

**PROBLEMATIKA WANITA DALAM MELAKSANAKAN  
PUASA RAMADHAN**

Oleh :

**Hj. Tjek Tanti, Lc.,MA**

Dosen Fak. Syari`ah UIN SU Medan

***Abstrac***

*Indications are that the person who made it to the pious fasting Ramadan fasting can be seen from the spirit filling the days of Ramadan by fasting in addition to various forms of worship, such as the praying tarawih qiyamullail, Witr prayer, Tahajjud prayers, recitations of the Qur'an, charity and various other good deeds , in addition to marked post-Ramadan Islamic dengan kehidupan.*

**Kata kunci:** Problematika, wanita, puasa, Ramadhan, pelaksanaan

**A. Pendahuluan**

*Hai orang-orang yang beriman, diwajibkan atas kamu berpuasa sebagaimana diwajibkan atas orang-orang sebelum kamu agar kamu bertaqwa.(Q.S, al-Baqarah (2): 183.*

Dalam ayat diatas, Allah swt menyeru orang-orang yang beriman dengan panggilan mesra, ياايها الذين امنوا (Hai orang-orang yang beriman). Dengan panggilan ini Allah swt ingin mengingatkan mereka terhadap eksistensi, hakikat dan jati diri mereka sebagai hamba-hamba-Nya yang beriman.

Bukankah Rasulullah juga memanggil Aisyah, istri beliau dengan panggilan mesra yaitu “Ya Humairah” wahai yang putih kemerah-merahan, karena Aisyah memang punya kulit yang indah, putih kemerah-merahan. Kita juga sering memanggil anak dengan panggilan mesra umpamanya “si cantik mama, makan dulu ya.” Nabi sulaiman memanggil anak-anaknya dengan panggilan mesra “Ya Bunayya, la tusyrik billah”, wahai anak-anak ku sayang, jangan syirikkan Allah.

Iman merupakan suatu karunia agung yang tidak terhingga, yang tidak dianugerahkan oleh Allah swt kepada sembarang orang dari para hamba-nya. Dan konsekuensi logis dari iman ini adalah selalu merespon positif setiap arahan dan perintah Allah swt, termasuk diantaranya puasa Ramadhan.

Sungguh Allah Maha Tahu bahwa pembebanan puasa kepada hamba-Nya amat berat, sebab ia sangat bersentuhan langsung dengan kebutuhan fundamental

manusia, yaitu: makan, minum dan kebutuhan biologis. Namun bagi seorang mukmin, apapun tugas yang dibebankan oleh *rabb*-Nya akan selalu disambut dengan baik.

Agar puasa Ramadhan ini tidak terasa begitu berat, selain panggilan mesra untuk hamba-hambanya yang beriman diatas, Allah swt juga menjelaskan bahwa kewajiban puasa berlaku juga bagi umat-umat terdahulu ( كما كتب على الذين من قبلكم ), karena sudah menjadi tabiat manusia akan merasa sedikit ringan bila suatu beban itu juga dibebankan kepada orang lain, bukan hanya ia sendiri.

Di akhir ayat-Nya, Allah swt menegaskan bahwa tujuan utama dari ibadah puasa adalah membentuk manusia-manusia yang bertaqwa ( لعلكم تتقون ). Hal ini memberikan pemahaman, agar dalam melaksanakan puasa Ramadhan hendaknya kita tidak terjebak pada sekadar menggugurkan kewajiban, yang pada akhirnya puasa hanya menjadi kegiatan seremonial /ritualitas ibadah tahunan, tidak bermakna dan tidak menghasilkan kecerdasan spiritual dan sosial seperti yang terangkum pada kata “taqwa”. Puasa seperti ini tidak memberi mamfaat apapun bagi pelakunya. Rasulullah saw bersabda :

رب صائم خظة من صيامه الجوع والعطش, ورب قائم حظه من قيامه السحر

*Sering kali orang yang puasa, hanya mendapatkan lapar dan dahaga: dan sering kali orang yang mendirikan ibadah dimalam hari, hanya mendapatkan bergadang saja.* (H.R. an-Nasa’i, Ibn Majah, Ibn Huzaimah dan Ibn Hibban). Padahal Rasulullah saw menjanjikan dengan sabdanya :

من صام رمضان ايمانا واحتسابا غفر له ما تقدم من ذنبه

*Barang siapa berpuasa Ramadhan karna iman dan mengharap ridha Allah, niscaya diampuni dosa-dosanya yang telah lalu.*(H.R. al-Bukhari).

Lalu siapa orang-orang yang diampuni dosa-dosanya itu ?Dalam hadis yang lain Beliau bersabda:

من صام رمضان وعرف حدوده وتحفظ مما كان ينبغي ان يتحفظ منه كفر ما قبله

*Barangsiapa puasa di bulan Ramadhan dan ia mengetahui batas-batasnya serta memelihara diri dari apa saja yang seharusnya dipelihara, niscaya puasanya itu menutupi dosa-dosanya yang telah lalu.*

Indikasi bahwa orang yang puasa itu berhasil mencapai taqwa dengan puasa Ramadhan dapat dilihat dari semangatnya mengisi hari-hari Ramadhan dengan

berbagai bentuk ibadah selain puasa, seperti *qiyamullail* dengan melaksanakan shalat tarawih, shalat witir, shalat tahajjud, tilawah Alquran, sedekah dan berbagai amal kebajikan lain, disamping tentunya ditandai dengan kehidupan yang islami pasca Ramadhan.

Dalam mengisi Ramadhan ini, laki-laki dan perempuan mendapat kesempatan yang sama untuk meraih keutamaan dan keistimewaannya, namun ada hal-hal yang bersifat *qodrati* yang tidak bisa dielakkan oleh perempuan dan ada pula hal-hal yang membatasi kegiatan-kegiatan perempuan dibulan yang penuh berkah ini bahkan karena tugas-tugas dan tanggung jawab perempuan kadang-kadang membuatnya tidak dapat mengisi Ramadhan sebagaimana yang disyariatkan kepadanya.

Begitu banyak masalah dan problema yang dihadapi perempuan dalam melaksanakan ibadah puasa ini, untuk itu dalam makalah/diskusi ini akan dibahas berbagai hal, diantaranya: Haid dan Nifas, *istihadah*, hamil, menyusui, pemakaian alat kontrasepsi, mencicipi makanan, memakan obat penunda haid, dan lain-lain.

## B. Pembahasan

### 1. Kefardhuan Puasa Ramadhan.

Puasa pada bulan Ramadhan termasuk salah satu Rukun Islam dan merupakan kewajiban setiap muslim berdasarkan Alquran, Hadis dan Ijma'.

Dalam Alquran Allah swt berfirman :

ياايها الذين امنوا كتب عليكم الصيام كما كتب على الذين من قبلكم لعلكم تتقون

*Hai orang-orang yang beriman, diwajibkan atas kamu berpuasa sebagaimana diwajibkan atas orang-orang sebelum kamu agar kamu bertaqwa.*

شَهْرُ رَمَضَانَ الَّذِي أُنزِلَ فِيهِ الْقُرْآنُ هُدًى لِّلنَّاسِ وَبَيِّنَاتٍ مِّنَ الْهُدَىٰ وَالْفُرْقَانِ ۚ فَمَن شَهِدَ

مِّنْكُمْ الشَّهْرَ فَلْيَصُمْهُ ..... ﴿١٨٥﴾

*(Beberapa hari yang ditentukan itu ialah) bulan Ramadhan, bulan yang di dalamnya diturunkan (permulaan) Al Quran sebagai petunjuk bagi manusia dan penjelasan-penjelasan mengenai petunjuk itu dan pembeda (antara yang hak dan yang bathil). karena itu, Barangsiapa di antara kamu hadir (di negeri tempat*

tinggalnya) di bulan itu, Maka hendaklah ia berpuasa pada bulan itu.....(QS. al-Baqarah : 185)

Adapun dalil dari Sunnah ialah sabda Rasulullah saw :

بني الاسلام على خمس, شهادة ان لا اله الا الله وان محمدا رسول الله واقام الصلاة وايتاء الزكاة وصوم رمضان  
وحج البيت من استطاع اليه سبيلا<sup>205</sup>

Islam didirikan di atas lima pondasi, yaitu :Kesaksian bahwa tidak ada tuhan selain Allah dan bahwa Muhammad adalah Rasul Allah, mendirikan Sholat, menunaikan zakat, puasa Ramadhan, dan haji ke Baitullah bagi yang mampu kesana.(H.R. Bukhari dan Muslim).

Thalhah bin Ubaidillah meriwayatkan bahwa seseorang datang kepada Rasulullah saw seraya bertanya : Wahai Rasulullah, beritahukanlah padaku, puasa apa yang diwajibkan Allah kepadaku? Rasulullah saw menjawab : Puasa Ramadhan. Ia bertanya lagi : Adakah kewajiban yang lainnya ? Rasulullah saw menjawab : Tidak ada, kecuali jika kamu mau melakukan puasa *tathawwu*'.<sup>206</sup>

Umat Islam sepakat, bahwa puasa pada bulan Ramadhan merupakan kewajiban.Puasa Ramadhan ini diwajibkan setelah pemindahan kiblat ke Ka'bah pada tanggal 10 Sya'bantahun kedua Hijriyah.Menurut ijma',jarak antara pemindahan kiblat dan kewajiban puasa Ramadhan adalah setahun setengah. Rasulullah saw sempat melaksanakan 9 kali Ramadhan selama 9 tahun.<sup>207</sup>

## 2. Faedah Puasa

Puasa memberikan faedahyang banyak, baik yang bersipat *ruhiyah* (spiritual) maupun yang bersifat *maddiyah* (material), antara lain :

a. Puasa merupakan suatu bentuk ketaatan kepada Allah swt.

Seorang mukmin,dengan puasanya akan diberi pahala yang luas dan tidak terbatas, karena puasa itu semata-mata untuk Allah yang kedermawanan-Nya sangat luas. Dengan puasa dia akan memperoleh ridha Allah swt,dan dengan puasa dapat pula menghapus dosa-dosanya yang telah lalu.

Dalam sebuah hadis qudsi disebutkan :

<sup>205</sup>Imam al-Bukhari, *Shahih al-Bukhari*, Juz I (Beirut : Dar al-Fikr, t.th), h. 11.

<sup>206</sup>Ibn Hajar, *Fath al-Bary bi Syarh al-Bukhary*, Juz V (Mesir : Muastafa al-Baby al-Halaby, 1959), h. 3.

<sup>207</sup>Wahbah az-Zuhaily, *Al-Fiqh al-Islamy wa Adillatuh*, Juz III (Damaskus : Dar al-Fikr, 1997), h. 1629.

كُلُّ عَمَلِ ابْنِ آدَمَ لَهُ إِلَّا الصَّوْمَ فَإِنَّهُ لِي وَأَنَا أَخْزِي بِهِ، يَدْعُ شَهْوَتَهُ وَطَعَامَهُ مِنْ أَجْلِي

Setiap amal anak Adam untuk dirinya sendiri kecuali puasa, puasa untuk-Ku dan Aku yang membalasnya. Ia meninggalkan syahwat dan makanannya karena Aku. (HR. Bukhari Muslim)

- b. Puasa merupakan madrasah moralitas yang besar dan dapat dijadikan sarana latihan untuk menempa berbagai sifat-sifat terpuji. Puasa adalah jihad melawan nafsu, membiasakan seseorang bersikap sabar terhadap hal-hal yang diharamkan, penderitaan dan kesulitan. Puasa juga mendidik seseorang untuk bersikap amanah.
- c. Puasa mengajarkan hidup disiplin, karena puasa menuntut orang yang berpuasa untuk makan dan minum pada waktu yang telah ditentukan.
- d. Puasa dapat menimbulkan rasa solidaritas dikalangan umat Islam.
- e. Puasa dapat menumbuhkan rasa kasih sayang, dan memupuk ukhuwah.
- f. Puasa dapat menyehatkan tubuh, mengistirahatkan perut yang selalu penuh oleh makanan. Rasulullah saw bersabda : صوموا تصحوا “*Berpuasalah, niscaya kamu sehat*” (H.R. Ibn as-Sunny).

Seorang dokter Arab bernama al-Haris ibn al- Kaldah mengatakan:

المعدة بيت الداء والحمية رأس كل دواء<sup>208</sup>

*Perut adalah sarang berbagai penyakit, sedangkan pencegahan adalah obat yang paling mujarab.*

Rasulullah juga bersabda :

ما ملأ ابن آدم وعاء شرا من بطنه

*Tidak ada bejana yang dipenuhi oleh anak Adam, yang lebih buruk ketimbang perutnya”* (H.R. at-Tirmizi).

Jadi dengan mengurangi makanan dan minuman dengan cara berpuasa, seseorang akan menjadi sehat seperti yang diingatkan oleh hadis Rasulullah diatas dan dengan berpuasa serta menjaga diri dari segala yang merusak kesempurnaannya akan menjadikan orang yang berpuasa menjadi manusia-manusia yang bermoral tinggi, berdisiplin, sabar, jujur, penuh kasih sayang, dan sifat-sifat terpuji lainnya sehingga jadilah ia orang yang bertakwa sebagaimana dijanjikan Allah swt.

<sup>208</sup> Az-Zuhailly, *al-Fiqh al-Islamy*, h. 1619.

### 3. Kemudahan-kemudahan Dalam Menjalankan Kewajiban Puasa

Kewajiban puasa hanya satu bulan dalam setahunnya dan bagi orang yang beriman bukanlah sesuatu yang berat malah selalu ditunggu-tunggu. Puasa juga hanya dilaksanakan disiang hari yaitu mulai terbit fajar hingga terbenam matahari.

Pada awal turunnya perintah puasa Ramadhan, kaum muslimin dibolehkan makan, minum dan melakukan hubungan intim suami istri sepanjang belum tidur di malam hari. Jika seseorang tidur setelah berbuka puasa, maka haram baginya melakukan semua yang diperbolehkan tersebut, walaupun ia terbangun sebelum fajar menyingsing. Bahkan mereka tidak mendekati istri sebulan penuh selama puasa. Namun sebagian orang tidak sanggup menahan diri dan melanggar ketentuan tersebut karena terasa sangat berat dan tidak mampu. Peraturan tersebut pun akhirnya dinasakhkan oleh ayat 187 surah yang sama.

Walau hati orang-orang yang beriman sangat terpanggil untuk melaksanakan perintah puasa ini, namun adakalanya mereka mengalami suatu keadaan yang tidak memungkinkan mereka untuk berpuasa atau setidaknya puasa bisa memudharatkan atau membahayakan tubuh, umpamanya dalam keadaan sakit atau musafir.

Untuk mereka ini Allah membolehkan untuk berbuka dan menggantinya di hari lain sebanyak puasa yang ditinggalkan, sebagaimana firman-Nya

فمن كان منكم مريضا أو على سفر فعدة من أيام آخر

Demikian pula orang-orang yang memang berat sekali melaksanakan puasa ini, seperti orang lemah karena sudah lanjut usia atau karena sakit-sakitan yang tidak diharapkan lagi kesembuhannya. Mereka ini boleh tidak puasa dan tidak pula mengganti puasanya di hari lain, tapi cukup dengan membayar *fidyah* yaitu memberi makan orang-orang miskin. Allah swt berfirman :

وعلى الذين يطيقونه فدية طعام مسكين

### 4. Problema Wanita Dalam Melaksanakan Puasa Ramadhan.

Sudah sama dimaklumi bahwa puasa Ramadhan adalah merupakan suatu kewajiban bagi setiap muslim baik laki-laki maupun perempuan, bahkan termasuk salah satu Rukun Islam yang lima.

Dari Ibnu Umar, Rasulullah saw bersabda :

من افطر يوما من رمضان بلا عذر لم يقضه صيام الدهر وانصامه<sup>209</sup>

*Barangsiapa yang berbuka satu hari dari puasa Ramadhan tanpa uzur, tidak dapat ditebus dengan puasa sepanjang tahun walaupun dipuasakannya.*

بُنِيَ الْإِسْلَامُ عَلَى خَمْسٍ، شَهَادَةُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَ أَنَّ مُحَمَّدًا رَسُولُ اللَّهِ، وَأَقَامَ الصَّلَاةَ وَإِيتَاءَ الزَّكَاةَ وَصَوْمُ رَمَضَانَ وَحُجُّ الْبَيْتِ مَنْ اسْتَطَاعَ إِلَيْهِ سَبِيلًا (متفق عليه)

*Islam didirikan atas lima pondasi yaitu bahwa tiada tuhan selain Allah, dan Muhammad saw adalah Rasulullah, mendirikan shalat, menunaikan zakat, puasa ramadhan dan berhaji ke Baitullah bagi yang mampu mengadakan perjalanan kesana ( HR. Bukhari Muslim)*

Betapapun wajibnya puasa Ramadhan dan keutaman-keutamaan yang bisa diraih darinya, namun ada banyak hal yang menyebabkan seorang muslim tidak dapat melaksanakannya ataupun diberi keringanan untuk tidak puasa maupun di bolehkan berbuka puasa.

Khusus yang menyangkut diri perempuan dijumpai berbagai problem yang membuat mereka tidak berpuasa, antara lain :

#### **a. Haid dan Nifas**

Wanita yang sedang dalam keadan haid atau nifas haram melaksanakan puasa dan ia wajib mengqadanya bila telah bersih dan suci. Jika haid atau nifasnya datang ketika sedang berpuasa, maka puasanya batal.

Diriwayatkan oleh Bukhari dan Muslim dari Aisyah r.a, ujarnya

كنا نؤمر بقضاء الصوم ولا نؤمر بقضاء الصلاة

*Kami diperintahkan untuk mengqada puasa dan tidak diperintahkan untuk mengqada shalat.(H.R. Bukhari dan Muslim).*

Sebenarnya hadis ini tentang perempuan haid, namun nifas disamakan dengan haid.

<sup>209</sup>Muhammad Syamsuddin az- Zahaby ad-Dimasyqy, *Al-Kabair* (Damaskus : at-Taufiqiyah, t.th), h. 37 ; lihat juga Az-Zuhaily, *al-Fiqh al-Islamy*, h. 1734-1735.

## b. Hamil dan Menyusui

Wanita hamil dan menyusui bayi, dibolehkan berbuka puasa jika keduanya merasa khawatir atas dirinya ataupun bayinya, baik bayi itu anak kandung wanita yang menyusui maupun anak orang lain, baik wanita itu sebagai ibu dari bayi yang disusunya maupun sebagai ibu susu yang disewa.

Kekhawatiran yang membolehkan kedua wanita itu berbuka adalah kekhawatiran yang didasarkan perhitungan yang matang, seperti pengalaman yang telah lalu ataupun pemberitahuan dari dokter muslim yang ahli dan adil.

Alasan kebolehan berbuka bagi keduanya adalah meng*qiyaskannya* kepada orang sakit dan musafir. Wahbah Az-Zuhaily menjelaskan:

دليل الجواز لهما القياس على المريض والمسافر<sup>210</sup>

*Alasan bolehnya perempuan hamil dan menyusui berbuka puasa adalah dengan qiyas terhadap orang sakit dan musafir.*

Alasan lain adalah hadis Rasulullah saw berikut :

ان الله عز وجل وضع عن المسافرين الصوم وشطر الصلاة وعن الحبلئ والمرضع الصوم<sup>211</sup>

*Sesungguhnya Allah swt meringankan kewajiban puasa dan sebagian shalat dari musafir dan (meringankan kewajiban) puasa dari wanita hamil dan wanita menyusui.*

Ketika seorang wanita hamil atau menyusui mengkhawatirkan bahaya kebinasaan yang akan menyimpannya atau anaknya kalau dia tetap berpuasa maka haram ia berpuasa.

Mengenai tata cara mengganti puasa yang tertinggal ini para ulama berbeda pendapat.<sup>212</sup>

Menurut mazhab Hanafi, jika wanita hamil atau menyusui tidak berpuasa, keduanya wajib mengqada puasanya tanpa harus mengeluarkan *fidyah*.

Menurut mazhab Syafi'i dan Hambali, jika keduanya tidak berpuasa karena mengkhawatirkan anaknya, keduanya wajib mengqada puasa dan juga membayar *fidyah*.

<sup>210</sup>Az-Zuhaily, *al-Fiqh al-Islamiy*, h. 1701.

<sup>211</sup>Muhammad ibn Ali asy-Syaukaniy, *Nail al-Autar*, Juz IV (Mesir : Mustafa al-Baby al-Halaby, tt), h. 230.

<sup>212</sup>Az-Zuhaily, *al-Fiqh al-Islamiy*, h. 1701, 1744, 1745.

Sementara mazhab Maliki berpendapat bahwa kewajiban mengqada dan membayar *fidyah* sekaligus hanya untuk wanita menyusui, tidak bagi wanita hamil.

Namun demikian, menurut pendapat Quraish Shihab, untuk wanita yang hamil dan menyusui dan tidak dapat berpuasa beberapa tahun berturut-turut sehingga akan sangat berat baginya kalau harus mengqada puasanya yang sekian banyak, maka agama membolehkannya membayar *fidyah* saja.<sup>213</sup>

Menurut Penulis, dalam masalah puasa ini Allah swt menjelaskan :

يُرِيدُ اللَّهُ بِكُمْ الْيُسْرَ وَلَا يُرِيدُ بِكُمْ الْعُسْرَ

*Allah menginginkan kemudahan untuk kamu dan tidak ingin menyusahkan kamu.*

Seorang wanita yang hamil terkadang sangat menderita secara fisik, mual-mual, muntah-muntah, tidak nafsu makan, lemah bahkan terkadang harus bed rest atau terpaksa istirahat total di tempat tidur. Hal ini bisa sampai beberapa bulan pertama, bahkan mungkin juga selama kehamilan. Dalam keadaan seperti ini tentu saja ia tidak dapat berpuasa. Setelah persalinan, si ibu biasanya dan sebaiknya menyusui anaknya sampai dua tahun sebagaimana firman Allah swt :

وَالْوَالِدَاتُ يُرْضِعْنَ أَوْلَادَهُنَّ حَوْلَيْنِ كَامِلَيْنِ لِمَنْ أَرَادَ أَنْ يُنَمِّ الرِّضَاعَةَ ..... ﴿٢٣٣﴾

*Para ibu hendaklah menyusukan anak-anaknya selama dua tahun penuh, Yaitu bagi yang ingin menyempurnakan penyusuan..... (QS. al-Baqarah : 233)*

Lagi-lagi si ibu yang menyusui ini tidak berpuasa karena memang tidak sanggup. Kemudahan bagi wanita yang hamil dan menyusui untuk tidak berpuasa ini merupakan rahmat dari Allah swt. Namun jika kemudian ia dibebani qadha puasa plus *fidyah*, bisa jadi hal ini bukan lagi rahmat, tapi beban berat yang harus dipikul seorang wanita. Bukankah ia hanya berhutang puasa, tetapi mengapa harus membayar dua, puasa dan *fidyah*. Sementara membayar puasa saja sudah berat. Bukankah Allah swt tidak ingin menyusahkan hambanya. Jadi sebaiknya si wanita dibolehkan memilih, jika tidak terlalu memberatkan, silahkan qadha puasa dan jika terlalu memberatkan silahkan membayar *fidyah*, sebab hanya dirinya lah yang paling tahu kondisi tubuhnya dan kemampuannya. Allah swt juga berfirman:

<sup>213</sup>Quraish Shihab, *Panduan puasa bersama Quraish Shihab* (Jakarta:Republika,2000), h. 38.

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا

*Allah tidak membebani seseorang kecuali menurut kemampuannya.*

Kemampuan orang berbeda-beda, ada yang kuat, ada yang lemah bahkan ada yang sangat lemah.

Puasa ramadhan yang batal menjadi hutang yang harus dibayar, namun bagi orang yang berat sekali berpuasa dibolehkan membayarnya dengan fidyah sebagaimana yang dijelaskan terdahulu. Memperlambat membayar hutang bagi yang mampu bukanlah sesuatu yang terpuji bahkan sebaliknya. Namun bila seseorang sulit untuk membayar hutangnya, ia boleh menunda sampai ia mampu.

Wanita yang hamil atau menyusui yang tidak dapat berpuasa sebulan Ramadhan penuh atau sebagian besarnya, dapat mengqadhanya setelah bulan Ramadhan berlalu. Jika ia mampu maka itulah yang terbaik baginya. Namun jika ia tidak mampu sampai datang bulan Ramadhan berikutnya dan ia tidak juga dapat berpuasa, cukuplah ia membayar fidyah puasanya untuk Ramadhan tahun lalu. Dan untuk puasa Ramadhan yang tertinggal tahun ini, maka ia mencoba lagi berpuasa setelah Ramadhan berlalu. Artinya, jika ia tidak mampu mengqadha puasa Ramadhan yang lalu, sementara telah datang lagi Ramadhan dan ia tidak sanggup puasa lagi karena menyusui atau mungkin hamil lagi, cukuplah ia membayar fidyah saja, karena jika ia harus mengqadha sampai dua bulan atau lebih karena kelemahannya tentu hal itu sangat memberatkan.

Ibnu Abbas mengatakan bahwa rukhsah yang diberikan kepada lelaki tua atau perempuan tua yang berbuka puasa karena berat melaksanakan puasa, boleh membayar fidyah saja dengan memberi makan seorang miskin untuk setiap hari yang ia tidak berpuasa. Perempuan hamil dan menyusui bila khawatir akan anaknya, boleh berbuka puasa dan membayar fidyah sebab ia berbuka itu dikarenakan oleh janin yang lemah pada awal penciptaannya menjadi manusia, maka si ibu cukup membayar fidyah layaknya orang yang sudah tua dan lemah.<sup>214</sup>

---

<sup>214</sup>Asy-Syaukaniy, *Nail al-Autar*, h. 231.

### c. Pemakaian Alat Kontrasepsi

Memelihara eksistensi manusia adalah merupakan salah satu tujuan utama perkawinan, yang dengannya keturunan akan berkelanjutan. Allah swt telah menanamkan rasa senang dan bahagia bagi setiap pasangan yang telah dikaruniai keturunan dengan lahirnya anak-anak baik laki-laki maupun perempuan.

Namun demikian, disebabkan alasan-alasan tertentu, apakah karena kekhawatiran akan kesehatan ibu jika selalu hamil dan melahirkan, ataupun disebabkan khawatir akan kesulitan materi bila anak terlalu banyak, yang akan mengakibatkan tidak terpenuhinya kebutuhan anak-anak tersebut serta rendahnya pendidikan mereka, banyak pasangan yang membatasi kelahiran dengan memakai alat kontrasepsi ataupun dengan cara-cara tertentu.

Cara yang banyak digunakan untuk menghalangi atau mengurangikelahiran dimasa Rasulullah saw adalah dengan *azal*.<sup>215</sup> Para sahabat melakukan ini dizaman Rasulullah saw ketika wahyu masih turun, sebagai mana diriwayatkan Bukhari dan Muslim dari Jabir r.a.

كنا نعزل على عهد رسول الله ﷺ والقران ينزل

*Kami melakukan azal pada masa Rasulullah saw sedangkan Alquran masih turun.* (H.R. Bukhari dan Muslim)

Dalam sahih Muslim disebutkan :

كنا نعزل على عهد رسول الله ﷺ فبلغ ذلك رسول الله ﷺ فلم ينهنا

*Kami melakukan azal pada masa Rasulullah dan hal itu sampai kepada beliau tapi beliau tidak melarang kami.* (H.R. Muslim).

Dari usamah bin zaid bahwa seseorang menghadap Rasulullah saw dan bertanya :

يا رسول الله انى أعزل عن امرأتى فقال له رسول الله ﷺ: لم تفعل ذلك؟ فقال الرجل: اشفق على ولدها، او قال على اولادها. فقال رسول الله ﷺ: لوكلن ضار الضر فارس والروم

*Wahai Rasulullah, saya melakukan azal terhadap istri saya, Rasul menjawab: mengapa engkau lakukan itu ? orang itu menjawab : Saya kasihan kepada anaknya atau dia berkata saya kasihan kepada anak-anaknya. Rasulullah pun bersabda: Kalau azal itu berbahaya, tentu telah membahayakan bangsa Parsi dan Romawi.* (H.R. Muslim).

Dalam hadis ini, seolah-olah Rasulullah melihat bahwa kondisi pribadi ini tidak membahayakan umat secara keseluruhan. Buktinya *azal* tidak membahayaka

<sup>215</sup> *Azal* ialah mengeluarkan air mani diluar rahim ketika terasa akan keluar.

bangsa Parsi dan Romawi yang juga melakukan *azal*, padahal keduanya adalah negara terkuat saat itu.<sup>216</sup>

Di antara alasan syar'i yang dapat diterima dalam masalah ini adalah, kekhawatiran terhadap anak yang masih menyusui jika ada kandungan baru lagi, kehamilan ini akan merusak ASI dan memperlemah anak.<sup>217</sup> Sementara si bayi sangat membutuhkan perhatian ibu dalam usianya yang sedemikian muda, padahal si ibu dalam keadan hamil dengan segala resikonya tidk dapat memperhatikan si bayi dengan baik.

Di samping itu, boleh jadi kondisi kesehatan si ibu yang baru beberapa bulan melahirkan belum pulih, padahal "penyakit" baru telah datang lagi.

Di abad modern ini telah ditemukan berbagai sarana yang bisa digunakan untuk mencegah kehamilan dan merealisasikan kemaslahatan yang menjadi sasaran yang ingin dicapai yaitu perlindungan terhadap bayi dan ibu dari bahaya dan kemudharatan , sekaligus menghindari kerusakan lain berupa menahan diri dari istri saat menyusui, dan ini memberatkan suami.

Cara-cara modern itu antara lain dengan memakan pil KB, suntikan, spiral, kondom, sterilisasi, dan lain lain. Walaupun cara-cara ini terbilang efektif dalam mengatur kelahiran, namun sebagiannya dapat menimbulkan masalah bagi wanita, seperti haid yang tidak teratur, bahkan kadang-kadang terus menerus.

Bila haidnya dapat dibedakan dari darah lainnya, maka hari-hari haidnya dilarang shalat, puasa dan lain-lain sesuai dengan hukum-hukum yang berkaitan dengan masalah haid sedangkan darah lainnya dianggap *istihadah* yaitu darah penyakit dan si wanita tetapi wajib berpuasa. Namun bila darah yang keluar tidak bisa dibedakan, banyak wanita yang jadi bingung, untuk itu penulis akan membahas masalah ini pada point tersendiri yaitu pada masalah *istihadah*.

Permasalahan lain yang timbul dalam penggunaan alat kontrasepsi modern adalah pada pemasangan spiral dan pengontrolannya. Memasang spiral yaitu memasukkannya kedalam vagina pada posisi tertentu, sedangkan pengontrolannya adalah dengan cara mengecek apakah spiral tetap pada posisi dimana ia seharusnya berada.

---

<sup>216</sup>Yusuf al-Qardawy, *Halal Haram Dalam Islam*, terj. Wahid Ahmadi.et.al. (Solo:Era Antar Media, 2000), h. 286.

<sup>217</sup>*Ibid.*

Pemasangan spiral pada bulan Ramadhan telah menimbulkan perbedaan pendapat dikalangan para ulama, ada yang mengatakan batal dan ada yang mengatakan tidak batal.

Jumhur ulama; mazhab Hanafi, Syafi'i, dan Hambali berpendapat batalnya puasadengan sebab pemasangan spiral, karena pemasangan spiral berarti memasukkan sesuatu kedalam rongga tubuh bagian dalam melalui lobang terbuka dengan sengaja. Sedangkan mazhab Maliki mengatakan tidak batal, dengan alasan bahwa yang dimaksudkan dengan memasukkan *sesuatu* kedalam lubang tubuh bagian bawah ini berwujud cairan bukan benda padat.

Adapun pengontrolan spiral baik secara manual maupun dengan cara USG, jumhur ulama selain mazhab Syafi'i mengatakan tidak membatalkan puasa. Sementara ulama mazhab Syafi'i mengatakan batal puasa.

#### d. *Istihadah*

*Istihadah* adalah darah yang keluar dari kemaluan wanita tidak pada waktu yang biasa (bukan haid ataupun nifas). Ia berupa darah penyakit, yaitu bila terjadi pada wanita dibawah usia haid (9 tahun) atau darah keluar dalam waktu kurang dari sedikit-dikitnya masa haid atau melebihi selama-lama masa haid maupun masa nifas.

Untuk wanita-wanita yang mengalami *istihadah*, tidak ada halangan apapun dalam melaksanakan ibadah, baik yang wajib maupun sunnat. Alasannya adalah hadis-hadis Rasulullah saw di antaranya :

ما روت عائشة قالت (قالت فاطمة بنت ابى حبيش لرسول الله ﷺ انى امرأة استحاض, فلا اطهر, افأدع الصلاة؟ فقال رسول الله ﷺ انما ذلك عرق (اي ينزف) وليس بالحیضة, فاذا اقبلت الحيضة فاتركى الصلاة, فاذا ذهب قدرها (قدر عاداتها) فاغسلى عنك الدم وصلی.

*Hadis dari 'Aisyah r.a. bahwa Fatimah binti Abi Hubaisy berkata kepada Rasulullah, Aku wanita istihadah, aku tidak suci, apakah kutinggalkan shalat? Rasulullah menjawab : Istihadah itu bukan haid, jika engkau kedatangan haid, tinggalkan shalat, maka jika ukuran biasanya telah selesai, mandilah dan shalatlah.*<sup>218</sup>

Dan hadis berikut :

<sup>218</sup> Asy-Syaukani, *Nail al-Autar*, Juz I, h. 268.

امر النبي ﷺ حمنة بنت جحش بالصوم والصلاة في حاله الاستحاضة<sup>219</sup>

*Nabi saw memerintahkan Hamnah binti Jahsy untuk berpuasa dan shalat pada waktu istihadah.* (H.R. Abu Daud, Ahmad dan at-Tirmizi).

Jadi wanita yang haid bersambung dengan *istihadah* hanya meninggalkan hal-hal yang dilarang dalam masa haidnya saja, kemudian ia mandi dan beribadah seperti biasa.

Menurut Malikiyah, wanita yang *istihadah* disunnatkan berwudhu' setiap kali mau shalat dan apabila darah *istihadahnya* telah berhenti ia disunnatkan mandi. Sementara menurut jumur ulama, wanita tersebut wajib berwudhu' setiap kali masuk waktu shalat setelah terlebih dahulu membersihkan / membasuh *farajnya* dan memakai pembalut wanita.<sup>220</sup>

#### **e. Pil Penunda Haid Dalam Puasa**

Para ulama sepakat bahwa wanita muslimah yang kedatangan haid pada bulan Ramadhan yang penuh berkah ini wajib tidak puasa, namun wajib mengqadanya pada bulan yang lain. Hal ini merupakan kemurahan dari Allah swt dan rahmat-Nya kepada wanita yang sedang haid, sebab pada waktu itu, kondisi badan seorang wanita sedang lelah dan urat-uratnya lemah, perasaan tidak enak dan lain-lain. Oleh karena itu, Allah swt mewajibkan mereka berbuka dan bukan sekadar dibolehkan tidak puasa. Apabila mereka berpuasa, puasanya tidak sah dan tidak diterima.

Perbuatan meninggalkan puasa ketika masa haid telah dilakukan para muslimah sejak masa Rasulullah saw. *Ummahat al-Mukminin* dan para Shahabiyah dan wanita muslimah yang mengikuti mereka tidak berpuasa di bulan Ramadhan bila mereka mengalami haid. 'Aisyah berkata :

كنا نؤمر بقضاء الصوم ولا نؤمر بقضاء الصلاة

*Kami diperintahkan mengqada puasa dan tidak diperintahkan mengqada shalat.* (H.R. Bukhari).

Menurut Setiawan Budi Utama dalam bukunya *Fiqih Aktual*, sebagaimana juga pendapat Yusuf Qardhawy, adalah lebih *afdal* jika segala sesuatu berjalan

<sup>219</sup>*Ibid*, h. 271

<sup>220</sup>Az-Zuhailly, *al-Fiqh al-Islamy*, Juz I, h. 635

secara alamiyah sesuai dengan tabiat dan fitrahnya.<sup>221</sup> Maka selama darah haid ini merupakan perkara *tabi'i*, yaitu proses alamiyah biologis yang fitri, sebaiknya dibiarkan berjalan sesuai dengan tabiat dan fitrahnya sebagaimana ia diciptakan Allah swt.

Namun demikian, penggunaan pil ini tidak terlarang, dengan syarat pil tersebut tidak membawa efek samping medis yang membahayakan diri pengguna. Untuk itu haruslah terlebih dahulu dikonsultasikan dengan dokter ahli kandungan yang dipercaya.

Dalam hal ini Quraish Shihab tidak cenderung membolehkan penggunaan pil tersebut dengan alasan bahwa pil tersebut hanya menahan keluarnya darah tetapi tidak menghilangkan dampak psikis haid.<sup>222</sup>

#### **f. Mencicipi Makanan**

Pada umumnya, memasak dan menyediakan makanan untuk orang yang berpuasa dilakukan oleh wanita. Agar makanan tersebut pas rasanya, biasanya masakan tersebut dicicipi terlebih dahulu sebelum dihidangkan.

Mencicipi makanan pada saat berpuasa tidaklah membatalkan puasa, dengan syarat tidak sampai tertelan, namun sebaiknya tidak dilakukan karena hukumnya makruh sebab membuka peluang batalnya puasa.

### **C. Kesimpulan**

Ramadhan adalah bulan yang agung dan penuh keberkahan. Setiap orang yang beriman diwajibkan berpuasa di bulan ini, apakah ia laki-laki ataupun perempuan, kecuali orang-orang tertentu yang mendapat dispensasi dari Allah swt.

Banyak problem perempuan / wanita terkait dengan ibadah yang satu ini, antara lain :

Haid dan nifas yang telah menjadi tabiat dan fitrahnya wanita, wanita yang haid dan nifas di bulan Ramadhan dilarang berpuasa dan wajib membayarnya di bulan-bulan yang lain selain hari-hari yang diharamkan berpuasa sebanyak puasanya yang tinggal.

---

<sup>221</sup>Setiawan Budi Utomo, *Fiqih Aktual* (Jakarta : Gema Insani Press, 2003), h. 243.

<sup>222</sup>Quraish Shihab, *Panduan Puasa*, h. 26-27.

Wanita hamil dan menyusui dibolehkan tidak berpuasa di bulan Ramadhan bila ia mengkhawatirkan diri maupun bayinya. Tata cara pembayaran puasa keduanya para ulama berbeda pendapat. Ada yang mewajibkan mengqada puasa dan *fidyah*, ada qada saja dan kalau “sangat memberatkan” boleh *fidyah* saja.

Menurut jumbuh ulama, pemasangan alat kontrasepsi spiral di bulan Ramadhan membatalkan puasa, namun ulama mazhab Maliki mengatakan tidak batal, sementara pengontrolan spiral, jumbuh ulama selain Syafi’iyah mengatakan tidak batal.

Darah yang keluar dari *faraj* wanita selain haid dan nifas disebut *istihadah* dan tidak ada *rukhsah* bagi para wanita tersebut untuk tidak berpuasa (wajib berpuasa).

Adapun memakan pil penunda haid tidak dianjurkan untuk digunakan di bulan Ramadhan, karena dikhawatirkan terjadi efek samping yang berbahaya bagi wanita, namun kalau menurut dokter yang ahli dan dapat dipercaya bahwa penggunaan pil tersebut tidak berbahaya tidak ada larangan yang ditemui.

Adapun mencicipi makanan bagi orang yang puasa sebaiknya di jauhi, karena dapat mengakibatkan batalnya puasa, namun kalau tidak sampai tertelan, puasanya tidak batal.

***Wallahu a’lam...***

## **DAFTAR BACAAN**

Alquran al-Karim dan terjemahnya

Ibn Hajar, *Fath al-Bary bi Syarh al-Bukhary*, Juz V, Mesir : Muastafa al-Baby al-Halaby, 1959.

Imam al-Bukhari, *Shahih al-Bukhari*, Juz I, Beirut : Dar al-Fikr, t.th.

Muhammad ibn Ali asy-Syaukaniy, *Nail al-Autar*, Juz IV, Mesir : Mustafa al-Baby al-Halaby, tt.

Muhammad Syamsuddin az- Zahaby ad-Dimasyqy, *Al-Kabair*, Damaskus : at-Taufiqiyah, t.th.

Quraish Shihab, *Panduan puasa bersama Quraish Shihab*, Jakarta:Republika,2000

Setiawan Budi Utomo, *Fiqih Aktual*, Jakarta : Gema Insani Press, 2003.

Wahbah az-Zuhaily, *Al-Fiqh al-Islamy wa Adillatuh*, Juz III, Damaskus : Dar al-Fikr, 1997.

Yusuf al-Qardawy, *Halal Haram Dalam Islam*, terj. Wahid Ahmadi.et.al, Solo: Era Antar Media, 2000.