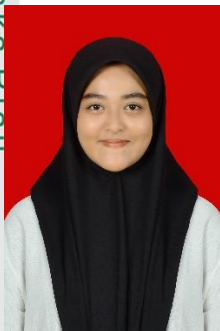


NO : 165/SAA-U/SU-S1/2024

## PUASA DALAM AGAMA HINDU DAN PROTESTAN

### SKRIPSI

Diserahkan Untuk Melengkapi Salah Satu Syarat Guna Memperoleh Program  
SI Gelar Sarjana Agama (S.Ag) Pada Prodi Studi Agama Agama



UIN SUSKA RIAU

**Disusun Oleh :**

**Dayana Husna**

**NIM: 12030326373**

**Pembimbing I :**

**Dr. H. Suryan A. Jamrah, M.A**

**Pembimbing II :**

**Dr. Khotimah, M.Ag**

**UIN SUSKA RIAU**

**STUDI AGAMA AGAMA**  
**FAKULTAS USHULUDDIN**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI**  
**SULTAN SYARIF KASIM RIAU**  
**1445 H / 2024 M**

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



**PENGESAHAN**

Skripsi yang berjudul : **Puasa Dalam Agama Hindu dan Protestan**

Nama : Dayana Husna

NIM : 12030326373

Program Studi : Studi Agama - Agama

Telah dimunaqasyahkan dalam sidang panitia Ujian Sarjana Fakultas Ushuluddin

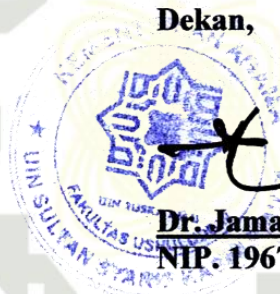
Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, pada:

Hari : Jum'at

Tanggal : 31 Mei 2024

Sehingga skripsi ini dapat diterima sebagai syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Agama (S.Ag) dalam Program Studi Studi Agama - Agama Fakultas Ushuluddin Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

Pekanbaru,  
Dekan,



**Dr. Jamaluddin, M. Us**

**NIP. 19670423 199303 1 004**

**Panitia Ujian Sarjana**

**Ketua**

**Dr. Jamaluddin, M. Us**

**NIP.19670423 199303 1 004**

**Sekretaris**

**H. Abdul Ghofur, M.Ag**

**NIP. 19700613 199703 1 002**

**MENGETAHUI**

**Penguji III**

**Dr. H. Suryan A. Jamrah, M.A**

**NIP.19591009 198803 1 004**

**Penguji IV**

**Dr. Khotimah, M.Ag**

**NIP. 19740816 200501 2 002**

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta dimiliki UIN Suska Riau



KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU  
FAKULTAS USHULUDDIN

كلية أصول الدين

FACULTY OF USHULUDDIN

Jl. H.R. Soebrantas No.155 KM.15 Simpang Baru Panam Pekanbaru 28293 PO.Box.1004 Telp. 0761-562223  
Fax. 0761-562052 Web. www.uin-suska.ac.id, E-mail: rektor@uin-suska.ac.id

**Dr. H. Suryan. A. Jamrah, MA**

DOSEN FAKULTAS USHULUDDIN

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU

**NOTA DINAS**

Perihal : Pengajuan Skripsi

Terdapat pada : Yth :

Dekan Fakultas Ushuluddin

UIN Sultan Syarif Kasim Riau

Pekanbaru

*Bismillahirrahmanirrahim Bismillahirrahmanirrahim Bismillahirrahmanirrahim*  
*Assalamu 'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh*

Setelah kami membaca, meneliti, mengoreksi dan mengadakan perbaikan terhadap  
skripsi saudara :

Nama : Dayana Husna

NIM : 12030326373

Program Studi : Studi Agama Agama

Judul : Puasa Dalam Agama Hindu dan Protestan

Maka dengan ini dapat disetujui untuk diuji dan diberikan penilaian, dalam  
rangka ujian Munaqasyah Skripsi Fakultas Ushuluddin UIN Suska Riau.

Demikianlah kami sampaikan dan atas perhatiannya diucapkan terima kasih.

Pekanbaru, 18 Maret 2024

Pembimbing I

UIN SUSKA RIAU

**Dr. H. Suryan. A. Jamrah, MA**

**NIP. 195910091988031004**

© Hak cipta dilindungi undang-undang. Dilarang mengutip atau memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.  
 Hak cipta dilindungi undang-undang. Dilarang mengutip atau memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.  
 Statistic University of Sultan Syarif Kasim Riau



KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU  
FAKULTAS USHULUDDIN

كلية اصول الدين

FACULTY OF USHULUDDIN

Jl. H.R. Soebrantas No.155 KM.15 Simpang Baru Panam Pekanbaru 28293 PO.Box.1004 Telp. 0761-562223  
Fax. 0761-562052 Web.www.uin-suska.ac.id,E-mail: rektor@uin-suska.ac.id

**Dr. Khotimah M.Ag**

DOSEN FAKULTAS USHULUDDIN

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU

**NOTA DINAS**

Perihal : Pengajuan Skripsi

Terdapat pada Yth :

Dekan Fakultas Ushuluddin

UIN Sultan Syarif Kasim Riau

Pekanbaru

*Bismillahirrahmanirrahim Bismillahirrahmanirrahim*  
*Assalamu 'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh*

Setelah kami membaca, meneliti, mengoreksi dan mengadakan perbaikan terhadap  
skripsi saudara :

Nama : Dayana Husna

NIM : 12030326373

Program Studi : Studi Agama Agama

Judul : Puasa Dalam Agama Hindu dan Protestan

Maka dengan ini dapat disetujui untuk diuji dan diberikan penilaian, dalam  
rangka ujian Munaqasyah Skripsi Fakultas Ushuluddin UIN Suska Riau.

Demikianlah kami sampaikan dan atas perhatiannya diucapkan terima kasih.

Pekanbaru, 18 Maret 2024

Pembimbing II

UIN SUSKA RIAU

**Dr. Khotimah, M.Ag**

**NIP. 197408162005012002**

© Hal ciptaan milik UIN Suska Riau  
States Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Diizinkan untuk dipublikasikan dan diperbanyak dengan izin UIN Suska Riau.  
Dilarang mengutipan atau selanjutnya untuk keperluan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.  
Dilarang mengutipan atau selanjutnya untuk keperluan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.  
Dilarang mengutipan atau selanjutnya untuk keperluan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

## SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Dayana Husna  
NIM : 12030326373  
Tempat/Tgl.Lahir : Ngenang, 04 November 2002  
Fakultas : Ushuluddin  
Prodi : Studi Agama-Agama  
Judul Skripsi : Puasa dalam Agama Hindu dan Protestan

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa :

1. Penulis Skripsi dengan judul sebagaimana tersebut di atas adalah hasil pemikiran dan penelitian saya sendiri.
2. Semua kutipan pada karya tulis saya ini sudah disebutkan sumbernya.
3. Oleh karena itu Skripsi saya ini, saya menyatakan bebas dari plagiat.
4. Apabila dikemudian hari terbukti terdapat plagiat dalam penulisan Skripsi saya tersebut, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai peraturan perundang-undangan.

Demikianlah Surat Pernyataan ini saya buat dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari pihak manapun juga.

Pekanbaru, 11 Juni 2024  
Yang membuat pernyataan



**DAYANA HUSNA**  
NIM. 12030326373

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## MOTTO

**Orang yang pesimis selalu melihat kesulitan di setiap kesempatan, tapi orang yang optimis selalu melihat kesempatan dalam setiap kesulitan.**

*(Ali bin Abi Thalib)*

**Tidak peduli berapa banyak perjuangan yang kamu hadapi dalam perjalananmu menuju kesuksesan, suatu hari kamu akan melihat ke belakang dan menyadari perjuanganmu mengubah hidupmu menjadi lebih baik.**

*(Abhishek Shukla)*

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.


**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## KATA PENGANTAR

*Alhamdulillah Rabbil 'alamin* dengan rahmat Allah SWT penulis mengucapkan puji syukur kepadanya, karena atas berkah-Nya serta petunjuk dan bimbingan-Nya jugalah penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini. Penulisan skripsi ini dimaksudkan guna untuk memenuhi salah satu syarat dalam menyelesaikan perkuliahan sekaligus memperoleh gelar Sarjana Agama pada Fakultas Ushuluddin Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

Atas kehendak Allah SWT, sehingga penulisan skripsi ini bisa terselesaikan dengan judul **“PUASA DALAM AGAMA HINDU DAN PROTESTAN”**

Dalam penulisan skripsi ini, penulis menyadari masih terdapat beberapa kelemahan, baik dari segi penulisan maupun kronologis penyampaian dan lain sebagainya. Oleh sebab itu penulis dengan senang hati serta memohon kepada semua pihak untuk dapat menyampaikan kritik-kritik yang positif demi menyempurnakan dan perbaikan penulisan skripsi ini. Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini tidak dapat terselesaikan deligan baik tanpa dukungan dari berbagai pihak. Sebagai tanda syukur dan terima kasih yang sangat dalam atas tunjuk ajar, bimbingan, nasehat baik berupa moral maupun material yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini terutama kepada:

1. Saya ucapkan terimakasih dan rasa syukur yang tak terhingga kepada Tuhan yang maha esa Allah SWT. yang telah memberikan rahmat yang tak terhingga sehingga saya mampu menyelesaikan skripsi ini.
2. Rektor UIN Suska Riau Prof. Dr. Khairunnas Rajab, M.Ag beserta para jajarannya yang telah memberikan penulis kesempatan untuk menuntut ilmu di Universitas ini.
3. Bapak Dekan Fakultas Ushuluddin Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, Dr. H. Jamaluddin, M.Us beserta jajarannya civitas

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

4. akademik Fakultas Ushuluddin yang melayani penulis untuk menyelesaikan penulisan skripsi sesuai dengan pengembangan jurusan Studi Agama Agama.
5. Bapak H. Abdul Ghofur, M.Ag selaku Ketua Program Studi Studi Agama-Agama Fakultas Ushuluddin.
6. Bapak Dr. H. Suryan A. Jamrah, M.A selaku pembimbing I yang telah membantu, mengarahkan, dan memberi pengajaran selama perkuliahan hingga sampai saya dapat menyelesaikan skripsi ini.
7. Ibu Dr. Khotimah, M.Ag selaku Sekretaris Prodi Studi Agama-agama sekaligus menjadi pembimbing II dan penasehat akademik saya yang telah membantu, mengarahkan, dan banyak memberikan pengajaran selama perkuliahan hingga sampai saya dapat menyelesaikan skripsi ini.
8. Seluruh Dosen Fakultas Ushuluddin Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau yang sudah memberikan ilmu kepada penulis selama menimba ilmu dibangku pekuliahan ini.
9. Teruntuk Ayahanda, Ibunda, dan adikku yang tercinta ribuan terimakasih yang telah memberikan kasih sayang, motivasi, do'a, serta dukungan lahir batin. Semoga Allah SWT memberi balasan yang baik atas kebaikannya. Aamiin.
10. Teruntuk Kosma sekaligus partner yang selalu mendengarkan keluh kesah penulis, membantu, memberikan dukungan, motivasi, semangat agar terus maju dan meluangkan waktu untuk menemani penulis dari awal sampai akhir pembuatan skripsi ini sehingga dapat terselesaikan dengan baik.
11. Teruntuk sahabat-sahabatku yang seperjuangan Fitri Novia Ramdhani, Citra Dwinanda Anjanie, dan Alya Saida yang telah memberikan dukungan semangat dan membantu dalam hal-hal yang diperlukan serta mensupport dalam pembuatan skripsi ini.
12. Seluruh teman-teman Studi Agama-Agama angkatan 2020 yang penulis cintai dan penulis banggakan yang telah memberikan support, berjuang



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

bersamasama dari awal sampai akhir masa perkuliahan yang tidak bisa penulis tuliskan satu persatu.

Tiada kata selain harapan dan do'a semoga Allah SWT memberikan balasan yang berlipat ganda kepada semua pihak yang telah berjasa dalam membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

Dengan berbagai keterbatasan pengalaman, ilmu maupun pustaka yang ditinjau, penulis menyadari bahwa skripsi ini masih banyak kekurangan. Oleh sebab itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran sebagai masukan bagi penulis untuk penelitian dan penulisan karya ilmiah di masa yang akan datang.

Akhir kata, kepada Allah SWT jugalah penulis serahkan segalanya dalam mengharapkan keridhaan. Semoga Skripsi ini bermanfaat bagi masyarakat umumnya dan bagi penulis khususnya, serta anak dan keturunan penulis kelak.

Pekanbaru, 18 Maret 2024

Dayana Husna

UIN SUSKA RIAU

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**DAFTAR ISI**

<b>PALAMAN JUDUL</b>	
<b>PALAMAN PENGESAHAN</b>	
<b>OTA DINAS</b>	
<b>URAT PERNYATAAN</b>	
<b>MOTTO</b>	
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>i</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>iv</b>
<b>PEDOMAN TRANSLITERASI .....</b>	<b>vi</b>
<b>ABSTRAK DALAM BAHASA INDONESIA.....</b>	<b>viii</b>
<b>ABSTRAK DALAM BAHASA INGGRIS .....</b>	<b>ix</b>
<b>ABSTRAK DALAM BAHASA ARAB .....</b>	<b>x</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang .....	1
B. Penegasan Istilah.....	3
C. Identifikasi Masalah.....	5
D. Batasan Masalah.....	5
E. Rumusan Masalah.....	5
F. Tujuan dan Manfaat Penelitian .....	5
G. Sistematika Penulisan .....	6
<b>BAB II KERANGKA TEORITIS</b>	
A. Puasa Dalam Ajaran Agama .....	7
B. Literature Review.....	15
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Jenis Penelitian.....	19
B. Pendekatan Penelitian .....	19
C. Sumber Data.....	20
1. Data Primer .....	20

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

2. Data Sekunder .....	20
D. Teknik Pengumpulan Data .....	20
E. Teknik Analisis Data .....	21

**BAB IV PEMBAHASAN DAN ANALISIS DATA**

A. Puasa Dalam Agama Hindu .....	23
1. Pengertian Puasa .....	23
2. Dasar Hukum Puasa .....	26
3. Jenis-jenis Puasa .....	30
4. Tata Cara Puasa .....	32
5. Tujuan dan Manfaat Puasa .....	33
B. Puasa Dalam Agama Protestan .....	35
1. Pengertian Puasa .....	36
2. Dasar Hukum Puasa .....	37
3. Jenis-jenis Puasa .....	40
4. Tata Cara Puasa .....	44
5. Tujuan dan Manfaat Puasa .....	46
C. Analisis Perbedaan dan Persamaan .....	48
1. Perbedaan .....	48
2. Persamaan .....	52

**BAB V PENUTUP**

A. Kesimpulan .....	54
B. Saran .....	54

**DAFTAR PUSTAKA**

**BLOK DATA PENULIS**

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## PEDOMAN TRANSLITERASI

Pengalihan huruf Arab-Indonesia dalam naskah ini didasarkan atas Surat Keputusan Bersama (SKB) Menteri Agama dan Menteri pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia, tanggal 22 Januari 1988, No. 158/1987 dan 0543.6/U/1987, sebagaimana yang tertera dalam buku Pedoman Transliterasi Bahasa Arab (A Guide to Arabi Tranliteration), INIS Fellow 1992.

### A. Konsonan

Arab	Latin	Arab	Latin
ا	A	ظ	Di
ب	B	ط	Th
ت	T	ظ	Zh
ث	Ts	ع	”
ج	J	غ	Gh
ح	H	ف	F
خ	Kh	ق	Q
د	D	ك	K
ذ	Dz	ل	L
ر	R	م	M
ز	Z	ن	N
س	S	و	W
ش	Sy	هـ	H
ك	Sh	ي	Y

Catatan :

1. Kata alīf-lam altaʿrīf baik syamsiyyah maupun qamariyyah diawali dengan al- dan disambung dengan kata yang mengikutinya. Contoh: al-bayt, alhadid, al-dār, al-sahīh.
2. Huruf tāʿ marbūtah (ة) (ditulis dengan ĥ. Contoh : al-marʿah (bukan almarʿa), Dzurriyah (bukan dzurriya).

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

3. Huruf tasydīd ditulis dua kali. Contoh : al-kuffaraḥ, al-makkaḥ, al-nabawiyah.
4. Secara umum vokal huruf terakhir suatu kata tidak dituliskan pengecualian diberikan pada huruf terakhir kata-kata berikut ini, di mana vokalnya ditulis sebagaimana adanya :
  - a. Kata kerja (fiʿil). Contoh: dzahaba (bukan dzahab), qaraʿa (bukan qaraʿ), yaqūlu (bukan yaqūl), yasmaʿūna (bukan yasmaʿūn).
  - b. Kata milik. Contoh: baytuka (bukan baytuk), qauluhu (bukan qauluh).
  - c. Vokal terakhir kata-kata fawqa (bukan fawq), tahta (bukan taht), bayna (bukan bayn), amama (bukan amam), warāʿa (bukan warāʿ), dan sejenisnya.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## ABSTRAK

### **Dayana Husna, (2024): Puasa Dalam Agama Hindu dan Protestan**

Skripsi ini di latar belakang oleh penjelasan tentang puasa yang merupakan salah satu ritual keagamaan yang hampir ada di setiap agama. Adanya puasa dalam setiap agama memiliki perkembangan yang beraneka ragam, serta juga memiliki perbedaan dan persamaan. Adapun tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui ajaran serta mengetahui perbedaan dan persamaan puasa pada kedua agama tersebut. Metode penelitian yang digunakan adalah metode kualitatif dengan jenis penelitian kepustakaan yang seluruh datanya bersumber dari buku-buku, jurnal, serta literatur lain yang sumbernya relevan dengan penelitian. Hasil dari penelitian ini dapat ditemukan bahwa dalam agama Hindu terdapat anjuran berpuasa serta mengenal puasa wajib dan tidak wajib. Puasa Hindu dilaksanakan pada hari atau bulan tertentu, dalam pelaksanaannya puasa agama Hindu lebih menjurus dalam hal kesehatan rohani dan jasmani. Sedangkan dalam agama Protestan juga terdapat anjuran berpuasa tetapi tidak bersifat wajib. Puasa agama Protestan diserahkan kepada masing-masing individu sesuai dengan kebutuhannya dan puasa agama Protestan lebih menjurus untuk menjadikan umatnya pribadi yang lebih baik. Berdasarkan arannya puasa kedua agama tersebut lebih banyak di temukan perbedaan dari pada persamaan. Perbedaan yang ditemukan terdapat pada pengertian, dasar hukum, jenis, tata cara, tujuan dan manfaat. Sedangkan persamaannya di temukan pada pengertian, dasar hukum, jenis, tujuan dan manfaat puasa.

**Kata Kunci: Puasa, Hindu, Protestan**



**Hak Cipta Dilindungi Undang-undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## ABSTRACT

**Dayana Husna, (2024): The Fasting in Hinduism and Protestantism**

This research was motivated by the explanation of fasting which was a religious ritual existing in almost every religion. The existence of fasting in each religion has various developments, and it also has differences and similarities. This research aimed at knowing the teachings, and the differences and similarities of fasting in the two religions. It was a library research with qualitative method. The data sources were from books, journals and other literature that were relevant to this research. The research findings showed that in Hinduism, there was a recommendation for fasting and recognizing obligatory and non-obligatory. Hindu fasting was conducted on certain days or months. In its implementation, Hindu fasting was more focused on spiritual and physical health. Meanwhile, in the Protestant religion, there was also a recommendation for fasting, but it was not a mandatory. The Protestant fasting was handed to each individual according to their needs, it was more directed in making its followers better individuals. Based on the fasting teachings of the two religions, we found more differences than similarities. The differences found were in the meaning, legal basis, types, procedures, objectives and benefits. Meanwhile, the similarities were found in the meaning, legal basis, types, goals and benefits of fasting.

**Keywords: Fasting, Hinduism, Protestantism**



UIN SUSKA RIAU

## الملخص

### عنوان البحث: الصيام في الهندوسية والبروتستانتية

انطلق هذا البحث من أن الصيام عبارة عن طقوس دينية موجودة في كل دين. إن كيان الصيام في كل دين له تطورات مختلفة، وله أيضًا اختلافات وتشابهات. ويهدف هذا البحث لمعرفة التعاليم الدينية ومعناها أوجه الاختلاف والتشابه بين الديانتين في الصيام. ويستخدم الباحث في هذا البحث منهجًا نوعيًا من خلال الدراسة المكتبية، حيث تجمع جميع البيانات من الكتب والمجلات والمؤلفات الأخرى التي ترتبط بمصادرها بالبحث. وأما نتائج البحث تشير إلى أن في الهندوسية يستحب الصيام، وينقسم الصيام إلى الواجب وغير الواجب. يتم تنفيذ الصيام الهندوسي في أيام أو أشهر معينة، ويركز الصيام الهندوسي على الصحة الروحية والجسدية. وفي الوقت نفسه، في الديانة البروتستانتية هناك أيضًا توصية بالصيام، ولكنها ليست إلزامية. فالصيام الديني البروتستانتية مفضّل إلى كل فرد وفقًا لاحتياجاته، والصيام الديني البروتستانتية موجه نحو جعل أتباعه أفرادًا أفضل. واستنادًا إلى تعاليم الصيام في الديانتين، نجد الاختلافات أكثر من أوجه التشابه. والاختلافات الموجودة هي في المعنى والأساس القانوني والأنواع والإجراءات والأهداف والفوائد. وأما أوجه التشابه بين الديانتين ففي معنى الصيام وسنده الشرعي وأنواعه وأهدافه وفوائده. الكلمات المفتاحية: الصوم، الهندوسية، البروتستانتية



Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## BAB I PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Agama merupakan anugerah Tuhan bagi manusia yang dijadikan pedoman untuk menjalani kehidupan di dunia ini, setiap individu memiliki hak untuk meyakini agama yang dianutnya. Dengan adanya agama, manusia memiliki pegangan dalam hidupnya. Dari sini dapat dilihat bahwa peran agama dalam kehidupan sangat besar, oleh sebab itu agama sudah menjadi bagian yang sangat penting dalam kehidupan manusia.

Lahirnya agama yang beragam jelas akan menimbulkan banyak perbedaan, walaupun tidak menutup kemungkinan terdapat beberapa persamaan pada setiap agama. Adakalanya perbedaan hanya terkait dalam hal-hal yang tidak prinsip seperti dalam hal peribadatan, tetapi tidak jarang kita temukan perbedaan yang prinsip dan sangat fundamental, seperti dalam tataran ilmu teologi. Setiap individu yang memeluk suatu agama dituntut untuk melaksanakan kewajiban atau melaksanakan ajaran agamanya.<sup>1</sup>

Setiap pemeluk agama banyak yang meyakini bahwa agama itu merupakan sesuatu yang luhur, yang dapat membawanya ke jalan Tuhan dan keselamatan hidup di dunia dan di akhirat. Untuk mencapai keselamatan, dalam agama mengajarkan kepada para penganutnya melalui pengenalan kepada masalah yang sakral yaitu yang berupa keimanan kepada Tuhan.

Setiap agama memiliki ritual keagamaan yang disebut dengan ibadah, yaitu sebagai bentuk hubungan manusia dengan Tuhannya.<sup>2</sup> Dari banyaknya fenomena yang terkait dengan ritual keagamaan puasa merupakan salah satu bentuk ritual keagamaan.

<sup>1</sup> Jalaludin, *Psikologi Agama* (Jakarta: Raja Grafindo Indonesia, 2005), hlm. 261.

<sup>2</sup> Mastuhu, *Metode Penelitian Agama Teori Dan Praktisi* (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2006), hlm. 127.

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Puasa bukanlah sesuatu hal yang baru, puasa telah ada sejak lahirnya agama-agama di dunia. Puasa merupakan suatu bentuk ibadah yang bersifat universal dan bertujuan untuk mendekatkan diri kepada Dzat yang lebih berkuasa dari diri manusia. Adanya puasa dalam setiap agama memiliki perkembangan yang beraneka ragam, dan memiliki ajaran yang berbeda-beda serta ada juga terdapat persamannya.

Puasa dapat dijadikan benteng bagi manusia untuk menghambat dan mengendalikan hawa nafsu yang sering bersemayam pada diri manusia. Adapun yang kita ketahui, banyak tingkah laku dan ulah manusia di dunia ini yang sangat tidak mencerminkan perilaku layaknya seorang manusia.

Salah satu hikmah yang besar dari melaksanakan ibadah puasa adalah melatih diri manusia untuk membangkitkan kehidupan rohani, serta nafsu jasmaniah yang berada dalam diri manusia yang harus diredam, dikendalikan dan diarahkan untuk tujuan yang berbaur positif. Setiap manusia yang menjalankan ibadah puasa pada hakekatnya memang sedang menjarakannya dari nafsu jasmaniah dan rohaniah.<sup>3</sup>

Secara spiritual puasa dapat membawa manusia untuk lebih mendekatkan dirinya kepada Tuhan. Sementara secara sosial, puasa melatih empati manusia untuk bertenggang rasa serta turut merasakan penderitaan orang-orang yang kurang beruntung di dunia. Hal ini juga termasuk ajaran puasa dalam agama Hindu dan Protestan.

Puasa di dalam Agama Hindu disebut juga dengan kata upawasa yang berarti tidak diperbolehkan makan dan minum pada waktu tertentu.<sup>4</sup> Selain upawasa di dalam Agama Hindu juga terdapat kata *Sirawatri* yang memiliki tujuan untuk meningkatkan spiritual manusia.

<sup>3</sup> Teguh Purwadi, *Membangkitkan Kembali Spiritual Anda* (Bandung: PT.Karya Kita, 2007), hlm. 42.

<sup>4</sup> K.M Suhardana, *Upawasa Tapa Dan Brata Agama Hindu* (Surabaya: Paramita, 2007), hlm. 4.

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Didalam agama Hindu terdapat pelaksanaan puasa yang merupakan sebuah anjuran. Puasa dalam agama Hindu bisa di lakukan kapan saja, karena dalam agama Hindu mengenal adanya puasa yang wajib dan ada juga yang tidak wajib.

Sementara puasa di dalam agama Protestan itu terdapat puasa yang diajarkan di dalam Alkitab, yang pada umumnya berarti tidak dibolehkan makan dan minum selama waktu tertentu. Puasa dalam Perjanjian Lama berasal dari bahasa *Ibrani tsum, tsom* dan *inna nafsyo* yang secara harfiah berarti merendahkan diri dengan berpuasa. Sedangkan dalam Perjanjian Baru, puasa berasal dari bahasa Yunani *nesteo* (tidak makan), *nesteia* dan *nestis* yang memiliki arti sebagai bentuk penyesalan atau pertobatan, tanda kedukaan dan permohonan berkat kepada Allah.<sup>5</sup>

Puasa didalam agama Protestan bisa dilakukan kapan saja sesuai kebutuhan individu, karena puasa yang terdapat dalam Alkitab merupakan sebuah anjuran sehingga menurut umat Protestan puasa bukan suatu hal yang wajib untuk dilaksanakan.

Terkait pembahasan yang di atas maka muncul ketertarikan penulis untuk melakukan penelitian yang bersifat studi komparatif, karena secara singkat dapat dilihat kedua agama tersebut memiliki perbedaan dan persamaan puasa. Jadi menurut penulis hal ini sangat menarik untuk dikaji, sehingga untuk memperdalam penelitian ini penulis jugak ingin melihat perbedaan dan persamaan puasa lebih mendalam seperti melihat pada segi pengertian, dasar hukum, jenis, tata cara, serta tujuan dan manfaat puasa dalam agama Hindu dan Protestan.

#### B. Penegasan Istilah

Untuk menghindari terjadinya kesalah pahaman dan kekeliruan dalam penelitian ini, maka perlu untuk memberikan istilah atau kata kunci yang terdapat pada judul.

1. Puasa

<sup>5</sup> Douglas JD (ed), *Ensiklopedia Alkitab Masa Kini Jilid II* (Jakarta: Yayasan Komunikasi Bina Kasih, 2008), hlm. 280.

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Puasa adalah sebutan umum yang berasal dari bahasa *Sansekerta* yaitu upawasa, atau dalam bahasa jawa disebut dengan kata pasa. Sejumlah suku (masyarakat) di Indonesia biasanya menyebut dengan kata puasa.<sup>6</sup> Puasa adalah suatu praktek menahan diri untuk tidak mengkonsumsi makanan, minuman dan aktivitas tertentu. Dalam sebagian agama puasa merupakan hal yang wajib untuk dilaksanakan dengan tujuan untuk memperbaiki moral, spiritual dan pengendalian diri pada manusia.<sup>7</sup>

#### 2. Hindu

Hindu adalah agama yang lahir dari akulturasi budaya yaitu antara bangsa Arya dan Dravida, bahkan kehidupan peradaban Hindu tercantum dalam kitab suci Hindu yaitu weda, Upanisad dan Brahmana. Dalam bahasa *Sansekerta*: Sanatana Dharma (Kebenaran Abadi) dan (Vaidika Dharma) adalah agama yang berasal dari anak benua India. Agama ini lahir pada tahun 3102 SM-1300 SM dan merupakan agama tertua yang ada di dunia pada saat ini, dan agama Hindu ini merupakan agama ketiga yang terbesar setelah agama Islam dan Kristen.<sup>8</sup>

#### 3. Protestan

Protestan adalah agama Kristen yang diluar Kristen Katolik Roma. Istilah Protestan lahir dari aksi yang dilakukan oleh penduduk bukan Katolik yang bertempat dikota Spreyer, Jerman pada tahun 1529 dengan dihadapkan keputusan Sidang Parlemen Kerajaan Jerman yang telah didominasi oleh orang Katolik Roma.<sup>9</sup>

Dari penegasan istilah yang di atas maka puasa dalam agama Hindu dan Protestan dapat dimaknai sebagai suatu rancangan atau pengertian dalam ranah yang konseptual yakni seperti: Pengertian

<sup>6</sup> Sismono, *Puasa Pada Umat-Umat Dulu Dan Sekarang* (Jakarta: Republika, 2010), hlm.

<sup>7</sup> Dinda Oktavia Ferdayani, "Manfaat Puasa Terhadap Penyakit Maag," *Jurnal Religion: Jurnal Agama, Sosial, dan Budaya* Vol. 1, No. 2023 (2023), hlm. 822–829.

<sup>8</sup> Dadang Kahmad, *Sosiologi Agama* (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2002), hlm. 13.

<sup>9</sup> Karen Armstrong, *Terj. Hikmah Darmawa, Perang Suci: Dari Perang Salib Hingga Perang Teluk* (Jakarta: Kencana, 1998), hlm. 725.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

puasa, dasar hukum puasa, jenis puasa, tata cara Puasa, serta tujuan dan manfaat puasa dalam agama Hindu dan Protestan.

**C. Identifikasi Masalah**

1. Puasa merupakan hal yang dianjurkan oleh setiap agama.
2. Puasa pada agama tertentu tidak hanya menahan lapar semata.
3. Puasa ada yang wajib dilaksanakan dan ada juga yang sekedar dianjurkan.
4. Puasa dilaksanakan pada hari-hari tertentu.
5. Puasa membawa dampak positif bagi kesehatan manusia.

**D. Batasan Masalah**

Dari latar belakang masalah yang di atas, maka untuk menghindari pembahasan yang meluas, penulis hanya membatasi penelitian ini pada pengertian, dasar hukum, jenis, tata cara, serta tujuan dan manfaat puasa dalam agama Hindu dan Protestan.

**E. Rumusan Masalah**

Dalam Penelitian ini membahas tentang puasa dalam agama Hindu dan Protestan sebagaimana yang telah penulis paparkan di atas, maka rumusan masalahnya yaitu:

1. Bagaimana Puasa Dalam Agama Hindu dan Protestan?
2. Apa Persamaan dan Perbedaannya?

**F. Tujuan dan Manfaat Penelitian**

**1. Tujuan Penelitian**

Untuk mencapai hasil penelitian yang baik, maka tujuan penelitiannya yaitu:

- a. Untuk Mengetahui Puasa Dalam Agama Hindu dan Protestan.
- b. Untuk Mengetahui Persamaan dan Perbedaan Puasa Dalam Agama Hindu dan Protestan.

**2. Manfaat Penelitian**

Adapun manfaat penelitian dapat ditinjau dari dua aspek, yaitu:

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- a. Aspek teoritis, yaitu untuk memperkaya khazanah kepustakaan Fakultas Ushuluddin khususnya jurusan Studi Agama-Agama, disamping sebagai syarat untuk memperoleh gelar sarjana pada Fakultas Ushuluddin.
- b. Aspek praktis, yaitu untuk mengetahui tentang persamaan dan perbedaan puasa terkait agama Hindu dan agama Protestan, serta menambah wawasan bagi yang membacanya dan lebih terkhususnya kedua agama tersebut.

**G. Sistematika Penulisan**

**Bab 1: Pendahuluan.** Pada bab ini dijelaskan keseluruhan point-point pembahasan dalam sub judul skripsi ini yang terdiri dari Latar Belakang, Penegasan Istilah, Identifikasi Masalah, Batasan Masalah, Rumusan Masalah, Tujuan dan Manfaat Penelitian, serta Sistematika Penulisan.

**Bab 2: Kerangka Teoritis.** Pada bab ini di jelaskan pembahasan umum tentang puasa dalam ajaran agama-agama antara lain Islam, Buddha, Konghucu dan Yahudi serta Literatur Review.

**Bab 3: Metode Penelitian.** Pada bab ini di jelaskan metode penelitian dalam skripsi ini yang terdiri dari Jenis Penelitian, Pendekatan Penelitian, Sumber Data, Teknik Pengumpulan Data dan Analisis Data.

**Bab 4: Pembahasan dan Analisis Data.** Pada bab ini di jelaskan tentang pembahasan dan analisis data tentang topik utama dalam skripsi ini yaitu mengenai puasa dalam agama hindu dan protestan yang terdiri dari Pengertian, Dasar Hukum, Jenis, Tata Cara, Tujuan dan Manfaatnya, serta yang terahir adalah menganalisis data dengan melihat perbedaan dan persamaan dari apa yang dibahas sebelumnya.

**Bab 5: Penutup.** Pada bab ini di jelaskan tentang kesimpulan dan saran mengenai skripsi ini.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## BAB II

### KERANGKA TEORITIS

#### A. Puasa Dalam Ajaran Agama

Puasa adalah sebutan umum yang berasal dari bahasa *Sanskerta* yaitu *upawasa*, atau dalam bahasa jawa disebut dengan kata *pasa*. Sejumlah suku (masyarakat) di Indonesia biasa menyebutnya dengan *puasa*.<sup>10</sup> Puasa biasanya dilaksanakan secara individu maupun kelompok dalam waktu tertentu. Pelaksanaan puasa ada yang dilaksanakan secara total dan ada juga yang dilaksanakan pada waktu tertentu saja.

Secara etimologi (bahasa), makna dari puasa adalah menahan . Kata lain dari puasa yaitu *Shaum* yang berasal dari bahasa arab yakni *Shaama-yashuumu*, yang bermakna menahan atau sering juga disebut *al-imsak*, yaitu menahan diri dari segala sesuatu yang bisa membatalkan puasa.<sup>11</sup> Puasa atau *Shaum* dan *Shiyam* yang memiliki arti meninggalkan atau melarang untuk berkata-kata dan berbuat buruk serta kotor dan tercela.

Adapun secara terminologi (istilah) puasa memiliki arti menahan diri dari makan dan minum atau dari semua perkara yang bisa membatalkan puasa sejak terbit fajar hingga terbenamnya matahari dengan syarat-syarat yang telah ditentukan.<sup>12</sup>

Pengertian mengenai puasa memang dapat diartikan dalam banyak hal. Dengan kata lain, sebagian ulama turut memaknai puasa sebagai perbuatan menahan diri dari perbuatan *fi'li* yang berupa dua macam syahwat, yaitu syahwat perut dan syahwat kemaluan serta menahan diri dari segala sesuatu agar tidak masuk ke dalam perut.<sup>13</sup>

<sup>10</sup> Sismono, *Puasa Pada Umat-Umat Dulu Dan Sekarang...*hlm. 9.

<sup>11</sup> Amir Syarifuddin, *Garis-Garis Besar Fiqih* (Jakarta: Kencana, 2003), hlm. 52.

<sup>12</sup> Muhibbubathabary, *Fiqih Amal Islam* (Bandung: Citapustaka Media Perintis, 2012), hlm.

<sup>13</sup> Berliana Intan Maharani, "Puasa dalam Islam: Pengertian, Syariat, dan Macam-Macamnya", dikutip dari <https://www.detik.com/hikmah/khazanah/d-6619131/puasa-dalam-islam-pengertian-syariat-dan-macam-macamnya/di> akses hari Senin, tanggal 20 Mei 2024 pukul 11.19 WIB.



## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Dalam agama Islam, puasa memiliki arti menahan diri dari sesuatu hal dan perkara yang bisa membatalkan puasa. Orang yang diam dapat dikatakan berpuasa, sebab ia menahan diri dari berbicara seperti halnya yang dilakukan oleh Siti Maryam yang tidak berbicara kepada siapapun pada masa itu.<sup>14</sup> Sebagaimana firman Allah (Q.S Maryam 19:26) sebagai berikut:

فَكُلِيْوِاشْرَبِيْ وَفَرِّيْ عَيْنًا فَاِمَّا تَرَيْنَ مِنَ الْبَشَرِ اَحَدًا  
فَقُوْلِيْ اِنِّي نَذَرْتُ لِلرَّحْمٰنِ صَوْمًا فَلَنْ اُكَلِّمَ الْيَوْمَ اِنْسِيًّا

Artinya: ‘Makan, minum, dan bersukacitalah engkau. Jika engkau melihat seseorang, katakanlah, Sesungguhnya aku telah bernazar puasa (bicara) untuk Tuhan Yang Maha Pengasih. Oleh karena itu, aku tidak akan berbicara dengan siapa pun pada hari ini’.<sup>15</sup>

Umat Islam melaksanakan puasa satu hari lamanya pada saat bulan Ramadhan mulai dari terbit fajar hingga terbenamnya matahari (saat adzan maghrib) dengan niat dan beberapa syarat yang telah ditentukan. Ada juga yang mendefinisikan puasa itu dilarang makan, minum dan berhubungan badan sejak terbit fajar hingga terbenamnya matahari.<sup>16</sup>

Puasa adalah suatu ibadah yang diperintahkan oleh Allah dalam Al-Qur'an. Ada empat jenis macam puasa dalam Islam yaitu: Puasa wajib puasa dikerjakan oleh umat Islam seperti puasa Ramadan dan puasa qadha, puasa Sunnah puasa yang disunnahkan oleh Rasulullah SAW seperti puasa Senin dan Kamis, puasa Makruh yang hukumnya makruh dan puasa Haram puasa yang dilaksanakan pada hari-hari terlarang. Dari jenis puasa yang telah disebutkan memiliki tata cara puasa yang sama dan yang membedakan hanya niat puasanya saja.

<sup>14</sup> Tarmizi Taher, *Berislam Secara Moderat* (Jakarta Selatan: Grafindo Khazanah Ilmu, 2007), hlm. 15.

<sup>15</sup> Kementerian Agama Republik Indonesia, *Al-Qur'an dan Terjemahannya* (Jakarta: PT. Pantja Cemerlang, 2020), hlm. 307

<sup>16</sup> Hasan Kamil Al-Mathawi, *Fiqh Al-Ibadat Ala Mazhab Al-Imam Malik r.a* (Kairo: Maktabah An-Nahdhah Al-Misriyah, 1978), hlm. 247.



## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Dalam agama Islam puasa merupakan hal yang diwajibkan oleh Allah Swt bagi setiap muslim, yaitu meyakini Allah sebagai maha penciptakan, melahirkan, memberi rezeki, menganugrahi kehidupan, menentukan ajal atau kematian, dan menempatkan mereka pada kehidupan yang abadi di akhirat kelak.<sup>17</sup> Sebagaimana perintah puasa di dalam (Q.S. Al-Baqarah 2:183) sebagai berikut:

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

Artinya: “Hai orang-orang yang beriman, diwajibkan atas kamu berpuasa sebagaimana diwajibkan atas orang-orang sebelum kamu agar kamu bertakwa.”<sup>18</sup>

Adapun amalan yang dilakukan umat Islam pada saat melaksanakan puasa adalah seperti mengaji, bersedekah, membayar zakat, berdoa serta melaksanakan amalan-amalan Sunnah lainnya. Amalan-amalan tersebut merupakan sebagian cara umat islam untuk mendapatkan pahala dalam menjalankan ibadah puasa, seperti mana yang telah disebutkan dalam hadist Rasulullah SAW. Dari Sahl bin Sa’ad, dari Nabi shallallahu alaihi wa sallam, beliau bersabda:

إِنَّ فِي الْجَنَّةِ بَابًا يُقَالُ لَهُ الرَّيَّانُ ، يَدْخُلُ مِنْهُ الصَّائِمُونَ يَوْمَ الْقِيَامَةِ ، لَا يَدْخُلُ مِنْهُ أَحَدٌ غَيْرُهُمْ يُقَالُ أَيْنَ الصَّائِمُونَ فَيَقُومُونَ ، لَا يَدْخُلُ مِنْهُ أَحَدٌ غَيْرُهُمْ ، فَإِذَا دَخَلُوا أُغْلِقَ ، فَلَمْ يَدْخُلْ مِنْهُ أَحَدٌ

Artinya:”Sesungguhnya di surga ada suatu pintu yang disebut “ar rayyan“. Ora gorang yang berpuasa akan masuk melalui pintu tersebut pada hari kiamat. Selain orang yang berpuasa tidak akan memasukinya. Nanti orang yang berpuasa akan diseru, “Mana orang yang berpuasa.” Lantas mereka pun berdiri, selain mereka tidak akan

<sup>17</sup> M. Syamsul Yakin, *Meraih Ramadhan Sepanjang Masa Serpihan Mutiara Puasa Untuk Bekal Menjadi Taqwa* (Depok: Semesta, 2005), hlm. 1.

<sup>18</sup> Kementerian Agama Republik Indonesia, *Al-Qur’an dan Terjemahannya*. hlm. 28

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

*memasukinya. Jika orang yang berpuasa tersebut telah memasukinya, maka akan tertutup dan setelah itu tidak ada lagi yang memasukinya”*(HR. Bukhari no. 1896 dan Muslim no. 1152).<sup>19</sup>

Dari definisi yang telah dijelaskan di atas maka dapat disimpulkan bahwa puasa di dalam agama Islam itu adalah menahan diri dari syahwat serta melawan hawa nafsu jahat yang bersemayam pada diri seseorang dan hal tersebut bisa membatalkan puasa. Puasa juga menahan diri untuk tidak makan dan minum, adanya larangan tersebut bertujuan untuk melatih umat Islam dan merasakan bagaimana rasanya kelaparan seperti orang-orang yang kurang beruntung di luar sana atau orang yang kurang mampu sehingga sulit untuk mendapatkan makanan walaupun hanya seulas nasi. Jadi dengan adanya puasa bisa melatih umat Islam untuk bertenggang rasa, membuat tubuh lebih sehat dan mendapatkan pahala.

Puasa di dalam Agama Buddha disebut juga dengan istilah uposatha atau salah satu usaha menghindarkan diri dari makan dan minum pada waktu yang salah. Istilah uposhata juga berasal dari bahasa *Pali* yakni bahasa yang digunakan pada zaman Sang Buddha Gautama. Selain itu kata uposhata juga kata yang memiliki arti yakni masuk dan berdiam diri dalam vihara.<sup>20</sup>

Berdiam diri di sini bukan diam tidak melakukan apapun tetapi diam duduk di vihara tersebut dengan melaksanakan hal-hal yang menyangkut keagamaan atau melaksanakan hal-hal yang berbau positif seperti mendengarkan khotbah, berlatih bermeditasi, melaksanakan sila atau berlarjar dhamma. Puasa di dalam agama Buddha merupakan salah satu cara pengendalian diri dari segala hal yang berkenaan dengan keburukan seperti membenci, serakah, dengki, marah, dan kebodohan batin.<sup>21</sup>

<sup>19</sup> Muhammad Abduh Tuasikal, “Kajian Ramadhan 13: Pintu Surga Ar Rayyan bagi Orang Yang Berpuasa”, dikutip dari <https://muslim.or.id/17579-kajian-ramadhan-13-pintu-surga-ar-rayyan-bagi-orang-yang-berpuasa/di> akses hari Senin, tanggal 20 Mei 2024 pukul 20:59 WIB.

<sup>20</sup> Bhikku Khantipalo, *Saya Seorang Buddha Bagaimana Menjadi Seorang Buddha Sejati* (Jakarta: Yayasan Karaniya, 1991), hlm. 59.

<sup>21</sup> J. Pandit Kaharuddin, *Hidup Dan Kehidupan* (Jakarta: Tri Sattva Buddha Center, 1991).

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Di dalam agama Buddha tidak terdapat kewajiban untuk berpuasa, tetapi jika penganut agama Buddha ingin berpuasa diperbolehkan. Adapun pelaksanaan puasa agama Buddha, yakni pada hitungan peredaran bulan seperti saat bulan purnama atau pada hari pertama hingga hari ke lima belas sesuai penanggalan lunar pada kalender buddhis.<sup>22</sup>

Dalam agama Buddha terdapat 2 jenis puasa yaitu uposatha dan vegetaris, dimana puasa uposatha adalah puasa tidak wajib bagi umat Buddha dan puasa vegetaris adalah puasa dengan tidak makan makanan bernyawa (dalam hal daging). Atau bisa dikatakan hanya memakan sayur-sayuran saja.

Puasa di dalam agama Buddha merupakan salah satu bagian dari pengamalan Atthasila atau delapan aturan moral yang diajarkan oleh Buddha. Adapun delapan moral yaitu disebut dengan atthasila atau atthangasila yang terdiri dari:

1. *Panatipata veramani sikkhapadam samadiyam.*  
(Aku bertekad akan melatih diri menghindari penyiksaan maupun pembunuhan makhluk hidup).
2. *Adinnadana veramaṇi sikkhapadam samadiyami.*  
(Aku bertekad akan melatih diri menghindari mengambil barang yang tidak diberikan).
3. *Abrahma cariya veramaṇi sikkhapadam samadiyami.*  
(Aku bertekad akan melatih diri menghindari hubungan tidak suci / hubungan seks).
4. *Musavada veramaṇi sikkhapadam samadiyami.*  
(Aku bertekad akan melatih diri menghindari ucapan tidak benar).
5. *Sura meraya majja pamadaṭṭhana veramaṇai sikkhapadam samadiyami.*  
(Aku bertekad akan melatih diri menghindari segala makanan dan minuman yang dapat menyebabkan lemahnya kesadaran).

<sup>22</sup> Maryam N. Kinanthi, *Dahsyatnya 7 Puasa Wajib, Sunnah Dan Thibbun Nabawi* (Jayakarta: Disegar, 2017).

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

6. *Vikala bhojana veramaṇi sikkha padam sama diyami.*  
(Aku bertekad akan melatih diri menghindari makan pada waktu yang salah / setelah tengah hari).
7. *Nacca gita vadita visuka dassana mala-gandha vilepana dharana maṇḍana vibhusanaṭṭhana veramaṇi sikkha padam samadiyami.*  
(Aku bertekad akan melatih diri menghindari menari, menyanyi, bermain musik, melihat pertunjukan hiburan, bersolek, menggunakan perhiasan, dan wangi-wangian yang bertujuan untuk mempercantik diri).
8. *Uccasayana mahasayana veramaṇi sikkha padam samadiyami.*  
(Aku bertekad melatih diri menghindari penggunaan tempat duduk dan tempat tidur yang tinggi dan mewah).<sup>23</sup>

Delapan aturan moral diatas tidak boleh ditinggalkan ketika umat Buddha melaksanakan Puasa. Tujuannya, terkesan sederhana tetapi selalu jadi acuan sejumlah agama besar di dunia yaitu menahan hawa nafsu dan berbuat kebajikan. Itu dilakukan semata-mata untuk mendekati diri kepada Yang Maha Kuasa.<sup>24</sup>

Di dalam agama Konghucu juga terdapat puasa yang disebut dengan Zhai. Zhai dapat diartikan suatu yang agung, bersih, jernih, lurus, polos, sederhana serta menghindari hal yang dilarang dan berbuat sesuatu yang benar atau diperbolehkan.

Makna puasa dalam agama Khonghucu terbagi menjadi dua. Pertama, sebagai sarana mensucikan diri, menyiapkan batin yang bersih dalam persiapan melaksanakan sembahyang besar kepada Tuhan YME. Kedua, sebagai pelatihan mengendalikan diri agar selalu dapat menjaga perilaku, tutur

<sup>23</sup> Kantor Kementerian Agama Kabupaten Pati, "PUASA DALAM AGAMA BUDDHA", dikutip dari <https://jateng.kemenag.go.id/bimbingan-masyarakat-buddha/puasa-dalam-agama-buddha/> di akses hari Senin tanggal 20 Mei 2024 pukul 11.10 WIB.

<sup>24</sup> Mawa Kresna, "Cara Buddha, Hindu, dan Konghucu Mengajarkan Puasa" dikutip dari <https://tirto.id/cara-buddha-hindu-dan-konghucu-mengajarkan-puasa-cp6p/> di akses hari Senin, tanggal 30 Mei pukul 11.26 WIB.

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

kata, dan perbuatan yang tidak melanggar kesusilaan, sehingga jiwa kita sepenuhnya dapat kembali pada Cinta Kasih.<sup>25</sup>

Nabi Kongzi bersabda:

*“Bila setiap orang setiap hari dapat kembali kepada Kesusilaan, maka dunia akan kembali kepada Cinta Kasih”*.<sup>26</sup>

Jika dilihat dari bentuknya puasa terbagi menjadi menjadi 2 jenis, yaitu puasa secara Jasmani (齋 Zhai) dan puasa secara Rohani (戒 Jie):

Puasa secara Jasmani terbagi menjadi beberapa bagian, secara garis besarnya berpantang dari makanan yang bernyawa seperti daging (vegetarian) secara bertahap pada hari sembahyang tertentu, tapi bisa juga berpantang pada makanan yang lain, seperti misalnya berpantang dari makan nasi, berpantang makanan yang mengandung rasa, atau berpantang makanan apapun pada jam-jam yang telah ditentukan pada hari sebelum melakukan sembahyang besar. Pada saat melaksanakan puasa secara Jasmani, tidak boleh meninggalkan puasa Rohaninya.

Sedangkan puasa secara Rohani itu, wajib dilakukan secara terus menerus setiap saat oleh umat Konghucu, salah satu wujudnya adalah : memegang teguh pada sikap yang membatasi diri terhadap 4 pantangan, yaitu Tidak melihat yang tidak susila, tidak mendengar yang tidak susila, tidak membicarakan yang tidak susila, dan tidak melakukan yang tidak susila. Prinsip utama dalam menjalankan puasa rohani adalah membatasi diri dengan kesusilaan, sehingga segala hal baik dapat berkembang dalam diri. Hal penting yang harus diingat dalam berpuasa adalah pertimbangan masak dalam memutuskan untuk menjalankan laku puasa ini.<sup>27</sup>

<sup>25</sup> Tim Mimbar Konghucu, "Puasa dalam Perspektif Agama Khonghucu" dikutip dari <https://kemenag.go.id/khonghucu/puasa-dalam-perspektif-agama-khonghucu-0l2qih/di> akses hari Senin, tanggal 30 Mei pukul 11.30 WIB.

<sup>26</sup> Konghucu Indonesia, "Puasa dalam Agama Khonghucu" dikutip dari <https://khonghucuindonesia.wordpress.com/2021/05/04/puasa-dalam-agama-khonghucu/di> akses hari Senin, tanggal 30 Mei pukul 11.33 WIB.

<sup>27</sup> Konghucu Indonesia, "Puasa dalam Agama Khonghucu" dikutip dari <https://khonghucuindonesia.wordpress.com/2021/05/04/puasa-dalam-agama-khonghucu/di> akses hari Senin, tanggal 30 Mei pukul 11.35 WIB.

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Selain sebagai sarana untuk membina diri sebagaimana telah dijelaskan di atas, puasa agama Khonghucu juga merupakan sarana pertobatan pada Tian Yang Maha Esa, atas segala kesalahan yang pernah dilakukan. Hal ini dapat dilihat pada ayat berikut:

*“Biarpun seorang yang buruk/jahat, bila mau membersihkan hati, berpuasa dan mandi, dia boleh bersembahyang kepada Tuhan Yang Maha Esa”.* (Mengzi IVB:25,2).<sup>28</sup>

Puasa menurut agama Khonghucu tidak hanya menghindari dari makan saja, tetapi dalam melaksanakan puasa tindakan dan perbuatan harus selaras dan tidak berbuat hal-hal yang bisa membatalkan puasa. Puasa di dalam agama Konghucu dilaksanakan pada setiap tanggal 1 dan 15 tepatnya pada saat perayaan Imlek. Dilaksanakan pada hari tersebut karena menunjukkan bahwa umat Konghucu ingat dengan Tuhannya dan tidak lupa menggunakan pakaian yang bersih serta bersujud sembah kepada Tuhannya (sembahyang).<sup>29</sup>

Di dalam agama Yahudi juga terdapat puasa. Puasa pada agama Yahudi dilaksanakan pada hari-hari tertentu saja, seperti tanggal 10 Tishri (Muharram), hari Sabat, upacara pernikahan (nuptial), Yom Kippur, dan lainnya. Dalam melaksanakan puasa umat Yahudi tidak diperbolehkan makan, minum dan tidur selama satu hari penuh 24 jam.<sup>30</sup> Oleh karena itu puasa di dalam agama Yahudi lebih berat pelaksanaannya dibandingkan Puasa di dalam agama Islam.

Selain itu puasa dalam agama Yahudi juga memiliki jenis yaitu: puasa gedalya puasa untuk memperingati pembunuhan gubernur Yahudi Israel yang merupakan peristiwa penting dalam kejatuhan bangsa pertama, puasa tebet puasa untuk memperingati awal dari pengepungan Yerusalem

<sup>28</sup> Konghucu Indonesia, "Puasa dalam Agama Khonghucu" dikutip dari <https://khonghucuindonesia.wordpress.com/2021/05/04/puasa-dalam-agama-khonghucu/> di akses hari Senin, tanggal 30 Mei pukul 11.36 WIB.

<sup>29</sup> Michael Keene, *Agama-Agama Dunia* (Yogyakarta: Kanisius, 2006), hlm. 8.

<sup>30</sup> A Muchlishon Rochmat, "Motif Puasa Umat Yahudi, Kristen, dan Islam", dikutip dari <https://nu.or.id/opini/motif-puasa-umat-yahudi-kristen-dan-islam-Qhc7q/> di akses hari Senin tanggal 20 Mei 2024 pukul 11.46 WIB.



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

ini juga memproklamkan hari peringatan bagi enam juta orang Yahudi yang tewas dalam Holocaust, puasa Ester puasa untuk memperingati tiga hari berpuasanya Ester sebelum mendekati Raja Ahasyweros atas nama bangsa Yahudi, puasa tummuz puasa yang dilakukan untuk memperingati hari ketika dinding Yerusalem di langgar.

Seperti disebutkan dalam buku puasa pada umat-umat dulu dan sekarang, ada banyak alasan dan tujuan yang menyebabkan umat Yahudi sampai melaksanakan puasa yang seperti itu. Di antaranya adalah merenungkan hal-hal suci yang ukhrawi, sedih atas dosa, rasa harap akan Allah disebabkan penderitaan dan duka cita. Selain itu, tujuan mereka berpuasa adalah meredakan kemarahan Tuhan, mengharap datangnya ilham, menghadapi bahaya yang mengancam seperti wabah penyakit. Umat Yahudi menandai dan memperingati peristiwa bersejarah masa lalu dengan berpuasa. Umat Yahudi melaksanakan puasa mulai dari matahari terbenam sampai gelap pada malam berikutnya, dan dalam semua kasus orang Yahudi percaya bahwa ibadah ini dapat meningkatkan yang bersangkutan ke tingkat malaikat.<sup>31</sup>

Sebelum memasuki penjelasan yang mendalam terkait judul yang penulis angkat, yaitu puasa dalam agama Hindu dan Protestan. Di sini penulis juga menjelaskan sepintas tentang puasa pada agama-agama lain, di dunia ini ada banyak sekali agama yang melaksanakan puasa tetapi pada penelitian ini hanya sebagian agama saja yang penulis paparkan. Hal tersebut bertujuan untuk menambah wawasan atau sedikit ilmu bagi yang membacanya terutama untuk penulis sendiri.

## B. Literatur Review

Seperti yang kita ketahui topik mengenai puasa dalam berbagai agama ini sangat menarik untuk di kaji sehingga banyak yang menelitinya, tetapi sejauh ini belum ada yang meneliti tentang puasa dalam agama Hindu

<sup>31</sup> A Muchlishon Rochmat, "Motif Puasa Umat Yahudi, Kristen, dan Islam", dikutip dari <https://nu.or.id/opini/motif-puasa-umat-yahudi-kristen-dan-islam-Qhc7q/> di akses hari Senin tanggal 20 Mei 2024 pukul 11.48 WIB.

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

dan Protestan. Untuk mendukung penelitian ini penulis akan memaparkan literature review terkait puasa yang telah penulis telusuri, dengan tujuan ingin mendapatkan sepintas informasi dan memudahkan penulis dalam mengkaji permasalahan tersebut. Adapun penelitian yang relevan yang penulis paparkan itu berupa buku-buku, skripsi dan jurnal di antaranya adalah:

*Pertama* Buku yang berjudul: Hari Raya dan puasa dalam agama Hindu, buku ini dikarang Sri Svani Sivananda yang diterbitkan pada tahun 2002 oleh Paramita.<sup>32</sup> Di dalam buku ini dijelaskan bahwa hari raya dan puasa di dalam agama Hindu memiliki aturan dan tata cara dalam melaksanakan puasa serta terdapat manfaat dalam kehidupan sehari-hari.

*Kedua* Buku yang berjudul: Upawasa, tapa, dan brata berdasarkan agama Hindu, buku ini dikarang K.M Suhardana diterbitkan pada tahun 2007 oleh Paramita.<sup>33</sup> Di dalam buku ini dijelaskan tentang upawasa, tapa, dan brata adalah tiga kata yang identik tetapi memiliki makna yang hampir sama. Kata yang pertama yaitu upawasa yang dijelaskan dalam artian sempit yaitu tidak makan dan minum atau yang disebut juga dengan puasa, sedangkan dalam arti yang luas upawasa dijelaskan juga tidak makan dan minum serta mengendalikan diri dari berkata dan bertindak. Kata yang kedua yaitu tapa yang bermakna pengekangan diri, pengendalian diri, melakukan pantangan atau menghindari sesuatu yang bertentangan dengan agama Hindu. Kata yang ketiga adalah brata yang berarti berpantang melakukan hal-hal yang bertentangan dengan ajaran agama.

*Ketiga* Skripsi yang berjudul: Peran puasa dalam agama Islam dan Hindu yang diterbitkan di Jakarta, Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah, Fakultas Ushuluddin pada Prodi Ilmu Perbandingan Agama, yaitu bernama Nurjaman.<sup>34</sup> Dimana di dalam skripsinya membahas tentang

<sup>32</sup> Sri Sivananda Svani, *Hari Raya & Puasa Dalam Agama Hindu* (Surabaya: Paramita, 2002).

<sup>33</sup> Suhardana, *Upawasa Tapa Dan Brata Agama Hindu*.

<sup>34</sup> Nurjaman, "Peran Puasa Dalam Agama Hindu Dan Islam", Skripsi (Jakarta: UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2015).





#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

bagaimana peran dan manfaat puasa dari agama Hindu dan agama Islam, serta manfaatnya dalam kehidupan umat beragama.

*Keempat* Skripsi yang berjudul: Puasa dikalangan Narapidana Islam dan Kristen (Studi Kasus di Lembaga Perumahan Tangerang) yang diterbitkan di Jakarta, Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Fakultas Ushuluddin pada Prodi Ilmu Perbandingan Agama, yaitu yang bernama Ramadani.<sup>35</sup> Dimana di dalam skripsinya membahas tentang bagaimana pelaksanaan puasa dikalangan narapidana Islam dan Kristen serta melihat persamaan dan perbedaannya.

*Kelima* Jurnal yang berjudul: Penyucian diri dalam agama Buddha, Hindu dan Islam yang dikarang oleh Ali Mursyid Azizi Dan M Yusuf.<sup>36</sup> Di dalam jurnal ini dijelaskan tentang penyucian diri khususnya pada agama Buddha, Hindu dan Islam. Walaupun di dalam agama tersebut memiliki tata cara pelaksanaan yang berbeda-beda tetapi agama tersebut memiliki tujuan yang sama yaitu untuk mendapatkan keselamatan di dunia maupun di akhirat.

*Keenam* Jurnal yang berjudul: Perbandingan teologi keselamatan antara Katolik dan Protestan sebelum dan sesudah Reformasi yang dikarang oleh Marde Christian Stenly Mawikere.<sup>37</sup> Di dalam jurnal ini dijelaskan tentang persamaan dan perbedaan konsep keselamatan dalam agama Katolik dan Protestan yang mengenai protes Marthin Luther terhadap Paus dan Katolik Roma yang akhirnya timbul perpecahan sehingga muncullah agama Protestan.

<sup>35</sup> Ramadani, "Makna Puasa Di Kalangan Narapida Muslim Dan Kristen", Skripsi (Jakarta: UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2008).

<sup>36</sup> Ali Mursyid Azisi and M Yusuf, "Penyucian Diri Dalam Agama Buddha, Hindu Dan Islam," *Jurnal Studi Agama-agama* 07, No. 01 (2021), hlm. 1–23.

<sup>37</sup> Marde Christian Stenly Mawikere, "Perbandingan Teologi Keselamatan Antara Katolik Dan Protestan Sebelum Dan Sesudah Gerakan Reformasi," *Evangelikal: Jurnal Teologi Injili dan Pembinaan Warga Jemaat* Vol. 1, No. 1 (2017), hlm. 1-21.

*Ketujuh* Jurnal yang berjudul: Konsep puasa dalam agama Protestan yang dikarang oleh M. Darajat Ariyanto dkk.<sup>38</sup> Di dalam jurnal ini dijelaskan tentang puasa dalam agama Protestan yang dimaknai, sebagai tindakan sukarela untuk berpantang dari makan dan minum pada waktu tertentu. Waktu pelaksanaan dan tata cara dalam agama protestan bersifat fleksibel yakni tidak di atur oleh agama, melainkan individu itu sendiri yang mengaturnya. Di dalam agama Protestan sendiri tidak terdapat kewajiban berpuasa tetapi jika penganutnya ada yang melaksanakan puasa sangat diperbolehkan, karena dengan berpuasa bisa membuat kita menjadi pribadi yang lebih baik lagi.

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

<sup>38</sup> M. Darajat Ariyanto, Abdullah Mahmud, and Tri Yuliana Wijayanti, "Konsep Puasa Dalam Agama Protestan," *Suhuf* Vol. 24, No. 2 (2012), hlm. 99–119.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## BAB III METODE PENELITIAN

### A. Jenis Penelitian

Jenis Penelitian ini merupakan jenis penelitian kepustakaan (*library research*). Atau yang disebut juga dengan studi pustaka. Adapun cara yang terkait dengan melakukan penelitian kepustakaan adalah, membaca, mencatat serta mengolah bahan penelitian.<sup>39</sup> Selain membaca dan mencatat metode ini juga menghimpun data dari berbagai literatur, baik perpustakaan maupun dari sumber-sumber lainnya.<sup>40</sup>

Dari pemaparan di atas maka dapat disimpulkan bahwa penelitian kepustakaan tidak hanya berupa kegiatan membaca dan mencatat data-data yang telah dikumpulkan saja tetapi peneliti harus mampu mengolah data yang sudah terkumpul dengan tahap tahap penelitian kepustakaan. Dengan adanya penelitian kepustakaan ini dapat dinyatakan bahwa sumber data yang diperoleh tidak hanya dari lapangan saja melainkan bisa diperoleh dari buku, artikel, jurnal dan sebagainya. Adapun sumber-sumber yang sangat penting dalam penelitian ini yakni sumber mengenai puasa dalam agama Hindu dan Protestan, oleh karena itu penulis memilih jenis penelitian kepustakaan karena jenis penelitian ini sangat sesuai untuk penulis gunakan dalam penelitian ini.

### B. Pendekatan Penelitian

Dalam penelitian ini penulis menggunakan pendekatan penelitian kualitatif untuk mendeskripsikan permasalahan dan fokus penelitian. Metode kualitatif adalah langkah-langkah penelitian sosial untuk mendapatkan data deskriptif berupa kata-kata dan gambar. Hal tersebut sesuai dengan

<sup>39</sup> Mestika Zed, *Metode Penelitian Kepustakaan* (Jakarta: Yayasan Obor Indonesia, 2008), hlm. 3.

<sup>40</sup> Mahmud, *Metode Penelitian Pendidikan* (Bandung: Cv Pustaka Setia, 2011), hlm. 31.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

yang diungkapkan oleh Lexy J. Moleong bahwa data yang dikumpulkan dalam penelitian kualitatif adalah berupa kata-kata, gambar, dan bukan angka-angka.<sup>41</sup>

Dari penjelasan di atas maka dapat dipahami bahwa penelitian ini menggunakan pendekatan atau metode kualitatif. Di karenakan untuk mengkaji Puasa Dalam Agama Hindu dan Protestan maka peneliti akan mengkaji berupa kata-kata dan bukan dalam bentuk angka.

**C. Sumber Data**

Sebagaimana yang sudah dijelaskan pada bagian sebelumnya, penelitian ini merupakan jenis penelitian kepustakaan (*library research*). Maka sumber data yang diperoleh berasal dari berbagai literatur di antaranya seperti buku, jurnal, artikel, dan sebagainya. Dalam penelitian ini penulis ingin mengkaji mengenai puasa dalam agama Hindu dan Protestan. Jadi untuk lebih memperjelas maka sumber data yang digunakan dalam penelitian ini terbagi menjadi dua yakni:

## 1. Data Primer

Sumber data *Primer* yaitu sumber data yang diperoleh dari bahan-bahan kepustakaan seperti buku, jurnal, skripsi yang mengenai puasa dalam agama Hindu dan Protestan. Sumber data tersebut adalah sumber data yang ditulis langsung oleh pelakunya.

## 2. Data Sekunder

Sumber data *Sekunder* yaitu sumber data tambahan yang bisa menunjang data sebelumnya (primer). Pengumpulan data sekunder yang diperoleh dalam penelitian ini juga data yang diperoleh dari bahan-bahan kepustakaan tentunya sumber data yang berkaitan dengan puasa dalam agama Hindu dan Protestan.

**D. Teknik Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data dapat diartikan sebagai cara-cara yang digunakan peneliti untuk menemukan data penelitian, atau merupakan

<sup>41</sup> Lexy J Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif*, ed. Remaja Rosdakarya (Bandung, 2009), hlm. 11.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

langkah yang paling strategis dalam melakukan sebuah penelitian. Karena tujuan utama dari penelitian adalah mendapatkan data. Selain itu, teknik pengumpulan data bermaksud untuk membuat klasifikasi data-data penelitian dari bahan pokok hingga bahan pelengkap.

Dalam penelitian ini penulis menggunakan jenis penelitian kepustakaan untuk mengumpulkan data-data, adapun data yang diperoleh adalah data yang bersumber dari buku, jurnal, artikel, kitab maupun internet. Langkah-langkah pengumpulan data yang penulis lakukan yaitu dengan cara:

1. Langkah pertama pelacakan referensi dengan cara membaca, menelaah serta mencatat semua data yang relevan dan berkaitan dengan masalah yang diteliti baik yang bersumber dari buku maupun kitab.
2. Langkah kedua memperoleh data dari internet. Hal ini dilakukan dengan tujuan untuk penguatan referensi melalui penelusuran data yang didapatkan melalui situs-situs internet. Situs-situs yang dimaksud adalah seperti jurnal, artikel, dan buku-buku online, dengan cara ini bisa memudahkan penulis untuk menganalisis semua data serta mengumpulkannya.
3. Setelah data terkumpul penulis menarasikan data menjadi bentuk tulisan atau sebuah karya ilmiah.

**E. Teknik Analisis Data**

Adapun teknik analisis data yang penulis gunakan sebagai berikut:

1. Analisis konten (content analysis) atau kajian isi adalah metodologi penelitian yang memanfaatkan seperangkat prosedur untuk menarik kesimpulan yang sah dari sebuah dokumen atau buku.<sup>42</sup> Sebagaimana yang telah saya baca, banyak pengertian dapat disimpulkan bahwa analisis konten yaitu suatu cara penelitian dengan menggunakan tahapan tertentu untuk mengambil inti dari suatu gagasan ataupun informasi yang kemudian di tarik sebuah kesimpulan. Penulis menggunakan

<sup>42</sup> *Ibid.*, hlm. 8-13.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

teknik analisis data berupa analisis konten (content analysis) karena jenis penelitian ini ialah jenis penelitian kepustakaan, di mana sumber datanya adalah berupa buku dan dokumen-dokumen maupun literatur dalam bentuk yang lain.

Adapun langkah-langkah teknik analisis data dalam penelitian ini adalah:

1. Langkah pertama data yang dikumpulkan perlu di analisis, yaitu di baca dan diteliti satu persatu.
  2. Langkah kedua penyaringan data, proses ini di lakukan untuk memilih data yang sesuai untuk dikaji.
  3. Langkah ketiga semua data yang telah disaring tersebut diklasifikasikan ke dalam kategori atau tema tertentu berdasarkan keberadaan data yang terkumpul, dengan membagi data kepada beberapa kategori, maka data yang beragam akan disistematiskan dan dianalisis.
  4. Langkah keempat, menginterpretasikan data untuk membuat kesimpulan. Dengan adanya proses ini, hubungan antara semua data akan muncul, kemudian semua hasil interpretasi ini akan menghasilkan kesimpulan untuk menjawab permasalahan utama kajian sumber data.
2. Metode komparatif adalah penelitian yang membandingkan satu variable dengan variable lainnya untuk mendapatkan fakta-fakta dari objek penelitian yang diteliti.<sup>43</sup> Dalam penelitian ini penulis mencoba melihat perbandingan antara puasa dalam agama Hindu dan Protestan , pada penelitian ini penulis mencoba untuk mengurai dan menganalisis perbedaan dan persamaan puasa dari kedua agama tersebut.

<sup>43</sup> Muhammad Buchori Ibrahim, dkk. *Metode Penelitian Berbagai Bidang Keilmuan* (Jambi: PT. Sonpedia Publishing Indonesia, 2023), hlm. 91.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## BAB IV

### PEMBAHASAN DAN ANALISIS DATA

#### A. Puasa Dalam Agama Hindu

Agama Hindu adalah agama yang bersifat fleksibel dan juga universal yang ajaran agama tersebut berasal dari kitab weda yaitu kitab suci agama Hindu. Di dalam kitab weda tersebut diajarkan untuk menentukan mana hal benar dan mana hal yang salah. Agama Hindu juga merupakan agama ketiga yang tertua di dunia setelah agama Islam dan Kristen.<sup>44</sup> Dalam setiap agama tidak luput dari yang namanya ritual keagamaan yaitu sebagai bentuk penyucian dan pendekatan diri kepada Tuhan. Dari banyaknya ritual keagamaan yang terdapat di dalam agama Hindu, puasa merupakan salah satu bentuk ritual keagamaan yakni sebagai bentuk penyucian dan pendekatan diri kepada Tuhan.

##### 1. Pengertian Puasa

Dalam agama Hindu puasa disebut dengan upawasa, yang berarti tidak diperbolehkan makan dan minum pada waktu tertentu.<sup>45</sup> Selain kata upawasa di dalam agama Hindu juga terdapat kata *Siwaratri* yang bertujuan untuk mengendalikan diri dan meningkatkan spiritualitas manusia. Adapun puasa yang berasal dari bahasa *Sansekerta* yang terdiri dari dua kata yaitu *Upa* dan *Wasa*. Kata *Upa* yang memiliki arti dekat dan kata *Wasa* yang memiliki arti Tuhan yang Maha Kuasa, jadi upawasa atau puasa adalah mendekati diri kepada Tuhan yang Maha esa.

Selain kata upawasa di dalam agama Hindu juga terdapat kata *tapa* dan *brata*. Di mana tiga kata tersebut merupakan kata yang identik, tetapi memiliki makna yang tidak sama persis.

<sup>44</sup> Ali Mursyid Azisi and M Yusuf, "Penyucian Diri Dalam Agama Buddha, Hindu Dan Islam," *Jurnal Studi Agama-agama* Vol. 7, No. 01 (2021), hlm.7.

<sup>45</sup> Suhardana, *Upawasa Tapa Dan Brata Agama Hindu...*hlm. 4.

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

*Pertama*, puasa atau upawasa dapat dibedakan dalam arti yang sempit dan luas. Dalam arti sempit upawasa adalah tidak makan dan minum dengan sengaja, hal tersebut termasuk pengendalian panca indra. Sedangkan arti luasnya upawasa adalah melaksanakan pantangan, pengekangan atau pengendalian diri dari berbuat, berkata, dan berpikir hal-hal yang bertentangan dengan ajaran agama Hindu. Puasa di dalam ajaran agama Hindu tidak hanya mengendalikan diri untuk tidak makan dan minum saja, tetapi juga mengendalikan nafsu indria manusia, indria harus berada di bawah kesempurnaan pikiran dan pikiran harus berada berada di bawah kesadaran budhi. Jika indria dan pikiran kita terkendali maka kita akan sangat dekat dengan tuhan dan kesucian.<sup>46</sup> Orang Indonesia mengartikan bahwa upawasa yaitu, tidak makan dan minum dan ada juga yang mengartikan bukan saja tidak makan minum, tetapi tidak melaksanakan atau menghindari hal-hal yang bertentangan dengan ajaran agama Hindu. Sementara upawasa di india tidak diperbolehkan makan serta menghindari makanan padat dan cair, yang diperbolehkan hanya meminum air putih saja. Upawasa dapat dibedakan menjadi dua yakni upawasa jangka panjang dan pendek. Di mana pelaksanaan upawasa jangka panjang diperbolehkan untuk mengkonsumsi jus dan buah-buahan tertentu, sedangkan upawasa jangka pendek setetes airpun tidak diperbolehkan mengkonsumsinya.<sup>47</sup>

*Kedua*, tentang tapa. Tapa juga memiliki arti yang sama dengan upawasa yaitu memiliki arti pengekangan diri. Pengekangan diri di sini adalah menghindari dari keduniawian atau suatu cara mengendalikan diri seseorang dari hawa nafsu. Tapa disebut juga dengan bertapa, orang awam mengartikan bahwasanya bertapa ini adalah mengasingkan diri di tempat sepi, di dalam gua, di lereng gunung, di tepi pantai dan di tengah hutan dengan tidak makan dan minum atau berpuasa, bisa jugak dengan memakan nasi putih campur garam dan disertai dengan seteguk air putih

<sup>46</sup> Sivananda Svani, *Hari Raya & Puasa Dalam Agama Hindu...*hlm. 144.

<sup>47</sup> Suhardana, *Upawasa Tapa Dan Brata Agama Hindu...*hlm. 1.



## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

hal tersebut biasanya dinamakan ‘mebrata’.<sup>48</sup> Dari kata mebrata ini dapat disimpulkan bahwa tapa memiliki makna yang identik dengan brata, jadi dari sinilah timbul istilah tapa brata yang pada hakekatnya memiliki arti yang sama yang berarti mengendalikan diri.

*Ketiga*, tentang brata. Brata juga memiliki arti yaitu pengekan-gan dan pengendalian diri, pengendalian keinginan atau melaksanakan pantangan yang bertentangan dengan ajaran agama Hindu.<sup>49</sup> Brata menurut Kamus Kecil sanskerta-Indonesia berasal dari kata *vrata* yang memiliki makna kehendak, sumpah atau kewajiban. Sementara dalam Kamus Jawa Kuno-Indonesia mengartikan bahwa brata berarti perbuatan yang suci seperti melaksanakan puasa dan bertapa. Jadi dari hal inilah dapat disimpulkan bahwa upawasa dan tapa merupakan perbuatan dari brata.<sup>50</sup> Dari ketiga kata upawasa, tapa, dan brata ini merupakan kata yang memiliki arti yang luas karena upawasa dan tapa adalah bagian dari brata.

Upawasa merupakan bagian dari brata, dan brata bagian dari brata-yoga-tapa-samadi, yang menjadi satu kesatuan dalam konsep nyama brata. Kewajiban umat Hindu menggelar bratayoga-tapasamadi diisyaratkan dalam kakawin arjuna wiwaha sebagai berikut:

*“Hana mara janma tan pamihutang brata-yoga-tapa-samadi angetul aminta wiryya suka ning Widhi sahasaika, binalikaken purih nika lewih tinemuiya lara, sinakitaning rajah tamah inandehaning prihatin”*.

Artinya:

Ada orang yang tidak pernah melaksanakan brata-yoga-tapasamadi, dengan lancang ia memohon kesenangan kepada Widhi (dengan memaksa) maka ditolaklah harapannya itu sehingga akhirnya ia menemui penderitaan dan kesedihan, disakiti oleh sifat-sifat rajah (angkara

<sup>48</sup> *Ibid.*, hlm. 3.

<sup>49</sup> Wisnu I Gede Ardhana, *Mengendalikan Dan Menaklukkan Musuh-Musuh Dalam Diri Manusia* (Jakarta: Manikgeni, 2001), hlm. 46.

<sup>50</sup> Suhardana, *Upawasa Tapa Dan Brata Agama Hindu...* hlm. 3.

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

murka/ambisius) dan tamah (malas dan loba), ditindih oleh rasa sakit hati.

Tegasnya, bila ada orang yang tidak pernah menggelar brata-yoga-tapa-samadi lalu memohon sesuatu kepada Hyang Widhi maka permohonannya itu akan ditolak bahkan akan mendatangkan penderitaan baginya. Yang dimaksud dengan brata adalah mengekang hawa nafsu panca indra, yoga adalah tepekur merenungi kebesaran Hyang Widhi; tapa adalah pengendalian diri; samadi adalah mengosongkan pikiran dan penyerahan diri total sepenuhnya pada kehendak Hyang Widhi.<sup>51</sup> Jadi berpuasa yang baik senantiasa disertai dengan kegiatan lainnya seperti di atas, tidak dapat berdiri sendiri. Upawasa batal jika melanggar/tidak melaksanakan brata-yoga-tapasamadi.

Dalam Kamus Umum Bahasa Indonesia mengartikan bahwa puasa adalah tidak makan dan minum dengan sengaja, terutama yang bertalian dengan keagamaan.<sup>52</sup> Dalam pengertian tersebut upawasa atau puasa selalu dikaitkan dengan keyakinan seseorang terhadap agama. Banyak yang mengatakan bahwasanya upawasa atau puasa ini belum benar-benar bersemayam dihati masyarakat yang menganut agama Hindu. Adanya hal tersebut bisa jadi karena umat Hindu belum terbiasa dengan berpuasa, seperti mana yang dilaksanakan umat Islam yaitu berpuasa pada setiap tahun. Upawasa atau puasa biasanya dilaksanakan saat mengikuti upacara atau pada saat hari besar tertentu seperti hari raya.

## 2. Dasar Hukum Puasa

Puasa dalam agama Hindu sebenarnya dapat dilakukan kapan saja, karena dalam agama Hindu mengenal adanya puasa yang diwajibkan dan ada juga yang tidak diwajibkan, ada yang berkaitan

<sup>51</sup> *Ibid...* hlm. 134.

<sup>52</sup> Poerwadarminta w.j.s, *Kamus Umum Bahasa Indonesia* (Jakarta: Balai Pustaka, 1996), hlm. 96.

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

dengan upacara tertentu dan ada pula berkaitan dengan hal-hal tertentu.<sup>53</sup> Walaupun demikian di dalam agama Hindu tetap saja terdapat anjuran untuk melaksanakan upawasa, tapa dan brata, karena ketiga hal tersebut dapat melemahkan atau meminimalisir ruang gerak hawa nafsu pada diri manusia.

Dasar hukum yang mengenai puasa dalam ajaran agama Hindu terdapat dalam Atharwa Veda XII. 1. 1 yaitu:

“*Satyam brhad rtam ugram  
Diksa tapo brahma yajnah  
Prthuvim dharayanti sano  
Bhutasya bhany asya patnyumlokam*”.

Artinya:

Kebenaran hukum yang agung yang kokoh suci tapa, brata, doa dan orban suci (ritual) inilah yang menegakkan bumi semoga bumi itu, ibu kami sepanjang masa menyediakan yang luas bagi kami.<sup>54</sup>

Dari ayat di atas dijelaskan bahwa ada enam unsur yang dapat menegakkan bumi, yaitu: *Satya* (kebenaran), *Rta* (Hukum), *Tapa-Brata*, *Diksa* (pensucian), *Brahma* dan *Yajna* (korban), *Dimana Tapa-Brata* (termasuk didalamnya puasa) termasuk salah satu unsur yang dapat menegakkan bumi. Disamping itu juga *Tapa-Brata* sebagai salah satu unsur untuk menjunjung *Dharma*.

Dasar ajaran agama Hindu yang mengenai upawasa, tapa dan brata dapat dilihat dari Susastra Hindu misalnya yang terdapat di dalam Kitab Sarassamuccya Sloka 260 yang berbunyi:

“*Danamijya tapo dhyanam  
Swadhyayopasthanigraha*h

<sup>53</sup> GP Harianto, “Teologi ‘Puasa’ Dalam Perspektif Kesehatan, Psikologis Dan Spiritual Untuk Meningkatkan Kualitas Manusia Hidup,” *Excelsis Deo: Jurnal Teologi, Misiologi, dan Pendidikan* Vol. 5, No. 2 (2021), hlm. 161.

<sup>54</sup> Nurjaman, *Peran Puasa Dalam Agama Hindu Dan Islam*, Skripsi, (Jakarta: UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2015), hlm. 17-18.

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

*Wratopawasamaunam ca snanam*

*Ca niyama daca*

*Nyang brata sapuluh kwehnya, ikang niyama, ngaranya, pratyekadana, ijya, tapa, dhyana, swadhyaya, upasthanigraha, brata, upawasa, mauna, snana, nahan ta awakning niyama, dana weweh, annadanadi, ijya, dewapuja, pitrpujadi, tapa, kayasongcana, kasata ikang sarira, bhucarya, jalatyagadi, dhyana, ikang siwasmarana, swadhyaya, weda-bhyasa, upasthanigraha, kahrtaning upastha, brata annawarjadi, mauna, wasangyama kahrtaning ujar, hay wakecek kuneng, snana, tri sangdhyasewana, madyusa ring kalaning sandhya''.*

Artinya:

Inilah brata yang banyaknya sepuluh dan disebut niyama dan terdiri atas dana, ijya, tapa, dhyana, swadhyaya, upasthanigraha, brata, upawasa, mona dan snana. Dana artinya suka memberi, memberi makanan, minuman dan lain-lain, ijya artinya suka memuja dewa, leluhur dan lain-lain, tapa artinya pengekangan nafsu jasmaniah, dhyana artinya suka merenungkan Tuhan, swadhyaya artinya tekun mempelajari sendiri weda, upasthanigraha artinya pengekangan atau pengendalian nafsu sex, brata artinya pengekangan nafsu terhadap makanan, upawasa artinya suka berpuasa, mona artinya tidak mengucapkan kata-kata yaitu tidak berkata-kata sama sekali, tidak bersuara, snana artinya mandi atau suka hidup bersih dengan cara mandi, melaksanakan puja trisandhya atau cara lain untuk menyucikan badan, pikiran dan ucapan.

Sloka 260 Kitab Sarasamuccaya di atas lebih dikenal dengan nama *Dasa Niyama Brata* atau sepuluh perbuatan mulia yang bermanfaat untuk meningkatkan kebajikan. Dasa artinya sepuluh, niyama artinya perbuatan yang memimbing masyarakat ke tingkat yang lebih mulia. Brata artinya janji atau sumpah untuk melakukan atau tidak melakukan perbuatan.<sup>55</sup>

<sup>55</sup> Pudja, *Buku Pelajaran Agama Hindu Untuk SMP Kelas III*, ed. Departmen Agama (Jakarta, 1983), hlm. 74.

Kemudian kata tapa dan brata dapat juga ditemukan dalam Kitab Sarasamuccaya Sloka 57 yang memberikan pedoman bagi para Sulinggih untuk melakukan brata atau berbagai tindakan dan pantangan agar bisa tetap menjadi orang suci. Sloka 57 dimaksud berbunyi sebagai berikut:

*“Dharmasca satyam ca tapo damasca vimatsarivam hristitiksanasuya, yajnacca danam sa dhrtih ksama ca mahavratani dvadasa vai brahmanasya.*

*Nyang brata sanga brahmana, rwa welas kwehnya, pratyeknaya, dharma, satya, tapa, dama, wimatsaritwa, hrih, titiksa, anasuya, yajna, dana, dhrti, ksama, nahan pratyekanyan rwa welas, dharma, satya, pagwanya, tapa ngaranya sarira sang sosana, kapanasaning sarira, piharan, kurangana wisaya, dama ngaranya upasama dening tuturnya, wamatsaritwa ngarani haywa irsyah, hrih ngaraning irang, wruha ring irang wih, titiksa ngaraning haywa gong krodha, anasuya ngaraning haywa dosagrahi, yajna magelem amuja, dana, maweha dana punya dhrti ngaraning maneb, ahning, ksama ngaraning kelan, nahanbrata sang brahmana”.*

Artinya:

Inilah brata sang brahmana (maksudnya Sang Sulinggih), duabelas banyaknya. Perinciannya adalah dharma, satya, tapa, dama, wimatsaritwa, hrih, titiksa, anasuya, yajna, dana, dhrti, ksama. Dharma dari satyalah sumbernya, tapa artinya sarira sang cosana yaitu dapat mengendalikan jasmani dan mengurangi nafsu, dama artinya tenang dan sabar, tahu menasihati dirinya sendiri, wimatsaritwa artinya tidak dengki atau irihati, hrih berarti tahu malu, mempunyai rasa malu, titiksa artinya tidak pernah gusar, anasuya berarti tidak mau berbuat dosa, yajna artinya mempunyai kemauan mengadakan persembahan, dana berarti memberi

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

sedekah, dharti artinya menenangkan dan menyucikan pikiran, ksama berarti sabar dan suka memaafkan. Itulah brata Sang Brahmana.<sup>56</sup>

Adanya dasar mengenai puasa dalam agama Hindu di atas maka dapat kita lihat bahwa ajaran tentang puasa tidak hanya terdapat dalam Kitab Veda (baik Sruti dan Smriti) saja melainkan juga terdapat juga dalam sastra-sastra Hindu. Seperti yang terdapat dalam Kitab Sarasmucayya. Kitab Sarasmucayya adalah salah satu kitab suci kelompok Nibanda yang membahas tentang ajaran Susila Dharma untuk mencapai tujuan hidup manusia yaitu Dharma, Artha, Karma, dan Moksa.

Pada dasarnya puasa berarti mendekati diri kepada Tuhan melalui pengendalian indria atau indra. Puasa dalam kaitan hukum Hindu adalah sebagai Penebusan Dosa.<sup>57</sup>

### 3. Jenis-jenis Puasa

Jenis-jenis puasa pada agama Hindu terdapat 3 macam yaitu:

#### a. Puasa Wajib

Puasa wajib di dalam agama Hindu terbagi menjadi 4 yaitu:

##### 1) Siwaratri

Siwaratri adalah puasa atau upawasa yang jatuh pada saat Panglong Ping 14 Tilem Kapitu atau Prwaning Tilem Kapitu. Dalam melaksanakan puasa ini tidak diperbolehkan makan dan minum sejak saat matahari terbit hingga matahari terbenam.

##### 2) Nyepi

Nyepi adalah puasa yang jatuh pada saat penanggalan Ping Pisan Sasih Kedasa. Dalam melaksanakan puasa ini tidak diperbolehkan makan dan minum sejak saat fajar terbit hingga fajar keesokan harinya (ngembak gni).

##### 3) Purnama dan Tilem

<sup>56</sup> Suhardana, *Upawasa Tapa Dan Brata Agama Hindu...* hlm. 19-20.

<sup>57</sup> Ni Putu Sani Ariesty, "Sejarah Hukum Hindu", dikutip dari <https://www.scribd.com/document/607019300/sejarah-hukum-hindu/di> akses hari Senin tanggal 20 Mei 2024 pukul 11.58 WIB.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Purnama dan tilem adalah puasa yang dilarang makan dan minum sejak saat fajar hingga fajar keesokan harinya. Purnama dan tilem adalah hari suci bagi penganut agama Hindu, hari yang dirayakan untuk memohon dan meminta berkah karunia dari Hyang Widhi. Diberi nama purnama karena bertepatan setiap bulan penuh (sukla paksa) hari Purnama, sesuai dengan namanya, jatuh setiap malam bulan penuh (Sukla Paksa). Sedangkan tilem hari yang dirayakan setiap malam pada waktu bulan tidak muncul atau umat Hindu menyebutnya bulan mati (krsna paksa).

#### 4) *Puasa Untuk Menebus Dosa*

Puasa untuk menebus dosa adalah nama puasa yang terdapat dalam Veda Smrti untuk Kaliyuga: Parasara Dharmasastra, sebagai ‘‘Tapta Krcchra Vrtam’’ yang berarti selama tiga hari tidak diperbolehkan makan dan minum dengan tingkat minum air hangat saja, susu hangat saja, mentega murni saja tanpa diperbolehkan makan dan minum.

#### b. **Puasa Tidak Wajib**

Puasa tidak wajib adalah puasa yang dilaksanakan diluar ketentuan puasa wajib yaitu seperti hari-hari suci: Odalan, Anggara kasih, dan Buda kliwon. Puasa ini diserahkan kepada setiap individu masing-masing atau sesuai waktu yang diinginkan baik itu siang hari atau satu hari penuh. Pergantian hari menurut agama hindu bukan dimulai pada pukul 12 tengah malam tetapi dimulai sejak saat fajar terbit hingga fajar keeseokan harinya.<sup>58</sup>

#### c. **Puasa Berkaitan Dengan Hal-hal Tertentu**

Puasa berkaitan dengan hal-hal tertentu adalah seperti sedang bersamadhi, bermeditasi dan meminta petunjuk kepada Hyang Widhi yang dilaksanakan setiap (tidak berhubungan dengan hari re-rainan). Setiap jenis puasa yang ingin dilaksanakan diserahkan

<sup>58</sup> Sivananda Svani, *Hari Raya & Puasa Dalam Agama Hindu...*hlm. 143.

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

kepada individu masing-masing, karena hal tersebut individu ditentukan oleh individu itu sendiri. Contohnya seperti tidak makan dan minum apapun selama satu hari satu malam atau seberapa mampunya saja.<sup>59</sup> Selanjutnya puasa dimulai dengan upacara yang sederhana seperti mengaturkan canangsari kalau bisa dengan banten pejati dengan memohon atau meminta pesaksi serta kekuatan dari Hyang Widhi. Mengakhiri puasa dengan sembahyang juga banten yang sama. Makanan sehat yang dipergunakan saat sebelum dan sesudah puasa yaitu berupa nasi dengan sayur tanpa perbumbuan keras, buah-buahan, susu, madu, dan juga mentega.

#### 4. Tata Cara Puasa

Adapun tata cara berpuasa dalam agama Hindu terbagi menjadi dua yaitu:

##### a. Puasa Jangka Panjang

Puasa atau upawasa dalam jangka panjang adalah puasa yang dilaksanakan lebih dari 1 hari, yakni seperti antara 3 sampai 7 hari dan hanya diperbolehkan makan nasi putih tiga kepel setiap enam jam sekali, di mana pada siang hari tidak diperbolehkan makan dan minum. Adapun yang di maksud siang hari adalah mulai hilangnya bintang dari daerah timur sampai muncul bintang-bintang pada sore hari.

##### b. Puasa Jangka Pendek

Puasa atau upawasa jangka pendek adalah puasa yang dilaksanakan selama 24 jam dan tidak diperbolehkan makan dan minum dengan disertai dengan mona (tidak berbicara), dan dilaksanakan di saat siwaratri dan sipeng (nyepi). Puasa atau upawasa jangka pendek ini biasanya dilaksanakan oleh para wiku pada saat setahun sekali, hal tersebut dilaksanakan untuk menebus dosa karena sudah berbuat hal-hal yang khilaf seperti tidak sengaja memakan sesuatu yang dilarang dan puasa tersebut dinamakan santapana atau kricchra. Selain dilaksanakan pada saat setahun sekali puasa atau upawasa jangka pendek ini juga selalu

<sup>59</sup> *Ibid.*, hlm. 144.



#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

dilaksanakan para wiku setiap bulannya yaitu untuk meningkatkan kesucian mereka sebagai seorang wiku, dan hal tersebut dinamakan candra-yana.

## 5. Tujuan dan Manfaat Puasa

Puasa di dalam agama Hindu bertujuan untuk meningkatkan spiritualitas manusia, untuk menyucikan diri dan juga untuk menebus dosa manusia, dengan adanya diri yang suci dan bersih maka keinginan untuk mendekatkan diri kepada Ida Sang Hyang Widhi Wasa akan menjadi lebih mudah. Selain itu ada tujuan utama upawasa, tapa, dan brata yaitu untuk meningkatkan sistem tubuh manusia sehingga dapat melaksanakan meditasi dengan fokus dan baik. Selanjutnya ada beberapa manfaat upawasa yang terdapat di dalam agama Hindu, antara lain:

### a. Dari Segi Kesehatan

- 1) Upawasa, tapa dan brata memberi kesempatan kepada seluruh sistem di dalam tubuh termasuk jantung, paru-paru, hati dan lain lain untuk beristirahat dan mengembalikan kekuatannya sehingga setelah berpuasa dapat bekerja lebih baik.
- 2) Upawasa dapat menetralkan dan mengeluarkan racun-racun dan sampah metabolisme dari sel jaringan dan organ-organ, sehingga tubuh akan menjadi bersih dan dapat bekerja dengan lebih baik.<sup>60</sup>
- 3) Upawasa dapat memperlambat kerusakan pada sel, jaringan dan organ tubuh, sehingga memperlambat proses penuaan yang pada gilirannya dapat menjadikan manusia awet muda dan panjang umur.
- 4) Upawasa dapat menenangkan pikiran, mempertajam proses daya pikir dan meningkatkan memori.

<sup>60</sup> Suhardana, *Upawasa Tapa Dan Brata Agama Hindu...* hlm. 7.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- 5) Upawasa yang dilakukan secara rutin dan teratur akan dapat mempertahankan kondisi tubuh secara optimal, sehingga dapat mencegah penyakit- penyakit infeksi.
- 6) Upawasa juga dapat mengendorkan atau merelaksasikan sistem syaraf dan dapat menurunkan kecemasan dan stres, sehingga dapat menyembuhkan insomnia atau susah tidur.<sup>61</sup>

**b. Dari Segi Kejiwaan dan Spiritual**

Dengan adanya pelaksanaan upawasa, tapa dan brata atau pengendalian diri dan melaksanakan berbagai macam pantangan dan disertai dengan tidak makan dan tidak minum, maka hal itu tidak hanya memperbaiki kesehatan saja, tetapi juga bisa menambah kekuatan mental dan spiritual manusia, sehingga bisa lebih mudah mendekati diri kepada Tuhan. Dengan upawasa, tapa dan brata, maka energi tubuh yang semula digunakan untuk mencerna makanan akan dipergunakan untuk meningkatkan intelegensia, proses daya pikir dan fungsi mental spiritual. Disamping itu upawasa, tapa dan brata juga membuat jiwa seseorang yang tadinya kering menjadi lembut kembali, jiwa yang tadinya gersang menjadi hijau kembali, hati yang beku menjadi cair kembali, hati yang bimbang menjadi tegar kembali, otak yang penat menjadi segar kembali.<sup>62</sup>

Upawasa juga membiasakan orang menjadi sabar, yang sudah sabar akan bertambah sabar. Upawasa, tapa dan brata yang juga mengajarkan pengendalian diri akan menumbuhkan sifat-sifat takwa ke hadapan Tuhan Yang Maha Esa. Upawasa, tapa dan brata membiasakan umat hidup teratur, hidup bersatu, saling tolong menolong, saling mengasihi, hidup rukun dan damai, membentuk perasaan kasih sayang, selalu berbuat baik dan saling melindungi.

<sup>61</sup> *Ibid.*

<sup>62</sup> *Ibid.*, hlm. 9.

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

### c. Dari Segi Sosial

- 1) Untuk melatih empati manusia, kepedulian akan sesama, kedisiplinan, serta peneladanan sifat-sifat tuhan untuk dituangkan kedalam diri manusia agar terciptanya kehidupan yang lebih baik.
- 2) Untuk mengendalikan hawa nafsu dan emosi yang bersemayam dalam diri manusia sehingga membentuk individu yang bermoral.<sup>63</sup>

Dari sepuluh prinsip utama yoga yang terdapat di dalam agama Hindu, puasa merupakan salah satunya. Tetapi perlu diingat dalam melaksanakan puasa harus sesuai kemampuan dan hindarilah puasa secara berlebihan agar tubuh kita tidak lemah dan tidak berdaya. Lakukan semampunya saja yaitu dengan melaksanakan puasa dalam jangka 10 atau 12 jam kemudian perlahan ditingkatkan menjadi 15 jam dan seterusnya sampai 24 jam. Disaat berbuka puasa dianjurkan memakan makanan yang sehat dan memudahkan pencernaan, jangan memakan yang berat-berat karena itu sulit untuk dicerna.

### B. Puasa Dalam Agama Protestan

Agama Protestan merupakan kekristenan di luar kekristenan katolik Roma. Istilah Protestan timbul dari adanya reformasi gereja sehingga timbul aksi protes yang dilakukan oleh para pemikir dari Jerman, di antaranya adalah Martin Luther dkk, hingga gerakan inilah yang disebut sebagai gerakan protes dan menjadi agama Kristen Protestan.<sup>64</sup> Protestan merupakan sebuah gerakan dalam gereja yang di dalamnya terkandung dua makna mendasar yaitu berkeberatan atas beberapa pokok kepercayaan dan praktek gereja Roma Katolik karena pada saat itu banyaknya terjadi penyelewengan. Dasar

<sup>63</sup> Komang Heriyanti, "Implikasi Aktivitas Puasa Bagi Umat Hindu (Perspektif Teologi Sosial)," *Genta Hredaya* Vol. 7, No. 2 (2023), hlm. 54.

<sup>64</sup> Marde Christian Stenly Mawikere, "Perbandingan Teologi Keselamatan Antara Katolik Dan Protestan Sebelum Dan Sesudah Gerakan Reformasi," *Evangelikal: Jurnal Teologi Injili dan Pembinaan Warga Jemaat* Vol. 1, No. 1 (2017), hlm. 2.

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

utama agama Protestan bukanlah tradisi gereja, melainkan Bibel (Bleeker) yang menjelaskan mengenai berbagai ibadah atau sembahyang baik yang bersifat biasa maupun kebaktian dan yang termasuk di dalamnya adalah ibadah puasa.

Dalam agama Kristen yang terdapat dalam kitab Injil atau Perjanjian Baru yang diimani oleh umat Kristen, baik itu Katolik Romawi, Kristen Protestan, maupun Kristen Advent memang tidak terdapat ajaran tentang puasa secara jelas dan rinci, selain sekadar sebutan bahwa puasa sebagai bentuk ibadat yang terpuji dan sanjungan bagi orang-orang yang berpuasa.<sup>65</sup>

### 1. Pengertian Puasa

Puasa di dalam agama Protestan adalah puasa yang terdapat dalam Alkitab yang pada umumnya berarti tidak makan dan minum selama waktu tertentu. Puasa dalam Perjanjian Lama berasal dari bahasa Ibrani *tsum*, *tsom* dan *inna nafsyo* yang secara harfiah berarti merendahkan diri dengan cara berpuasa. Sedangkan dalam Perjanjian Baru, puasa berasal dari bahasa Yunani *nesteuo* (tidak makan), *nesteia* dan *nestis* yang memiliki arti sebagai bentuk penyesalan atau pertobatan, tanda kedukaan dan permohonan berkat kepada Allah.<sup>66</sup>

Seperti yang disebutkan diatas dalam Alkitab Perjanjian Lama terdapat kata *tsom* dan *sum* yang memiliki arti merendahkan diri. Di dalam tradisi orang Yahudi puasa pada Hari Perdamaian atau Grafirat itu hukumnya wajib bagi umat Kristiani. Puasa ini dilaksanakan penuh satu hari, dan barang siapa yang melanggarnya akan dihukum mati.<sup>67</sup>

Di dalam Perjanjian Baru telah disebutkan dari terjemahan kata kerja yaitu *nesteo* atau *nesteia*. Puasa ini dilaksanakan sesuai kebutuhan

<sup>65</sup> Sismono, *Puasa Pada Umat-Umat Dulu Dan Sekarang...* hlm. 71.

<sup>66</sup> Douglas JD (ed), *Ensiklopedia Alkitab Masa Kini Jilid II*, hlm. 280.

<sup>67</sup> Ramadani, "Makna Puasa Di Kalangan Narapidana Muslim Dan Kristen", Skripsi (Jakarta: UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2008), hlm. 27.

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

setiap individu, umpunya seperti untuk persiapan menerima Firman Allah, sebagai tanda penyesalan atau pertobatan, tanda kedukaan dan permohonan berkat kepada Allah.<sup>68</sup>

## 2. Dasar Hukum Puasa

Dalam agama Protestan tidak melaksanakan puasa secara resmi dan tidak mewajibkan untuk berpuasa, akan tetapi agama Protestan tetap mengajarkan umatnya untuk berpuasa dan berdoa. Seperti yang telah terdapat dalam Alkitab bahwa puasa itu ada kaitannya dengan doa sehingga puasa disebut juga dengan berdoa tanpa mengucapkan kata-kata.

Dalam Alkitab juga terdapat pernyataan yang menganjurkan bahwa puasa merupakan salah satu hal yang perlu dilakukan oleh setiap orang kristen (baik Kristen protestan maupun Katolik) selain memberi juga berdoa. Sebagaimana bahwa selama bertahun-tahun ketika Yesus tinggal di bumi, Yesus meluangkan waktu untuk mengajar para muridnya tentang puasa. Dalam khotbah di bukit Sinai, yakni khotbah Yesus yang paling terkenal yang diucapkan secara khusus dalam Matius, Yesus memberikan pola bagaimana manusia hidup sebagaimana anak-anak Tuhan. Pola tersebut merupakan tiga hal.<sup>69</sup>

Hal memberi sedekah yang telah disebutkan di dalam (Mat 6: 1-4) yang berbunyi:

*“Ingatlah, jangan kamu melakukan kewajiban agamamu di hadapan orang supaya dilihat mereka, karena jika demikian kamu tidak beroleh upah dari Bapamu yang di surga. Jadi apabila engkau memberi sedekah, janganlah engkau mencanangkan hal itu, seperti yang dilakukan orang Munafik di rumah-rumah ibadat dan di lorong-lorong supaya mereka dipuji orang. Aku berkata kepadamu: Sesungguhnya mereka sudah mendapat upahnya. Tetapi jika engkau memberi sedekah,*

<sup>68</sup> Ramadani, “Makna Puasa Di Kalangan Narapidana Muslim Dan Kristen”, Skripsi (Jakarta: UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2008), hlm. 27.

<sup>69</sup> Lembaga Biblika Indonesia, *Tafsir Al-Kitab Perjanjian Baru* (Yogyakarta: Kanisius, 2002), hlm. 40.

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

*janganlah diketahui tangan kirimu apa yang diperbuat tangan kananmu. Hendaklah sedekahmu itu diberikan dengan tersembunyi, maka Bapamu yang melihat yang tersembunyi akan membalasnya kepadamu”.*<sup>70</sup>

Hal memberi doa yang telah disebutkan di dalam (Mat 6: 5-6) yang berbunyi:

*“Dan apabila kamu berdoa, janganlah berdoa seperti orang Munafik. Mereka sudah mengucapkan doanya dengan berdiri dalam rumahrumah ibadat dan pada tikungan-tikungan jalan raya, supaya mereka dilihat orang. Aku berkata kepadamu: Sesungguhnya mereka sudah mendapat upahnya. Tetapi jika engkau berdoa, masuklah ke dalam kamarmu, tutuplah pintu, dan berdoalah kepada Bapamu yang ada di tempat tersembunyi. Maka Bapamu yang melihat yang tersembunyi akan membalasnya kepadamu. Lagipula dalam doamu itu janganlah kamu bertele-tele seperti kebiasaan orang yang tidak mengenal Allah. Mereka menyangka bahwa karena banyaknya kata-kata doanya akan dikabulkan. Jadi janganlah kamu seperti mereka, karena Bapamu mengetahui apa yang kamu perlukan, sebelum kamu minta kepadanya”.*<sup>71</sup>

Hal memberi puasa yang telah disebutkan di dalam (Mat 6: 16-18) yang berbunyi:

*“Dan apabila kamu berpuasa, janganlah muram mukamu seperti orang Munafik. Mereka mengubah air mukanya, supaya orang melihat bahwa mereka sedang berpuasa. Aku berkata kepadamu: Sesungguhnya mereka sudah mendapat upahnya. Tetapi apabila engkau berpuasa, minyailah kepalamu dan cucilah mukamu, supaya jangan dilihat oleh orang bahwa engkau sedang berpuasa, melainkan hanya oleh Bapamu yang*

<sup>70</sup> Lembaga Alkitab Indonesia, *Al-Kitab* (Jakarta: Lembaga Alkitab Indonesia, 2020), hlm.

<sup>71</sup> Lembaga Alkitab Indonesia, *Al-Kitab* (Jakarta: Lembaga Alkitab Indonesia, 2020), hlm.

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

*ada di tempat tersembunyi. Maka Bapamu yang melihat yang tersembunyi akan membalasnya kepadamu*''.<sup>72</sup>

Tiga hal yang di atas ini merupakan kewajiban rohani yang dibahas oleh Yesus. Para murid Yesus diingatkan untuk tidak melaksanakan puasa dengan tujuan agar dilihat orang. Seperti yang terdapat didalam Alkitab (Yoel 2:12) yang berbunyi:

*''Apabila berpuasa seharusnya orang lain tidak perlu mengetahui tentang puasa yang dilakukan, karena puasa yang terutama yakni bagaimana hubungan tentang kita dengan Allah. Puasa seharusnya ditujukan kepada Allah bukan kepada manusia, karena puasa merupakan salah satu perwujudan pertobatan di hadapan Allah*''.<sup>73</sup>

Dalam kewajiban-kewajiban ini perlu untuk dikerjakan, bukan untuk pamer, bukan untuk sebuah kemunafikan melainkan supaya di lihat oleh Bapa di surga.

Puasa di dalam Alkitab menunjukkan bentuk kedisiplinan seseorang yang bertujuan menghindari makan agar bisa mendekati diri kepada Tuhan dan memperkuat iman. Puasa merupakan suatu bentuk perbuatan yang terdapat dalam kerohanian manusia.<sup>74</sup>

Dengan adanya kedisiplinan berpuasa bisa mendatangkan urapan, kemurahan, dan keberkatan dari Tuhan dalam setiap kehidupan seseorang. Hal ini diungkapkan didalam Alkitab (Matius 5: 6) yang berbunyi:

*''Berbahagialah orang yang lapar dan haus akan kebenaran, karena mereka akan dipuaskan*''.<sup>75</sup>

<sup>72</sup> Lembaga Alkitab Indonesia, *Al-Kitab* (Jakarta: Lembaga Alkitab Indonesia, 2020), hlm.

<sup>73</sup> Lembaga Alkitab Indonesia, *Al-Kitab* (Jakarta: Lembaga Alkitab Indonesia, 2020), hlm.

<sup>74</sup> Jemaat Antar, Kecamatan Mengkendek, and Tana Toraja, "Kajian Hermenutik Tentang Pakte Puasa Menurut Matius 6:16-18 Dan Implikasinya Bagi Pemahaman Orang Kristen Masa Kini Restia," *Jurnal Pendidikan Agama dan Teologi* Vol. 3, No. 11 (2023), hlm. 260.

<sup>75</sup> Lembaga Alkitab Indonesia, *Al-Kitab* (Jakarta: Lembaga Alkitab Indonesia, 2020), hlm.

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Di dalam Alkitab terdapat ayat yang menganjurkan untuk melaksanakan puasa, tetapi khusus agama Protestan ada sebagian yang melaksanakannya dan ada yang tidak, karena mereka beranggapan bahwa pelaksanaan puasa itu sangat berat dan sulit untuk dijadikan sebagai kewajiban. Selain itu umat Protestan juga beranggapan bahwa Yesus telah melaksanakan puasa untuk pengikutnya. Jadi dari hal inilah muncul bahwa tidak terdapat kewajiban berpuasa pada agama Protestan.

Dengan demikian puasa umat Protestan lebih tampak sebagai formalitas semata, tidak dikhususkan, tidak dipentingkan, dan bukan sebagai bentuk amalan masal yang diatur secara organisatoris dari pusat ataupun diatur secara khusus oleh aturan agama.

### 3. Jenis-jenis Puasa

Karena di dalam agama Protestan tidak terdapat kewajiban berpuasa, jadi jenis-jenis dan waktu pelaksanaannya juga tidak ditentukan melainkan diserahkan kepada setiap individu yang melaksanakan puasa sesuai dengan kebutuhannya. Adapun jenis-jenisnya yaitu:

#### a. Puasa Yang Terdapat di Dalam Alkitab

##### 1) Puasa Mutlak

Puasa mutlak adalah puasa yang tidak diperbolehkan makan dan minum sama sekali, dilaksanakan dalam kurun waktu yang singkat sesuai dengan kondisi pada saat itu, adapun pembagian pada puasa mutlak, yaitu:

##### a) *Puasa Musa*

Puasa yang dilaksanakan selama 40 hari 40 malam pada saat itu tidak diperbolehkan makan dan minum apapun. Puasa ini telah dijelaskan dalam kitab (Keluaran 24:16) dan kitab (Keluaran 34:28) yang berbunyi:

*“Kemuliaan Tuhan diam di atas gunung Sinai, dan awan itu menutupinya enam hari lamanya; pada hari ketujuh dipanggil-Nyalah Musa dari tengah-tengah awan itu. Dan Musa ada di sana bersama-sama dengan tuhan empat puluh*



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

*hari empat puluh malam lamanya, tidak makan roti dan tidak minum air, dan ia menuliskan pada loh itu segala perkataan perjanjian, yakni Kesepuluh Firman".*

#### b) *Puasa Ester*

Puasa yang dilaksanakan selama 3 hari 3 malam dan tidak diperbolehkan makan dan minum. Penjelasan mengenai puasa Ester ini dijelaskan dalam kitab (Ester 4:16) yang berbunyi:

*"Pergilah, kumpulkanlah semua orang Yahudi yang terdapat di Susan dan berpuasalah untuk aku, janganlah makan dan janganlah minum tiga hari lamanya, baik waktu malam, baik waktu siang. Aku serta dayang-dayangku pun akan berpuasa demikian, dan kemudian aku akan masuk menghadap raja, sungguhpun berlawanan dengan undang-undang; kalau terpaksa aku mati, biarlah aku mati".*

#### c) *Puasa Niniwe*

Puasa yang dilaksanakan selama 40 hari 40 malam pada saat itu tidak diperbolehkan makan dan minum dan tidak boleh melakukan kejahatan. Penjelasan mengenai puasa Niniwe ini terdapat dalam kitab (Yunus 3:7-9) yang berbunyi:

*"Lalu atas perintah raja dan para pembesarnya orang memaklumkan dan mengatakan di Niniwe demikian: "Manusia dan ternak, lembu sapi dan kambing domba tidak boleh makan apa-apa, tidak boleh makan rumput dan tidak boleh minum air. Haruslah semuanya, manusia dan ternak, berselubung kain kabung dan berseru dengan keras kepada Allah serta haruslah masing-masing berbalik dari tingkah lakunya yang jahat dan dari kekerasan yang dilakukannya. Siapa tahu, mungkin Allah akan berbalik dan menyesal serta*

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

*berpaling dari murka-Nya yang bernyala-nyala itu, sehingga kita tidak binasa".*

d) *Puasa Yesus*

Puasa yang dilaksanakan selama 40 hari 40 malam dan tidak diperbolehkan makan dan minum. Penjelasan mengenai puasa Yesus ini dijelaskan dalam kitab (Lukas 4:1-2) yang berbunyi:

*"Yesus, yang penuh dengan Roh Kudus, kembali dari sungai Yordan, lalu dibawa oleh Roh Kudus ke padang gurun. Di situ Ia tinggal empat puluh hari lamanya dan dicobai Iblis. Selama di situ Ia tidak makan apa-apa dan sesudah waktu itu Ia lapar".*

e) *Puasa Yohanes Pembaptis*

Puasa ini tidak diperbolehkan makan dan minum. Penjelasan mengenai puasa Yohanes Pembaptis ini dijelaskan dalam kitab (Matius 11: 18) yang berbunyi:

*"Karena Yohanes datang, ia tidak makan, dan tidak minum, dan mereka berkata: Ia kerasukan setan".*

f) *Puasa Paulus*

Puasa yang dilaksanakan selama 3 hari 3 malam dan tidak diperbolehkan makan, minum dan tidak boleh melihat. Penjelasan mengenai puasa Paulus ini dijelaskan dalam kitab (Kisah Para Rasul 9:9) yang berbunyi:

*"Tiga hari lamanya ia tidak dapat melihat dan tiga hari lamanya ia tidak makan dan minum. Dan, selama tiga hari, Saulus tidak dapat melihat dan juga tidak makan atau minum".<sup>76</sup>*

2) *Puasa Normal*

<sup>76</sup> Irma N Lubantorian, "Puasa Umat Kristiani", dikutip dari <https://www.id-times.com/life/inspiration/irma-nurliza-lubantorian/puasa-kristen-yang-dijelaskan-dalam-al-kab-c1c2/di> akses hari Selasa tanggal 21 Mei 2024 pukul 12.14 WIB.

**Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**

1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Puasa normal adalah puasa yang tidak diperbolehkan makan tetapi diperbolehkan minum dengan jumlah sebanyak-banyaknya yang diinginkan.

Puasa ini dilaksanakan dalam jangka waktu beberapa hari dan tergantung setiap yang melaksanakannya, misalnya: Puasa Daud tidak diperbolehkan makan dalam jangka waktu 1 hari 1 malam serta berbaring di tanah.

3) Puasa Sebagian (*Tarak*)

Puasa sebagian atau disebut juga dengan tarak adalah puasa yang tidak diperbolehkan makan dan minum dalam kurun waktu tertentu, misalnya: Puasa Daniel dilaksanakan selama 10 hari hanya diperbolehkan makan sayur dan minum air putih saja.

**b. Dilihat Dari Yang Melakukannya, yakni:**

1) Puasa Perindividu

Puasa perindividu adalah puasa yang dilaksanakan secara sendiri-sendiri.

2) Puasa Bersama

Puasa bersama adalah puasa yang dilaksanakan lebih dari satu orang dan dilaksanakan secara bersama-sama dalam satu kelompok yang terbatas, karena terbatas sehingga dalam kelompok tersebut bergiliran setiap orang.

3) Lamanya Berpuasa

Lamanya berpuasa adalah tidak ada waktu yang tepat untuk berpuasa sehingga puasa yang dilaksanakan secara bervariasi sesuai jangka waktu yang diinginkan. Tetapi di dalam alkitab terdapat angka-angka yang penting yang bisa dijadikan waktu untuk melaksanakan puasa yaitu : ½ hari, 24 jam, 3 hari, 7 hari, 21 hari, dan 40 hari.<sup>77</sup>

<sup>77</sup> Franklin Jentezen, *Puasa* (Jakarta: Immanuel, 2009), hlm. 29.

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

#### 4. Tata Cara Puasa

Sebagaimana yang telah diketahui bahwa di dalam agama Kristen Protestan ini secara resmi memang tidak diwajibkan untuk berpuasa yang berarti juga tidak memiliki bulan yang khusus untuk melaksanakan puasa atau bersifat fleksibel dan tidak diatur secara khusus oleh agama. Tetapi tata cara berpuasa di dalam agama Protestan bisa ditentukan oleh masing-masing individu atau diserahkan kepada jemaat gereja masing-masing untuk menentukan waktu-waktu yang pas untuk melaksanakan puasa.<sup>78</sup> Seperti 8 jam, 1 hari, 1 malam, 3 hari, 7 hari, 40 hari dan seterusnya dan mengajarkan umatnya untuk berdoa, berpuasa sesuai dengan kebutuhan dan tanpa adanya paksaan.

Adanya hal tersebut karena agama Kristen Protestan tidak mengenal organisasi seperti agama Kristen Katolik (Roma) yang memiliki aturan-aturan serta ajaran, hukum dalam melaksanakan puasa.<sup>79</sup>

Di Kristen terdapat Injil atau Perjanjian Baru (New Testament). Di dalamnya tidak didapati ajaran yang mewajibkan puasa, selain sekedar sebutan bahwa puasa sebagai bentuk ibadah yang terpuji dan sanjungan bagi orang-orang yang berpuasa.<sup>80</sup>

Di dalam Perjanjian Baru, sekedar mendapatkan nasehat-nasehat dan anjuran-anjuran tentang puasa, seperti di sebutkan di dalam (Markus 2:12-22) yang berbunyi:

*“Tatkala itu datanglah murid-murid yahya kepada Yesus, katanya: Apakah sebabnya kami dan orang Parisipun berpuasa, tetapi murid-muridmu sendiri tidak? Tetapi ada harinya kelak yang mempelai itu diambil dari padanya, barulah mereka akan puasa. Seorang pun tidak menampilkan secarik kain yang baru pada pakaian yang lama, karena koyaklah pula. penampal itu dari pada pakaian yang lama itu sehingga*

<sup>78</sup> M. Darojat Ariyanto, Abdullah Mahmud, and Tri Yuliana Wijayanti, “Konsep Puasa Dalam Agama Protestan,” *Suhuf* Vol. 24, No. 2 (2012), hlm. 116.

<sup>79</sup> Sismono, *Puasa Pada Umat-Umat Dulu Dan Sekarang...* hlm. 86.

<sup>80</sup> *Ibid.*, hlm. 71.

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

*koyaklah lebih besar lagi. Dan tidak pula orang membubuhkan air anggur yang baru ke dalam kerbat kulit yang lama. Jikalau demikianlah pecahlah kerbat kulit itu dan air anggur itupun tumpahlah, dan kerbat itu juga binasalah; melainkan air anggur yang baru, dan kedua-duanya terpelihara''<sup>81</sup>*

Walaupun puasa di dalam agama Protestan dilaksanakan sesuai dengan keadaan dan kebutuhan setiap orang yang membutuhkannya, tetapi dalam melaksanakan puasa umat protestan memiliki banyak ragam tata cara berpuasa, antara lain:

#### a. Cara Puasa diwaktu Pagi

Pada waktu pagi umat Protestan melaksanakan puasa dengan tidak makan dan minum dengan di sertai doa, karena tujuan berpuasa umat Protestan ini untuk mendekatkan diri kepada Tuhan dan menjauhi hal-hal duniawi.

Adapun tata caranya yaitu:

- 1) Memulai dengan pujian dan penyembahan.
- 2) Berlutut serta membaca renungan Firman Tuhan.
- 3) Mengundang Roh Kudus agar bekerja dalam dirimu.
- 4) Mengundang Tuhan agar memakai dan menggunakan milikmu.
- 5) Memohon kepada Tuhan untuk memberikan petunjuk di dalam dirimu, keluarga, gereja, komunitas, negara dan sebagainya.

#### b. Cara Puasa diwaktu Siang

Pada waktu siang umat Protestan melaksanakan puasa dengan berdoa meminta syafaat untuk para pemimpin, keluarga, bangsa dan seluruh umat yang ada didunia serta mendengarkan Frman Tuhan sambil berjalan kaki dalam waktu yang singkat.

<sup>81</sup> Lembaga Alkitab Indonesia, *Al-Kitab*, (Jakarta: Lembaga Alkitab Indonesia, 2020), hlm. 42-42.

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

### c. Cara Puasa diwaktu Malam

- 1) Meluangkan waktu untuk fokus kepada Tuhan.
- 2) Jika berpuasa bersama teman atau kerabat maka sempatkan untuk mengakhiri waktu puasa secara bersama-sama (berbuka).
- 3) Jauhkan segala hal yang bisa memadamkan spiritual seperti ponsel, televisi dan sebagainya.
- 4) Memulai puasa dengan cara berlutut dan memanjatkan puji syukur kepada Tuhan sampai berakhirnya puasa.
- 5) Mempelajari Firman Tuhan.<sup>82</sup>

### 5. Tujuan dan Manfaat Puasa

Dalam agama Protestan puasa bertujuan sebagai bentuk pertobatan dari hal-hal yang terkait dengan duniawi.<sup>83</sup> Selain itu tujuan puasa yang diajarkan oleh Yesus salah satunya adalah untuk meningkat spiritualitas bagi umat Kristen.<sup>84</sup> Dengan melakukan praktek puasa yang benar berdasarkan (Matius 6:16-18), maka spiritualitas orang Kristen pun akan semakin menjadi lebih baik.<sup>85</sup>

Adapun yang tercantum di dalam Alkitab tujuan Puasa umat Protestan adalah untuk mendapatkan keberkatan dalam menghadapi permasalahan ekonomi, untuk kesehatan jasmani dan rohani, untuk pertobatan, untuk mempersiapkan Firman Tuhan, untuk bukti duka cita, untuk merendahkan diri, untuk memperoleh bimbingan serta pertolongan Tuhan, untuk memperkuat doa, untuk membatalkan hukuman tuhan, dan untuk mendatangkan sukacita yang besar.

<sup>82</sup> Douglas JD (ed), *Ensiklopedia Alkitab Masa Kini Jilid II...* hlm. 113.

<sup>83</sup> Abu Ahmadi, *Sejarah Agama* (Solo: Ramadhani, 1990), hlm. 143.

<sup>84</sup> Rantung D.A & Tefbana A, "Perspektif Pendidikan Agama Kristen Terhadap Teologi Kebencanaan Dan Peran Gereja Dalam Menghadapi Pandemi Covid-19," *Luxnos Jurnal Sekolah Tinggi Teologi Pelita Dunia* Vol. 6, No. 1 (2020), hlm. 73.

<sup>85</sup> Lembaga Alkitab Indonesia, *Al-Kitab* (Jakarta: Lembaga Alkitab Indonesia, 2020), hlm.

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Di dalam ajaran Protestan puasa merupakan tindakan yang *su-karela* dan melarang makan dan minum dengan tujuan keagamaan maupun tujuan lainnya.<sup>86</sup> Adapun tujuan lainnya seperti untuk merasakan duka, kesedihan, dan merenungi dosa-dosa yang telah diperbuat.<sup>87</sup>

Dari tujuan Puasa di atas menjelaskan bahwa tujuan puasa itu memiliki banyak ragam baik tujuan keagamaan maupun tujuan lainnya. Walaupun demikian secara garis besar tujuan puasa agama Protestan adalah untuk memiliki kepribadian yang lebih baik lagi sesuai dengan kuasa yang sudah tertera di dalam Alkitab. Kuasa yang dimaksud adalah untuk memperkuat hubungan dengan Tuhan secara lebih dalam lagi.<sup>88</sup> Selanjutnya manfaat puasa dalam agama Protestan antara lain:

#### a. Menghapus Dosa

Puasa bisa menghapus dosa manusia. Yang dimaksud bisa menghapus dosa manusia adalah membersihkan diri bagi manusia yang telah melakukan dosa serta melanggar aturan Tuhan.

#### b. Melatih Kesabaran

Puasa bisa melatih kesabaran manusia untuk berpantang dari makan dan minum.

#### c. Menyehatkan Tubuh

Puasa bisa menyehatkan tubuh manusia dengan membatasi makanan yang boleh atau yang tidak boleh di konsumsi.

#### d. Melatih Hidup Sehat

Puasa bisa membiasakan manusia untuk menerapkan hidup sehat dan hemat, seperti dengan membeli makanan seperlunya atau yang di butuhkan saja.<sup>89</sup>

<sup>86</sup> Heuken SJ Adolf, *Ensiklopedi Gereja IV* (Jakarta: Gagasan Cipta Loka Caraka, 1994), hlm. 52.

<sup>87</sup> Sismono, *Puasa Pada Umat-Umat Dulu Dan Sekarang...* hlm. 76.

<sup>88</sup> M. Darajat Ariyanto, Abdullah Mahmud, and Tri Yuliana Wijayanti, "Konsep Puasa Dalam Agama Protestan," *Suhuf* Vol. 24, No. 2 Tahun (2012). hlm. 118.

<sup>89</sup> Fajraini, "Aksiologi Puasa Dalam Agama Protestan", Skripsi (Aceh: UIN Ar-Raniry Aceh, 2021), hlm. 62-63.

## Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## C. Analisis Perbedaan dan Persamaan

### 1. Perbedaan

Berdasarkan dari penjelasan tentang puasa di atas, maka ada yang membedakan dari kedua agama tersebut yaitu:

- a. Dari segi substansi pengertiannya, jika dilihat dari penjelasan di atas secara harfiah agama Hindu dan Protestan ini memiliki pengertian puasa yang sama yaitu sama-sama tidak dibolehkan makan dan minum pada waktu tertentu, tetapi untuk pengertian yang lebih eksplor kedua puasa ini tetap saja memiliki perbedaannya. Di mana pada agama Hindu memiliki pengertian puasa yang sempit dan luas. Pengertian yang sempit adalah dilarang makan dan minum dengan sengaja, sementara pengertian luasnya melaksanakan pantangan, pengekangan atau pengendalian diri dari berbuat, berkata, dan berpikir hal-hal yang bertentangan dengan ajaran agama Hindu. Pengertian puasa pada agama Hindu tidak hanya mengendalikan diri untuk tidak makan dan minum saja, tetapi juga mengendalikan nafsu indria manusia, indria harus berada di bawah kesempurnaan pikiran dan pikiran harus berada di bawah kesadaran budhi. Jika indria dan pikiran kita terkendali maka kita akan sangat dekat dengan Tuhan dan kesucian. Sedangkan pengertian puasa pada agama Protestan tidak hanya menahan makan dan minum pada waktu tertentu saja tetapi seperti yang terdapat pada Alkitab perjanjian lama di ambil dari kata *tsom* dan *sum* yang memiliki arti merendahkan diri sementara yang terdapat pada perjanjian baru yang diambil dari kata *nesteo* (tidak makan) atau *nesteia* yang memiliki arti sebagai bentuk penyesalan atau pertobatan, tanda kedukaan dan permohonan berkat kepada Allah.
- b. Dari segi dasar hukumnya, jika di lihat dari segi dasar hukumnya puasa dalam agama Hindu ini sebenarnya dapat dilakukan kapan saja, karena dalam agama Hindu mengenal adanya puasa wajib dan puasa tidak wajib. Walaupun demikian dalam puasa ini tetap terdapat anjuran berpuasa. Sedangkan dasar hukum puasa pada agama protestan jelas tidak





#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

terdapat kewajiban berpuasa, tetapi tetap terdapat anjuran berpuasa seperti yang telah tercantum di dalam Alkitab yaitu tentang pernyataan yang menganjurkan bahwa puasa merupakan salah satu hal yang perlu dilakukan oleh setiap orang kristen (baik Kristen Protestan maupun Katolik) selain memberi juga berdoa. Jadi dari hal ini dapat dilihat bahwa dasar ajaran kedua puasa ini memiliki perbedaan, karena dalam agama Hindu ada terdapat kewajiban berpuasa dan ada yang tidak sementara dalam agama Protestan jelas tidak terdapat kewajiban.

- c. Dari segi jenis-jenisnya, jika dilihat dari segi jenisnya puasa agama Hindu memiliki jenis puasa yang beragam yaitu ada puasa wajib, puasa tidak wajib, dan puasa yang berkaitan dengan hal-hal tertentu. Adapun puasa wajib yaitu puasa yang dilaksanakan pada hari-hari besar atau pada perayaan seperti saat siwaratri, nyepi, purnama dan tilem, serta untuk menebus dosa, karena dilaksanakan pada perayaan yang berbeda-beda tentunya waktu atau larangan dalam berpuasa juga berbeda-beda. Selanjutnya puasa tidak wajib yaitu puasa yang dilaksanakan di luar ketentuan yang di atas yaitu seperti hari-hari suci: odalan, anggara kasih dan buda kliwon. Karena puasa ini puasa tidak wajib jadi dalam melaksanakannya diserahkan kepada setiap individu yang ingin berpuasa, baik itu dilaksanakan pada saat siang hari atau satu hari penuh. Dan yang terakhir yaitu puasa yang berkaitan dengan hal-hal tertentu seperti saat bersamadhi, bermeditasi, dan meminta petunjuk kepada Hyang Widhi, pelaksanaan puasa ini sama seperti puasa tidak wajib yaitu diserahkan kepada setiap individu yang ingin berpuasa, tetapi tetap saja terdapat perbedaan contohnya dilaksanakan dengan tidak makan dan minum sama sekali selama satu hari satu malam atau seberapa mempunyai. Selanjutnya puasa ini dimulai dengan upacara sederhana yaitu seperti menghaturkan canangsari dan diakhiri dengan sembahyang dan sesuai dengan ketentuan yang lainnya. Sedangkan jenis puasa pada agama protestan juga beragam. Karena pada agama Protestan tidak terdapat kewajiban berpuasa jadi jadi-jenis dan waktu pelaksanaannya juga

tidak ditentukan melainkan diserahkan kepada setiap individu yang melaksanakan puasa sesuai dengan kebutuhannya. Adapun jenis-jenis puasa yang beragam yaitu terbagi menjadi dua bagian ada puasa yang terdapat dalam Alkitab dan ada puasa yang dilihat dari yang melakukannya. Adapun puasa yang terdapat dalam Alkitab memiliki pembagiannya lagi yang pertama puasa mutlak terdiri dari puasa Musa, puasa Ester, puasa Niniwe, puasa Yesus, puasa Yohanes Pembaptis dan puasa Paulus, karena dalam pelaksanaan puasa ini memiliki jenis yang berbeda-beda tentunya waktu atau larangan dalam berpuasanya juga berbeda-beda. Yang kedua puasa normal puasa yang dilaksanakan selama beberapa hari sesuai kebijakan masing-masing dan dalam melaksanakan puasa ini tidak dibolehkan makan tetapi dibolehkan minum sebanyak-banyaknya. Yang ketiga puasa sebagian atau yang disebut dengan tarak yaitu puasa yang dilaksanakan pada waktu tertentu dan contohnya hanya dibolehkan makan sayur dan minum saja. Selanjutnya puasa dilihat dari yang melakukannya, dalam puasa ini juga memiliki pembagiannya yaitu puasa individu puasa yang dilaksanakan secara pribadi, puasa bersama puasa yang dilaksanakan secara bersama-sama dalam satu kelompok yang terbatas sehingga dalam melaksanakan puasa ini bergiliran, dan yang terakhir yaitu lamanya berpuasa yang dalam pelaksanaan puasa ini bervariasi atau sesuai waktu yang diinginkan tetapi bisa juga mengikuti waktu-waktu yang telah tercantum di Alkitab.

- d. Dari segi tata caranya, tata cara puasa pada agama Hindu terbagi menjadi dua yaitu puasa jangka panjang dan jangka pendek. Di mana pelaksanaan puasa jangka panjang dilaksanakan lebih 1 hari seperti antara 3-7 hari dan pada saat itu hanya dibolehkan makan nasi sebanyak 3 kepel setiap 6 jam sekali dan pada saat siang hari tidak dibolehkan makan dan minum, siang hari yang dimaksudkan adalah hilangnya bintang sebelah timur sampai muncul bintang pada saat sore hari. Pelaksanaan puasa jangka pendek adalah dilaksanakan selama 24 jam dan tidak

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

dibolehkan makan dan minum dengan disertai mona atau tidak berbicara, puasa jangka pendek biasanya dilaksanakan saat perayaan seperti siwaratri dan nyepi. Sedangkan tata cara puasa pada agama Protestan terbagi menjadi 3 yaitu ada yang melaksanakan di waktu pagi, siang dan malam. Di pagi hari umat Protestan melaksanakan puasa dengan tidak makan dan minum dengan disertai doa adapun tata caranya seperti memulai dengan pujian dan penyembahan, berlutut serta membaca renungan Firman Tuhan, mengundang Roh Kudus agar bekerja dalam diri kita, mengundang Tuhan agar memakai dan menggunakan milik kita, memohon kepada Tuhan untuk memberikan petunjuk di dalam diri kita, keluarga, gereja, komunitas, negara dan sebagainya. Di siang hari umat Protestan melaksanakan puasa dengan berdoa meminta syafaat untuk para pemimpin, keluarga, bangsa dan seluruh umat yang ada didunia serta mendengarkan Firman Tuhan sambil berjalan kaki. Di malam hari umat Protestan melaksanakan puasa dengan cara Meluangkan waktu untuk fokus kepada Tuhan, jika berpuasa bersama teman atau kerabat maka sempatkan untuk mengakhiri waktu puasa secara bersama-sama (berbuka), menghindar dari segala hal yang bisa memadamkan spiritual seperti ponsel, televisi dan sebagainya, memulai puasa dengan cara berlutut dan memanjatkan puji syukur kepada Tuhan sampai berakhirnya puasa dan yang terakhir mempelajari Firman Tuhan.

- e. Dari segi tujuan dan manfaatnya, puasa dalam agama Hindu memiliki banyak tujuan yaitu untuk meningkatkan spiritualitas manusia, untuk menyucikan diri, untuk menebus dosa manusia dan tujuan utama upawasa, tapa, dan brata yaitu untuk meningkatkan sistem tubuh sehingga dapat melaksanakan meditasi dengan fokus dan baik. Adapun manfaat puasanya terbagi menjadi 3 yaitu manfaat dari segi kesehatan, segi kejiwaan dan spiritual serta segi sosial. Sedangkan dalam agama Protestan juga terdapat banyak tujuan puasa yaitu bertujuan sebagai bentuk pertobatan dari hal-hal yang terkait dengan duniawi, tujuan yang terdapat dalam Alkitab yaitu untuk mendapatkan keberkatan dalam

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

menghadapi permasalahan ekonomi, untuk kesehatan jasmani dan rohani, untuk pertobatan, untuk mempersiapkan Firman Tuhan, untuk bukti duka cita, untuk merendahkan diri, untuk memperoleh bimbingan serta pertolongan Tuhan, untuk memperkuat doa, untuk membatalkan hukuman tuhan, dan untuk mendatangkan sukacita yang besar. Selain itu tujuan puasa yang diajarkan oleh Yesus salah satunya adalah untuk meningkatkan spiritualitas bagi umat Kristen. Dari banyaknya tujuan puasa tetapi tujuan utamanya adalah untuk memiliki kepribadian yang lebih baik lagi sesuai dengan kuasa yang sudah tertera di dalam Alkitab. Adapun manfaat puasanya terbagi menjadi 4 yaitu untuk menghapus dosa, melatih kesabaran, menyehatkan tubuh dan melatih hidup sehat.

**2. Persamaan**

Setelah penulis jelaskan terkait puasa dari kedua agama tersebut, maka persamaan yang dapat penulis temukan sebagai berikut:

- a. Dari segi pengertiannya, secara harfiah agama Hindu dan Protestan ini memiliki makna yang sama. Dimana agama Hindu dan Protestan memiliki pengertian puasa seperti pengertian pada umumnya, yaitu sama-sama menahan dan tidak dibolehkan makan dan minum pada waktu tertentu.
- b. Dari segi dasar hukumnya, seperti yang telah disebutkan di atas bahwasanya pada agama Hindu mengenal adanya puasa wajib dan tidak wajib. Jadi dari segi dasar hukumnya puasa agama Hindu ini ada yang diwajibkan dan ada yang tidak. Oleh karena itu di sini yang dapat diambil dasar hukum puasa agama Hindu adalah puasa yang tidak wajib, karena pada agama Protestan tidak terdapat kewajiban berpuasa sehingga hal ini merupakan persamaan dasar hukum antara agama Hindu dan Protestan karena sama-sama tidak terdapat kewajiban berpuasa melainkan sama-sama terdapat anjuran.
- c. Dari segi jenis-jenisnya, walaupun jenis puasa pada agama Hindu dan Protestan memiliki banyak perbedaan, tetapi tetap saja dijumpai sedikit persamaan yaitu seperti yang sudah disebutkan di atas bahwa jenis puasa

- agama Hindu ada yang wajib dan ada yang tidak wajib. Jadi di sini terdapat persamaan pada bagian puasa yang tidak wajib, karena jenis puasa tidak wajib ini pelaksanaannya sama seperti yang terdapat pada agama Protestan yaitu setiap pelaksanaannya diserahkan kepada setiap individu yang ingin melaksanakan puasa atau sesuai kebijakan masing-masing, dan selain itu jenis puasa kedua agama ini sama-sama memiliki jenis puasa yang beragam.
- d. Dari segi tujuan dan manfaatnya, walaupun di atas banyak sekali terdapat perbedaan tujuan dan manfaat puasa dari kedua agama tersebut, tetapi tetap saja terdapat sedikit persamaannya yaitu dari segi tujuannya sama sama bertujuan untuk meningkatkan spiritualitas manusia dan dari segi manfaatnya sama sama untuk menyehatkan tubuh.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## BAB V PENUTUP

### A. Kesimpulan

Berdasarkan penjelasan di atas maka penulis dapat mengambil kesimpulan:

*Pertama:* Dalam agama Hindu terdapat anjuran berpuasa serta mengenal puasa wajib dan tidak wajib. Puasa Hindu dilaksanakan pada hari atau bulan tertentu, dalam pelaksanaannya puasa agama Hindu lebih menjurus dalam hal kesehatan rohani dan jasmani. Sedangkan dalam agama Protestan juga terdapat anjuran berpuasa tetapi tidak bersifat wajib. Puasa agama Protestan diserahkan kepada masing-masing individu sesuai dengan kebutuhannya dan puasa agama Protestan lebih menjurus untuk menjadikan umatnya pribadi yang lebih baik. Masing-masing agama ini pada hakekatnya memiliki konsep tentang puasa sebagai bentuk ajaran yang substansi.

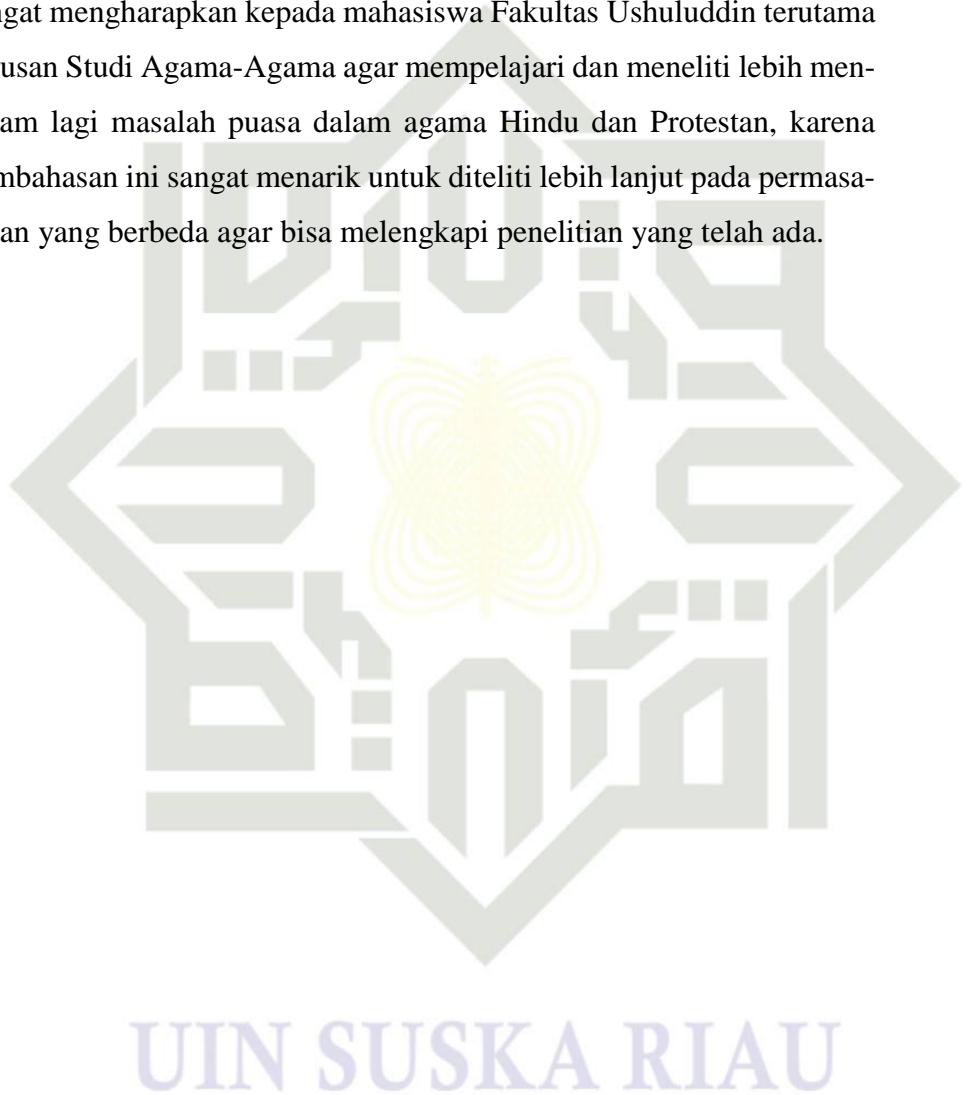
*Kedua:* Puasa agama Hindu dan Protestan memiliki perbedaan tentang puasa yang signifikan. Berdasarkan ajarannya puasa kedua agama tersebut lebih banyak di temukan perbedaan dari pada persamaan. Perbedaan yang ditemukan terdapat pada pengertian, dasar hukum, jenis, tata cara, tujuan dan manfaat. Sedangkan persamaannya di temukan pada pengertian, dasar hukum, jenis, tujuan dan manfaat puasa. Jadi kesimpulannya ajaran puasa pada kedua agama tersebut sedikit atau banyaknya tetap terdapat perbedaan dan persamaan walaupun lebih dominan ke perbedaan.

### B. Saran

Sebagai akhir penulisan skripsi ini, penulis ingin menyampaikan sedikit saran bagi pembaca dan khususnya untuk penulis sendiri. Adapun saran dalam skripsi ini sebagai berikut:

1. Sebagai umat beragama terkhususnya agama Hindu dan Protestan kita harus benar-benar memahami ajaran agama yang kita anut salah satunya

- yaitu puasa. Berpuasalah sesuai dengan ketentuan agama masing-masing, karena dengan adanya kita melakukan hal tersebut kita bisa merasakan betapa banyaknya nilai-nilai ibadah dan manfaat untuk diri kita.
2. Selanjutnya setelah penulis menyelesaikan skripsi ini, penulis merasa masih banyak kekurangan yang terdapat pada skripsi ini, dan penulis sangat mengharapkan kepada mahasiswa Fakultas Ushuluddin terutama Jurusan Studi Agama-Agama agar mempelajari dan meneliti lebih mendalam lagi masalah puasa dalam agama Hindu dan Protestan, karena pembahasan ini sangat menarik untuk diteliti lebih lanjut pada permasalahan yang berbeda agar bisa melengkapi penelitian yang telah ada.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adolf, Heuken SJ, 1994. *Ensiklopedi Gereja IV*. Jakarta: Gagasan Cipta Loka Caraka.
- Agama Republik Indonesia, Kementerian, 2020. *Al-Qur'an dan Terjemahannya*, (Jakarta: PT. Pantja Cemerlang).
- Ahmadi, Abu, 1990. *Sejarah Agama*. Solo: Ramadhani.
- Al-Mathawi, Hasan Kamil, 1978. *Fiqh Al-ibadat Ala Mazhab Al-Imam Malik r.A*. Kairo: Maktabah An-Nahdhah Al-Misriyah.
- Antar, Jemaat, Kecamatan Mengkendek, and Tana Toraja. "Kajian Hermenutik Tentang Praktek Puasa Menurut Matius 6:16-18 Dan Implikasinya Bagi Pemahaman Orang Kristen Masa Kini Restia." *Jurnal Pendidikan Agama dan Teologi* 3, no. 11 2023.
- A Muchlishon Rochmat, "Motif Puasa Umat Yahudi, Kristen, dan Islam", dikutip dari <https://nu.or.id/opini/motif-puasa-umat-yahudi-kristen-dan-islam-Qhc7q/>di akses hari Senin tanggal 20 Mei 2024 pukul 11.46 WIB.
- A Muchlishon Rochmat, "Motif Puasa Umat Yahudi, Kristen, dan Islam", dikutip dari <https://nu.or.id/opini/motif-puasa-umat-yahudi-kristen-dan-islam-Qhc7q/>di akses hari Senin tanggal 20 Mei 2024 pukul 11.48 WIB.
- Aliyanto, M. Darajat, Abdullah Mahmud, and Tri Yuliana Wijayanti. "Konsep Puasa Dalam Agama Protestan." *Suhuf* 24, no. 2 2012.
- Armstrong, Karen, 1998. *Terj. Hikmah Darmawa, Perang Suci: Dari Perang Salib Hingga Perang Teluk*. Jakarta: Kencana.
- Arisi, Ali Mursyid, and M Yusuf. "Penyucian Diri Dalam Agama Buddha, Hindu Dan Islam." *Jurnal Studi Agama-agama* 07, no. 01 2021.
- Berliana Intan Maharani, "Puasa dalam Islam: Pengertian, Syariat, dan Macam-Macamnya", dikutip dari <https://www.detik.com/hikmah/khazanah/d-6619131/puasa-dalam-islam-pengertian-syariat-dan-macam-macamnya/di> akses hari Senin, tanggal 20 Mei 2024 pukul 11.19 WIB.
- Fairaini. "Aksiologi Puasa Dalam Agama Protestan." Skripsi, UIN Ar-Raniry Aceh, 2021.

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Ferdayani, Dinda Oktavia. "Manfaat Puasa Terhadap Penyakit Maag." *Jurnal Religion: Jurnal Agama, Sosial, dan Budaya* 1, no. 2023 2023.
- Harianto, GP. "Teologi 'Puasa' Dalam Perspektif Kesehatan, Psikologis Dan Spiritual Untuk Meningkatkan Kualitas Manusia Hidup." *Excelsis Deo: Jurnal Teologi, Misiologi, dan Pendidikan* 5, no. 2 2021.
- Heriyanti, Komang. "Implikasi Aktivitas Puasa Bagi Umat Hindu (Perspektif Teologi Sosial)." *Genta Hredaya* 7, no. 2 2023.
- I Gede Ardhana, Wisnu, 2001. *Mengendalikan Dan Menaklukkan Musuh-Musuh Dalam Diri Manusia*. Jakarta: Manikgeni.
- Ibrahim, Muhammad Buchori, dkk, 2023. *Metode Penelitian Berbagai Bidang Keilmuan*. Jambi: PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Indonesia, Lembaga Alkitab, 2020. *Al-Kitab*. Jakarta: Lembaga Alkitab Indonesia.
- Indonesia, Lembaga Biblika, 2002. *Tafsir Al-Kitab Perjanjian Baru*. Edited by Kanisius. Yogyakarta.
- Irma N Lubantoruan, "Puasa Umat Kristiani", dikutip dari <https://www.idntimes.com/life/inspiration/irma-nurliza-lumbantoruan/puasa-kristen-yang-dijelaskan-dalam-alkitab-c1c2/di> akses hari Selasa tanggal 21 Mei 2024 pukul 12.14 WIB.
- Jaludin, 2005. *Psikologi Agama*. Jakarta: Raja Grafindo Indonesia, 2005.
- JD (ed), Douglas, 2008. *Ensiklopedia Alkitab Masa Kini Jilid II*. Jakarta: Yayasan Komunikasi Bina Kasih.
- Jentezen, Franklin, 2009. *Puasa*. Jakarta: Immanuel.
- Kharuddin, J. Pandit, 1991. *Hidup Dan Kehidupan*. Jakarta: Tri Sattva Buddhis Center.
- Kahmad, Dadang, 2002. *Sosiologi Agama*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Kantor Kementerian Agama Kabupaten Pati, "PUASA DALAM AGAMA BUDDHA", Dikutip dari <https://jateng.kemenag.go.id/bimbingan-masyarakat-buddha/puasa-dalam-agama-buddha/di> akses hari Senin tanggal 20 Mei 2024 pukul 11.10 WIB.
- Keene, Michael, 2006. *Agama-Agama Dunia*. Yogyakarta: Kanisius.
- Kantipalo, Bhikku, 1991. *Saya Seorang Buddhis Bagaimana Menjadi Seorang*

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

*Buddhis Sejati*. Jakarta: Yayasan Karaniya.

Konghucu Indonesia, "Puasa dalam Agama Khonghucu" dikutip dari <https://khonghucuindonesia.wordpress.com/2021/05/04/puasa-dalam-agama-khonghucu/> di akses hari Senin, tanggal 30 Mei pukul 11.33 WIB.

Konghucu Indonesia, "Puasa dalam Agama Khonghucu" dikutip dari <https://khonghucuindonesia.wordpress.com/2021/05/04/puasa-dalam-agama-khonghucu/> di akses hari Senin, tanggal 30 Mei pukul 11.35 WIB.

Konghucu Indonesia, "Puasa dalam Agama Khonghucu" dikutip dari <https://khonghucuindonesia.wordpress.com/2021/05/04/puasa-dalam-agama-khonghucu/> di akses hari Senin, tanggal 30 Mei pukul 11.36 WIB.

Mahmud, 2011. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung. Cv Pustaka Setia.

Mastuhu, 2006. *Metode Penelitian Agama Teori Dan Praktisi*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.

Mawa Kresna, "Cara Buddha, Hindu, dan Konghucu Mengajarkan Puasa" dikutip dari <https://tirto.id/cara-buddha-hindu-dan-konghucu-mengajarkan-puasa-cp6p/> di akses hari Senin, tanggal 30 Mei pukul 11.26 WIB.

Mawikere, Marde Christian Stenly. "Perbandingan Teologi Keselamatan Antara Katolik Dan Protestan Sebelum Dan Sesudah Gerakan Reformasi." *Evangelikal: Jurnal Teologi Injili dan Pembinaan Warga Jemaat* 1, no. 1 2017.

Moleong, Lexy J, 2009. *Metode Penelitian Kualitatif*. Edited by Remaja Rosdakarya. Bandung.

Muhibbubathabary, 2012. *Fiqih Amal Islam*. Bandung: Citapustaka Media Perintis.

Putu Sani Ariesty, "Sejarah Hukum Hindu", dikutip dari <https://www.scribd.com/document/607019300/sejarah-hukum-hindu/> di akses hari Senin tanggal 20 Mei 2024 pukul 11.58 WIB.

Kinanthi, Maryam, 2017. *Dahsyatnya 7 Puasa Wajib, Sunnah Dan Thibbun Nabawi*. Yogyakarta: Disegar.

Narjaman. "Peran Puasa Dalam Agama Hindu Dan Islam." Skripsi, UIN Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta, 2015.

Pudja, 1983. *Buku Pelajaran Agama Hindu Untuk SMP Kelas III*. Edited by

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.
- Departmen Agama. Jakarta.
- Purwadi, Teguh, 2007. *Membangkitkan Kembali Spiritual Anda*. Bandung: PT.Karya Kita.
- Ramadani. “Makna Puasa DI Kalangan Narapida Muslim Dan Kristen” Skripsi, UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2008.
- Simono, 2010. *Puasa Pada Umat-Umat Dulu Dan Sekarang*. Jakarta: Republika.
- Sivananda Svani, Sri, 2002. *Hari Raya & Puasa Dalam Agama Hindu*. Surabaya: Paramita.
- Suhardana, K.M, 2007. *Upawasa Tapa Dan Brata Agama Hindu*. Surabaya: Paramita.
- Syarifuddin, Amir, 2003. *Garis-Garis Besar Fiqih*. Jakarta: Kencana.
- Taher, Tarmizi, 2007. *Berislam Secara Moderat*. Jakarta Selatan: Grafindo Khazanah Ilmu.
- Tefbana A, & Rantung D.A. “Perspekrtif Pendidikan Agama Kristen Terhadap Teologi Kebencanaan Dan Peran Gereja Dalam Menghadapi Pandemi Covid-19.” *Luxnos Jurnal Sekolah Tinggi Teologi Pelita Dunia* 6, no. 1 2020.
- Tuasikal, Abduh, Muhammad, “Kajian Ramadhan 13: Pintu Surga Ar Rayyan bagi Orang Yang Berpuasa” dikutip dari <https://muslim.or.id/17579-kajian-ramadhan-13-pintu-surga-ar-rayyan-bagi-orang-yang-berpuasa/di> akses pada tanggal 20 Mei 2024 pukul 20:59 WIB.
- Tim Mimbar Konghucu, "Puasa dalam Perspektif Agama Khonghucu" dikutip dari <https://kemenag.go.id/khonghucu/puasa-dalam-perspektif-agama-khonghucu-ol2qih/di> akses hari Senin, tanggal 30 Mei pukul 11.30 WIB.
- W.j.s, Poerwadarminta, 1996. *Kamus Umum Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Yakin, M. Syamsul, 2005. *Meraih Ramadhan Sepanjang Masa Serpihan Mutiara Puasa Untuk Bekal Menjadi Taqwa*. Depok: Semesta.
- Zed, Mestika, 2008. *Metode Penilitin Kepustakaan*. Jakarta: Yayasan Obor Indonesia.

## BIODATA PENULIS

Nama : Dayana Husna  
Tempat/Tgl. Lahir : Ngenang, 04 November 2002  
Pekerjaan : Mahasiswa  
Alamat : Jl. Tajo Kait Rt 007/Rw 004  
No. Hp/Email : 085271503972/dheyyy03@gmail.com  
Nama Orang Tua  
Ayah : Nizam  
Ibu : Asriani



### Riwayat Pendidikan

No	NAMA SEKOLAH	TAHUN
1.	TK AT-TAUBAH NGENANG	2006-2008
2.	MIN PANGKIL	2008-2014
3.	MTS PANGKIL	2014-2017
4.	SMAN 3 TANJUNG PINANG	2017-2020
5.	UIN SULTAN SYARIF KASIM RIAU	2020-2024

### Pengalaman Organisasi:

1. Anggota HMPS Divisi Eterpreneur Prodi Studi Agama-Agama Tahun 2023.

UIN SUSKA RIAU

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
    - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
    - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
  2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.