



## 106458 - Apakah Orang Yang Safar boleh Berbuka Untuk Menguatkan Stamina Saat Umrah?

---

### Pertanyaan

Orang musafir ketika sampai di Mekkah dalam kondisi berpuasa, apakah dibolehkan berbuka untuk menguatkan stamina ketika menunaikan umrah?

### Jawaban Terperinci

Alhamdulillah.

Nabi sallallahu 'alaihi wa sallam ketika masuk Mekkah pada tahun Penaklukan (Mekkah) pada hari kedua puluh Ramadan. Beliau dalam kondisi berpuasa. Lalu beliau shalat dua rakaat menjadi imam bagi penduduk Mekkah, kemudian beliau bersabda: "Wahai penduduk Mekkah, sempurnakan (shalat anda semua) karena sesungguhnya kami adalah kaum yang sedang safar."

Syaikhul Islam Ibnu Taimiyah dan Ibnu Katsir rahimahumallah menyebutkan bahwa Nabi sallallahu 'alaihi wa sallam dalam kondisi berbuka pada tahun itu. Yakni beliau berbuka sepuluh hari di Mekkah dalam saat Penaklukan (Mekkah).

Dalam shahih Bukhari, dari Ibnu Abbas radhiallahu 'anhuma, dia berkata: "Beliau terus berbuka sampai bulan berakhir." (HR. Bukhari, no. 1944)

Juga tidak diragukan bahwa beliau shalat dua rakaat dalam rentang waktu tersebut karena beliau musafir. Safarnya orang yang melaksanakan umrah tidak terputus dengan tibanya dia di Mekkah. Maka dia tidak diharuskan menahan (makan dan minum serta berjima) jika datang dalam kondisi berbuka. Bahkan kami katakan kepadanya, yang lebih utama, jika berbuka lebih menguatkan dalam menunaikan umrah maka anda jangan berpuasa, selama jika anda menunaikan umrah (dalam keadaan puasa) merasa sangat letih.

Terkadang sebagian orang terus menunaikan puasa meskipun dalam safar. Karena puasa pada



masa sekarang tidak merasakan kepayahan, maka dia meneruskan puasa dalam safarnya. Namun, ketika tiba di Makkah dalam kondisi letih. Lalu dia bertanya-tanya kepada dirinya: “Apakah saya lanjutkan puasa dan menunda umrah setelah berbuka? Yakni sampai malam. Atau lebih utama saya berbuka agar dapat menunaikan umrah langsung setelah tiba di Makkah?.” Kami katakan kepadanya, dalam kondisi seperti ini, lebih baik anda berbuka, meskipun anda sebelumnya berpuasa, maka berbukalah. Agar dapat menunaikan umrah langsung ketika anda tiba di Makkah. Karena Nabi sallallahu ‘alaihi wa sallam biasanya kalau tiba di Makkah dalam keadaan ibadah (umrah atau haji) beliau bersegera menuju masjid, dan menambatkan hewan tunggangannya di Masjid, lalu beliau memasuki masjid agar dapat menunaikan manasik yang sedang beliau sallallahu ‘alaihi wa sallam tunaikan.

Jika anda berbuka dengan tujuan agar kuat dalam menunaikan umroh dengan semangat di waktu siang hari, lebih baik dibandingkan anda tetap berpuasa, kemudian sesudah berbuka waktu malam, baru anda menunaikan umrah anda.

Terdapat riwayat shahih dari Nabi sallallahu ‘alaihi wa sallam, bahwa beliau dalam kondisi berpuasa ketika safar saat penaklukan Makkah. Kemudian orang-orang datang kepada beliau dan berkata: “Wahai Rasulullah! Sesungguhnya orang-orang mengalami kepayahan dalam berpuasa, dan mereka menunggu apa yang akan anda lakukan?” Hal ini terjadi setelah Ashar. Kemudian Nabi sallallahu ‘alaihi wa sallam meminta air, lalu beliau meminumnya dengan disaksikan orang-orang. Beliau sallallahu ‘alaihi wa sallam berbuka di tengah perjalanan, bahkan beliau berbuka pada penghujung hari. Semua ini beliau lakukan agar tidak membuat orang kepayahan karena melihat dirinya berpuasa.

Sebagian orang memaksakan berpuasa dalam safar walau kepayahan. Tidak diragukan lagi ini menyalahi sunnah, dan dia terkena sabda Nabi sallallahu ‘alaihi wa sallam: “Bukan merupakan suatu kebaikan berpuasa dalam safar.”