

---

**INTERPRETASI M. QURAIISH SHIHAB PADA QS. AL-BAQARAH  
AYAT 183 TENTANG ESENSI PUASA TERHADAP KETAQWAAN  
SESEORANG**

**Roziana Amalia, S.Psi. M.S.I<sup>1</sup>  
Rofiqatul Jannah**

**ABSTRAK**

Puasa merupakan salah satu ibadah wajib yang memiliki banyak pahala. Serta merupakan ibadah yang termasuk kedalam rukun islam. Ibadah puasa bukan hanya dipandang sebagai suatu ibadah ritual semata atau dipandang sebagai suatu kewajiban yang diperintahkan Allah SWT kepada semua hambaNya.

Banyak pemahaman sempit tentang puasa, dikarenakan tidak mengetahui manfaat serta tujuan dibalik diperintangkannya ibadah puasa. Dibalik perintah tersebut terdapat hikmah serta manfaat bagi yang melaksanakan dengan baik dan benar sesuai tuntunan agama.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tentang penafsiran M. Quraish Shihab tentang QS. Al Baqarah ayat 183 serta pengaruh puasa terhadap ketaqwaan seseorang menurut M. Quraish Shihab.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kepustakaan (library reseach) yaitu mencari data dengan melakukan kajian terhadap teori-teori dari berbagai macam buku, kitab dan lain sebagainya.

Hasil penelitian ini puasa memiliki pengaruh yang luar biasa. Ditinjau dari ketaqwaan seseorang, orang yang melaksanakan puasa akan terhindar dari segala macam sanksi dan dampak buruk, baik duniawi maupun ukhrawi, serta menjadi rahmat bagi dirinya, keluarganya serta untuk lingkungannya, sebagaimana yang tercantum dalam QS. Al Baqarah 183.

**kata kunci : puasa, ketaqwaan, QS. Al-Baqarah 183**

---

<sup>1</sup>Dosen STIQNIS Sumenep. Email. roziana.amalia@gmail.com

## A. PENDAHULUAN

Puasa dalam bahasa arab disebut shaum yang terambil dari akar kata shawama yang artinya menahan, berhenti dan tidak bergerak. Sedang menurut istilah puasa adalah menahan diri dari segala yang membatalkannya dengan cara tertentu. Menurut Yusuf Qardhawi mengatakan bahwa puasa artinya menahan dan mencegah kemauan diri dari makan, minum, bersetubuh dengan istri dan yang semisalnya sehari penuh, dari terbitnya fajar sidiq hingga terbenamnya matahari, dengan niat tunduk dan mendekatkan diri kepada Allah SWT.

Puasa hukumnya ada yang sunnah dan wajib. Puasa sunnah adalah puasa yang apabila dikerjakan pelaku mendapatka pahala dan apabila ditinggalkan pelaku tidak mendapat dosa, seperti puasa senin kamis dan puasa 'asyura. Sedangkan puasa yang wajib yaitu puasa yang apabila dikerjakan pelakunya mendapat pahala sedangkan apabila ditiggalkan akan mendapatkan dosa, seperti puasa ramadhan.

Dalam fiqih puasa disebutkan bahwa puasa adalah kewajiban yang sakral, dan ibadah islam yang bersifat syi'ar yang besar. Puasa bukan hanya kewajiban akan tetapi termasuk dalam rukun islam. Seseorang disebut sebagai muslim yang sejati apabila telah memenuhi rukun islam dengan sempurna.

Namun, banyak orang yang tidak mengetahui tentang hakikat puasa yang sebenarnya karena puasa bukan hanya sekedar menahan lapar, haus dan seksual saja, tetapi lebih dari hal tersebut yaitu puasa adalah suatu ibadah yang luar biasa karena cakupannya meliputi dimensi individual, sosial dan vertikal. Puasa dianggapnya hanya membebani, padahal dengan berpuasa pikiran kita menjadi lebih bersih dan segar. Dengan keadaan pikiran bersih dan segar seriap orang yang berpuasa pasti melakukan hal-hal yang positif.

Puasa merupakan salah satu ibadah yang memiliki banyak manfaat dan keajaiban yang luar biasa bagi siapapun yang melaksanakannya. Orang yang tidak pernah meninggalkan puasa , baik itu puasa yang wajib maupun yang sunnah, ia akan mendapatkan banyak keuntungan yang tidak terhingga serta mendapat pahala yang berlimpah. Ia juga bahkan mendapatkan kesehatan fisik yang sempurna, kecerdasan emosional, spiritual yang unggul serta kepedulian sosial yang tinggi.

Oleh karena itu, orang yang berpuasa harus membersihkan puasanya dari hal-hal yang dapat mengotori puasanya bahkan menghancurkannya. Orang yang berpuasa hendaknya membentengi dan memerisai diri dari perilaku dosa, kemaksiatan, dan dari adzab Allah.

Disamping itu, melalui puasa seseorang akan selalu dididik untuk selalu bertaqwa kepada Allah SWT dimanapun dan kapanpun seseorang itu berada, baik ketika banyak orang atau saat ia seorang diri. Orang yang berpuasa tidak akan mudah terombang ambing terhadap godaan serta rayuan kemewahan dunia karena telah dibentengi dengan iman dan taqwa.

Bahasa arab, taqwa berasal dari fi'il ittaqa-yattaqi yang artinya berhati-hati, waspada, takut. Bertaqwa dari maksiat maksudnya waspada dan takut terjerumus dalam maksiat. Menurut Al Razy taqwa dalam Al-Qur'an bermakna khasyyah yang artinya takut.<sup>2</sup> Taqwa dapat diartikan dengan kondisi perasaan takut terhadap hari kiamat dan penguasa hari tersebut, takut akan siksa dan adzabNya.

Penjelasan diatas, bahwa kita harus mewujudkan ketaqwaan itu dimulai dari diri sendiri, keluarga, masyarakat, bangsa dan negara. Mewujudkan ketaqwaan itu dapat dilakukan dengan sebuah proses yang bertahap tentunya dan tidak instan. Oleh karena itu, puasa merupakan salah satu yang tepat untuk dijadikan titik tolak pembinaan (tarbiyah) dan pembiasaan individu dan masyarakat. Individu itu digembleng dengan harus menaati semua perintahNya dan menjauhi laranganNya hingga terbentuk pemahaman dan keimanan yang mendalam, untuk kemudian menjadi hamba Allah yang bertaqwa. tinjauan tersebut akan di gali pada duduk persoalan; Bagaimana penafsiran M. Quraish Shihab tentang QS. Al Baqarah ayat 183 serta bagaimana pengaruh puasa terhadap ketaqwaan seseorang berdasarkan perspektif M. Quraish Shihab?

## **B. METODOLOGI PENELITIAN**

Peneliti menggunakan metode maudhu'i yakni membahas ayat-ayat Al-Quran sesuai dengan tema atau judul yang telah ditetapkan. Semua ayat yang berkaitan, dihimpun. Kemudian dikaji secara mendalam dan tuntas dari berbagai aspek yang terkait seperti asbabun nuzul, kosa kata dan sebagainya. Semuanya

---

<sup>2</sup> Fakhr Al-Din Muhammad Bin Umar Al Tamimi Al Razy, *Mafatih Al Ghaib*, (Beirut: Dar Al Kutub Al-Ilmiyah, 2000) hlm. 2.

dijelaskan secara rinci dan tuntas, serta didukung oleh dalil-dalil atau fakta yang dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah; baik argumen itu berasal dari Al-Qur'an dan Hadits, maupun pemikiran rasional.

Sementara jenis penelitian ini adalah penelitian kepustakaan (*library reseach*) yaitu mencari data dengan melakukan kajian terhadap teori-teori dari berbagai macam buku, kitab dan lain sebagainya. Untuk diklasifikasikan menurut materi yang dibahas. Biasanya penelitian yang telah ada. Peneliti berkesempatan untuk menemukan hal baru yang belum pernah diungkapkan dalam penelitian yang telah ada.

### C. PEMBAHASAN

Puasa dalam bahasa arab adalah shaum dan bentuk pluralnya adalah shiyam. Secara bahasa, shaum sering diartikan sebagai menahan diri dan meninggalkan dari melakukan sesuatu.<sup>3</sup>

Di dalam al qur'an Allah SWT telah berfirman menceritakan tentang Maryam yang menahan diri dari berbicara, dengan istilah shaum,

إِنِّي نَذَرْتُ لِلرَّحْمَنِ صَوْمًا

Artinya :*“sesungguhnya aku bernadzar kepada Allah untuk menahan diri dari berbicara”*. (QS. Maryam : 26)

Demikian ucapan Maryam a.s. yang diajarkan oleh malaikat jibril ketika ada yang mempertanyakan kelahiran anaknya (isa a.s.) .kata ini juga terdapat masing-masing sekali dalam bentuk perintah berpuasa di bulan ramadhan .sekali dalam bentuk kata kerja yang menyatakan bahwa “berpuasa adalah baik untuk kamu”. Dan sekali menunjuk kepada pelaku-pelaku puasa pria dan wanita, yaitu ash-shaimin wash shaimat.

Sedangkan menurut istilah syariah, puasa adalah menahan diri dari segala yang membatalkan puasa, mulai dari terbit fajar sampai terbenam matahari, dan disertai dengan niat.<sup>4</sup>

وَكُلُوا وَاشْرَبُوا حَتَّى يَبَيِّنَ لَكُمْ الْخَيْطُ الْأَبْيَضُ مِنَ الْخَيْطِ الْأَسْوَدِ مِنَ الْفَجْرِ

Artinya :*” Makan dan minumlah hingga terang bagimu benang putih dan benang hitam, yaitu fajar.* (QS. Al Baqarah : 187)

<sup>3</sup>Ahmad Sarwat, Seri Fiqih Kehidupan (5) : Puasa. (Jakarta Selatan, Du Publishing : 2001). hlm. 49

<sup>4</sup>Edi Purwanto, Pokok-Pokok Fiqh Puasa, hlm. 4

Sedangkan pengertian puasa menurut Syar'iyah (menurut syari'at), dapat kita temukan dari berbagai sumber, diantaranya :

- a. Menurut mufassir Ibnu Katsir dalam kitab Tafsir Ibnu Katsir jilid pertama disebutkan bahwa, "Puasa adalah menahan diri dari makan, minum dan yang membatalkan puasa dengan niat ikhlas kepada Allah".
- b. Menurut mufassir Ar-Razi dalam kitab At-Tafsir al-Kabir jilid kedua disebutkan bahwa, "Puasa adalah menahan diri sejak terbit fajar hingga terbenam matahari dari apa saja yang membukakan puasa, padahal ia tahu dalam keadaan berpuasa (tidak terlupa) disertai niat".
- c. Menurut Syeikh Muhammad Ali As-Shabuny dalam kitab Rowai'ul Bayaan disebutkan bahwa, "Puasa adalah menahan diri dari makan, minum dan jima' disertai dengan niat, sejak dari terbit fajar hingga terbenam matahari. Dan kesempurnaannya adalah dengan menjauhi hal-hal yang kotor dan tidak melakukan perkara yang diharamkan".
- d. Menurut Syeikh Muhammad bin Qasim AlGhazy dalam kitab Tausikhu 'alaa Ibnu Qasim disebutkan bahwa, "Puasa adalah menahan diri dari hal-hal yang membatalkan, dengan niat yang ditentukan sepanjang hari puasa (yaitu hari-hari yang boleh dilakukan puasa) yang dikerjakan oleh orang Islam yang berakal dan suci dari haid dan nifas bagi wanita".
- e. Menurut Al-Imam Taqiyuddin Al-Husaini dalam kitab Kifayatul Akhyar disebutkan bahwa, "Puasa adalah menahan diri dalam hal tertentu dari orang tertentu dan di dalam waktu tertentu pula dengan beberapa syarat".
- f. Menurut Al-Ustadz Muhammad Ali As-Sayis dalam kitab Tafsir Ayatul Ahkam disebutkan bahwa, "Puasa adalah menahan diri dari dua kedaulatan syahwat, yaitu syahwat perut dan farj, dengan niat oleh ahli (orang yang diwajibkan) puasa, sejak terbit fajar sampai terbenam matahari".<sup>5</sup>

Dalam definisi ini puasa bukan hanya sekedar seseorang tidak makan atau minum, tetapi ada unsur waktu yang jelas yaitu dari sejak terbit fajar sampai terbenam matahari. Juga ada unsur niat yaitu menyengaja untuk melakukan sesuatu dengan motivasi ibadah.

---

<sup>5</sup> Aserani Kurdi, S. Pd, *Konsep Menahan Diri Dalam Puasa Ramadhan, Sebuah Upaya Pemahaman Kearah Peningkatan Kualitas Ibadah Puasa*, (Kalimantan Selatan, Rolisa Komputer : 2004), hlm. 4.

### a. Beberapa Macam Puasa

Puasa dilihat dari aspek hukum menurut sebagian besar ulama' terbagi dua macam, yaitu puasa fardlu dan puasa sunnah.<sup>6</sup> Sedangkan ulama' yang lain membagi menjadi empat macam, yaitu :

#### 1. Puasa Wajib

Puasa wajib adalah puasa yang hukumnya wajib, yaitu apabila dikerjakan mendapat pahala, namun sebaliknya apabila ditinggalkan mendapat dosa. Macam-macamnya yaitu: a. Puasa Ramadhan, b. Puasa Qadha' Ramadhan, c. Puasa Nadzar, d. Puasa Kaffarah, e. Kaffarah Karena Melanggar Sumpah, f. Kaffarah Jima' Ramadhan, g. Kaffarah Pelanggaran Haji, h. Puasa Kaffarah Karena Mendzhihar Istri.

#### 2. Puasa Sunnah

Puasa sunnah adalah puasa yang hukumnya sunnah, yaitu apabila dikerjakan mendapat pahala, namun sebaliknya apabila ditinggalkan tidak apa-apa atau tidak mendapat dosa. Macam-macam puasa sunnah yaitu: a. Puasa Daud, b. Puasa Asyura' Dan Tasyu'a, c. Puasa Hari Arafah Dan Tarwiyah, d. Puasa 6 Hari Pada Bulan Syawal, e. Puasa Ayyamul Bidh, f. Puasa Senin Kamis, g. Puasa Bulan Sya'ban.

#### 3. Puasa Makruh

Puasa makruh adalah puasa yang jika meninggalkan itu lebih baik dari pada mengerjakannya, dimana jika ditinggalkan akan mendapat pujian dan apabila dilanggar tidak berdosa. Diantara yang termasuk dalam puasa ini diantaranya: a. Puasa Khusus Hari Sabtu, b. Puasa Khusus Hari Ahad, c. Nairuz Dan Mahjaran, e. Puasa Satu Hari 10 Muharram, f. Puasa Dalam Perjalanan, g. Puasa Arafah Buat Yang Berhaji, h. Puasa Wanita Hamil Dan Menyusui, i. Puasa Orang Sakit.

#### 4. Puasa Haram

Puasa haram adalah puasa yang hukumnya haram, yaitu apabila dikerjakan mendapat dosa, namun sebaliknya apabila ditinggalkan mendapat pahala. yang termasuk macam-macam puasa ini diantaranya : a. Puasa Hari Raya Idul Fitri, b. Puasa Hari Raya Idul Adha, c. Puasa Hari Tasyrik. d. Puasa Khusus Hari Jum'at, e. Puasa Sunnah Paruh Kedua Sya'ban, f. Puasa Pada

---

<sup>6</sup>*Ibid*, 49.

Hari Syak, g. Puasa Selamanya, h. Puasa Wishal, i. Puasa Haid Atau Nifas, j. Wanita Puasa Sunnah Tanpa Izin Suami, k.

### b. Ayat Ayat Tentang Puasa

QS. Al Baqarah : 183-187

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

*Artinya : "Hai orang-orang yang beriman, diwajibkan atas kamu berpuasa sebagaimana diwajibkan atas orang-orang sebelum kamu agar kamu bertakwa,"*

أَيَّامًا مَّعْدُودَاتٍ فَمَن كَانَ مِنكُم مَّرِيضًا أَوْ عَلَى سَفَرٍ فَعِدَّةٌ مِّنْ أَيَّامٍ أُخَرَ وَعَلَى الَّذِينَ يُطِيقُونَهُ فِدْيَةٌ طَعَامَ مِسْكِينٍ فَمَن تَطَوَّعَ خَيْرًا فَهُوَ خَيْرٌ لَهُ وَأَن تَصُومُوا خَيْرٌ لَّكُمْ إِن كُنتُمْ تَعْلَمُونَ

*Artinya : " (yaitu) dalam beberapa hari yang tertentu. Maka barang siapa di antara kamu ada yang sakit atau dalam perjalanan (lalu ia berbuka), maka (wajiblah baginya berpuasa) sebanyak hari yang ditinggalkan itu pada hari-hari yang lain. Dan wajib bagi orang-orang yang berat menjalankannya (jika mereka tidak berpuasa) membayar fidyah, (yaitu): memberi makan seorang miskin. Barang siapa yang dengan kerelaan hati mengerjakan kebajikan, maka itulah yang lebih baik baginya. Dan berpuasa lebih baik bagimu jika kamu mengetahui.*

### c. Makna Taqwa

Secara etimologi kata ini merupakan masdar dari kata ittaqa - yattaqi yang berarti menjaga diri dari segala yang membahayakan. Sementara pakar berpendapat bahwa kata ini lebih tepat diterjemahkan dengan berjaga-jaga atau melindungi diri dari sesuatu. Kata taqwa dengan pengertian ini dipergunakan di dalam al-Qur'an misalnya pada surat al-Mu'min: 45 dan surat al-Tur : 27. Kata ini berasal dari waqa - yaqi - wiyayatan. Berasal dari susunan huruf wa, qaf, dan ya. Dibaca waqa dengan arti menjaga dan menutupi sesuatu dari bahaya. 20 Penggunaan kata kerja waqa dapat dilihat antara lain surat al-Insan: 11, al-Dukhan: 56, dan al-Tur: 28.

Taqwa kepada Allah menurut Muhammad Abduh yang dikutip Affandi dalam jurnal Al-Hikmah menyebutkan, bahwa taqwa kepada Allah adalah menghindari siksaan Tuhan dengan jalan menghindarkan diri dari segala larangan-Nya serta mengerjakan segala yang diperintahkan-Nya. Hal tersebut dapat terlaksana melalui rasa takut dari siksaan kepada yang menjatuhkan siksaan, yaitu Allah. Rasa takut itu mulanya timbul dari keyakinan tentang adanya siksaan.



Para ulama dari kalangan sahabat dan generasi setelahnya mendefinisikan dengan ungkapan beragam. Berikut ini sebagian dari perkataan mereka, yaitu :

- a. Ali bin Abi Thalib berkata: “Taqwa adalah takut kepada Allah yang Maha Agung, beramal sesuai dengan al-Qur’an dan Sunnah, qanaah terhadap yang sedikit dan bersiap untuk hari akhir.”
- b. Abu Hurairah ditanya oleh seseorang tentang makna taqwa, kemudian beliau menjawab, “Apakah engkau pernah melewati jalan yang penuh onak dan duri?”, orang tersebut menjawab, “Ya, pernah!” Abu Hurairah menimpali kembali, “Apa yang engkau lakukan?”, dia menjawab “Jika melihat duri aku akan menghindar, melewati atau aku berhati-hati darinya.” Abu Hurairah mengatakan, “Itulah makna taqwa!”
- c. Abdullah bin Mas’ud mengatakan, “Makna taqwa yaitu hendaklah Allah ditaati tidak dimaksiati, diingat tidak dilupakan, disyukuri tidak diingkari.”
- d. Thalq bin Habib, seorang Tabi’in, berkata, “Taqwa adalah engkau mengamalkan ketaatan kepada Allah SWT dilandasi keimanan karena mengharap pahalaNya dan engkau meninggalkan bermaksiat kepada Allah dilandasi keimanan karena takut dari siksaNya.”
- e. Ibnu Rajab berkata: “Seorang hamba yang menjadikan sesuatu amal sebagai perisai/pelindung yang bisa melindunginya antara dia dan yang ditakuti.”<sup>7</sup>

#### d. Ciri-Ciri Orang Yang Bertaqwa

Adapun ciri-ciri orang yang bertaqwa berdasarkan ayat-ayat didalam Al-Qur’an di antaranya:

##### 1. QS. AlBaqarah ayat 1-5

الْم ( ١ ) ذَلِكَ كِتَابٌ أَنْزَلْنَاهُ بِحَقِّهِ هُدًى لِّلْمُتَّقِينَ ( ٢ ) الَّذِينَ يُؤْمِنُونَ بِالْغَيْبِ وَيُقِيمُونَ الصَّلَاةَ وَمِمَّا رَزَقْنَاهُمْ يُنْفِقُونَ ( ٣ ) الَّذِينَ يُؤْمِنُونَ بِمَا نَزَّلْنَا لَكَ مَا أَنْزَلْنَا مِن قَبْلِكَ بِالْآخِرَةِ هُم يُؤْقِنُونَ ( ٤ ) أُولَئِكَ عَلَيْنَا مِمَّا نَبِّئُكُمْ وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ ( ٥ )

*Artinya : “Alif Laam Miim. Kitab (Al Qur’an) ini tidak ada keraguan padanya; petunjuk bagi mereka yang bertakwa, (yaitu) mereka yang beriman kepada yang gaib, yang mendirikan shalat dan menafkahkan sebahagian rezki yang Kami anugerahkan*

<sup>7</sup> Prof. Dr. H.M. Hasballah Thaib, M.A, Dkk, *La'allakum Tattaqun Seratus Satu Jalan Menuju Taqwa Yang Harus Dilatih Selama Bulan Ramadhan*, (Medan: Wal Ashri Publishing, 2014) hlm. 14



kepada mereka, dan mereka yang beriman kepada Kitab (Al Qur'an) yang telah diturunkan kepadamu dan Kitab-kitab yang telah diturunkan sebelumnya, serta mereka yakin akan adanya (kehidupan) akhirat. Mereka itulah yang tetap mendapat petunjuk dari Tuhan mereka, dan merekalah orang-orang yang beruntung.

Dalam ayat tersebut terdapat ciri-ciri orang bertaqwa yaitu :

- a) Beriman kepada yang gaib. Termasuk beriman kepada yang gaib ialah iman kepada Allah, kepada mailakat dan kepada hari kiamat.
- b) Mendirikan sholat
- c) Menafkahkan sebagian rizki yang di berikan Allah SWT kepada orang yang di tentukan di dalam agama.
- d) Beriman kepada kitab-kitab Allah
- e) Beriman kepada hari akhir

**e. Penafsiran M. Quraish Shihab Tentang QS. Al Baqarah ayat 183**

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

Artinya : “Hai orang-orang yang beriman, diwajibkan atas kamu berpuasa sebagaimana diwajibkan atas orang-orang sebelum kamu agar kamu bertakwa.”

Ayat puasa dimulai dengan ajakan kepada setiap orang yang memiliki iman walau seberat apapun. Ia dimulai dengan satu, pengantar yang mengundang setiap mukmin untuk sadar akan perlunya melaksanakan ajakan itu. Ia dimulai dengan panggilan mesra, *Wahai orang-orang yang beriman.*

Kemudian dilanjutkan dengan menjelaskan kewajiban puasa tanpa menunjuk siapa yang mewajibkannya, *Diwajibkan atas kamu.* Redaksi ini tidak menunjuk siapa pelaku yang mewajibkan. Agaknya untuk mengisyaratkan bahwa apa yang akan diwajibkan ini sedemikian penting dan bermanfaat bagi setiap orang bahkan kelompok, sehingga seandainya bukan Allah yang mewajibkannya, niscaya manusia sendiri yang akan mewajibkannya atas dirinya sendiri. Yang diwajibkan adalah (الصيام) *ash- shiyam*, yakni menahan diri.

Menahan diri dibutuhkan oleh setiap orang, kaya atau miskin, muda atau tua, lelaki atau perempuan, sehat atau sakit, orang modern yang hidup masa kini, maupun manusia primitif yang hidup masa lalu. bahkan perorangan atau kelompok. Selanjutnya ayat ini menjelaskan bahwa kewajiban yang dibebankan itu adalah,

*sebagaimana telah diwajibkan pula atas umat-umat terdahulu sebelum kamu.*

Ini berarti puasa bukan hanya khusus untuk generasi mereka yang diajak berdialog pada masa turunnya ayat ini, tetapi juga terhadap umat-umat terdahulu, walaupun rincian cara pelaksanaannya berbeda-beda. Sekali lagi dalam redaksi di atas tidak ditemukan siapa yang mewajibkannya. Ini karena sebagian umat terdahulu berpuasa berdasar kewajiban yang ditetapkan oleh tokoh-tokoh agama mereka, bukan melalui wahyu Ilahi atau petunjuk nabi.

Pakar-pakar perbandingan agama menyebutkan bahwa orang-orang Mesir kuno pun — sebelum mereka mengenal agama samawi — telah mengenal puasa. Dan mereka praktek puasa beralih kepada orang-orang Yunani dan Romawi. Puasa juga dikenal dalam agama-agama penyembah bintang. Agama Budha, Yahudi dan Kristen demikian juga. Ibn an-Nadim dalam bukunya *Al-Farhasat*, menyebutkan bahwa agama para penyembah bintang berpuasa tiga puluh hari setahun, ada pula puasa sunnah sebanyak 16 hari dan juga ada yang 27 hari. Puasa mereka sebagai penghormatan kepada bulan, juga kepada bintang Mars yang mereka percaya sebagai bintang nasib, dan juga kepada matahari.

Dalam ajaran Budha pun dikenal puasa, sejak terbit sampai terbenamnya matahari. Mereka melakukan puasa empat hari dalam sebulan. Mereka menamainya *uposatha*, pada hari-hari pertama kesembilan, kelima belas dan kedua puluh. Orang Yahudi mengenal puasa selama empat puluh hari, bahkan dikenal beberapa macam puasa yang dianjurkan bagi penganut-penganut agama ini, khususnya untuk mengenang para nabi atau peristiwa-peristiwa penting dalam sejarah mereka.

Agama Kristen juga demikian. Walaupun dalam kitab Perjanjian Baru tidak ada isyarat tentang kewajiban puasa, dalam praktek keberagamaan mereka dikenal aneka ragam puasa yang ditetapkan oleh pemuka-pemuka agama.

Dalam agama islam kewajiban berpuasa tersebut dimaksudkan *agar kamu bertakwa*, yakni terhindar dari segala macam sanksi dan dampak buruk, baik duniawi maupun ukhrawi. Jangan duga, kewajiban yang akan dibebankan kepada kamu ini sepanjang tahun. Tidak! Ia hanya *beberapa hari tertentu*, itu pun masih harus melihat kondisi kesehatan dan keadaan kalian. Karena itu, *barang siapa di antara kamu sakit* yang memberatkan baginya puasa, atau menduga

kesehatannya akan terlambat pulih bila berpuasa, *atau ia benar-benar dalam perjalanan* (kata *benar-benar* dipahami dari kata (على) '*aladalam* redaksi (على سفر) '*ala safarin*, jadi bukan perjalanan biasa yang mudah. Dahulu perjalanan itu dinilai sejauh sekitar sembilan puluh kilometer), jika yang sakit dan yang dalam perjalanan itu berbuka, *maka* wajiblah baginya berpuasa pada hari-hari lain, baik berturut-turut maupun tidak, *sebanyak hari yang ditinggalkan itu*.

Adapun yang kondisi badannya menjadikan ia mengalami kesulitan berat bila berpuasa, baik karena usia lanjut atau penyakit yang diduga tidak akan sembuh lagi atau pekerjaan berat yang mesti dan harus dilakukannya sehingga bila ia tinggalkan menyulitkan diri atau keluarga yang ditanggungnya, maka *wajib bagi orang-orang yang berat menjalankannya itu* - jika mereka tidak berpuasa — *membayar fidyah, yaitu memberi makan seorang miskin*. Setelah menjelaskan izin tersebut Allah mengingatkan, bahwa *Barangsiapa yang dengan kerelaan hati mengerjakan kebajikan, maka itulah yang lebih baik baginya. Dan berpuasa lebih baik bagi kamu jika kamu mengetahui*.<sup>8</sup>

**f. Analisis Penafsiran M. Quraish Shihab Terhadap Ayat Tentang Puasa Dan Pengaruhnya Terhadap Ketaqwaan Seseorang**

Analisis pengaruh puasa terhadap ketaqwaan seseorang dalam QS.Al Baqarah ayat 183 ialah dalam tafsir al Mishbah penulis tidak menemukan asbabun nuzul terkait ayat tersebut. M. Quraish Shihab tidak menjelaskan dengan jelas bagaimana QS.Al Baqarah ayat 183 ini diturunkan. Namun, penulis menemukan dalam redaksi lain terkait asbabun nuzul dari ayat tersebut.

Di masa kenabian, Nabi Muhammad SAW belum ada perintah puasa sepanjang masa 13 tahun di Mekkah. Perintah puasa baru disepakati keberadaannya secara nyata ketika Rasulullah SAW sudah hijrah ke Madinah dengan turunnya ayat 183-184 surat Al-Baqarah.

Jika diperhatikan dengan seksama, ayat ini tidak memberi perintah untuk puasa Ramadhan, hanya memerintahkan puasa sebagaimana puasa umat sebelumnya. Dalam hal ini para ulama berbeda pendapat, yaitu:

*Pendapat Pertama*, Muadz bin Jabal dan 'Atha' berpendapat bahwa kesamaan puasa terbatas dalam hal bahwa umat terdahulu juga diwajibkan puasa. Seluruh nabi sejak Nabi Adam a.s. yang diutus

<sup>8</sup> M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah: Pesan Kesan dan Keserasian al-Qur'an* (Jakarta: Lentera Hati, cet. 1, 2000), Vol. I. hlm. 484-486

kepada umatnya selalu membawa perintah berpuasa. Sedangkan tata cara berpuasa masing-masing umat itu, tidak tercakup dalam ayat ini. Karena tata cara berpuasa tiap umat berbeda-beda. Maka membacanya menjadi : sebagaimana kewajiban itu juga dibebankan kepada umat sebelum kamu.

*Pendapat Kedua*, Kesamaan berpuasa bukan hanya dalam hal kewajiban berpuasa, namun juga termasuk bagaimana tata cara berpuasa. Maka membacanya menjadi : sebagai cara berpuasanya umat sebelum kamu. Dalam hal ini ada dua pandangan, yaitu cara berpuasa yang dimaksud adalah puasa di bulan Ramadhan, dan yang kedua adalah haramnya makan, minum dan jima' di malam hari yang merupakan tata cara berpuasa orang terdahulu.

- a. Pada masa Rasulullah SAW yahudi dan nasrani sudah tidak lagi menjalankan puasa Ramadhan, terjadi berbagai penyelewengan dan penyimpangan. Maka ketika Allah SWT mengutus Rasulullah SAW, penyimpangan itu dikembalikan lagi ke bentuk aslinya semula yaitu puasa di bulan Ramadhan. Penyimpangan Yahudi adalah menukar puasa Ramadhan menjadi puasa sehari saja dalam setahun, dengan meyakini bahwa hari itu adalah hari ditenggelamkannya Fir'aun. Penyimpangan Nasrani ketika saat Ramadhan mereka tertimpa panas yang menyengat lalu mereka pindahkan ke waktu lain yaitu musim semi, sambil ditambah 10 hari. Kemudian salah seorang rahib mereka sakit dan bernadzar atas kesembuhannya, sehingga ditambah lagi 7 hari. Raja yang lainnya menambah lagi 3 hari lagi biar genap, sehingga total menjadi 30 hari Ramadhan + 10 + 7 + 3 = 50 hari.
- b. Puasa Asyura dan 3 hari sebulan, dijelaskan bahwa orang-orang Yahudi, dimana mereka tidak puasa Ramadhan melainkan puasa Asyura. Sehingga surat Al-Baqarah ayat 183-184 ini merupakan perintah untuk mengerjakan puasa Asyura dan puasa 3 hari dalam sebulan.

*Pendapat ketiga*, Kalau dilihat pada versi pertama bahwa orang yahudi dianggap sudah berpuasa Ramadhan, maka sesungguhnya puasa Ramadhan mereka itu masih belum disempurnakan. Sebab puasanya bukan hanya siang hari, tetapi juga malam hari juga wajib berpuasa. As-Suddi, Abul 'Aliyah dan Ar-Rabi' menyebutkan bahwa orang terdahulu punya tata cara puasa yang unik, yaitu tidak boleh makan, minum dan berjima' bukan hanya pada siang tetapi juga malam hari, yaitu begitu bangun dari tidur meski masih malam hari

sudah wajib puasa lagi. Maka di awal pensyariatannya para shahabat masih mengalami tata cara puasa yang aneh dan berat ini. Sehingga ada shahabat yang melanggar ketentuan puasa malam hari, salah satunya adalah Umar bin Al-Khattab r.a. Maka mereka mengadu kepada Rasulullah SAW dan kemudian turunlah QS. Al-Baqarah : 187. Sejak saat itu kemudian puasa sudah mulai ditetapkan batasnya sejak terbitnya fajar dan bukan lagi selepas shalat 'isya. Dan pada malam hari dibolehkan makan, minum dan berjima' dengan istri.<sup>9</sup>

Pertama ayat diatas menyatakan *ya ayyuhal alladzina amanu*, ada rumus di dalam ilmu tafsir bahwa semua ayat yang dimulai dengan *ya ayyuhal alladzina amanu* itu turunnya sesudah nabi berhijrah, jadi ini berarti ajakan ini baru disampaikan Allah setelah kaum muslimin berhijrah ke Madinah, itu terjadi di dalam sejarah pada tahun kedua Hijriah.

Arti wahai orang-orang yang beriman yaitu pertama yang tidak beriman tidak diajak, yang kedua berarti yang memiliki iman walaupun iman ini sedikit hendaknya ia juga mengikuti ajaran kitab Allah.

Kemudian Allah menyatakan *kutiba alaikum siam* yang artinya diwajibkan kepada kamu puasa, rupanya Allah sengaja memilih kata diwajibkan tanpa menyatakan bahwa saya yang mewajibkan, untuk memberi isyarat bahwa sebenarnya puasa ini sedemikian banyak manfaatnya, sehingga kalau bukan Allah Yang mewajibkannya itu manusia sendiri yang akan mewajibkannya atas dirinya sendiri.

Setelah Allah menyatakan *kutiba alaikum siam* diwajibkan kepada kamu puasa, *kama kutiba Alal ladziina min qoblikum*, seakan-akan Allah menyatakan jangan duga kewajiban itu baru dibebankan kepada kamu sekarang, umat-umat terdahulu juga berpuasa, ini menunjukkan bahwa sejak dahulu umat manusia telah berpuasa dan telah menyadari betapa banyak manfaat dari puasa itu, karena itu jangan merasa berat kerana orang dahulu telah pernah berpuasa, agama-agama yang terdahulu juga telah mengenal puasa.

Baru dikatakannya *la'allakum tattaqun* tujuan puasa itu agar kamu bertakwa, bertakwa kepada Allah secara harfiah berarti menghindar dari Allah, tetapi karena tidak ada orang yang dapat menghindar dari Allah, maka maksudnya menghindar dari siksa-nya, untuk menghindar dari siksaannya kita harus melaksanakan semua perintahnya, tetapi sesuai kemampuan kita dan menghindar dari

<sup>9</sup> Ahmad Sarwat, Lc. MA, *Sejarah Puasa*, (Jakarta Selatan, Rumah Fiqih Publishing: 2021) hlm. 21.

seluruh larangan-nya, jadi kalau larangan harus dihindari kalau perintah melakukan sesuai kemampuan. Seseorang yang bertakwa kepada Allah berarti dia menghindari dari jatuhnya siksa ancaman atau hukuman Allah, siksa Allah itu ada dua macam ada siksa di dunia dan siksa di akhirat, pelanggaran terhadap hukum-hukum alam yang ditetapkan Allah jika orang melanggarnya akan terkena siksa duniawi, pelanggaran terhadap hukum-hukum syariah seperti tidak sholat, tidak berpuasa dan sebagainya akan terkena siksa Allah siksa di akhirat.

Ketika Allah menyatakan *la'allakum tattaqun* digambarkannya bahwa dengan puasa kamu akan terhindar dari siksa duniawi dan siksa ukhrowi, orang yang berpuasa yaitu menahan diri tidak makan dan tidak minum serta tidak melakukan hubungan seks dan lainnya.

Apabila seseorang makan berlebih maka akibatnya bisa sakit, apabila seseorang makan makanan yang kotor bisa sakit, penyakit akibat pelanggaran ini adalah bentuk siksa siksa Tuhan di duniawi.

Di awal perintah surat Al Baqarah 183 ini sudah menggambarkan kepada orang-orang beriman bahwa puasa sebenarnya untuk kemaslahatan, dan puasa itu bukan sesuatu yang baru bagi umat islam, setelah itu baru disebutkan lagi bahwa saya tidak memerintahkan kamu berpuasa sepanjang tahun, hanya *ayyamam ma'duda*, hanya hari-hari tertentu saja, hari itu tidak lebih dari 30 hari dalam setahun tahun, bahkan ada yang 29 hari.

Apabila sakit atau dalam perjalanan boleh tidak berpuasa, apabila seseorang itu berpuasa kemudian mengalami sesuatu yang sangat memberatkannya dia boleh tidak berpuasa, juga boleh membayar fidyah.

Ayat-ayat ini sebenarnya ingin menggambarkan bahwa puasa ini mudah, puasa ini bisa dilakukan oleh setiap orang, bahkan dinyatakan *وَمَنْ كَانَ مَرِيضًا أَوْ عَلَى سَفَرٍ* (QS. Al Baqarah 185), sakit itu bisa bertingkat-tingkat, perjalanan itu bisa jauh atau dekat, disini Allah Subhanahu Wa Ta'ala tidak menentukan batas sakit, dia tidak menentukan batas perjalanan, seakan-akan Allah ingin menyatakan, saya serahkan kepada kamu untuk menentukan kamu sakit atau tidak, disini kita melihat satu pelajaran bahwa sebenarnya beragama itu kembali ke dalam hati masing –masing.

Ada seorang ulama bernama Ibnu Sirin tangannya sedang terluka ditemukan dia tidak berpuasa, dia ingin mengambil rukhsah dengan mengambil izin Tuhan bahwa saya menerima izin (tidak



berpuasa) ini dengan alasan sakit.<sup>10</sup> para ulama-ulama lain berkata apapun penyakitmu boleh tidak puasa, tetapi kembali ke hati nurani, bolehkah saya berpuasa atau tidak. baik jauh atau dekat perjalanan boleh tidak berpuasa, tetapi sudah letih atau tidak, berpuasa atau tidak kembali ke hati nurani.

Dari sinilah kemudian para ulama' mengambil jarak kira-kira 80 KM dan lain sebagainya. yang dijadikan sebagai tuntunan yang turun pada tahun kedua yang mewajibkan berpuasa.

Dari ayat *Ya ayyuhalladzina amanu*, ada istilah lain al-mu'minin, yaitu orang yang ada walau setitik keimanan di dalam hatinya mari berpuasa, tapi kalau tidak ada iman tidak sah puasanya, sebenarnya hakikat iman itu ada di dalam hati, tetapi pembuktiannya melalui pengucapan dengan lidah, *asyhadu alla ilaha illallah wa Anna muhammadarrasulullah* dan pembuktiannya yang lebih jelas adalah amal-amal soleh, ayat ini mengajak siapapun yang sudah beriman, walaupun didalam hatinya baru sekedar ucapan di ajak untuk berpuasa, karena dengan berpuasa dan mengikuti semua tuntunan puasa kalian akan mencapai derajat takwa.

Selama bulan Ramadhan kita bagaikan merajut sebuah pakaian takwa, ada sabar, syukur, tafakkur, menambah pengetahuan, menyebarkan kasih sayang, semua ini dipupuk sampai akhirnya seseorang mencapai derajat taqwa, ketika seseorang itu telah mencapai derajat taqwa, dia akan terlihat selalu bersih, menepati janji apabila berjanji, sabar dalam kesempitan, penderitaan dan peperangan (QS. Al Baqarah ayat 177), mampu menahan amarah, memaafkan orang lain serta berbuat kebaikan, (QS. Ali Imron ayat 134), selalu hemat walaupun kaya, terbuka tangannya, terbuka hatinya, tidak akan cepat tersinggung walau dimaki, tidak menahan hak orang lain, tidak menuntut yang bukan haknya, kalau ditegur dia menyesal, kalau dimaki dia tersenyum, itulah taqwa, hasil dari taqwa ini, diperoleh dalam perjalanan sebulan selama ramadhan.

Jika pakaian taqwa ini sudah menjadi pakaian bagi umat islam artinya rahmatan lil'alamin itu akan tercapai, akan menjadi rahmat untuk dirinya, keluarganya serta untuk lingkungannya.

Dari kata shiam yang artinya menahan diri, nafsu dan keinginan banyak, saat kita berusaha menekan gejolak nafsu, itu jadi inti dari puasa yaitu menahan diri, dan buah dari puasa ini adalah adalah

---

<sup>10</sup>M. Quraish Shihab, *Op.Cit.* hlm. 525



takwa, dan takwa ini menghindari dari azab neraka, bukan hanya azab neraka, bahkan juga akan terhindar dari azab duniawi.

#### **D. KESIMPULAN**

1. Dalam Tafsir al-Misbah perintah puasa dalam Alquran terdapat dalam surat al Baqarah ayat 183. Menurut Quraish Shihab puasa dimulai dengan ajakan kepada setiap orang yang memiliki iman walau sekecil apapun. Ayat ini tidak menunjuk siapa pelaku yang diwajibkannya, ayat puasa ini seolah-olah mengisyaratkan bahwa apa yang akan diwajibkan ini sedemikian penting dan bermanfaat bagi setiap orang bahkan kelompok, sehingga seandainya bukan Allah yang mewajibkannya, niscaya manusia sendiri yang akan mewajibkannya atas dirinya sendiri. Puasa bukan hanya sekedar tradisi, atau hanya sekedar menahan lapar dan dahaga. Namun tujuan dari puasa yang sebenarnya yaitu untuk mencapai derajat taqwa. Puasa merupakan pengabdian yang paling tulus dari seorang hamba kepada penciptanya. Puasa tidak hanya dilakukan oleh umat Islam, tetapi juga oleh umat-umat terdahulu, Namun caranya yang bermacam-macam.
2. Puasa memiliki pengaruh yang sangat luar biasa. Puasa memiliki pengaruh bagi fisik maupun psikis, ditinjau dari ketaqwaan seseorang, orang yang melaksanakan puasa akan terhindar dari segala macam sanksi dan dampak buruk, baik duniawi maupun ukhrawi. Ketika seseorang berada dalam tingkatan taqwa maka dia akan terlihat selalu bersih, indah walaupun miskin, selalu hemat walaupun kaya, terbuka tangannya, terbuka hatinya, tidak akan cepat tersinggung walau dimaki, tidak menahan hak orang lain, tidak menuntut yang bukan haknya, kalau ditegur dia menyesal, kalau dimaki dia tersenyum, serta menjadi rahmat bagi dirinya, keluarganya serta untuk lingkungannya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad Munir. MA. Dr. 2007. *Tafsir Tarbawi, Mengungkap Pesan Al-Qur'an Tentang Pendidikan*. Ponorogo: STAIN Press.
- Al Razy, Fakhr Al-Din Muhammad Bin Umar Al Tamimi. 2000. *Mafatih Al Ghaib*, Cet. I. Beirut: Dar Al Kutub Al-Ilmiyah
- Al-Baqir, Muhammad. 2015. *Rahasia Puasa Dan Zakat*. Jakarta Selatan: Mizan.
- Departemen Agama Republik Indonesia.2002. *Al Qur'an Dan Terjemahnya*. Surabaya: Al Hidayah.
- Kurdi, Aserani.S. P.D, 2004.*Konsep Menahan Diri Dalam Puasa Ramadhan Sebuah Upaya Pemahamn Kearah Peningkatan Kualitas Ibadah Puasa*. Cet 1. Rolisa Komputer: Kalimantan Selatan.
- Lufaei. 2019. *Tafsir Al Mishbah: Tektualitas, Rasionalitas Dan Lokalitas Tafsir Nusantara*.21(1). 31.
- Luqman, Abu Abdillah Syahrul Fatwa Bin, Dkk..2010. *Panduan Lengkap Puasa Ramadhan Menurut Al Qur'an Dan Sunnah*.Cet 1. Gresik Pustaka: Al Furqon.
- Purwanto, Edi. *Pokok-Pokok Fiqh Puasa*.
- Sabiq, Sayyid. 2013. *Fikih Sunnah 2*. Jakarta Selatan : Cakrawala Publising
- Sarwat, Ahmad. 2001. *Seri Fiqih Kehidupan (5) : Puasa*. Jakarta Selatan: DU Publishing
- Sarwat, Lc. MA, Ahmad. 2021. *Sejarah Puasa*. Jakarta Selatan: Rumah Fiqih Publishing.
- Shaleh, M. Ashaf. *Taqwa Makna dan Hikmahnya dalam Alquran*.PT. Gelora Aksara Pratama.
- Shihab, M. Quraish. 1994. *Membumikan Al Qur'an, Fungsi Dan Peran Wahyu Dalam Kehidupan Masyarakat*. Bandung : IKAPI.
- Shihab, M. Quraish. 1996. *Wawasan Al Qur'an, Tafsir Maudhu'i Atas Pelbagai Persoalan Umat*. Bandung: Mizan.
- Shihab, M. Quraish. 2000. *Tafsir Al-Mishbah: Pesan Kesan dan Keserasian al-Qur'an*. Vol. I. Cet. 1. Jakarta: Lentera Hati.
- Shihab, M. Quraish. 2007. *Ensiklopedia Alquran Kajian Kosakata*. Jakarta: Lentera Hati.
- Syarwat, Lc. MA, Ahmad. 2021. *Sejarah Puasa*. Jakarta Selatan: Rumah Fiqih Publishing.

- Thaib, M.A, Prof. Dr. H.M. Hasballah, Dkk. 2014. *La'allakum Tattaqun Seratus Satu Jalan Menuju Taqwa Yang Harus Dilatih Selama Bulan Ramdhan*. Medan: Wal Ashri Publishing
- Tuasikal, Muhammad Abdul. 2017. *Ramadhan Bersama Nabi*. D.I. Yogyakarta: Rumaysbo.
- Tuasikal, Muhammad Abdul. 2019. *Berbagi Faedah Fikih Puasa*. D.I.Yogyakarta: Rumaysbo.
- Wartini, Atik. 2014. *Corak Penafsiran M. Quraish Shihab Dalam Tafsir Al-Mishbah*.11(1).119-120.
- Zarkasih, Lc, Ahmad. 2020. *Bekal Ramadhan*. Jakarta Selatan: Rumah Fiqih Publishing.
- Zarkasih, Lc, Ahmad. 2020. *Yang Harus Diketahui Dari Puasa Syawal*, Jakarta Selatan: Rumah Fiqih Publishing.