

# Pengertian, hukum, macam-macam, syarat, rukun dan hikmah puasa

Irfan Subhi<sup>1</sup>, Dani Sutiono<sup>2</sup>, Shabrina Dwi Nouva Nur Faza<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> program studi Hukum Ekonomi Syari'ah, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang  
e-mail: \* [irfansubhi7@gmail.com](mailto:irfansubhi7@gmail.com)

## Kata Kunci:

Puasa, hukum, syarat, hikmah, rukun islam

## Keywords:

Fasting, laws, conditions, wisdom, pillars of Islam

## ABSTRAK

Puasa adalah ibadah yang dilakukan dengan cara menahan lapar, dahaga dan nafsu mulai dari terbit fajar hingga terbenamnya matahari. Puasa juga merupakan rukun islam ketiga, yang merupakan kewajiban yang harus dilaksanakan oleh orang islam. Puasa mengajarkan seseorang untuk menahan dirinya dari segala hal yang dapat membatalkan puasanya. Dalam jurnal ini akan dibahas terkait pengertian, hukum, syarat dan macam-macam puasa. Puasa adalah ibadah yang dilaksanakan kepada Allah dengan menahan lapar, haus dan segala yang membatalkan nya.

hukum melaksanakan puasa adalah wajib. Namun perlu kita ketahui juga puasa apa yang diwajibkan itu, karena tidak semua puasa itu di hukimi wajib. Puasa terbagi menjadi empat macam puasa, yaitu puasa wajib, puasa sunnah, puasa makruh, dan puasa haram.

## ABSTRACT

Fasting is a worship that is done by holding back hunger, thirst and lust from dawn to sunset. Fasting is also the third pillar of Islam, which is an obligation that must be carried out by Muslims. Fasting teaches a person to restrain himself from everything that can break his fast. This journal will discuss the meaning, law, requirements and types of fasting. Fasting is worship carried out to Allah by enduring hunger, thirst and anything that cancels it. The law of fasting is obligatory. However, we also need to know what fasting is obligatory, because not all fasting is considered obligatory. Fasting is divided into four types of fasting, namely obligatory fasting, sunnah fasting, makruh fasting, and haram fasting.

## Pendahuluan

Puasa adalah salah satu ibadah utama dalam Islam yang memiliki makna dan tujuan yang mendalam. Sebagai rukun Islam yang ketiga, puasa tidak hanya sekadar menahan diri dari makan dan minum, tetapi juga mencakup pengendalian diri dari perilaku negatif dan peningkatan spiritualitas. Dalam kehidupan sehari-hari, puasa menjadi sarana untuk membersihkan jiwa, meningkatkan ketakwaan, dan mendekatkan diri kepada Allah SWT. Hukum puasa dalam Islam sangat jelas dan terstruktur. Puasa di bulan Ramadan adalah kewajiban bagi setiap Muslim yang memenuhi syarat, sedangkan terdapat pula puasa sunnah yang dianjurkan di luar bulan Ramadan. Memahami hukum-hukum ini sangat penting untuk memastikan bahwa ibadah yang dilaksanakan sesuai dengan syariat Islam. Berbagai jenis puasa juga perlu diketahui, termasuk puasa wajib, sunnah, dan puasa yang diharamkan. Setiap jenis puasa memiliki syarat dan rukun yang berbeda, yang harus dipenuhi agar ibadah tersebut sah. Dengan memahami aspek-aspek ini, umat Islam dapat melaksanakan puasa dengan lebih baik dan benar.



This is an open access article under the CC BY-NC-SA license.

Copyright © 2023 by Author. Published by Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Selain itu, hikmah di balik puasa juga patut dicermati. Ibadah ini bukan hanya untuk menahan lapar dan haus, tetapi juga untuk meningkatkan empati terhadap sesama, memperkuat rasa solidaritas, dan melatih kesabaran. Puasa dapat membantu individu untuk lebih peka terhadap kondisi orang-orang yang kurang beruntung dan memperkuat rasa syukur atas nikmat yang diberikan. Dengan pemaparan materi para peneliti bisa lebih mengetahui pembahasan tentang puasa, hukum-hukum yang mengaturnya, berbagai macam puasa, syarat dan rukun yang terkait, serta hikmah yang terkandung di dalamnya. Pemahaman yang komprehensif ini diharapkan dapat mendorong pelaksanaan ibadah puasa yang lebih berkualitas dan bermakna.

## Pembahasan

### Pengertian puasa

puasa secara Bahasa mempunyai arti menahan. Menahan disini adalah menahan dari semua yang membatalkan. Sebagaimana telah allah ceritakan kepada Maryam dalam QS. Maryam: 27

فَكُلُّى وَأَشْرَبَى وَقَرَّى عَيْنًا ۝ فَإِمَّا تَرَيْنَ مِنَ الْبَشَرِ أَحَدًا فَقُولِي إِنِّي نَذَرْتُ لِرَحْمَنَ صَوْمًا فَلَنْ أَكِيمَ الْيَوْمَ إِنْسِيَا

Maka makanlah dan minumlah, dan buatlah hatimu tenang. Namun apabila kalian melihat seseorang dari kaum mereka , katakanlah, 'Aku telah bersumpah untuk tidak berbicara kepada allah Yang Maha Pengasih, maka aku tidak akan berbicara sepatah kata pun kepada seseorang pun pada hari ini (QS. Maryam:26).

Puasa bermakna Ash-Shaum, yang mana menurut istilah para ulama berbeda pendapat tentang pengertian shaum ini antara pengertian sempit dan pengertian luas. Di antara mereka ada yang memasukkan pengertian shaum ada juga yang tidak memasukkannya. Dengan demikian, maka tampak jelas pengertian menurut bahasa dan istilah, karena terdapat pengertian umum dan pengertian khusus. Pengertian menurut bahasa lebih umum dan meyeluruh, karena ia mencakup menahan diri, pencegahan, tindakan meninggalkan, pelarangan dan berdiam diri. Sementara itu, puasa didefinisikan sebagai sebagai suatu bentuk pengabdian yang menjauhi segala sesuatu yang dapat mengganggu puasa , mulai dari terbit matahari hingga terbenam, dan harus dilaksanakan sesuai dengan tuntunan , aturan , dan larangan yang telah ditetapkan. Puasa juga harus juga disertai dengan menjauhi ucapan kotor , seperti membanggakan diri , menjauhi bahasa kotor , seperti membual .

### Hukum Puasa

- Sebagaimana kita ketahui bahwa hukum melaksanakan puasa adalah wajib. Namun perlu kita ketahui juga puasa apa yang diwajibkan itu, karena tidak semua puasa itu di hukimi wajib. Di bawah ini kami jelaskan terkait hukum-hukum puasa, yaitu:
- Wajib
- Puasa yang di hukumi wajib adalah puasa Ramadhan dan puasa nazar. Puasa Ramadhan wajib bagi orang-orang yang telah memenuhi syarat-syarat puasa. Sebagaimana firman allah swt:
- "يَأَيُّهَا الَّذِينَ ءامَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ"

- e) Hai orang-orang yang menyangka bahwa kamu kamu harus berpuasa, seperti orang-orang sebelumnya kepada orang Anda disarankan untuk melakukannya agar Anda dapat mengembangkan pola pikir religius .
- f) Sebagaimana ayat di atas, maka puasa Ramadhan adalah wajib bagi orang-orang yang telah memenuhi syarat-syarat puasa.
- g) Sunnah
- h) Puasa yang di hukumi sunnah contohnya adalah seperti puasa senin kamis, puasa arafah, puasa daud dan sebagainya. Puasa-puasa tersebut hukumnya adalah sunnah, maka tidak ada konsekuensi yang berlaku bila meninggalkan nya.
- i) Makruh
- j) Puasa yang di hukumi makruh mengerjakan nya adalah puasa-puasa yang tidak disarankan penggerjaan nya, seperti puasa di hari jumat saja tanpa diimbangi hari lainnya.
- k) Haram
- l) Puasa-puasa yang di hukumi haram dalam penggerjaan nya contohnya adalah puasa di dua hari raya . Maka apabila melaksanakan puasa di dalam dua hari tersebut akan di hukumi haram.

### **Hikmah Puasa**

Puasa adalah suatu ibadah yang dilakukan dengan berbagai tantangan dan larangan yang harus di hadapi oleh orang yang melakukan nya. Oleh karena itu, puasa tentunya akan melahirkan banyak hikmah kepada orang yang melaksanakan nya. Manfaat berpuasa tidak akan pernah dating kecuali barakah allah yang di berikan nya kepada orang-orang yang di kehendaki nya. Berikut adalah hikmah-hikmah puasa

- a. Latihan mengontrol hawa nafsu
- b. Puasa menyebabkan seseorang orang berkonsentrasi melakukan perbuatan baik . Bagi seseorang yang terlibat dalam perilaku buruk , puasa mungkin menjadi bentengnya , karena dia harus menjaga agar puasa nya tetap terjaga dengan baik.
- c. Meninggalkan kesenangan dunia
- d. Mampu melepaskan kenikmatan materi dan lebih berkonsentrasi pada ibadah adalah keutamaan dan hikmah puasa .Oleh karena itu , seseorang mampu mengelola jiwanya jika ia dapat mencapai kedudukan tersebut .
- e. Keseimbangan dalam hidup
- f. Keseimbangan hidup akan dapat diraih dengan cara memperbanyak ibadah kepada allah. Maka di bulan yang sangat suci yaitu Ramadhan, semua umat muslim melakukan ibadah sebanyak mungkin untuk melipatgandakan pahala meraka.
- g. Melatih disiplin waktu
- h. Sahur pada saat akan melaksanakan puasa akan menjadikan pribadi seseorang itu disiplin, karena ia akan bangun setiap pagi untuk melaksanakan makan sahur.

- i. Puasa baik untuk Kesehatan jasmani dan Rohani
- j. Puasa akan bermanfaat bagi sistem pencernaan karena saat berpuasa sistem pencernaan akan berhenti sementara untuk istirahat. Puasa juga akan membawa banyak manfaat bagi tubuh dan dapat mengeluarkan zat-zat berbahaya dalam tubuh. Sedangkan bagi Kesehatan Rohani akan membuat seorang hamba lebih dekat dengan Allah SWT.

### Syarat Puasa

Bagi yang ingin berpuasa, terlebih dahulu harus mempelajari beberapa hal yang berkaitan dengan hukum-hukum puasa. Seperti ketentuan-ketentuan yang mewajibkan seseorang untuk berpuasa, hal-hal yang harus dipatuhi dan tidak boleh dilanggar selama berpuasa, dan hal-hal lain yang masih berkaitan dengan keabsahan atau kepatutan berpuasa. Terkait dengan syarat-syarat berpuasa, ada dua macam syarat. Yaitu syarat sah berpuasa dan syarat wajib. Batasan-batasan yang harus dipenuhi seseorang agar dapat berpuasa disebut dengan syarat wajib. Di antara syarat tersebut: prasyaratnya adalah (Farisi, 2023):

#### 1. Beragama Islam

Karena Al-Qur'an memerintahkan umat Islam atau orang yang beriman untuk berpuasa, menjadi seorang Muslim adalah prasyarat paling mendasar. yang bertujuan untuk mengembangkan seseorang yang bertaqwa kepada Allah dan meningkatkan derajat keimannya .setia kepada Allah dan meningkatkan derajat keimanan mereka ."Sesungguhnya orang-orang yang beriman adalah seperti satu tubuh" (QS. Al-Anfal: 72)".

#### 2. Berakal sehat dan tidak dalam kondisi gila atau mabuk

Umat Islam diharuskan berpuasa diharuskan berpuasa baik dalam keadaan waras atau dalam keadaan gila, mabuk, atau tidak sadar .apakah mereka waras atau dalam keadaan gila , mabuk, atau tidak sadarkan diri . Karena seseorang orang dapat mengatur dan mengatur rutinitas makan dan nafsunya saat ia waras dan sepenuhnya sadar .dapat mengelola dan mengatur rutinitas makan dan nafsu mereka saat mereka waras dan sepenuhnya sadar . sehingga bahwa ketika mereka berpuasa, mereka tidak melakukan apa-apa cepat,sajangan hanya melakukan apa pun.

#### 3. Baligh atau dewasa

Kewajiban persyaratan berpuasa belum berlaku bagi mereka yang belum pubertas berpuasa belum berlaku bagi mereka yang belum mencapai pubertas . mimpi adalah basah batas pubertas bagi laki untuk cowok.. Bagi wanita , menstruasi adalah batas membatasi pubertas .masa pubertas. Oleh karena itu , hukum kewajiban berpuasa belum diberlakukan bagi anak muda yang belum terdapat tanda-tanda baligh.Kewajiban berpuasa belum diberlakukan bagi anak muda yang belum mengalami menstruasi bagi wanita dan mimpi basah bagi pria .Seperti pada riwayat dibawah :"Pena diangkat dari tiga golongan: dari orang gila sampai ia sadar, dari orang tidur sampai ia terbangun, dan dari anak kecil sampai ia baligh" (HR. Ahmad).

#### **4. Mempunyai kemampuan untuk menjalankan ibadah puasa**

Pentingnya pentingnyapersyaratan keempat sama dengan tiga persyaratan pertama dari Persyaratan keempat sama dengan tiga persyaratan pertama . Karena kebutuhan kebutuhan keempatbelum terpenuhi meskipun tiga kebutuhan pertama telah terpenuhi , maka ia dikecualikan dari ketentuan yang mengharuskan puasa wajib belum terpenuhi padahal tiga hal pertama sudah terpenuhi , maka ia dibebaskan dari ketentuan yang mengharuskan puasa wajib . Bagi yang sakit adalahwajib menggantinya pada hari lain dan bagi yang sudah tua dan tidak mampu berpuasa wajib membayar fidyah .sakit, itu harus diganti pada hari lain , dan bagi orang tua yang tidak mampu berpuasa , wajib membayar fidyah .

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

Orang yang sedang dalam keadaan bepergian „, baik yang apakah mereka di sana maupun sedang hidup, wajib berpuasa .ada atau tidak, harus berpuasa. Karena mereka yang sedang bepergian mungkin tidakmungkin tidak dapat melakukannya dengan cepat , mereka perlu menggantinya setelah mereka berhenti bepergian .mampuuntuk melakukannya dengan cepat , mereka perlu menggantinya setelah mereka berhenti bepergian . takut kondisi fisiknya menurun saat bepergian dan berpuasa , sehingga tidak dapat menjalankan puasa . Syarat persyaratanansahnya puasa masuk dalam kategori kedua .untukkeabsahan puasa termasuk dalam kategori kedua . Secara khusus , persyaratan persyaratan yang membuatpuasa batal atau tidak sah cepattidak sepenuhnya dipenuhi .batal atau tidak sah apabila tidak sepenuhnya terpenuhi. Keadaan nya tersebut adalah:

##### **1. Beragama Islam**

prasyarat prasyarat paling penting untuk puasa agar puasa dianggap sah adalah menjadi seorang Muslim .menjadiyang dianggap sah adalah menjadi seorang Muslim. Karena puasa seorang non - Muslim tetap batal meskipun tujuannya sama dengan puasa seorang Muslim .

##### **2. Niat**

Puasa perlu dilakukan dengan niat , sama seperti ibadah lainnya .selesai denganniat , sebagaimana ibadah lainnya . Maksud tujuan, sasaran,tujuan dan kemauan hatiketika melakukan suatu perbuatan disebut dengan niat .saat melakukan suatu tindakan dikenal sebagai niat . Suatu tindakan itu dinilai karenakarena niatnya , artinya tindakan tersebut sadar dan memiliki tujuan .niatnya ,yang menyiratkan bahwa ia sadar dan memiliki tujuan. diberikan imbalan hanya berdasarkan niat . Anda kemudian akan lalu menerima menerima hadiah yang ideal jika Anda mampu memenuhi tujuan tersebut . hadiah yang ideal jika Anda mampu memenuhi tujuan .

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

Mengenali perbedaan perbedaan antara benar dan salah. Apa benar dan salah adalah pertimbangan yang krusial . Karena kebanyaknya kegiatan yang diperbolehkan dan dilarang saat berpuasa , faktanyabahwa ada banyak kegiatan yang dapat diterima dan dilarang selama puasa . Puasa cepat menjadi tidak kalah apabila dilakukan hal - hal yang dilarang , diragukan keabsahannya ketika tindakan terlarang dilakukan

#### **4. Suci dari Haid dan Nifas**

Wanita tidak diizinkan untuk diperbolehkan berpuasa saat dalam keadaan najis , saat sedang menstruasi , atau setelah melahirkan . Jika mereka tetap memaksakan diri , maka mereka akan dianggap membatalkan puasanya .untuk membatalkan puasanya jika mereka tetap melakukannya . Oleh karena itu mereka harus dengan demikian menunggu hingga mereka bersih .

#### **5. Tidak melaksanakan puasa pada hari-hari yang diharamkan atau dilarang berpuasa**

Menurut Syariah , ada sejumlah hari di mana puasa dilarang . Tiga tigahari Tasyrik , Tasyrik 11 , 12 , dan 13 Dzulhijjah, serta dua hari raya Idul Fitri dan Idul Adha , merupakan hari -hari yang diharamkan untuk berpuasa . Dilarang berpuasa pada lima hari ini , apapun jenis puasanya .

#### **Rukun puasa**

Rukun adalah suatu kewajiban yang harus terpenuhi di dalam menjalankan suatu pekerjaan. Tentang rukun-rukun atau beberapa fardlu puasa ada empat perkara, yaitu(Auliya, 2023);

##### **1. Niat**

Niat adalah melakukan sesuatu yang bersamaan dengan pekerjaannya. Jika tidak bersamaan dengan pekerjaannya, maka disebut azam. Tempat melafadzkan niat adalah di dalam hati. Maka jika puasa yang di kerjakan adalah fardlu, seperti puasa Ramadhan atau puasa nadzar, maka wajib menjatuhkan niat puasa pada malam hari. Dan wajib hukumnya menjelaskan niat pada puasa Ramadhan, seperti “menjelaskan berpuasa Ramadhan”. Artinya, tidak boleh hanya berniat puasa tanpa di sisipkan keterangan bahwa akan berpuasa Ramadhan. Paling sempurnanya niat puasa, seperti jika seseorang berkata:

Artinya: “Aku niat berpuasa di dari besok untuk melaksanakan puasa Ramadhan di tahun ini karena Allah Ta’ala”.

##### **2. Menahan dari makan dan minum**

Puasa menjadi batal jika seseorang makan dan minum dengan sengaja walaupun hanya sedikit. Maka jika seseorang melakukan dengan asumsi bahwa dia lupa ataupun bodoh, hal tersebut tidak menjadi batal puasanya.

##### **3. Jimak yang dilakukan dengan sengaja**

Jika seseorang melakukan jimak yang di sengaja, maka akan menjadi batal puasanya. Namun jika dilakukan dalam keadaan lupa, maka sama seperti keterangan makan dalam keadaan lupa (tidak batal).

##### **4. Muntah yang di sengaja**

Apabila tidak tertahan untuk memuntahkan sesuatu dari perut dalam keadaan tidak di sengaja, maka puasanya tidak menjadi batal Sebagaimana yang telah di deskripsikan sebelumnya bahwa rukun-rukun puasa menurut madzhab Syafi'i ada empat. Namun madzhab Maliki berpendapat bahwa rukun puasa ada dua yaitu niat dan menahan diri

dari hal yang dapat membatalkan puasa. Sedangkan pendapat madzhab Hanafi dan Hambali rukun puasa hanya ada satu, yaitu menahan diri dari hal yang dapat membatalkan puasa. Madzhab Hanafi, Syafi'i dan Hambali mebedakan niat puasa antara fardlu dan sunnah. Niat puasa fardlu adalah wajib di lakukan setiap malam di mulai terbenam matahari sampai menejelng fajar. Maksudnya tidak sah bila hanya berniat satu kali pada malam pertama niat melakukan puasa bulan Ramadhan. Namun untuk puasa sunnah boleh berniat setelah terbit matahari sampai sebelum waktu dhuhur dengan syarat dia masih belum melakukan salah satu hal yang dapat membatalkan puasa. Madzhab Maliki berpendapat niat puasa Ramadhan boleh di lakukan satu kali pada malam pertama, karena telah mewakili untuk malam-malam selanjutnya. Sedangkan dalam puasa sunnah tidak sah niat setelah terbitnya fajar dan harus tetap di niatkan pada malam hari atau sebelum terbit fajar.

### Macam-macam puasa

Dalam kitab Fathul Qarib, puasa atau ash-shiyam dibahas dalam berbagai macam jenis, terutama dibedakan berdasarkan tujuan dan hukumnya.

#### 1. Puasa Wajib

Puasa yang diwajibkan dalam Islam ada beberapa jenis, termasuk:

Puasa Ramadhan: Ini adalah puasa wajib yang dilaksanakan selama bulan Ramadhan. Dalilnya terdapat dalam Al-Qur'an, surah Al-Baqarah ayat 183:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُتُبْ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتُبَ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ ﴿١٨٣﴾

"Wahai orang-orang yang beriman, diwajibkan atas kamu berpuasa sebagaimana diwajibkan atas orang-orang sebelum kamu agar kamu bertakwa."

#### 2. Puasa Kafarat

Puasa yang dilakukan untuk menebus kesalahan tertentu, seperti melanggar sumpah atau melakukan hubungan suami-istri di siang hari bulan Ramadhan. Dalilnya juga dalam Al-Baqarah ayat 184, yang berbunyi:

أَيَّامًا مَّعْدُودَاتٍ فَمَنْ كَانَ مِنْكُمْ مَرِيضًا أَوْ عَلَى سَفَرٍ فَعَذَّةٌ مِنْ أَيَّامٍ أُخَرُ وَعَلَى الَّذِينَ يُطِيقُونَهُ فَذِيَّةٌ طَعَامٌ مَسْكِينٌ فَمَنْ شَطَّطَ عَزِيزًا فَهُوَ حَيْرٌ لَهُ وَأَنْ تَصُومُوا حَيْرٌ لَكُمْ إِنْ كُنْتُمْ تَعْلَمُونَ

١٨٤

artinya: Khususnya, pada beberapa hari. Maka barangsiapa orang yang tidak berpuasa , baik karena sakit atau bepergian , maka ia wajib mengganti hari - hari yang ditinggalkannya pada hari - hari berikutnya .Fidyah , atau kompensasi, adalah memberi makan orang miskin bagi mereka yang membutuhkan bagi mereka yang merasa berat berpuasa .Padahal , jika Anda tahu bahwa puasa Anda lebih menyehatkan bagi Anda dan bahwa siapa pun yang berbuat baik dengan sukarela lebih baik bagi dirinya sendiri.

#### 3. Puasa Nazar: Puasa yang wajib dilaksanakan karena bernazar. Dalil tentang ini dijelaskan dalam hadits:

مَنْ نَذَرَ أَنْ يُطِيعَ اللَّهَ فَلْيُطِعْهُ

"Barang siapa yang bernazar untuk taat kepada Allah, maka hendaklah ia mentaatinya" (HR. Bukhari).

#### 4. Puasa Sunnah

Puasa sunnah adalah puasa yang dianjurkan tetapi tidak wajib. Beberapa di antaranya: Puasa Senin dan Kamis: Berdasarkan hadits Nabi SAW

**تُعَرِّضُ أَعْمَالُ النَّاسِ فِي كُلِّ جُمُعَةٍ مَرَّتَيْنِ وَيَوْمَ الْخَمِيسِ فَيُغَفَّرُ لِكُلِّ عَبْدٍ مُؤْمِنٍ إِلَّا عَبْدًا بَيْنَهُ وَبَيْنَ أَخِيهِ شَحْنَاءُ**

"Amal-amal diperlihatkan pada hari Senin dan Kamis, maka aku senang jika amalku diperlihatkan dalam keadaan aku sedang berpuasa" (HR. Tirmidzi). Puasa Arafah: Dilakukan pada tanggal 9 Dzulhijjah bagi yang tidak berhaji, yang memiliki keutamaan menghapus dosa setahun yang lalu dan setahun yang akan datang (HR. Muslim). Puasa Asyura: Dilaksanakan pada tanggal 10 Muhamarram. Nabi Muhammad SAW bersabda:

Mengerjakan puasa sunnah pada hari Asyura keutamaannya diantaranya disebutkan dalam hadits Nabi:

**سُئِلَ عَنْ صِيَامِ يَوْمِ عَاشُورَاءِ؟ قَالَ: يُكَفِّرُ السَّنَةُ الْمَاضِيَّةُ**

"Nabi shallallahu 'alaihi wasallam ditanya tentang puasa hari Asyura, beliau menjawab: "Puasa pada hari Asyura menghapuskan dosa setahun yang lalu." (HR. Muslim). Puasa Arafah: Dilakukan pada tanggal 9 Dzulhijjah bagi yang tidak berhaji, yang memiliki keutamaan menghapus dosa setahun yang lalu dan setahun yang akan datang (HR. Muslim).

#### 5. Puasa Makruh

Puasa yang dianggap makruh, artinya tidak dianjurkan tetapi tidak berdosa jika dilakukan, seperti: Puasa sepanjang tahun: Nabi SAW melarang puasa sepanjang tahun karena dianggap memberatkan diri dan mengganggu ibadah lainnya (HR. Bukhari dan Muslim).

#### 6. Puasa yang Diharamkan

Beberapa puasa yang diharamkan, antara lain: Puasa pada Hari Raya Idul Fitri dan Idul Adha: Rasulullah SAW melarang puasa pada dua hari raya ini, sebagaimana hadits

larangan puasa pada 2 hari raya:

**حَدِيثُ عُمَرَ بْنِ الْخَطَّابِ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ: هَذَا يَوْمَانِ نَهَى رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ عَنْ صِيَامِهِمَا: يَوْمُ فَطْرَكُمْ مِنْ صِيَامِكُمْ وَالْيَوْمُ الْآخِرُ ثَالِثُكُلُونَ فِيهِ مِنْ ثُسْكِنْ أَخْرَجَهُ الْبَخَارِيُّ فِي: ٣٠ كِتَابُ الصُّومِ: ٦٦ بَابُ صُومِ يَوْمِ الْفَطْرِ**

Artinya: "Umar bin Khattab RA berkata: "Pada kedua hari ini Nabi SAW telah melarang orang berpuasa, yaitu pada hari raya Idul Fitri sesudah Ramadan dan hari raya Idul Adha sesudah wuquf di Arafah." (HR. Bukhari). Puasa pada Hari Tasyriq: Hari Tasyriq adalah tiga hari setelah Idul Adha, di mana umat Islam dilarang berpuasa. Rasulullah SAW bersabda.

أيام التشريق أيام أكل وعرب

"Hari-hari Tasyriq adalah hari untuk makan dan minum" (HR. Muslim)

## Kesimpulan

Berdasarkan penjelasan-penjelasan di atas maka dapat disimpulkan sebagai berikut: Puasa adalah ibadah yang dilaksanakan kepada Allah dengan menahan lapar, haus dan segala yang membantalkannya. Hukum melaksanakan puasa terbagi menjadi empat, yaitu wajib, sunnah, makruh dan haram sesuai dengan puasa nya masing-masing. Puasa juga mendatangkan hikmah yang sangat banyak terutama bagi Kesehatan Rohani dan jasmani. Syarat-syarat puasa terbagi menjadi menjadi dua yaitu syarat wajib dan juga syarat sah. Syarat-syarat itu harus terpenuhi agar puasa yang dilakukan sah dan diterima oleh Allah SWT. Puasa terbagi menjadi empat macam puasa, yaitu puasa wajib, puasa sunnah, puasa makruh, dan puasa haram.

## Daftar Pustaka

- Abdilah, M. M. E., Fadila, J. N., & Nugroho, F. (2021). Metode Pose to Pose untuk Membuat Animasi 3 Dimensi Islami "Keutamaan Berbuka Puasa". *Jurnal Sains dan Informatika*, 7(2), 145-154. <http://repository.uin-malang.ac.id/10075/>
- Auliya, Iroda, 'Analisis Puasa Tinjauan Kitab Fathul Qarib Serta Muttafaq Wa Mukhtalaf Fih Prespektif Empat Madzhab', *Fiqhul Hadis: Jurnal Kajian Hadis Dan Hukum Islam*, 1.2 (2023), pp. 78–91
- Hilda, L. (2014). Puasa dalam kajian islam dan kesehatan. *HIKMAH: Jurnal Ilmu Dakwah dan Komunikasi Islam*, 8(1), 53-62.
- M, Mufaizin, 'Kearifan Syariat Dan Hikmah Dalam Puasa', *Al-Insyiroh: Jurnal Studi Keislaman*, 2 (2018), pp. 103–27
- Munalisa Lestari, 2021. Konsep Puasa dalam Kita>b Fath} Al-Mu'in Karangan Syekh Zayn Ad-Di>n Al-Malibary dan Relevansinya dengan Materi Fiqih Kelas VIII MTs. Skripsi, Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Ponorogo. Pembimbing Muhammad Heriyudanta, M. Pd., 'Konsep Puasa Dalam Kita<B Fath{ Al-Mu'in Karangan Syekh Zayn Ad-Di<N Al-Malibary Dan Relevansinya Dengan Materi Fiqih Kelas Viii Mts', 2021, pp. 1–110
- Septiana, Vini Wela, Sekar Harum Pratiwi, Wulandari Esti, Metriani Septria, and Maiwinda Guesa, 'Kaji Ulang : Puasa Wajib Dan Puasa Sunnah', *Jurnal Media Ilmu*, 3.1 (2024), pp. 92–106