222064 - Sebagian Sunah Puasa Yang Dianjurkan Bagi Orang Berpuasa Yang Perlu Dijaga

Pertanyaan

Apa sunah-sunah dalam berpuasa

Jawaban Terperinci

Alhamdulillah.

Puasa adalah termasuk ibadah yang sangat mulia. Pahala orang yang berpuasa mengharap pahala tidak diketahui melainkan Allah. Nabi sallallahu alaihi wa sallam bersabda: Allah Azza Wajalla berfirman:

كل عمل ابن آدم له إلا الصيام فإنه لي وأنا أجزي به (رواه البخاري، رقم 1904، ومسلم، رقم 1151)

“Semua amalan Bani Adam baginya kecuali puasa, maka ia untuk-Ku dan saya yang akan membalasnya.” (HR. Bukhari, 1904 dan Muslim, 1151)

Puasa Ramadan termasuk salah satu pilar agama, bagi orang Islam hendaknya menjaga puasa dan berhati-hati. Baik itu puasa wajib maupun sunah. Agar Allah membalas dengan balasan yang sempurna.

Puasa mempunyai banyak sunah, kita sebutkan diantaranya:

Pertama:

Dianjurkan kalau ada seseorang yang menghardik atau menghinanya, maka keburukannya dibalas dengan cara yang baik seraya mengatakan ‘Saya sedang berpuasa’

Kedua: Dianjurkan bagi orang berpuasa untuk melakukan sahur, karena dalam sahur ada

keberkahan.

Ketiga: Dianjurkan mensegerakan berbuka dan mengakhirkan sahur

Keempat: Dianjurkan berbuka dengan ruthab (kurma setengah masak), kalau tidak mendapatkan, maka dengan kurma (masak), kalau tidak mendapatkan, maka dengan air

Kelima: Dianjurkan bagi orang yang berpuasa berdoa:

ذهب الظمأ وابتلت العروق وثبت الأجر إن شاء الله

“Telah hilang dahaga, dan basah tengorokan serta tetap pahalanya insyaallah.”

Untuk mengetahui nash-nash yang ada akan hal itu, silahkan melihat jawaban soal no. 39462.

Keenam:

Dianjurkan bagi orang yang berpuasa memperbanyak berdoa. Berdasarkan sabda Nabi sallallahu alaihi wa sallam:

ثَلَاثَةٌ لَا تُرَدُّ دَعْوَتُهُمْ : الْإِمَامُ الْعَادِلُ ، وَالصَّائِمُ حَتَّى يُفْطِرَ، وَدَعْوَةُ الْمَظْلُومِ (رواه أحمد، رقم 8043)

“Tiga doa yang tidak ditolak, imam yang adil. Orang berpuasa sampai berbuka, dan doanya orang yang dizalimi.” (HR. Ahmad, 8043)

Dinyatakan shahih oleh peneliti Musnad dengan berbagai macam jalan periwayatan hadits dan syahidnya (riwayat lain yang menguatkan).

An-Nawawi rahimahullah mengatakan, “Dianjurkan bagi orang yang berpuasa agar berdoa saat berpuasa memohon kebaikan dunia akhirat untuk dirinya dan orang yang dicintai dari kalangan umat Islam.” (Al-Majmu, 6/375)

Ketujuh: Kalau puasa Ramadan, maka dianjurkan:

-Duduk di masjid untuk membaca Qur’an dan zikir kepada Allah

- Beri’tikaf di sepuluh akhir

- Shalat taraweh

- Memperbanyak shadaqah dan melakukan kebaikan

- Mempelajari Al-Qur’an

Diriwayatkan oleh Bukhari, 6 dan Muslim, 2308 dari Ibnu Abbas radhiallahu anhuma berkata:

كَانَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ أَجْوَدَ النَّاسِ ، وَكَانَ أَجْوَدُ مَا يَكُونُ فِي رَمَضَانَ حِينَ يَلْقَاهُ جِبْرِيلُ ، وَكَانَ يَلْقَاهُ فِي كُلِّ لَيْلَةٍ مِنْ رَمَضَانَ فَيُدَارِسُهُ القُرْآنَ ، فَلَرَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ أَجْوَدُ بِالخَيْرِ مِنَ الرِّيحِ المُرْسَلَةِ

“Biasanya Rasulullah sallallahu alaihi wa sallam ada orang yang paling dermawan. Dan saat beliau paling dermawan adalah di bulan Ramadan, ketika bertemu dengan Jibril. Dimana beliau bertemu Jibril setiap malam Ramadan dan memperdengarkan Qur’an. Maka Rasulullah sallallahu alaihi wa sallam sangat dermawan melakukan kebaikan melebihi hembusan angin.

-Agar tidak menghilangkan waktu dengan sesuatu yang tidak bermanfaat dan tidak berfaedah –terkadang bisa berdampak pada puasanya- dengan banyak tidur, banyak bergurau dan semisal itu. Juga jangan hanya menganganken menyantap hidangan dan minuman (saat berbuka). Karena hal itu dapat menghalangi dari melakukan amal soleh di sela-sela puasa.

Untuk tambahan faedah, silahkan melihat jawaban soal no. 12468 dan 26869.

Wallahua’lam .