



PEDOMAN PUASA RAMADAN

A. Arti, Sejarah dan Dasar Kewajiban Puasa

1. Secara Bahasa, *shaum* (puasa) artinya menahan diri dari mengucapkan atau melakukan sesuatu.
2. Perintah puasa turun hari Senin, 02 Sya'ban tahun 2 H. Sebelum itu, 10 Muharram (*'asyura*) adalah puasa wajib (HR. Muslim).
3. Dasar kewajiban: QS. Al Baqarah [2]: 183-187, dan hadis tentang pilar-pilar Islam (HR. Bukhari Muslim dan Ahmad).

B. Macam-Macam Puasa

1. Puasa wajib (*ramadan, kafarat* (denda), dan *nadzar*).
2. Puasa sunah (*Syawal, Dzulhijjah, Muharram, Sya'ban*, puasa tengah bulan (*shaumul biidh*), puasa Daud, dan puasa Senin-Kamis).

C. Cara Penetapan Awal dan Akhir Ramadan

1. *Rukyat* (melihat bulan) (HR. Bukhari)
2. *Hisab* (astronomy) (HR. Bukhari, Muslim, Nasa-i, Ibnu Majah, dan QS. Yunus [10]: 5).
3. Penggabungan *hisab* dan *rukyat*

D. Keistimewaan Ramadan

1. Pintu surga dibuka, setan dirantai (HR. Ahmad, Nasa'i dan Al Baihaqi), doa terkabul, penghapus dosa antara dua Ramadan (HR. Muslim), banyak pahala dan ampunan (QS. Al Ahzab [33]: 35), pemberi syafa'at, pembebas dari neraka, pintu surga khusus bagi orang yang puasa, pahala digandakan tanpa hitungan (Bandingkan, pelipatan pahala di luar Ramadan hanya 10-700 (QS. Al An'am [6]: 160, QS. Al Baqarah [02]: 261).
2. Sehari ramadan yang ditinggalkan tanpa alasan yang benar tidak bisa diganti dengan puasa setahun (HR. Abu Daud, Ibnu Majah, dan Tirmidzi). Menurut Ibnu Taimiyah: murtad, jika muslim tidak mengakui kewajiban puasa, dan diberi hukuman, jika ia makan di depan publik siang hari.
3. Melatih jiwa menahan dari yang halal, apalagi yang haram; fisik lemas agar terhindar dari dosa kecil dan besar.
4. Umrah ramadan sama dengan pahala haji Bersama Nabi (HR Bukhari)
5. Orang yang berpuasa disebut *as-saa-ihuun*, artinya orang yang pergi menjauhi syahwat menuju rida Allah (QS. At Taubah [9]: 112)
6. Malam idul fitri disebut *lailatul jaa-izah*, artinya malam hadiah surga dan pembebasan dari dosa.
7. Menyehatkan fisik dan memuliakan ruhani, sehingga melebihi malaikat. Jika hanya unggul fisiknya, maka sama dengan hewan.
8. Beberapa peristiwa penting dalam ramadan: turunnya Al Qur'an (QS. Al Baqarah [2]: 185), *lailatul qadar* (QS. Al Qadar [97]: 1-3), perang Badar,

perebutan kembali kota Makkah (8 H), dan menguasai Spanyol dan Portugis (92 H).

E. Syarat Puasa

(1) Islam, (2) baligh, (3) tidak hilang ingatan (gila dsb), (4) suci dari haid dan nifas, dan (5) dalam waktu yang tidak terlarang.

F. Rukun Puasa :

(1) niat, (2) menahan diri dari pembatal puasa

G. Pembatal Puasa

1. Makan dan minum, kecuali lupa (QS. Al Baqarah [02]: 187; HR. Bukhari Muslim), muntah dengan sengaja (HR Abu Daud, Tirmidzi dan Ibnu Hibban), keluarnya darah haid dan nifas, hiangnya ingatan (gila atau stres berat, dsb) keluar mani dengan sengaja, dan keluar dari Islam (*murtad*).
2. Bersetebuh. Jika lupa, hanya wajib qadla, dan jika sengaja, wajib membayar *kafarat*, yaitu memerdekakan budak atau puasa berturut-turut selama dua bulan, atau memberi makan 60 orang miskin (QS. Al Baqarah [2]: 187; HR. Al Bukhari dan Muslim). Jika suami yang memaksa, maka hanya dia yang wajib *kafarat*.

H. Orang-orang yang Mendapat Keringanan Puasa

1. Pekerja berat dan tidak ada alternatif pekerjaan lain. Sebagai gantinya, ia membayar *fidyah* sebesar 1 mud atau 7 ons beras, atau uang makan sehari untuk orang miskin (QS. Al Baqarah [02]: 184, QS. An Nisa' [04]: 29, QS. Al Haj [22]: 78). *Fidyah* bisa berupa uang (Hanafi).
2. Orang sakit. Ia wajib mengganti pada hari lain. Jika sakit parah, cukup diganti *fidyah* sesuai hitungan hari puasa yang ditinggalkan.
3. Musafir >81 km, dan wajib diganti pada hari yang lain (QS. Al Baqarah [2]: 185)
4. Lansia. Sebagai gantinya, ia membayar *fidyah*.
5. Perempuan hamil atau menyusui, sangat berat berpuasa, maka cukup diganti *fidyah* (menurut Ibnu Umar r.a, dan Ibnu Abbas ra.). Menurut Imam Syafi'i dan Ahmad, ia tetap wajib mengganti dengan puasa.

I. Anjuran Selama Ramadan

1. Segera berbuka dengan kurma, atau air segar disertai do'a untuk diri sendiri dan penyedia makanan (HR. Bukhari Muslim, dan HR. Abu Daud dan Tirmidzi), mengakhirkan sahur (durasi bacaan 50 ayat Al Qur'an sebelum subuh (HR. Bukhari Muslim, HR. Ahmad), mendahulukan orang lain, berbuka bersama orang miskin, seperti yang dilakukan Ibnu Mas'ud r.a
2. Menghindari marah, dan ucapan, sikap, dan tindakan yang makruh dan haram (HR. Bukhari). Juga menjauhi jalan-jalan tanpa tujuan, makan berlebihan, juga komunikasi yang tidak jelas manfaatnya melalui media sosial, berbicara keras, banyak berpikir tentang makanan dan mode (Al Munajjid)
3. Memberi makan (HR. Tirmidzi), banyak sedekah, banyak memaafkan, dan menuju masjid dengan pakaian dan infak yang terbaik.
4. Melatih puasa anak usia 7 tahun, dan jika usia 10 tahun boleh dengan sanksi.
5. Membaca dan mendalami Al Qur'an atau buku-buku penambah keimanan dan wawasan Islam.
6. I'tikaf di masjid atau mushala publik (non-pribadi), atau lebih baik lagi di masjid jamik agar bisa shalat berjamaah dan shalat Jum'ah.

7. Memperbanyak ibadah, lebih-lebih sepuluh hari terakhir (HR. Bukhari Muslim). 'Aisyah membuat tempat khusus di dekat masjid pada hari-hari tersebut
8. Memperbanyak shalat sunah siang dan malam. Shalat tahajud tetap dikerjakan meskipun telah shalat witir pada shalat tarawih.
9. Segera membayar zakat fitrah sebanyak 4 mud atau 1 sha' atau 2.175 kg beras (Ihya' Ulumiddin).
10. Berpuasa sunah Syawal (tanggal 2-7 Syawal, menurut Hanafi dan Syafi'i), atau kapan saja selama bulan Syawal (Hanbali).

J. Boleh Dilakukan Ketika Berpuasa:

1. Memakai celak, obat mata, injeksi (Sayid Sabiq), donor, transfusi darah, mencicipi makanan, sikat gigi (Al Hilali), infus untuk pertolongan, obat semprot asthma, memasukkan alat pengobatan melalui tenggorokan atau anus, obat di bawah lidah, cabut gigi (Al Munajjid)
2. Memasuki waktu puasa dalam keadaan *junub* (belum mandi besar) karena bersetubuh atau suci dari haid dan nifas, baik disengaja atau pun lupa.
3. Makan dan minum waktu imsak. Tapi, sebaiknya dihindari.
4. Membayar hutang puasa yang melewati tahun sebelumnya cukup diganti dengan puasa, tanpa fidyah.

K. Mengganti Puasa (*Qadla'*)

Puasa yang ditinggalkan karena sakit, bepergian, dsb harus diganti puasa di luar ramadan. Sedangkan bagi yang meninggal dunia, bisa memilih: diganti puasa oleh keluarga, atau membayar *fidyah*.

Ditulis oleh **Moh Ali Aziz**, gubes UINSA Surabaya (malzis@yahoo.com) dari berbagai sumber: **(1)** Kitab-kitab *Tafsir Al Qur'an*; **(2)** Sayid Sabiq, *Fiqih Sunah II*; **(3)** Sulaiman Rasyid, *Fikih Islam*; **(4)** Saliem Al Hilali dan Ali Hasan Ali Abdul Hamid, *Shifatu Shaumin Nabi SAW*, terj. Salim Basyarahil, Gema Insani Press, Jakarta, 1989; **(5)** Syekh Muhammad Shalih Al Munajjid, *Sab'una Masalah Fis Shiyam*, Darul Wathon Riyadh, terj. Musthofa Aini LC, Yayasan Al Shofwa, Jakarta, cet II 2003; **(6)** KH. Ihya Ulumiddin, *Risalah Ringkas Puasa Ramadhan*, Yayasan Al Haramain Surabaya, 1420 H. **(7)** KH. M. Ma'ruf Khozin, *Fikih Ramadhan*, Muara Progresif, Surabaya, 2020, Cet.1.