



INSTITUT AGAMA ISLAM
PANGERAN DIPONEGORO NGANJUK
<http://ejurnal.iaipd-nganjuk.ac.id>

PUASA DALAM TINJAUAN FIQIH DAN TASAWUF

¹M. ALAN AL FARISI

UIN Sunan Ampel Surabaya
Alanmuhammad0408@gmail.com

<p>Info Artikel Submit : 14 Juli 2023 Revisi : 27 Agustus 2023 Diterima : 28 Agustus 2023 Publis : 11 September 2023</p>	<p style="text-align: center;">Abstrak</p> <p>Tasawuf sering kali dianggap bertentangan dengan fiqih, padahal tasawuf dan fiqih ibarat dua sisi mata uang yang jika dihilangkan salah satunya maka tidak lagi memiliki nilai. Dewasa ini muncul fenomena di sekitar penulis dimana terdapat oknum yang tidak menjalankan puasa dengan dalih telah mencapai maqam tasawuf yang tinggi. Sebaliknya terdapat oknum yang menjalankan puasa sekedar untuk menggugurkan kewajiban. Namun mereka tetap melakukan perbuatan yang dibenci Allah meski tidak membatalkan puasa. Semoga dengan datangnya artikel dapat memberikan pengetahuan baru di mana tasawuf dan fiqih merupakan dua kesatuan yang tidak sepatasnya dipisahkan. Karena sesungguhnya puasa ditujukan untuk menghilangkan kemelekatan badan dari nafsu-nafsu yang menganggunya. Sehingga tidaklah benar jika seseorang tidak berpuasa kemudian mengaku telah sampai kepada tingkatan pengetahuan tasawuf yang tinggi. Karena Rasulullah yang merupakan sosok yang paling sufi saja masih menjalankan puasa sebagaimana umat Islam pada umumnya.</p>
<p>Kata kunci</p>	<p><i>Puasa, tasawuf, fiqih</i></p>

Pendahuluan

Puasa merupakan salah satu 5 rukun yang membangun Islam. Puasa adalah suatu ibadah atau ritual yang lazim ada di hampir semua agama yang ada. Puasa dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia mengartikan puasa dengan tidak makan dan tidak minum dengan sengaja (terutama yang berhubungan dengan keagamaan). Ada juga yang menyebut puasa diserap dari bahasa Sanskerta *Upawasa* yang berarti cara atau metode mendekati diri kepada Tuhan.¹

Dalam Islam puasa disebut dengan *shoum* atau jamaknya *shiyam* yang berarti menahan diri, mencegah, dan menjauhkan diri dari sesuatu. Adapun secara istilah puas diartikan dengan menahan diri makan, minum, berhubungan dengan istri, serta hal-hal yang dapat membatalkannya mulai dari terbit matahari sampai matahari sampai terbenam.² Dalam Islam terdapat puasa yang wajib dan sunnah. Di antara puasa wajib adalah puasa Ramadhan yang setiap tahun dilakukan oleh seluruh umat Muslim di dunia, tanpa terkecuali. Ada juga puasa sunnah seperti puasa hari senin dan kamis.

Menurut hemat penulis, tasawuf merupakan ajaran esoteris atau sisi batniah Islam yang merupakan ilmu implimentasi ihsan sebagai salah satu asas agama Islam yang mengajarkan metode penyucian diri dari berbagai noda batin yang dapat menghalangi manusia dalam mencapai kedekatan dengan Allah serta mencapai kesempurnaan ibadah dengan merasa melihat atau dilihat Allah disetiap penyembahan yang dilakukan. Secara etimologi tasawuf berasal dari istilah sufi yang akar katanya memiliki berebrapa perbedaan. Ada yang menyebut sufi atau tasawuf berasal dari kata *shafa* yang berarti suci, ada juga yang berpendapat berasal dari kata *shofive* yang berarti orang yang terpilih. Selain itu, sebagian ahli berpendapat bahwa tasawuf atau sufi berasal dari kata *saf* yang berarti barisan sholat atau *suffah* yang berarti serambi masjid Nabawi yang pada zaman Rasulullah digunakan sebagai pemondokan sebageian sahabat. Namun ada juga yang berpendapat bahwa tasawuf atau sufi berasal dari kata *shuf* yang berarti kain wol yang terbuat dari bulu domba yang merupakan pakaian para sufi abad pertama yang melambangkan kesederhanaan. Sedangkan tasawuf dalam pengertian terminologi setiap ulama mempunyai pandangan yang berbeda berdasarkan asal kata yang mereka yakini. Namun pada intinya tasawuf merupakan suatu

¹ Akhyar As-Shiddiqi Muhsin dan Dahlan Hamawisastra, *Dahsyatnya Puasa Wajib dan Sunnah* (Jakarta: Qultum Media, 2010), 10-11.

² Abu Maryam Kautsar Amru, *Memantaskan Diri Menyambut Bulan Ramadhan* (t. tp: Kautsar Amru Publishing, 2018), 20.

ajaran yang bersifat esoteris atau batiniah yang mengajarkan metode atau jalan untuk mencapai kebersihan hati dan jiwa serta berda sedekat-dekatanya dengan Allah.³

Sedangkan fiqh merupakan kebalikan tasawuf yang merupakan suatu disiplin keilmuan yang membahas sisi eksoteris agama Islam yang mengajarkan tata lahiriah cara hidup dan ibadah (syariat) umat Islam mulai dari sholat, puasa, zakat, dan haji dan *muamalah duniawiyah*. Fiqh secara bahasa etimologi berarti pemahaman, sedangkan secara istilah adalah ilmu mengenai hukum syariat yang digali dalilnya detail dan rinci. Fiqh merupakan ilmu mengenai hukum syariat yang disarikan dari Al-Qur'an dan hadis Rasulullah.⁴

Telah menjadi rahasia umum bahwa tasawuf dan fiqh dianggap bertentangan dan tidak sejalan. Oleh karena itu, penulis tertarik untuk meneliti lebih lanjut mengenai puasa dalam perspektif fiqh dan tasawuf. Pasalnya, banyak orang yang tidak berpuasa karena telah mencapai derajat tinggi dalam tasawuf. Sebaliknya, ada juga oknum yang berpuasa sebatas mengugurkan kewajiban. Sehingga puasa yang dilakukan menjadi kurang bermanfaat bagi dirinya karena hanya menjadi alat penggugur kewajiban. Padahal, Rasulullah yang merupakan insan yang paling mulia dan sempurna, sekaligus manusia yang diliputi samudera kesufian pun masih berpuasa layaknya puasa umat Islam secara umum. Kemudian sungguh tidak pantas, apabila ada umatnya yang tidak berpuasa lantas mengatakan bahwa kewajiban puasanya gugur karena telah berada tingkatan tasawuf yang tinggi. Dari persoalan-persoalan yang muncul, kemudian penulis berusaha untuk memberikan titik terang mengenai puasa dalam perspektif tasawuf dan fiqh. Kemudian penulis melakukan penelitian dengan mencari dan mengumpulkan referensi dari fiqh dan tasawuf untuk mengetahui lebih lanjut bagaimana perspektif kedua ilmu tersebut mengenai puasa dan akhirnya tertulislah artikel ini.

Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif yang menghasilkan data berupa deskriptif dengan ragam penelitian studi pustaka atau library research. Studi pustaka

³ Syekh Fadhullah Haeri, *Belajar Mudah Tasawuf*, terj. Muhammad Hasyim Assagaf (Jakarta: Lentera, 2001), Cet. 4, 1-2.

⁴ Ahmad Nahrawi Abdus Salam, *Ensiklopedia Imama Syafi'i: Biografi dan Pemikiran Madzhab Fiqih Terbesar Sepanjang Masa*, terj. Usman Sya'rani (Jakarta: Hikmah, 2008), 378.

merupakan penelitian yang dilakukan dengan cara mencari, mengumpulkan, dan meneliti literatur-literatur yang berhubungan atau sesuai dengan topik penelitian yang diteliti.⁵ Penelitian ini diawali dengan pencarian dan pengumpulan berbagai literatur dari buku dan artikel jurnal mengenai topik penelitian yaitu puasa perspektif taswuf dan fiqh. Kemudian literatur-literatur tersebut dibaca dan diteliti kemudian ditulis dengan cermat sehingga terkumpul data sebagai berikut.

Definisi Puasa

Puasa dalam bahasa arab disebut صَوْمٌ، yang berasal dari kata صِيَامٌ - صَوْمٌ - صَامٌ - يَصُومُ - صَامٌ yang berarti menahan diri dari sesuatu, diam, berhenti, atau berada di suatu tempat.⁶ Sedangkan secara terminologi puasa didefinisikan sebagai menahan diri dari sesuatu yang membatalkan sejak matahari terbit hingga matahari terbenam dengan niat dan syarat tertentu.⁷ Para sufi memberikan pengertian yang lebih luas mengenai puasa. Menurut para sufi, puasa adalah menahan diri dari makan, minum, dan bersetubuh sejak matahari terbit hingga maghrib karena mengharap ridha Allah dan untuk menyiapkan diri untuk bertakwa kepada-Nya, dengan cara memperhatikan Allah dan mendidik nafsu sepanjang hari menurut cara yang disyariatkan, disertai pula menahan diri dari perkataan yang sia-sia, perkataan yang mengundang fitnah, serta perkataan yang diharamkan dan dimakruhkan menurut syarat-syarat yang telah ditentukan dan waktu yang telah ditetapkan.⁸ Dari pengertian tersebut dapat disimpulkan bahwa puasa adalah menahan diri dari makan, minum, dan bersetubuh, serta godaan nafsu untuk berbuat buruk atau maksiat sejak matahari terbit hingga matahari terbenam karena semata-mata mengharap ridha Allah.

Puasa wajib diklasifikasikan menjadi tiga:

⁵ Muhammad Rijal Fadli, "Memahami Desain Metode Penelitian Kualitatif", *Humanika: Kajian Ilmiah Mata Kuliah Umum*, Vol, 21, No. 1 (2021), 35.

⁶ Wawan Shofwan Sholehuddin, *Risalah Shoum: Telaah Kritis Atas Sunnah-sunnah dan Bid'ah-bid'ahnya* (Bandung: Tafakur, 2017), 1.

⁷ Amirullah Syarbini dan Nur'aeni Afgandi, *Inilah Alasan Rasulullah Saw Mengajarkan Puasa Sunnah* (Bandung: Ruang Kata, 2012), 40.

⁸ Amirullah Syarbini dan Lis Nur'aeni Afgandi, *Puasa Sunnah Kunci Meraih Sukses* (Bandung: Ruang Kata, 2010), 41.

1. Fardhu 'Ain, yaitu puasa yang diwajibkan Allah pada waktu tertentu kepada seluruh umat Islam sebagaimana puasa pada bulan Ramadhan yang diwajibkan untuk seluruh umat Islam.
2. Puasa wajib untuk memenuhi janji terhadap dirinya sendiri yaitu, puasa Nazar.
3. Fardhu karena sebab tertentu, yaitu puasa yang wajib dilakukan karena sebab tertentu yang mewajibkannya seperti puasa kafarat.⁹ Puasa kafarat merupakan puasa yang dilakukan sebagai penebusan terhadap pelanggaran pada suatu hukum atau kelalaian dalam melaksanakan kewajiban, yang mengharuskan seorang mukmin melakukannya agar dosa atau kelalaian yang dilakukan dapat dihapuskan.¹⁰ Kafarat melanggar sumpah adalah puasa tiga hari, kafarat Jima' di siang Ramadhan adalah puasa dua bulan berturut-turut, kafarat karena zihar adalah puasa dua bulan berturut-turut, dan kafarat haji adalah puasa selama sepuluh hari dengan 3 hari di lokasi haji dan 7 hari ketika pulang dari haji.¹¹

Dalil Puasa

Terdapat dalil-dalil dari Al-Qur'an maupun hadis yang menjelaskan kewajiban puasa. Dalil-dalil tersebut antara lain:

Pertama, surat Al-Baqarah ayat 183-185:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ. أَيَّامًا مَّعْدُودَاتٍ فَمَن كَانَ مِنكُم مَّرِيضًا أَوْ عَلَى سَفَرٍ فَعِدَّةٌ مِّنْ أَيَّامٍ أُخَرَ وَعَلَى الَّذِينَ يُطِيقُونَهُ فِدْيَةٌ طَعَامُ مِسْكِينٍ فَمَن تَطَوَّعَ خَيْرًا فَهُوَ خَيْرٌ لَهُ وَأَن تَصُومُوا خَيْرٌ لَّكُمْ إِن كُنتُمْ تَعْلَمُونَ. شَهْرُ رَمَضَانَ الَّذِي أُنزِلَ فِيهِ الْقُرْآنُ هُدًى لِّلنَّاسِ وَبَيِّنَاتٍ مِّنَ الْهُدَى وَالْفُرْقَانِ فَمَن شَهِدَ مِنكُمُ الشَّهْرَ فَلْيَصُمْهُ وَمَن كَانَ مَرِيضًا أَوْ عَلَى سَفَرٍ فَعِدَّةٌ مِّنْ أَيَّامٍ أُخَرَ يُرِيدُ اللَّهُ بِكُمُ الْيُسْرَ وَلَا يُرِيدُ بِكُمُ الْعُسْرَ وَلِتُكْمِلُوا الْعِدَّةَ وَلِتُكَبِّرُوا اللَّهَ عَلَىٰ مَا هَدَاكُمْ وَلَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ.

“Wahai orang-orang yang beriman, diwajibkan atas kalian untuk berpuasa sebagaimana diwajibkan atas orang-orang sebelum kalian agar kalian bertakwa, (yaitu) dalam beberapa hari yang


⁹ Yusuf Qardhawi, *Mukjizat Puasa: Resep Ilahi Agar Sehat Jasmani-Rohani*, terj. Danis Wijaksana (Bandung: PT Mizania Pustaka, 2007), 29.

¹⁰ Muhammad Habibillah, *Panduan Terlengkap Ibadah Muslim Sehari-hari* (Yogyakarta: Laksana, 2018), 204.

¹¹ Ahmad Sarwat, *Seri Fiqih Kehidupan (5): Puasa* (Jakarta: Dua Publishing, 2011), 55-57.

tertentu. Maka, barang siapa di antara kalian sakit atau berada dalam perjalanan (lalu berbuka), (dia wajib berpuasa) sebanyak hari yang ia tinggalkan itu pada hari-hari yang lain. Wajib bagi orang-orang yang berat menjalankannya, (jika mereka tidak berpuasa), membayar fidyah, (yaitu) memberi makan seorang miskin. Barang siapa yang mengerjakan kebajikan dengan kerelaan hati, itulah yang lebih baik baginya. Berpuasa lebih baik bagi kalian jika kalian mengetahui. (Beberapa hari yang ditentukan itu ialah) bulan Ramadhan, bulan yang di dalamnya diturunkan (permulaan) Al-Qur'an sebagai petunjuk bagi manusia, penjelasan-penjelasan mengenai petunjuk itu, dan pembeda (antara yang hak dan yang batil). Oleh karena itu, barang siapa di antara kalian hadir (di negeri tempat tinggalnya) di bulan itu, hendaklah ia berpuasa pada bulan itu, dan barang siapa yang sakit atau berada dalam perjalanan (lalu berbuka), (dia wajib berpuasa) sebanyak hari yang ia tinggalkan itu pada hari-hari yang lain. Allah menghendaki kemudahan bagi kalian, dan tidak menghendaki kesukaran bagi kalian. Hendaklah kalian mencukupkan bilangan (bulan) itu dan hendaklah kalian mengagungkan Allah atas petunjuk-Nya yang diberikan kepada kalian supaya kalian bersyukur.”¹²

Kedua, hadis Nabi yang diriwayatkan Imam Bukhari:

 حَدَّثَنَا قُتَيْبَةُ بْنُ سَعِيدٍ حَدَّثَنَا إِسْمَاعِيلُ بْنُ جَعْفَرٍ عَنْ أَبِي سُهَيْلٍ عَنِ أَبِيهِ عَنْ طَلْحَةَ بْنِ عُبَيْدٍ
 JOURNAL ILMIAH SPIRITUALITAS (JIS)
 Jurnal Pemikiran Islam dan Tasawuf
 اللَّهُ أَنْ أَعْرَابِيًّا جَاءَ إِلَى رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ تَائِرَ الرَّأْسِ فَقَالَ يَا رَسُولَ اللَّهِ أَخْبِرْنِي مَاذَا
 فَرَضَ اللَّهُ عَلَيَّ مِنَ الصَّلَاةِ فَقَالَ الصَّلَوَاتِ الْخُمْسَ إِلَّا أَنْ تَطَّوَعَ شَيْئًا فَقَالَ أَخْبِرْنِي مَا فَرَضَ اللَّهُ عَلَيَّ
 مِنَ الصِّيَامِ فَقَالَ شَهْرَ رَمَضَانَ إِلَّا أَنْ تَطَّوَعَ شَيْئًا فَقَالَ أَخْبِرْنِي بِمَا فَرَضَ اللَّهُ عَلَيَّ مِنَ الزَّكَاةِ فَقَالَ
 فَأَخْبَرَهُ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ شَرَائِعَ الْإِسْلَامِ قَالَ وَالَّذِي أَكْرَمَكَ لَا أَتَطَّوَعُ شَيْئًا وَلَا أَنْقُصُ
 مِمَّا فَرَضَ اللَّهُ عَلَيَّ شَيْئًا فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ أَفْلَحَ إِنْ صَدَقَ أَوْ دَخَلَ الْجَنَّةَ إِنْ
 صَدَقَ

Telah menceritakan kepada kami Qutaibah bin Sa'id telah menceritakan kepada saya Isma'il bin Ja'far dari Abu Suhail dari Bapaknyanya dari Thalhah bin 'Ubaidullah; Ada seorang 'Arab Badui datang kepada Rasulullah keadaan kepalanya penuh debu lalu berkata; "Wahai Rasulullah, kabarkan kepadaku apa yang telah Allah wajibkan buatku tentang sholat?". Maka Beliau menjawab: "Shalat lima kali kecuali bila kamu mau menambah dengan yang sunnah". Orang itu bertanya lagi: "Lalu kabarkan kepadaku apa yang telah

¹² Departemen Agama RI, *Al-Hikmah: Al-Qur'an dan Terjemahnya* (Bandung: CV Diponegoro, 2005), 28.

Allah wajibkan buatku tentang puasa?". Maka Beliau menjawab: "Puasa di bulan Ramadhan kecuali bila kamu mau menambah dengan yang sunnah". Orang itu bertanya lagi: "Lalu kabarkan kepadaku apa yang telah Allah wajibkan buatku tentang zakat?". Berkata, Tholhah bin 'Ubaidullah: Maka Rasulullah menjelaskan kepada orang itu tentang syariat-syariat Islam. Kemudian orang itu berkata: "Demi Dzat yang telah memuliakan anda, Aku tidak akan mengerjakan yang sunnah sekalipun, namun aku pun tidak akan mengurangi satu pun dari apa yang telah Allah wajibkan buatku". Maka Rasulullah berkata: "dia akan beruntung jika menepatinya atau dia akan masuk surga".¹³

Penetapan Awal dan Akhir Ramadhan

Penetapan awal dan akhir Ramadhan atau awal bulan syawal sebagai akhir hari berbuka umat Islam setelah menjalankan ibadah puasa Ramadhan kurang lebih satu bulan merupakan masalah yang sangat penting. Ada beberapa cara yang digunakan untuk menentukan awal dan akhir Ramadhan. Cara pertama yang digunakan untuk menentukan awal dan akhir Ramadhan adalah rukyah atau melihat hilal, akan tetapi apabila hilal belum terlihat atau karena tertutup mendung, kabut, dan asap, maka disempurnakan menjadi 30 hari. Sebagaimana hadis Rasulullah yang diriwayatkan Imam Bukhari:

صُومُوا لِرُؤْيَيْهِ وَأَفْطِرُوا لِرُؤْيَيْهِ فَإِنْ عَمَّ عَلَيْكُمْ فَأَكْمِلُوا الْعِدَّةَ ثَلَاثِينَ يَوْمًا

Artinya: “Berpuasalah kalian dan berbukalah kalian karena melihat hilal, dan apabila penglihatan kalian terhalangi mendung, maka sempurnakanlah bulan Sya’ban menjadi tiga puluh hari.”

Ahmad al-Syarbashi, seorang dosen Universitas Al-Azhar Mesir berkata, bahwa jumhur ulama bersepakat bahwasanya penetapan awal dan akhir bulan Ramadhan menggunakan salah satu dari dua cara. Cara pertama dengan melihat hilal bulan Ramadhan, jika tidak ada yang menghalangi pandangan, seperti mendung, awan, asap, debu, dan lainnya. Cara yang kedua adalah menggenapkan bulan Sya’ban tiga puluh hari, jika dalam melihat hilal terdapat penghalang yang menghalangi pandangan, seperti awan, mendung, asap, debu dan lain-lain.

¹³ Imam Bukhari, *Shahih al-Bukhari*, Cet. 1 (Riyadh: Dar al-Salam, 1997), 274.

Oleh sebab itu, dilarang berpuasa dan berbuka atau mengakhirinya kecuali setelah melihat hilal.¹⁴ Saksi yang melihat hilal dalam madzhab Syafi'i minimal dua saksi.¹⁵

Selain itu, ada metode yang digunakan untuk menentukan awal dan akhir Ramadhan, yaitu metode Hisab atau perhitungan. Di Indonesia metode hisab digunakan oleh Muhammadiyah, sedangkan metode dengan melihat hilal biasanya digunakan NU atau negara melalui Majelis Ulama Indonesia (MUI). Hisab secara bahasa berarti menghitung, memandang, dan mengagap. Secara istilah hisab berarti perhitungan terhadap kedudukan benda-benda langit yaitu hilal dan matahari untuk menentukan awal bulan Islam (bulan Qomariyah).¹⁷ Keabsahan penggunaan hisab dalam penentuan awal bulan Qomariyah atau awal dan akhir Ramadhan disebutkan dalam surat Yunus ayat 5:

هُوَ الَّذِي جَعَلَ الشَّمْسَ ضِيَاءً وَالْقَمَرَ نُورًا وَقَدَرَهُ مَنَازِلَ لِتَعْلَمُوا عَدَدَ السِّنِينَ وَالْحِسَابَ ۗ مَا خَلَقَ اللَّهُ ذَلِكَ إِلَّا بِالْحَقِّ ۗ يُفَصِّلُ الْآيَاتِ لِقَوْمٍ يَعْلَمُونَ

Artinya: “Dialah Allah yang menjadikan matahari bersinar dan bulan bercahaya dan ditetapkan oleh Allah manzilah-manzilah (tempat-tempat) bagi perjalanan bulan itu, agar kalian mengetahui bilangan tahun dan perhitungan (waktu). Allah tidak menciptakan yang demikian melainkan dengan hak. Dia menjelaskan tanda-tanda (kebesaran-Nya) kepada kaum yang mengetahui.”

Selain itu terdapat hadis yang mengisyaratkan tentang hisab, di mana dapat diketahui dari hadis tersebut tidak digunakannya hisab dalam penentuan awal bulan atau awal dan akhir Ramadhan karena sebab ke-Ummi-an umat Rasulullah saat itu. Bukan semata-mata hisab itu dilarang dalam penggunaannya. Adapun bunyi hadisnya adalah:

إِنَّا أُمَّةٌ أُمِّيَّةٌ، لَا نَكْتُبُ وَلَا نَحْسِبُ، الشَّهْرُ هَكَذَا وَهَكَذَا يَعْنِي مَرَّةً تِسْعَةً وَعِشْرِينَ، وَمَرَّةً ثَلَاثِينَ

¹⁴ Muhyiddin Abdusshomad, *Fiqh Tradisional: Jawaban Pelbagai Persoalan Keagamaan Sehari-hari*, Cet. 7 (Malang: Pustaka bayan, 2008), 169-170.


¹⁵ Imam Abu Abdillah Muhammad bin Idris Asy-Syafi'i, *Al-Umm 3: Kitab Induk Fiqih Islam*, terj. Fuad Syaifudin Nur (Jakarta: Republika Penerbit, t.th), 278.

¹⁶ Ahmad Warson Munawwir, *Kamus Al-Munawwir* (Surabaya: Pustaka Progresif, 1984), 281.

¹⁷ Muhammad hadi Bashori, *Bagimu Rukyatmu dan Bagiku Hisabku* (Jakarta: Pustaka Al-Kautsar, 2016), 2.

Artinya: “Sesungguhnya kita merupakan umat yang Ummi, tidak bisa menulis juga tidak bisa berhitung, bulan itu begini dan begini, yakni jumlahnya kadang 29 hari dan juga kadang 30 hari.”

Selain itu terdapat hadis yang dapat dijadikan sebagai solusi perbedaan antara rukyat dan hisab, yaitu hadis riwayat Imam Muslim yang berbunyi:


إِذَا رَأَيْتُمُوهُ فَصُومُوا وَإِذَا رَأَيْتُمُوهُ فَأَفْطِرُوا فَإِنْ غَمَّ عَلَيْكُمْ فَأَقْدَرُوا لَهُ
Jurnal Ilmiah Spiritualis (JIS)
 Jurnal Ilmiah Spiritualis (JIS)

Artinya: “Apabila kalian melihat hilal maka berpuasa dan berbukalah dan jika pandangan terhadap hilal terhalangi maka estimasikanlah/perkirakanlah.”

Hadis dapat memberikan isyarat di mana setelah penggunaan rukyat, namun tertutup oleh awan, mendung, kabut, dan lain-lain, maka diperintahkan untuk memperkirakan. Tentunya perkiraan tersebut harus disertai ilmu, yang sangat mungkin bermakna penggunaan hisab sebagai penentuan awal dan akhir Ramadhan. Dari berbagai dalil di atas dapat disimpulkan bahwa penggunaan hisab dalam penentuan awal dan akhir Ramadhan adalah sesuatu yang diperbolehkan. Bahkan ahli hadis Ahmad syakir berpendapat bahwa penggunaan hisab adalah wajib dalam setiap keadaan, kecuali tidak adanya ahli ilmu di suatu tempat tersebut.¹⁸ Jumhur ulama Syafi’iyah melarang hisab sebagai metode penentuan awal dan akhir Ramadhan. Namun ada sebagian kecil ulama Syafi’iyah yang menanggapi hisab bersifat pasti, sedang rukyat bersifat dan tidak pasti. Jadi, tidak mungkin yang tidak pasti dapat mengalahkan yang pasti. Sehingga keputusan hisab adalah hal yang didahulukan dan diutamakan terlebih dahulu daripada keputusan rukyat.¹⁹

Syarat dan Rukun Puasa

Ketika orang ingin melaksanakan puasa, harus lah terlebih dahulu mengetahui beberapa hal tentang ketentuan puasa itu sendiri. Seperti tentang syarat-syarat yang wajibkan orang berpuasa, aturan-aturan yang harus dilaksanakan dan tidak boleh dilanggar

¹⁸ Elly Uzlifatul Jannah, “Telaah hadis-hadis Hisab Rukyah (Studi Hadis dan Asar Sahabat tentang Hisab Rukyah Awal Bulan kamariah,” *Elfalaky: Jurnal Ilmu Falak*, Vol. 3, No. 2 (2019), 161-170.

¹⁹ Muhammad Faishol Amin, “Metode Penentuan Awala Bulan Kamariah Perspektif Empat Madzhab,” *Hayula: Indonesian Journal of Multidisciplinary Islamic Studies*, Vol. 2, No. 1 (Januari, 2018), 25.

ketika puasa, serta ketentuan-ketentuan lain yang masih berhubungan dengan sah atau benarnya pelaksanaan puasa. Berbicara mengenai syarat puasa, ada dua kategori syarat dalam puasa. Yaitu syarat wajib dan syarat sah puasa. Syarat wajib adalah syarat-syarat di mana seseorang yang telah memenuhi syarat-syarat tersebut diwajibkan untuk berpuasa. Syarat-syarat tersebut antara lain adalah:

1. Beragama Islam

Beragama Islam merupakan syarat yang paling pokok, karena memang perintah puasa dalam Al-Qur'an jatuh kepada orang Islam atau orang yang beriman. Yang mana bertujuan sebagai penambah kadar keimanan dan membentuk pribadi yang bertakwa kepada Allah.

2. Berakal sehat dan tidak dalam kondisi gila atau mabuk

Berakal sehat atau tidak dalam kondisi gila dan mabuk atau tidak sadarkan diri merupakan salah satu syarat yang mewajibkan orang Muslim itu berpuasa. Karena dengan akal sehat dan kesadaran yang penuh seseorang dapat mengatur dan mengontrol hawa nafsu serta pola makannya. Sehingga tidak lantas sembarang melakukan perbuatan ketika melakukan puasa.

3. Baligh atau dewasa

Orang yang belum baligh belum terkena wajib berpuasa. Adapun batasan baligh bagi laki-laki adalah mimpi basah. Sedangkan batasan baligh untuk perempuan adalah haid atau datang bulan. Jadi, anak yang belum mengalami mimpi basah bagi laki-laki dan haid bagi perempuan belum diwajibkan untuk berpuasa atau belum dijatuhi hukum wajib untuk berpuasa.

4. Mempunyai kemampuan untuk menjalankan ibadah puasa

Syarat yang keempat ini tidak kalah penting dari ketiga syarat di atas. Karena meskipun ketiga syarat di atas telah terpenuhi, namun syarat yang keempat belum terpenuhi maka tidak terkena hukum wajib berpuasa. Akan tetapi harus mengganti di lain hari bagi orang yang sakit dan membayar fidyah bagi orang dalam usia lanjut dalam sudah tidak mampu lagi untuk berpuasa.

5. Orang yang bermukim (bertempat tinggal) atau tidak dalam safar (perjalanan)

Orang yang diwajibkan untuk berpuasa adalah orang yang bermukim atau tidak dalam keadaan safar. Karena orang yang dalam safar boleh tidak berpuasa, namun harus mengganti ketika ia tidak lagi berpergian. Karena ketika berpergian dan menjalankan puasa dikhawatirkan akan melemah fisiknya, dan tidak kuat untuk menjalankan puasa.

Kategori yang kedua adalah syarat sahnya puasa. Yaitu syarat-syarat yang apabila tidak dipenuhi seluruhnya menjadikan puasa tidak sah atau batal. Adapun syarat-syarat tersebut adalah:



1. Beragama Islam

Beragama Islam adalah syarat yang paling pokok untuk puasanya dapat sah. Karena orang yang bukan Islam meskipun berniat seperti niat puasa orang Islam, maka tetap saja puasanya tidak sah.

2. Niat

Sebagaimana ibadah-ibadah yang lain, menjalankan puasa harus pula disertai niat. Niat adalah maksud, tujuan, dan kehendak hati dalam melakukan sesuatu. Niat inilah yang menjadikan perbuatan menjadi bernilai, artinya perbuatan yang didasari niat berarti disengaja dan disadari. Dari niat saja, Allah telah memberikan ganjaran. Kemudian ketika mampu melaksanakan niat tersebut, maka akan mendapat kesempurnaan pahalanya.

3. Memiliki kemampuan untuk membedakan baik dan buruk (Mumayyiz)

Mampu membedakan antara yang baik dan yang buruk. Begitu pun yang salah dan benar merupakan faktor yang begitu penting. Karena dalam ibadah puasa banyak hal yang diharamkan atau diperbolehkan namun dilarang dilakukan ketika berpuasa. Ketika hal-hal yang dilarang itu dilakukan maka puasa menjadi batal.

4. Suci dari Haid dan Nifas

5. Syarat yang keempat adalah syarat yang hanya berlaku bagi kaum wanita. Ketika seorang perempuan dalam kondisi tidak suci atau dalam kondisi haid dan nifas, mereka dilarang berpuasa dan diperbolehkan tidak berpuasa. Apabila mereka nekat melakukan puasa, maka puasa mereka dianggap dan dihukumi tidak sah. Oleh karena itu, mereka harus menunggu waktu suci mereka untuk menjalankan puasa.

6. Tidak melaksanakan puasa pada hari-hari yang diharamkan atau dilarang berpuasa
7. Dalam menjalankan puasa, ada beberapa hari yang memang dilarang syariat untuk berpuasa. Adapun hari-hari yang dilarang untuk berpuasa adalah dua hari raya Idul Fitri dan Idul Adha serta 3 hari tasyrik, tanggal 11, 12, 13 Dzulhijjah. Pada 5 hari tersebut haram untuk berpuasa, apa pun puasanya.²⁰

Puasa menurut madzhab Syafi'i mempunyai tiga rukun, yaitu orang yang berpuasa itu sendiri, niat, dan menahan diri dari segala sesuatu yang membatalkan. Oleh karena itu, menurut madzhab Syafi'i puasa tidak akan tercapai maknanya kecuali ketiga rukun tersebut terpenuhi. Sedangkan menurut madzhab Hanafi dan Hambali puasa hanya memiliki satu rukun yaitu menahan diri dari segala sesuatu yang dapat membatalkan. Sedang menurut madzhab Maliki ada dua pendapat, pendapat pertama puasa memiliki dua rukun yaitu niat dan menahan diri dari segala suatu yang dapat membatalkannya. Oleh karena itu, puasa tidak akan tercapai kecuali dengan memenuhi dua rukun tersebut. Sedangkan pendapat kedua yang merupakan pendapat yang diunggulkan, puasa hanya memiliki satu rukun yaitu menahan diri dari segala sesuatu yang dapat membatalkan. Ulama yang berpendapat kedua menganggap niat hanya sebagai syarat sah puasa. Sehingga dengan hanya menahan diri dari segala yang membatalkan puasa masih akan tercapai maknanya. Selain itu, madzhab Hambali dan Hanafi menganggap niat dan orang yang berpuasa adalah syarat sah puasa dan harus tetap ada, meskipun bukan rukun puasa.²¹

Meskipun puasa Ramadhan adalah wajib, namun terdapat beberapa keadaan selain haid, nifas, dan gila yang memperbolehkan seseorang tidak berpuasa, namun tetap wajib mengganti atau membayar fidyah. Puasa secara otomatis tidak sah apabila datang bulan dan nifas, maupun gila. Karena gila, haid, dan nifas merupakan hal-hal yang dapat membatalkan puasa, yang berarti 3 kondisi tersebut dapat membatalkan puasa. Selain itu terdapat keadaan-keadaan atau hal yang memperbolehkan untuk tidak berpuasa antara lain:

1. Safar atau perjalanan, yaitu perjalanan yang memperbolehkan menqashar sholat.

²⁰ Abdul Wahid, *Rahasia dan Keutamaan Puasa Sunnah* (Yogyakarta: Anak Hebat Indonesia, 2021), 16-22.

²¹ Syaikh Abdurrahman Al-Jazairi, *Fikih Empat Madzhab: Jilid 2* (Jakarta: Pustaka Al-Kautsar, 2017), 313-314.

2. Sakit, yang mana jika dipaksakan tetap berpuasa dapat memperberat sakitnya, memperlambat penyembuhan, atau dikhawatirkan bisa mengakibatkan kematian.
3. Hamil dan menyusui
4. Usia lanjut, para ulama sepakat bahwa orang tua renta yang tidak wajib berpuasa sepanjang tahun, boleh tidak berpuasa dan ia tidak wajib mengqadha karena ia sudah tidak punya kemampuan, dia hanya wajib membayar fidyah.
5. Rasa lapar dan haus yang luar biasa yang dikhawatirkan dapat menyebabkan kematian apabila berpuasa.²²

Hal-hal Yang Membatalkan dan Mengurangi Pahala Puasa

Sebagai muslim yang taat seseorang haruslah mengetahui dengan detail mengenai hukum puasa, apa yang memebatalkan dan mengurangi pahalanya. Agar setiap muslim dapat menjaga diri dari hal-hal yang membatalkan dan mengurangi pahala puasa. sehingga puasa yang dilakukan tidak hanya memperoleh lapar dan dahaga saja. Ada beberapa hal-hal yang dapat membatalkan puasa, yaitu:

1. Hilang akal karena gila atau mabuk
2. Murtad
3. Nifas
4. Bersenggama dengan sengaja²³
5. Haid, keluarnya darah haid sebelum waktu berbuka membatalkan puasa.
6. Melahirkan, baik melahirkan bayi atau keguguran
7. Memasukkan sesuatu ke dalam salah satu dari lima lubang yaitu mulut hidung, telinga, kubul, dan dubur
8. Menelan ludah tidak membatalkan puasa selama ludah sendiri dan ludah tidak bercampur dengan sesuatu yang lain serta masih berada di mulut. Selain itu berkumur saat wudhu di waktu puasa tidak membatalkan puasa. Begitu pula seorang juru masak yang mencicipi masakannya tidak pula membatalkan puasanya, asal tidak kemudian di telan.

²² Wahbah Az-Zuhaili, *Fiiqih Islam Wa Adillatuhu* 3, terj. Abdul Hayyie al-Kattani dkk., (Jakarta: Gema Insani, 2011), 88-95.

²³ Izzat Fathul Karomi dkk., *Fiqih Trendy* (Tuban: Ente Kafi Publishing, t.th), 52.

9. Muntah degan sengaja
10. Mengeluarkan mani dengan sengaja²⁴

Hal-hal yang dimakruhkan dalam puasa adalah kebalikan dari hal-hal yang dianjurkan dalam berpuasa. Hal-hal tersebut seperti meninggalkan makan sahur atau mengawalkannya, mengakhirkan berbukan sedangkan dirinya mampu menyegerakan untuk berbuka, juga hal-hal yang membahayakan puasanya, meskipun diperbolehkan. Seperti berbekam yang dikhawatirkan dapat memperlemah dirinya sehingga dikhawatirkan pula menjadikan diri tidak kuat berpuasa. Berciuman atau bersenda gurau antara suami istri yang dikhawatirkan dapat mengundang hasrat untuk jima. Berlebih-lebihan dalam berkumur dan menggosok gigi yang dikhawatirkan dapat menyebabkan air masuk ke dalam tenggorokan.

Selain itu juga melakukan hal-hal yang dilarang dan tidak disukai Allah yaitu mengumbar hawa nafsu, seperti mengumbar pandangan, riya', ghibah, dan mencela orang lain dapat mengurangi bahkan menghilangkan pahala puasa. Sebagaimana dijelaskan Rasulullah dalam hadisnya, "berapa banyak orang yang berpuasa tetapi tidak mendapatkan pahala dari puasa melainkan hanya haus dan lapar." Yang dimaksudkan dalam hadis tersebut adalah orang yang melakukan maksiat ketika berpuasa. Mereka berpuasa tapi tidak menjaga hawa nafsunya dari mencaci maki orang lain, ghibah, berbohong, riya', melihat hal-hal yang dapat mendatangkan syahwat. Meskipun hal-hal yang dilakukan tidak membatalkan puasa namun hal-hal tersebut mencederai esensi dan tujuan puasa yaitu menahan diri dari segala bentuk kemaksiatan dan mengekang hawa nafsu serta bertujuan untuk mencapai derajat ketakwaan yang tinggi di sisi Allah. Mereka itulah orang yang berpuasa tapi sebenarnya tidak berpuasa, karena mereka tidak mendapatkan apa-apa dari puasanya. Kemaksiatan yang dilakukan ketika puasa akan mengikis atau bahkan menghilangkan pahala berpuasa. Berbuat dosa ketika berpuasa tidak dapat ditebus dengan qadha dan fidyah, melainkan harus ditebus dengan tobat yang sungguh-sungguh dan banyak beramal sholeh.²⁵

²⁴ Buya Yahya, *Fiqh Praktis Puasa* (Cirebon: Pustaka Al-Bahjah, t.th), 8-30.

²⁵ Miftah Faridl, *Puasa, Ibadah Kaya Makna* (Jakarta: Gema Insani, 2007), 69-71.

Puasa Perspektif Tasawuf

Puasa bagi tasawuf merupakan suatu amalan yang paling kuat dalam menundukan hawa nafsu. Puasa merupakan amalan yang tepat untuk melatih kesabaran umat islam. Puasa merupakan setengah dari kesabaran, yang mana kesabaran adalah setengah keimanan. Jadi, nilai puasa Ramadhan adalah seperempat keimanan. Puasa memiliki keistimewaan, di mana puasa adalah milik Allah dan hanya Allah yang akan mengganjar pahala puasa. Sebagaimana yang diterangkan dalam hadis qudsi:

كُلُّ حَسَنَةٍ بِعَشْرِ أَمْثَالِهَا إِلَى سَبْعِمِائَةٍ ضِعْفٍ إِلَّا الصَّوْمَ ، فَإِنَّهُ لِي وَأَنَا أَجْزِي بِهِ

Artinya: “Setiap perbuatan baik yang dilakukan manusia akan mendapatkan pahala sepuluh sampai tujuh ratus kali lipat, kecuali puasa. Karena sesungguhnya puasa itu milik-Ku, dan aku sendiri yang akan membalasnya.”²⁶

Di terangkan dalam ringkasan kitab Ihya’ Ulumiddin bahwa Rasulullah pernah berkata dan menyuruh Aisyah untuk sering-sering berpuasa. Karena puasa dapat mengetuk pintu surga, dan juga menyempitkan jalan setan dalam darah. Sebagaimana sabda beliau:

إِنَّ الشَّيْطَانَ لَيَجْرِي مِنَ ابْنِ آدَمَ مَجْرَى الدَّمِ فَضَيِّقُوا مَجَارِيَهُ بِالْجُوعِ

Artinya: “Sesungguhnya setan itu masuk ke dalam tubuh anak Adam melalui aliran darahnya. Maka dari itu, sempitkan jalannya dengan cara lapar atau puasa.”²⁷

Puasa juga pintu yang paling utama untuk menghilangkan hijab serta dari hati manusia. Selama setan masih menyinggahi hati manusia, maka tak akan mungkin tersingkap keagungan Allah untuk manusia dan juga tak akan mungkin manusia dapat sampai kepada Allah. Jadi, puasa selain sebagai ibadah dan menaati perintah Allah, puasa berfaedah menyucikan diri dari pengaruh dan godaan setan serta nafsu, sekaligus menjadi pagar keamanan penjaga hati manusia. Rasulullah bersabda:

لَوْلَا أَنَّ الشَّيَاطِينَ يَحْمُونَ عَلَى قُلُوبِ بَنِي آدَمَ لَنَظَرُوا إِلَى مَلَكَوتِ السَّمَوَاتِ

²⁶ Imam Ghazali, *Ihya’ ‘Ulumiddin: Menghidupkan Kembali Ilmu-ilmu Agama (Rahasia Ibadah): Jilid 2* (Jakarta: Republika Penerbit, 2011), 163-164.

²⁷ Imam Ghazali, *Ringkasan Ihya’ ‘Ulumiddin*, terj. Abdul Rosyad Shiddiq, Cet. 3, (Jakarta: Pustaka Akbar Media, 2008), 79.

Artinya: “Andai setan-setan tidak mengitari hati manusia, sungguh manusia akan dapat melihat kerajaan langit.”²⁸

Puasa menurut tasawuf memiliki tiga tingkatan, sesuai dengan perjuangan dan kemampuan seseorang menahan hasrat lahir dan batinnya. Tingkatan pertama adalah tingkatan yang paling bawah, yaitu puasa umum yang dilakukan oleh umat Islam pada umumnya, yakni menahan lapar, haus, dan jimak mulai dari terbit matahari hingga terbenamnya matahari. Serta menahan diri dari perkara-perkara yang membatalkan puasa yang telah diatur dalam syariat. Tingkatan yang lebih tinggi adalah tingkatan yang kedua, yaitu puasanya orang tidak hanya menahan diri dari lapar, haus, dan jimak saja. Namun menahan diri dari pandangan yang merendahkan, memandang yang dapat menghantarkan kepada Allah, serta menahan mulut untuk tidak mengeluarkan kata-kata yang dapat menyakiti perasaan orang lain. Sedang tingkatan yang tertinggi adalah puasanya para wali Allah yang berpuasa dari melupakan Tuhan atau lalai mengingat-Nya. Sepanjang para wali Allah senantiasa berusaha untuk mengingat Allah.²⁹ Senada dengan itu, para sufi terutama al-Ghazali membagi puasa menjadi tiga, yaitu:

1. Puasa Umum, yaitu mencegah perut dan kemaluan dari syahwat dan hawa nafsu, sebagaimana puasa pada umumnya.
2. Puasa Khusus, yaitu mencegah seluruh anggota badan mulai dari pendengaran, lidah, penglihatan, tangan, kaki, dan anggota badan lainnya dari perbuatan dosa dan hal-hal yang dapat mendatangkan murka Allah.
3. Puasa sangat khusus, yaitu puasanya hati dari keinginan-keinginan yang rendah dan kotor, juga bersifat duniawi, memikirkan hal-hal yang bersifat duniawi, serta menahan hati dari segala ingatan selain Allah dan hal-hal yang dapat menyampaikan kepada-Nya.

Tujuan puasa tidak serta merta hanya menahan diri dari haus dan lapar, namun menahan diri syahwat dan bujukan hawa nafsu. Jadi, orang yang berpuasa sudah semestinya meninggalkan perbuatan ghibah atau menggunjing, menghasut, berdusta, dan memandang

²⁸ Imam Ghazali, *Rahasia Puasa & Zakat: Mencapai Kesempurnaan Ibadah*, terj. Muhammad Al-Baqir (Jakarta: PT Mizan Publika, 2015), 9.

²⁹ Robert Frager, *Obrolan Sufi: Untuk Transformasi Hati, Jiwa, dan Ruh*, terj. Hilmi Akmal (Jakarta: Zaman, 2014), 275.

dengan syahwat. Rasulullah bersabda: “Lima hal yang dapat membatalkan puasa, yaitu: dusta, menggunjing, menghasut, sumpah palsu, dan memandang disertai syahwat.”³⁰ Jadi, orang yang melakukan kelima perbuatan tersebut ketika puasa, maka nilai dan tujuan puasanya menjadi batal.

Ukuran sah suatu ibadah menurut para sufi adalah suatu ibadah harus bisa menyambungkan/mengkoneksi seorang hamba dengan Sang Pencipta. Para sufi memahami tujuan puasa adalah bersikap hidup atau berakhlak dengan sebagian akhlak Allah, yaitu dengan hanya bergantung kepada kekuasaan Allah, serta meniru gaya malaikat yang bersih dari hawa nafsu dengan cara menahan nafsu sebisa mungkin. Manusia yang mampu menguasai dan mengendalikan hawa nafsunya akan memperoleh derajat seperti derajat malaikat. Malaikat adalah makhluk yang dekat dengan Allah, dan manusia akan dekat dengan Allah jika memiliki derajat yang sama seperti malaikat. Apabila manusia kalah dan tidak mampu mengendalikan hawa nafsu, serta selalu mengikuti dan menuruti hawa nafsunya, maka mereka tak ubahnya hewan yang tak mampu mengendalikan hawa nafsunya.³¹ Oleh karena itu sebaiknya ketika puasa tidak hanya digunakan untuk tidur, namun untuk memperbanyak ibadah kepada Allah. Sehingga nafsu akan benar-benar melunak, dan bukan teralihkan oleh nafsu lain yaitu tidur.

Dari semua uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa makna puasa tidak berhenti pada tahap tuntutan syariat yang berupa menahan diri dari lapar, haus, dan jimak. Puasa mengandung makna yang lebih jauh, selain menahan perut dan kemaluan dari syahwat, puasa berarti menahan seluruh anggota badan dari segala perbuatan dosa dan yang mendatangkan kemurkaan Allah serta hal-hal duniawi yang dapat melalihkan seorang hamba dari Allah. Oleh karena itu, sebagai umat Islam yang baik tentunya harus menyelaraskan dimensi fiqih dan tasawuf puasa. Sehingga setiap umat Islam akan menuai manfaat dari puasa yang sungguh begitu dahsyat. Karena puasa merupakan bentuk ketakwaan seorang hamba yang dapat mengantarkan seorang hamba untuk memperoleh ridha-Nya. Puasa juga merupakan bentuk dzikir kepada Allah. Selain itu, puasa merupakan cara melatih hati agar

³⁰ Imam Al-Ghazali, *Mutiara ihya' 'Ulumuddin: Ringkasan Yang Ditulis Sendiri Oleh Sang Hujjatul Islam*, terj. Irwan Kurniawan (Bandung: PT Mizan Pustaka, 2008), 80-89.

³¹ Imam Ghazali Said, *Puasa dalam Dimensi Fikih-Sufistik*, Cet. 2 (Surabaya: harian Bangsa, 2018), 191-192.

mudah fokus dan hanya memikirkan Allah semata. Dengan begitu, hati manusia dapat senantiasa terkoneksi kepada Allah setiap saat. Karena perut yang kenyang akan menjadikan manusia mudah mengantuk dan waktunya terbuang sia-sia untuk memperbanyak tidur serta lalai akan Allah. Ketika hati tidak mendapat nutrisi karena terlalu sering digunakan untuk tidur, dan jarang digunakan untuk beribadah kepada Allah. Maka hati akan menjadi lemah dan tidak jernih.

Kesimpulan

Puasa adalah menahan diri dari makan, minum, dan bersetubuh, serta godaan nafsu untuk berbuat buruk atau maksiat sejak matahari terbit hingga matahari terbenam karena semata-mata mengharap ridha Allah. Puasa wajib diklasifikasikan menjadi tiga yaitu: puasa Ramadhan dan qadha'-nya, Puasa kafarat, dan puasa nazar. Secara umum rukun puasa adalah dua, yaitu niat dan menahan diri segala sesuatu yang dapat membatalkan. Sedangkan syarat puasa dikategorikan menjadi syarat wajib puasa dan syarat sah puasa. Syarat wajib puasa adalah syarat-syarat yang ketika terpenuhi mendatangkan kewajiban berpuasa. Syarat-syarat tersebut adalah beragama Islam, berakal sehat dan tidak dalam keadaan pingsan atau mabuk, mempunyai kemampuan untuk melaksanakan puasa, bertempat tinggal dan tidak dalam keadaan safar. Sedang syarat sah adalah syarat-syarat yang harus dipenuhi untuk diterima atau benarnya puasa. Apabila syarat sah tidak dipenuhi, maka puasa akan menjadi tidak sah atau batal. Adapun syarat-syarat tersebut adalah beragama Islam, berniat, dapat membedakan baik dan buruk serta benar dan salah, suci dari haid dan nifas, dan juga tidak berpuasa pada hari-hari yang dilarang atau diharamkan.

Makna puasa perspektif tasawuf tidak berhenti pada tuntutan syariat yang berupa menahan diri dari lapar, haus, dan jimak. Puasa mengandung makna yang lebih jauh, selain menahan perut dan kemaluan dari syahwat Puasa berarti menahan seluruh anggota badan dari segala perbuatan dosa dan yang mendatangkan kemurkaan Allah. Puasa juga merupakan bentuk ketakwaan seorang hamba, sehingga seorang hamba damba dapat memperoleh ridha-Nya. Selain itu, puasa merupakan cara melatih hati agar mudah fokus dan hanya memikirkan Allah semata. Karena perut yang kenyang akan menjadikan manusia mudah mengantuk dan waktunya terbuang sia-sia untuk memperbanyak tidur serta lalai akan Allah. Ketika hati tidak mendapat nutrisi karena terlalu sering digunakan untuk tidur, dan jarang digunakan untuk beribadah kepada Allah. Maka hati akan menjadi lemah dan tidak jernih.

DAFTAR PUSTAKA

- Afgandi, Amirullah Syarbini dan Lis Nur'aeni. *Puasa Sunnah Kunci Meraih Sukses*. Bandung: Ruang Kata, 2010.
- , Inilah Alasan Rasulullah Saw Menganjurkan Puasa Sunnah. Bandung: Ruang Kata, 2012.
- Al-Ghazali, Imam. *Mutiara ihya' 'Ulumuddin: Ringkasan Yang Ditulis Sendiri Oleh Sang Hujjatul Islam*. terj. Irwan Kurniawan. Bandung: PT Mizan Pustaka, 2008.
- Al-Jazairi, Syaikh Abdurrahman. *Fikih Empat Madzhab: Jilid 2*. Jakarta: Pustaka Al-Kautsar, 2017.
- Amin, Muhammad Faishol. "Metode Penentuan Awal Bulan Ramadhan Perspektif Empat Madzhab." *Hayula: Indonesian Journal of Multidisciplinary Islamic Studies*, Vol. 2, No. 1, Januari, 2018.
- Amru, Abu Maryam Kautsar. *Memantaskan Diri Menyambut Bulan Ramadhan*. t.tp: Kautsar Amru Publishing, 2018.
- Asy-Syafi'i, Imam Abu Abdillah Muhammad bin Idris. *Al-Umm 3: Kitab Induk Fiqih Islam*, terj. Fuad Syaifudin Nur. Jakarta: Republika Penerbit, t.th.
- Az-Zuhaili, Wahbah. *Fiqih Islam Wa Adillatuhu 3*, terj. Abdul Hayyie al-Kattani dkk. Jakarta: Gema Insani, 2011.
- Bashori, Muhammad Hadi. *Bagimu Rukyatmu dan Bagiku Hisabku*. Jakarta: Pustaka Al-Kautsar, 2016.
- Bukhari, Imam Shahih al-Bukhari, Cet. 1. Riyadh: Dar al-Salam, 1997.
- dkk., Izzat Fathul Karomi. *Fiqih Trendy*. Tuban: Ente Kafi Publishing, t.th.
- Fadli, Muhammad Rijal. "Memahami Desain Metode Penelitian Kualitatif". *Humanika: Kajian Ilmiah Mata Kuliah Umum*, Vol, 21, No. 1, 2021.

- Faridl, Miftah. *Puasa, Ibadah Kaya Makna*. Jakarta: Gema Insani, 2007.
- Frager, Robert. *Obrolan Sufi: Untuk Transformasi Hati, Jiwa, dan Ruh*, terj. Hilmi Akmal. Jakarta: Zaman, 2014.
- Ghazali, Imam. *Ihya' 'Ulumiddin: Menghidupkan Kembali Ilmu-ilmu Agama (Rahasia Ibadah): Jilid 2*. Jakarta: Republika Penerbit, 2011.
- . *Rahasia Puasa & Zakat: Mencapai Kesempurnaan Ibadah*. terj. Muhammad Al-Baqir. Jakarta: PT Mizan Publika, 2015.
- . *Ringkasan Ihya' 'Ulumuddin*, terj. Abdul Rosyad Shiddiq, Cet. 3. Jakarta: Pustaka Akbar Media, 2008.
- Habibillah, Muhammad. *Panduan Terlengkap Ibadah Muslim Sehari-hari*. Yogyakarta: Laksana, 2018.
- Haeri, Syekh Fadhlullah, *Belajar Mudah Tasawuf*, terj. Muhammad Hasyim Assagaf. Jakarta: Lentera, 2001.
- Hamawisastra, Akhyar As-Shiddiqi Muhsin dan Dahlan. *Dahsyatnya Puasa Wajib dan Sunnah*. Jakarta: Qultum Media, 2010.
- Jannah, Elly Uzlifatul. "Telaah hadis-hadis Hisab Rukyah (Studi Hadis dan Asar Sahabat tentang Hisab Rukyah Awal Bulan kamariah)." *Elfalaky: Jurnal Ilmu Falak*, Vol. 3, No. 2, 2019.
- Muhyiddin Abdusshomad, *Fiqh Tradisionalis: Jawaban Pelbagai Persoalan Keagamaan Sehari-hari*, Cet. 7 (Malang: Pustaka bayan, 2008), 169-170.
- Munawwir, Ahmad Warson. *Kamus Al-Munawwir*. Surabaya: Pustaka Progresif, 1984.
- Qardhawi, Yusuf. *Mukjizat Puasa: Resep Ilahi Agar Sehat Jasmani-Rohani*, terj. Danis Wijaksana. Bandung: PT Mizania Pustaka, 2007.

- RI, Departemen Agama. *Al-Hikmah: Al-Qur'an dan Terjemahnya*. Bandung: CV Diponegoro, 2005.
- Said, Imam Ghazali. *Puasa dalam Dimensi Fikih-Sufistik*. Cet. 2. Surabaya: harian Bangsa, 2018.
- Salam, Ahmad Nahrawi Abdus. *Ensiklopedia Imama Syafi'i: Biografi dan Pimikiran Madzhab Fiqih Terbesar Sepanjang Masa*, terj. Usman Sya'rani. Jakarta: Hikmah, 2008.
- Sarwat, Ahmad. *Seri Fiqih Kehidupan (5): Puasa*. Jakarta: Dua Publishing, 2011.
- Sholehuddin, Wawan Shofwan. *Risalah Shoum: Telaah Kritis Atas Sunnah-sunnah dan Bid'ah-bid'ahnya*. Bandung: Tafakur, 2017.
- Wahid, Abdul. *Rahasia dan Keutamaan Puasa Sunnah*. Yogyakarta: Anak Hebat Indonesia, 2021.
- Yahya, Buya. *Fiqih Praktis Puasa*. Cirebon: Pustaka Al-Bahjah, t.th.