

BAB II

TINJAUAN UMUM TENTANG PUASA *DAHR*

Pada bab ini, penulis mendeskripsikan tentang puasa *dahr*. Berawal dari definisi, ragam bentuk, pendapat ulama terhadap, dan juga pelaksanaan puasa *dahr*. Karena, dengan adanya pendeskripsian ini, dapat memudahkan pada saat mengerjakan bab selanjutnya.

A. Definisi Puasa *Dahr*

1. Definisi Puasa

Secara etimologi, puasa berasal dari kata *ṣāma ṣaumān wa siyāman* yang artinya menahan diri. Dalam Bahasa Arab, puasa diartikan sebagai pengendalian diri terhadap makan dan minum pada waktu tertentu.⁴⁰ Jadi, pengertian puasa secara umum menurut bahasa ialah menahan dan mengendalikan diri dengan baik dari makan, minum, marah.

Secara terminologis, puasa ialah menahan segala sesuatu dari hal yang bisa membatalkan puasa, dari terbitnya matahari hingga tenggelam dengan membaca niat,⁴¹ sebagaimana disebutkan dalam QS. Al-Baqarah [2]:187.

وَكُلُوا وَاشْرَبُوا حَتَّىٰ يَتَبَيَّنَ لَكُمُ الْخَيْطُ الْأَبْيَضُ مِنَ الْخَيْطِ الْأَسْوَدِ مِنَ الْفَجْرِ

Terjemah:

“Makan dan minumlah hingga jelas bagimu (perbedaan) antara benang putih dan benang hitam, yaitu fajar”⁴²

⁴⁰ Louis Ma'luf, *Al-Munjid Fi Al-Lughah Wa Al-A'lam*, 37th ed. (Beirut: Dar al-Masyriq, 1998), 441.

⁴¹ Hairul Hudaya, *Fiqh Puasa, Lailatul Qadar Dan Zakat Fitrah, Ruang Karya Bersama*, 2022, 168.

⁴² Al-Qur'an Surah Al-Baqarah (2) : 187.

Menurut Muhammad Ibnu Ismā'il al-Kahlani, puasa adalah menahan diri dari kegiatan seperti makan, minum, hubungan seksual, dan lain-lain yang dilarang selama waktu tertentu sesuai dengan ketentuan syariah.⁴³ Sedangkan Menurut Wahbah al-Zuhaili, puasa adalah proses pengendalian diri dari segala sesuatu yang bisa mengakhiri puasa, seperti syahwat dan segala sesuatu yang masuk ke dalam tubuh, seperti makanan, minuman, dan obat, sejak terbitnya matahari hingga matahari terbenam pada waktu tertentu.⁴⁴

Menurut Imām al-Ghazālī, puasa dapat dibagi menjadi tiga tingkatan yang berbeda. Tingkatan pertama disebut puasa umum, yaitu menahan diri dari kegiatan fisik seperti makan, minum, dan hubungan seksual pada waktu puasa. Tingkatan kedua adalah puasa khusus, yang tidak hanya menahan diri dari kegiatan fisik, tetapi juga dari perkataan, pandangan, dan perbuatan yang tidak baik atau dapat merusak nilai puasa. Tingkatan ketiga dan tertinggi adalah puasa *khushus al-khawas*, yang meliputi kedua tingkatan sebelumnya dan ditambah dengan menahan hati dari keinginan dan pemikiran duniawi, sehingga mencapai tingkat kesucian dan ketakwaan tinggi.⁴⁵

2. Definisi *Dahr*

Selain puasa wajib, ada juga puasa sunnah. Salah satu puasa sunnah ialah puasa *dahr*. Secara etimologi kata *الدهر* bersumber dari Bahasa Arab yang berarti

⁴³ Muhammad Ibnu Ismail al-Kahlani, *Subul Al-Salam* (Semarang: CV. Toha Putra, n.d.), jilid II, 150.

⁴⁴ Wahbah al-Zuhaili, *Al-Fiqh Al-Islamy Wa Adilatuhu* (Jakarta: Gema Insani, 2011), Jilid II, 566.

⁴⁵ Abdy Nur Muhammad, "Pemahaman Hadis -Hadis Puasa Perspektif Imam Al-Ghazali (Studi Atas Kitab *Ihya' 'Ulum Ad-Din*)" (UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2021). 36.

“masa”.⁴⁶ Sedangkan secara terminologi, puasa *dahr* ialah puasa yang dilaksanakan secara terus menerus tanpa henti, tanpa jeda, tanpa batas waktu, tanpa berselang-seling seperti puasa yang disyariatkan kepada Nabi Daud as. Puasa ini juga dikategorikan *shaumul abad*.⁴⁷

Puasa *dahr* dapat dijumpai di kelompok masyarakat muslim, namun lebih banyak didapati di kalangan pesantren. Biasanya mereka melaksanakan puasa sepanjang tahun (kecuali hari yang dilarang) dengan tujuan agar bisa mendapatkan ijazah atau keberkahan dari guru mereka.⁴⁸ Selain itu, tentunya puasa memiliki tujuan lain dalam hal meningkatkan rasa sabar dan rasa syukur.⁴⁹

Puasa sepanjang tahun dilakukan untuk meningkatkan keimanan kita kepada Allah SWT, sebab dengan berpuasa manusia bukan hanya menahan segala sesuatu yang bisa membatalkan. Tak jarang pula, seseorang berpuasa *dahr* demi meningkatkan kebugaran jasmani rohani. Sebab, jika tubuh terus mendapatkan amunisi, namun jarang digunakan untuk beraktivitas, maka kebugarannya akan menurun.⁵⁰

Ada juga seorang santri melaksanakan puasa *dahr* karena ingin menahan sesuatu sebagai bentuk pengendalian diri (*tirakat*).⁵¹ Ia melakukan puasa itu dengan

⁴⁶ A.W Anwar, *Kamus Munawir (Arab Indonesia)* (Yogyakarta: Unit Pengadaan Buku-Buku Ilmiah Keagamaan Pondok Pesantren “Al-Munawir,” 1984), 460.

⁴⁷ Isnan Ansory, *Puasa Yang Masyru’ Dan Tidak Masyru’*, ed. Maemunah, 1st ed. (Jakarta Selatan: Rumah Fiqih Publishing, 2019), 62.

⁴⁸ Ismaila, “Transmisi, Sanad Keilmuan, Dan Resepsi Hadis Puasa Dala’il Al-Khayrat,” 8.

⁴⁹ Abdullah Yusuf, “Ihya Ulumuddin | Puasa Dahr | Puasa Setahun,” diunggah pada tanggal 3 Mei 2022, oleh Gundul Mantul, You Tube, durasi tayang 31:04, https://youtu.be/HJ5NLaJ0cE4?si=IL7cO0pMC_A7XpPy

⁵⁰ Rizqiyah, A Z, dkk, “Efforts of Young Parents in Meeting Childrens Physiological Needs,” *IOP Publishing*, 2020, 3.

⁵¹ Fitriah, “Peran Pondok Pesantren Syafa’atu Thulab Dalam Melestarikan Tradisi Puasa Dalail Khairat Di Kabupaten Ogan Ilir,” *Tamaddun: Jurnal Kebudayaan Dan Sastra Islam* 20, no. 2 (2020): 83, <https://doi.org/10.19109/tamaddun.v20i2.6734>.

harapan agar ilmu yang sudah didapatkan selama di pesantren tetap terjaga, sehingga bisa mendatangkan keberkahan dan bermanfaat bagi orang lain.⁵²

B. Ragam Bentuk Puasa *Dahr*

1. Puasa *Dalā'il al-Khayrat*

Dalā'il al-Khayrat merupakan nama kitab yang berasal dari kata *dalla* yang artinya petunjuk, dan *khair* yang artinya kebajikan. Dalam kitab tersebut berisi kumpulan doa dan pujian keagamaan berdasarkan pada sembilan puluh sembilan nama Allah. Selain itu, *dalā'il al-khayrat* merupakan puasa yang dikenal dikalangan pesantren. Pelaksanaan puasa ini dilakukan dengan disertai mengamalkan amalan-amalan atau wirid yang ada di dalam kitab tersebut.⁵³

Puasa tersebut dilaksanakan selama tiga tahun tanpa henti. Umumnya puasa ini dilakukan oleh santri Salafiyah yang diberikan oleh guru sebagai sarana untuk melatih kesabaran dan ketakwaan. Puasa ini merupakan bagian dari riyadlah⁵⁴, yaitu latihan spiritual untuk mengendalikan hawa nafsu, termasuk keinginan akan makanan, minuman, dan lain-lain.

2. Puasa *Dalā'il al-Qur'an*

Dalā'il al-Qur'an berasal dari kata *dalla* yang artinya petunjuk⁵⁵, sedangkan al-Qur'an ialah pegangan umat Muslim. Puasa *Dalā'il al-Qur'an* dikategorikan sebagai puasa tahunan (*dahr*) yang dilaksanakan selama satu tahun

⁵² Husnul Hidayati, "Riyadhah of Fasting as Self-Control Educational Model for Achieving Physiological Needs," *Millah: Journal of Religious Studies* 20, no. 1 (2020): 118, <https://doi.org/10.20885/millah.vol20.iss1.art5>.

⁵³ Cryil Glasse, *Ensiklopedi Islam (Ringkas)* (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 1999), 69.

⁵⁴ WJS. Purwadarminta, *Kamus Besar Bahasa Arab* (Jakarta: Balai Pustaka, 1976), 823.

⁵⁵ Warson al-Munawwir Ahmad, *Kamus Arab Indonesia Al-Munawwir* (Surabaya: Pustaka Progressif, 2002), 417.

penuh tanpa henti. Pelaksanaannya disertai dengan membaca al-Qur'an tiga puluh juz setiap bulan.⁵⁶

3. Puasa Wishal

Puasa Wishal ialah puasa yang dilaksanakan sehari penuh tanpa berbuka sampai waktu sahur. Puasa Wishal dikenal dengan istilah puasa *ngebleng*.⁵⁷ Puasa ini merupakan bentuk praktik ibadah seperti puasa pada umumnya, yang membedakan ialah durasi pelaksanaannya. Durasi puasa ini sangat bervariasi, mulai dari satu hari satu malam, tiga hari, lima hari, tujuh hari, sampai empat puluh hari, tergantung pada keinginan dan kemampuan individu yang melakukannya.

Adapun hadis berisi larangan melaksanakan puasa wishal yang diriwayatkan oleh al-Bukhāri no. 1831:

حَدَّثَنَا إِبْرَاهِيمُ بْنُ حَمَزَةَ حَدَّثَنِي ابْنُ أَبِي حَازِمٍ عَنْ يَزِيدَ عَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ حَبَّابٍ عَنْ أَبِي سَعِيدٍ الْخُدْرِيِّ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ أَنَّهُ سَمِعَ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَقُولُ لَا تُوَصِّلُوا فَأَيْكُمْ أَرَادَ أَنْ يُوَصِّلَ فَلْيُوَصِّلْ حَتَّى السَّحْرِ قَالُوا فَإِنَّكَ تُوَصِّلُ يَا رَسُولَ اللَّهِ قَالَ لَسْتُ كَهَيْئَتِكُمْ إِنِّي آيْتُ لِي مُطْعَمٌ يُطْعِمُنِي وَسَاقٍ يَسْقِينِ⁵⁸

Artinya:

“Telah menceritakan kepada kami Ibrahim bin Hamzah, telah menceritakan kepada saya Ibnu Abu Hazim dari Yazid dari 'Abdullah bin Khabbab dari Abu Sa'id Al Khudriy radhiallahu'anhu bahwa dia mendengar Rasulullah ﷺ bersabda, "Janganlah kalian melaksanakan puasa wishal, maka siapa dari kalian yang mau melakukan puasa wishal hendaklah dia melakukannya hingga (makan) sahur." Mereka berkata, "Bukankah Anda melakukan puasa wishal, wahai Rasulullah?" Beliau bersabda, "Aku tidak sama dengan keadaan seorang kalian karena bagiku ada pemberi makan yang memberi aku makan dan pemberi minum yang memberi aku minum”.”

⁵⁶ Fitriyah and Lathifatun Na'mah, “Mystical Experience Dalam Praksis Dalail Qur'an Sebagai Penanggulangan Degradasi Moral Santri Darul Falah Jekulo Kudus”, 438.

⁵⁷ Siti Farhanah, “Puasa Dan Takziyatun Nafs Pada Jamaah Suluk Di Ma'had Babul Ulum Abu Lueng Ie Al-Aziziyah Barona Jaya Aceh Besar” (UIN Ar-Raniry Banda Aceh, 2017), 26.

⁵⁸ Lembaga Ilmu Dakwah Publikasi Sarana Keagamaan (Lidwa Pustaka), “Ensiklopedia Hadis” (Bandung, 2015).

C. Pendapat Ulama tentang Puasa *Dahr*

Berkenaan dengan puasa *dahr*, tentunya para ulama memiliki pendapat mengenai hal tersebut, seperti:

1. Mazhab al-Ḥanafīyah mengemukakan maksud dari tidak dianjurkan di sini bersifat makruh.⁵⁹
2. Ibnu Hazm juga berpendapat bahwa puasa *dahr* bersifat haram. Sebab, jika menjalankan puasa *dahr* seterusnya bisa menyebabkan fisik seseorang menjadi lemah dan setiap harinya akan diisi dengan fokus terhadap rangkaian ibadah.⁶⁰
3. Mazhab al-Mālikīyah, al-Syafī'īyah, juga al-Ḥanābilah berpendapat diperbolehkannya berpuasa setiap hari asalkan tidak menjadi pemicu timbulnya madarat.⁶¹

D. Pelaksanaan Puasa *Dahr*

Puasa *dahr* bisa dijumpai pada sekelompok umat muslim. Puasa *dahr* tentunya dilaksanakan berdasarkan anjuran dari guru. Biasanya sebelum memulai untuk berpuasa *dahr* akan dilatih untuk berpuasa Senin Kamis terlebih dahulu. Jika puasa tersebut sudah dilaksanakan maka mereka akan dianjurkan untuk berpuasa daud, jika puasa tersebut berhasil dilakukan, maka mereka diperbolehkan untuk berpuasa *dahr*.⁶²

⁵⁹ Ahmad bin Abd. ar-Rozzaq ad- Duwaisyi, *Fatawa Al-Lajnah Ad-Daimah Lil Buhuts Al-Ilmiyah Wa Al-Ifta Juz 23*, 2nd ed. (Riyadh: Riasah Idaroh al-Buhuts al-Ilmiyah wa al-Ifta, 2001), 221.

⁶⁰ Ibnu Hazm, *Al-Muhalla Jilid 4*, ed. Mohammad Sulton Akbar, 1st ed. (Beirut: Pustaka Azzam, 2008), 41.

⁶¹ Ahmad bin Abd. ar-Rozzaq ad- Duwaisyi, *Fatawa Al-Lajnah Ad-Daimah Lil Buhuts Al-Ilmiyah Wa Al-Ifta Juz 23*, 2nd ed. (Riyadh: Riasah Idaroh al-Buhuts al-Ilmiyah wa al-Ifta, 2001), 221.

⁶² Melati and Saifuddin Zuhri Ismaila, "Transmisi, Sanad Keilmuan, Dan Resepsi Hadis Puasa Dala'il Al-Khayrat," *Keilmuan, Jurnal Hadith, Tafsir* 10 (2020): 16.

Adapun pelaksanaan puasa *dahr* ini tidak jauh berbeda dengan pelaksanaan puasa lainnya, yakni dengan cara menahan lapar, dahaga, juga hawa nafsu. Yang membedakan ialah pada jenis puasa *dahr* apa yang akan dilaksanakan. Apabila melaksanakan puasa *dalā'il al-khayrat*, maka pelaksanaannya dalam tiga tahun lamanya, disertai dengan membaca wirid dalam kitab yang telah ditentukan.⁶³ Jika menjalankan puasa *dalā'il al-Qur'an*, maka pelaksanaannya dalam setahun disertai dengan membaca al-Qur'an satu hari satu juz.⁶⁴ Jika yang dilaksanakan puasa wishal, maka pelaksanaannya berpuasa sehari penuh tanpa berbuka sampai waktu sahur dan bisa dikerjakan selama satu hari satu malam, dua hari, dan seterusnya.

Puasa *dahr* bisa dikategorikan sebagai puasa yang sulit dilakukan, apalagi bagi yang belum terbiasa berpuasa. Puasa ini dilakukan setiap hari dalam masa tertentu, ada yang dilaksanakan dalam jangka waktu satu tahun, dua tahun, tiga tahun, bahkan bisa lebih dari itu, selama satu tahun penuh tanpa henti kecuali di hari yang dilarang oleh Nabi saw. seperti di hari raya iedul fitri, iedul adha, dan juga hari *tashrīq* (11, 12, 13 Dzulhijah).⁶⁵ Sedangkan pada tradisi ijazah puasa *dahr* tertentu ada yang memberlakukan aturan misalkan ketika terlewat satu hari tidak berpuasa, maka puasa yang dikerjakan dianggap hilang.⁶⁶

Larangan berpuasa di dua hari raya ada di dalam hadis Nabi saw yang diriwayatkan oleh Imam al-Mālik nomor 732:

حَدَّثَنِي يَحْيَى عَنْ مَالِكٍ عَنْ مُحَمَّدِ بْنِ يَحْيَى بْنِ حَبَّانَ عَنِ الْأَعْرَجِ عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ نَهَى عَنْ صِيَامِ يَوْمَيْنِ يَوْمِ الْفِطْرِ وَيَوْمِ الْأَضْحَى⁶⁷

⁶³ Kharis and Rizal, "Puasa Dalā'il Al-Qur'Ān: Dasar Dan Motivasi Pelaksanaannya," 4.

⁶⁴ Ibid., 120.

⁶⁵ Imam Ghazali Said, *Puasa Dalam Dimensi Fikih-Sufistik*, ed. Tim Diantama (Surabaya: Harian Bangsa, 2018), 120-121.

⁶⁶ Kharis and Rizal, "Puasa Dalā'il Al-Qur'Ān: Dasar Dan Motivasi Pelaksanaannya," h. 7.

⁶⁷ Imam Malik bin Anas, *Muwatta' Malik* (Pustaka al-Furqon, 2003), 337.

Hadis di atas menjelaskan larangan dari Nabi saw saat berpuasa pada hari raya iedul fitri juga iedul adha. Sedangkan hadis yang mengemukakan larangan berpuasa di hari *tashrīq* diriwayatkan oleh Imam Ahmad bin Hanbāl nomor 1797:

حَدَّثَنَا هُشَيْنٌ أَخْبَرَنَا خَالِدٌ عَنْ أَبِي الْمَلِيحِ عَنْ نُبَيْشَةَ الْهَدَلِيِّ قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ أَيَّامَ التَّشْرِيقِ أَيَّامٌ أَكَلٍ وَشُرْبٍ وَذِكْرِ اللَّهِ عَزَّ وَجَلَّ⁶⁸

Hadis di atas menjelaskan bahwa Nabi Saw. bersabda “Pada hari *tashrīq* (pada tanggal 11, 12, dan 13 Dzulhijjah) merupakan hari kebebasan untuk makan, minum, juga berdzikir kepada Allah SWT”.

⁶⁸ Imam Ahmad bin Muhammad bin Hanbal, *Musnad Imam Ahmad*, ed. M. Sulton Akbar, 1st ed. (Jakarta: Pustaka Azzam, 2009), 389.