

PUASA RAMADHAN

1. Pengertian Puasa

Puasa berasal dari kata Shiyam atau Shaum yang artinya menahan. maksudnya menahan diri dari makan, minum dan dari segala sesuatu lainnya yang membatalkannya (seperti bersetubuh suami isteri), sejak terbitnya fajar sampai terbenamnya matahari yang disertai niat dan syarat-syarat tertentu.

2. Hukum Puasa Ramadhan

Hukum melaksanakan puasa Ramadhan adalah Fardhu Ain (Suatu keharusan bagi setiap manusia yang telah memenuhi syarat - syarat shaum.

Firman Allah SWT :

يَتَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ

مِن قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ

Hai orang-orang yang beriman, diwajibkan atas kamu berpuasa sebagaimana diwajibkan atas orang-orang sebelum kamu agar kamu bertakwa, (Q.S. Al Baqarah ayat 183)

3. Syarat -syarat Puasa :

1. Syarat wajib : Islam, berakal, baligh, mampu / kuasa
2. Syarat sah : Islam, mumayyiz, suci dari hadats besar dan dalam waktu yang diperbolehkan berpuasa.

4. Rukun Puasa (Sesuatu yang harus dilakukan pada waktu puasa) :

1. Niat (Dilakukan dalam hati, diucapkan / dijaharkan).
2. Menahan / menjauhkan diri dari yang membatalkan puasa
Contoh lafadz niat puasa ramadhan

نويت صوم غد انعدع فرض شهر رمضان هذه السنة الله تعالى

“Niat saya berpuasa esok hari di bulan Ramadhan tahun ini karena Allah”

5. Sunah Puasa antara lain :

1. Menyegerakan berbuka dan mengakhiri makan sahur
2. Berbuka dengan makanan yang manis seperti kurma
3. Membaca doa ketika berbuka puasa
4. Memperbanyak sedekah, baca Al Qur'an, shalat malam, Iktikaf serta amalan ibadah sunnah lainnya

6. Yang membatalkan puasa, antara lain :

1. Makan, minum dan muntah dengan sengaja,
2. keluar mani / haid dan bersetubuh suami istri di malam hari.
3. Murtad (keluar agama Islam)

Melakukan perbuatan tercela seperti menggunjing orang lain, berbohong, riya dsb) dapat merusak nilai / pahala puasa tetapi tidak membatalkan puasa. Puasa semacam ini adalah puasa orang yang rugi / tidak ada pahalanya.

7. **Meninggalkan puasa Ramadhan** tanpa sebab yang dibenarkan seperti : sakit / dalam perjalanan / usia lanjut / hamil / menyusui/ haid / nifas, hukumnya adalah dosa besar. Bagi orang sakit, dalam perjalan, haid, apabila ia berbuka puasa maka ia harus menggada (mengganti puasa dihari lain) Sedangkan bagi orang yang lanjut usia / lemah maka baginya harus mengeluarkan fidyah (sadaqah kepada fakir miskin)

أَيَّامًا مَّعْدُودَاتٍ فَمَنْ كَانَ مِنْكُمْ مَّرِيضًا أَوْ عَلَىٰ سَفَرٍ فَعِدَّةٌ مِّنْ أَيَّامٍ أُخَرَ
 وَعَلَى الَّذِينَ يُطِيقُونَهُ فِدْيَةٌ طَعَامُ مِسْكِينٍ فَمَنْ تَطَوَّعَ خَيْرًا فَهُوَ خَيْرٌ لَهُ
 وَأَنْ تَصُومُوا خَيْرٌ لَّكُمْ إِن كُنْتُمْ تَعْلَمُونَ

“ (yaitu) dalam beberapa hari yang tertentu. Maka barangsiapa diantara kamu ada yang sakit atau dalam perjalanan (lalu ia berbuka), Maka (wajiblah baginya berpuasa) sebanyak hari yang ditinggalkan itu pada hari-hari yang lain. dan wajib bagi orang-orang yang berat menjalankannya (jika mereka tidak berpuasa) membayar fidyah, (yaitu): memberi makan seorang miskin. barangsiapa yang dengan kerelaan hati mengerjakan kebajikan], Maka Itulah yang lebih baik baginya. dan berpuasa lebih baik bagimu jika kamu Mengetahui. (Q.S. Al Baqarah ayat 184)

Sedangkan bagi wanita hamil dan menyusui, sebagian ulama berpendapat harus membayar fidyah dan menqadhanya, sebagian lagi berpendapat cukup dengan membayar fidyah

8. Keutamaan Puasa Ramadhan

Keutamaan puasa Ramadhan antara lain :

1. Dapat mendekatkan diri kepada Allah SWT (bertaqwa) :

يَتَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِكُمْ
 لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ

Hai orang-orang yang beriman, diwajibkan atas kamu berpuasa sebagaimana diwajibkan atas orang-orang sebelum kamu agar kamu bertakwa,

(Q.S. Al Baqarah ayat 183)

2. Allah akan mengampuni dosa manusia :

و عن ابي هريرة رضى الله عنه عن النبي صلى الله عليه وسلم قال من صام
 رمضان ايمانا واحتسابا غفر له ما تقدم من ذنبه

Abu Hurairah r.a berkata : Bersabda Nabi Muhammad SAW : “ Siapa yang puasa bulan Ramdhan karena iman dan mengharapakan pahala (ridha) Allah, maka akan diampuni dosa yang telah lalu”. (H.R. Bukhari Muslim)

3. Dijauhkan dari perbuatan tercela / jelek akibat dari gangguan syetan :

و عن ابي هريرة رضى الله عنه عن النبي صلى الله عليه وسلم قال اذ جاء رمضان فتحت ابواب الجنة
وغلقت ابواب النار وصدفت الشياطين

Abu Hurairah r.a berkata : Bersabda Nabi Muhammad SAW : “ Jika tiba bulan Ramadhan maka dibuka pintu surga dan ditutup pintu neraka dan dibelenggu semua syaiton ”. (H.R. Bukhari Muslim)

4. Ramadhan yang berarti membakar, dapat membakar beberapa penyakit hati yang ada dalam diri manusia seperti syirik, riya, hasad , kikir dan takabur.Serta dapat menumbuhkan rasa syukur kepada Allah SWT
5. Puasa ramadhan hakekat mengatur pencernaan tubuh manusia sehingga dapat menjaga kesehatan.

9. Puasa Sunah

Syarat, rukun dan ketentuan puasa sunnah sama dengan puasa ramadhan.

Contoh puasa sunah yang sangat dianjurkan Nabi Muhammad SAW, bahkan beliau senantiasa mengerjakannya, yaitu antara lain :

1. Puasa Senin Kamis
2. Puasa 6 hari dibulan syawal (dimulai tgl 2 syawal sampai akhir bulan)
3. Puasa arafah (tanggal 9 dzulhijah, bagi mereka yang tidak pergi haji)
4. Puasa 3 hari dipertengahan bulan

10. Waktu yang diharamkan puasa

Beberapa waktu yang dilarang berpuasa, antara lain :

1. Hari Raya Idul Fitri (1syawal)
2. Hari Raya Qurban (1 Dzulhijah)
3. Hari Tasyrik (tanggal 11, 12, 13 Dzulhijah)