

Raih Pahala Puasa Setahun Dengan Puasa Syawal 6 Hari

written by Ahmad Khalwani, M.Hum



Harakatuna.com - Salah satu ibadah sunnah yang perlu diketahui dan dilakukan oleh umat Islam pasca merayakan hari raya Idul Fitri adalah puasa Syawal 6 hari. Memang menjalankan puasa setelah merayakan [Idul Fitri](#) bukanlah hal yang mudah, namun bagi orang yang beriman semuanya akan terasa mudah. Perlu diketahui bahwa puasa Syawal 6 hari pahalanya setara dengan puasa setahun.

[Nabi Muhammad](#) dalam hadisnya menjelaskan bahwa orang yang melanjutkan puasa 6 hari di Bulan Syawal setelah puasa Ramadhan maka ia akan meraih pahala puasa setahun.

مَنْ صَامَ رَمَضَانَ ثُمَّ أَتْبَعَهُ سِتًّا مِنْ شَوَّالٍ كَانَ كَصِيَامِ الدَّهْرِ

Artinya: “Barangsiapa yang berpuasa Ramadhan kemudian berpuasa enam hari di Bulan Syawal, maka dia berpuasa seperti setahun penuh.” (HR. Muslim)

Adapun mengenai ketentuan puasa Syawal 6 hari bisa disimak dari penjelasan Imam Nawawi berikut ini.

(و) الرابع صوم (ستة من شوال) لحديث من صام رمضان ثم أتبعه ستا من شوال كان كصيام الدهر (ولقوله أيضا صيام رمضان بعشرة أشهر وصيام ستة أيام بشهرين فذلك صيام السنة أي كصيامها فرضا وتحصل السنة بصومها متفرقة منفصلة عن يوم العيد لكن تتابعها واتصالها بيوم العيد أفضل وتفوت بفوات شوال ويسن قضاؤها

Artinya: “Keempat adalah (puasa sunnah enam hari di Bulan Syawal) berdasarkan

hadis. “Siapa yang berpuasa Ramadhan, lalu mengiringinya dengan enam hari puasa di Bulan Syawal, ia seakan puasa setahun penuh”. Hadis lain mengatakan, “puasa sebulan Ramadhan setara dengan puasa sepuluh bulan, sedangkan puasa enam hari di Bulan Syawal setara dengan puasa dua bulan”. Semua itu seakan setara dengan puasa (wajib) setahun penuh. Keutamaan sunnah puasa Syawal sudah diraih dengan berpuasa secara terpisah dari hari Idul Fitri. Hanya saja berpuasa secara berturut-turut lebih utama. Keutamaan sunnah puasa Syawal luput seiring berakhirnya Bulan Syawal. Tetapi dianjurkan menggantinya,” (Lihat Syekh Muhammad Nawawi Al-Bantani, Nihayatuz Zain, Al-Maarif, Bandung, tt, H. 197).

Dari keterangan di atas bisa diambil beberapa kesimpulan, yaitu:

Pertama, puasa sunnah Syawal lebih utama dilakukan secara berturut-turut dari tanggal 2 sampai tanggal 7.

Kedua, apabila tidak dilaksanakan secara berturut-turut tetap mendapatkan keutamaan.

Ketiga, keutamaan puasa Syawal ini berakhir dengan berakhirnya Bulan Syawal. Namun puasa ini bisa diganti di bulan berikutnya bagi yang menginginkan keutamaannya karena saat Bulan Syawal tidak bisa melaksanakannya karena sakit dan sebagainya.

Keempat, puasa ini merupakan puasa penyempurna puasa Ramadhan, dalam hadisnya dikatakan pahala puasa Ramadhan setara dengan puasa 10 bulan dan puasa Syawal setara dengan puasa dua bulan. Sehingga orang yang berpuasa Ramadhan dan syawal, pahalanya genap setahun.

Kelima, haram melakukan puasa Syawal pada tanggal 1 Syawal.

Adapun niat puasa syawal sebagai berikut:

نَوَيْتُ صَوْمَ غَدٍ عَنْ أَدَاءِ سُنَّةِ الشَّوَّالِ لِلَّهِ تَعَالَى

Nawaitu shauma ghadin 'an ada'i sunnati Syawwali lillahi taala.

Artinya: “Aku berniat puasa sunnah Syawal esok hari karena Allah taala.”

Walhasil, semoga kita diberi kekuatan dan hidayah oleh Allah untuk bisa

melaksanakan puasa Syawal 6 hari, Amin.