalam arti dijadikan pedoman untuk membimbing laku.

Agaknya beberapa indikator menunjukkan bahwa kita sedang berada dalam fase itu. Dan media sosial sebagai produk kemajuan teknologi zaman ini adalah wajah zaman paling nyata. Informasi disebar, meminjam bahasa Goenawan Mohamad, dengan kecepatan yang mengagetkan. Siapa saja boleh bicara apa saja. Kebebasan berpendapat dirayakan sampai kelewatan. Dalam kondisi demikian, menyikapi limpahan data dengan zuhud adalah tarekat kekinian kita.

Dalam konteks ber(media)sosial, kecerdaasan itu mewujud sebetuk sikap selektif dalam memilah akun yang penting dan bermanfaat untuk diikuti. Segera meng-*unfollow* akun-akun penebar kebencian atau adu domba, dan seterusnya. Bisa juga dalam wujud tidak mengomentari hal-hal yang tak penting, hal-hal yang berada di luar kapasitas kita. Mendahului hal tersebut, kita bisa bertanya kepada diri masing-masing apa sebetulnya tujuan di balik penggunaan media sosial.

Baca juga: Bagaimana Nabi Ibrahim Memaknai Sakit?

Kita dapat belajar dari pengalaman orang-orang yang terberkati kesadaran betapa fananya jumlah *follower*, *subscriber*, *like*, *coment*, and, *share*. Mereka para zahid media sosial, menepi, barangkali setelah merasa jemu, atau lelah berburu “sesuatu”, tetapi justru

kehilangan “sesuatu”. Mereka mencoba istirahat dari pedihnya caci-maki ataupun melenakannya pujian dan sanjungan dengan keluar dari arus utama.

Menjadi zahid adalah membangun imunitas terhadap macam-macam hal destruktif yang berhamburan di media sosial. Membentengi diri dari hal-hal yang menimbulkan efek kompulsif. Menjadi zahid adalah jalan ninja bagi siapa saja yang ingin selamat dari hoaks, aman dari fitnah, polarisasi, propaganda, dan kebencian. Pendek kata, menjadi zuhud di media sosial adalah bagian dari upaya menjaga akal sehat dan kesehatan mental. Meskipun sejatinya seperti yang al-Ghazali katakan, “Tanda zuhud adalah [memandang] setara miskin dan kaya, dimuliakan atau dihina, dipuji atau dimaki, saking senangnya dengan Allah.”