

144592 - Apa Hukum Puasa Setiap Hari

Pertanyaan

Apakah merupakan suatu kebaikan berpuasa setiap hari?

Jawaban Terperinci

Puasa setiap hari –selain hari-hari yang terlarang berpuasa seperti dua hari raya- dinamakan dalam istilah agama adalah ‘Puasa Dahr’ atau ‘Puasa selamanya’. Para ahli ilmu berbeda pendapat terkait hukumnya menjadi beberapa pendapat, sampai satu mazhab sendiri berbeda pendapat. Sehingga terjadi kegoncangan dalam menukil yang menjadi patokan utama dalam mazhab karena sebab ini.

Yang Nampak, bahwa perbedaan dalam masalah ini –secara global- ada dua pendapat,

Pendapat pertama, larangan berpuasa dahr secara umum. Baik dimakruhkan seperti pendapat mazhab Hanafiyah dan pilihan Ibnu Qudamah, Ibnu Taimiyah dari mazhab Hambali yang berbeda dengan mazhab. Dan ini juga pilihan Al-Lajnah Ad-Daimah Lil Ifta, 23/221, atau diharamkan sebagaimana pendapat mazhab Ibnu Hazm.

Dalam kitab Ad-Durarol Mukhtar, (2/84) dari kitab mazhab Hanafi, “Dan makruh tanzih (lebih ke arah

mubah/boleh)
seperti puasa dahr.”

Ibnu Humam A-Hanfi mengatakan,
“Dimakruhkan
puasa dahr karena melemahkan atau
apabila
menjadi tabiatnya.

Sementara ibadah itu dibangun untuk menyalahi kebiasaan.” Fathul Qadri,
2/350

Ibnu Qudamah rahimahullah
mengatakan, “Yang kuat menurutku adalah bahwa puasa dahr itu makruh meskipun
dia tidak berpuasa di hari-hari ini –maksudnya dua hari raya dan hari
tasyriq-.

Kalau dia
berpuasa (hari-hari ini), maka dia telah melakukan sesuatu yang haram.
dimakruhkan puasa dahr, karena di dalamnya ada kepayahan dan melemahkan.
Mirip dengan tabattul (membujang) yang dilarang.” Al-Mughni,
3/53.

Ibnu Hazm rahimahullah
mengatakan, “Asalnya tidak dihalalkan puasa dahr itu.”
Al-Muhalla,
4/41.

Kelompok pendapat ini
berdalil berikut ini:

1. Sabda Nabi
sallallahu’alaihi wa sallam,

لَا صَامَ مَنْ صَامَ الْأَبَدَ

(رواه)

(البخاري، رقم 1977 ومسلم، رقم 1159)

“Tidak ada puasa bagi orang
yang puasa selamanya,”

(HR.

Bukhari,

no.

1977 dan Muslim,

no.

1159)

2. Dari Anas bin Malik

radhiallahu'anhu berkata,

جاء

ثَلَاثَ رَهْطٍ إِلَى بُيُوتِ أَزْوَاجِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ
وَسَلَّمَ يَسْأَلُونَ عَنْ عِبَادَةِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ
وَسَلَّمَ ، فَلَمَّا أُخْبِرُوا كَانَتْهُمْ تَقَالُوبًا ، فَقَالُوا : وَأَيْنَ
نَحْنُ مِنَ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ ؟ قَدْ غَفَرَ اللَّهُ
لَهُ مَا تَقَدَّمَ مِنْ ذَنْبِهِ وَمَا تَأَخَّرَ ، قَالَ أَحَدُهُمْ : أَمَا
أَنَا فَإِنِّي أَصَلِّي اللَّيْلَ أَبَدًا ، وَقَالَ آخَرُ : أَنَا أَصُومُ
الدَّهْرَ وَلَا أَفْطِرُ ، وَقَالَ آخَرُ : أَنَا أَعْتَزِلُ النِّسَاءَ فَلَا
أَتَزَوَّجُ أَبَدًا ، فَجَاءَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ
وَسَلَّمَ فَقَالَ : أَنْتُمْ الَّذِينَ قُلْتُمْ كَذَا وَكَذَا ؟ أَمَا وَاللَّهِ
، إِنِّي لَأَخْشَاكُمْ لِلَّهِ وَأَتْقَاكُمْ لَهُ ، لَكِنِّي أَصُومُ وَأَفْطِرُ
وَأُصَلِّي وَأَرْفُدُ ، وَأَتَزَوَّجُ النِّسَاءَ ، فَمَنْ رَغِبَ عَن سُنَّتِي
فَلَيْسَ مِنِّي (رواه

(البخاري ، رقم 5063 ومسلم، رقم 1401)

“Ada tiga orang mendatangi rumah istri-istri Nabi sallallahu alaihi wa sallam bertanya tentang ibadah Nabi sallallahu’alaihi wa sallam. Ketika mereka diberitahukan, seakan-akan mereka merasa remeh. Dan mengatakan, “Dimana kita dari (ibadahnya) Nabi sallallahu’alaihi wa sallam? Beliau telah diampuni oleh Allah dosa yang lalu maupun yang akan datang. Salah satu di antara mereka mengatakan, “Sementara saya akan shalat malam selamanya.”

Yang lain mengatakan, “Saya akan berpuasa selamanya dan tidak berbuka.” Dan lainnya mengatakan, “Saya akan menjauhi wanita dan tidak menikah selamanya.” Rasulullah sallallahu’alaihi wa sallam datang dan bersabda, “Apakah anda semua yang mengatakan ini dan itu? ‘Demi Allah, sesungguhnya saya adalah yang paling takut kepada Allah dan paling bertakwa kepada-Nya. Akan tetapi saya berpuasa dan berbuka, saya shalat (malam) dan beristirahat dan saya menikahi wanita. Siapa yang tidak menyukai sunahku (kebiasaanku), maka dia bukan dari (golongan)ku.”

(HR.
Bukhari,
no.
5063 dan Muslim,
no.
1401).

Ucapan beliau, “Akan tetapi saya berpuasa dann berbuka.... Dan siapa yang tidak menyukai sunahku, maka dia bukan termasuk dari golonganku.” Bahwa puasa dahr (selamanya) itu menyalahi sunah Nabi sallallahu’alaihi wa sallam.

3. Dari Umar bin Khottob radhiallahu’anhu, bahwa beliau bertanya kepada Rasulullah sallallahu alaihi wa sallam,

كَيْفَ يَمْنُ

، يَصُومُ الدَّهْرَ كُلَّهُ ؟ قَالَ : لَا صَامَ وَلَا أَفْطَرَ (رواه مسلم
رقم 1162)

“Bagaimana bagi orang yang berpuasa selamanya? Beliau bersabda, “Tidak (mendapatkan) puasa dan tidak berbuka.”

)HR.

Muslim,

no.

1162).

4. Dari Abdullah bin Amr bin

Ash radhiallahu’anhū berkata, “Rasulullah bersabda kepadaku,

يَا عَبْدَ

اللَّهِ ! أَلَمْ أُحْبِزْ أَنْتَ تَصُومُ النَّهَارَ ، وَتَقُومُ اللَّيْلَ ؟

فَقُلْتُ : بَلَى يَا رَسُولَ اللَّهِ ! قَالَ : فَلَا تَفْعَلْ ، صُمْ

وَأَفْطِرْ ، وَقُمْ وَنَمْ ، فَإِنَّ لِحَسَدِكَ عَلَيْكَ حَقًّا ...إلى آخر

الحديث . وفي رواية : فَقُلْتُ : إِنِّي أُطِيقُ أَفْضَلَ مِنْ ذَلِكَ ؟

فَقَالَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ : لَا أَفْضَلَ مِنْ

ذَلِكَ (رواه البخاري، رقم 1975 ومسلم، رقم 1159)

“Wahai Abdullah!

Saya dapat kabar bahwa anda (terus menerus) puasa di siang hari dan berdiri (shalat) waktu malam hari?” Saya menjawab, “Ya wahai Rasulullah! Beliau mengatakan, “Jangan lakukan, berpuasalah dan berbuka. Berdiri shalat dan tidurlah.

Karena jasad anda ada haknya... sampai akhir hadits. Dalam redaksi lain, saya mengatakan, “Saya mampu melakukan itu”

Nabi

sallallahu alaihi wa sallam bersabda, “Tidak ada yang lebih baik dari itu.”

(HR.
Bukhari,
no.
1975 dan Muslim,
no.
1159).

Yang berbeda pendapat
memberikan jawaban terhadap dalil-dalil ini sebagaimana yang dijawab oleh
Imam Nawawi rahimahullah dimana beliau mengatakan, “Salah satunya adalah
jawaban Aisyah radhiallahu anha
dan
diikuti oleh banyak ulama. Maksud dengan puasa dahr yang benar adalah dia
berpuasa terus, termasuk puasa hari raya dan hari tasyriq.

Ini
dilarang menurut ijma' Ulama.

Kedua, bahwa maksud - hadits
(Tidak ada puasa bagi orang yang puasa selamanya) -
maksudnya
bahwa dia tidak
mendapatkan kepayahan sebagaimana yang didapatkan oleh orang lain,
karena terbiasa
dan mudah baginya. Sehingga
maksudnya adalah
kabar bukan doa.
Maka maknanya
adalah 'Tidak ada puasa
bagi
yang ada kepayahan besar di
dalamnya,

tidak juga
berbuka. Bahkan
jika ia
berpuasa mendapatkan pahala puasa.

Ketiga, maksudnya orang yang
payah dengan puasa
terus menerus
atau
tidak terpenuhinya
hak. Hal itu dikuatkan dalam hadits Abdullah bin Amr bin Ash.
Maka pelarangan
ini ditujukan
kepadanya.

Terdapat
ketetapan dalam hadits yang shahih, bahwa beliau tidak mampu di akhir
umurnya dan menyesal karena tidak menerima keringanan.
Beliau
mengatakan, “Alangkah
baiknya
kalau saya menerima keringanan dari Rasulullah sallallahu’alaihi wa sallam.”
Maka Nabi sallallahu alaihi wa sallam melarang Ibnu Amr bin Ash karena
beliau mengetahui akan lemahnya hal itu.
Hal ini dikuatkan
oleh Hamzah bin
Amr -haditsnya akan dijelaskan nanti- karena tahu bahwa hal itu tidak
mendapatkan kepayahan.” Selesai

(Al-Majmu,
6/443. Silakan melihat Fathul Bari, 4/222-224. Al-Mausu’ah Al-Fiqhiyyah,
28/16. Meskipun tidak dinukil secara menyeluruh dari perkataan para mazhab)

Pendapat kedua:

Dianjurkan puasa dahr.

Ini

pendapat Malikiyah, Syafiiyyah dan Hanabilah. Malikiyah dan Syafiiyah dengan tegas menganjurkannya. Sementara Hanabilah, nash yang ada dengan kata-kata 'Dibolehkan'.

Anjuran (berpuasa dahr) semuanya memberikan aturan bahwa puasa dhar tidak menjadikan mengurangi pelaksanaan hak dan kewajiban atau dikhawatirkan kepayahan pada dirinya. Kalau terjadi hal tersebut, maka dimakruhkan menurut Syafiiyah dan Hanabilah. Dan dibolehkan menurut Malikiyah.

Telah ada dalam kitab

Mawahibul Jalil, 2/442 dari kitab Malikiyah, "(Puasa Dahr) maksudnya itu dibolehkan. Apakah hal itu lebih utama atau yang lebih utama itu sebaliknya.

Malik mengatakan, melanjutkan

puasa itu lebih utama. Ibnu Rusyd

mengatakan, "Maksud perkataan Malik bahwa melanjutkan puasa itu lebih utama kalau hal itu tidak menjadikan dia lemah dari amal kebaikan

Telah ada dalam kitab

'Al-Minhaj' karangan Imam Nawawi, "Puasa dahr –selain puasa hari raya dan tasyriq- dimakruhkan kalau khawatir

menyebabkan

kepayahan atau

tidak

dapat menunaikan

hak. Dan dianjurkan kepada selainnya."

(Tuhfatul

Muhtaj, 3/459).

Terdapat

dalam 'Kasyful Qanna', (2/342) dari kitab Hanabilah, "Dibolehkan puasa dahr dan tidak dimakruhkan kalau tidak meninggalkan hak dan tidak khawatir kepayahan. Dan tidak berpuasa pada hari-hari ini (lima hari, dua hari raya dan tiga hari tasyriq). Kalau dia melakukan puasa (di lima hari), maka dia telah meelakukan sesuatu yang haram."

Kelompok yang berpendapat ini berdalil sebagai berikut:

1. Keumuman ayat dan hadits

yang menunjukkan keutamaan ibadah dan amal kebaikan, diantaranya firman Allah ta'ala :

مَنْ جَاءَ بِالْحَسَنَةِ فَلَهُ عَشْرُ
(أَمْثَالِهَا) سُورَةُ الْأَنْعَامِ: 160

"Barangsiapa membawa amal yang baik, maka baginya (pahala) sepuluh kali lipat amalnya." SQ. Al-An'am: 160.

2. Dari Abi Said Al-Khudri

radhiallahu'anhu sesungguhnya Nabi sallallahu'alaihi wa sallam bersabda,

مَنْ صَامَ
يَوْمًا فِي سَبِيلِ اللَّهِ بَعَدَ اللَّهُ وَجْهَهُ عَنِ النَّارِ سَبْعِينَ
خَرِيفًا (رواه البخاري، 2840، ومسلم، رقم 1153)

"Siapa yang berpuasa sehari

di jalan Allah, Maka Allah akan jauhkan wajahnya dari neraka sejauh tujuh puluh tahun. "

)HR.

Bukhari,
no.
2840) dan Muslim,
no. 1153)

Dijawab dari dua dalil ini,
bahwa keduanya itu umum untuk semua puasa. Sementara dalil-dalil tadi
mengkhususkan puasa dahr dari keumuman anjuran (puasa).

3. Dari Abu Musa dari Nabi
sallallahu'alaihi wa sallam bersabda,

مَنْ صَامَ الدَّهْرَ ضَيِّقَتْ عَلَيْهِ
جَهَنَّمُ هَكَذَا وَقَبِضَ كَفَّهُ (رواه أحمد في "المسند 32/484

"Siapa yang puasa dahr,
disempitkan baginya neraka Jahanam seperti begini. Dan menggenggam tangannya."
(HR.
Ahmad dalam
Musnad,(32/484).

Nawawi rahimahullah
mengatakan, "Maksud
(ضيقت
عليه)
maksudnya 'darinya' yaitu tidak akan masuk ke dalamnya."
(Al-Majmu',
(6/442).

Dijawab, bahwa (derajatnya)
lemah sampai ke Nabi (Marfu). Para ahli hadits terdahulu dan para pakar
peneliti di percetakan Muassasah Ar-Risalah menshahihkan hanya sampai ke Abu
Musa saja.

4-

عَنْ عَائِشَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهَا أَنَّ حَمْرَةَ بِنَ عَمْرِو
الْأَسْلَمِيِّ سَأَلَ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ
فَقَالَ :

4. Dari Aisyah

radhiallahu'anha sesungguhnya Hamzah bin Amr Al-Aslamy bertanya kepada
Rasulullah sallallahu'alaihi wa sallam dan berkata,

يَا

رَسُولَ اللَّهِ ! إِنِّي رَجُلٌ أَسْرُدُ الصَّوْمَ أَفَأَصُومُ فِي السَّفَرِ
؟ قَالَ : صُمْ إِنْ شِئْتَ ، وَأَفْطِرْ إِنْ شِئْتَ . (رواه مسلم ، رقم 1121)

“Wahai Rasulullah !

Sesungguhnya saya adalah orang yang melanjutkan puasa. Apakah saya (dibolehkan)
berpuasa dalam safar? Beliau menjawab, “Puasalah jika anda suka. Dan
berbukalah jika anda suka.”

(HR.

Muslim, (1121).

Kesimpulan

dalilnya

adalah bahwa Nabi sallallahu alaihi wa sallam tidak mengingkarinya
melanjutkan puasa.

5. Adanya

riwayat para

shahabat yang melanjutkan puasanya. Diantaranya adalah perkataan Nawawi
rahimahullah, “Dari Ibnu Umar radhiallahu anhuma beliau ditanya tentang puasa
dahr dan mengatakan, “Kami anggap mereka itu dikalangan kami termasuk
orang-orang yang giat.” HR. Baihaqi.

Dari Urwah sesungguhnya
Aisyah (biasanya berpuasa dahr,
baik dalam
safir maupun di rumah). HR. Baihaqi dengan sanad shahih. Dan dari Anas
berkata, “Dahulu Abu Thalhaf
tidak berpuasa pada zaman Nabi sallallahu alaihi wa sallam karena (ikut)
peperangan. Ketika Nabi sallallahu’alaihi wa sallam wafat, saya tidak pernah
melihat beliau berbuka kecuali hari raya idul fitri dan adha.” (HR.
Bukhari di Shahihnya.”
(Al-Majmu,
6/443).

Ibnu Hazm telah menjawab
terkait dengan hadits Hamzah bin Amr Al-Aslami dan shahabat lainnya yang
meneruskan berpuasa, bahwa melanjutkan puasa itu bukan puasa dahr semuanya.
Akan tetapi melanjutkan puasa pada bulan yang panjang sampai dikatakan
‘Tidak berbuka’. Bukan puasa setahun penuh. Dan
terdapat ./
dari sebagian shahabat seperti Umar bin Khottob radhiallahu’anhuf larangan
jelas tentang puasa dahr.

Al-Hafid Ibnu Hajar
rahimahullah mengatakan, “Mengomentari pertanyaan Hamzah, sesungguhnya dia
bertanya tentang puasa waktu safir bukan tentang puasa dahr. Dan tidak mesti
melanjutkan puasa itu termasuk puasa dahr. Usamah bin Zaid telah mengatakan
bahwa Nabi sallallahu’alaihi wa sallam biasanya melanjutkan puasa sampai
dikatakan tidak berbuka. Diriwayatkan oleh Ahmad.

Telah
diketahui bahwa Nabi sallallahu alaihi wa sallam tidak pernah puasa dahr.
Maka tidak mesti
jika dikatakan

melanjutkan puasa itu maksudnya adalah puasa dahr.”

(Fathul

Bari, 4/223).

Kesimpulannya

bahwa

yang kuat adalah

pendapat pertama. Diputuskan makruh melakukan puasa dahr dan ada larangannya.

Hal itu karena dalilnya kuat dan lebih jelas. Sementara dalil pendapat kedua

tidak ada kejelasan dalam dalilnya. Sebagaimana para ulama juga telah

menjawabnya sebagaimana yang telah

dikutip

tadi.

Wallahua'lam