

PUASA DALAM KONSEP KRISTEN ORTODOKS DAN ISLAM

SKRIPSI

Diajukan Kepada
Institut Agama Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya
Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan
Dalam Menyelesaikan Program Strata Satu
Ilmu Ushuluddin

PERPUSTAKAAN	
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA	
No. KLAS	No. REG
4-2005	142005/PA/0487
0019	ASAL BUKU:
PA	TANGGAL :

Oleh:

INDRAWATI

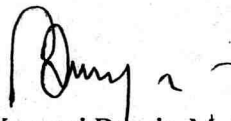
NIM : EO. 23.00.147 *Indrawati*

INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
FAKULTAS USHULUDDIN
JURUSAN PERBANDINGAN AGAMA
2005

PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI

Skripsi yang disusun oleh Indrawati ini telah
diperiksa dan disetujui untuk diujikan.

Surabaya, 08 Februari 2005
Pembimbing,



Drs. Kunawi Basyir, M.Ag
NIP. 150 254 719

PENGESAHAN TIM PENGUJI SKRIPSI

Skripsi yang disusun oleh Indrawati ini telah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi.

Surabaya, 15 Februari 2005

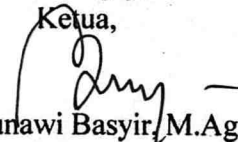
Mengesahkan,
Fakultas Ushuluddin
Institut Agama Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya
Dekan,



Dr. H. Abdullah Khozin Afandi, MA.
NIP. 150 190 692

Tim Penguji :

Ketua,


Drs. Kunawi Basyir, M.Ag.
NIP. 150 254 719

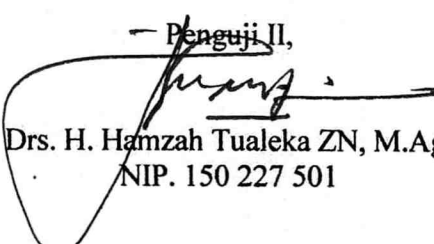
Sekretaris,


Drs. Zainal Arifin
NIP. 150 220 818

Penguji I,


Drs. Eko Taranggono, M.Pd.I.
NIP. 150 224 887

Penguji II,


Drs. H. Hamzah Tualeka ZN, M.Ag.
NIP. 150 227 501

PERPUSTAKAAN	
IAIN SUNAN AMPEL SURABAYA	
No. KLAS 4K U-2005 PA	No. REG 14K-20
ASAL BUKU:	
TANGGAL:	
DAFTAR ISI	

U-2005/PA/005

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

Halaman Judul	i
Halaman Persetujuan	ii
Halaman Pengesahan	iii
Kata Pengantar	v
Daftar Isi	viii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Perumusan Masalah	5
C. Penegasan Judul	5
D. Alasan Memilih Judul	7
E. Tujuan Yang Ingin Dicapai	8
F. Sumber Yang Digunakan	8
G. Metode Penelitian	9
H. Sistematika Pembahasan	10
BAB II KONSEP PUASA DALAM KRISTEN ORTODOKS DAN ISLAM ...	12
A. Puasa Dalam Kristen Ortodoks	12
1. Waktu Melaksanakan Puasa Dalam Kristen Ortodoks	12
2. Cara Mengerjakan Puasa Dalam Kristen Ortodoks	16
3. Puasa Menurut Al-Kitab	22
	vii

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

B. Puasa Dalam Agama Islam	24
1. Waktu Melaksanakan Puasa Dalam Agama Islam	24
2. Cara Mengerjakan Puasa Dalam Agama Islam	30
3. Puasa Menurut Al-Qur'an	38

BAB III PEMBAHASAN TENTANG PUASA DALAM KRISTEN

ORTODOKS DAN ISLAM	44
A. Puasa Dalam Kristen Ortodoks	44
1. Pengertian dan Hukum Puasa Dalam Kristen Ortodoks	44
2. Tujuan dan Hikmah Puasa Dalam Kristen Ortodoks	53
3. Macam-macam Puasa Dalam Kristen Ortodoks	62
B. Puasa Dalam Agama Islam	74
1. Pengertian dan Hukum Puasa Dalam Agama Islam	74
2. Tujuan dan Hikmah Puasa Dalam Agama Islam	79
3. Macam-macam Puasa Dalam Agama Islam	85

BAB IV ANALISA PUASA DALAM KRISTEN ORTODOKS DAN ISLAM..

A. Pengertian dan Hukum Puasa dalam Kristen Ortodoks dan Islam ..	91
1. Pengertian Puasa dalam Kristen Ortodoks dan Islam	91
a. Persamaan	91
b. Perbedaan	92
2. Hukum Puasa dalam Kristen Ortodoks dan Islam	93
a. Persamaan	93

b. Perbedaan	93
B. Tujuan dan Hikmah Puasa Dalam Kristen Ortodoks dan Islam	95
1. Tujuan Puasa Dalam Kristen Ortodoks dan Islam	95
a. Persamaan	95
b. Perbedaan	95
2. Hikmah Puasa Dalam Kristen Ortodoks dan Islam	96
a. Persamaan	96
b. Perbedaan	97
C. Cara Mengerjakan Puasa Dalam Kristen Ortodoks dan Islam	97
1. Persamaan	97
2. Perbedaan	98
D. Macam-Macam Puasa Dalam Kristen Ortodoks dan Islam	99
1. Persamaan	99
2. Perbedaan	99
BA3 V KESIMPULAN DAN PENUTUP	101
A. Kesimpulan	101
B. Saran-saran	102
C. Penutup	103
DAFTAR PUSTAKA	104

BAB I

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Manusia adalah makhluk yang paling mulia dan lengkap akan kejadiannya, di mana manusia oleh Tuhan dikaruniai suatu sifat, berfikir dan bercita-cita. Berkeinginan luhur dan berkesanggupan, berkemampuan (bei'at) untuk bersukur kepada Allah. Kelengkapan pemberian Tuhan yang dimaksud adalah kesatuan unsur yang ada pada manusia itu tersimpul dengan kalimat rohani dan jasmani (lahir dan batin). Dengan kelengkapan itu manusia bisa naik harkat dan martabatnya di dunia ini, atau sebaliknya yakni bisa merosot dan menjadi hina. Jika manusia itu tersebut oleh tarikan hawa nafsu angkara murka dan rayuan syaitan. Tetapi manusia itu tetap bertahan di atas garis strateginya selaras dengan fitrahnya sendiri, maka manusia bisa naik harkat dan martabatnya serta menjadi mulia. Jika manusia itu meningkatkan daya guna dan hasil guna yang dilandasi dengan keimanan serta dikembangkan dengan ilmu pengetahuan.¹

Puasa adalah alternatif yang ditawarkan Tuhan kepada manusia sebagai sarana untuk menggapai keinginan dan cita-cita manusia. Di mana puasa adalah sebagai institusi disiplin spiritual moral dan fisik yang menerawang ke alam *ilahiyyat* yang merupakan tujuan paling tinggi. Ibadah puasa yang paling intens

¹MA. Nazaruddin Aziz, *Puasa Untuk Bertakwa* (Surabaya: al-Ikhlash, 1978), 25.

cenderung menumbuhkan kesadaran dekat dengan Tuhan dan hadirnya Allah. Di mana Allah senantiasa melihat hamba-Nya dengan segala tingkah laku manusia. Jumlah yang menjadi tumpuan disiplin spiritual yang tinggi, kebangkitan jati diri dan kehidupan spiritual pula.²

Ibadah puasa termasuk salah satu syarat Allah yang telah ditetapkan-Nya untuk manusia, agar dapat mendekatkan dirinya kepada Allah.³ Kata *shiam* (puasa) menurut pengertian berarti menahan diri dari makan dan minum dan bersetubuh atau segala hal yang membatalkan puasa, sejak dari terbitnya fajar shodiq sampai matahari terbenam dengan niat puasa menjalankan perintah Allah.⁴ Sebagaimana digambarkan dalam al-Qur'an surat al-*Baqarah* ayat 185.⁵

Dengan puasa ini juga ditanamkan niat moral atau akhlak baik kepada manusia, yaitu ajaran supaya manusia siap menghadapi penderitaan dan cobaan serta menjauhkan diri dari segala sesuatu yang terlarang dan memperbanyak kegiatan amal shaleh, kemanusiaan dan kasih sayang.⁶

Puasa yang dikehendaki dalam agama Islam bukan hanya sekedar menahan diri, tetapi harus disertai niat menjalankan dan mematuhi perintah Allah. Bukan berdasarkan kepada kepatuhan kepada Tuhan selain Allah atau hanya

²KH. Bahaudin Mudhory, *Esensi Puasa* (Surabaya: Pustaka Progresif, 1992), 25.

³Abu Bakar Muhammad, *Membangun Manusia Seutuhnya Menurut al-Qur'an* (Surabaya: al-Ikhlash, t.t.), 85.

⁴H. Fachrudin, MA, *Ensiklopedi al-Qur'an* (Jakarta: Rineka Cipta, t.t.), 289.

⁵Departemen Agama RI, *al-Qur'an dan Terjemahnya* (Jakarta: Depag RI, 1974), 44.

⁶Muslich Maruzi, *Pedoman Ibadah Puasa* (Semarang: Pustaka Damai, 1986) 19.

karena malu dan sebagainya.⁷ Akan tetapi puasa yang dikehendaki dalam ajaran Islam ialah harus dapat membina dan melatih manusia menjadi orang yang bertakwa pada Allah sesuai dengan yang telah dijelaskan dalam ayat-ayat tersebut melihat dasar atau landasan beribadah puasa dan hasil yang diharapkan itu adalah untuk kebahagiaannya di dunia hingga akhirat kelak.⁸

Adapun Kristen Ortodoks, puasa merupakan suatu kebiasaan yang sewaktu-waktu dianjurkan sebagai jalan pendek untuk memperoleh jawaban do'a. Sekali-kali kebiasaan ini meluas di seluruh bangsa, seperti satu mode dan banyak orang memberi kesaksian bahwa mereka menerima kekuatan baru bersama Allah. Kadang puasa dianggap hampir seperti obat manjur untuk segala macam penyakit, can bahkan untuk menghasilkan kehidupan rohani yang lebih suci.⁹

Dari seluruh isi al-Kitab di dalamnya terdapat satu prinsip utama untuk menggambarkan kebenaran yang alamiah ini, maka puasa Kristen Ortodoks bukanlah semata-mata hanya sekedar menahan makan dan minum saja. Akan tetapi lebih jauh lagi pada hakekatnya untuk mencerminkan pemusatan hati masing-masing orang.

Dalam Kristen Ortodoks diungkapkan bahwa, puasa memiliki hikmah yang sangat positif. Di antaranya dikatakan oleh James Lee Beall pada mukadimah buku yang membahas tentang puasa yang dikutipnya dari ungkapan

⁷Muhammad, *Membangun ...*, 86.

⁸*Ibid.*, 88.

⁹James Lee Beall, *Puasa* (Bandung: Yayasan Kalam Hidup, 1993), 5.

William Kelly, bahwa untuk menghadapi suatu kebobrokan akhlak. Maka seharusnya tujuan yang benar adalah memulihkan puasa itu pada proporsinya yang benar yang sesuai dengan Injil.¹⁰

Di samping itu seorang penulis lain mengatakan bahwa hikmah pelaksanaan puasa itu dapat meningkatkan kuasa do'a, mengalahkan musuh serta mendatangkan tujuan akhir. Meningkatkan kuasa do'a artinya dapat membersihkan dan menyingkirkan segala macam penghambat yang bersifat kedagingan dan Roh Kudus dapat bekerja dengan leluasa dan sepenuhnya melalui do'a-do'a yang selalu dipanjatkan kepada-Nya.¹¹ Sedangkan kuasa yang bekerja di dalam do'a itu adalah Roh Kudus itu. Adapun yang dimaksud dengan mendatangkan tujuan akhir adalah pencerahan Roh Kudus yang dampaknya saat ini mulai dirasakan Gereja Tuhan di seluruh dunia saat ini.¹²

Kristen Ortodoks tidak dapat memberikan arti rohani kasih yang dapat diartikan oleh air dalam pembaptisan atau elemen-elemen dalam jamuan khusus. Kadang Kristen Ortodoks perlu untuk menolak suguhan dan makanan tambahan agar dapat mencapai pemusatan hati hanya kepada Allah semata.

Agama yang mempunyai satu sumber (al-Qur'an) bagi Islam dan (Injil) bagi Kristen Ortodoks ini. Dalam perjalanannya ingin berakhir selamat *fiddin waddunya wal akhirah*, jadi sebagai pemeluk ajarannya tentu dituntut dalam

¹⁰*Ibid.*, 6.

¹¹Derek Prime, *Do'a dan Puasa*, terj. (Florida: t.p., 1973), 104-105.

¹²*Ibid.*, 730.

kehidupannya yang harmonis untuk menciptakan suatu masyarakat tenteram, rukun dan damai sebagaimana ajaran tentang hidup yang tenteram termasuk ajaran Islam dan Kristen Ortodoks. Sehingga hal ini cukup menarik, maka di sinilah penulis akan mengangkat skripsi ini dengan judul Puasa Dalam Konsep Kristen Ortodoks dan Islam.

B. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut dan agar tidak terlepas dari tujuan yang penulis inginkan, maka perlu dirumuskan permasalahan yang akan dibahas yaitu sebagai berikut :

1. Bagaimana konsep puasa dalam Kristen Ortodoks
2. Bagaimana konsep puasa dalam Islam
3. Bagaimana persamaan dan perbedaan keduanya

Demikian beberapa hal yang menjadi rumusan dasar dari penulisan skripsi ini.

C. Penegasan Judul

Untuk menghindari kesalah pahaman dalam menginterpretasikan arti dan maksud dalam kandungan judul tersebut, maka di sini perlu ditegaskan pengertian dari kata-kata yang sulit dalam judul tersebut dengan rincian sebagai berikut :

1. **Puasa** : Kata ini berasal dari bahasa Arab yakni yang artinya berpuasa.

Menurut kamus bahasa Indonesia, puasa tidak makan dan tidak

minum dengan sengaja (terutama yang bertalian dengan keagamaan).¹³

2. Konsep : Pengertian atau pemikiran seseorang tentang hal tersebut.¹⁴
3. Kristen : Orang yang menyerahkan hidupnya kepada Kristus, mengakui dia sebagai Tuhannya dan berusaha melayani dia dengan segenap hatinya.¹⁵
 Nama suatu ajaran al-Masih. Menurut Kisah Para Rasul (11:26) Kristen (masihy) adalah sebutan pertama kali untuk murid-murid al-Masih di Anthiokia.
4. Ortodoks : Berpegang teguh pada peraturan dan ajaran resmi (agama); aliran di Kristen yang berpegang pada al-Kitab tanpa kritik. Menurut Kanisah Ortodoks Syria, nama "Orthodoks" dipakai karena berarti menganut ajaran agama yang dianggap benar yang asli; berarti tetap pada ajaran semula, kuat memegang kepercayaan atau lamanya.¹⁶
5. Islam : Agama Allah yang telah diwahyukan kepada Nabi Muhammad yang berupa perintah, larangan dan petunjuk untuk kesejahteraan dalam kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat.¹⁷

¹³Muhammad Yunus, *Kamus Arab-Indonesia* (Jakarta: PT Hida Karya Agung, 1989), 224.

¹⁴M. Dahlan al-Qarry, *Kamus Ilmiah Populer* (Surabaya: Arkola, t.t.), 236.

¹⁵Soedarso, *Kamus Istilah Teologi* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 1997), 61.

¹⁶Al-Qarry, *Kamus ...*, 549.

¹⁷Nazaruddin Razak, *Dienu Islam* (Bandung: PT al-Ma'arif, 1989), 362.

Jadi yang dimaksud dengan Kristen Ortodoks adalah orang yang menyerahkan hidupnya kepada Kristus, bernegara di Timur Tengah yang memegang kepercayaan pada ajaran lamanya.

Dari uraian di atas, jelaslah pengertian yang terkandung dimaksud, yakni suatu usaha untuk mengatur dan melihat bagaimana cara-cara yang ditempuh oleh masing-masing ajaran dari Kristen Ortodoks dan Islam, dalam menjalankan puasa sebagai realisasi dari ajaran agama tersebut.

D. Alasan Memilih Judul

Penulis sengaja memilih judul sekaligus sebagai tema dalam karya ini, karena ada beberapa pertimbangan dan alasan sebagai berikut :

1. Masalah puasa perlu untuk diketahui oleh kita semua, karena masih banyak orang belum mengerti apa maksud dan tujuannya.
2. Judul yang tertera belum ada yang membahas, selain itu permasalahan dan pembahasannya sesuai dengan jurusan penulis, yaitu perbandingan agama.
3. Puasa yang tengah dilaksanakan oleh Kristen Ortodoks dan Islam pada hakekatnya adalah merupakan ikhtiar dan menjalankan ajaran untuk mengadakan peningkatan mutu serta kualitas umat yang dilakukan secara sadar sesuai dengan fitrahnya.

E. Tujuan Yang Ingin Dicapai

Sesuai dengan rumusan masalah tersebut di atas, maka tujuan yang ingin dicapai dalam penulisan skripsi ini adalah :

1. Mendapatkan gambaran yang jelas terutama tentang konsep puasa dalam Kristen Ortodoks.
2. Mendapatkan gambaran yang jelas tentang bagaimana konsep puasa dalam Islam.
3. Ingin mengetahui persamaan dan perbedaan puasa dalam Kristen Ortodoks dan Islam.

F. Sumber Yang Digunakan

Dalam penulisan skripsi ini, penulis menggunakan data-data dari hasil penelitian pustaka atau *library research*. Sumber data ini ada dua macam, yaitu :

1. Data primer, yaitu data yang diambil dari al-Kitab dan al-Qur'an.
2. Data sekunder, yaitu data yang diambil dari buku-buku dan sumber-sumber lain yang relevan dengan obyek permasalahan dalam skripsi ini, di antaranya :
 - a. *Puasa Aktivitas Senyap*, Wiharja Jian, PT BPK Gunung Mulia.
 - b. Lima Titik Temu Agama-agama, Duta Wacana University Press, Yogyakarta.
 - c. Ibadah dalam Islam, Dr. Yusuf Qardhawi, PT Bina Ilmu.
 - d. Rukun Islam Tinjauan Historis Filosofis, H. M Roem Rowi, Surabaya.

- e. Majalah Islam Sabili, Meniti Jalan Menuju Mardhotillah, November 2004.

G. Metodologi Penelitian

1. Teknik Pengumpulan Data

- Observasi sebagai metode ilmiah dengan cara pengamatan dan pencatatan dengan sistematika fenomena-fenomena yang diselidiki.¹⁸ Metode ini dipergunakan untuk menggali data tentang puasa orang Kristen Ortodoks di Indonesia.
- Wawancara merupakan salah satu cara dalam pengumpulan data, informasi yang diberikan oleh informan dapat berkembang dengan sendirinya. Dalam hal ini peneliti menggunakan wawancara tidak terstruktur, yaitu jauh lebih bebas iramanya, pertanyaan tidak disusun lebih dulu dan disesuaikan dengan keadaan, tanya jawab mengalir seperti percakapan sehari-hari.¹⁹
- Buku-buku atau literatur sebagai penunjang dalam penulisan skripsi ini.

¹⁸Sutrisno Hadi, *Metodologi Research*, jilid II, cet. ke-20 (Yogyakarta: Andi Offset, 1991), 136.

¹⁹Lexy J. Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2000), 138-139.

2. Teknik Pengolahan Data

- **Pengorganisasian data**, yaitu menyusun data yang diperoleh dalam kerangka paparan yang sudah direncanakan sebelumnya, yang dianggap relevan dengan masalah yang telah dirumuskan.
- **Analisa data**, proses mengorganisasikan dan mengurutkan data ke dalam pola, kategori, dan satuan uraian dasar sehingga dapat ditemukan tema dan dapat dirumuskan hipotesis kerja yang disarankan oleh data. Setelah data diolah, selanjutnya dilakukan analisa. Metode yang dipakai adalah metode deskriptif, dengan klasifikasi data kualitatif, yaitu analisa data yang bersifat non-statistik, atau suatu data yang menggambarkan dan melaporkan hasil penelitian di lapangan.

H. Sistematika Pembahasan

Untuk mendapatkan kemudahan uraian pada skripsi ini, maka perlu adanya sistematika pembahasan. Adapun sistematika pembahasan pada skripsi ini terbagi atas lima bab, yang masing-masing bab terdiri dari:

Bab pertama merupakan pendahuluan yang mencakup latar belakang masalah, rumusan masalah, penegasan judul, alasan memilih judul, tujuan yang ingin dicapai, kegunaan penelitian, metodologi penelitian dan sistematika pembahasan.

Bab kedua berupa konsep puasa dalam Kristen Ortodoks dan Islam, yaitu waktu melaksanakan puasa, cara mengerjakan puasa dan puasa menurut al-Kitab dan al-Qur'an.

Bab ketiga merupakan pembahasan tentang puasa dalam Kristen Ortodoks dan Islam, yaitu pengertian dan hukum, tujuan dan hikmah serta macam-macam puasa.

Bab keempat, dalam bab ini penulis mengadakan analisa perbandingan dalam Kristen Ortodoks dan Islam yang meliputi ada dan tidaknya persamaan dan perbedaan dalam pengertian dan hukum, tujuan dan hikmah, cara melaksanakan dan macam-macam puasa dalam Kristen Ortodoks dan Islam yang ada di Indonesia.

Bab kelima merupakan bab yang terakhir yang berisikan tentang kesimpulan dari seluruh pembahasan dan saran-saran serta diakhiri dengan kata penutup.

BAB II

KONSEP PUASA DALAM KRISTEN ORTODOKS DAN ISLAM

A. Puasa Dalam Kristen Ortodoks

1. Waktu Melaksanakan Puasa Dalam Kristen Ortodoks

Tidak sedikit orang bertanya kapan saat yang tepat untuk berpuasa. Mestikah saya berpuasa setiap hari Senin dan Kamis, atau kapankah saat yang baik untuk mulai berpuasa.

Baiklah kita mendengarkan apa yang dikatakan Tuhan Yesus sehubungan dengan hal ini. Suatu kali murid-murid Yohanes dan orang-orang Farisi berpuasa, akan tetapi murid-murid Tuhan Yesus tidak, berpuasa pada waktu itu sangat mudah dikenali karena memakai atribut tertentu yang mudah dikenali umum. Orang-orang datang dan bertanya atau protes kepada Tuhan Yesus, mengapa murid-murid Yohanes dan orang-orang Farisi berpuasa sedangkan murid-murid Tuhan Yesus tidak berpuasa. Hendaknya dengan seksama kita memperhatikan bagaimana jawaban Tuhan Yesus.

“Dapatkah sahabat-sahabat mempelai laki-laki berpuasa sedang mempelai itu bersama mereka. Selama mempelai itu bersama mereka, mereka tidak dapat berpuasa. Tetapi waktunya akan datang mempelai itu akan diambil dari mereka, dan pada waktu itulah mereka akan berpuasa”¹

¹Perjanjian Baru, Markus 2:19-20; Lukas 5:35.

Bagaimana kita menangkap dan mengerti apa yang dikatakan Tuhan Yesus itu. Siapakah yang dimaksud Tuhan Yesus dengan mempelai laki-laki itu.

Beberapa petunjuk dalam al-Kitab hendaknya kita perhatikan dengan seksama. Efesus 5:32; 2 Korintus 11:2; dan Wahyu 21:9, memberikan arahan yang jelas sekali. Bahwa yang dimaksud dengan mempelai laki-laki itu tidak lain daripada Tuhan Yesus sendiri, dan sahabat-sahabat mempelai laki-laki itu adalah setiap orang (umat) Kudus yang senantiasa bersama-sama dengan Tuhan Yesus. Setiap orang yang percaya dan setia kepada Tuhan Yesus termasuk kepada sahabat mempelai laki-laki itu.

Pertanyaan berikut, bilamanakah mempelai laki-laki atau Tuhan Yesus diambil dari antara kita, sahabat-sahabat-Nya. Tuhan Yesus lahir melalui Bunda Maria, lahir di kandang domba di Betlehem, disalibkan dan mati. Pada hari ketiga dibangkitkan dari kematian, naik ke surga, kembali kepada Bapa. Inilah saat di mana Tuhan Yesus tidak lagi bersama-sama dengan kita. Untuk menggantikan kehadiran Tuhan Yesus dan membuat umat senantiasa merasakan kehadiran-Nya, maka ia mencurahkan Roh Kudus-Nya sebagai karunia sulung Roh (Roma, 8:23).

Roh Kudus menjadi substitusi bagi Tuhan Yesus. Dengan Roh Kudus siapapun percaya dan setia kepada-Nya, di manapun berada dan di dalam situasi apapun, dapat mengalami kehadiran Tuhan Yesus di dalam hidupnya.

Lebih spesifik lagi, ada saat di dalam kehidupan pribadi atau komunitas keluarga, terasa keadaan hampa, Kristen Ortodok Syriaong, sepertinya Tuhan Yesus sangat jauh dari hidup kita. Tidak dirasakan lagi bahwa Tuhan Yesus menyatakan kehendak-Nya di dalam kehidupan kita. Ini bisa terjadi ketika kita mengalami kesedihan yang dalam, kesusahan penderitaan, sakit atau aniaya yang hebat. Kenneth E. Hagian menyebutkan juga bahwa berpuasa dilakukan untuk mendapatkan pertolongan dan kesembuhan dari sakit penyakit, atau ketika kita melakukan dosa. Inilah saat yang Tuhan Yesus katakan sebagai waktu mempelai laki-laki diambil dari kita.² Juga kapan kita harus berpuasa, seringkali dalam hidup atau pelayanan kita muncul satu situasi atau keadaan yang memerlukan tuntunan atau pimpinan Tuhan. Saat itulah puasa sangat diperlukan. Saat anda merasa hambar tidak lagi merasakan hadirat Allah saat itulah anda perlu berpuasa.

“Jawab Yesus kepada mereka: ‘Dapatkah sahabat-sahabat mempelai laki-laki berduka cita seama mempelai itu bersama mereka? Tetapi waktunya akan datang mempelai itu diambil dari mereka dan pada waktu itulah mereka akan berpuasa’”³

Ambillah waktu untuk menyendiri bersama dan Tuhan dalam puasa. Ada lima langkah untuk berpuasa: ambil keputusan untuk berpuasa; maklumkan puasa Anda kepada Tuhan bukan kepada manusia; percayalah Anda menerima upahnya (Mat, 6:18); sebelum Anda berpuasa, layanilah

²Wiharja Jian, *Puasa Aktivitas Senyap* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2000), 81-83.

³Perjanjian Baru, Matius 9:15.

Tuhan secara pribadi; selama Anda berpuasa, layanilah orang lain setelah Anda berpuasa untuk melepaskan jiwa-jiwa yang terbelenggu dengan ucapan Tuhan. Ada kuasa yang sedang mengalir saat Anda dan saya berpuasa dan berdo'a.

Dalam komunitas jemaat atau Gereja sebagai satu kesatuan, ketika menghadapi masalah-masalah yang fundamental, skisma, masalah-masalah yang berkenaan dengan pengenaan disiplin Gereja, masalah yang berkenaan dengan tantangan dan hambatan dari masyarakat, dan masalah dalam pembangaunan rumah ibadat. Juga tidak tampaknya pertumbuhan yang benar dari kehidupan warga Gereja. Ini adalah saat yang tepat untuk berpuasa meendahkan diri di hadapan Tuhan Yesus.

Juga keadaan ketika kita baik secara pribadi maupun komunitas masyarakat bangsa mengalami kerusuhan, bencana alam yang terjadi secara beruntun atau seperti krisis moneter yang berkepanjangan. Dalam keadaan demikian Tuhan Yesus menghendaki jemaat atau Gereja yang berpikiran inklusif sebagai bagian dari satu kesatuan masyarakat untuk menyalakan keprihatinannya dan untuk berpuasa merendahkan diri dan meminta kemurahan Allah bagi masyarakat dan bangsa.

Dengan demikian, berpuasa merupakan suatu kesadaran akan kebutuhan merendahkan diri di hadapan Allah dan tidak dapat ditentukan

kapan mesti dimulai, puasa dapat dilakukan kapan saja, mulai pagi hari, mulai siang hari atau petang.⁴

Sejar dengan hal itu, kita tidak dapat mengatakan berapa lama sebaiknya berpuasa itu dilakukan, yang penting adalah bagaimana agar setiap hati nurani dan komunitas orang percaya mempunyai kepekaan untuk memberikan tanggapan yang benar atas segala prakarsa Allah, termasuk dalam hal berpuasa. Bisa terjadi seseorang atau suatu komunitas berpuasa, sesuai dengan kesepakatan atau nazar yang dilakukan hati nuraninya di hadapan Allah. Tetapi setidaknya dari pemberitaan al-Kitab, dapat disebutkan sampai Tuhan memperhatikan dan memberikan pengampunan, serta melimpahkan anugerah dan kemurahan-Nya. Sampai Tuhan Yesus memberikan kelelasan dan mencurahkan kelegaan dan damai sejahtera.⁵

2. *Cara Mengerjakan Puasa Dalam Kristen Ortodoks*

Praktek ibadah puasa dalam Gereja perdana dapat dijumpai dalam suatu dokumen purba yang bernama *Didakhee Toon Apostoloon* (Pengajaran rasul-rasul) dalam kaitannya dengan persiapan baptisan dan puasa harian. Mengenai persiapan baptisan dikatakan demikian: “Dan sebelum baptisan, baik yang membaptis maupun yang akan dibaptis haruslah berpuasa, bersama dengan orang-orang lain yang dapat ikut serta. Dan harus dipastikan bahwa

2005. ⁴Wawancara dengan Romo Ioasaph, Ketua The Indonesian Orthodox Church, pada 15 Januari

⁵Jian, *Puasa ...*, 84.

orang-orang yang akan dibaptis berpuasa selama satu atau dua hari sebelumnya”, praktek yang mana tetap dijalankan dalam Gereja Ortodoks masa kini. Dan mengenai puasa harian dikatakan: “Tetapi janganlah sampai puasamu itu jatuh pada hari-hari yang sama dengan kaum munafik (kaum Farisi, Matius 6:16), yang berpuasa pada hari Rabu dan Jum’at”, praktek puasa harian: Rabu (sebagai peringatan hari Yesus Kristus dikhianati Yudas) dan Jum’at (sebagai peringatan hari penyaliban Yesus Kristus) itupun tetap dipraktikkan oleh Gereja Ortodoks masa kini.⁶

Dalam prakteknya masa puasa 40 hari sebelum paskah ini dalam Gereja Ortodoks ini disebut sebagai: *tessarakosti* (empat puluh) dan dalam bahasa Inggris *lent* yang di dalam Gereja Ortodoks di Indonesia disebut sebagai “Puasa Agung Catur Dasa”. Gereja Roma Katolik di Indonesia menyebutnya sebagai puasa pra-paskah, meskipun tanggal pelaksanaannya berbeda, karena perbedaan kalender yang digunakan. Gereja Ortodoks menggunakan kalender yang lebih tua, yaitu kalender Yulian, sedangkan Gereja Roma Katolik dan Protestan menggunakan kalender Gregorian atau kalender umum yang sekarang kita pakai di Indonesia ini. Puasa Agung Catur Dasa Gereja Ortodoks pada tahun 1997 ini akan jatuh pada tanggal 10 Maret, dan hari raya Paskah akan jatuh pada tanggal 27 April.⁷

⁶Pieterella Van Poorn-Harder, *Lima Titik Temu Agama-agama*, ed. Abuna Arkhimandrit Daniel Bambang Dwi Byantoro, *Ibadah Puasa dalam Iman Kristen Ortodoks* (Yogyakarta: Duta Wacana University Press), 163-164.

⁷*Ibid.*, 164.

Sejak manusia diciptakan Allah, manusia telah mengenal berpuasa dari kesaksian al-Kitab kita mengenai berpuasa dalam kehidupan umat Israel sejak zaman kuno, tetapi di sini kita akan membatasi hal yang berkenaan dengan berpuasa yang dijalani sekelompok anggota masyarakat dalam al-Kitab, beberapa orang terkemuka, misalnya dalam institutia karya Yohanes Calvin, pengalaman orang Kristen di dunia, dan ajakan berpuasa masyarakat Kristen yang ada di Indonesia.

Praktik Pribadi Musa

Musa mengingatkan umat Israel karena mereka telah berulang kali membuat Tuhan gusar selama perjalanan di padang gurun setelah mereka dibawa keluar dari Mesir. Musa dipanggil menghadap Tuhan di gunung Sinai untuk menerima dua loh batu yang berisi hukum Tuhan. Di atas gunung Sinai ini Musa berpuasa selama 40 hari 40 malam, sebagai persiapan untuk menerima kedua loh batu, loh perjanjian antara Allah dengan umat Israel.

“Setelah aku mendaki gunung untuk menerima loh-loh batu, loh-loh perjanjian yang diikat Tuhan dengan kamu, maka aku tinggal empat puluh hari empat puluh malam lamanya di gunung itu; roti tidak kumakan dan air tidak kuminum.”⁸

Selama Musa berpuasa, umat Israel menduga bahwa mereka telah kehilangan dia. Paling tidak sudah 40 hari 40 malam Musa tidak tampak dan tidak muncul. Umat Israel menyangka Musa sudah mati di atas gunung Sinai. Penantian umat Israel mencapai batasnya. Padahal, setelah Musa menerima

⁸Perjanjian Lama, Ulangan 9:9.

kedua loh batu, loh perjanjian Allah dengan umat-Nya itu, Musa diperintahkan untuk segera bangun, turun kepada bangsanya. Setelah itu Musa kembali sujud di hadapan Tuhan dan berpuasa selama 40 hari 40 malam, tidak makan dan tidak minum untuk kedua kalinya, meminta pengampunan atas dosa segenap umat Israel. Musa begitu gentar dengan murka Tuhan yang akan memusnahkan umat Israel itu, imam besar harun juga tidak luput dari ancaman murka Tuhan itu.

“Sesudah itu aku sujud di hadapan Tuhan, empat puluh hari empat puluh malam lamanya, seperti yang pertama kali -- roti tidak kumakan dan air tidak kuminum -- karena segala dosa yang telah kamu perbuat, yakni kamu melakukan apa yang jahat di mata Tuhan, sehingga kamu menimbulkan sakit hati-Nya.”⁹

Untuk kedua kalinya Musa berpuasa 40 hari 40 malam, sujud di hadapan Allah untuk meminta pengampunan atas dosa umat itu. Meminta kemurahan Allah bagi kelangsungan hidup umat tersebut. Tuhan memperdulikan puasa Musa dan mendengarkan doanya, sehingga umat Israel luput dari murka Tuhan.

Dalam membahas tata cara pelaksanaan puasa dalam Kristen Ortodoks perlu diketahui bahwa berdasarkan dasar hukum di bagian awal dapatlah diketahui bahwa :

- a. Hari wajib puasa adalah hari Rabu Abu dan Jum'at Agung (Kan.1251).

⁹Perjanjian Lama, Ulangan 9:18.

- b. Semua orang Katolik yang umurnya 18 tahun sampai 60 tahun wajib puasa (Statuta pasal 136 ayat 5) dan Kitab Hukum Kanonik 1252.
- c. Berpuasa dalam Kristen Ortodoks praktiknya adalah dalam sehari makan kenyang sekali dan dua kali makan sedikit sekali.

Jadi pada saat berpuasa sehari umat Kristen Ortodoks itu hanya makan kenyang sekali saja dan berikutnya makan sedikit sekali. Di samping berpuasa umat Kristen Ortodoks juga berpantang.

Adapun cara berpantang adalah :

- a. Dalam masa puasa pantang dilaksanakan pada hari Rabu Abu dan setiap Jum'at dalam masa puasa.
- b. Semua orang Kristen Ortodoks yang berumur 14 tahun wajib berpantang
- c. Pantang dalam arti hukum berarti memilih tidak makan daging, ikan, garam, atau tidak jajan dan tidak merokok

Berpantang yang dimaksudkan dalam masalah ini adalah meninggalkan makan makanan yang menjadi kegemarannya dan segala sesuatu yang menjadi kesukaannya dalam kehidupan biasanya.

Menurut kitab Perjanjian Lama dan Perjanjian Baru tata cara puasa diketengahkan sebagaimana dalam :

- a. Yoel 2:12-13

“Tetapi sekarang juga, demikianlah firman Tuhan, berbaliklah kepada-Ku dengan segenap hatimu, dengan berpuasa, dengan menangis dan dengan mengaduh. Koyakkanlah hatimu dan jangan pakaianmu, berbaliklah kepada Tuhan, Allahmu, sebab

Ia pengasih dan penyayang, panjang sabar dan berlimpah kasih setia, dan Ia menyesal karena hukuman-Nya.”¹⁰

Inti dari isi dari Yoel 2:12-13 tersebut adalah berpuasa harus dengan sikap kesungguhan, beramal dan berdoa.

b. Yesaya 58:3-4

“Mengapa kami berpuasa dan Engkau tidak memperhatikannya juga? Mengapa kami merendahkan diri dan Engkau tidak mengindahkannya juga?” Sesungguhnya, pada hari puasamu engkau masih tetap mengurus urusanmu, dan kamu mendesak-desak semua buruhmu. Sesungguhnya, kamu berpuasa sambil berbantah dan berkelahi serta memukul dengan tinju dengan tidak serena-mena. Dengan caramu berpuasa seperti sekarang ini suaramu tidak akan didengar di tempat tinggi.”¹¹

c. Matius 6:16-18

“Dan apabila kamu berpuasa, janganlah muram mukamu seperti orang munafik. Mereka mengubah air mukanya, supaya orang melihat bahwa mereka sedang berpuasa. Aku berkata kepadamu: Sesungguhnya mereka sudah mendapat upahnya. Tetapi apabila engkau berpuasa, minyakilah kepalamu dan cucilah mukamu, supaya jangan dilihat oleh orang bahwa engkau sedang berpuasa, melainkan hanya oleh Bapamu yang ada di tempat tersembunyi. Maka Bapamu yang melihat yang tersembunyi akan membalasnya kepadamu.”¹²

Dengan demikian mengenai tata cara berpuasa dalam Kristen Ortodoks,

“Umat ditantang kedewasaannya, umat diwajibkan menjalani puasa secara serius sebagai laku pertobatan-pertobatan yang serius akan nampak keseriusan berpuasa secara bebas. Umat

¹⁰Perjanjian Lama, Yoel 2:12-13.

¹¹Perjanjian Lama, Yesaya 58:3-4.

¹²Perjanjian Baru, Matius 6:16-18.

juga harus dengan penuh tanggung jawab memilih pantangan yang sungguh-sungguh menjadi tanda bukti pertobatannya.”¹³
Demikian tata cara berpuasa dan berpantang dalam Kristen Ortodoks.

3. *Puasa Menurut Al-Kitab*

Seorang tokoh Kristen dr. Yabinè Ministry Bandung, Ir. Herlianto, mempersoalkan perintah puasa. Menurutnya, asal perintah puasa dalam Perjanjian Lama tidak jelas, tercatat ketika Israel menghadap Filistin mereka mengaku dosa dan berpuasa. Pernyataan ini sama sekali salah, karena hanya untuk menutupi kebenaran, seolah-olah puasa itu bukan perintah Tuhan. Padahal dalam Taurat, Nabi Musa diwajibkan puasa dan total berhenti dari segala aktivitas. Bila dilanggar, sanksinya adalah dilenyapkan dan dibinasakan oleh Tuhan. Ketetapan ini berlaku sepanjang masa.

“Akan tetapi pada tanggal sepuluh bulan yang ketujuh itu ada hari Pendamaian; kamu harus mengadakan pertemuan kudus dan harus merendahkan diri dengan berpuasa dan mempersembahkan korban api-apian kepada Tuhan. Pada hari itu janganlah kamu melakukan sesuatu pekerjaan; itulah hari Pendamaian untuk mengadakan pendamaian bagimu di hadapan Tuhan, Allahmu. Karena setiap orang yang pada hari itu tidak merendahkan diri dengan berpuasa, haruslah dilenyapkan dari antara orang-orang sebangsanya.” (Imamat 2327-30; Imamat 1629-31; Bilangan 297).

Nabi-nabi lainpun mengekspresikan puasa sesuai dengan situasi yang berlangsung puasa pada masa Samuel untuk bertaubat pada Tuhan (I Samuel 76) dan berkabung (I Samuel 3113; II Samuel 112). Nabi Daud puasa sampai

¹³Wawancara dengan Romo Ioasaph, Ketua The Indonesian Orthodox Church, pada 15 Januari 2005.

badannya kurus kehabisan lemak (Mazmur 109:24). Nehemia berpuasa ketika berkabung (Nehemia 14), Daniel juga berpuasa (Daniel 9:3), Yoel berpuasa bersama penduduk negerinya (Yoel 14), Yunus berpuasa (Yunus 3:5). Zakaria diperintah Tuhan berpuasa (Zakaria 7:5), warga Yerusalem berpuasa pada bulan kesembilan (Yeremia 36:9) dan lainnya.

Nabi Musa puasa jasmani dan rohani, tidak makan dan tidak minum selama 40 hari 40 malam pada saat menerima sepuluh firman (*The Ten Commandments*). “Dan Musa ada di sana bersama-sama dengan Tuhan empat puluh hari empat puluh malam lamanya, tidak makan roti dan tidak minum air, dan ia menuliskan pada loh itu segala perkataan perjanjian, yakni Kesepuluh Firman” (Keluaran 34:28). Sementara Yesus berpuasa 40 hari 40 malam hingga kelaparan pada saat digoda iblis di padang gurun. “Dan setelah berpuasa empat puluh hari dan empat puluh malam, akhirnya laparlah Yesus” (Matius 4:2).

Dalam Injil, puasa merupakan identitas ketakwaan, keshalihan dan kepatuhan pada Tuhan. Hana, seorang nabi perempuan tidak pernah meninggalkan puasa dalam rangka *bertaqarrub* (mendekatkan diri) pada Tuhan (Lukas 23:6-37). Yesus menginstruksikan murid-muridnya berdoa dan puasa untuk mengusir syetan yang merasuki manusia (Matius 17:21). Orang Farsi pada masa Yesus melakukan puasa senin-kamis (Lukas 18:12). Selain itu, Yesus juga menyatakan murid-muridnya berpuasa (Lukas 5:33-35; Matius

914-15; Markus 218-20) dengan ikhlas hanya karena Tuhan semata (Matius 616-18).

Shaum memang sangat penting bagi kehidupan manusia itu sendiri, tidak heran jika ibadah itu diamalkan oleh umat manusia dari zaman ke zaman. Pantas jika Rasulullah s.a.w. pun bersabda, “Seandainya umatku mengetahui (semua keistimewaan) yang dikandung oleh Ramadhan, niscaya mereka mengharap seluruh bulan menjadi Ramadhan”.¹⁴

B. Puasa Dalam Agama Islam

1. Waktu Melaksanakan Puasa Dalam Agama Islam

Allah telah memilih untuk melaksanakan puasa dalam Islam ini suatu bulan yang penuh berkah lagi mulia. Bulan yang mempunyai kedudukan tersendiri di hati kaum muslimin, yaitu bulan di mana ayat-ayat al-Qur'an yang luhur mulai diturunkan, yang dibawa oleh Ruhul Amin, Jibril, untuk disampaikan kepada Muhammad, Rasul Amin :

اقْرَأْ بِاسْمِ رَبِّكَ الَّذِي خَلَقَ

“*Bacalah dengan nama Tuhanmu Yang telah menciptakan*”¹⁵

Sungguh tepat bulan yang dipilih oleh Allah, di mana kitab-Nya yang paling utama diturunkan atas hamba-Nya yang paling baik, sebagai bulan

¹⁴Majalah Islam *Sabili*, Meniti Jalan Menuju Mardhatillah, 200495.

¹⁵Al-Qur'an 96:1.

yang berhak menerima ketetapan wajibnya ibadah tahunan itu, puasa.¹⁶
 digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id
 Firman Allah yang artinya :

شَهْرُ رَمَضَانَ الَّذِي أُنزِلَ فِيهِ الْقُرْآنُ هُدًى لِّلنَّاسِ وَبَيِّنَاتٍ مِّنَ الْهُدَىٰ وَ
 الْفُرْقَانِ، فَمَن شَهِدَ مِنْكُمُ الشَّهْرَ فَلْيَصُمْهُ، وَ مَن كَانَ مَرِيضًا أَوْ عَلَىٰ
 سَفَرٍ فَعِدَّةٌ مِّنْ أَيَّامٍ أُخَرَ، يُرِيدُ اللَّهُ بِكُمُ الْيُسْرَ وَلَا يُرِيدُ بِكُمُ الْعُسْرَ

*“Bulan Ramadhan, (bulan) saat diturunkan padanya al-Qur'an sebagai petunjuk bagi manusia, sebagai petunjuk jalan dan sebagai pembeda (antara kebenaran dan kebatilan). Karena itu, barangsiapa dari antara kamu menyaksikan bulan tersebut maka hendaklah ia berpuasa. Namun barangsiapa menderita sakit atau dalam bepergian (boleh tidak berpuasa), tapi ia wajib mengganti pada hari-hari lain, karena Allah menghendaki keringanan bagi kamu, dan Ia tidak menghendaki pemberatan (beban) pada kamu”*¹⁷

Puasa Ramadhan wajib dilaksanakan dengan ijma'. Jika telah ada kepastian masuknya (terbitnya) bulan Ramadhan, karena adanya seorang muslim yang adil, melihat bulan sabit Ramadhan, atau menyempurnakan digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id
 bñangan bulan Sya'ban tiga puluh hari.

Masuknya bulan Ramadhan dan tanggal mulainya Idul Fitri, ditentukan oleh dua cara, yaitu *ru'yah* dan *hisab* :

- a. *Ru'yah* adalah suatu cara untuk menetapkan awal bulan *Qamariyah* (Ramadhan), dengan jalan melihat dengan panca indera mata, timbulnya atau munculnya bulan sabit, dan bila udara mendung atau cuaca buruk,

¹⁶Yusuf al-Qardhawi, *Ibadah dalam Islam* (Surabaya: Bina Ilmu, 1998), 507.

¹⁷Al-Qur'an 2:185.

sehingga bulan tidak dapat dilihat, maka hendaklah menggunakan *istikmal* (menyempurnakan bilangan bulan Sya'ban menjadi 30 hari).

- b. *Hisab* adalah suatu cara untuk menetapkan awal bulan *Qamariyah* (Ramadhan), dengan jalan menggunakan perhitungan secara ilmu astronomi, sehingga dapat ditentukan secara eksak, letak bulan. Dengan demikian, diketahui pula awal bulan *Qamariyah* tersebut.

Kedua jenis sistem tersebut (*ru'yah* dan *hisab*) dapat dipakai untuk menentukan awal bulan Ramadhan, maupun awal bulan Syawwal (Idul Fitri), sebagaimana yang dikatakan oleh Prof. Dr. T.M. Hasbi ash-Shiddiqi, "bahwa menentukan awal dan akhir puasa, boleh mempergunakan salah satu dari dua cara tersebut, baik sistem *hisab*, ataupun sistem *ru'yah*. Bukankah keduanya mempunyai alasan yang kuat menurut mereka masing-masing, dan sama-sama bersumber dari al-Qur'an dan hadits.

Menurut Ibnu Mubarak, Syafii dan Ahmad, penyaksian seorang laki-laki yang adil terhadap awal bulan Ramadhan, dapat diterima. Pendapat inilah yang paling shahih menurut an-Nawawi. Adapun permulaan bulan Syawwal, ditetapkan dengan menyempurnakan bulan Ramadhan 30 hari, dan para *fuqaha'* tidak menerima penyaksian seorang laki-laki adil, mereka mensyaratkan penyaksian *ru'yah* itu, dua orang yang adil kecuali Abu Tsur,

tidak membedakan penyaksian antara awal bulan Syawwal dengan awal bulan Ramadhan. Penyaksian seorang yang adil dapat diterima atas keduanya.¹⁸

Hari Puasa

- a. Menahan dari hal-hal yang membatalkan puasa dimulai sejak terbitnya fajar yang kedua.

Jika ada orang yang mendapatkan fajar sedangkan dia sedang makan, kemudian dia berusaha melepaskan sisa-sisa makanannya, maka dia boleh berpuasa. Kecuali jika makannya itu dilakukan sesudah fajar kedua tiba.

Umar berkata: “jika saya mendapatkan panggilan adzan sedangkan saya masih dalam keadaan makan, maka saya akan tetap berpuasa”.

Jika ragu akan munculnya fajar, maka dia boleh makan dan minum sampai dia yakin benar akan datangnya fajar. Karena pada dasarnya adalah pada suasana semula sampai terbukti adanya perubahan (dari malam ke pagi). Umar berkata: “jika ada dua orang yang meragukan datangnya fajar, maka mereka boleh makan sampai mereka yakin”.

- b. Jika matahari sudah terbenam, maka seluruh orang yang berpuasa boleh berbuka.

Umar meriwayatkan bahwa Rasulullah s.a.w. pernah bersabda: “Jika malam tiba dari sini, dan siangpun telah sirna dari sini pula,

¹⁸Muhammadiyah Ja'far, *Tuntunan Ibadat Zakat, Puasa dan Haji* (Malang: tp, 1985), 100.

mataharipun terbenam di ufuk barat, maka orang yang berpuasa boleh berbuka”.

Umar pernah berkata: “Janganlah kalian berbuka sampai kalian melihat malam mulai merayap di perbukitan”. Dulu Umar selalu mendahulukan shalat daripada berbuka puasa, karena beliau melihat waktu untuk berbuka puasa sangatlah panjang.

Dalam sebuah riwayat dikatakan bahwa Umar selalu menjalankan shalat ketika malam tiba, dan beliau berbuka dulu sebelum shalat.

Disunatkan untuk menyegerakan berbuka puasa. Umar pernah bertanya: “Apakah penduduk Syam menyegerakan buka puasanya?”, orang-orang menjawab: “ya”. Kemudian beliau bertanya lagi: “Mereka akan senantiasa baik-baik saja selama mereka tetap melakukan hal itu”.

Umar pernah menulis surat kepada para Gubernur di seluruh negeri: “Hendaklah kalian tidak terambatkan berbuka puasa. Janganlah kalian menunggu bintang-bintang bertaburan barulah kalian shalat”.

- c. Jika ada orang berbuka dari puasanya sebelum matahari terbenam karena kesalahan, maka dia wajib meng*qadha*’ puasanya.

Ada dua riwayat dari Umar dalam hal ini :

Yang pertama: terus melanjutkan puasa dan tidak perlu meng*qadha*’ puasanya.

Diriwayatkan dari Zaid bin Wahab, katanya: “Ketika kami sedang duduk-duduk di masjid Madinah pada bulan Ramadhan sementara langit tampak mendung, lalu kami

melihat seakan-akan matahari sudah terbenam karena saat itu kami memang berada di sore hari, lalu kami disugahi sebuah tempat yang sangat besar berisi susu dari rumah Hafsa, kemudian Umar meminumnya dan kami pun ikut minum. Tidak lama kemudian awan pun pergi menyingkir dari langit dan tampaklah matahari memancarkan sinarnya, maka jadilah kami saling berbisik satu sama lainnya: “kita akan *mengqadha*’ puasa kita ini”. Kata-kata itu didengar oleh Umar. Lalu beliau berkata: “demi Allah, kita tidak akan *mengqadha*’nya, tidak ada yang mengantarkan kita kepada perbuatan dosa”.

Yang kedua: melanjutkan puasanya dan *mengqadha*’nya.

Diriwayatkan dari Ali bin Hanzalah dari ayahnya dan Khalid bin Aslam pembantu Umar, bahwa Umar pernah berbuka puasa pada suatu hari di bulan Ramadhan ketika cuaca mendung, beliau mengira bahwa waktu berbuka sudah tiba dan matahari sudah terbenam, kemudian datanglah seorang laki-laki dan berkata: “wahai Amirul Mukminin, matahari muncul kembali”. Lalu Umar berkata: “yang lalu biarlah berlalu dan kita sudah berusaha”. Yang dimaksud dengan kata-kata beliau “yang lalu biarlah berlalu” adalah *mengqadha*’ puasa sebagai ganti puasanya tadi adalah sesuatu yang mudah dan ringan, sepanjang hal itu tidak masuk ke dalam dosa.

Dengan dalil di mana ada sebuah riwayat Ashar mengatakan:

“Yang berlalu biarlah berlalu dan kita sudah berusaha, kita akan *mengqadha*’nya satu hari”. Juga ada riwayat lain mengatakan: “Kita akan terus berpuasa pada hari ini dan nanti kita puasa lagi untuk *mengqadha*’ puasa kita hari ini”.¹⁹

¹⁹Muhammad Rawwas Qal’ahji, *Ensiklopedi Fiqih Umar bin Khathab r.a.* (Jakarta: tp, 1999), 555-556.

2. Cara Mengerjakan Puasa Dalam Agama Islam

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

Dalam al-Qur'an, Nabi Muhammad s.a.w. disebutkan sebagai nabi

terakhir.²⁰ Al-Qur'an berfirman sebagai berikut :

مَا كَانَ مُحَمَّدٌ أَبَا أَحَدٍ مِّن رِّجَالِكُمْ وَلَكِن رَّسُولَ اللَّهِ وَخَاتَمَ النَّبِيِّينَ، وَكَانَ اللَّهُ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمًا (الأحزاب ٤٠)

“Muhammad itu sekali-kali bukanlah ayah seorang laki-laki di antara kamu, melainkan ia adalah utusan Allah dan penutup sekalian nabi (khatamun nabiyyin). Dan Allah senantiasa mengetahui segala sesuatu”²¹

Sebagai nabi terakhir, Rasulullah merupakan *uswatun hasanah* (contoh teladan yang baik bagi umatnya) sebagaimana diterangkan dalam al-Qur'an :

لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِّمَن كَانَ يَرْجُوا اللَّهَ وَالْيَوْمَ الْآخِرَ وَذَكَرَ اللَّهَ كَثِيرًا (الأحزاب ٢١)

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

“Sesungguhnya telah ada pada (diri) Rasulullah itu suri teladan yang baik bagimu (yaitu) bagi orang yang mengharap (rahmat) Allah dan kedatangan hari kiamat, dan dia banyak menyebut Allah” (QS al-Ahzab21)²²

Agar kita menjalani umat Islam yang baik, maka dalam menjalankan ibadah puasa pun kita harus meneladani cara Rasulullah s.a.w. berpuasa, yang pada garis besarnya dapat kita bagi dalam pasal-pasal berikut :

²⁰Ibnu Muhammad, *Puasa Bersama Rasulullah* (Bandung: Mizan, 1995), 37.

²¹Al-Qur'an 33:40.

²²Al-Qur'an 33:21.

1) Memantapkan niat

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

أَنَّ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ: مَنْ لَمْ يُبَيِّتِ الصِّيَامَ قَبْلَ الْفَجْرِ فَلَا صِيَامَ لَهُ.

“Nabi s.a.w. bersabda: ‘Barang siapa yang tidak menetapkan akan berpuasa sebelum fajar, maka tiada sah puasanya’”

Hadits di atas diriwayatkan oleh Abu Daud, Tirmidzi, Nasa’i dan Ibnu Majah, dan Darukutni meriwayatkannya dengan redaksi yang berbeda :

“Tidak sah puasanya bagi orang yang tidak menetapkannya dari malam harinya”²³

2) Melaksanakan makan sahur

قَالَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: تَسَحَّرُوا فَإِنَّ فِي السَّحُورِ بَرَكَةً (رواه البخارى و مسلم و أنس بن مالك)

“Dari Anas bin Malik r.a., ia berkata: ‘Telah bersabda Rasulullah s.a.w.: ‘Sahurlah kalian, maka sesungguhnya dalam sahur itu ada berkahnya’” (HR Bukhari, Muslim dari Anas bin Malik r.a.)

Menurut Ibnu Hajar al-Asqalani, yang dimaksud dengan berkah (barakah) ialah ganjaran dan pahala. Dikatakan sahur itu mengandung barakah, karena sahur menguatkan dan menambah semangat dalam berpuasa serta meringankan beratnya. Selanjutnya Ibnu Hajar menambahkan: “Yang jelas sahur itu merupakan perbuatan yang mengikuti sunah. Berbeda dengan perbuatan ahli kitab, memelihara

²³Muhammad, *Puasa...*, 38.

terhadap ibadah, menambah semangat, menolak pengaruh buruk yang ditimbulkan oleh rasa lapar atau merupakan kesempatan bersedekah kepada orang lain dengan mengundangnya makan sahur bersama dan juga dapat dilanjutkan dengan berdzikir atau berdo'a, karena waktu sahur adalah waktu yang mustajab untuk berdo'a".²⁴

Dan Allah telah menjelaskan dalam al-Qur'an tentang sifat-sifat orang yang bertaqwa, firman-Nya :

الَّذِينَ يَقُولُونَ رَبَّنَا إِنَّنا آمَنَّا فَاغْفِرْ لَنَا ذُنُوبَنَا وَ قِنَا عَذَابَ النَّارِ ﴿۱۶﴾ الصَّابِرِينَ
وَالصَّادِقِينَ وَالْقَانِتِينَ وَالْمُنْفِقِينَ وَالْمُسْتَغْفِرِينَ بِالْأَسْحَارِ ﴿۱۷﴾ (آل عمران
(۱۷-۱۶)

“(Yaitu) orang-orang yang berdoa: ‘Wahai Tuhan kami, sesungguhnya kami telah beriman, maka ampunilah segala dosa kami, dan peliharalah kami dari siksa neraka’ (Yaitu) orang-orang yang sabar, yang benar, yang tunduk (taat), dan yang membelanjakan hartanya (di jalan Allah), serta beristighfar di waktu sahur” (QS 316-17)²⁵

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

Adapun waktu sahur, mulai tengah malam hingga terbit fajar, dan boleh dilakukan sebelum pertengahan malam namun yang terbaik, setelah lewat tengah malam.

Menurut hadits Zaid bin Tsabit Ra, ia berkata:

تَسَحَّرْنَا مَعَ رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ ثُمَّ قُمْنَا إِلَى الصَّلَاةِ، فِقِيلُ:
كَمْ كَانَ بَيْنَهُمَا؟ قَالَ: خَمْسُونَ آيَةً (رواه البخارى و مسلم)

²⁴ Ibid., 39.

²⁵ Al-Qur'an 3:16-17.

“Kami bersahur bersama Rasulullah s.a.w. kemudian kami pergi shalat subuh. Ia ditanya: ‘Berapa lama antara keduanya (sahur dan shalat)?’ Ia menjawab: ‘(sama dengan waktu membaca) lima puluh ayat’” (HR Bukhari dan Muslim)

Waktu yang diperlukan untuk membaca lima puluh ayat dengan bacaan tartil (bagus), kira-kira 5-10 menit. Jadi batas akhir sahur \pm 10 menit, sebagai langkah berhati-hati, sebelum Fajar terbit waktu inilah yang dikenal dengan “imsak”.²⁶

“Imsak Rasulullah telah bersabda Rasulullah s.a.w.: “apabila salah seorang di antara kalian mendengar adzan subuh, padahal bejana masih di tangannya, maka janganlah ia meletakkan (bejana itu) sehingga ia menyelesaikan kebutuhannya darinya (bejana)” (HR Abu Dawud, Ibnu Sarir, Abu Muhammad al-Hakim, Baihaqi dan Ahmad dari Abu Hurairah)

Hadits di atas menegaskan bahwa bila seseorang yang sedang sahur mendengar azan subuh, maka ia dibolehkan meneruskan sahurinya (ini, tentunya, ditujukan untuk orang yang tidak secara sengaja menunggu atau mengetahui bahwa adzan subuh segera akan tiba).

3) Menyegerakan buka puasa

Di sunatkan bagi orang yang berpuasa agar, menyegerakan buka puasa jika telah diyakini, bahwa matahari telah terbenam, sebagaimana hadits Sahal Bin Sa’ad, bahwasannya Rasulullah s.a.w. bersabda :

لَا يَزَالُ النَّاسُ بِخَيْرٍ مَا أَعْجَلُوا الْفِطْرَ (رواه البخارى و مسلم)

²⁶Ja’far, *Tuntunan...*, 115.

“Senantiasa manusia (muslim) dalam kebaikan selama mereka menyegerakan buka puasa” (HR Bukhari dan Muslim)

Di sunatkan pula berbuka sebelum shalat maghrib dengan makanan ringan ala kadarnya, seperti manis-manisan dan lebih afdhal bila dengan kurma yang segar, kalau tidak ada makanan ringan cukup dengan beberapa teguk air.²⁷

Dalam hadits lain disebutkan bahwa apabila Rasulullah berbuka beliau berdo'a :

اللَّهُمَّ لَكَ صُومُنَا وَ عَلَى رِزْقِكَ أَفْطَرْنَا فَتَقَبَّلْ مِنَّا إِنَّكَ أَنْتَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ.
“Ya Allah, bagi-Mulah puasa kami, dan atas rizki-Mulah kami berbuka. Maka terimalah dari kami. Sesungguhnya Engkau Maha Mendengar lagi Maha Mengetahui” (HR Ibnu Sunni dan Thabrani)²⁸

4) Memperbanyak membaca al-Qur'an

Rasulullah s.a.w. bersabda:

“Orang-orang yang berkumpul di masjid dan membaca al-Qur'an maka kepada mereka Allah akan menurunkan ketenangan batin dan limpahan rahmat” (HR Muslim)

Membaca dan mempelajari al-Qur'an disunatkan di dalam setiap saat dan lebih utama di dalam bulan Ramadhan.

Diriwayatkan oleh Imam Ahmad, Thabrani, al-Hakim dan Baihaqi, dari Ibnu Amr r.a. sabda Rasulullah s.a.w.:

²⁷Ibid., 116.

²⁸Muhammad, *Puasa...*, 45.

الصِّيَامُ وَالْقُرْآنُ يَشْفَعَانِ لِعَبْدٍ يَوْمَ الْقِيَامَةِ، يَقُولُ الصَّيَّامُ: أَيُّ رَبِّ مَنَعْتَهُ
 الطَّعَامَ وَالشَّهْوَاتِ بِالنَّهَارِ فَشَفَعْنِي فِيهِ. وَيَقُولُ الْقُرْآنُ: أَيُّ رَبِّ مَنَعْتَهُ
 النَّوْمَ بِاللَّيْلِ فَشَفَعْنِي فِيهِ فَيُشَفَّعَانِ. (رواه أحمد بن صحيح)

“Puasa dan al-Qur'an akan memberikan syafa'at bagi orang mukmin pada hari kiamat. Puasa berkata: 'Ya Tuhanku, saya mencegahnya dari makan dan syahwatnya di siang hari, izinkanlah aku memberikan syafa'at (pertolongan) kepadanya'; al-Qur'anpun berkata: 'Ya Tuhanku, saya mencegahnya tidur di malam hari (karena membacaku), izinkanlah aku memberikan syafa'at kepadanya'; maka keduanya diizinkan bersyafa'at”

Sebagian orang mengartikan tadarus dan membaca al-Qur'an secara patungan (membaca al-Qur'an secara bergiliran). Kendatipun ada manfaatnya seperti yang disebutkan dalam hadits: Barangsiapa membaca satu huruf al-Qur'an, maka pahala untuknya sepuluh kali lipat kebaikan (HR. Tirmidzi). Namun, membaca dalam konteks hadits di atas, tidak perlu diartikan secara harfiah. Ketenangan batin dan limpahan rahmat akan mungkin lebih bisa dicapai bila tadarusan diartikan dengan mempelajari, menelaah, dan menikmati al-Qur'an.

5) Memperbanyak sedekah

أَنَّهُ ﷺ كَانَ أَجْوَدَ النَّاسِ بِالْخَيْرِ وَكَانَ أَجْوَدَ مَا يَكُونُ فِي رَمَضَانَ حِينَ يَلْقَاهُ جِبْرِيلُ.

“Rasulullah s.a.w. adalah orang yang paling dermawan dengan kebaikan. Kedermawanannya itu lebih (tampak) lagi dalam bulan Ramadhan ketika ditemui oleh Jibril”.

Bersedekah bukan hanya membri uang, tetapi termasuk di dalamnya memberi pertolongan, mengajak berbuka puasa kepada fakir

miskin, memberi perhatian, bahkan memberi seulas senyumpun sudah termasuk suatu sedekah.

Dapat dibayangkan jika konsep “memberi” (secara luas) ini diterapkan secara maksimal, selama Ramadhan, akan luar biasa pengaruhnya pada pribadi kita. Sikap kikir menyingkir, sikap ketergantungan menghilang. Dengan memberi sedekah setahap demi setahap harga diri akan meningkat, karena sesungguhnya ketika kita memberi seseorang akan memperoleh. Dengan demikian, dalam konsep memberi terkandung esensi cinta-kasih.

Di dalam bulan puasa ini disunatkan memperbanyak amal sosial, misalnya: memberikan santunan dan pertolongan kepada orang-orang yang fakir miskin, dan orang yang membutuhkan lainnya, sesuai dengan kemampuan kita. Pahala amal shaleh di dalam bulan puasa ini berlipat ganda sebagaimana hadits yang diriwayatkan oleh al-Baihaqi, dan Ibnu Khuzaimah, dari Salman al-Farisi, ia berkata: “Pada akhir bulan Sya’ban, Rasulullah s.a.w. memberikan penerangan kepada kami dengan sabdanya yang artinya :

“Wahai manusia, telah datang kepada kamu suatu bulan besar membawa barakah, di dalamnya ada suatu malam yang lebih baik dari seribu bulan (yaitu lailatul qadar), bulan yang Allah telah menjadikan puasanya suatu fardhu, shalat malamnya suatu sunnat. Barangsiapa mendekatkan di dalamnya (kepada Allah) dengan satu bagian sunnat, adalah seperti orang yang melakukan suatu fardhu pada bulan lainnya. Dia bulan kesabaran, sedang sabar itu pahalanya surga. Bulan sosial, bulan di dalamnya bertambah rizki orang

mukmin. Barangsiapa memberi perbukaan seorang berpuasa, akan menjadi pengampunan bagi dosanya, dan pembebasan dirinya dari neraka, dan ada pahala baginya seperti pahala orang yang diberikan perbukaan itu tanpa mengurangi pahalanya sedikitpun.”

6) Membayar zakat fitrah

Zakat fitrah (*zakatul fitri*) disebut juga *shadaqatul fitri*, yaitu zakat atau sedekah yang dihubungkan dengan Idul Fitri. Pada saat itu, tiap orang-orang Islam harus membayar zakat berupa bahan makanan yang jumlahnya telah ditentukan (2,5 kg), baik berupa gandum, jawawut, beras, atau apa saja yang menjadi makanan pokok daerah setempat, dan dihitung menurut jumlah keluarga, termasuk orang tua, anak-anak, lelaki dan perempuan (HR Bukhori). Jumlah ini harus dikumpulkan oleh masyarakat Islam, lalu dibagikan kepada orang-orang yang berhak menerimanya.²⁹

7) Menjauhi segala perkataan dan perbuatan *zur*

Orang yang berpuasa harus menghindari dan menjauhi segala perkataan dan perbuatan “*zur*”.

Perkataan *zur*, meliputi: berdusta, menggunjing, menghasut, berpura-pura, saksi palsu, mengejek, mencari-cari kesalahan orang, dan sumpah palsu.

Perbuatan *zur*, meliputi: segala maksiat badaniah, berjudi, menipu, mencuri, mencopet, korupsi, menerima, atau memberi sogokan,

²⁹ *Ibid.*, 47-48.

melakukan riba, dan sebagainya. Kesemuanya itu dapat mengurangi atau merusak nilai puasa, bahkan dapat membatalkan puasa itu.

Menurut al-Ghazali, tidak ada arti puasa, kalau hanya menahan diri dari makanan yang halal, kemudian berbuka dengan yang haram. Sama halnya orang yang membangun sebuah desa, tetapi menghancurkan sebuah kota.

Sabda Rasulullah s.a.w. :

مَنْ لَمْ يَدَعْ قَوْلَ الزُّورِ وَالْعَمَلَ بِهِ فَلَيْسَ لِلَّهِ حَاجَةٌ فِي أَنْ يَدَعَ طَعَامَهُ وَشَرَابَهُ (رواه الجماعة)

“Barangsiapa tidak meninggalkan perkataan dan perbuatan zur, maka tiada hajat bagi Allah ia meninggalkan makanan dan minumannya” (HR al-Jama’ah)³⁰

3. Puasa Menurut Al-Qur’an

- 1) *“Hai orang-orang yang beriman, diwajibkan atas kamu berpuasa sebagaimana diwajibkan atas orang-orang sebelum kamu agar kamu bertakwa”* (QS al-Baqarah 183)³¹

Kebanyakan perintah yang ada dalam Islam, ayat-ayat yang berkaitan dengan kewajiban puasa diwahyukan secara bertahap. Pada mulanya Rasulullah s.a.w. memerintahkan kepada orang-orang Islam untuk menjalankan ibadah puasa tiga hari dalam seminggu, walaupun ini tidak diwajibkan. Ketika kemudian turun perintah pada tahun ke-2 setelah

³⁰Ja’far, *Tuntunan...*, 126.

³¹Al-Qur’an 2:183.

hijrah, maka diperkenalkanlah suatu tingkat yang agak longgar.

Dinyatakan bahwa orang-orang yang tidak menjalankan puasa karena tidak kuat maka dia diwajibkan untuk memberi makan orang miskin sebagai denda pada masing-masing hari puasa yang ditinggalkan (lihat QS al-Baqarah (2)184). Perintah lain kemudian diturunkan (lihat QS al-Baqarah (2)185) dan di sini kelonggaran diberikan kepada orang-orang yang kuat menjalankannya.

- 2) *“(Yaitu) dalam beberapa hari yang tertentu. Maka jika di antara kamu ada yang sakit atau dalam perjalanan (lalu dia berbuka), maka (diwajibkan baginya berpuasa) sebanyak hari yang ditinggalkannya itu pada hari-hari yang lain. Dan diwajibkan bagi orang-orang yang berat menjalankannya (jika mereka tidak berpuasa) membayar fidyah, (yaitu): memberi makan seorang miskin. Barangsiapa dengan kerelaan hati mengerjakan kewajiban, maka itulah yang lebih baik baginya. Dan puasa lebih baik bagimu jika kamu mengetahui”* (QS al-Baqarah 184)³²

Perbuatan baik itu bisa dilakukan dengan cara memberi makan lebih dari satu orang yang diwajibkan atau tetap berpuasa dan juga memberi makan orang miskin.

Di sini berakhirlah perintah puasa yang pertama yang berkaitan dengan ayat yang turun pada tahun ke-2 setelah hijrah, sebelum terjadinya perang Badar. Ayat-ayat berikutnya ciwahyukan setahun setelah itu dan dihubungkan dengan ayat-ayat tersebut menyangkut permasalahan yang sama.

³²Al-Qur'an 2:184.

- 3) *“Bulan Ramadhan, bulan yang di dalamnya diturunkan (permulaan) al-Qur'an sebagai petunjuk bagi manusia dan penjelasan-penjelasan mengenai petunjuk itu dan pembeda (antara yang hak dan yang batil). Karena itu, barangsiapa di antara kamu hadir (di negeri tempat tinggalnya) di bulan itu, maka hendaklah dia berpuasa pada bulan ini, dan barangsiapa sakit atau dalam perjalanan (lalu dia berbuka) maka (wajiblah baginya berpuasa) sebanyak hari yang ditinggalkannya itu pada hari-hari lain. Allah menghendaki kemudahan bagimu, dan tidak menghendaki kesukaran bagimu. Dan hendaklah kamu mencukupkan bilangannya dan hendaklah kamu mengagungkan Allah atas petunjuk-Nya yang diberikan kepadamu, supaya kamu bersyukur” (QS al-Baqarah 185)³³*

Seorang harus melaksanakan ibadah puasa atau tidak dalam perjalanan tergantung pada pribadi masing-masing. Kita melihat bahwa di kalangan para sahabat yang menyertai nabi dalam perjalanan sebagian menjalankan puasa dan sebagian lainnya tidak. Semua dapat menerima apa yang dilakukan oleh yang lainnya. Rasulullah s.a.w. sendiri tidak selalu berpuasa ketika melakukan perjalanan.

Rasulullah mencegah orang untuk melakukan ibadah puasa ketika sedang dalam peperangan supaya mereka tidak kekurangan tenaga ketika berjuang. Umar meriwayatkan bahwa dua ekspansi militer dilakukan pada bulan puasa, yang pertama adalah perang Badar dan yang kedua adalah menaklukkan Makkah. Dalam dua kesempatan itu Rasulullah s.a.w. tidak berpuasa karena hari itu adalah hari pertempuran.

³³ Al-Qur'an 2:185.

Bagian selanjutnya dari ayat ini menunjukkan bahwa kewajiban puasa tidak dapat melaksanakannya di bulan itu karena alasan-alasan yang sah, Tuhan telah membuka pintu penggantian di bulan lain pada tahun itu. Dengan demikian mereka tak perlu merasa syukur mereka atas karunia-Nya yang begitu besar dengan diturunkannya al-Qur'an.

Berpuasa di bulan Ramadhan tidak hanya dianggap sebagai amal ibadah dan suatu cara untuk menjaga kesalehan, tetapi juga telah dianggap sebagai suatu perbuatan yang menunjukkan rasa syukur kepada Allah atas karunia-Nya yang begitu agung, berupa bimbingan al-Qur'an. Sesungguhnya cara terbaik untuk menyampaikan rasa syukur atas pemberian dan rahmat yang diterima adalah dengan mempersiapkan diri sedapat mungkin untuk mencapai tujuan yang dicanangkan oleh karunia tersebut.

Al-Qur'an telah diturunkan, maka kita harus mengetahui cara untuk mencapai ridha Allah. Kita harus mengikuti jalan itu bagi diri sendiri dan membimbing dunia ke arah itu. Kewajiban puasa adalah cara yang luar biasa untuk mempersiapkan diri dalam memikul tanggung jawab itu. Karena itu, ibadah puasa pada bulan diturunkannya al-Qur'an itu lebih dari sekedar amal ibadah dan lebih dari pelatihan moral yang luar biasa. Puasa juga merupakan cara yang pantas untuk menyampaikan rasa syukur kita kepada Allah atas karunia al-Qur'an.

- 4) *“Dihalalkan bagimu pada malam hari puasa bercampur dengan isteri-isterimu, mereka itu adalah pakaian bagimu dan kamupun adalah pakaian bagi mereka. Allah mengetahui bahwa kamu tidak dapat menahan nafsumu. Karena itu Allah mengampuni kamu dan memberi maaf kepadamu. Maka sekarang campurilah mereka dan carilah apa yang ditetapkan Allah kepadamu, dan makan minumlah kamu hingga tampak bagimu benang putih dari benang hitam, yaitu fajar. Kemudian sempurnakanlah puasa itu sampai malam, (tetapi) janganlah kamu campuri mereka itu, sedang kamu beri'tikaf dalam masjid, itulah larangan Allah, maka janganlah kamu mendekati mereka. Demikianlah Allah menerangkan ayat-ayat-Nya kepada manusia supaya mereka bertakwa” (QS al-Baqarah187)³⁴*

Sama halnya dengan tidak adanya pembatas antara manusia dengan pakaiannya, maka demikian juga antara laki-laki dan isterinya, suatu hubungan kemesraan yang tidak dapat diabaikan.

Walaupun tidak ada larangan khusus pada mulanya yang menyangkut hubungan seksual antara suami dengan isterinya pada malam hari bulan puasa, pada umumnya orang menduga sendiri bahwa hal itu tidak diperbolehkan. Walaupun ada perasaan bahwa perbuatan itu dilarang atau paling tidak kurang disukai, mereka kadang-kadang mendekati pasangannya juga. Dengan demikian, mereka boleh melakukan hubungan seksual sebagai suatu perbuatan yang benar-benar diperbolehkan tanpa diganggu oleh perasaan berdosa.

Dengan jelas ayat ini menerangkan jangka waktu puasa, sejak fajar hingga terbenamnya matahari kita tidak boleh makan dan minum,

³⁴ Al-Qur'an 2:187.

atau melakukan hubungan seksual. Pada saat yang sama Rasulullah s.a.w. memperkenalkan adanya makan sahur yang dianjurkan agar mengonsumsi makanan yang baik.³⁵

Puasa merupakan salah satu bentuk ibadat yang bersejarah dan paling tua, serta yang paling luas tersebar di kalangan umat manusia. Bahkan sejak Nabi Adampun telah dikenal adanya puasa, meskipun aturan dan tata caranya sedikit berbeda dari satu umat ke umat yang lain, serta dari satu tempat ke tempat yang lain. Demikian juga motif puasa, bisa berbeda-beda, di antaranya untuk menghormati sesembahan mereka atau karena musibah tertentu yang menimpa mereka.

Dari uraian di atas dapat dikatakan bahwa puasa merupakan salah satu mata rantai ibadat yang berkesinambungan dan kontinyu. Dalam hal ini puasa menjadi salah satu bukti bahwa agama Islam merupakan kelanjutan dan penyempurnaan syari'at Allah yang telah diturunkan kepada umat terdahulu.³⁶

³⁵Laleh Bakhtiar, *Meraih Kemuliaan Ramadhan* (Bandung: Mizan, 1997), 69-75.

³⁶M. Roem Rowi, *Rukun Islam Tinjauan Historis Filosofis* (Surabaya: tp, 2004), 78.

BAB III

PEMBAHASAN TENTANG PUASA DALAM KRISTEN

ORTODOKS DAN ISLAM

A. Puasa Dalam Kristen Ortodoks

1. *Pengertian dan Hukum Puasa Dalam Kristen Ortodoks*

Pengertian Puasa Dalam Kristen Ortodoks

Pengertian awal puasa dalam Gereja Ortodoks bukanlah sebagai sarana menumpuk amal atau jasa untuk mendapatkan keselamatan atau sebagai usaha mencari pembenaran ilahi. Puasa adalah disiplin rohani agar rahmat keselamatan di dalam Roh Kudus yang telah diterima secara cuma-cuma dalam iman kepada Kristus itu menjadi realita yang menuntun kepada pengudusan dan perendahan diri di hadirat Allah. Di dalam Kristus, puasa bukan untuk mencari pahala, karena keselamatan itu kasih karunia dan bukan karena amal baik manusia. Keselamatan dalam ajaran iman Kristen Ortodoks itu tak berarti sekedar naik sorga demikian saja, namun lebih dari itu adalah untuk manunggal dalam kehidupan Allah sendiri, yang panunggalan itu tak dapat dicapai oleh perbuatan manusia sendiri, namun melalui turun ke bumi-Nya Kalimatullah yang menghancurkan kuasa maut dan menyatakan hidup kekal. Berarti keselamatan itu bukan hasil usaha manusia namun semata-mata karena kasih karunia Allah di dalam kalimat-Nya yang turun ke bumi sebagai

daging (Efesus 2:8-10). Dan karya kematian Kalimatullah yang menghancurkan maut serta kebangkitan-Nya yang menyatakan hidup kekal itu di rayakan terutama dalam ibadah Perjamuan kudus sebagai ibadah inti iman Kristen Ortodoks. Dalam Perjamuan Kudus inilah umat menerima kasih karunia penyatuan dengan hidup kekal yang telah dinyatakan oleh kebangkitan Kristus itu. Untuk memperdalam dan memelihara makna penyatuan dengan Kristus serta kasih karunia yang diterima dalam Perjamuan Kudus ini maka ibadah-ibadah yang lain dilaksanakan: sembahyang tujuh Kali Sehari yang masing-masingnya mempunyai makna Perayaan dari segenap kehidupan Kristus. Puasa (sebagai disiplin dalam praktek panunggalan dengan kematian Kristus untuk memastikan hawa nafsu, serta manunggal dengan kebangkitan Kristus guna memunculkan sifat-sifat manusia baru). Taffakur-Dzikir "Doa Yesus" sebagai penyatuan batin dengan pribadi Yesus Kristus. Membaca Kitab Suci untuk mendapatkan bimbingan Ilahi mengenai Kristus lebih dalam lagi.

Hampir semua agama besar yang berasal dari zaman purba di dunia ini melakukan ibadah puasa, termasuk iman Kristen Ortodoks, selama hampir dua ribu tahun sejarahnya itu, bahkan agama-agama kebudayaanpun mempunyai tradisi berpuasa ini. Tidak dapat disangkal bahwa tujuan dan makna puasa yang dilakukan baik oleh agama-agama besar maupun agama-agama budaya tadi mempunyai pengertian yang berbeda-beda. Perbedaan pengertian dan

tujuan dari ibadah puasa itu berkaitan dengan akidah dan keyakinan dari agama-agama itu tad. Untuk itulah sebelum kita membahas mengenai ibadah puasa itu sendiri, sebagaimana yang dipraktikkan dalam Gereja Ortodoks, perlu kita mulai membahas ajaran akidah dari theologia yang mendasarinya.

- Dalam Perjanjian Lama

Dalam Perjanjian Lama kita menjumpai banyak sekali ajaran tentang puasa ini. Puasa dalam bahasa Ibrani disebut sebagai “*sum*” (puasa) (sebanding dengan “*shaum*” dalam bahasa Arab). Kata “*sum*” (puasa) sering digabungkan dengan kata “*innab nefesy*” (merendahkan diri) Imamat 16:29, 31; 23:27, 32; Bil 29:7; Yos 58:3; Mazmur 35:13-14. Namun sering juga hanya disebut sebagai “tidak makan roti dan tidak minum air” saja (Keluaran 34:26). Bentuk dan tujuan puasa itu banyak macamnya. Puasa itu dijalankan oleh umat Israel dalam persiapan mereka untuk penjemputan mereka dengan Allah (Keluaran 34:28; Ulangan 9:9; Daniel 9:3). Puasa dijalankan oleh perorangan kalau mendapat masalah yang berat (II Samuel 12:16-23; Mazmur 35:13, 69:10). Namun itu juga dilaksanakan oleh seluruh bangsa secara bersama jika menghadapi bahaya peperangan dan penghancuran (Hakim-hakim 28:26; II Tawarikh 20:3; Ester 4:16; Yunus 3:4-10). Pada saat ancaman bencana-bencana belalang (Yoel 1:4 dan 2:25), untuk mendapatkan keamanan perjalanan puasa tawanan kembali ke Yerusalem (Ezra 8:21-23) dan sebagai upacara

perdamaian dengan Allah (Nehemia 9:1) dan akhirnya berkaitan dengan upacara duka cita kematian (II Samuel 1:12). Puasa selalu dilakukan bersama-sama dengan do'a (Yeremia 14:11-12; Nehemia 1:4; Ezra 8:21, 23). Puasa biasanya dimulai dari pagi dan berakhir pada sore hari (Hakim-hakim 20:26; I Samuel 14:24; II Samuel 1:12), meskipun adakalanya dilakukan puasa total 3 hari 3 malam (Ester 4:16). Dalam Mazmur 109:24 kesulitan jasmani karena puasa merupakan refleksi kesulitan batin yang dialami oleh yang menjalankannya puasa itu. Ada satu puasa yang diwajibkan bagi segenap bangsa Israel yaitu pada saat Hari Raya Perdamaian (*Yom Kippur*) Imamat 16:29-31, 28:27-32; Bilangan 29:7). Dan sesudah penghancuran Yerusalem (587 sM), empat buah hari-hari puasa ditetapkan sebagai peringatan (Zakharia 7:3-5, 8:19).

Sering makna puasa yang terdalam sebagai perendahan diri di hadapan Allah ini menjadi tidak dimengerti serta diperdangkal oleh manusia, sehingga dianggap hanya sebagai usaha mencari pahala dari amal kesalehan saja, para nabi berusaha keras menentang pendangkalan makna puasa ini (Yesus 58:3-7; Yesus 14:12). Namun sering tidak digubris. Pada zaman Yesus Kristus orang-orang yang ingin lebih mendalami keagamaannya, terutama kaum Farisi, menjalankan puasa dua

kali dalam seminggu (Senin-Kamis) (Lukas 18:12), demikian juga murid-

murid Yohanes menjalankan peraturan yang sama.¹

- Dalam Perjanjian Baru

Puasa adalah kata yang sudah tidak asing lagi bagi kita, namun sedikit yang mengerti makna dari puasa itu. Puasa bukan hanya sekedar tidak makan dan minum. Tidak makan dan minum hanya masalah teknisnya saja tetapi yang paling penting adalah pengertiannya. Orang bisa saja berpuasa tidak makan dan minum selama sehari-hari tetapi tidak memiliki pengertian yang benar tentang puasa maka apa yang dilakukannya akan menjadi sia-sia. Oleh sebab itu di sini tidak membahas kapan saya harus makan dan minum dan kapan saya harus tidak makan dan minum. Hal itu tergantung dari kekuatan dan kemampuan fisik Anda masing-masing.

Kata “*sum*” dalam bahasa Ibrani Perjanjian Lama ini berbunyi “*nestia / nistia*”, dalam bahasa Yunani Perjanjian Baru. Karena praktek yang sudah umum di antara bangsa Yahudi mengenai puasa ini, Yesus tidak memberikan rincian mengenai bagaimana harus berpuasa. Dia hanya mengandaikan bahwa orang yang beriman itu pasti berpuasa, yang disertai dengan sembahyang serta shadaqah (*tsedeqa*, Ibrani) (Lukas

¹Harder, *Lima ...*, 161.

2:37). Yesus mengatakan, “Dan apabila kamu berpuasa ...” (Matius 6:16) menunjukkan ada saatnya orang beriman berpuasa (“apabila”), sebagai suatu kemestian ibadah, dia tidak mengatakan, “Jikalau kamu berpuasa ...”, seolah-olah yang beriman punya pilihan untuk melaksanakan kalau mau, atau tidak melakukan kalau tidak mau. Konteks kepada siapa dia mengatakan ajaran ini tidak memungkinkan tafsiran yang demikian ini. Memang untuk murid-muridnya Yesus menunjukkan kapan saatnya mereka menjalankan puasa itu. Pada saat dia ditanya oleh orang-orang saat murid-murid Yohanes dan murid-murid orang Farisi berpuasa “Mengapa murid-murid Yohanes dan murid-murid orang Farisi berpuasa, tetapi murid-murid-Mu tidak?” (Markus 2:18) Yesus menjelaskan bahwa saat berpuasa bagi murid-muridnya adalah nanti bila “mempelai (Kristus) itu diambil dari mereka (naik ke surga)” (Markus 2:20) “pada saat itulah berpuasa” berarti puasa bagi murid Yesus barulah akan dijalankan sesudah Yesus naik ke surga, oleh karena itu para murid tidak diberi rincian aturan bagaimana berpuasa karena aturan puasa itu terkait dan paripurnanya karya keselamatan Yesus yaitu naik-Nya ke surga. Dengan demikian puasa yang dilakukan umat beriman itu berbeda dengan puasa umat Yahudi. Puasa ini akan bersifat Kristus-sentris, sehingga oleh Yesus dikatakan bahwa puasa Kristen itu sebagai “kain yang belum susut” serta “anggur yang baru”. Oleh sebab itu tidak boleh ditambalkan pada “baju

yang tua” atau dimasukkan ke dalam “kantong kulit yang tua” (Markus 2:21-22). Baju tua dan kantong kulit tua ini adalah sistem keagamaan orang Yahudi, sedangkan “kantong kulit yang baru” itu adalah kehidupan yang berpusatkan kepada Kristus. Maka dalam konteks hidup dalam Kristus dan berlandaskan Kristus inilah puasa Kristen itu harus dilakukan. Namun Yesus sendiri juga memberi teladan bagaimana dia sendiri juga berpuasa selama 40 hari 40 malam (Matius 4:2). Yesus juga mengajarkan bahwa pada saat mengusir roh jahat, orang perlu berpuasa dan berdo’a (Matius 17:21). Dan akhirnya kita melihat bahwa sesuai dengan ajaran Yesus Kristus, sesudah kenaikan-Nya ke surga, para murid Yesus Kristus pada zaman perdana yaitu Gereja Kristus melaksanakan puasa ini (Kisah Para Rasul 13 3; 14 23). Demikianlah data-data al-Kitab mengenai bagaimana puasa itu dilaksanakan, dan apa yang sudah dimulai dalam masa Perjanjian Baru ini dilanjutkan secara berkesinambungan dalam kehidupan Gereja sepanjang abad sebagaimana yang masih tetap dipelihara dalam Gereja Ortodoks selama hampir 2000 tahun ini.²

Hukum Puasa Dalam Kristen Ortodoks

Hukum puasa dalam ajaran Kristen Ortodoks adalah merupakan suatu perdebatan melalui tulisan, apakah al-Kitab mewajibkan berpuasa bagi setiap

²*Ibid.*, 163.

umat Kristen Ortodoks? Banyak yang sudah mencari jawaban dari pertanyaan ini, hingga menghasilkan beberapa kesimpulan.

Walaupun banyak ayat al-Kitab membicarakan hal ini, namun ada dua ayat yang amat penting untuk dijadikan pedoman sehubungan dengan masalah puasa. Yang pertama adalah pengajaran Yesus yang menakjubkan tentang berpuasa dalam khotbah di bukit. Ada dua faktor di sini yang secara langsung berhubungan dengan puasa. Ajaran Tuhan Yesus tentang berpuasa secara langsung ada dalam konteks ajarannya tentang memberi dan berdo'a. Seolah-olah dengan tidak sadar sudah ada anggapan bahwa memberi, berdo'a dan berpuasa semuanya merupakan bagian kesalehan orang Kristen Ortodoks. Kedua, Yesus mengatakan, "Apabila kamu berpuasa ..."³ (Matius 6:16). Tuhan berasumsi bahwa orang akan berpuasa, dan yang diperlukan adalah arahan bagaimana melakukannya dengan baik.⁴

Melihat uraian tersebut di atas, ternyata di dalamnya sama sekali tidak menyinggung masalah puasa suatu bagian terpenting dari kesalahan orang Kristen Ortodoks bahkan perkataan Yesus di sini tidak merupakan suatu perintah. Dalam hal ini Yesus di sini hanya memberikan arahan tentang cara yang tepat untuk melakukan suatu kebiasaan yang umum pada zaman-Nya. Ia sama sekali tidak mengatakan apakah kegiatan itu benar atau kegiatan itu

³Perjanjian Baru, Matius 6:16.

⁴Richard J. Forter, *Tertib Rohani* (Malang: Gandum Mas, 1990), 80.

harus diteruskan. Jadi walaupun Yesus tidak mengatakan, “Jika kamu berpuasa”, lapun tidak berkata, “Kamu harus berpuasa”.

Di dalam kitab Perjanjian Barupun memuat pernyataan tentang apakah kegiatan puasa adalah suatu keharusan bagi orang Kristen? Hal ini tampak jelas pada pernyataan Yesus yang kedua tentang berpuasa yang diucapkan Yesus dengan tegas sebagai jawaban atas pertanyaan yang diajukan oleh murid-murid Yohanes pembaptis⁵ karena bingung akan hal murid-murid Yesus yang tidak berpuasa, padahal mereka dan orang Farisi berpuasa, maka murid-murid itu bertanya, “Mengapa?” Yesus menjawab, “ ... ”⁶ (Matius 9:15). Pada bagian Injil yang lain yaitu Injil Markus bunyinya juga senada, “ ... ”⁷ (Markus 2:18-20).

Melihat ungkapan yang senada dan berada dalam Injil yang berbeda di sini perlu adanya penafsiran yang jelas dan padat karena walaupun jawaban yang diberikan Yesus adalah suatu perumpamaan yang sederhana, namun amat penting untuk mengerti dan memahami perumpamaan itu secara benar. Sebagaimana selalu kita dapati di dalam al-Kitab Perjanjian Baru, yang dimaksud sebagai “mempelai laki-laki” itu adalah Yesus sendiri. Sedangkan “sahabat-sahabat mempelai laki-laki” adalah murid-murid Yesus (dan hal

⁵*Ibid*, 81.

⁶Perjanjian Baru, Matius 9:15.

⁷Perjanjian Baru, Markus 2:18-20.

yang ditanyakan khususnya menyangkut mereka). Masa “selama mempelai itu bersama mereka” diartikan sebagai masa pelayanan Yesus di bumi, yaitu ketika Ia berada secara jasmani di tengah-tengah para murid-muridnya.⁸

Lebih jelas lagi penafsiran yang paling wajar tentang hari-hari ketika murid-murid Yesus akan menjalankan kegiatan berpuasa adalah zaman Gereja yang sekarang ini, khususnya mengingat hubungannya yang rumit dengan pernyataan Yesus mengenai kantong kulit yang baru dari kerajaan Allah yang diterangkan berikutnya.⁹ (Matius 9:16-18).¹⁰

2. Tujuan dan Hikmah Puasa Dalam Kristen Ortodoks

Tujuan Puasa Dalam Kristen Ortodoks

Dalam bab ini kita akan mendengarkan bagaimana pesan rohani Yesus berkenaan dengan berpuasa. Pertama, pesan itu kita dengarkan berkenaan dengan esensi pentingnya berpuasa. Kedua, pesan Tuhan Yesus berkenaan dengan bilamana saatnya kita berpuasa, bagaimana sikap, bentuk dan wujud berpuasa agar tidak hanya menjadi aktivitas manusia semata, bagaimana berpuasa dilakukan agar berkenan kepada Tuhan Yesus, sehingga berpuasa yang dilakukan mencapai tujuan sebagaimana dikehendaki-Nya.

⁸Nehemiah M., *Fungsi Do'a Puasa* (Bandung: t.p., 1995), 95.

⁹Perjanjian Baru, Matius 9:16-18.

¹⁰Wawancara dengan Romo Ioasaph, Ketua The Indonesian Orthodox Church, pada 15 Januari 2005.

“Dan apabila kamu berpuasa, janganlah muram mukamu seperti orang munafik. Mereka mengubah air mukanya, supaya orang melihat bahwa mereka sedang berpuasa. Aku berkata kepadamu: Sesungguhnya mereka sudah mendapat upahnya. Tetapi apabila engkau berpuasa, minyakilah kepalamu dan cucilah mukamu, supaya jangan dilihat oleh orang bahwa engkau sedang berpuasa, melainkan hanya oleh Bapamu yang ada di tempat tersembunyi. Maka Bapamu yang melihat yang tersembunyi akan membalasnya kepadamu.”¹¹

Pertama, Tuhan Yesus menekankan hal apabila kamu berpuasa, yang dikatakan Tuhan Yesus ini bukan pengandaian, tetapi tersirat kesan yang kuat bahwa Tuhan Yesus berpuasa. Tuhan Yesus juga mengisyaratkan bahwa berpuasa tidak patut diabaikan di dalam kehidupan Kristen yang percaya dan setia kepada-Nya.

Kedua, Tuhan Yesus memperingatkan bahwa kita harus waspada agar berpuasa tidak dilakukan dengan kemunafikan. Ini adalah suatu peringatan supaya tidak meniru perbuatan orang Farisi dan ahli Taurat. Hal ini dijelaskan dengan atribut yang menyertai puasa, yaitu dengan mengubah air muka dan menunjukkan kepada orang lain bahwa kita sedang berpuasa atau supaya diketahui orang lain bahwa kita orang yang beribadah.

Ketiga, Yesus memberikan suatu pendasaran baru berpuasa, bukan sebagai kewajiban hidup religius sebagaimana yang dilakukan orang Farisi dan ahli Taurat. Melainkan suatu aktifitas yang tidak tampak kepada orang

¹¹Perjanjian Baru, Matius 6:16-18.

lain. Berpuasa ditujukan dialamatkan hanya kepada Bapa yang tersembunyi. Oleh sebab itu, Tuhan Yesus menganjurkan untuk meniadakan atribut atau tanda-tanda bahwa kita berpuasa dengan “minyakilah kepalamu, cucilah mukamu supaya jangan dilihat orang bahwa engkau sedang berpuasa”. Hal itu berlaku juga bagi kita saat ini, tidak perlu mencanangkan atau memberitahukan kepada orang lain bahwa kita sedang berpuasa, supaya kita dipuji orang. Firman Tuhan berikut ini juga berlaku untuk berpuasa “Aku berkata kepadamu: Sesungguhnya mereka sudah mendapat upahnya” (Matius, 6:16). Dengan berpuasa kita merendahkan diri mengharap dan minta belas kasihan Tuhan, dan dengan demikian kemurahan dan anugerah Tuhan Yesus akan dilimpahkan kepada kita bukan pujian dari sesama.

Bagaimana dengan puasa yang dimaklumkan. Puasa yang dimaklumkan bertujuan untuk membawa orang percaya atau jemaat Tuhan masuk ke dalam satu keadaan yang siap mendengarkan suara Tuhan. Itulah juga yang dilakukan oleh bapak Prof. Dr. Abraham A. Tanuseputra, beliau memaklumkan puasa selama 40 hari seperti visi yang Tuhan telah ditaruh di dalam Roh-Nya untuk disampaikan kepada jemaat Tuhan. Ketika kita menemukan caranya bagaimana berdo’a untuk satu situasi maka kita akan dapat bergerak dalam level iman yang sama secara bersama-sama (Tawarikh 20 1-6).

Tujuan utama puasa yang dimaklumkan adalah untuk membawa pikiran jemaat masuk dalam satu tuntunan, yaitu kepada Allah. Selama mereka berpuasa mereka menyingkirkan hal-hal lain dan memusatkan perhatian mereka hanya kepada Tuhan. Hal inilah yang akan memanifestasikan hadirat Allah di tengah-tengah mereka.

Selagi mereka bersatu suara firman Allah katakan :

“Lalu Yahaziel bin Zakharia bin Benaya bin Matanya, seorang Lewi dari bani Asaf, dihinggapai Roh Tuhan di tengah-tengah jemaah”¹²

Dan Roh Kudus mulai berbicara melalui dia, dan berseru :

“Camkanlah, hai seluruh Yehuda dan penduduk Yerusalem dan tuanku raja Yosafat, beginilah firman Tuhan kepadamu: Janganlah kamu takut dan terkejut karena laskar yang besar ini, sebab bukan kamu yang akan berperang melainkan Allah”¹³

Itu terjadi di dalam Perjanjian Lama. Bagaimana dengan Perjanjian Baru? Lukas mencatat :

“Pada waktu itu dalam jemaat di Antiokhia ada beberapa nabi dan pengajar, yaitu: Barnabas dan Simeon yang disebut Niger, dan Lukius orang Kirene, dan Menahem yang diasuh bersama dengan raja wilayah Herodes, dan Saulus. Pada suatu hari ketika mereka beribadah kepada Tuhan dan berpuasa, berkatalah Roh Kudus: Khususkanlah Barnabas dan Saulus bagi-Ku untuk tugas yang telah Kutentukan bagi mereka”¹⁴

¹²Perjanjian Lama, Tawarikh II 20:14.

¹³Perjanjian Lama, Tawarikh II 20:15.

¹⁴Perjanjian Baru, Kisah Para Rasul 13:1-2.

Roh Kudus juga berbicara di tengah-tengah kelompok orang percaya saat mereka berpuasa, berdoa dan melayani Tuhan. Luar Biasa.

Ini adalah suatu keadaan atau atmosfer yang tepat untuk memberi kesempatan bagi Tuhan agar dapat berbicara kepada umat-Nya. Puasa yang dimaklumkan sangat berharga dan efektif karena hal itu membawa kesatuan dan memiliki satu tujuan atau visi. Ini adalah prinsip yang sama dengan do'a sepakat atau do'a yang bersatu, pasti menghasilkan kuasa.¹⁵

Dalam Matius 6:16-18 Yesus berbicara tentang puasa pribadi :

“Dan apabila kamu berpuasa, janganlah muram mukamu seperti orang munafik. Mereka mengubah air mukanya, supaya orang melihat bahwa mereka sedang berpuasa. Aku berkata kepadamu: Sesungguhnya mereka sudah mendapat upahnya. Tetapi apabila engkau berpuasa, minyakilah kepalamu dan cucilah mukamu, supaya jangan dilihat oleh orang bahwa engkau sedang berpuasa, melainkan hanya oleh Bapamu yang ada di tempat tersembunyi. Maka Bapamu yang melihat yang tersembunyi akan membalasnya kepadamu”¹⁶

Dalam KIV, Yesus tidak berkata “jika kamu berpuasa”, tetapi dia berkata “saat kamu berpuasa”.¹⁷

Dampak dari puasa dalam Yesaya 58:6 Allah berkata :

“Bukan! Berpuasa yang Kukehendaki, ialah supaya engkau membuka belenggu-belenggu kelaliman, dan melepaskan tali-tali

¹⁵Tabloid *Bethani*, edisi 149, 3.

¹⁶Perjanjian Baru, Matius 6:16-18.

¹⁷Tabloid *Bethani*, edisi 149, 14.

kuk, supaya engkau memerdekakan orang yang teraniaya dan mematahkan setiap kuk”

kita memang telah dilepaskan dari kuasa gelap melalui pengorbanan Yesus namun bila kita berpuasa tujuannya adalah :

- a. Untuk membiarkan roh manusia kita agar berkuasa atas daging kita, dengan demikian kita bisa membebaskan orang lain. Upah bagi orang yang berpuasa secara pribadi adalah :

“Pada waktu itulah terangmu akan merekah seperti fajar dan lukamu akan pulih dengan segera; kebenaran menjadi barisan depanmu dan kemuliaan Tuhan barisan belakangmu”¹⁸

Puasa membantu kita untuk peka terhadap dunia roh tempat di mana semua warisan rohani kita di dalam Yesus Kristus.

- b. Berpuasa berarti menutup diri dari pengaruh panca indera kita sehingga kita bisa berjalan dalam roh dan akhirnya kita bisa menikmati berkat-berkat Tuhan.
- c. Puasa juga membantu kita menutup diri dari pengaruh kedagingan kita supaya roh kita berkuasa atas tubuh kita.

Berpuasa harus didukung dengan ketaatan, bukan keinginan diri sendiri. Berpuasa harus merupakan tanggapan atas prakarsa Allah dan dilakukan menurut kehendak-Nya. Berpuasa harus menyatakan pengakuan akan perlunya perubahan. Allah tidak mengindahkan puasa

¹⁸Perjanjian Lama, Yesaya 58:8.

kita, jika hal itu tidak disertai pengakuan yang jujur di dalam hati kita.

Berpuasa bukan hanya mengarahkan diri kita kepada Allah, tetapi juga membuka diri terhadap kebutuhan orang lain, anggota keluarga, sesama warga Gereja, sesama warga masyarakat dan bangsa.

- d. Berpuasa adalah membersihkan tubuh dari racun yang tidak berguna dan juga membersihkan roh sehingga lebih mudah masuk ke hadirat Allah.
- e. Berpuasa juga membantu kita untuk memiliki daya terima roh yang lebih besar. Berpuasa menjadi bagian yang normal dari kehidupan do'a Gereja sejak awal. Banyak jenis berpuasa. Berpuasa total, yaitu dengan tidak makan dan minum. Berpuasa seperti ini dianjurkan dilakukan tidak lebih dari tiga hari. Berpuasa normal, artinya tidak makan apapun kecuali minum, termasuk minum jus buah atau sayuran secara normal. Puasa sedemikian hendaknya dilakukan tidak lebih dari 40 hari. Berpuasa sebagian, yaitu pada jam-jam tertentu. Ini juga efektif. Juga berpuasa seperti Daniel yang hanya makan sayuran saja dan minum air. Tuhan Yesus sendiri akan membimbing kita kepada berpuasa yang diperkenankan-Nya. Kita hendaknya tidak berada di bawah hukum puasa, melainkan peka dan tanggap terhadap pimpinan roh Kudus melalui do'a khusus ini.

Dengan demikian, berpuasa bukanlah aktifitas demonstratif, yang patut ditunjukkan dan diketahui orang lain. Berpuasa adalah aktifitas senyap,

aktivitas tersembunyi yang hanya dialamatkan dan ditujukan kepada Allah yang tersembunyi.¹⁹

Hikmah Puasa Dalam Kristen Ortodoks

Sikap suatu perbuatan yang kita lakukan sudah merupakan sunatullah apabila perbuatan itu akan mendatangkan manfaat ataupun faedah bagi yang melaksanakannya, terlebih lagi perbuatan itu adalah merupakan salah satu bagian hubungan kita dengan Allah.

Di dalam Kristen Ortodoks kegiatan puasanya pun juga dapat memberikan hikmah atau faedah bagi umat Kristen Ortodoks yang mau mengerjakannya. Di antara hikmah puasa menurut Kristen Ortodoks adalah :

- a. Dapat menjadikan bertambahnya keefektifan dalam do'a syafa'at.
- b. Puasa dapat menolong kita memelihara dan memulihkan keseimbangan dalam perspektif kehidupan.
- c. Dengan puasa kita akan dapat bimbingan ketika mengambil keputusan.
- d. Dengan berpuasa, kita akan dapat kembali memusatkan perhatian secara penuh kepada Allah hingga kita tidak memberikan perhatian ke mana-mana. Dasar segala kegiatan kita adalah hubungan dengan Allah. Dalam hal ini puasa menghendaki agar kita menghentikan kegiatan yang bermacam-macam dan sekaligus mengembalikan pengamatan kita, tetapi

¹⁹Wawancara dengan Romo Ioasaph, Ketua The Indonesian Orthodox Church, pada 16 Januari 2005.

mudah sekali kita keluar dari pusat dan menyeleweng, puasa segera menaarik kita ke atas lagi. Kita dapat mengarahkan kembali pemusatan kita.

- e. Puasa dapat menambah kesadaran kita akan perkara Allah dan dengan sendirinya dapat menguatkan kuasa kita di dalam do'a dan pelayanan.
- f. Puasa bermanfaat untuk melepaskan segala keruwetan hati di depan Allah, bahkan dapat untuk membuka tempat-tempat yang dalam sekalipun.

Di sini menurut Yesus ada dua upah untuk puasa secara pribadi :

- a. Penghargaan dari manusia bila menunjukkan diri kita sedang berpuasa. Mereka akan berkata, “*Wih!* Orang tersebut sungguh rohani ya”.
- b. Upah yang kedua adalah berasal dari Tuhan. Tuhan akan memberi upah secara terbuka saat kita berpuasa secara diam-diam.

Puasa dalam Perjanjian Baru bukan untuk penyucian atau sebagai ganti penghukuman. Sebab “pertobatan” dalam Perjanjian Baru dan Perjanjian Lama adalah dua hal yang berbeda. Dalam Perjanjian Lama “bertobat” berarti menyadari kesalahannya dalam bentuk penderitaan pribadi, sedangkan dalam Perjanjian Baru “bertobat” berarti berubah total atau merubah pikiran.²⁰

²⁰Wawancara dengan Romo Ioasaph, Ketua The Indonesian Orthodox Church, pada 16 Januari 2005.

3. *Macam-Macam Puasa Dalam Kristen Ortodoks*

Dengan melihat orang-orang dalam Perjanjian Lama yang mengalami kesulitan mengenai makanan memberikan wawasan tentang pentingnya puasa. Perhatikanlah Adam dan Hawa, mereka mengalami kesulitan makan, bukan puasa. Beisyazar kehilangan kerajaannya pada malam ia mengadakan pesta besar. Makan dapat menjadi hal yang sangat berbahaya bila anda tidak pernah menyisihkan waktu untuk berpuasa.

Yesus bersabda bahwa bila mempelel itu bersama kita, kita tak usah berpuasa, tetapi bila mempelel itu pergi meninggalkan kita, kita harus berpuasa karena itu akan membantu kita hidup dalam iman dan tetap dalam iman. Puasa yang teratur akan membantu kita agar kita tinggal dalam kawasan iman yang telah anda temukan ketika anda mulai mengakui firman.

Menurut ajaran Kristen Ortodoks ada beberapa macam jenis puasa yang kita ketahui sebagaimana yang telah digambarkan dalam firmanya :

a. Puasa total (= puasa *tausa*)

Puasa total artinya tidak makan dan minum sama sekali. Di dalam al-Kitab hanya terdapat sedikit contoh saja, tetapi pendekatan terhadap puasa dilakukan dengan hati-hati. Seorang dapat hidup beberapa hari tanpa makanan, tergantung dari erat, sosok tubuhnya dan kesehatan keseluruhan dari orang itu. Tetapi ia hanya hidup beberapa hari saja tanpa air. Contoh-contoh yang ada di dalam kitab suci seolah-olah

menunjukkan, bahwa puasa total seharusnya tidak lebih dari tiga hari.

Saul dan Tarsus berpuasa total selama tiga hari dan tiga malam setelah ia

bertemu dengan Tuhan Yesus di jalan Damsyik.²¹ Sebagaimana tersebut

dalam Perjanjian Baru :

“Saulus bangun dri berdiri, lalu membuka matanya, tapi ia tidak dapat melihat apa-apa. Mereka harus menuntun dia masuk Damsyik, tiga hari lamanya ia tidak dapat melihat tiga hari lamanya dan ia tidak makan dan minum”²²

Catatan lain yang jelas mengenai orang-orang yang berpuasa total selama tiga hari dan tiga malam, kita baca dalam kitab Ester. Ratu Ester menghadapi saat yang paling sulit sekali dalam hidupnya, ia telah mengambil keputusan untuk menghadapi raja guna membela kepentingan bangsanya, yaitu bangsa Yahudi. Campur tangan di depan raja tanpa diminta seperti ini dapat membahayakan jiwanya. Oleh sebab itu, ia berkata kepada Mordekhai :

“... berpuasalah untuk aku, janganlah makan dan janganlah minum tiga hari, baik waktu malam, baik waktu siang, aku serta dayang-dayangku akan berpuasa demikian ...”²³

Sebuah contoh lagi mengenai puasa total dalam al-Kitab juga disebabkan oleh keadaan emosi yang meluap-luap. Peristiwa ini terjadi

²¹Timotius Subekti, *Pembentukan Karakter Ilahi* (Yogyakarta: Andi Offset, 1986), 109.

²²Perjanjian Baru, Kisah Para Rasul 9:8-9.

²³Perjanjian Lama, Ester 4:16

pada waktu Ezra begitu sedih karena dosa-dosa bangsanya, sehingga ia tidak menemukan cara lain yang lebih baik untuk mengatakan kesedihan dan kedukaannya yang mendalam.

“Sesudah itu Ezra ... tidak makan roti dan air. Sebab ia berkabung karena orang-orang buangan itu telah melakukan perbuatan setia”²⁴

Puasa total ini mempunyai satu elemen yang sama, puasa ini berat, tetapi singkat waktunya. Ini disebabkan oleh kejutan secara tiba-tiba terhadap seluruh sistem. Segala sesuatu dihentikan untuk sementara waktu. Paulus dan Ezra berpuasa pada kesempatan lain pada waktu tidak terjadi ketegangan semacam itu, ketika itu mereka hanya berpantang makan saja.

b. Puasa Supernatural

Di dalam kitab suci disebutkan tiga puasa total selama empat puluh hari, tetapi masing-masing merupakan puasa supernatural. Allah mempunyai inisiatif untuk ketiga puasa itu dan ia memberi kekuatan kepada mereka sehingga mereka dapat bertahan. Puasa semacam ini memang sangat luar biasa, sehingga kita sebaiknya tidak usah meniru mereka. Musa bukan hanya berpuasa tidak makan dan tidak minum selama empat puluh hari ketika ia menerima hukum-hukum yang tertulis

²⁴Perjanjian Lama, Ezra 10:6.

di atas loh-loh batu, tetapi ia segera kembali ke gunung dan berpuasa untuk memperoleh hukum-hukum itu lagi.

Perjalanan selama itu melalui padang gurun yang panas terik. Jika dilakukan tanpa makan apa-apa lagi seperti yang dikatakan di dalam kitab suci, makan puasa mutlak yang sama supernaturalnya seperti puasa yang dilakukan oleh Musa. Jika memang demikian, ini merupakan suatu kejadian paralel yang mengherankan antara kedua tokoh utama yang tekemuka dalam perjalanan lama, yaitu Musa yang memberikan hukum-hukum itu ... karena keduanya mengalami sesuatu yang supernatural pada akhir kehidupan mereka di dunia, dan juga mereka muncul kembali bersama dengan Kristus di gunung suci itu.

Dengan mengesampingkan puasa-puasa ssemacam itu, yang membeku zaman baru dan bersifat supranatural, kita mengambil kesimpulan bahwa puasa mutlak merupakan satu langkah yang luar biasa untuk satu keadaan yang luar biasa.

c. Puasa Normal (puasa biasa)

Puasa normal adalah puasa yang semata-mata berpantang terhadap makanan sama sekali, sedangkan air masih diminum.

Yesus berpuasa selama empat puluh hari, tetapi ia tidak berpantang terhadap air. Puasa ini memang sangat lama, tetapi bukan puasa total.

“Di situ ia tinggal empat puluh hari lamanya dan dicobai iblis. Selama disitu ia tidak makan apa-apa dan sesudah waktu ia

lapar tidak disebutkan bahwa ia tidak minum apa-apa. Kitab suci menyatakan bahwa setelah dia berpuasa ia merasa lapar ia merasa lapar, tetapi tidak bisa disebutkan bahwa dia haus percobaan yang dihadapinya ialah supaya ia mengubah batu menjadi roti, bukan supaya ia membuat batu memancarkan air”²⁵

Orang-orang yang telah disebutkan tadi tentu saja berpuasa dan memusatkan perhatian mereka pada Tuhan Allah, ia cukup jelas, tetapi rupanya pemusatan hati dapat dicapai melalui taraf puasa yang berbedabeda. Keterangan yang paling jelas puasa lain yaitu puasa terbatas atau puasa sebagian, tertulis di dalam kitab Daniel mengenai Daniel sendiri, ia berpuasa agar dengan demikian ia tidak menceMaran dirinya di hadapan Allah.

Sebagaimana pada Hari Raya Perdamaian dan Hari Raya Tiupan Sangkakala Allah memerintahkan puasa kepada umat Israel, dalam kesinambungannya dengan Perjanjian Lama ini Gereja Ortodoks juga mengenal puasa. Puasa dalam Gereja Ortodoks bukanlah sebagai sarana menumpuk amal atau jasa untuk mendapatkan keselamatan. Puasa adalah disiplin rohani agar rahmat keselamatan di dalam Roh Kudus yang telah diterima secara cuma-cuma dalam iman kepada Kristus itu menjadi realita yang menuntun kepada pengudusan dan perendahan diri di hadirat Allah. Puasa adalah saat menguji iman dan kasih seseorang akan Allah di dalam

²⁵Perjanjian Baru, Lukas 4:2.

Kristus. Puasa bukan untuk mencari pahala, karena keselamatan itu kasih karunia dan bukan karena amal-baik manusia. Keselamatan dalam ajaran Iman Kristen Ortodoks itu tak berarti sekedar naik sorga demikian saja, namun lebih dari itu adalah untuk manunggal dalam kehidupan Allah sendiri, yang panunggalan itu tak dapat dicapai oleh perbuatan manusia sendiri, namun melalui Nuzul-Nya Kalimatullah yang menghancurkan kuasa maut dan menyatakan hidup kekal. Berarti keselamatan itu bukan hasil usaha manusia namun semata-mata karena kasih-karunia Allah di dalam Kalimat-Nya yang Nuzul sebagai daging (Efesus 2:8-10). Dan karya kematian Kalimatullah yang menghancurkan maut serta kebangkitan-Nya yang menyatakan hidup kekal itu dirayakan terutama dalam Ibadah Perjamuan Kudus sebagai ibadah inti Iman Kristen Ortodoks. Dalam Perjamuan Kudus inilah umat menerima kasih-karunia penyatuan dengan hidup kekal yang telah dinyatakan oleh kebangkitan Kristus itu. Untuk memperdalam dan memelihara makna penyatuan dengan Kristus serta kasih-karunia yang diterima dalam Perjamuan Kudus ini, maka ibadah-ibadah yang lain dilaksanakan: Sembahyang Tujuh Kali Sehari yang masing-masingnya mempunyai makna Perayaan dari segenap Kehidupan Kristus, Puasa (sebagai disiplin dalam praktek panunggalan dengan kematian Kristus untuk mematikan hawa nafsu, serta manunggal dengan kebangkitan Kristus guna memunculkan sifat-sifat manusia baru),

Tafakkur-Dzikir “Do’a Yesus” sebagai penyatuan Batin dengan Pribadi

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

Yesus Kristus, membaca kitab suci untuk mendapatkan bimbingan Ilahi mengenal Kristus Ortodoks tak pernah berbicara mengenai “pahala” sebagai upah dari ibadah semacam itu. Karenanya ibadah-ibadah itu tak dimengerti sebagai amal yang mendatangkan “pahala”, namun sebagai disiplin rohani dalam memperdalam panunggalan manusia dengan Kristus oleh iman. Dan iman yang demikian inilah iman yang hidup karena “iman tanpa perbuatan itu pada dasarnya mati” (Yakobus 2:26). Iman Kristen Ortodoks tak mempercayai bahwa perbuatan kesalehan itu yang menyelamatkan manusia. Karena keselamatan itu berarti menyatu dengan Kristus, bukan sebagai upah atau pahala berbuat baik ataupun melaksanakan ibadah. Kristus yang menjadi landasannya dan Kristus pula yang menjadi tujuan akhir dari semua ibadah ini, bukan pada tata aturan ibadahnya sendiri meskipun sebagai disiplin rohani tata aturan itu penting, jadi memang jauh berbeda dengan perbuatan kesalehan Taurat yang dimengerti oleh umat Yahudi, atau ketaatan pada hukum syari’at dalam pemahaman Islam. Demikianlah maka dalam kaitan dengan makna hubungan akidah dan ibadah ini puasa harus dimengerti dalam memahami makna puasa dalam penghayatan Iman Kristen Ortodoks. Puasa tak boleh

dimengerti dalam dirinya sendiri, namun dalam kaitannya dengan tujuan

akhir hidup Kristen: manunggal dengan Kristus.²⁶

d. Puasa agung catur dasa

Jika Allah mewajibkan bangsa Israel untuk berpuasa pada hari raya perdamaian di mana korban penghapus dosa di sembelih umat Kristen perdana mengerti bahwa, “Anak Domba paskah juga telah disembelih” (I Korintus 5:7). Karena Kristus itulah “Anak domba Allah yang mengangkut / menghapus dosa-dosa dunia” (Yohanes 1:29). Sebagaimana domba sembelihan pada hari raya pengorbanan Anak Domba Allah yaitu hari paskah itu telah menjadi hari raya terbesar bagi umat Kristen perdana. Terutama pada saat masa sengsara Yesus selama satu minggu penuh sampai hari paskah itu sendiri, umat Kristen perdana melakukan puasa, karena pada saat paskah itu umat Kristen Ortodoks mengalami perjumpaan dengan yang Ilahi Oleh Kebangkitan Kristus, maka sebagaimana Musa ketika akan berjumpa dengan yang Ilahi itu menjalankan puasa 40 hari 40 malam (Keluaran 34:28), dan Yesus Kristus sendiri sebelum menjalankan tugas ke-Mesiasannya untuk menyatakan yang Ilahi pada umatnya juga telah berpuasa 40 hari 40 malam (Matius 4:2). Maka puasa 40 hari itupun telah menjadi praktek Gereja

²⁶Wawancara dengan Romo Ioasaph, Ketua The Indonesian Orthodox Church, pada 15 Januari 2005.

sejak zaman purba untuk menyongsong paskah, perjumpaan dengan yang Ilahi melalui kebangkitan Kristus. Dalam prakteknya masa puasa 40 hari sebelum paskah ini dalam Gereja Ortodoks ini disebut sebagai: “*Tessarakosti*” (empat puluh) dan dalam bahasa Inggris “*Lent*” yang di dalam Gereja Ortodoks di Indonesia disebut sebagai “Puasa Agung Catur Dasa”. Gereja Roma Katolik di Indonesia menyebutnya sebagai puasa Pra-Paskah, meskipun tanggal pelaksanaannya berbeda, karena perbedaan kalender yang digunakan. Gereja Ortodoks menggunakan kalender yang lebih tua, yaitu kalender Yulian, sedangkan Gereja Roma Katolik dan Protestan menggunakan kalender Gregorian atau kalender umum yang sekarang kita pakai di Indonesia ini. Puasa agung catur dasa itu sendiri dibagi dalam tiga bagian :²⁷

1) Minggu persiapan, yang terdiri dari

- a) Minggu orang Farisi dan pemungut cukai untuk mengingatkan bahwa puasa yang akan dijalankan itu bukanlah usaha mencari pembenaran tetapi sebagai perendahan diri di depan Allah.
- b) Minggu anak hilang, untuk mengingatkan bahwa puasa yang akan dijalankan itu adalah untuk menyadari dosa-dosa dan kembali kepada Allah.

²⁷Bambang Dwi Byantoro, Daniel Arkhimandrit, *Iman Kristen Rasuliah*, jld. 1 (Jakarta: t.p., 2005), 211.

- c) Minggu penghakiman akhir, untuk mengingatkan bahwa puasa yang akan dijalankan itu adalah sebagai usaha untuk sadar bahwa setiap perbuatan manusia itu akan dipertanggung jawabkan serta untuk mempertajam rasa tanggung jawab sosial kepada sesama.
- d) Minggu pengampunan dosa, untuk mengingatkan bahwa oleh dosa-dosa kita telah terbuang dari hadirat Allah dan puasa kali ini untuk menyadarkan diri untuk kembali kepada Ilahi. Pada hari inilah diadakan saling memaafkan yang sering disertai dengan isakan tangis mengharukan. Karena hatinya ingin suci dari benci sebelum menjalankan puasa esok hari seninnya
- 2) Puasa catur dasa, yang terdiri dari :
- a) Minggu ortodokxia memperingati kemenangan atas gerakan ikonoklasme²⁸ untuk mengingatkan bahwa puasanya sudah berjalan selama satu minggu ini adalah untuk mengembalikan fitrah manusia yaitu ikon (gambar) Allah yang kabur karena dosa dengan menyatu dengan kebangkitan Kristus di hari paskah.
- b) Minggu Gregorius Palamas mengingat kemenangan Hesykhasme yang menegaskan bahwa kembali kepada fitrah dan gambar Allah

²⁸Ikonoklasme: Tindakan penghancuran patung-patung di Gereja Katolik.

tidak mungkin terjadi tanpa rahmat Ilahi, yaitu energi Ilahi yang memuliakan manusia.

- c) Minggu salib, untuk mengingatkan bahwa dalam puasa ini rahmat atau kasih karunia pemulihan kodrat itu tak mungkin terjadi tanpa kerelaan menyalibkan kehendak hawa nafsu dosa.
- d) Minggu Yohanes Klimakus, untuk mengingatkan bahwa melalui penyaliban diri untuk mencapai pemulihan gambar di dalam Kristus itu tidak dapat dilakukan sekaligus, namun melalui tahapan-tahapan seperti tangga (klimaks).
- e) Minggu Maryam dari Mesir, untuk mengingatkan bahwa dosa yang bagaimanapun yang telah dilakukan melalui kasih karunia Allah di dalam Yesus Kristus akan mendapatkan pengkudusan.

Selama masa puasa ini diadakan sembahyang sore selama setiap hari sebanding dengan sholat tarawih dalam agama Islam. Selama puasa ini umat tidak makan apapun kecuali pada hari berbuka sekali saja sore hari, dan makanannya adalah vegetarian artinya tanpa makanan dari binatang kecuali hari sabtu dan minggu diizinkan makan ikan, untuk mengingatkan bahwa puasa ini adalah menuju fitrah seperti Adam sebelum jatuh dalam dosa, di mana pada saat itu dia hanya diberi makanan dari sayur-sayuran

dan buah-buahan saja (Kejadian 1:29) dan hubungan suami isteri tidak dilakukan selama masa puasa ini (I Korintus 7:5).

3) Pekan kudus, yang terdiri dari :

Sabtu Lazarus, peringatan kebangkitan Lazarus, minggu palem, senin kudus, Selasa kudus, Rabu kudus, di mana diadakan pengusapan pagi kesembuhan orang sakit, Kamis Kudus, peringatan pembasuhan kaki murid-murid, ulang tahun perjamuan penetapan Kudus, sorenya diadakan arak-arakan salib sebagai peringatan penyaliban Kudus, Jum'at agung 12 bacaan Injil mengenang sengsara Kristus, arak-arakan replika keranda penguburan Kristus, malam harinya peringatan dipasung pada segenap jamaat. Lalu dilanjutkan liturgi paskah sampai pagi hari, demikianlah Hari Raya Paskah pagi itu merupakan hari kemenangan Kristus atas dosa, maut dan iblis, dan pada saat itulah sering diadakan baptisan untuk menyatu dengan kemenangan Kristus, serta dipulihkan kembali kepada fitrah melalui kebangkitan.

Di samping puasa agung ini masih ada beberapa puasa lain dalam Gereja Ortodoks di samping puasa harian Rabu dan Jum'at sore hari sebelum tanggal 6 Januari peringatan pembaptisan Kristus menjelang Natal dari 15 November sampai dengan 24 Desember yang bersifat tarak, artinya berpuasa penuh hanya pantang makan yang

berasal dari binatang hidup dan lain lain. Di samping itu ada hari-hari digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id
dilarang puasa karena sifat pesta dan gembira pada hari itu misalnya di masa Natal sampai Theofani, seminggu sesudah paskah dan lain lain. Demikianlah melalui puasa ini, makna karya Kristus dihayati lebih mendalam lagi, sebagai disiplin untuk manunggal dengan kasih karunia kematian dan kebangkitan Kristus.²⁹

Demikianlah makna ibadah puasa itu dimengerti dan dilaksanakan dalam Gereja Ortodoks.

B. Puasa Dalam Agama Islam

1. Pengertian dan Hukum Puasa Dalam Agama Islam

Pengertian Puasa Dalam Kristen Ortodoks

Islam merupakan salah satu agama yang dipeluk masyarakat Indonesia secara mayoritas. Agama Islam didirikan oleh permasalahan pokok yang meliputi 5 (lima) hal di antaranya: syahadat, shalat, puasa, zakat, dan ibadah haji. Kelima tersebut lebih dikenal dengan sebutan rukun Islam.

Dalam penulisan ini akan penulis kemukakan salah satu dari kelima unsur tersebut. Yakni tentang puasa. Ibadah puasa merupakan ibadah yang bersifat umum artinya terdapat hampir di seluruh agama. Baik dalam agama

²⁹Harder, *Lima ...*, 164-166.

samawi atau agama budaya. Dari buku sejarah tampaklah usia puasa telah begitu lanjut, hampir seusia manusia.

Orang mesir pada masa penyembahan berhala juga mengerjakan puasa. Orang-orang Griek terutama perempuannya menjalankan pula. Orang-orang Romawi, orang-orang Hindu juga tidak ketinggalan. Hanya cara dan sebabnya yang berbeda-beda. bagi penyembah berhala ada yang berpuasa karena ingin memadamkan kemarahan Tuhan apabila berbuat sesuatu yang tidak senonoh yang menyebabkan Tuhan mereka benci. Adapula yang sebaliknya ingin menarik *keridhaan* Tuhan supaya Tuhan mereka membenci bantuan ketika mereka melaksanakan keperluannya.

Di dalam Islam puasa adalah merupakan ibadah dan pengabdian kepada Allah s.w.t. Agama lebih jelas dalam memahami tentang puasa dalam Islam, penulis perlu ketengahkan di sini pengertian puasa dalam Islam sebagai berikut :

a. Secara Etimologis

Puasa berasal dari akar kata bahasa arab yaitu: "al-*shiyam*" atau al-*shaum*. Kata ini adalah *mashdar* dari kata: "*shaama-yashuumu-shauman wa shiyaaman*", yang berarti menahan diri sesuatu dalam pengertian yang seluas-luasnya, seperti halnya menahan diri dari makan, minum, bersenda gurau, bermain-main, berjalan, berbicara dan lain sebagainya. Allah berfirman dalam menceritakan kisah siti maryam (ibunda Nabi Isa a.s.) :

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

أَتَى نَذْرًا لِلرَّحْمَانِ صَوْمًا فَإِن كَلَّمَ الْيَوْمَ النَّبِيَّ (مريم : ٢٦)
 “Sesungguhnya aku (Maryam) telah bernazar karena Allah untuk kuasa. Maka pada hari ini sekali-kali aku tidak akan berbicara dengan seorang manusiapun.”³⁰ (QS Maryam : 26)

b. Menurut terminologi, dalam istilah syar’i puasa ialah menahan diri dari hawa nafsu dan makan, minuman dan hubungan seksual sejak terbitnya fajar sampai terbenam. Puasa dalam pengertian istilah syar’iya ada beberapa pendapat sebagaimana berikut:

- 1) Muhammad Ismail dalam bukunya *Subulus Salam* mengatakan “menahan diri dari makan, minum, bersetubuh dan lain-lain yang telah diperintahkan, kita menahan diri dari padanya sepanjang hari menurut cara yang telah ditetapkan dan waktu yang telah ditentukan”.
- 2) Muhammad Abduh dalam tafsirnya *Al-Manar* mengartikan: “menahan diri dari makan, minum dan bersetubuh mulai dari terbit fajar sampai terbenam matahari, karena mengharap akan ridho Allah dan menyiapkan diri untuk bertaqwa kepadanya dengan jalan memperhatikan Allah dan mendidik kehendak dari perdayaan nafsu”.³¹

³⁰Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya* (Jakarta: Yayasan Penyelenggara Penerjemahan Al-Qur'an, 1974), 465.

³¹Syahminan Zaini, *Bimbingan Praktis Tentang Puasa* (Surabaya: t.p., t.t.), 10.

3) M. Hasbi ash-Shidieqy dalam bukunya *Pedoman Puasa* mengartikan

“mengekang diri dari syahwat dan mencarainya dari segala kebiasaan untuk mengimbangi kekuatan syahwat, supaya bersedialah dia menerima segala yang menyucurkan kehidupan yang abadi dan menekan keganasan hawa nafsu, serta membangkitkan keuangan kepada orang-orang miskin dan orang-orang yang hidup kelaparan dan menahan anggota agar jangan jatuh kedalam hukum-hukum tabi’at yang memelaratkan diri di dunia dan akhirat”.³²

- 4) Secara umum diartikan dengan menahan diri dari segala dorongan nafsu, mulai terbit fajar sampai terbenam matahari dengan niat dan beberapa syarat. Dengan meninjau definisi-definisi di atas dapatlah penulis mengambil kesimpulan bahwa yang dimaksud puasa menurut istilah syaria’ ialah menahan diri dari (tidak melakukan) sesuatu yang dapat membatalkan puasa seperti makan, minum dan bersetubuh dengan wanita (istri), semenjak waktu terbit fajar sampai waktu terbenam matahari, dengan disertai niat ibadah kepada Allah, karena mengharap rida-Nya dan menyiapkan diri guna meningkatkan taqwa kepada-Nya.

³²Hasbi ash-Shidieqy, *Pedoman Puasa* (Jakarta: t.p., 1992), 54.

Hukum Puasa Dalam Agama Islam

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

Di dalam ajaran agama Islam, apabila ditinjau dari segi pelaksanaannya, maka hukum puasa dapat dibedakan atas :

a. Puasa yang hukumnya wajib. Puasa jenis ini terdiri dari 3 macam yaitu:

- 1) Puasa yang diwajibkan karena waktu tertentu, yakni puasa pada bulan Ramadhan.
- 2) Puasa yang diwajibkan karena suatu sebab ('illat) yakni puasa kafarat dan puasa qadha.
- 3) Puasa yang diwajibkan karena seseorang mewajibkan puasa kepada dirinya sendiri, yakni puasa Nadza.³³

b. Puasa yang hukumnya sunat (puasa *tathawwu'*).

Puasa jenis ini misalnya: puasa enam hari bulan Syawwal, puasa senin-kamis, puasa hari arofah (pada tanggal 9 Dzulhijjah, kecuali orang yang melaksanakan ibadah haji tidak disunatkan), puasa Sya'ban dan puasa pada tengah bulan (pada tanggal 13, 14, dan 15 bulan Qomariah).

c. Puasa yang hukumnya makruh, misalnya puasa yang dilakukan terus-menerus sepanjang masa kecuali pada bulan haram, disamping itu makruh puasa pada setiap hari sabtu saja atau tiap hari jum'at saja.³⁴

³³Wahbah al-Zuhayly, *Puasa dan Praktis* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 1995), 108.

³⁴Muslich Maruzi, *Pedoman Ibadah* (Jakarta: Pustaka Aman, 1986), 12.

d. Puasa yang hukumnya haram yaitu haram berpuasa pada waktu-waktu tertentu, misalnya :

- Puasa pada hari raya idhul fitri (1 Syawwal)
- Puasa pada hari raya idhul adha (10 Dzulhijjah)
- Puasa pada hari tasyri' (11, 12, dan 13 Dzulhijjah).

2. Tujuan dan Hikmah Puasa Dalam Agama Islam

Tujuan Puasa Dalam Agama Islam

Di dalam ajaran agama Islam, tujuan berpuasa sudah begitu amat jelas dan tegas di dalam firman Allah, terutama terletak di dalam ayat yang memerintahkan kepada orang-orang beriman untuk menjalankan ibadah puasa, dengan tujuan

a. Taqwa

Manusia taqwa adalah merupakan manusia yang telah mampu meningkatkan kepribadiannya menuju puncak kehidupan rohaniyah yang paling tinggi dan mulia dalam pandangan Tuhan, manusia taqwa adalah sosok manusia yang mampu memelihara diri, berhati-hati dalam setiap tindakan dan perbuatan, takut untuk berbuat kesalahan dan suka melaksanakan perbuatan-perbuatan yang bernilai dengan kekuatan akhlaq yang terpuji dan kepribadian yang tangguh.³⁵

³⁵A. Codri Romli, *Risalah Puasa Ramadhan* (Surabaya: Pustaka Progressif, 1993), 36.

b. *Hujjatul Islam*, Imam Al-Ghazali dalam *Ihya' Ulumiddin I* : 212

menjelaskan :

“Tujuan puasa adalah agar manusia berakhlak dengan akhlak Allah Yang Maha Perkasa lagi Maha Agung, yaitu ketergantungan segala kepada-Nya. Dan sebisa mungkin meniru para malaikat di dalam menahan hawa nafsu, karena mereka adalah makhluk yang disucikan diri dari hawa nafsu dengan petunjuk akalnyanya. Namun demikian, tidaklah ia sederajat dengan para malaikat, karena keadaannya yang dikuasai oleh hawa nafsu dan diuji untuk menahaminya. Oleh karena itu setiap kali ia terkena dalam buaian nafsu. Berarti ia telah terjerumus dan berada pada tingkat yang sangat rendah, lalu bertemu dengan kumpulan binatang, namun setiap kali ia dapat mengalahkan nafsu, berarti ia telah naik setinggi-tingginya dengan jama'ah para malaikat.

c. Al-'Allmah Ibnu Qoyyim Al-Jamziah dalam *Zaadul Ma'aad I* : 152

mengemukakan :

Tujuan puasa adalah membebaskan roh manusia dari cengkaman hawa nafsu yang menguasai jasmaninya menuju sasaran pembersihan dan keabadian. Puasa bertujuan membatasi intensitas keinginan hawa nafsu dengan jalan lapar dan haus menggerakkan manusia untuk ikut merasakan betapa banyak manusia di dunia ini yang pergi tanpa makanan, mempersulit sesama, dalam memperdaya kaumnya. Dan mengekang organ-

organ tubuh manusia agar tidak terbelok ke arah hal-hal yang membawa kerugian di dunia dan di akhirat. Demikianlah bahwa puasa itu merupakan kendali bagi orang-orang yang taqwa, perisai bagi para pejuang dan disiplin untuk berbuat baik.³⁶

- d. Tujuan puasa ialah mengosongkan perut dan mengancurkan hawa nafsu, untuk menguatkan jiwa bertaqwa.

Apabila perut menolak makanan sejak pagi hari sampai sore hari, sehingga perut itu bertolak keinginannya dengan bertambah kuat kegemarannya. Kemudian disuguhkan makanan yang lezat-lezat begitu banyak, niscaya bertambahlah kelezatan dan berlipat gandalah kekuatan serta membangkitan hawa nafsu, apa yang diharapkan tadinya tenang, apabila dibiarkan atas kebiasaannya.³⁷

- e. Tujuan puasa ialah menjernihkan jiwa dan memusatkan perhatian hanya dengan Allah saja.³⁸

- f. Dalam agama Islam melaksanakan atau mengerjakan puasa, khususnya yang diwajibkan pada bulan ramadhan memiliki tujuan yang jelas dan khusus.

³⁶T.A. Lathief Rousyidin, *Puasa Hukum dan Hikmahnya* (Medan: Rimbouw, 1993), 36.

³⁷H. Sahilun A. Nasir, *Imam Al-Ghazali Tentang Tuntunan Berpuasa, Sholat, Tarawih dan Do'a* (t.t.: Garoeda Buana Indah, 1992), 19.

³⁸Al-Ghazali, *Rahasia Puasa dan Zakat* (Bandung: Karisma, t.t.), 42.

Adapun tujuan diperintahkan mengerjakan puasa dalam al-Qur'an telah digariskan Allah s.w.t., yakni "untuk meningkatkan taqwa kepada-Nya". Tujuan puasa tersebut dapat dicapai dengan "menghayati arti puasa itu sendiri".³⁹ Demikian diungkapkan oleh Dr. M. Quraish Shihab.

Himah Puasa Dalam Agama Islam

Puasa adalah satu-satunya ibadah yang tidak dapat memasuki riya', karena tiada yang mengetahuinya kecuali Allah s.w.t. Adapun ibadah yang lain, umpamanya shalat, adakalanya dilakukan seorang karena ingin dikatakan orang saleh, banyak ibadah, atau ia bersedekah karena ingin dikatakan dermawan, atau ia bertujuan karena ingin suatu kedudukan atau ingin gelar pahalwan dan segalanya. Akan tetapi puasa suci dari itu semua. Oleh sebab itu, maka Allah s.w.t. mengakui keutamaan ibadah puasa, dan erat hubungannya dengan kesucian jiwa dan keikhlasan hati

Hal ini dijelaskan di dalam hadits Qudsi, diriwayatkan oleh Bukhari dan Abu Hurairah r.a. Sabda Rasulullah s.a.w. :

قَالَ اللَّهُ عَزَّ وَجَلَّ: كُلُّ عَمَلٍ ابْنِ آدَمَ لَهُ إِلَّا الصَّيَّامَ فَإِنَّهُ لِي وَ أَنَا أُجْزِي بِهِ
(رواه البخارى)

"Allah 'Azza wa jalla telah berfirman: segala amal ibadah anak Adam adalah baginya, kecuali puasa adalah bagiku, dan sayalah akan membalasnya."⁴⁰

³⁹M. Quraish Shihab, *Membumikan Al-Qur'an* (Bandung: Mizan, 1994), 307.

⁴⁰Abdullah M. bin Ismail Bukhari, *Shahih Bukhari Juz I* (t.t.: Perpustakaan Dahlan Indonesia),

Hadits Qudsi tersebut, menjelaskan bahwa segala amal ibadah manusia dapat dilihat dan dini'ai oleh manusia itu sendiri, kecuali puasa tidak dapat dilihat dan tidak dapat diketahui orang lain, kecuali Allah s.w.t.

Menurut Syekh Muhammad Ibrahim al-Khatib, bahwa puasa itu merupakan rahasia antara hamba dengan Tuhannya, tidak ada yang melihatnya kecuali Dia, karena yang berpuasa tidak seperti melakukan shalat, zakat dan haji dapat dilakukan karena riya'. Tetapi orang yang melakukan puasa meninggalkan syahwatnya, makanan dan minumannya karena Allah semata, tidak diketahui oleh seseorang, dan itulah rahasia puasa, sehingga milik khusus Allah s.w.t.⁴¹

Semua yang diperintahkan Islam dan yang dilarangnya pasti mengandung nilai (makna filosofis). Hanya saja, kadang-kadang lainnya, maka ibadah puasa pun tidak terlepas dari makna filosofis tersebut. Diantara makna filosofis yang terkandung dalam ibadah puasa adalah sebagai berikut :

- a. Sebagai pernyataan syukur kepada Allah s.w.t., atas segala macam nikmatnya yang telah diberikan kepada umat manusia. Pada hakekatnya semua bentuk ibadah yang dipersembahkan seorang hamba kepada Khaliqnya merupakan bentuk syukur kepada-Nya.
- b. Dengan berpuasa, paling tidak sifat-sifat hewaniah (*bahimiyah*) seperti, makan, minum, senggama dan lain-lainnya yang melekat pada diri

⁴¹M. Ja'far, *Tuntunan Ibaaah Zakat, Puasa dan Haji* (Jakarta: Kalam Mulia, 1990) 89.

manusia menjadi terkekang, tidak sebebaskan ketika manusia tidak berpuasa.

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

Pada gilirannya, jika puncak sasaran puasanya tercapai *'la'allakum tattaqun*, maka sifat bahimiyah tersebut akan berubah menjadi sifat malakiyah (malakat), alias menjadi manusia paripurna (*insan kamil*).

- c. Puasa, melatih manusia memiliki sifat khasyyat (takut) pada Allah, baik secara rahasia maupun terang-terangan, sebagai tiada yang mengawali bagi orang yang sedang berpuasa kepada Allah. Ia meninggalkan syahwatnya terhadap makanan yang lezat, minuman yang lezat, minuman yang segar dan lain sebagainya, semua itu ia lakukan karena semata-mata melaksanakan perintah Allah. Orang yang beriman pasti memilih lapar karena berpuasa, ketimbang kenyang karena melawan perintah Allah.
- d. Puasa adalah melatih diri dari bersifat kasih sayang, sehingga terdorong untuk melakukan sedekah kepada fakir miskin, memberikan sedekah kepada fakir miskin, memberikan bantuan kepada orang-orang yang tertimpa musibah, karena ia ketika merasa kelaparan, mengingat orang-orang yang menderita kelaparan, orang-orang yang tertimpa musibah. Hal ini merupakan rasa solidaritas yang tinggi kepada umat manusia dan rasa ukhuwah yang berasaskan iman.
- e. Menumbuhkan rasa cinta keadilan dan persamaan derajat manusia, dalam menjalankan kewajiban dan memperoleh hak di dalam pelaksanaan

ibadah puasa ini, nampak sekali persamaan antara orang-orang kaya dengan fakir miskin, antara penguasa dengan rakyat jelata. Mereka memulai ibadah puasa di dalam satu waktu, dan mereka berbuka di dalam satu waktu pula. Mereka sama-sama menunggu waktu dengan kesabaran, dan tidak seorang pun mendahului orang lain di dalam berbuka.

- f. Salah satu hikmah yang besar dari ibadah puasa adalah, melatih manusia untuk menyabarkan kehidupan rohani. Nafsu jasmani yang sering bersemayam masing-masing dan diarahkan untuk tujuan-tujuan yang lebih mulia. Setiap orang yang menjalankan ibadah puasa pada hakekatnya memang sedang memenjarakan dirinya dari nafsu jasmaniahnya agar tidak bergerak secara liar.⁴²

3. *Macam-macam Puasa Dalam Agama Islam*

Puasa ialah menahan diri dari segala yang membatalkan puasa, semenjak dari terbitnya fajar sampai terbenamnya matahari.

Dilihat dari jenisnya, maka puasa itu terbagi menjadi enam macam :

- a. Puasa *fardhu*

Puasa *fardhu* ialah merupakan ibadah puasa masih dalam bagian rukun Islam yang wajib dikerjakan oleh setiap muslim yang *mukallaf* (akil baligh) selama satu bulan penuh pada bulan Ramadhan setiap tahunnya.

Adapun dasar hukumnya :

⁴²H.M. Amin Rais, *Puasa* (Yogyakarta: Mitra Peno Cendekia, 1996), 20.

- **Firman Allah :**

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ (البقرة : ١٨٣)

“Wahai orang-orang yang beriman, telah diwajibkan kepada kamu berpuasa sebagaimana yang telah diwajibkan kepada orang-orang sebelumnya, agar kamu bertaqwa”⁴³

- Firman yang lain

فَمَنْ شَهِدَ مِنْكُمُ الشَّهْرَ فَلْيَصُمْهُ (البقرة : ١٨٥)

“Maka barang siapa diantara kamu melihat bulan (Ramadhan), maka hendaklah ia berpuasa”⁴⁴

- Sabda Rasulullah s.a.w. :

بُنِيَ الْإِسْلَامُ عَلَى خَمْسٍ: شَهَادَةُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَ أَنَّ مُحَمَّدًا رَسُولُ اللَّهِ، وَ إِقَامِ الصَّلَاةِ، وَ إِتَاءِ الزَّكَاةِ، وَ حَجِّ الْبَيْتِ وَ صَوْمِ رَمَضَانَ (رواه البخاري ومسلم)

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

“Didirikan Islam atas lima dasar: pengakuan bahwa tidak ada tuhan (yang sebenarnya) selain Allah, dan bahwa Muhammad utusan Allah, mendirikan shalat, membayar zakat, berhaji ke baitullah dan berpuasa di bulan Ramadhan.” (H.R. Bukhari dan Muslim).⁴⁵

b. Puasa *qadha*’ Ramadhan

Puasa *qadha*’ adalah puasa pengganti yang wajib ditunaikan dengan sebab berpuasa dalam bulan Ramadhan lantaran ada *udzur*, seperti

⁴³Al-Qur'an 2:183.

⁴⁴Al-Qur'an 2:185.

⁴⁵TGK H.Z.A. Syihab, *Tuntunan Puasa Praktis* (Jakarta: Bumi Aksaara, 1994), 13.

safar, dakti atau disebabkan haid dan nifas atau dengan sebab lain,

disebutkan dalam firman Allah :

وَمَنْ كَانَ مَرِيضًا أَوْ عَلَى سَفَرٍ فَعِدَّةٌ مِنْ أَيَّامٍ أُخَرَ (البقرة : ١٨٤)
 “Dan barang siapa yang sakit atau sedang bepergian jauh,
 maka ia puasa sejumlah itu pada hari-hari yang lain”⁴⁶

c. Puasa *nadzar* (kaulan)

Puasa *nadzar* adalah puasa wajib yang difardhukan sendiri oleh seseorang muslim atas dirinya sendiri untuk mendekat diri kepada Allah. Puasa *nadzar* wajib ditunaikan menurut *nadzar* yang dinadzarkannya. Barang siapa bernadzar sehari atau beberapa hari yang secara beriring-iring atau tidak, wajiblah ditunaikan sebagaimana yang telah dinadzarkan itu selama *nadzar* itu tidak jatuh pada hari-hari yang diharamkan puasa.

Firman Allah s.w.t. :

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

... وَ لِيُؤْفُوا نَّذُورَهُمْ ... (الحج : ٢٩)

“... dan hendaklah mereka menepati nadzarnya ...”⁴⁷

Rasulullah s.a.w.bersabda :

مَنْ نَذَرَ أَنْ يُطِيعَ اللَّهَ فَلْيُطِعهُ، وَ مَنْ نَذَرَ أَنْ يَعْصِيَ اللَّهَ فَلَا يَعْصِه
 “Barang siapa bernadzar mentaati Allah, maka hendaklah mentaati-Nya. Dan barang siapa bernadzar mengerjakan maksiat kepada Allah, maka janganlah dilakukannya.” (H.R. Bukhari dan Muslim)

⁴⁶Al-Qur'an 2:184.

⁴⁷Al-Qur'an 22:29.

d. Puasa *kaffarah* (penghapus dosa)

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

Puasa *kaffarah* atau puasa tebusan adalah puasa yang wajib

dikerjakan karena sesuatu pelanggaran yang dilakukan orang Islam.⁴⁸

Wajib dikerjakan karena berbuka dengan sengaja dalam bulan Ramadhan (dalam hal ini karena khilaf), bukan karena suatu *udzur* yang dibenarkan *syara'*, karena bersetubuh dengan sengaja dalam bulan Ramadhan di siang hari, karena membunuh dengan tidak sengaja (al-Nisa' 92), karena mengerjakan sesuatu yang diharamkan dalam haji, serta tidak sanggup menyembelih binatang *hadyu*, karena merusak sumpah (al-Maidah ayat 89), dan berdzihar dengan istri (al-Mujadalah ayat 3 dan 4)⁴⁹

e. Puasa *tathawwu'* (sunah)

Puasa *tathawwu'* (sunah) adalah puasa-puasa yang tidak termasuk

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

kelompok puasa yang di atas. Di antara puasa *tathawwu'* yaitu :⁵⁰

- Puasa enam hari di bulan Syawwal, sebagaimana sabda Rasulullah s.a.w. :

مَنْ صَامَ رَمَضَانَ ثُمَّ أَتْبَعَهُ سِتًّا مِنْ شَوَّالٍ فَكَأَنَّمَا صَامَ الدَّهْرَ
(رواه الجماعة)

⁴⁸Muslich Maruzi, *Pedoman Ibadah Puasa* (Jakarta: Pustaka Amani, 1986), 60.

⁴⁹Muh. Amin, *Tuntunan Praktis Ibadah Puasa* (Surabaya: Al-Ihsan, 1990), 3.

⁵⁰Maruzi, *Pedoman ...*, 57.

“Barang siapa berpuasa Ramadhan, kemudian diikuti dengan enam hari dari bulan Syawwal, maka seolah-olah ia telah berpuasa satu tahun.” (H.R. Jama’ah)⁵¹

- Puasa hari Asyura
- Puasa sehari sebelumnya dan sehari sesudahnya
- Puasa Arafah untuk yang tidak sedang mengerjakan haji
- Puasa di kebanyakan hari di bulan Sya’ban
- Puasa di bulan-bulan haram, yaitu Dzulqa’dah, Dzulhijjah, Muharram dan Rajab.
- Puasa hari Senin dan Kamis, Rasulullah bersabda :

عَنْ عَائِشَةَ كَانَتِ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَتَحَرَّى صِيَامَ
الْإِثْنَيْنِ وَالْخَمِيسِ (رواه الترمذی)

“Dari Aisyah: Nabi Muhammad s.a.w.memilih waktu puasa hari Senin dan Kamis “(H.R. Turmudzi)⁵²

f. Puasa haram

Allah telah mengharamkan puasa dalam beberapa keadaan, di antaranya :

- 1) Puasa pada dua hari raya Idul Fitri dan Idul Adha.
- 2) Puasa pada tiga hari sesudah Idul Adha menurut ulama Hanafi, Syafi’i dan Hambali, hanya saja ulama Hanafi mengatakan bahwa itu *makruh*

⁵¹ *Ibid.*, 16.

⁵² *Ibid.*, 6.

tahrim. Sedang menurut ulama Maliki, yang diharamkan ialah puasa dua hari sesudah Idul Adha, bukan tiga hari.

Berikut ini uraian setiap mazhab dalam masalah ini :

Mazhab Maliki : diharamkan berpuasa pada hari raya Idul Fitri, hari raya Idul Adha, dan dua hari sesudah Idul Adha, kecuali bagi orang yang melakukan haji *tamattu'* dan haji *qiran*; bagi keduanya dibolehkan berpuasa pada kedua hari tersebut. Adapun puasa pada hari keempat dari Idul Adha, maka hukumnya makruh.

Mazhab Syafi'i : diharamkan dan tidak sah puasa pada hari raya Idul Fitri, hari raya Idul Adha, dan tiga hari sesudah Idul Adha secara mutlak, termasuk bagi yang melakukan haji.

Mazhab Hambali : diharamkan berpuasa pada hari raya Idul Fitri, hari raya Idul Adha, dan tiga hari sesudah Idul Adha, kecuali bagi yang melakukan haji *tamattu'* dan *qiran*.

Mazhab Hanafi : puasa pada dua hari raya (Idul Fitri dan Idul Adha) dan pada tiga hari *tasyriq* adalah makruh *tahrim*, kecuali untuk yang melakukan haji.⁵³

⁵³Abdul Rahman Al-Jaziri, *Puasa Menurut Empat Mazhab* (Jakarta: Lentera, 1995), 47-48.

ANALISA PUASA DALAM KRISTEN ORTODOKS DAN ISLAM

A. Pengertian dan Hukum Puasa dalam Kristen Ortodoks dan Islam

Dalam memberikan analisa terhadap ajaran puasa dalam Kristen Ortodoks dan Islam, penulis tidak bermaksud memunculkan suatu bentuk kebenaran tunggal. Akan tetapi penulis bertujuan hanya mengemukakan dalam bentuk studi comperatif untuk mengemukakan di mana unsur persamaan dan perbedaan dari Kristen Ortodoks dan Islam.

1. *Pengertian Puasa dalam Kristen Ortodoks dan Islam*

a. Persamaan

Dari segi pengertian ada beberapa hal yang dapat dikatakan memiliki persamaan. Di antara dari arti puasa yaitu “tidak makan dan tidak minum secara global” dan dalam arti pengendalian diri juga dapat dikatakan memiliki persamaan, namun persamaan itu masih secara terperinci tidak terdapat persamaan sama sekali..

Dengan demikian persamaan pengertian puasa tersebut masih terbatas pada masalah devinisinya secara global saja.

b. Perbedaan

Pengertian puasa apabila ditinjau dari dimensi istilah sangat berbeda sekali, artinya apabila dihubungkan dengan aturan syara (hukum) masing-masing agama.

1) Kristen Ortodoks

Dalam Kristen Ortodoks puasa ada kaitan erat dengan berpantang. secara yuridis puasa dalam Kristen Ortodoks adalah “sehari makan kenyang sekali dua kali makan sedikit saja” sedangkan arti sesungguhnya puasa dalam Kristen Ortodoks “merupakan masa pertobatan” sedangkan untuk berpantang pengertiannya “menghindari atau meninggalkan makanan kegemarannya dalam kebiasaan hidupnya”.

2) Islam

Dalam agama Islam dalam memberikan pengertian puasa digariskan dengan jelas dan ditentukan secara hukum. Pengertian berpuasa dalam pandangan agama Islam. Adalah berasal dari bahasa arab yaitu kata shiam yang berarti “menahan diri dari sesuatu (perbuatan yang diinginkan) sedangkan secara istilah syar’i puasa adalah menahan dan mencegah kemauan sehari penuh mulai terbitnya fajar hingga matahari terbenam dengan niatan tunduk kepada Allah.

Kesimpulannya adalah menahan dan mencegah segala keinginan (makan, minum, bersetubuh dan segala sesuatu yang dapat

membatalkan puasa) untuk mencari ridho dan mendekatkan diri kepada Allah s.w.t.

2. *Hukum Puasa dalam Kristen Ortodoks dan Islam*

a. Persamaan

Dari beberapa agama yang ada dan tentang ajaran puasanya serta mengenai hukum puasa, semuanya dari Kristen Ortodoks dan Islam tersebut menentukan aturan atau hukum dalam berpuasa.

Dalam Kristen Ortodoks, mewajibkan puasa yang merupakan ekspresi atau bentuk pertobatan yang dilakukan pada hari Rabu Abu dan hari Jum'at Agung.

Agama Islam mewajibkan berpuasa pada umatnya pada bulan Ramadhan dan puasa Nazar, di samping masih ada puasa lain seperti yang disunahkan, dimakruhkan bahkan ada yang diharapkan, untuk puasa yang wajib terdapat perintah di al-Qur'an dan beberapa yang tercantum dalam Hadist Nabi Muhammad s.a.w.

b. Perbedaan

Dalam masalah hukum ini ada perbedaan yang perlu di fahami oleh khalayak umum, di antaranya kristen Ortodoks berpuasa dalam Kristen Ortodoks yang juga ada hubungannya dengan berpantang adalah diwajibkan hal ini didasarkan pada kitab perjanjian baru dan perjanjian lama, di antaranya matius 4:2 Yunus 3:5-6 Nehemiah 9:1 Yoel 1:14 di samping itu juga dalam kitab hukum kanonik pada nomor 1249, 1250.

serta dari statuta Uskup Regio Jawa pasal 136:1-2 ditambah dengan surat gembala dari keuskupan tertentu. Namun walaupun status hukumnya berpuasa dan berpantang merupakan kewajiban akan tetapi umat tidak diikat, bentuk kewajiban itu secara formalitas.”artinya tidak adanya denda atau sanksi bagi yang tidak berpuasa atau berpantang.

Namun umat diberi kebebasan baik dalam berpantang dan berpuasa maksudnya dalam kebebasannya itu umat dituntut tanggungjawab yang berat di hadapan Tuhan, Agama Islam.

Dalam agama Islam perintah puasa diwajibkan secara mutlak untuk puasa di bulan Ramadhan di samping itu juga terdapat puasa-puasa yang disunahkan bahkan ada puasa yang diharamkan (dilarang) diwajibkanaya berpuasa pada bulan Ramadhan didasarkan perintah dalam al-Qur’an surat al-*Baqarah* ayat 183-185 secara jelas. Di samping itu juga ditegaskan dalam hadist Nabi yang merupakan landasan kedua umat Islam, yakni di dalam *Hadist Arba’in*, hadist no 3 halaman 30 oleh Imam Yahya bin Syarafan Nawawi. Dengan demikian walaupun berpuasa diwajibkan pada bulan Ramadhan. Apabila umat sakit atau karena *uzur* (berhalangan) dibolehkan menunggalkan tidak berpuasa namun masih wajib mengganti c. lain waktu bila sudah dalam keadaan sehat atau memungkinkan, dan apabila melahirkan atau sakit parah / tua boleh tidak puasa tetapi membayar *fidyah*. Sedangkan untuk pelanggaran yang disengaja seperti setubuh siang hari dibulan Ramadhan maka diharuskan

bayar *kafarat* (semacam denda) jadi hukum berpuasa dalam agama Islam terikat secara hukukum dengan jelas, di antaranya, wajib, sunnah, haram dan makruh.

B. Tujuan dan Hikmah Puasa Dalam Kristen Ortodoks dan Islam

1. Tujuan Puasa Dalam Kristen Ortodoks dan Islam

a. Persamaan

Dengan penjabaran tujuan puasa dari Kristen Ortodoks dan Islam, maka dapat dikemukakan beberapa tujuan dari pelaksanaan puasa masing-masing walaupun secara hakekat tidak memiliki persamaan, namun ada beberapa unsur yang ada sedikit persamaan, di antaranya :

- Adanya perjalanan dari setiap agama dalam pelaksanaan puasa itu mempunyai pasti.
- Tujuan puasa masing-masing adalah memperbaiki umatnya.

b. Perbedaan

Walaupun setiap agama memiliki tujuan yang jelas dari pelaksanaan puasa namun secara penjabarannya tujuan puasa itu memiliki arah yang berbeda-beda adapun beberapa perbedaan itu antara lain:

Dalam Kristen Ortodoks juga berpantang, tujuannya agar umat Kristen Ortodoks dapat mewujudkan suatu bentuk pertobatan atau dengan kata lain mengadakan pembaharuan perjanjian dengan Allah pada masa pra paskah, juga mengingngat kristeninya berpuasa dalam

Kristen Ortodoks merupakan ungkapan peertobatan. Hal tersebut diungkapkan Romo Iospaph ketua Gereja Kristen Ortodoks Indonesia, dalam menjelaskan tujuan puasa dalam Kristen Ortodoks di Indonesia.

Dalam agama Islam berpuasa memiliki tujuan yang sudah dicantumkan dalam kitab suci yakni al-Qur'an yang terdapat dalam surat al-Baqarah ayat 183, yakni untuk mendapatkan predikat taqwa. Tujuan puasa difokuskan pada satu arah yakni meningkatkan ketakwaan kepada Allah s.w.t. di mana taqwa itu maknanya: melaksanakan segala perintah Allah s.w.t. dan menjauhi segala bentuk laarangan Allah dengan penuh ketaatan dengan ketakwaan kepada Allah secara otomatis hubungan sesamanya akan pas-i baik juga. Cara melaksanankan pasti baik juga.

2. Hikmah Puasa Dalam Kristen Ortodoks dan Islam

a. Persamaan

Mengenai kajian persamaan ini, penulis menjabarkan bahwa setiap agama mengajarkan puasa memiliki segi manfaat yang sama pada bidang sosiologi, ekonomi, psikologi dan kesehatan, artinya kesamaan itu dalam hal manfaat secara nubungan kemasyarakatan. Walaupun memang sedikit ada perbedaan dalam proses penjabarannya khususnya secara theologi. Namun apabila diperhatikan manfaat secara kemasyarakatan akan dapat membantu kelancaran pemerintah dalam melaksanakan proses pembangunan nasional. Manfaat secara kemanusiaan / kemasyarakatan inilah yang dapat dikatakan bentuk persamaan yang paling menonjol

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

husus umat yang beragama di Indonesia. Maksudnya kesamaan yang paling menonjol dari pelaksanaan puasa adalah manfaat secara sosiologi, ekonomi, psikologi dan kesehatan (medis) dalam istilah kedokteran.

b. Perbedaan

Dalam pembahasan mengenai manfaat berpuasa dari masing-masing agama mengajarkan atau memerintahkan puasa mempunyai manfaat yang baik menurut sudut pandang ajaran agama masing-masing. Adapun menurut kajian penulis, bahwa Kristen Ortodoks dan Islam mempunyai ajaran puasa yang mempunyai perbedaan, adalah :

- Secara theologi, manfaat ini dalam Kristen Ortodoks adalah manusia (umat Kristen Ortodoks) diselamatkan oleh Tuhan mereka
- Penjabaran manfaat ada di pelaksanaan berpuasa.

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

C. Cara Mengerjakan Puasa Dalam Kristen Ortodoks dan Islam

1. *Persamaan*

Dalam membahas persamaan mengenai tata cara berpuasa dari Kristen Ortodoks dan Islam yang menjadi pembahasan dalam penulisan ini. Dalam membahas masalah ini yang menjadi prioritas adalah bentuk pelaksanaannya. Dari Kristen Ortodoks dan Islam tersebut di atas yang terdapat persamaannya secara menyolok adalah puasa dalam ajaran keduanya. Adapun persamaan itu adalah adanya kebebasan memiliki bagi umatnya mana yang menjadi kehendak dan tujuan bagi Kristen Ortodoks, umat boleh memiliki di antara

tiga kali makan kenyang sekali itu yang mana yang dikehendaki, pagi siang atau malam. Kaitanya juga dengan berpantang yang menjadi kegemarannya itulah yang menjadikan obyek berpantang setiap orang pasti berbeda-beda.

2. *Perbedaan*

Berpuasa dalam Kristen Ortodoks dan Islam memiliki bentuk tata cara yang berbeda-beda, perbedaan ini dapat dihubungkan juga dengan keberadaan hukum puasa yang berbeda itu. Adapun mengenai perbedaan ini akan penulis bahas.

Dalam Kristen Ortodoks pelaksanaan puasa adalah dilakukan secara bersamaan dengan berpantang adapun pelaksanaannya dilakukan dengan cara dalam sehari makan kenyang dan sekali dua kali makan sedikit, artinya sehari tetap makan tiga kali tetapi kadarnya atau jumlahnya dikurangi di samping berpuasa juga berpantang yang maksudnya meninggalkan makanan yang menjadi makanan kegemarannya atau kesukaannya.”namun apabila ada umat yang memilih berpantang yang ringan-ringan saja belum termasuk berpantang.

Agama Islam berpuasa adlah ditentukan jelas artinya bahwa puasa dalam agama Islam adalah dilakukan secara total dan dibatasi waktunya. Sebagaiman dijelaskan tentang pengertian puasa, maka pelaksanaan puasa dalam Islam dilakukar dengan meninggalkan atau menahan segala sesuatu keinginan seperti makan, minum, hubungan seksual, dan sebagaimana serta hal-hal yang membatalkan puasa sehari penuh mulai fajar shadiq sampai

matahari terbenam (shuruuh sampai maghrib) berpuasa meskipun diwajibkan pada siang hari namun pada malam harinya dibolehkan makan dan minum serta hubungan seksual. Secara global ditambahkan bahwa saat berpuasa umat meninggalkan perbuatan fi'li yang bersifat dua macam syahwat. "syahwat perut dan syahwat kemaluan, dan mencegah segala hal yang dapat membatalkan. Jadi berpuasa dalam Islam memberikan batasan berpuasa secara total dan secara masa yang tertentu disiang hari, malamnya boleh melakukan apa yang tidak dilakukan pada siang hari dalam dalam batas hukum agama atau yang ditentukan syara Islam. Namun demikian dibolehkan makan malam hari bukan berarti membalikan fungsi malam hingga siang.

D. Macam-Macam Puasa Dalam Kristen Ortodoks dan Islam

1. Persamaan

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

Dari kedua agama tersebut bila dikaji mengenai pembahasan macam-macam puasa atau ajaran jenis puasa maka dapatlah diungkapkan suatu pendapat bahwa setiap agama mempunyai bermacam-macam puasa yang diajarkan pada umatnya masing-masing.

2. Perbedaan

Walaupun tiap agama mempunyai jenis dan macam-macam puasa, namun menurut analisa penulis secara komperatif bahwa masing-masing agama dalam memberikan pembagian jenis puasa ada yang berdasarkan keadaan, atau masa, hukum atau bentuk pelaksanaan di antaranya:

Kristen Ortodoks jenis puasanya berdasarkan hukum, namun hukum tersebut tidak terlalu mengikat dan memaksa, puasa dalam Kristen Ortodoks waj.b selama 40 hari sebelum hari paskah dimulai dengan hari Rabu Abu dan Jumat Agung. Wajib dimaksudkan adalah wajib memasuki masa pertobatan dalam Kristen Ortodoks di samping ada puasa juga ada keterkaitan bentuk dari berpantang.

Macam atau jenis puasanya berdasarkan keadaan seperti puasa total, puasa supernatural dan ada juga puasa normal. Penulis lain juga menyatakan keadaan biasa dan penuh dan juga ada puasa mutlak jadi puasa dalam Kristen Ortodoks sudah ada kesepakatan mencapai jumlah jenis lain puasa.

Agama Islam. Jenis puasanya berdasarkan keteterikatan hukum, seperti puasa wajib, sunnah, makruh bahkan ada yang dilarang (diharamkan) hal tersebut dimaksudkan untuk memberikan pendidikan pada umatnya untuk terikat pada aturan hukum agar umat tidak sekehendak dirinya dalam melaksanakan ibadah. Artinya ibadah dalam Islam ditentukan secara syar'i atau hukum agama.

KESIMPULAN

A. Kesimpulan

Pembahasan skripsi yang berjudul puasa dalam konsep Kristen Ortodoks dan Islam ini, maka penulisan dan pembahasan ini dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Setiap agama yang ada di Indonesia masing-masing mempunyai ajaran tentang berpuasa yang disamapaikan pada umatnya. Hanya saja mengenai pengertian, keberadaan hukumnya, tata cara pelaksanaan dan jenisnya atau macam puasanya berbeda-beda. Namun secara jelas bahwa setiap agama terdapat perintah berpuasa, meskipun bentuk puasa itu berbeda.
2. Setiap agama mempunyai ajaran puasa dan masing-masing mempunyai bentuk dan tujuan yang dapat membedakan dan menyamakan walaupun tidak terlalu umum dan kongkrit. Artinya ajaran puasa dalam berbagai agama terdapat perbedaan dan persamaan. Perbedaan tersebut adalah: puasa dalam Kristen Ortodoks penekanannya pada masa pertobatan, dihubungkan dengan berpantang terhadap salah satu makanan yang menjadi kegemarannya. Agama Islam, pelaksanaannya di titik beratkan pada masalah makanan dan minuman dan segala sesuatu yang dapat membatalkan puasa sehari penuh,

mulai subuh hingga saat Maghrib. Sedangkan persamaannya adalah dalam Kristen Ortodoks dalam pelaksanaannya masih diperbolehkan minum air putih.

Puasa dalam Kristen Ortodoks dan Islam mengandung manfaat secara teologi mendukung hubungan dengan Tuhan. Manfaat secara sosiologi, ekonomi, psikologi dan kesehatan kedua-duanya ada.

3. Ajaran puasa dari Kristen Ortodoks dan Islam apabila dikerjakan dengan baik, maka akan membawa manfaat dan hikmah yang banyak sekali. Di antaranya:

- Timbulnya hubungan antar sesama umat beragama dan muncul sikap toleransi antar umat beragama.
- Timbulnya manusia yang secara jasmani dan rohani umat manusia dengan menjalankan puasa menurut ajarannya masing-masing.
- Timbulnya rasa memandang persamaan si kaya dan si miskin sehingga timbullah apa yang disebut kepedulian sosial.

Dengan berimbangny tiga manfaat berpuasa tersebut maka dengan sendirinya dapat menciptakan manusia yang menjadi rakyat beragama yang baik dan mampu bekerja sama dalam pembangunan bangsa Indonesia.

B. Saran-saran

1. Sebagai seorang muslim, hendaklah benar-benar dalam menjalankan ibadah puasa, agar tidak termasuk apa yang dikatakan Rasulullah dalam sabdanya :
 “Berapa banyak orang yang berpuasa, tetapi tidak mendapatkam apa-apa dari puasanya itu kecuali lapar dan dahaga saja”.

2. Hendaklah kita sebagai umat Islam yang beriman, yang diperintahkan Allah untuk menjalankan puasa, selalu meningkatkan kualitas nilai puasanya. Agar apa yang menjadi mis pokok dari ibadah itu dapat kita raih, yaitu untuk menjadi manusia yang *muttaqin*.
3. Di samping menjalankan puasa yang wajib itu, hendaklah kita menambah amalan-amalan yang sunnah, kita perbanyak membaca al-Qur'an dan kita pahami makna yang terkandung di dalamnya, serta kita wujudkan dalam kehidupan sehari-hari.

C. Penutup

Dengan mengucapkan syukur Alhamdulillah penulis panjatkan syukur ke hadirat Allah SWT sebagai asal dan tujuan segala realitas yang telah memberikan taufik, hidayah serta inayah-Nya kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Penulis sangat menyadari bahwa tulisan ini jauh dari kesempurnaan, tetapi inilah suatu hasil penulisan yang merupakan usaha semaksimal mungkin yang tidak dikerjakan dengan santai.

Mudah-mudahan tulisan yang sangat sederhana ini bisa memberikan motivasi dan manfaat baik bagi penulis sendiri maupun bagi para pembaca pada umumnya, dan mudah-mudahan pula skripsi ini dapat memperoleh ridha dari yang Maha Bijaksana, yaitu Allah SWT. Amin.

Dan akhirnya hanya kepada Allah jualah penulis berserah diri sepenuhnya serta memohon ampun dari-Nya.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdu lah, Ismail Bukhari bin Muhammad. t.t. *Shahih Bukhari*, t.t. Perpustakaan Dahlan Indonesia.
- Al-Ghazali. 1992. *Rahasia Puasa dan Zakat*, Bandung: Karisma.
- Al-Qardhawi, Yusuf. 1998a. *Fiqih Puasa*, Solo: Citra Islam.
- _____. 1998b. *Ibadah dalam Islam*, Surabaya: Bina Ilmu.
- Al-Qarry, M. Dahlan. t.t. *Kamus Ilmiah Populer*, Surabaya: Arkola.
- Al-Qur'an.
- Al-Zuhayly, Wahbah. 1995. *Puasa dan I'tikaf*, Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Amin, Muh. 1990. *Tuntunan Praktis Ibadah Puasa*, Surabaya: Al-Ihsan.
- Ash-Shiddieqy, Hasbi. 1992. *Pedoman Puasa*, Jakarta: Bulan Bintang.
- Aziz, MA. Nazaruddin. 1978. *Puasa Untuk Bertakwa*, Surabaya: Al-Ikhlash.
- Bakhtiar, Laleh. 1997. *Meraih Kemuliaan Ramadhan*, Bandung: Mizan.
- Beall, James Lee. 1993. *Puasa*, Bandung: Yayasan Kalam Hidup.
- Bethani*. edisi 149.
- Byantoro, Arkhimandrit Daniel Bambang Dwi. 2005. *Iman Kristen Rasuliah*, Jakarta: t.p
- _____. 2005. *Iman Kristen Rosuliah*. Jakarta: t.p.
- Departemen Agama RI, 1974. *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, Jakarta: Depag RI.
- Fachrudin, H. t.t. *Ensiklopedi al-Qur'an*, Jakarta: Rineka Cipta.
- Forter, Richard J. 1990. *Tertib Rohani*, Malang: Gendum Mas.

- Harder, Pieternella Van Poom. t.t. *Lima Titik Temu Agama-agama*, ed. Abuna Arkhimandrit Daniel Bambang Dwi Byantoro, Ibadah Puasa dalam Iman Kristen Ortodoks, Yogyakarta: Duta Wacana University Press.
- Ja'far, Muhammad. 1990. *Turtunan Ibadat Zakat, Puasa dan Haji*, Jakarta: Kalam Mu ia.
- Ja'far, Muhammadiyah. 1985. *Tuntunan Ibadat Zakat, Puasa dan Haji*, Malang: t.p.
- Jian, Wiharja. 2000. *Puasa Akt'vitas Senyap*, Jakarta: BPK Gunung Mulia.
- Lembaga Al-Kitab Indonesia, *Al-Kitab*.
- M. Nehemiah. 1995. *Fungsi Do'a Puasa*. Bandung: t.p.
- Maruzi, Muslich. 1986. *Pedoman Ibadah Puasa*, Jakarta: Pustaka Amani.
- Mudhory, KH. Bahaudin. 1992. *Esensi Puasa*, Surabaya: Pustaka Progressif.
- Muhammad, Abu Bakar. t.t. *Membangun Manusia Seutuhnya Menurut al-Qur'an*, Surabaya: Al-ikhlas.
- Muhammad, Ibnu. 1995. *Puasa Bersama Rasulullah*, Bandung: Mizan.
- Nasir, A. Sahilun. 1992. *Imam al-Ghazali Tentang Tuntunan Berpuasa, Shalat Tarawih dan Do'a*, Jakarta: Garoeda Buana Indah.
- Nehemiah M. 1995. *Fungsi Do'a Puasa*, Bandung: t.p.
- Poorn, Harder, Van Pieternella. 2000. *Lima Titik Temu Agama-agama, (ed)*, Yogyakarta: Duta Wacana University Press.
- Prime, Derek. 1973. *Do'a dan Puasa*, terj., Florida: t.p.
- Qal'ahji, Muhammad Rawwas. 1999. *Ensiklopedi Fiqih Umar bin Khatkab r.a.*, Jakarta: t.p.
- Rais, Amir. 1996. *Puasa*, Yogyakarta: Mitra Peno Cendekia.
- Razak, Nazaruddin. 1989. *Die'ul Islam*, Bandung: PT Al-Ma'arif.
- Romli, Codri. 1993. *Risalah Puasa Ramadhan*, Surabaya: Pustaka Progressif.

- Rousyidin, Lathief. 1993. *Puasa: Hukum dan Hikmahnya*. Medan: Rimbouw.
- Rowi, M. Roem. 2004. *Rukun Islam Tinjauan Historis Filosofis*, Surabaya: t.p.
- Sabili. 2004.
- Shihab, M. Quraish. 1994. *Mambumikan al-Qur'an*, Bandung: Mizan.
- Soedarso. 1997. *Kamus Istilah Teologi*, Jakarta: BPK Gunung Mulia.
- Subekti, Timotius. 1986. *Pembentukan Karakter Ilahi*, Yogyakarta: Andi Offset.
- Syihab, Ali. 1994. *Tuntunan Puasa Praktis*, Jakarta: Bumi Aksara.
- Syihabuddin, Abud. 2004. *Majalah Islam Sabili*. Jakarta.
- Yunus, Muhammad. 1989. *Kamus Arab-Indonesia*, Jakarta: PT Hida Karya Agung.
- Zaini, Syahminan. 1985. *Bimbingan Praktis Tentara-g Puasa*, Surabaya: t.p.

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id