

## INTERPRETASI ESOTERIS PUASA DALAM SURAH AL-BAQARAH AYAT 183 STUDI KITAB TAFSIR AL-QUSYAIRI AL-MUSAMMA LATA'IF AL-ISYARAT

\*Fahmi Idrus

Sekolah Tinggi Agama Islam Sadra, Jakarta

Email: [fahmiidrusabubakar@gmail.com](mailto:fahmiidrusabubakar@gmail.com)

**Abstract:** This research aims to overcome problems related to the esoteric understanding of fasting and the meaning of fasting verses in the Koran, as well as the contradiction between fasting and committing disgraceful acts. The focus of this research is Tafsir Al-Qushairi Lataif al-Isyarat, using analytical descriptive methods. In the context of society, there is a lack of understanding in understanding the esoteric nature of fasting, where fasting is often interpreted only as a physical obligation without paying attention to the inner dimension. There is also the phenomenon of someone who fasts but still commits disgraceful acts, such as backbiting and being tempted by lust. Through the Ulumul Qur'an approach and Sufism, Al-Qushairi provides an esoteric interpretation of fasting in Surah Al-Baqarah Verse 183. This research reveals that fasting, according to Al-Qushairi, has an inner and outer meaning. The meaning of birth includes enduring hunger, thirst and lust from sunrise to sunset, according to general understanding. However, its inner meaning is deeper, containing Sufi fasting practices of a spiritual nature. The results of this research contribute to the esoteric understanding of fasting in the context of Tafsir Al-Qushairi, with the implication of helping to deepen people's understanding of the true purpose of fasting and moving away from understandings that simply eliminate physical obligations. Thus, this research provides a holistic view regarding the practice and meaning of fasting, not only limited to its outer aspects but also its inner dimensions in accordance with Al-Qushairi's views.

**Keywords:** *Esoteric Interpretation of Fasting, Sufi al-Qushairi Fasting, Tafsir Al-Qusyairi Al-Musamma Lata'if Al-Isyarat*

**Abstrak:** Penelitian ini bertujuan untuk mengatasi problematika terkait pemahaman esoteris puasa dan makna ayat-ayat puasa dalam Al-Qur'an, serta pertentangan antara berpuasa dengan melakukan perbuatan tercela. Fokus penelitian ini adalah Tafsir al-Qushairi Lataif al-Isyarat, dengan menggunakan metode deskriptif analitis. Dalam konteks masyarakat, terdapat ketidakpahaman dalam memahami esoteris puasa, di mana puasa sering diartikan hanya sebagai kewajiban fisik tanpa memperhatikan dimensi batin. Terdapat pula fenomena seseorang yang berpuasa namun tetap melakukan perbuatan tercela, seperti menggibah dan tergoda oleh hawa nafsu. Melalui pendekatan Ulumul Qur'an dan ilmu tasawuf, al-Qushairi memberikan interpretasi esoteris puasa dalam Surah Al-Baqarah Ayat 183. Penelitian ini mengungkapkan bahwa puasa, menurut al-Qushairi, memiliki makna lahir dan batin. Makna lahir mencakup menahan lapar, haus, dan hawa nafsu dari terbit hingga terbenamnya matahari, sesuai dengan pemahaman umum. Namun, makna batinnya lebih dalam, mengandung praktik-praktik puasa sufistik yang bersifat spiritual. Hasil penelitian ini memberikan kontribusi pada pemahaman

esoteris puasa dalam konteks Tafsir al-Qushairi, dengan implikasi membantu memperdalam pengertian masyarakat terhadap tujuan sebenarnya dari ibadah puasa dan menjauhkan pemahaman yang sekadar menggugurkan kewajiban fisik. Dengan demikian, penelitian ini memberikan pandangan holistik terkait praktik dan pemaknaan puasa, tidak hanya sebatas aspek lahiriahnya tetapi juga dimensi batiniahnya sesuai dengan pandangan al-Qushairi.

**Kata Kunci:** *Interpretasi Esoteris Puasa, Puasa Sufi al-Qushairi, Tafsir Laṭa'if al-Isyarat*

## A. Pendahuluan

Puasa merupakan salah satu ibadah yang ada dalam rukun Islam,<sup>1</sup> yang wajib untuk dilaksanakan.<sup>2</sup> Sebagaimana Nabi Muhammad SAW, bersabda yang artinya, “rukun Islam itu ada lima perkara yang pertama bertauhid, mendirikan salat, menunaikan zakat, berpuasa pada bulan Ramadhan dan naik haji ketika mampu”.<sup>3</sup> Dan puasa, pertama kali disyariatkan untuk umat Islam, pada 10 Sya’ban tahun kedua setelah Nabi Muhammad SAW hijrah ke Madinah dan setelah Allah SWT memerintahkan penggantian kiblat dari Masjid al-Aqsa ke Masjid al-Haram.<sup>4</sup> Persyariatan puasa Ramadhan yang wajib dilaksanakan, berdasarkan pada firman Allah SWT dalam surah Al-Baqarah ayat 183.<sup>5</sup>

تَتَّقُونَ لَعَلَّكُمْ قَبْلَكُمْ مِنَ الَّذِينَ عَلَى كُتُبٍ كَمَا الصِّيَامِ عَلَيْكُمْ كُتِبَ آمَنُوا الَّذِينَ يَأْتِيهَا

Artinya: *Wahai orang-orang yang beriman, diwajibkan atas kamu berpuasa sebagaimana diwajibkan atas orang-orang sebelum kamu agar kamu bertakwa.*<sup>6</sup>

Sebelum mencari tau lebih jauh makna puasa dalam Al-Qur’an, perlunya mengetahui bahwa Al-Qur’an tidak hanya dipahami secara lahir saja, melainkan juga secara batin, sebagaimana yang ungkapkan oleh ulama sufi berikut ini:

*Pertama*, dikutip dari Muhammad Amin dalam bukunya *Studi Ilmu Al-Qur’an*, bahwa Imam al-Zarkasyi berkata setiap ayat Al-Qur’an mengandung makna lahir dan batin. Setiap huruf mengandung makna yang bisa dijangkau oleh manusia, dan ada juga yang tak terjangkau oleh manusia, dan setiap batas mengandung makna yang paling dalam.<sup>7</sup>

*Kedua*, Al-Ghazali berkata, memahami Al-Qur’an mustahil jika dipahami begitu saja atau dengan tafsiran lahiriah semata. Sebab, dalam memahami Al-Qur’an diperlukan makna batiniah dalam memahami *kalamullah*. Sebagaimana Rasulullah SAW bersabda,

<sup>1</sup> Yusup Qardhawi, *Mukjizat Puasa Resep Ilahi Agar sehat Jasmani dan Roh diterjemahkan dari Fiqh Al-shiyam*, diterjemahkan oleh Danis Wijaksana, (Bandung: Mizan Pustaka, 2007), 30.

<sup>2</sup> Ibnu Rusyd, *Bidayat Al-Mujtahid wa Nihaya Al-Muqtashid Jilid I*, diterjemahkan oleh Al-Mas’udah, (Bandung: Pustaka Al-Kautsar, 2010), 488.

<sup>3</sup> Abu Zakariya An-Nawawi, *Hadits Arba’in Nawawi*, Diterjemahkan oleh Umar Fadil, (Surabaya: ND Creative Solutions, 2019), 14.

<sup>4</sup> Al Adhim Alik, *Tuntunan Puasa Menurut Al-Qur’an dan Sunnah*, (Surabaya: JP Books, 2022), 2.

<sup>5</sup> Sumaji Muhammad Anis dan Zuhdi Muhammad Nazmuddin, *125 Masalah Puasa*, (Solo: Al-Imtiyaj Tiga Serangkai, 2008), 12.

<sup>6</sup> Kemenag, *Al-Qur’an Kemenag*, <https://quran.kemenag.go.id>, diakses tanggal 2 April 2023.

<sup>7</sup> Muhsin dan Hadana Erha Saufan, *Studi ‘Ulumul Qur’an*, (Banda Aceh: Bambu Kuning Utama, 2023), 203.

“bacalah Al-Qur’an dan temukanlah hal-hal yang rahasia (tersembunyi) darinya. dan Al Ghazali mengutip perkataan Sayyidina Ali Ra, mengatakan bahwa “Allah SWT, telah memberikan pemahaman lahir maupun batin tentang Al-Qur’an kepada hambanya yang dikehendaki-Nya.<sup>8</sup>

Ketiga, Mulla Sadra, tidak ada satu-pun ayat suci Al-Qur’an yang bisa dipahami secara lahir, melainkan adanya penyingkapan makna-makna batin dari setiap huruf ataupun ayat-ayat suci Al-Qur’an. Mulla Sadra dalam menyingkapi makna-makna ayat suci Al-Qur’an, dengan merujuk pada Ibnu ‘Arabi dan Abdul Razzaq al-Qasyani.<sup>9</sup>

Dari beberapa pendapat ulama sufi di atas, dapat dipahami bahwa Al-Qur’an mempunyai dua makna yaitu makna lahir dan batin. Dalam artian, Al-Qur’an bukan hanya dipahami dengan makna lahir saja, melainkan juga dipahami dengan makna batin. Yaitu dengan penyingkapan ayat-ayat Al-Qur’an sebagaimana yang dilakukan oleh para kaum sufi, para wali Allah dan orang-orang yang punya kedudukan istimewa di hadapan Allah SWT. Yang Allah SWT kehendaki, sehingga mereka mampu mengetahui makna lahir dan batin Al-Qur’an.

Penjelasan diatas menunjukkan bahwa, secara tidak langsung ayat puasa dalam Al-Qur’an dibutuhkan penjelasan dengan makna batin. Sebab dalam hal ini, kebanyakan orang memahami puasa hanya sebatas makna lahir nya. Jika puasa dipahami secara lahir saja, maka ditakutkan, seseorang yang berpuasa masih melakukan hal-hal yang diharamkan agama seperti anggota tubuhnya melakukan maksiat, mulutnya berkata kotor, matanya melihat sesuatu yang tidak baik, tangan, kaki, dan anggota tubuh lainnya melakukan hal buruk seperti pembunuhan,<sup>10</sup> pencurian,<sup>11</sup> dan perzinaan.<sup>12</sup> Maka tentu, persoalan ini bertolak belakang dengan apa yang diajarkan oleh Nabi Muhammad SAW, bahkan puasa yang dikerjakan itu sia-sia. Sebagaimana dalam sabdanya yang disampaikan Al-Ghazali dalam kitab (*Bidāyah al-Hidāyah*), yang artinya, ada lima persoalan yang bisa membatalkan puasa, diantaranya berbohong, mengumpat, berbuat fitnah, melihat wanita dengan syahwat dan melakukan sumpah palsu. Dalam hadis lain dijelaskan bahwa, puasa adalah perisai maka janganlah kamu berkata kotor, jangan berbuat maksiat dan janganlah bertindak seperti orang bodoh.<sup>13</sup>

Dari penjelasan di atas, dapat dipahami bahwa puasa bukan hanya dipahami secara lahir saja, melainkan harus dipahami juga dengan makna batin, sebagaimana yang dijelaskan oleh Al-Ghazali di atas. Pemaknaan puasa yang disampaikan Al-Ghazali, tidak beda jauh, yang disampaikan oleh salah satu tokoh sufi kontemporer yang bernama Jalaluddin Rakhmat, dalam bukunya yang berjudul *Madrakah Ruhaniah*. Jalaluddin Rakhmat mengatakan bahwa, secara syariat puasa dipahami dengan menahan lapar, haus dan seks itu bukan hanya saja bisa dilakukan anak-anak melainkan itu juga bisa dilakukan oleh binatang. Seperti halnya ular, kura-kura, dan harimau puasa ini bersifat *tauqifi* yang

<sup>8</sup> Al-Ghazali, *Ihya> ‘Ulumuddi>n 2 Rahasia Ibadah*, (Jakarta: Republika Penerbit, 2011), 268-269.

<sup>9</sup> Seyyed Hussein Nasr, *Al-H{ikmah Al-Muta’aliya Mulla Sadra, Sebuah Terobosan dalam Filsafat Islam*, diterjemahkan oleh Mustamin Al-Mandary, (Jakarta: Sadra Pres, 2017), 79.

<sup>10</sup> Ahmad Zulfikar, *Suami Istri di Tarakan Dalam Pembunuhan Sepupu, Bersihkan TKP dengan Air, Mayat Ditemukan Setelah 20 Bulan*, <https://regional.kompas.com>, diakses tanggal, 21 Agustus 2023.

<sup>11</sup> Erika Kurnia, *Kasus Pencurian Marak Menjelang Ramadhan di Jakarta dan Sekitarnya*, <https://www.kompas.id>, diakses tanggal 21 Agustus 2023.

<sup>12</sup> Rosyid Al Azhar, *Lima Orang Terlibat Prostitusi di Bulan Ramadhan Dicidaduk Polisi*, <https://regional.kompas.com>, diakses tanggal 21 Agustus 2023.

<sup>13</sup> Al-Ghazali, *Bida>ya Al-Hida>ya*, diterjemahkan oleh Abu Ali Al-Banzari An-Nadwi, (Derang Malaysia: Khazana Banjariah, 1995), 108-109.

telah ditentukan Allah SWT. Sedangkan manusia berpuasa karna ketentuan syariat, hal ini disebutnya puasa orang-orang awam atau kebanyakan orang.<sup>14</sup>

Kemudian lebih menarik lagi seorang ulama sufi yang bernama Abu Qasim Al-Qushairi, menjelaskan cara berpuasa dalam kitabnya *Ar-Risālah al-Qusyairiyyah* yang dikutip oleh Umar H. Musthafa. Al-Qushairi membagi *muqamat tasawud* menjadi 45 bagian, kemudian dalam *muqamat* ibadah puasa itu dengan mengosongkan perut dan apabila seseorang itu ingin lebih dekat kepada Allah SWT, maka dirinya harus meninggalkan syahwat, kemudian bermujahadah, sabar, syukur, ikhlas, jujur, istikamah dan takwa.<sup>15</sup> Al-Qushairi juga menjelaskan makna puasa dalam kitab tafsirnya *Tafsīr al-Qusyairī al-Musammā Latā'if al-Isyārāt*, Al-Qushairi menafsirkan puasa menjadi dua yaitu puasa lahiriah dan puasa batiniah.<sup>16</sup>

Berikut penafsiran ayat puasa oleh Al-Qushairi dalam tafsir *Latā'if al-Isyārāt* pada Q.S Al-Baqarah: 183

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

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

Penafsiran: “Puasa dibagi menjadi dua yaitu: pertama, puasa lahir yakni menahan diri dari hal-hal yang membatalkan puasa dan disertai niat. Kedua puasa batin yaitu menjaga hati dari penyakit-penyakit hati, kemudian menjaga ruh dari rasa ketenteraman (dengan selain Allah SWT) dan menjaga hati dari menyaksikan apapun selain Allah”.<sup>17</sup>

“Dikatakan syarat sempurna puasanya ahli ibadah adalah menjaga lisan dari gibah dan menjaga mata dari pandangan teriringi nafsu sebagaimana nabi katakan, “siapa yang berpuasa maka puasakanlah juga pendengaran, penglihatan...” Sedangkan syarat sempurna puasa kaum ‘Arifin (puasa batin) yaitu menjaga hati dari menyaksikan segala yang selain Allah”.<sup>18</sup>

Penjelasan yang disampaikan di atas, menunjukkan pentingnya untuk memahami kembali makna puasa, dengan melihat penjelasan dan pengamalan puasa oleh para ulama sufi, yang menunjukkan bahwa puasa bukan hanya dipahami secara lahir saja melainkan juga harus dipahami secara batin. sebagaimana dalam penafsiran Imam Al-Qushairi, bahwa syarat sahnya puasa adalah dengan tidak melakukan perbuatan tercela dan syarat sempurna puasa adalah dengan menahan diri dari berbagai persoalan dunia, agar memperoleh nilai puasa dengan menyaksikan Allah SWT. Al-Qushairi juga menjelaskan cara berpuasa yang baik dalam *Risalah Al-Qushairia*, yaitu dengan mengosongkan perut, meninggalkan syahwat, mujahadah, sabar, syukur, ikhlas, jujur, istikamah dan takwa. Cara yang diajarkan ini, agar kita terhindar dari perbuatan-perbuatan maksiat atau hal-hal yang bisa mengugurkan kewajiban puasa. Cara inilah yang diajarkan oleh para ulama

<sup>14</sup> Jalaluddin Rahkmat, *Madrasah Ruhaniah Berguru pada Ilahi di Bulan Suci*, (Bandung: Mizan Pustaka, 2005), 55.

<sup>15</sup> Umar H. Musthafa, *Ramadhan Pembangkit Esensi Insan*, (Riau: Gramedia Indragiri, 2014), 187.

<sup>16</sup> Safinatunnisa Nur Iffah Alwaqi, *Self Healing dalam Kitab Tafsīr Latā'if al-Isharat*, (Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2023), 13.

<sup>17</sup> Abu Kasim ‘Abdul karim bin Hawazin bin ‘Abdul Malik Al-Qushairi, *Tafsīr al-Qushairi al-Musamma Latā'if al-Isharat*, Lebanon: Dar Al-Kutub al-‘Ilmiya, 2007, Jil.1, 87. Dilihat di:

الصوم على ضربين: صوم ظاهر و هو الإمساك عن المفطرات مصحوبا بالنية، و صوم باطن و هو صون القلب عن الآفات، ثم صون الروح عن المساكات، ثم صون السر عن الملاحظات.

<sup>18</sup> Al-Qushayri, *Latā'if al-Isyārāt*, Jil.1, 87. Dilihat di:

و يقال صوم العابدین شرطه- حتى يكمل- صون اللسان عن الغيبة، و صون الطرف عن النظر بالريبة كما في الخبر: (من صام فليصم سمعه و بصره ...) ... الخبر «3»، و أما صوم العارفين فهو حفظ السر عن شهود كل غيره.

sufi, yang pantas kita ikuti, sehingga kita dapat memperoleh kesempurnaan puasa dan ketakwaan di sisi Allah SWT.

Kajian terdahulu merupakan sebuah landasan penting untuk menyusun instrument dalam sebuah penelitian. Kegiatan yang penting dalam kajian terdahulu yaitu, melalui pengkajian secara teori dan konsep-konsep yang berkaitan dengan topik yang akan diteliti.<sup>19</sup>

Memang tidak dipungkiri tulisan-tulisan mengenai puasa begitu banyak ditulis oleh para ulama bahkan para penulis pada umumnya. Mulai dari buku harian, paduan, 'Ulumul Qur'an, hingga bercorak sufistik atau bahkan dalam penafsiran para ulama sufi. Namun dalam hal ini, penelitian berfokus pada penafsiran puasa oleh Al-Qushairi dalam kitab tafsirnya *Tafsīr al-Qusyairī al-Musammā Laṭā'if al-Isyārāt* sebagai solusi atas problematika dalam memahami dan pengamalan puasa.

Ada beberapa penelitian yang konsepnya sama dengan apa yang peneliti lakukan, yang pertama, sebuah Jurnal, yang berjudul *Nilai-nilai Pendidikan Karakter dalam Ibadah Puasa Berdasarkan Qur'an Surah Al-Baqarah ayat 183 Kajian Tafsir Al-Misbah*. Yang ditulis oleh Khairunnisa dan Muhammad Al-Fiyansa. Dalam tulisan ini mencoba menjelaskan Tafsiran atas ayat puasa yang berimplikasi pada nilai-nilai karakter seseorang dalam kajian tafsir *Al-Misbah*. Kesimpulan yang ditawarkan dari tulisan ini adalah, bahwa puasa mengandung berbagai pendidikan karakter, seperti halnya dengan nilai-nilai religius, kejujuran, sabar, kedisiplinan, dan nilai syukur.<sup>20</sup>

Persamaan dari penelitian ini dengan penelitin Khairunnisa dan Muhammad Al-Fiyansa adalah, keduanya mengangkat tema yang sama tentang puasa. Namun ada titik perbedaan dalam penelitian ini, yaitu peneliti melakukan penelitian ini lebih fokus dan menjelaskan penafsiran puasa secara khusus dalam penafsiran Al-Qushairi, sedangkan Khairunnisa dan Muhammad Al-Fiyansa tidak menjelaskan puasa dalam penafsiran Al-Qushairi, sebab studi kitab yang dipakai nya, kitab Tafsir *Al-Misbah*.

Kedua, Sebuah Jurnal yang berjudul *Pendidikan Spritual Ibadah Puasa Perspektif Andragogi Sufistik*, yang ditulis oleh Athoillah Islamy dan Nurul Istiani. Dalam jurnal ini, mencoba menjelaskan puasa sebagai sumber utama nilai pendidikan spiritual. Secara khusus tulisan ini menjelaskan bagaimana peran dan nilai yang diterapkan dalam pendidikan andragogi puasa sufistik untuk mencegah sikap tercela dan moral dalam bersosial di era perkembangan jaman. Kesimpulan yang ditawarkan dari tulisan ini adalah puasa ramadhan sebagai wadah pendidik nilai spiritual sufistik; yaitu sebagai pendidik karakter, sikap kepedulian sosial, peningkatan amalan sunnah dan iman di dalam bulan Ramdhan.<sup>21</sup>

Persamaan penelitian ini dengan penelitian Athoillah Islamy dan Nurul Istiani adalah, keduanya menjelaskan puasa sebagai nilai spiritual sufistik yang berkaitan dengan pentingnya meningkatkan nilai spiritual puasa sufistik. Namun ada titik perbedaan dalam penelitian ini, yaitu peneliti melakukan penelitian ini lebih fokus dan menjelaskan puasa sufistik dalam Al-Qur'an secara khusus melalui penafsiran Al-Qushairi dalam kitab *Laṭā'if al-Isyārāt*, Sedangkan Athoillah Islamy dan Nurul Istiani dalam mejelaskan puasa,

<sup>19</sup> Moh Toharudin, *Penelitian Tindakan Kelas Teori dan Aplikasinya untuk Pendidik yang Provesional*, (Klaten Jawa Tengah: Lakeisha, 2019), 40.

<sup>20</sup> Khairunnisa dan Muahmmad Al-Fiyansa, Nilai-nilai Pendidikan Karakter dalam Ibadah Puasa Berdasarkan Qur'an Surah Al-Baqarah ayat 183 Kajian Tafsir Al-Misbah, dalam *Al-Kaunyah Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir*, (Sumatra Utara: STAIN, Vol IV, No.1, 2023), 10.

<sup>21</sup> Athoillah Islamy dan Nurul Istiani, *Pendidikan Spritual Ibadah Puasa Perspektif Andragogi Sufisti*, dalam *Studi Multidisipliner Kajian Keislaman*, (Pekalongan:, IAIN Padangsidipuan, Vol VIII, No.1, 2021), 15.

tidak mengutip bahkan tidak ada pendekatan studi kitab tafsir ataupun penafsiran Al-Qushairi.

*Ketiga*, Sebuah Jurnal yang berjudul *Ragam Cara Mengenalkan Ibadah Puasa Ramadhan Bagi Anak Usia Dini*, yang ditulis oleh Rendi Setyo Wahyudi. Dalam jurnal ini, mencoba menjelaskan makna dan cara dalam berpuasa. Secara khusus jurnal ini menjelaskan ragam cara berpuasa untuk anak usia dini, agar supaya anak usia dini dapat memahami dan menjalankan puasa.<sup>22</sup>

Persamaan penelitian ini dengan penelitian Rendi Setyo adalah, sama-sama mempunyai tema tentang puasa, mencoba menjelaskan makna dan peraktek puasa. Perbedaannya, peneliti yaitu peneliti melakukan penelitian ini lebih fokus dan menjelaskan puasa sufistik dalam Al-Qur'an secara khusus melalui penafsiran Al-Qushairi dalam kitab *Laṭā'if al-Isyārāt*. Sedangkan perbedaannya, penelitian Rendi Setyo menjelaskan puasa, tidak mengutip bahkan tidak ada pendekatan studi kitab tafsir ataupun penafsiran imam Al-Qushairi.

*Keempat*, Sebuah Jurnal yang berjudul *Studi Penafsiran Ikhlas dalam Laṭā'if al-Isyārāt*, yang dituli oleh Fatimah Apriliani dan Setiawan Kari Mukmin. Dalam jurnal ini mencoba menjelaskan makna ikhlas dalam penafsiran Al-Qushairi, yaitu untuk mencari tau relevansi makna ikhlas dalam kehidupan. Hasil yang didapatkan bahwa Al-Qushairi menjelaskan bahwa, menjalankan suatu ibadah ataupun perbuatan tidaklah cukup dengan hanya ikhlas beribadah karena Allah semata, tetapi juga harus menjauhi hal-hal kemusyrikan dan orang-orang yang musyrik.<sup>23</sup>

Persamaan penelitian ini dengan penelitian Fatimah Apriliani dan Setiawan Kari Mukmin adalah, sama-sama mengutip penafsiran Al-Qushairi dalam kitab tafsir *Laṭā'if al-Isyārāt*, untuk menjelaskan ayat dari objek penelitian. Sedangkan perbedaannya, pada tema dan judul masalah yang diteliti, yaitu peneliti berusaha menjelaskan makna puasa dalam penafsiran Al-Qushairi, sedangkan Fatimah Apriliani dan Setiawan Kari Mukmin berusaha menjelaskan makna Ikhlas dalam Penafsiran Imam Al-Qushairi.

Kajian terdahulu merupakan bukti sudah adanya penelitian terdahulu, yang telah diteliti oleh para sarjanawan ataupun para intelektual. Maka dari itu, semoga dari kajian terdahulu ini, bisa menunjukkan pentingnya akan penelitian baru untuk menjelaskan dan menyelesaikan masalah dalam penelitian ini.

## B. Metode Penelitian

Dalam artikel ini, peneliti menggunakan metode deskriptif-analitis. Artinya, peneliti tidak hanya bertugas mendeskripsikan data atau informasi sebagaimana adanya, melainkan juga menganalisis, mengelaborasi, serta menafsirkan data tersebut secara lebih mendalam. Pendekatan ini bertujuan untuk memberikan gambaran yang komprehensif mengenai objek penelitian, yakni konsep puasa sufistik dalam pemikiran Al-Qusyairi. Peneliti tidak hanya menguraikan makna-makna literal yang terdapat dalam sumber utama, melainkan juga mengkaji makna-makna batin (esoteris) yang dikandungnya. Dalam proses ini, peneliti juga melakukan elaborasi dengan sumber-sumber lain, baik yang berasal dari khazanah tafsir tasawuf klasik maupun literatur kontemporer, guna memperkaya analisis dan memperdalam pemahaman terhadap objek yang dikaji.

<sup>22</sup> Setyowahyudi Rendi, *Ragam Cara Mengenalkan Ibadah Puasa Ramadhan bagi Anak Usia Dini*, dalam *Ashil*, (Kediri: IAI Tribakti, Vol III, No.1, 2023), 44.

<sup>23</sup> Fatimah Apriliani dkk, *Studi Penafsiran Ikhlas dalam Laṭā'if al-Isha'ra*, dalam *JAWI*, (Lampung: UIN Raden Intan Lampung, Vol V, No.2, 2022), 172.

Secara khusus, penelitian ini berfokus pada interpretasi esoteris terhadap ayat 183 Surah al-Baqarah yang berbicara tentang kewajiban berpuasa. Tafsir Al-Qusyairī dalam *Latā'if al-Isyārāt* menjadi rujukan utama dalam menganalisis dimensi batiniah (*isyārī*) dari perintah puasa tersebut. Peneliti menelusuri bagaimana Al-Qusyairī memaknai puasa tidak hanya sebagai bentuk pengendalian diri secara lahiriah, tetapi juga sebagai upaya penyucian jiwa dan pendekatan spiritual menuju Allah. Melalui metode ini, penelitian berusaha membangun pemahaman yang lebih dalam tentang hubungan antara teks Al-Qur'an, pengalaman spiritual, dan prinsip-prinsip sufistik, sehingga dapat menjawab rumusan masalah tentang bagaimana pemaknaan puasa secara esoteris menurut perspektif tafsir isyari.

## C. Hasil dan Pembahasan

### 1. Analisis Kebahasaan Puasa Sufistik

Puasa dan sufi merupakan dua kata yang memiliki arti yang berbeda, yakni puasa merupakan sebuah ibadah yang bersifat wajib dan sunnah untuk dijalani, sedangkan sufi merupakan istilah atau penamaan yang diberikan kepada orang yang mendalami ilmu tasawuf. Sehingga, jika dilihat dari segi bahasa puasa diambil dari kata (*الصيام*) *as-s}iya>m* (puasa). Asal kata menahan diri dari sesuatu. Jika seseorang yang sedang menahan diri untuk tidak bicara atau makan, maka secara bahasa disebut (*الصائم*) *as-s}a>'im* (berpuasa).<sup>24</sup> Sedangkan sufi secara umum diambil dari kata *s}u>f* (*صوف*) yang berarti kain wol yang disebutkan pada pakaian yang dipakai oleh para sufi di masa awal, ada yang mengartikan juga dengan kata *saf* yang berarti barisan dalam salat, dan ada yang mengartikan dengan *s}af>>>>* (*صاف*) yang berarti kemurnian sebagai penekanan seorang sufi selalu dalam kemurnian hati dan jiwa.<sup>25</sup> Dalam kamus besar bahasa Indonesia (KBBI), puasa diartikan dengan meniadakan makan dan minum dengan sengaja. Sedangkan sufi diartikan ahli ilmu tasawuf.<sup>26</sup>

Secara Istilah puasa sufistik diartikan sebagai proses belajar dalam penyucian diri, untuk menggali potensi terdalam manusia dari aspek esoteris, yang bisa diamlakan dalam kehidupan sosial.<sup>27</sup> Karena puasa sufistik merupakan sebuah rahasia antara seorang hamba dan Tuhannya. Maka, ketika seorang hamba yang sabar, ikhlas serta penuh cinta dengan berpuasa, maka hubungan seorang hamba kepada tuhannya dalam ketundukan total. Yaitu seorang yang menyerahkan khendak dan hasrat-hasratnya, serta melakukan segala hal sesuai kehendak Tuhan.<sup>28</sup>

Makna puasa menurut para sufi berbeda dengan makna puasa yang disampaikan oleh para ulama non sufi.<sup>29</sup> Sebagaimana dalam penjelasan sebelumnya terkait puasa menurut ulama non sufi, bahwa puasa adalah menahan diri dari lapar, haus dan melakukan

<sup>24</sup> Gus Arifin, *Fiqih Puasa dalam Memahami Puasa Ramadhan Zakat Fitrah, Hari Raya, dan Halal bi Halal*, 76.

<sup>25</sup> Yoyok Rahayu Basuki, *Kisah Sufi*, (Malang: Publisher, 2023), 6.

<sup>26</sup> Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa, <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/sufi/puasa>, diakses tanggal 14 September 2023.

<sup>27</sup> Abdul Piroi, *Ramadhan Ensiklopedis Membincang Ragam Persoalan di Bulan Puasa*, (Surabaya: Cipta Media Nusantara, 2022), 95.

<sup>28</sup> Al-Bigrawi dan Ibn 'Arabi, *Merasakan Manisnya Iman dalam Kita>b Kunh Ma>la> Budda Minhu Li Al-Muri>d*, diterjemahkan oleh A Syamsul Rizal dan Hodri Aiev, (Jakarta: Serambi Ilmu Semesta, 2008), 233.

<sup>29</sup> Abu Karam Amin, *Hakikat Ibadah Menurut Ibn 'Arabi dalam H{aqi>qah Al-'Iba>dah Muh{yiddi>n Ibn 'Arabi*, diterjemahkan oleh Roni Nugroho, (Ciputat: Alifia Books, 2020), 150.

hubungan badan dari terbitnya fajar hingga terbenamnya matahari.<sup>30</sup> Sedangkan puasa menurut ulama sufi, dimaknai diluar makna lahirnya. Sebagaimana makna puasa yang disampaikan oleh ulama sufi sebagai berikut:

*Pertama*, makna puasa sufistik dijelaskan oleh Ibrahim Amini. dikatakan bahwa, puasa adalah ibadah yang terikat dari dua sisi. Sisi pertama, menahan nafsu dari segala bentuk kenikmatan, seperti halnya memelihara diri dari lapar, haus serta berhubungan seks. Di sisi lain juga harus menjauhkan diri dari membohongi segala sesuatu atas nama Allah dan Rasul serta menghindari hal-hal yang dijelaskan dalam kitab fikih. Sisi kedua, puasa adalah menahan dan menghindari nafsu dan kenikmatan materi yang membatalkan puasa, dengan niat untuk lebih dekat dengan Allah SWT.<sup>31</sup>

Makna puasa sufistik yang disampaikan Ibrahim Amini, menunjukkan bahwa, ketika berpuasa nya seseorang maka hendaklah menahan nafsunya dari segala bentuk kenikmatan, kemudian menjauhkan diri dari sumpah palsu atas nama Allah dan Rasulnya, menghindari segala sesuatu yang sudah diketahui keharamannya, serta menjadikan diri untuk melakukan segala kebaikan dengan niat hanya mendapatkan Ridanya Allah SWT.

*Kedua*, Makna puasa sufi dijelaskan Al-Ghazali dalam kitabnya *Asraru As-Saum wa Muhimmatih*, dikatakan bahwa puasa memiliki tiga makna atau tiga tingkatan. Yang pertama puasa awam yaitu, mencegah diri atas perut dan kemaluan dari keinginan terpenuhinya syahwat. Yang kedua puasa khusus yaitu, mencegah diri dari pendengaran, penglihatan, lidah, tangan, kaki, dan organ tubuh lainnya dalam hal-hal yang menyebabkan terjadinya perbuatan dosa. Dan yang ke tiga puasa sangat khusus yaitu, menahan hati dari keinginan rendah, memikirkan duniawi, dan tercega selain Allah SWT secara *universal*. Kemudian Al-Ghazali mengutip sebuah riwayat untuk kita hindari hal-hal yang menyebabkan batalnya puasa. *Rasulullah SAW bersabda. Lima hal yang membatalkan puasa yaitu: dusta, gujangan (gibah), hasutan (namim'ah), sumpah palsu dan pandangan dengan syahwat.*<sup>32</sup>

Makna puasa sufistik yang disampaikan Al-Ghazali, bahwa puasa memiliki tiga tingkatan. Tingkatan pertama, jika seorang berpuasa dengan menahan segala sesuatu yang masuk pada perutnya dan menahan nafsu untuk menghindari hubungan suami istri, maka ini disebut puasa awam. Ke dua, menghindari diri dari melihat yang buruk, mendengarkan yang buruk, berkata yang buruk, mencuri, berjalan ke tempat maksiat dan menghindari dari perbuatan dosa lainnya, maka ini disebut puasa khusus. Yang ke tiga, jika seseorang mampu menjadikan hati dan pikirannya hanya kepada Allah SWT, dan menjadikan segala sesuatu yang terjadi dan dilakukan di dunia ini hanyalah sebab dari apa yang dihendaki Allah SWT, maka ini disebut puasa sangat khusus.

*Ketiga*, makna puasa sufistik disampaikan oleh Al-Qushairi dalam kitab tafsirnya *Latā'if al-Isyārāt*:

*“Puasa dibagi menjadi dua yaitu: pertama, puasa lahir yakni menahan diri dari hal-hal yang membatalkan puasa dan disertai niat. Kedua puasa batin yaitu menjaga hati dari penyakit-penyakit hati, kemudian menjaga ruh dari rasa ketenteraman (dengan selain Allah SWT) dan menjaga hati dari menyaksikan apapun selain Allah”.*<sup>33</sup>

<sup>30</sup> Ahmad Khoiron Mutafit, *Kupas Tuntas Puasa*, (Jakarta: Qultum Media, 2004) 5.

<sup>31</sup> Ibrahim Amini, *Risalah Tasawuf Kitab Suci Para Pesuluk*, diterjemahkan oleh Ahmad Subandi dan Muhammad Ilyas, (Jakarta: Islamic Center Jakarta, 2002), 336.

<sup>32</sup> Al-Ghazali, *Asraru As-Saum wa Muhimmatih*, diterjemahkan oleh Bahruddin Achmad, (Bekasi: Pustaka Al-Muqsih, 2022), 43-44.

<sup>33</sup> Abu Kasim 'Abdul karim bin Hawazin bin 'Abdul Malik Al-Qushairi, *Tafsir al-Qushairi al-Musamma Latā'if al-Ishārat*, Lebanon: Dar Al-Kutub al-'Ilmiya, 2007, Jil.1, 87. Dilihat di:

“Dikatakan syarat sempurna puasanya ahli ibadah adalah menjaga lisan dari gibah dan menjaga mata dari pandangan teriringi nafsu sebagaimana nabi katakan, “siapa yang berpuasa maka puasakanlah juga pendengaran, penglihatan...” Sedangkan syarat sempurnanya puasa kaum ‘Arifin (puasa batin) yaitu menjaga hati dari menyaksikan segala yang selain Allah”.<sup>34</sup>

Al-Qushairi, menjelaskan dalam tafsirnya bahwa puasa dimaknai secara lahir dan puasa dimaknai secara batin. Puasa secara lahir adalah menahan diri untuk tidak minum, makan dan menyalurkan syahwat kepada siapapun, serta meniatkan puasanya secara benar. Sedangkan puasa batin adalah menjaga diri dari penyakit hati, menjaga jiwa dari rasa aman kepada Allah, dan menjadikan hati dalam kehidupan hanya milik Allah SWT.

Hossein Nasr, juga menjelaskan bahwa yang dimaksud puasa batin adalah disiplinya jiwa seseorang dalam mencegah nafsu, agar tidak melampiaskan darinya dan keinginan untuk tidak melakukan kejahatan, seperti berbohong, memfitnah, iri, dengki, atau sombong. Dan tahap lain untuk mencapai puasa batin adalah menahan diri dari segala yang bahkan diharamkan, seperti makan makanan yang halal, minum minuman yang halal dan berhubungan suami istri. Kemudian untuk memperoleh tingkatan akhir dari puasa batin adalah menjadikan diri secara fisik dan spiritual untuk menghindari hijab antara diri dan Allah SWT. Allah SWT dijadikan satu-satunya kekasih, satu-satunya tujuan, dan satu-satunya sasaran. Dengan mengacu pada jenis puasa inilah, mengutip pada firman Allah, dalam hadis Qudsi, “puasa puasa itu untuk ku (Allah), dan aku (Allah) yang akan memberi pahala untuk itu.”<sup>35</sup>

Abu Nasr As-sarraz mengatakan bahwa, puasa sufistik adalah puasanya seseorang dengan jiwanya, yaitu seseorang yang menahan syahwat dan sabar karna Allah SWT, karna sesungguhnya dengan puasa itu, seorang akan menjaga tubuhnya dari pendengaran yang buruk, penglihatan yang buruk-buruk, mengeluarkan ucapan yang buruk, dan dari perbuatan cabul atau maksiat. Sebab ini adalah adab yang baik dalam menjaga kesempurnaan puasa.<sup>36</sup>

Dari beberapa penjelasan ulama sufi di atas, menunjukkan bahwa puasa sufistik adalah puasa yang dilakukan bukan hanya dengan menahan lapar, haus dan berhubungan badan. Melainkan puasa yang dilakukan secara batin, yaitu dengan menahan syahwat secara lahir dan batin. sebagaimana seseorang yang berpuasa harus menjaga tubuhnya dari pendengaran yang buruk, penglihatan yang buruk, mengeluarkan ucapan yang buruk, ataupun bermaksiat dalam bentuk apapun. Dan menjadikan dirinya menjauh dari penyakit hati serta menjaga jiwa dari rasa aman kepada Allah.

## 2. Puasa Lahir dalam *Tafsir Latā'if al-Isyārāt*

Al-Qushairi menjelaskan dalam tafsirnya, bahwa yang dimaksud dengan puasa lahir adalah, *menahan diri dari hal-hal yang membatalkan puasa dan disertai niat*.<sup>37</sup> Terkait hal-hal yang membatalkan puasa, tentu tidak asing lagi bagi kita sebagai umat

الصوم على ضربين: صوم ظاهر و هو الإمساك عن المفطرات مصحوبا بالنية، و صوم باطن و هو صون القلب عن الآفات، ثم صون الروح عن المساكنت، ثم صون السر عن الملاحظات.

<sup>34</sup> Al-Qushairi, *Latā'if al-Isyārāt*, Jil.1, 87. Dilihat di :

و يقال صوم العابدين شرطه- حتى يكمل- صون اللسان عن الغيبة، و صون الطرف عن النظر بالرؤية كما في الخبر: (من صام فليصم سمعه و بصره ...) الخبير «3»، و أما صوم العارفين فهو حفظ السر عن شهود كل غيره.

<sup>35</sup> Seyyed Hossein Nasr, *Islamic Spirituality Foundation, Ensiklopedia Tematis Spiritual Islam*, diterjemahkan oleh Rahmani Astuti, (Bandung: Mizan, 2002), 158-160.

<sup>36</sup> Abi> Nas}r ‘Abdullah bin ‘Ali> As-Sarraj Al-T{u>si>, *Allum’a Fit-Tas}awwuf*, (London: Central Archaeological Library, 1914), 162.

<sup>37</sup> Al-Qushairi, *Tafsi>r Latā'if al-Isyārāt*, Jil.1, 87.

Islam yang menjalankan kewajiban puasa, sebagaimana yang diketahui bahwa segala sesuatu yang masuk ke dalam tubuh seperti makanan, minuman, ataupun obat-obatan maka akan membatalkan puasa.<sup>38</sup> Sedangkan niat merupakan suatu yang berdasar pada apa yang mau dilakukan, apakah baik atau buruk. Dalam hal ini tentu Islam mengatur agar seseorang melakukan suatu ibadah maka harus melandasi niatnya yang baik. Sebab jika tidak, maka seseorang itu akan mendapatkan sesuai dengan apa yang diniatkannya, sebagaimana dalam hadits dikatakan, niat amal itu tergantung niat orang yang mengerjakannya, bagi siapa yang mengerjakan karna Allah SWT dan Rasul-Nya maka dia akan memperoleh kebaikan yang dicatat karna Allah SWT dan Rasul-Nya, dan jika seseorang berbuat suatu kebajikan atau amal soleh karna ingin memperoleh dunia atau wanita yang ingin dinikahinya, maka hanya sebatas itu yang didupatkannya. (Bukhari: 1, Muslim 1907).<sup>39</sup>

Terkait penjelasan di atas, jika puasa dijalankan secara lahir saja, maka seseorang hanya memperoleh sebatas apa yang diusahakannya. Mengenai hal ini setiap orang punya usaha dan cara tersendiri dalam menjalankan puasa, dari sebab inilah ulama sufi menjelaskan tentang tingkatan-tingkatan spiritual dalam suatu ibadah, termasuk ibadah puasa. Jika dilihat dalam konteks pemaknaan, puasa lahir bisa dikategorikan dalam tingkatan puasa awam. Sebagaimana Al-Ghazali menjelaskan bahwa puasa awam (lahir), sebab yang dimaksud dengan puasa awam (lahir) adalah puasa yang hanya sebatas mencegah diri atas perut dan kemaluan serta dari keinginan terpenuhinya syahwat.<sup>40</sup> Dilihat dari pandangan Al-Ghazali dalam pemaknaan puasa awam, sama dengan makna puasa lahir yang disampaikan Al-Qushairi. Dari hal inilah peneliti berkesimpulan yang dimaksud puasa lahir adalah puasa awam.

### 3. Puasa Batin dalam *Tafsir Latā'if al-Isyārāt*

Al-Qushairi dalam tafsirnya, menjelaskan bahwa puasa bukan hanya dipahami dengan makna lahir saja, melainkan juga dengan makna batin. Yang dimaksud puasa batin; yaitu menjaga hati dari penyakit-penyakit hati, kemudian menjaga ruh dari rasa ketenteraman (dengan selain Allah SWT) dan menjaga hati dari menyaksikan apapun selain Allah.<sup>41</sup>

Al-Qushairi, memberikan pemahaman puasa yang lebih luas dengan menggambarkan bahwa puasa tidak hanya memiliki makna lahiriah, melainkan juga makna batiniah. Pemahaman ini mengarah pada konsep puasa batin, yang melibatkan penjagaan hati dari berbagai penyakit hati, menjaga ruh dari mencari ketenteraman di luar hubungan dengan Allah SWT, dan memastikan hati tetap fokus pada penghayatan kehadiran-Nya.

Puasa batin, menurut Al-Qushairi, berbeda dengan puasa lahir. Jika puasa lahir hanya terfokus pada menahan lapar, haus, dan menjauhi hubungan badan, puasa batin lebih bersifat spiritual. Artinya, seseorang yang berpuasa batin berupaya menjauhkan akal dan hatinya dari godaan dunia, yang dapat diibaratkan sebagai "penyakit-penyakit hati." Ini mencakup segala bentuk sifat-sifat negatif seperti iri hati, kedengkian, dan nafsu duniawi. Lebih jauh lagi, puasa batin mendorong individu untuk memusatkan perhatian pada aspek keimanan dan taqwa kepada Allah SWT. Ini berarti bahwa seseorang yang

<sup>38</sup> Mansur Chadi Mursid, *Menjaga Puasa Ramadhan*, (Bandung: Panca Terra Firma, 2019), 13-15.

<sup>39</sup> Nawawi, *Matan Hadits Arba'in*, 1.

<sup>40</sup> Al-Ghazali, *Ihya' Ulumuddin*, 88-99.

<sup>41</sup> Al-Qushairi, *Tafsir Latā'if al-Isyārāt*, Jil.1, 87.

berpuasa batin tidak hanya membatasi diri dalam hal-hal fisik, tetapi juga menciptakan ruang untuk meningkatkan hubungan spiritual dengan Allah. Puasa batin mengajarkan kesadaran diri, pengendalian diri, dan pengabdian kepada Tuhan dalam berbagai bentuk ibadah. Dengan demikian, analisis ini menyoroti perbedaan antara puasa lahir dan puasa batin, serta menegaskan bahwa puasa batin lebih mendalam dengan fokus pada penyucian hati dan penguatan ikatan spiritual dengan Allah SWT.

Mengenai hal ini, dalam pengamalannya puasa batin, disebut juga puasa sufistik. Sebagaimana yang dijelaskan oleh Haidar Amuli, Puasa bagi seorang sufi disebut juga puasa ahli Hakikat atau puasa batin, yaitu dengan cara menahan diri dari menyaksikan selain yang Hak dalam berbagai keadaan sesuai dengan penilaian orang-orang, dalam ilmu ini: "*Tidak ada sesuatu pun dalam eksistensi kecuali Allah, nama-Nya, sifat-Nya, dan tindakan-tindakan-Nya; semuanya adalah Dia, oleh Dia, dari Dia, dan kepada Dia.*" Hal ini karena siapa pun yang tidak mencegah jiwanya dari menyaksikan selain-Nya dalam segala keadaan adalah seseorang yang menyekutukan Allah; dan baik puasa maupun shalat tidak diterima dari seorang musyrik. Dasar ibadah adalah penyucian dari kekejian bersekutu dengan Allah melalui air kesatuan ilahi (tauhid) dan cahaya iman. Oleh karena itu, seorang sufi dalam berpuasa, pada awalnya, adalah untuk menahan diri dari menyaksikan tindakan apa pun yang berasal dari selain-Nya, apa pun keadaannya, sehingga dia dapat mencapai derajat tawhid. Demikian pula, tugasnya adalah menahan diri dari menyaksikan sifat-sifat selain-Nya, apa pun keadaannya, sehingga dia dapat mencapai derajat tawhid sifat. Kemudian, tugasnya adalah menahan diri dari menyaksikan eksistensi selain-Nya, apa pun keadaannya, sehingga dia dapat mencapai derajat tauhid zat; itulah tujuan mutlak dan akhir dari perjalanan spiritual atau bahkan seluruh eksistensi.<sup>42</sup>

## Tujuan Puasa

Setiap ibadah yang dilakukan itu tidak ada yang sia-sia, karena setiap perkara ibadah yang diperintahkan Allah SWT, itu pasti ada manfaatnya, seperti halnya ibadah salat, zakat, puasa dan haji.<sup>43</sup> Puasa merupakan salah satu ibadah yang sangat banyak manfaatnya, baik secara fisik maupun mental, baik secara lahir ataupun secara batin.<sup>44</sup> Adapun manfaat-manfaat puasa sebagai berikut:

1. Quraish Shihab dalam kitabnya *Al-Lubab*, menjelaskan bahwa, adapun manfaat puasa yang diajarkan Al-Qur'an adalah, dapat membuahakan kesucian jiwa, keikhlasan diri dan ketulusan jiwa, serta penjagaan diri dan ketakwaan kepada Allah SWT.<sup>45</sup> Imam Al-Ghazali dalam kitabnya *Minhajul Abidin*, mengatakan bahwa takwa adalah tekad yang kuat terhadap hati seseorang kepada Allah SWT, dengan tidak melakukan perbuatan dosa dan membenci perbuatan ingkar kepada Allah SWT.<sup>46</sup>
2. Alamah Kamal Faqih Imani menjelaskan dalam tafsirnya *Nurul Qur'an*, bahwa ada dua manfaat dari puasa. Di antaranya yang pertama, dampak higienis dan

<sup>42</sup> Sayyid Haydar Amuli, *Inner Secrets of The Path*, diterjemahkan oleh Assadullah Ad-Dhaakir Yate, (Great Britain: Zahrah Amanah, 1989), 256-259.

<sup>43</sup> Dwi Suwiknyo, *Hapus Penat dengan Salat*, (Jakarta: Elex Media Komputindo Kompas Gramedia, 2019), 79.

<sup>44</sup> Samsul Munir Amin dan Ariyanto Al-Fandi, *Etika Beribadah Berdasarkan Al-Qur'an dan Sunnah*, (Jakarta: Amjah, 2011), 14.

<sup>45</sup> Quraish Shihab, *Al-Lubab*, Jil.I,58.

<sup>46</sup> Abu Hamid Muhammad bin Muhammad Al-Ghazali, *Minhajul Abidin, Jalan para Ahli Ibadah*, diterjemahkan oleh Abu Hamas As-Sasaky, (Jakarta: Katulistiwa, 2011), 123.

penyembuhannya. Yaitu dapat mengobati berbagai jenis penyakit, sebagaimana bahan makanan berat yang tidak terserap dalam bentuk menonjol dan berlemak ataupun gula darah berlebihan yang menempel di bagian tubuh, tentu itu bagian dari bahan-bahan yang dikonsumsi secara berlebihan oleh tubuh. Maka dari itu cara memusnahkan penyakit-penyakit ini, yaitu dengan berpuasa. Kedua, berdampak pada sosial masyarakat. Sebagaimana puasa sebagai pemerataan antara orang miskin dan kaya. Yaitu orang kaya dan miskin sama-sama merasakan lapar dan sama-sama berjuang untuk memperoleh besarnya nilai puasa.<sup>47</sup>

3. Al-Qurtubi dalam tafsirnya menjelaskan bahwa, adapun Dua manfaat puasa yang bisa membedakan dengan ibadah-ibadah lainnya yaitu; *Pertama*, puasa dapat menjauhkan seseorang dari pemuasan nafsu syahwat, yang tidak dapat dilakukan oleh ibadah lainnya. *Kedua*, puasa merupakan sebuah ibadah yang di dalamnya ada rahasia antara hamba dan Tuhannya, yang tidak diketahui oleh orang lain kecuali orang yang berpuasa. Karena itu di dalam puasa ada makna yang istimewa.<sup>48</sup>
4. Wahbah Az-Zuhaili dalam tafsirnya, mengatakan bahwa ada beberapa manfaat puasa, di antaranya; *Pertama*, puasa mengajarkan jiwa agar takut kepada Allah SWT, di saat sendiri. Kalaulah ada air ketika haus, ada makanan ketika lapar, dan syahwat terlihat menarik dan ingin melampiaskan nafsunya, namun karna puasanya maka dorongan iman dan rasa takut kepada Allah SWT, untuk tidak membatalkan puasa. *Kedua*, puasa akan mengendalikan syahwat kepada yang belum menikah, mengutip sebuah riwayat dari Ibnu Mas'ud; *dan barang siapa belum sanggup menikah maka hendaknya dia berpuasa, sebab puasa itu meredakan nafsu. Ketiga*, puasa mengajarkan rasa peka dan kasih sayang kepada seseorang untuk saling memberi, ketika lapar dan ketika kenyang. Karena ketika lapar seseorang akan mengingat orang-orang yang tidak punya apa-apa, maka puasa mengajarkan demikian untuk saling berbagi. *Keempat*, puasa mengajarkan semua manusia itu sama. Sebagaimana orang kaya dan orang miskin punya kedudukan yang sama untuk memperoleh nilai puasa yang dikerjakan. *Kelima*, puasa mengajarkan kedisiplinan waktu, sebagaimana seseorang akan sahur dan berbuka pada waktu yang telah ditentukan. *Keenam*, puasa membuat tubuh dan kesehatan semakin kuat, membebaskan tubuh dari bahan-bahan makanan dan zat-zat berbahaya, menyegarkan organ-organ tubuh dan menguatkan memori dalam beribadah kepada Allah.<sup>49</sup>
5. Dijelaskan manfaat puasa dalam *Syarah Riyadhus Shalihin*, bahwa puasa mempunyai pengobatan yang sangat baik untuk organ-organ tubuh secara lahiriah, batiniah dan pelindung dari zat-zat berbahaya yang dapat mengganggu kesehatan. Maka dari itu puasa sebagai pelindung kesehatan organ-organ tubuh seperti hati, dan memulihkan sel-sel tubuh yang sudah rusak, serta pendukung terkuat untuk meningkatkan takwa.<sup>50</sup>

Dari beberapa penjelasan manfaat puasa di atas, dapat disimpulkan bahwa puasa sangat bermanfaat untuk tubuh baik secara lahir maupun secara batin. Yang dimaksud dengan manfaat puasa secara lahir adalah, puasa dapat mencegah tubuh dari serangan penyakit yang berbahaya, seperti penyakit gula, penyakit jasmani dan penyakit saraf lainnya dan

<sup>47</sup> Kamal Faqih Imani, *Tafsir Nurul Qur'an*, Jil.2, 81-83.

<sup>48</sup> Al-Qurtubi, *Tafsir Al-Qurtubi*, Jil.II, 627.

<sup>49</sup> Wahbah Az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir*, Jil.I, 379-380.

<sup>50</sup> Salim bin 'Led Al-Hilali, *Syarah Riyadhus Shalihin*, diterjemahkan oleh A.Sjinqithy Djamaluddin, (Jakarta: Pustaka Imam Asyafi'I, 2012), 64.

puasa akan mengendalikan tubuh dari memakan makanan dan minuman secara berlebihan. Sedangkan manfaat puasa secara batin adalah, puasa akan melatih tubuh seseorang agar kuat dalam beribadah. Seperti halnya puasa mengajarkan orang untuk meninggalkan perilaku buruk terhadap sesuatu, mengendalikan seseorang dari pemuasan nafsu syahwat, mengendalikan emosi, tidak berkata kotor. Puasa juga mengajarkan jiwa agar takut kepada Allah SWT, dalam bentuk meningkatkan spiritual ibadah seperti halnya dengan berpuasa dapat membuahakan kesucian jiwa, keikhlasan diri dan ketulusan jiwa, serta penajagaan diri dan ketakwaan kepada Allah SWT.

## Keistimewaan Puasa

Setiap ibadah yang diperintahkan Allah SWT, seperti ibadah shalat, puasa, haji dan lainnya pasti ada keistimewaan.<sup>51</sup> Adapun keistimewaan ibadah puasa yang akan disebutkan sebagai berikut;

1. Dijelaskan dalam *Kitab Sahih Muslim Bab Keutamaan Berpuasa*, dalam sebuah riwayat dikatakan bahwa Rasulullah SAW bersabda, “Allah SWT berfirman, ‘setiap amal anak Adam adalah baginya kecuali puasa. Puasa itu bagi-Ku, dan Akulah yang membalasnya.’ Puasa adalah perisai. Apabila seseorang berpuasa maka janganlah dia merusak puasanya dengan perkataan kotor dan menghina orang lain. Apabila dia dihina seseorang ataupun diserang, maka katakanlah, ‘sesungguhnya aku sudah berpuasa. Aku sedang berpuasa.’ Demi Dzati yang jiwa Muhammad ada tangan-Nya. Sesungguhnya bau mulut orang yang berpuasa lebih wangi di sisi Allah pada hari Kiamat dari Kasturi. Dan bagi yang berpuasa ada dua kebahagiaan; dia merasa bahagia di saat berbuka lantaran dia berbuka (setelah berpuasa), dan bahagia saat berjumpa dengan Rabbnya juga karena puasanya.”<sup>52</sup>
2. Dalam hadis lain dijelaskan bahwa Rasulullah SAW bersabda, “Di dalam surga ada satu pintu yang disebut *Ar-Rayyan*. Orang-orang yang diperkenankan akan masuk surga melalui pintu *Ar-Rayyan* pada hari Kiamat hanyalah orang-orang yang berpuasa, sedangkan yang lainnya tidak diperkenankan. Mereka akan dipanggil, ‘Mana orang-orang yang melakukan puasa?’ Dan bila orang yang terakhir dari mereka telah masuk, maka pintu itu ditutup, hingga tak seorang pun dapat memasukinya.”<sup>53</sup>
3. Dijelaskan keistimewaan puasa dalam kitab *Fathul Ba'ri*, bahwa Al-Qadhi Iyadh dalam kitabnya *Al-Akmal* mengatakan, puasa dapat melindungi seseorang dari dosa-dosa yang bisa menjerumuskannya ke dalam neraka, atau dari semua yang menyiksa. Kemudian dari Ibn ‘Arabi, puasa akan menjadi perisai dari api neraka dikarenakan puasa dapat bertahan dari syahwat dan keinginan yang buruk, sedangkan neraka dikelilingi oleh syahwat. Dikatakan juga, seseorang yang

<sup>51</sup> H Miftah Faridl, *Antar Aku ke Tanah Suci Paduan Mudah Haji Umrah dan Jiarah*, (Jakarta: Gema Insani, 2007), 33.

<sup>52</sup> Muslim bin Al-Hajjaj Al-Qusayri An-Naisaburi, *Ensiklopedia Hadits 3; Sahih Muslim 1*, diterjemahkan oleh Ferdinand Hasmand dkk, (Jakarta: Penerbit Almahira, 2012), 529. Dilihat di حَدَّثَنِي مُحَمَّدُ بْنُ رَافِعٍ: حَدَّثَنَا عَبْدُ الرَّزَّاقِ: أَخْبَرَنَا ابْنُ جُرَيْجٍ أَخْبَرَنِي عَطَاءٌ عَنْ أَبِي صَالِحٍ الرَّبَّاتِ أَنَّهُ سَمِعَ أَبَا هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ يَقُولُ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ: ((قَالَ اللَّهُ تَعَالَى: كُلُّ عَمَلٍ ابْنِ آدَمَ لَهُ إِلَّا الصِّيَامَ فَإِنَّهُ لِي وَأَنَا أَجْزِي بِهِ، وَالصِّيَامُ جَنَّةٌ، فَإِذَا كَانَ يَوْمَ صَوْمِ أَحَدِكُمْ، فَلَا يَرْفُثُ يَوْمَئِذٍ وَلَا يَسْتَخْبِ، فَإِنَّ سَابِقَهُ أَخَذَ أَوْ قَاتَلَهُ، فَلْيَبْغِزْ لِي أَمْرًا صَائِمًا، إِي صَائِمٍ وَالَّذِي نَفْسُ مُحَمَّدٍ بِيَدِهِ! لَخُلُوفُ فَمِ الصَّائِمِ أَطْيَبُ عِنْدَ اللَّهِ يَوْمَ الْقِيَامَةِ، مِنْ رِيحِ الْمَسْكِ، وَلِلصَّائِمِ فَرْحَتَانِ يَفْرَحُهُمَا: إِذَا أَفْطَرَ فَرِحَ بِفِطْرِهِ، وَإِذَا لَقِيَ رَبَّهُ فَرِحَ بِصَوْمِهِ)).

<sup>53</sup> An-Naisaburi Muslim, *Ensiklopedia Hadits 3; Sahih Muslim 1*, 530. Dilihat di حَدَّثَنَا أَبُو بَكْرِ بْنُ أَبِي شَيْبَةَ: حَدَّثَنَا خَالِدُ بْنُ مَخْلَدٍ وَهُوَ الْقَطَوَائِيُّ، عَنْ سَلِيمَانَ بْنِ بِلَالٍ: حَدَّثَنِي أَبُو حَازِمٍ عَنْ سَهْلِ بْنِ سَعْدٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ: ((إِنَّ فِي الْجَنَّةِ بَابًا يُقَالُ لَهُ الرَّيَّانُ، يَدْخُلُ مِنْهُ الصَّائِمُونَ يَوْمَ الْقِيَامَةِ، لَا يَدْخُلُ مَعَهُمْ أَحَدٌ غَيْرُهُمْ، يُقَالُ: أَيْنَ الصَّائِمُونَ؟ فَيَدْخُلُونَ مِنْهُ، فَإِذَا دَخَلَ أَحَدُهُمْ، أَغْلِقَ قَلَمٌ يَدْخُلُ مِنْهُ أَحَدٌ)).

menahan syahwat semasa hidupnya, maka hal itu akan menjadi pelindung dari nereka di akhirat kelak.<sup>54</sup>

Keistimewaan puasa yang sudah dijelaskan di atas dapat dipahami bahwa, sangat besar keutamaan puasa dan begitu mulianya bagi orang-orang yang menjalankannya. Sebagaimana dalam hadis *Pertama*, disinggung mengenai orang yang berpuasa, bahwa puasa yang dilakukannya akan mendapatkan kebaikan secara langsung dari Allah SWT (*Puasa itu bagi-Ku, dan Akulah yang membalasnya*). Dikatakan juga, bahkan bau mulut seorang yang berpuasa di hari Kiamat nanti lebih wangi dari baunya kasturi. Dalam hadis *Kedua* dikatakan, keistimewaan orang berpuasa itu akan memasuki Syurga yang bernama Ar-Rayyan, bahkan pintu syurga itu khusus untuk orang-orang yang berpuasa semasa hidupnya, sehingga apabila telah selesai orang-orang yang berpuasa masuk ke pintu Ar-Rayyan, maka pintu itu pun ditutup kembali. Dijelaskan juga dalam kitab *Fathul Ba'ri*, bahwa keistimewaan puasa adalah, puasa akan menjadi tameng dari panasnya Api neraka, bagi orang-orang yang berpuasa.

Penjelasan diatas cukup memberikan dorongan kepada kita, akan pentingnya puasa, sehingga perlunya kita menjalankannya dengan niat dan cara yang benar sehingga kita dapat memperoleh keistimewaan yang sesungguhnya. apalagi pahala yang didapatkan hanya dibalas langsung oleh Allah SWT, bahkan darinya seseorang bisa masuk ke pintu Syurga yang khusus dan darinya puasa, seseorang bisa terselamatkan dari pedihnya api Neraka. Semoga kita termasuk orang-orang yang diterima amal puasa oleh Allah SWT, sehingga dikhususkan dan dimuliakan serta dimasukkan kedalam Syurganya Allah SWT.

## Kesimpulan

Ulama sufi memaknai puasa sebagai jalan spiritual penyucian diri. Sebagaimana Al-Qushairi menjelaskan lebih jauh terkait puasa dalam Al-Qur'an, dalam Surah Al-Baqarah [2]:183, bahwa puasa terbagi atas dua makna, yaitu puasa lahir dan puasa batin. Puasa lahir adalah puasa yang dijalankan hanya sebatas menahan lapar, haus dan berhubungan badan. Dan puasa batin adalah puasanya seseorang dengan Allah SWT, yaitu meninggalkan segala sesuatu yang menyebabkan dosa seperti berbohong, mengumpat, berbuat fitnah, melihat wanita dengan syahwat dan melakukan sumpah palsu. Dan untuk mencapai kesempurnaan puasa, seseorang harus menjaga dirinya dari penyakit-penyakit hati, kemudian menjaga ruh dari rasa ketenteraman (dengan selain Allah SWT) dan menjaga hati dari menyaksikan apapun selain Allah SWT. Mengenai penjelasan puasa yang ditafsirkan Al-Qushairi, ini sejalan dengan pemaknaan puasa yang disampaikan ulama sufi lainnya, seperti Al-Ghazali dan Khaidar Amuli.

Dengan demikian, mengenai kesimpulan yang telah disampaikan di atas, bisa dipahami bahwa ibadah puasa yang dijalankan secara lahir itu tidak cukup untuk mendapatkan kesempurnaan puasa. Sebab seorang yang berpuasa harus meninggalkan segala perkara yang menyebabkan dirinya dari dosa dan juga harus melakukan amalan-amalan lainya serta menjaga hatinya melainkan didalamnya hanya Allah SWT. cara seperti inilah yang disebut puasa batin. Dengan ini menunjukkan bahwa pentingnya mengkaji ataupun melihat kembali makna dan cara yang baik, dalam memahami dan menjalankan ibadah puasa. Hal ini dilakukan agar seseorang dapat terhindar dari dosa-

<sup>54</sup> Ibn Hajar Al-Asqalani, *Fathul Ba'ri S'ahih Al-Bukhari*, diterjemahkan oleh Amiruddin, (Jakarta: Pustaka Azzam, 2011), Jil.11, 9.

dosa dan kesia-siaan dalam ibadah puasa, sehingga pada pelaksanaannya yang didapatkan adalah kesempurnaan dan ketakwaan di sisi Allah SWT.

## Daftar Pustaka

- Abdul Pirol, R. (2022). *Ensiklopedis membincang ragam persoalan di bulan puasa*. Surabaya: Cipta Media Nusantara.
- Abi Nasr Abdullah bin Ali As-Sarraj Al-Tusi. (1914). *Allum'a fit-tasawwuf*. London: Central Archaeological Library.
- Abu Hamid Muhammad bin Muhammad Al-Ghazali. (2011). *Minhajul abidin: Jalan para ahli ibadah (Abu Hamas As-Sasaky, Penerj.)*. Jakarta: Katulistiwa.
- Abu Karam Amin. (2020). *Hakikat ibadah menurut Ibn Arabi dalam Haqiqah al-'Ibadah Muhyiddin Ibn Arabi (Roni Nugroho, Penerj.)*. Ciputat: Alifia Books.
- Abu Kasim Abdul Karim bin Hawazin bin Abdul Malik Al-Qushairi. (1981). *Tafsir al-Qushairi al-musamma Lata'if al-Isyarat*. Mesir: Al-Hay'ah al-Misriyyah al-'Ammah li Al-Kitab.
- Abu Kasim Abdul Karim bin Hawazin bin Abdul Malik Al-Qushairi. (2007). *Tafsir al-Qushairi al-musamma Lata'if al-Isyarat*. Lebanon: Dar Al-Kutub al-'Ilmiyyah.
- Abu Zakariya An-Nawawi. (2019). *Hadis Arba'in Nawawi (Umar Fadil, Penerj.)*. Surabaya: ND Creative Solutions.
- Ahmad Khoiron Mutafit. (2004). *Kupas tuntas puasa*. Jakarta: Qultum Media.
- Ahmad Sahrul 'Alim. (2023). *Rahasia puasa sunah*. Bengkulu: Elmarkazi.
- Al-Bigrawi & Ibn Arabi. (2008). *Merasakan manisnya iman dalam kitab Kunh Malabudda minhu li al-murid (A. Syamsul Rizal & Hodri Aiev, Penerj.)*. Jakarta: Serambi Ilmu Semesta.
- Al-Ghazali. (1995). *Bidaya al-hidaya (Abu Ali Al-Banzari An-Nadwi, Penerj.)*. Derang Malaysia: Khazana Banjariah.
- Al-Ghazali. (2008). *Ihya Ulumuddin (Irwan Kurniawan, Penerj.)*. Bandung: Mizan Pustaka.
- Al-Ghazali. (2011). *Ihya Ulumuddin 2: Rahasia ibadah*. Jakarta: Republika Penerbit.
- Al-Ghazali. (2022). *Asraru as-saum wa muhimatih (Bahrudin Achmad, Penerj.)*. Bekasi: Pustaka Al-Muqsith.
- Athoillah Islamy & Nurul Istiani. (2021). Pendidikan spiritual ibadah puasa perspektif andragogi sufistik. *Studi Multidisipliner Kajian Keislaman*, 8(1). Pekalongan: IAIN Padangsidimpuan.
- Darmawan. (2022). *Puasa sufistik: Mereguk pesan-pesan batin puasa*. Cinere Depok: Nuralwala.
- Darwis Abu Ubaidah. (2012). *Tafsir al-Asas*. Jakarta: Pustaka Al-Kautsar.

- Dwi Suwiknyo. (2019). Hapus penat dengan salat. Jakarta: Elex Media Komputindo Kompas Gramedia.
- H. Miftah Faridl. (2007). Antar aku ke tanah suci: Paduan mudah haji umrah dan ziarah. Jakarta: Gema Insani.
- Ibn Hajar Al-Asqalani. (2011). Fathul Bari: Sahih al-Bukhari (Amiruddin, Penerj.). Jakarta: Pustaka Azzam.
- Ibnu Rusyd. (2010). Bidaya al-mujtahid wa nihaya al-muqtashid jilid I (Al-Mas'udah, Penerj.). Bandung: Pustaka Al-Kautsar.
- Ibrahim Amini. (2002). Risalah tasawuf: Kitab suci para pesuluk (Ahmad Subandi & Muhammad Ilyas, Penerj.). Jakarta: Islamic Center Jakarta.
- Jalaluddin Rahkmat. (2005). Madrasah ruhaniah: Berguru pada Ilahi di bulan suci. Bandung: Mizan Pustaka.
- Mansur Chadi Mursid. (2019). Menjaga puasa Ramadhan. Bandung: Panca Terra Firma.
- Moh Toharudin. (2019). Penelitian tindakan kelas: Teori dan aplikasinya untuk pendidik yang profesional. Klaten, Jawa Tengah: Lakeisha.
- Muhammad Fu'ad Abdulbaqi. (2008). Al-Mu'jam al-mufahras. Mesir: Darul Kutub al-Misriyyah.
- Muhsin & Hadana Erha Saufan. (2023). Studi Ulumul Qur'an. Banda Aceh: Bambu Kuning Utama.
- Samsul Munir Amin & Ariyanto Al-Fandi. (2011). Etika beribadah berdasarkan Al-Qur'an dan Sunnah. Jakarta: Amzah.
- Sayyid Haydar Amuli. (1989). Inner secrets of the path (Assadullah Ad-Dhaakir Yate, Penerj.). Great Britain: Zahrah Amanah.
- Seyyed Hossein Nasr. (2002). Islamic spirituality foundation: Ensiklopedia tematis spiritual Islam (Rahmani Astuti, Penerj.). Bandung: Mizan.
- Seyyed Hossein Nasr. (2017). Al-Hikmah al-muta'aliyah Mulla Sadra: Sebuah terobosan dalam filsafat Islam (Mustamin Al-Mandary, Penerj.). Jakarta: Sadra Press.
- Sumaji Muhammad Anis & Zuhdi Muhammad Nazmuddin. (2008). 125 masalah puasa. Solo: Al-Imtiyaz Tiga Serangkai.
- Umar H. Musthafa. (2014). Ramadhan: Pembangkit esensi insan. Riau: Gramedia Indragiri.
- Yoyok Rahayu Basuki. (2023). Kisah sufi. Malang: Publisher.
- Yusuf Qardhawi. (2007). Mukjizat puasa: Resep ilahi agar sehat jasmani dan rohani (Danis Wijaksana, Penerj.). Bandung: Mizan Pustaka.