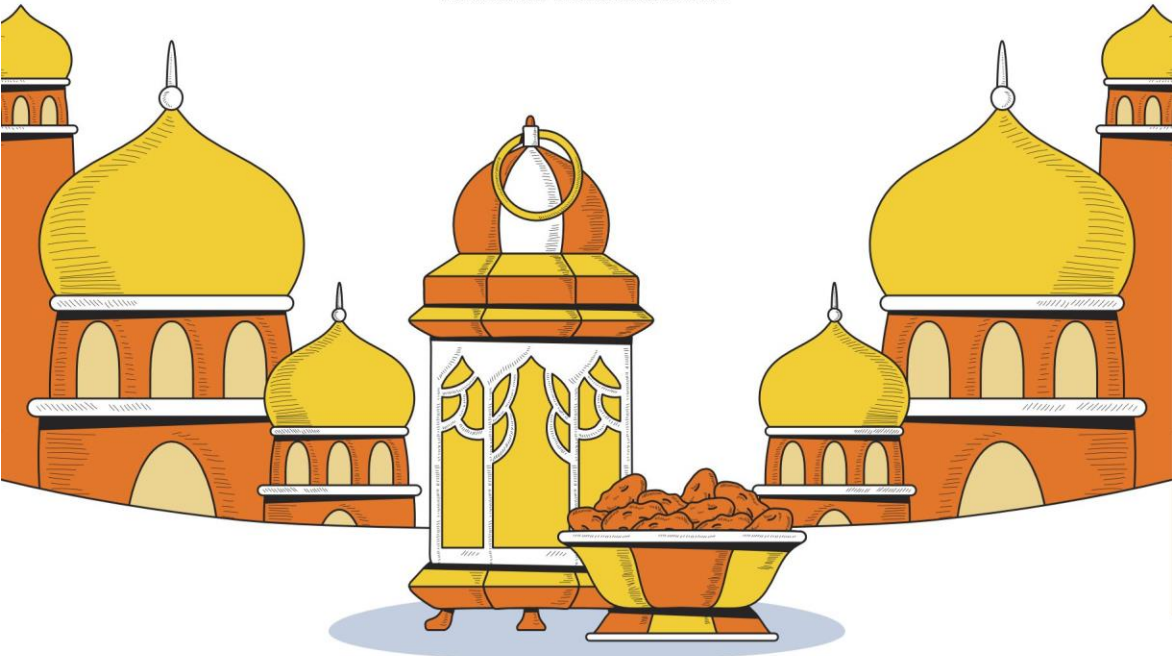


## 8 HIKMAH DISYARIATKANNYA PUASA

Disusun Oleh :

**Yanayir Ahmad, S.T**

Alumni UII Teknik Elektro 2017



- Edisi 1 Ramadhan 1445 H / 12 Maret 2024

*Bismillâhi wal hamdulillâhi wash shalâtu was salâmu ‘alâ rasûlillâh,*

Allah memiliki nama-nama yang Husna, dan diantara Nama Allah ﷻ adalah Al-Hakim. Dan “Al-Hakim” merupakan pecahan kata dari “Al-Hukm” dan “Al-Hikmah”, bahwasannya hanya milik Allah ﷻ hukum-Nya, dan hukum-hukum Allah ﷻ penuh dengan hikmah, kesempurnaan, dan ketelitian.<sup>1</sup>

Sehingga kita paham kalau Allah ﷻ tidaklah mensyariatkan suatu hukum melainkan pasti di dalamnya terdapat hikmah-hikmah yang besar. Yang mana bisa jadi kita mengetahui apa hikmah tersebut, namun bisa jadi pula mungkin akal kita tidak mampu mencerna dan menjangkau apa hikmahnya, dan bisa jadi pula kita tahu sebagian hikmahnya namun banyak hikmah lainnya yang samar bagi kita.

Allah ﷻ menyebutkan hikmah dari disyariatkannya puasa dan mewajibkannya atas kita pada firman-Nya,

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ

*“Wahai orang-orang yang beriman! Telah diwajibkan atas kalian puasa sebagaimana hal itu juga telah diwajibkan atas orang-orang sebelum kalian supaya kalian bertaqwa.” (QS. al-Baqarah [2]: 183).*

### **Puasa adalah Wasilah Taqwa**

Adapun Taqwa secara sederhana adalah sebagaimana yang dijelaskan oleh Thalq bin Habib, seorang tabi’in yang masyhur رَضِيَ اللهُ عَنْهُ, yakni (taqwa adalah) engkau mengerjakan ketaan kepada Allah di

atas ilmu dan karena mengharap pahala-Nya, serta engkau meninggalkan perbuatan maksiat kepada Allah di atas ilmu serta karena takut hukuman-Nya.<sup>2</sup> Dan puasa merupakan salah satu diantara sebab utama ketaqwaan, karena di dalamnya ada perbuatan melaksanakan perintah Allah ﷻ dan menjauhi larangan-larangan Allah.



- Edisi 27 Sya'ban 1445 H / 8 Maret 2024

Para ulama telah menyebutkan sebagian hikmah-hikmah disyariatkannya puasa, dan keseluruhan dari apa yang disebutkan merupakan perwujudan perilaku taqwa. Contohnya dalam tafsir As-Si'di saat menafsirkan ayat di atas (al-Baqarah ayat 183), disebutkan beberapa hikmah dari puasa (yang akan disebutkan juga setelah ini), setiap menyebutkan masing-masing hikmah tersebut, dijelaskan bahwa hal itu adalah bagian dari ketaqwaan. Maka, Puasa merupakan wasilah atau sarana untuk merealisasikan ketaqwaan.

Akan tetapi tentu tidaklah mengapa jika kita sebutkan kembali hikmah-hikmah tersebut untuk mengingatkan orang-orang tentangnya serta menambah semangat dalam melaksanakannya.

### **Diantara Hikmah-Hikmah Puasa**

Diantara hikmah puasa adalah sebagai berikut:

1. Puasa merupakan sarana untuk mensyukuri nikmat. Hal ini karena puasa adalah menahan diri dari makan, minum, dan jimak, dan semua itu termasuk diantara nikmat-nikmat yang tertingginya. Dengan menahan diri dari suatu nikmat dalam beberapa waktu, maka bisa membuat seseorang mengetahui kadar nilai nikmat tersebut. Dimana ketika nikmat itu tidak diketahui atau tidak dirasakan kadar nilainya, maka ketika nikmat tersebut sedang tidak ada, barulah bisa diketahui atau dirasakan kadar nilainya, betapa besar nikmat tersebut sebenarnya. Sehingga dengan dia mengetahui kadar nilai suatu nikmat, maka bisa membantunya untuk bersyukur atas kenikmatan tersebut.



2. Puasa merupakan sarana untuk meninggalkan hal-hal yang diharamkan. Karena ketika jiwanya bisa tunduk dan patuh untuk menahan diri dari perkara-perkara yang halal (seperti makan dan minum) karena mengharap ridha dari Allah ﷻ dan takut akan adzab ketika berpuasa, maka harusnya ia lebih bisa untuk menahan diri dari perkara-perkara yang haram. Maka

- Edisi 27 Sya'ban 1445 H / 8 Maret 2024

puasa menjadi sebab untuk menjauhi perbuatan-perbuatan haram.

3. Bahwasannya di dalam puasa ada proses mengalahkan hawa nafsu. Karena jiwa itu kalau kenyang kecondongannya itu mengangankan ini itu (condong ke syahwatnya), berbeda halnya kalau kondisi lapar, maka dia akan lebih menahan diri dari syahwat. Makanya dalam sebuah riwayat disebutkan dari Ibnu Mas'ud رضي الله عنه berkata, kami para pemuda bersama Nabi ﷺ tidak mempunyai harta apapun maka Rasulullah ﷺ mengatakan kepada kami,

يَا مَعْشَرَ الشَّبَابِ مَنْ اسْتَطَاعَ مِنْكُمُ الْبَاءَةَ فَلْيَتَزَوَّجْ فَإِنَّهُ أَغْضُ لِلْبَصَرِ وَأَحْصَنُ لِلْفَرْجِ  
وَمَنْ لَمْ يَسْتَطِعْ فَعَلَيْهِ بِالصَّوْمِ فَإِنَّهُ لَهُ وَجَاءٌ

*“Wahai para pemuda! Barangsiapa dari kalian yang sudah mampu (secara biologis maupun secara materi) untuk menikah, maka hendaklah segera menikah, karena itu lebih menundukkan pandangan dan lebih menjaga kemaluan, tapi bagi yang belum mampu nikah, maka puasa, karena itu bisa jadi benteng untuknya.”* (HR. Bukhari no. 5065 dan Muslim no. 1400).

4. Bahwasannya puasa itu mendatangkan rasa kasih sayang dan empati kepada orang-orang miskin. Karena orang yang berpuasa ketika ia merasakan tidak enaknyanya lapar selama beberapa jam misal, maka ia akan ingat dan bisa merasakan bagaimana halnya dengan orang-orang yang keadaan laparnya itu tidak cuma beberapa jam, tapi seharian atau bahkan lebih dari itu, maka ia akan menjadi empati, mengasihi orang-orang miskin, yakni dengan berbuat baik kepada mereka. Sehingga puasa adalah sebab lembutnya hati kepada orang-orang miskin.



- Edisi 27 Sya'ban 1445 H / 8 Maret 2024

5. Dalam puasa itu ada proses mengalahkan setan dan melemahkannya. Karena bisikan-bisikan kejelekan dari setan kepada manusia melemah, maka potensi untuk berbuat maksiat juga ikut melemah. Hal ini karena setan itu masuk menyusup ke tubuh manusia melalui aliran darah, maka dengan puasa aliran darah akan menyempit sehingga setan akan lemah dan berkurang pergerakannya dalam mengganggu manusia.



6. Puasa itu melatih seorang untuk punya rasa selalu diawasi oleh Allah ﷻ. Pada saat puasa dia meninggalkan apa yang diinginkan seperti makan dan minum, yang mana bersamaan dengan itu sebenarnya ia mampu untuk melakukannya, akan tetapi ia tinggalkan itu semua karena ia sadar betul kalau Allah melihatnya.
7. Puasa itu akan menumbuhkan sifat zuhud terhadap dunia dan syahwat, serta menumbuhkan rasa harap dengan kebaikan-kebaikan yang ada di sisi Allah ﷻ.
8. Puasa itu membuat orang terbiasa berbuat banyak ketaatan, hal ini karena umumnya orang yang berpuasa itu banyak melakukan ketaatan dan akhirnya menjadi terbiasa dengan ketaatan tersebut.<sup>3</sup>

Itulah beberapa hikmah puasa yang bisa kita sebutkan, kita meminta kepada Allah ﷻ agar Dia memberikan taufiqnya kepada kita serta membantu kita untuk bisa beribadah dengan baik kepada-Nya.

---

**Maraji'**

<sup>1</sup> Shalih Al-Munajjid. "الحكمة من مشروعية الصيام". <https://islamqa.info/ar/answers/26862>. Diakses pada 5 Maret 2024.

<sup>2</sup> Ibnu Baz. "التقوى سبب كل خير".

<https://binbaz.org.sa/articles/61/%D8%A7%D9%84%D8%AA%D9%82%D9%88%D9%89-%D8%B3%D8%A8%D8%A8-%D9%83%D9%84-%D8%AE%D9%8A%D8%B1>. Diakses pada 6 Maret 2024.

<sup>3</sup> Shalih Al-Munajjid. "الحكمة من مشروعية الصيام". <https://islamqa.info/ar/answers/26862>. Diakses pada 5 Maret 2024.

*Mutiara Hikmah*

Dari Ibrahim An-Nakha'i رَضِيَ اللهُ عَنْهُ berkata,,

كَانَ الْأَسْوَدُ يُخْتِمُ الْقُرْآنَ فِي رَمَضَانَ فِي كُلِّ لَيْلَتَيْنِ

“Al-Aswad biasa mengkhatamkan Al-Qur'an di bulan Ramadhan setiap dua malam.”

(*Siyar A'lam An-Nubala*, 4: 51)

---