

## FASTING ACCORDING TO ISLAM AND CATHOLICISM

### PUASA MENURUT AGAMA ISLAM DAN KATOLIK

Imam Ghozali<sup>1</sup>, Saifuddin Zuhri<sup>2</sup>, Moh Riswandha Imawan<sup>3</sup>, Moh Rifqi Zamzami<sup>4</sup>

<sup>1,2,4</sup>Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jawa Timur

<sup>3</sup>Universitas Muhammadiyah Surabaya

E-mail: riswnda@bakulsosmed.co.id

#### Abstract

This journal discusses fasting according to Islam and Catholicism. Fasting according to Islam is to refrain from eating and drinking and refrain from things that break the fast from dawn to sunset. the conditions and pillars of fasting include reasoning, puberty, and fasting strength. while the pillars of fasting include intention, and refrain from everything that cancels from dawn to sunset. It's a great way to make sure that you're getting the most out of your time and energy, and that you're getting the most out of your time. In this article, we'll explore some of the best ways to make the most of your time in the kitchen. we'll explore some of the best ways to make the most of your time in the kitchen. we'll explore some of the best ways to make the most of your time in the kitchen, and we'll explore some of the best ways to make the most of your time in the kitchen. Catholics fast and abstain which means it is a sign of repentance, a sign of self-denial, and a sign that we unite a little of our sacrifice with Jesus. the kinds of Catholic fasting include fasting on the great day, fasting twice a week, fasting to expel demons, and fasting for peace. The wisdom of fasting includes, getting closer to God helping fellow human beings including the poor and poor and maintaining health.

**Keywords:** Fasting, Muslims, Catholicism

#### Abstrak

Jurnal ini membahas puasa menurut Islam dan Katolik. Puasa menurut Islam adalah menahan makan dan minum serta menahan diri dari hal-hal yang membatalkan puasa mulai dari terbit fajar sampai terbenam matahari. Syarat dan rukun puasa adalah meliputi berakal, baligh, dan kuat berpuasa. Adapun rukun puasa adalah meliputi niat, dan menahan diri dari segala yang membatalkan sejak terbit fajar sampai terbenam matahari. Macam-macam puasa meliputi puasa sunat, puasa makruh, dan haram berpuasa. Yang termasuk puasa sunat adalah meliputi puasa enam hari bulan syawal, puasa arofah, puasa asyuro, dan puasa Senin-Kamis. Ibadah puasa mengandung hikmah diantaranya tanda terima kasih kepada Allah, rasa sosial terhadap semua manusia, dan menjaga kesehatan. Puasa menurut Katolik adalah menahan makan dan minum serta menjauhi dari hal-hal yang membatalkan dan merusak puasa. Umat Katolik berpuasa dan berpantang yang artinya adalah tanda pertobatan, tanda penyangkalan diri, dan tanda kita mempersatukan sedikit pengorbanan kita dengan Yesus. Macam-macam puasa Katolik meliputi puasa hari Agung, puasa seminggu dua kali, puasa mengusir setan, dan puasa perdamaian. Adapun hikmah puasa meliputi,

mendekatkan diri dari tuhan nya menolong sesama manusia termasuk golongan orang-orang fakir dan miskin dan menjaga kesehatan.

**Kata Kunci:** Puasa, umat muslim, agama katolik

## A. Pendahuluan

Islam adalah agama rahmat al lill`alamin, yaitu suatu agama yang memberikan kesejukan, kedamaian, keselamatan, dan kesejahteraan tidak hanya kepada pemeluknya, tetapi juga kepada umat lain, bahkan kepada seluruh makhluk dan alam semesta.

Ibadah ialah bertaqarrub (mendekatkan diri) kepada Allah, dengan jalan mentaati segala perintah – perintahnya, menjahui larangan – larangannya dan mengamalkan segala yang diidzinkan Allah. Ibadah itu ada yang umum dan ada yang khusus, yang umum ialah segala amalan yang diidzinkan Allah. Sedangkan yang khusus ialah apa yang telah ditetapkan Allah akan perincian – perinciannya, tingkah dan cara-caranya yang tertentu.<sup>1</sup>

Adapun yang termasuk ibadah umum yaitu saling tolong menolong sesama teman, saudara maupun sesama orang lain, bekerja sama dalam masalah sosial, gotong-royong, menolong kepada orang miskin, peduli kepada anak yatim dan lain sebagainya. Sedangkan ibadah khusus diantaranya adalah Rukun Islam yaitu membaca dua kalimat syahadat, melaksanakan sholat, membayar zakat, puasa di bulan Romadhon, pergi haji bagi yang mampu.

Di dalam agama Katolik, ibadah di pandang sebagai pertemuan antara Allah dan manusia, sebagai ungkapan ketaqwaan dan saling mengukuhkan dalam iman. Biasanya dalam ibadah Katolik di pakai simbol-simbol atau tanda yang khusus, karena baik untuk pengungkapan iman maupun untuk tanda kehadiran Allah. Karena misteri Allah dan penyelamatnya hanya dapat di tunjuk dengan tanda-tanda, tidak pernah dapat dirumuskan atau di ungkapan secara penuh oleh manusia. Yang pokok dalam agama adalah sikap batin, namun untuk mewujudkan iman perlu pengungkapan yang nyata lewat tata cara ibadah. Gereja Katolik mengungkapkan imannya melalui perayaan – perayaan untuk membentuk

hidup yang salih bagi umat, diperlukan berbagai bentuk ibadah, tidak akan ada agama tanpa iman dan tidak ada ibadah tanpa agama.<sup>2</sup>

Dalam agama Katolik, ibadah digolongkan dalam 2 bagian besar yang pertama adalah rohani yaitu setiap ibadah yang dilakukan dalam roh oleh setiap orang Katolik. Oleh karena itu pihak Gereja tekun melakukan ibadah dalam doa memuji Allah, mempersembahkan diri, suci dan berkenan kepada Allah. Itulah ibadah rohani yang sejati.

Adapun ibadah yang kedua yaitu ibadah sosial yang berarti sebagai semua kegiatan perwujudan nyata iman. Dalam agama Katolik ibadah social didasarkan pada ajaran Yesus Kristus sendiri yang begitu solidaritas dengan kehidupan manusia, sebagaimana tertulis dalam Injil Matius 25 : 35-36 dimana sebagai manusia kita dapat memberi makan minum yang lapar dan haus, mengunjungi yang di penjara, melawat yang sakit dan lain sebagainya. Berdasarkan catatan sejarah setiap agama mempunyai suatu visi maupun misi, sedangkan untuk menjalankan semua itu diperlukan suatu upaya atau kegiatan-kegiatan yang akan mencapai visi misinya.

Visi dan misi gereja dewasa ini harus jelas bagi kita semua, hal ini diangkat karena gereja sebagai organisasi, ia perlu diatur dalam suatu visi dan misi bersama demi merealisasikan pelayanan yang prima bagi semua warga yang menjadi anggotanya. Agama kristen mempunyai misi sosial, misi kemanusiaan, sehingga gereja turut serta memikirkan persoalan-persoalan yang dialami oleh masyarakat secara keseluruhan, khususnya perkumpulan dalam masalah hak asasi manusia, masalah pembangunan, masalah kesehatan, masalah kemiskinan dan masalah pendidikan.

Gereja adalah merupakan tempat yang setrategis untuk melancarkan visi dan misi orang-orang Katolik. Setiap agama tentunya mempunyai tempat peribadatan, umat Islam mempunyai masjid untuk melakukan ibadah sedangkan umat kristen mempunyai gereja, yaitu tempat untuk melaksanakan ritual peribadatan, umat hindu maupun umat budha juga mempunyai tempat peribadatan masing-masing. Dalam perjalanannya tempat peribadatan memiliki fungsi yang sangat kompleks, salah satu contoh sebagai sarana untuk mengadakan

ritual peribadatan dan mengadakan kegiatan-kegiatan keagamaan demi kemajuan dan perkembangan agamanya masing-masing.

Di dalam ajaran Katolik juga ada aturan bagaimana orang yang beragama Kristen itu beribadah yang sesuai dengan aturan/tuntunan ajaran agamanya. Bagaimana orang Kristen itu beribadah dalam sehari-hari, dan bagaimana mereka juga menjalankan ibadah puasa yang sesuai dengan agamanya. Hal-hal demikian itulah yang melatar-belakangi penulisan skripsi ini dengan judul "Puasa menurut Islam dan Katolik".

## **B. Rumusan Masalah**

Setiap permasalahan yang muncul tidak akan terlepas dari problem yang melatar belakangnya. Demikian pula permasalahan-permasalahan yang penulis uraikan di atas, dalam kaitannya permasalahan tersebut, dapat penulis rumuskan sebagai berikut:

1. Bagaimana puasa menurut ajaran Islam?
2. Bagaimana puasa menurut ajaran Katolik?
3. Bagaimana persamaan dan perbedaan puasa menurut ajaran Islam dan Katolik?

## **C. Pembahasan**

Hakikat puasa bagi umat Katolik, sesuai Alkitab Yes 58: 6-12, yaitu untuk meminta kuasa Tuhan. Dengan kuasa Tuhan orang percaya dapat melayani pekerjaan Tuhan. Puasa dan doa menjadikan seseorang saluran yang lebih baik tersedia untuk dipakai Roh Kudus. Dengan kuasa Roh Tuhan orang percaya dapat melakukan perkara yang besar. Chavda mengemukakan, "Yesus berpuasa selama 40 hari dan mengatasi cobaan iblis sebelum pergi dalam kuasa Roh untuk melakukan pelayanan-Nya dan mengorbankan hidup-Nya bagi umat manusia"

Hakikat puasa bagi umat Islam adalah untuk keselamatan. Mereka melakukan puasa Ramadhan, dimana pada bulan ini dosa-dosa mereka habis dibakar. Labib MZ

mengatakan, "disebut Ramadhan karena ia dapat membakar dosa-dosa dengan memperbanyak amal sholeh. Ramadhan artinya panas terik matahari."

Dari hal ini berarti tujuan umat Islam berpuasa ialah untuk memperoleh pengampunan dosa. Menurut umat Islam pada bulan Ramadhan inilah dosa-dosa mereka habis dibakar, dengan demikian mereka dapat memperoleh keselamatan.

#### **D. Persamaan**

Persamaan tentang puasa menurut pandangan Islam dan Katolik terdiri dari beberapa hal. Puasa menurut Islam dan Katolik pada dasarnya sama yaitu menahan segala sesuatu yang dapat membatalkan puasa. Dalam Islam, puasa berarti menahan lapar dan dahaga juga mengendalikan diri terhadap hawa nafsu. Puasa dalam agama Katolik juga sama yaitu menahan lapar dan dahaga serta menahan hawa nafsu yang dapat mendatangkan dosa misalnya menahan nafsu memakan daging.

Persamaan tujuan puasa menurut Islam dan Katolik terletak pada hubungan seseorang dengan Tuhan. Menurut Islam, puasa sebagai upaya untuk mendekatkan diri seseorang kepada Allah S.W.T dan bertaqwa kepada-Nya. Hal ini sama halnya dengan umat Katolik, tujuan utama mereka berpuasa ialah untuk mendekatkan diri kepada Tuhan. Setiap orang yang berpuasa menginginkan suatu hubungan yang erat dengan Tuhannya. Baik menurut Islam dan Katolik, mempunyai pandangan yang sama bahwa hubungan baik dengan Tuhan adalah keinginan setiap orang. Dengan demikian setiap orang berusaha memberikan yang terbaik bagi Tuhannya.

Motivasi puasa bagi umat Islam adalah sesuai dengan ajaran Nabi Muhammad S.A.W dengan aturan kitab suci AlQuran. Motivasi puasa yang benar yaitu harus memuliakan Allah S.W.T. "Mengerjakan ibadah puasa Ramadhan yang baik kita diharuskan mencontoh cara Rasulullah S.A.W, dalam Berpuasa. Puasa banyak disalah gunakan oleh umat Islam sebagai ritual agama saja, hal ini menyebabkan makna puasa menjadi berubah."

Motivasi puasa yang benar adalah berpuasa sesuai perintah Tuhan. Umat Katolik ada yang berpuasa seperti orang Farisi, yakni melakukan puasa hanya sebagai tradisi agama

mengikuti nenek moyang. Smith mengemukakan, "Bagi orang kristen, sudah lazim berpikir tentang puasa sebagai suatu tindakan penyangkalan diri yang seluruhnya bersifat rohani, dan tidak menganggapnya sekedar berhubungan dengan tubuh manusia seperti anggapan orang saat ini."

Perintah puasa bagi umat Islam terdapat di Kitab Suci Alquran Surat Al Baqarah ayat 183. Arief Wibowo, dkk menjelaskan "Ibadah puasa adalah perintah langsung dari Allah dan nabi Muhammad mendirikan ibadah puasa dalam dirinya untuk diikuti oleh umat Islam".

Dalam pandangan Katolik, Alkitab mencatat banyak sekali ayat-ayat yang menjadi dasar bagi orang Katolik untuk berpuasa. Yesus, yang menjadi teladan bagi orang Katolik, memberikan contoh dalam hal berdoa dan berpuasa bagi orang percaya.

Bagi umat Islam puasa merupakan kewajiban, demikian pula bagi orang Katolik merupakan suatu keharusan.

Baik dalam Islam dan Katolik, puasa dilakukan karena ada niat. "Rukun puasa dalam Islam dibagi menjadi dua perkara: 1. Niat, yaitu mengerjakan dalam hati pada tiap-tiap amalan puasa, waktunya dari tenggelam matahari hingga terbit fajar. Menahan makan, minum dan menjauhi sekalian apa yang membatalkan puasa"

Demikian halnya dengan umat Katolik, puasa yang mereka lakukan karena ada niat untuk berpuasa. Selain itu, yang berperan penting dalam hal ini bagi umat Katolik adalah Roh Kudus. Ketika Roh Kudus menggerakkan hati seseorang untuk berpuasa, namun di dalam hati seseorang tidak ada niat, maka puasa itu tidak akan berjalan. Namun, niat untuk berpuasa bagi umat Katolik tidak terbatas waktu. Kapan saja orang percaya digerakkan oleh Roh Kudus untuk berpuasa, maka puasa harus dilakukan saat itu juga. Menurut David McKenna, "Roh Kudus bertugas mengajar orang percaya untuk melakukan apa yang telah Yesus perintahkan. Bagi orang Katolik puasa adalah perintah dari Yesus untuk dilakukan."

Sebagaimana dalam Alkitab Matius 6: 1-18, yang berbunyi "Dalam khotbah dinbukit, Yesus mengharapkan agar semua orang berpuasa dan Yesus memberi petunjuk bagaimana seharusnya orang berpuasa"

## E. Perbedaan

Adapun perbedaan puasa menurut pandangan Islam dan Katolik dapat peneliti jelaskan sebagai berikut :

<b>PERBEDAAN</b>	<b>MENURUT ISLAM</b>	<b>MENURUT KATOLIK</b>
<b>WAKTU BERPUASA</b>	Dalam satu hari puasa ditentukan kapan mulai berpuasa (setelah sahur, ketika terbit fajar) dan kapan boleh tidak berpuasa (berbuka, setelah terbenamnya matahari sampai menjelang fajar)	Tidak ada batasan waktu kapan mulai puasa dan kapan mengakhirinya. Semua tergantung individu masing-masing ketika mereka merasakan adanya Roh Kudus pada diri mereka.
<b>LAMANYA HARI PUASA</b>	Jika puasa wajib maka selama satu bulan di dalam bulan Ramadhan, umat Islam berpuasa. Namun jika puasa sunnah maka tergantung hari-hari puasa sunnah tersebut. Seorang muslim bisa memilih puasa sunnah	Menentukan sendiri jangka waktunya : 8 jam 1 hari, 1 hari 1 malam, 3 hari, 7 hari dan 40 hari.

	<p>Senin dan Kamis, puasa tiap tanggal 13, 14, dan 15 setiap bulannya, atau dalam satu hari berpuasa sedangkan keesokan harinya tidak berpuasa, terus berulang seperti itu.</p>	
<p>PELAKSANAAN PUASA</p>	<p>Jika puasa sunnah yang dilakukan adalah puasa sunnah Daud, maka tiap individu tidak sama pelaksanaannya. Namun jika puasa wajib di bulan Ramadhan atau puasa sunnah Senin Kamis, puasa tiga hari setiap bulannya, atau puasa sunnah yang ditentukan tanggalnya (Asyuro, Dzulhijah, Arofah, dan Syawal) maka umat Islam bisa melakukan secara bersamaan.</p>	<p>Bisa dilakukan sendirian, secara kelompok kecil, atau kelompok besar (misalkan dalam satu gereja yang sama atau dilakukan bersamaan di seluruh Negara).</p>
<p>JENIS-JENIS PUASA</p>	<p>Terdiri dari dua jenis</p>	<p>Terdiri dari puasa mutlak,</p>

	yaitu puasa wajib dan puasa sunnah.	puasa normal dan puasa sebagian.
RITUAL PUASA	Khusus di bulan Ramadhan umat Islam mempunyai serangkaian ibadah yang melengkapi puasa antara lain sholat tarawih, <i>tadarus</i> (membaca atau mengkhhatamkan bacaan Alquran), membayar zakat, dan <i>I'tikaf</i> di sepuluh malam yang akhir di bulan Ramadhan.	Bagi umat Katolik, ritual yang dilakukan pada saat puasa adalah memuji Tuhan, menyembah, berdoa dan membaca firman Tuhan.

MACAM-MACAM PUASA	— Puasa di bulan Ramadhan	— Puasa Hari Perdamaian
	— Puasa Senin Kamis	— Puasa dua kali seminggu
	— Puasa tiga hari setiap bulan Hijriyah	— Puasa Orang Saleh
	— Puasa Daud	— Puasanya Yesus seperti puasanya Musa dan Elia

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Puasa di bulan Syaban</li> <li>- Puasa Syawal</li> <li>- Puasa Dzulhijah</li> <li>- Puasa Arofah</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Puasa menghadap Allah</li> <li>- Puasa bagi yang baru percaya</li> <li>- Puasa untuk memilih seseorang</li> <li>- Puasa untuk mengusir setan</li> <li>- Berpuasa untuk hujan akhir</li> </ul>
<b>MANFAAT PUASA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mendapatkan pahala berkali lipat di sisi Allah</li> <li>- Masuk ke dalam surga dengan pintu khusus</li> <li>- Sebagai tameng api neraka</li> <li>- Sebagai pemutus syahwat</li> <li>- Mendapat pertolongan di hari kiamat</li> <li>- Penggugur dosa-dosa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Merendahkan diri di hadapan Tuhan</li> <li>- Mengubah kehidupan (adanya pertolongan dari Tuhan)</li> <li>- Mendatangkan kuasa Tuhan</li> <li>- Menjadikan tubuh jasmani sehat</li> <li>- Mendewasakan Rohani</li> </ul>

## **F. Kesimpulan**

Kesimpulan yang bisa ditarik dari penelitian di atas yaitu :

1. Puasa menurut Islam adalah menahan diri dari sesuatu yang membukakan, satu hari lamanya mulai dari terbit fajar sampai terbenam matahari dengan niat dan beberapa syarat.

2. Puasa menurut Katolik adalah menjauhkan diri dari makanan demi maksud rohani. Puasa merupakan bagian yang normal dari hubungan kita dengan Tuhan, seperti yang diungkapkan dalam permohonan Daud yang rindu dengan Tuhan. Puasa membawa seseorang kedalam hubungan yang lebih dalam, lebih akrab dan berkuasa dengan Tuhan.

3. Persamaan puasa menurut pandangan Islam dan Katolik antara lain terletak pada indikator definisi, tujuan, motivasi, perintah dalam kitab suci masing-masing, dan pelaksanaan puasa (kewajiban tiap umat dan adanya niat menjalankan puasa). Sedangkan perbedaan puasa menurut Islam atau Katolik antara lain perbedaan tentang waktu berpuasa, lamanya hari dalam berpuasa, individu atau kelompok orang-orang yang berpuasa, ritual puasa, jenis, macam-macam dan manfaat puasa.

## **G. Saran-Saran**

Adapun saran yang dapat peneliti berikan antara lain:

1. Persamaan dan perbedaan puasa menurut Islam dan Katolik ini penting sekali untuk dimengerti oleh pembaca, sehingga dapat dijadikan pola untuk berpuasa yang benar sesuai dengan ajaran Nabi Muhammad S.A.W dan sesuai perintah Allah S.W.T yang tertuang dalam Alquran dan Al Hadist.

2. Disamping itu diharapkan para pembaca untuk bisa secara continue berpuasa sesuai agama dan kepercayaan masing-masing.

3. Bagi peneliti selanjutnya yang akan mengadakan penelitian sejenis, agar lebih memperhatikan bentuk dan cara berpuasa umat lain, dimaksudkan agar penelitian yang dibuat lebih baik.

## Referensi

- Chavda, Mahesh. 1998. *Kuasa di Balik Doa dan Puasa*. Jakarta: Harvest Publication House
- Chulsum, Umi, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, Kashiko, Surabaya 2006
- Dawud, Sunan, *Hadits Sunan Dawud*, Bandung Dahlan, Bandung, 1994
- Departement Agama RI, *Alqur'an dan Terjemah*, Yayasan Penterjemah Alqur'an, Jakarta 1984 [dir.groups.com/group/islam-kristen/ mesaage/30054](http://dir.groups.com/group/islam-kristen/ mesaage/30054)
- Foster, Richard. 1989. *Pola Hidup Kristen "Disiplin Rohani"* . Malang: Gandum Mas,
- Franklin, Jentezen, *Puasa Immanuel*, Jakarta, Cetakan 3, 2012 H.L. Senduk. 1985. *Kuasa Doa*. Yayasan Bethel
- Kementrian Agama RI, *Syamil Alqur'an Terjemah*, PT Sigma, Bandung, 2010
- Labay, Mawardi, *Mencapai Nikmatnya Puasa*, almawardi prima, Jakarta, 2000
- Labib Mz. *Buku Pintar Masalah Islam* (Surabaya: Bintang Usaha Jaya, {t.th}).
- Lane, Tony, *Runtut Pijar Sejarah Pemikiran Kristiani*, BPK Gunung Mulia, Jakarta, Cetakan 1, 1990
- Lembaga Al Kitab Indonesia, *AL Kitab*, Jakarta, Cetakan 17, 2003
- Margaretha Anita Dewi, wawancara, Surabaya 27 Mei 2013
- Masan, AF, *Al Islam*, PT Karya Toha Putra, Semarang, 2008.
- McKenna , David. *Tugas-Tugas Roh Kudus "Pola Hidup Kristen"* . Malang. Gandum Mas, 1989.
- Muslim, Imam, *Hadits Shohih Muslim*, Bandung Dahlan, Bandung, 1994
- Pimpinan Pusat Muhammadiyah, *Himpunan Putusan Majelis Tarjih*, jogyakarta, Cetakan 3, 1974
- Pinnock, Clark H, *Pentingnya Pendalaman Alkitab "Pola Hidup Kristen"*, Gandum Mas, Malang, 1989

Prince. 1995. *Doa dan Puasa*. Jakarta: YPI "Immanuel"

Rais, M. Amien. 1994. *Islam Di Indonesia*. Jakarta: PT. Grafindo Persada

Rasyid, Sulaiman, *Fiqih Islam*, Sinar Baru, Bandung, 1992

Romo Koko Pius, wawancara, Surabaya 29 Mei 2013

Salim, Abdurrasyid A.A, *Syarah Bulughul Maram*, Halim Jaya, Surabaya, 2001

Siti Zulaikah, wawancara, Surabaya 28 Mei 2013

Smith, David Rushworth, *Kuasa Puasa*, Bandung, Kalam Hidup, 2004

Tirmidzi, Sunan, *Hadits Sunan Tirmidzi*, Bandung Dahlan, Bandung, 1994

White, James F, *Pengantar Ibadah Kristen*, BPK Gunung Mulia, Jakarta, Cetakan 1, 2002

Wibowo, Arief dkk. *Studi Islam 2. Seri Al-Islam dan Kemuhmadiyah* Surakarta: Lembaga Studi Islam UMS. 1998.

W.J.S Poerwadarminta, *Kamus Umum Bahasa Indonesia*, Balai Pustaka, Jakarta, 2009.