



# RUKSHOH DALAM PUASA

# PUASA

PUASA "Menahan diri dari hal-hal yang membatalkan puasa dari sejak terbitnya fajar sampai dengan terbenamnya matahari yang disertai niat."(Sabiq, Fiqh as-Sunnah I, hlm 364).

# Rukun puasa

- Menahan diri dari hal-hal yang membatalkan puasa dari sejak terbitnya fajar sampai dengan terbenamnya matahari. (QS Al-Baqarah: 187)

# SYARAT PUASA

- Muslim
- Mumayyiz orang yang sudah dewasa(baligh) dan berakal(aqil)
- Kuat berpuasa tdk sedang sakit
  - Tidak bepergian jauh
  - Bukan tua renta
  - Ibu hamil
- Suci dari haid dan nifas
- Dikerjakan pada hari yang dibolehkan

# RUKHSAH PUASA

- Etimologi □ kemudahan, kelapangan, dan kemurahan
- Terminologi ☒ sesuatu hukum yang diatur syara' karena ada satu udzur yang berat dan menyukarkan” atau “hukum yang telah ditetapkan untuk memberikan kemudahan bagi mukallaf pada keadaan tertentu yang menyebabkan kemudahan.”

# Yang diberi rukhsoh

- 1. Musafir

فَمَنْ كَانَ مِنْكُمْ مَّرِيضًا أَوْ عَلَى سَفَرٍ فَعِدَّةٌ مِنْ أَيَّامٍ أُخَرَ وَعَلَى الَّذِينَ  
يُطِيقُونَهُ فِدْيَةٌ طَعَامُ مِسْكِينٍ .....

“Dan barangsiapa sakit atau dalam perjalanan (lalu ia berbuka) maka (wajiblah baginya berpuasa) sebanyak hari yang ditinggalkan itu, pada hari yang lain. Allah mengendaki kemudahan bagimu dan tidak menghendaki kesukaran bagimu” [Al-Baqarah : 184].

# Yang diberi rukhshoh

## 2. Sakit

فَمَنْ كَانَ مِنْكُمْ مَّرِيضًا أَوْ عَلَى سَفَرٍ فَعِدَّةٌ مِنْ أَيَّامٍ أُخَرَ وَعَلَى الَّذِينَ ...  
يُطِيقُونَهُ فِدْيَةٌ طَعَامُ مِسْكِينٍ .....

“Dan barangsiapa sakit atau dalam perjalanan (lalu ia berbuka) maka (wajiblah baginya berpuasa) sebanyak hari yang ditinggalkan itu, pada hari yang lain. Allah mengendaki kemudahan bagimu dan tidak menghendaki kesukaran bagimu” [Al-Baqarah : 184].

Sakit yg mendapat rukhshoh ☒ menambah madhorot, sakit semakin parah atau memperlambat kesembuhan

- - DM dan puasa

- Mengatur makan 3x sehari □ sahur, buka dan selesai tahrawih
- Stop puasa bila GD <70 atau > 300 g/dl
- Banyak makan serat □ efek kenyang

- - GERD & puasa

- Tetap boleh puasa
- Menghindari makanan berlemak, pedas, asam tinggi

# Yang diberi rukhsoh

## 3. HAID DAN NIFAS

Ibnu Qudamah berkata, “Ahlul ilmi sepakat bahwa wanita haid dan nifas tidak halal untuk berpuasa, bahkan keduanya harus berbuka di bulan Ramadhan dan mengqadhanya. Bila keduanya tetap berpuasa maka puasa tersebut tidak mencukupi keduanya (tidak sah)...” (Al-Mughni, kitab Ash-Shiyam, Mas’alah wa Idza Hadhatil Mar’ah au Nafisat)

# Yang diberi rukhsoh

## 4. HAMIL DAN MENYUSUI

- Wanita hamil dan menyusui □ sanggup puasa tapi khawatir dg bayinya □ qodho dan bayar fidyah

# Yang diberi rukhsah

## 5. Lanjut usia

Ibnu Abbas Radhiyallahu ‘anhuma berkata : “Kakek dan nenek yang lanjut usia, yang tidak mampu puasa harus memberi makan setiap harinya seorang miskin” [Hadits Riwayat Bukhari 4505, Lihat Syarhus Sunnah 6/316, Fathul bari 8/180. Nailul Authar 4/315. Irwaul Ghalil 4/22-25 5. Ka

## Yang Boleh Tidak Puasa & Tidak Boleh Puasa

### Boleh Tidak Puasa

Lanjut usia (berat menunaikan puasa karena fisik)



ابن عباس رضي الله عنهما عن النبي صلى الله عليه وسلم قال: «لا يفطر من كان عليه» (رواه الحاكم).

Sakit kronik/menahun



وعلى الذين يطيقونه فدية طعام مسكين... (البقرة : 184).

Sakit (dengan penyakit yang sulit disembuhkan atau dalam waktu panjang menurut medis).



وعلى الذين يطيقونه فدية طعام مسكين... (البقرة : 184).

Sakit (dengan penyakit yang ada harapan sembuh)



.. فمن كان منكم مريضا أو على سفر فعدة من أيام أخر... (البقرة : 184).

Pasien covid rawat inap dengan gejala sedang dan berat (teknisnya merujuk kepada rekomendasi medis).



.. فمن كان منكم مريضا أو على سفر فعدة من أيام أخر... (البقرة : 184).

Ibu hamil dan menyusui (yang khawatir akan kesehatan dirinya dan atau janinnya/bayinya).



Pendapat Ibnu Umar dan Ibnu Abbas



Pendapat Imam Abu Hanifah, Abu 'Ubaid, dan Abu Tsaur



Pendapat Imam Syafi'i

Musafir



.. فمن كان منكم مريضا أو على سفر فعدة من أيام أخر... (البقرة : 184).

### Tidak Boleh Puasa

Wanita Haid



.. فتؤمّر بقضاء الصوم ولا تؤمّر بقضاء الصلاة (رواه مسلم).

Wanita Nifas



.. فتؤمّر بقضاء الصوم ولا تؤمّر بقضاء الصلاة (رواه مسلم).

## Cara Membayar Fidyah

(1)



### Makanan Siap Santap

(dengan harga 1 kali porsi makanan lengkap) minimal sebesar Rp 35.000 (Untuk setiap hari yang ditinggalkan).

Misalnya, mengirim makanan siap santap kepada 7 orang dhuafa sebagai fidyah 7 hari tidak berpuasa.

...فَأَطَعَمَهُمْ خَيْرًا وَنَحْمًا  
...حَتَّى شَبِعُوا...

Atau

(2)



### Bahan Makanan Pokok

(sembako) senilai minimal harga 1 porsi makanan tersebut (Untuk setiap hari yang ditinggalkan).

Misalnya, membagi-bagikan sembako untuk 7 orang dhuafa sebagai fidyah 7 hari tidak berpuasa.

...فَصَنَعَ جَفَنَةً مِنْ تَرِيدٍ...  
(رواه الدارقطني)

Atau

(3)



### Uang Tunai

minimal Rp 35.000 (Untuk setiap hari yang ditinggalkan) diserahkan langsung / via lembaga zakat untuk dibelikan makanan siap santap/sembako.

Misalnya, mentransfer uang senilai jumlah hari puasa yang ditinggalkannya kepada lembaga zakat untuk diberikan kepada dhuafa.

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ أَنَّهُ يَتَّصِدُقُ عَنْ كُلِّ  
يَوْمٍ بِدِرْهَمٍ

\*Disadur dari :

Nail al-Author (asy-Syaukani), Bidayatu al-Mujtahid (Ibnu Rusyd), Fikih as-Sunnah (Sayyid Sabiq) dan opini syariah Laznas IZL.



# Title Lorem Ipsum

Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit.

2018

2019

2020

Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit.

Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit.