

**MAKNA PUASA BAGI MASYARAKAT HINDU
DI DESA SRIMENANTI KECAMATAN AIR
HITAM KABUPATEN LAMPUNG BARAT**

Skripsi

**ERFIN ROLANZA
NPM : 1831020017**

Program Studi : Studi Agama-Agama



**FAKULTAS USHULUDIN DAN STUDI AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
RADEN INTAN LAMPUNG
1444 H/2022 M**

**MAKNA PUASA BAGI MASYARAKAT HINDU
DI DESA SRIMENANTI KECAMATAN AIR
HITAM KABUPATEN LAMPUNG BARAT**

Skripsi

**ERFIN ROLANZA
NPM : 1831020017**

Program Studi : Studi Agama-Agama

**Pembimbing I : Dr. Suhandi, M.Ag
Pembimbing II : Dr. Muslimin, MA**



**FAKULTAS USHULUDIN DAN STUDI AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
RADEN INTAN LAMPUNG
1444 H/2022 M**

BAB I

PENDAHULUAN

A. Penegasan Judul

Sebagai tahap awal untuk memudahkan dalam memahami skripsi ini, maka dibutuhkan nya paparan atau penjelasan terhadap penegasan arti dari beberapa istilah yang terkait di dalam skripsi ini. Serta diharapkan agar tidak terjadi kesalah pahaman terhadap judul dari beberapa istilah yang digunakan. Maka dari itu langkah ini ialah proses pemaknaan terhadap pokok permasalahan yang akan di bahas.

Adapun judul skripsi ini ialah **“Makna Puasa Bagi Masyarakat Hindu Di Desa Srimenanti Kecamatan Air Hitam Kabupaten Lampung Barat”**. Beberapa istilah yang perlu ditegaskan ialah sebagai berikut:

Makna dimengerti sebagai hakikat yang muncul dari sebuah objek akibat dari upaya pembaca mengungkapkannya. Makna adalah kehadiran transdental tentang segala sesuatu. Makna (meaning) digunakan secara semiotik bila istilah itu dikaitkan dengan segala jenis tanda, bukan hanya kata-kata, kalimat-kalimat, teks-teks, namun juga gejala-gejala, tanda-tanda, simbol-simbol, gambar-gambar representatif atau patung-patung. Simbol, makna, dan nilai selalu berhubungan dengan manusia. Simbol atau lambang memiliki bentuk dan isi atau kita sebut sebagai makna. Makna sendiri merupakan maksud dari suatu pembicaraan baik verbal maupun non verbal. Makna tidak dapat dipisahkan dengan objek yang membawanya. Untuk mengartikan sebuah makna, harus memahami peristiwa-peristiwa yang menjadi tujuan objek tersebut diciptakan. Dari definisi yang dikemukakan dapat disimpulkan bahwa, makna merupakan artian dari sebuah objek yang sengaja diberikan oleh masyarakat pemberi makna tersebut, untuk membawakan suatu pesan. Makna diperoleh melalui interaksi sosial dengan orang lain, makna tidak bisa muncul dengan sendirinya, karena makna berasal dari hasil proses negosiasi melalui penggunaan bahasa. Makna dalam sebuah simbol memiliki fungsi tersendiri yang mana sebuah makna pasti memiliki fungsi

dan oleh masyarakat fungsi tersebut dijadikan sebuah acuan dalam bermasyarakat, sehingga mereka mempunyai norma-norma atau aturan tertentu yang harus dipatuhi.¹

Puasa dalam bahasa sansekerta yakni dari kata Upa dan Wasa, dimana Upa artinya dekat atau mendekat, dan Wasa artinya Tuhan atau Yang Maha Kuasa. Upawasa atau puasa artinya mendekatkan diri kepada Tuhan Yang Maha Esa. Berpuasa diartikan sebagai tidak makan dan tidak minum pada waktu-waktu tertentu. Upawasa dapat dibedakan dalam pengertian yang sempit dan luas. Dalam pengertian yang sempit upawasa dapat diartikan sebagai dengan sengaja tidak makan dan tidak minum termasuk pengendalian panca indra. Sedangkan dalam pengertian yang luas upawasa dapat diartikan sebagai melaksanakan pantangan, pengekangan atau pengendalian keinginan atau pengendalian diri untuk tidak berpikir, berkata dan berbuat yang bertentangan dengan ajaran agama Hindu.²

Masyarakat Hindu merupakan golongan besar atau kecil yang terdiri dari beberapa manusia yang dengan sendirinya bertalian secara golongan dan saling pengaruh-mempengaruhi satu sama lain. Masyarakat Hindu juga dapat diartikan sebagai suatu kelompok manusia yang hidup secara bersama-sama disuatu wilayah dan membentuk sebuah sistem terbuka maupun tertutup, dimana interaksi yang terjadi di dalamnya adalah antara individu-individu yang ada di kelompok tersebut.³ Dengan ajaran agama Hindu yang bersumber pada ajaran suci Veda yang mengajarkan sesuatu tidak bersifat kaku atau memaksakan melainkan memberikan kebebasan kepada umatnya untuk memilih jalan sesuai dengan *swadharmanya*, berbagai aspek kehidupan agama tidak dapat lepas dari Tri kerangka dasar agama Hindu yang merupakan segala aktivitas umat Hindu. Tri kerangka dasar agama

¹Ndaru Retno Wardani, "Makna Simbolik Ritual Sendhang Gedhe Desa Kandri Kecamatan Gunung Pati Kota Semarang"(Skripsi, Universitas Negeri Semarang, 2020), 25.

²K.M. Suhardana, *Upawasa, Tapa dan Brata Berdasarkan Agama Hindu* (Surabaya: Paramita, 2006), 4.

³Suerjono Soekanto, *Teori Sosiologi Tentang Perubahan Sosial* (Jakarta: Ghalia Indonesia, 1983), 23.

Hindu terdiri dari *tattwa* (filsafat), etika (perilaku yang baik), dan ritual (upacara). *Tattwa* memberikan petunjuk-petunjuk umum berdasarkan sastra agama, etika memberikan petunjuk tentang pola berperilaku yang dibenarkan, dan ritual merupakan implementasi *tattwa* yang disesuaikan dengan tradisi keadaan, tempat dan waktu pelaksanaannya. Hal ini menunjukkan bahwa ajaran Tri kerangka dasar agama Hindu merupakan alat pemersatu kebhinekaan budaya dan persepsi ditengah-tengah masyarakat. Dengan demikian pengimplementasian ajaran agama tersebut dapat diterima dikalangan dan lapisan masyarakat di Desa Srimenanti Kecamatan Air Hitam Kabupaten Lampung Barat.

Masyarakat Hindu dalam penelitian ini adalah sekelompok manusia yang hidup bersama-sama dalam satu tempat yang sama dengan dasar Tri kerangka agama Hindu, yakni di desa Srimenanti dan didalamnya terjalin interaksi antara individu yang satu dengan individu lainnya.

Jadi yang peneliti maksud dari judul mengenai “Makna Puasa Bagi Masyarakat Hindu Di Desa Srimenanti Kecamatan Air Hitam Kabupaten Lampung Barat”. Dari judul di atas adalah ingin mengkaji kembali bagaimana makna serta pelaksanaan puasa agama Hindu di masyarakat Srimenanti sehingga dapat mengetahui tentang konsep puasa serta maknanya, dilihat dari pelaksanaannya sehingga muncul lah makna yang sebenarnya.

B. Latar Belakang Masalah

Dalam beberapa agama tidak hanya dalam Hindu setiap agama juga mempunyai ajaran-ajaran keagamaan bagi para penganutnya yang mempunyai makna tersendiri. Seperti puasa tidak hanya dilakukan oleh agama Hindu tetapi agama lainnya seperti Islam, Kristen, dan lainnya pun mempunyai ajaran tentang puasa. Puasa merupakan salah satu ibadah yang dilakukan disetiap agama-agama. Puasa telah dikenal dan diajarkan umat-umat terdahulu, sebagai bentuk ibadah universal. Tata cara dan tujuan dari puasa itu sendiri mempunyai makna dan tujuan yang berbeda-beda dalam agama tersebut.

Masalah puasa bukanlah hal baru, tetapi telah ada sejak

timbulnya agama-agama di dunia, karena puasa merupakan suatu bentuk ibadah yang bersifat universal yang bertujuan untuk mendekatkan diri kepada Dzat yang lebih berkuasa dari diri manusia itu sendiri. Ibadah puasa ini berkembang dalam setiap agama dengan beranekaragam tujuan yang berbeda-beda, atau mungkin juga ada persamaan-persamaan dalam beberapa segi, terutama dalam tujuan, dan hikmahnya, yakni agar bertakwa kepada Tuhan.⁴

Puasa dibutuhkan oleh setiap orang, baik itu orang kaya atau miskin, muda atau tua, lelaki atau perempuan, sehat atau sakit, manusia modern yang hidup di masa kini maupun manusia primitif yang hidup masa lalu. Karena puasa dibutuhkan oleh setiap manusia kapan dan dimanapun, maka tidak heran jika semua agama mengenalnya. Pakar-pakar perbandingan agama menyebutkan bahwa orang-orang mesir kuno pun sebelum mereka mengenal agama Samawi telah mengenal puasa, dari mereka praktekkan puasa beralih kepada orang-orang Yunani dan Romawi. Puasa juga dikenal dalam agama-agama penyembah binatang. Agama Budha, Yahudi, dan Kristen demikian juga. Ibn al-Nadim dalam bukunya *Al-Fharasat-nya* menyebutkan bahwa agama para penyembah binatang berpuasa tiga puluh hari setahun, ada pula puasa sunat sebanyak 16 hari dan juga ada yang 27 hari. Puasa mereka sebagai penghormatan kepada bulan, juga kepada bintang Marsyang mereka percaya sebagai bintang nasib dan juga kepada matahari.⁵

Jelas susunannya menunjukkan bahwa umat beragama terdahulu telah mendapat kewajiban berpuasa.⁶ Puasa merupakan salah satu bentuk ritus agama yang dapat meningkatkan kualitas spiritual manusia dan sebagai wahana pensucian diri guna mendekatkan diri kepada Tuhan. Ibadah puasa terdapat dalam berbagai ajaran agama sejak umat terdahulu hingga sekarang. Pelaksanaan puasa mengacu pada kitab suci masing-masing agama,

⁴Sismono, *Puasa Pada Umat Dulu dan Sekarang*, (Jakarta, Republika, 2010), 2.

⁵Muhammad Quraish Shihab, *Tafsir al-Mishabah*, Jilid I (Tangerang Lentara Hati, 2002), 407.

⁶Ibid, 6.

termasuk pada pelaksanaan puasa agama Hindu.

Puasa dalam agama Hindu disebut dengan Upawasa. Selain Upawasa dalam agama Hindu juga ada SIWARATRI yang memiliki tujuan yang sama dengan puasa yaitu pengendalian diri dan meningkatkan spiritual. Puasa berasal dari bahasa sansekerta yang terdiri dari kata Upa dan Wasa, dimana Upa artinya dekat atau mendekat, dan Wasa artinya Tuhan atau Yang Maha Kuasa. Upawasa atau puasa artinya mendekatkan diri kepada Tuhan Yang Maha Esa. Puasa menurut Hindu adalah untuk mengendalikan nafsu Indria, mengendalikan keinginan. Indria haruslah berada di bawah kesempurnaan pikiran, dan pikiran berada di bawah kesadaran budhi. Jika indria kita terkendali, pikiran kita terkendali maka kita akan dekat dengan kesucian, dekat dengan Tuhan.⁷

Upawasa merupakan bagian brata, dan brata bagian dari brata-yoga-tapa-samadi, yang menjadi satu kesatuan dalam konsep nyama brata. Kewajiban warga Hindu menggelar bratayoga-tapa-samadi 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.”*⁸ *“Ada orang yang tidak pernah melaksanakan brata-yoga-tapa-samadi, 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 (angara murka/ambisius) dan tamah (malas dan loba), ditindih oleh rasa sakit hati.”*⁹

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

⁷ Sri Svani Sivananda, *Hari Raya & Puasa Dalam Agama Hindu* (Surabaya: Paramita, 2002, Cetakan Pertama), 144.

⁸ Artikel diakses pada tanggal 1 september 2021 dari <http://id.wikihindu.org/wiki/Hindu>.

⁹ www.baha'iindonesia.org. Di akses pada tanggal 2 september 2021.

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.¹⁰ 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.

Untuk kesempurnaan berpuasa, disertai juga dengan *berdana punia*, yaitu memberikan bantuan materi kepada kaum miskin. Aturan-aturan berpuasa bermacam-macam, antara lain: Upawasa yang dilaksanakan dalam jangka panjang lebih dari sehari, dimana pada waktu siang tidak makan/minum apa pun. Yang dinamakan siang adalah sejak hilangnya bintang timur daerah timur sampai timbulnya bintang-bintang di sore hari; Upawasa jangka panjang antara 3-7 hari dengan hanya memakan nasi putih tiga kepel setiap enam jam; Upawasa jangka pendek selama 24 jam tidak makan/minum apa pun disertai dengan mona (tidak berbicara), dilaksanakan ketika Siwaratri dan sipeng (Nyepi); Upawasa total jangka pendek selama 24 jam dilaksanakan oleh para wiku setahun sekali untuk menebus dosa-dosa karena memakan sesuatu yang dilarang tanpa sengaja, puasa itu dinamakan *santapana* atau *kricchara*; Upawasa total jangka pendek selama 24 jam.¹¹

Menurut ajaran dalam agama Hindu puasa tidak hanya sekedar menahan haus dan lapar, tidak hanya untuk merasakan bagaimana menjadi orang miskin dan serba kekurangan, dan tidak saja untuk menghapus dosa dengan janji surga, melainkan untuk mengendalikan nafsu *indria*, mengendalikan keinginan. *Indria* haruslah berada di bawah kesempurnaan pikiran, dan pikiran berada dibawah kesadaran budhi. Jika *indria* seseorang terkendali, pikiran terkendali maka seseorang akan dekat dengan kesucian, dan dekat dengan Tuhan. Menurut agama Hindu juga banyak sekali jenis-jenis puasa antara lain; puasa wajib, puasa yang tidak wajib,

¹⁰ K.M. Suhardana, *Upawasa, Tapa, dan Brata* (Surabaya: Paramita, 2006), 134.

¹¹ Artikel di akses pada tanggal 2 september 2021 dari <http://id.wikihindu.org/wiki/Hindu>

puasa yang berkaitan dengan upacara tertentu, puasa dengan hal-hal tertentu.¹²

Pekon Srimenanti, Kecamatan Air Hitam, Kabupaten Lampung Barat ditetapkan sebagai kampung sadar kerukunan di Provinsi Lampung. Penetapan itu dilakukan melalui launching dan peresmian tugu kampung sadar kerukunan di Pekon Srimenanti yang dilakukan secara resmi oleh Bupati Lampung Barat Parosil Mabsus dan kepala kantor Wilayah Kementerian Agama Provinsi Lampung. Bupati Lampung Barat menyampaikan apresiasi khusus kepada Kepala Wilayah Kementerian Agama Provinsi Lampung Barat yang telah membentuk kampung sadar kerukunan di Pekon Srimenanti Kecamatan Air Hitam Lampung Barat. Upaya untuk menjaga kerukunan bukan hanya tugas kementerian agama atau tokoh agama saja tetapi tugas bersama semua pihak. Tidak ada yang boleh mengintervensi agama, suku, dan ras lain, yang harus dilakukan adalah bagaimana untuk menjaga kebersamaan dan persatuan. Pekon Srimenanti terdiri berbagai suku dan agama. Keberadaan umat Hindu di pekon ini juga telah banyak memberi kontribusi nyata. Keberadaannya telah memelopori pekon Srimenanti memiliki destinasi wisata kampung bali. Sementara itu, Kepala Kantor Wilayah Kementerian Agama Provinsi Lampung menyampaikan terbentuknya pekon sadar kerukunan ini berdasarkan keputusan Kepala Kantor Wilayah Kementerian Agama Provinsi Lampung Nomor 143 Tahun 2021 tentang penetapan pekon Srimenanti Kecamatan Air Hitam Kabupaten Lampung Barat sebagai desa sadar kerukunan. Penetapan dilakukan karena walaupun desa tersebut memiliki keberagaman agama, budaya, etnis, dan rumah ibadah yang berbeda namun dalam kehidupan masyarakat sehari-harinya tetap terjalin kerukunan yang penuh dengan damai.¹³ Desa Srimenanti yang telah dinobatkan sebagai desa kerukunan ini terdapat dua agama yakni Hindu dan Islam. Dimana penganut agama yang berbeda ini tercakup ke dalam satu pekon Srimenanti atau Desa kerukunan

¹²K.M. Suhardana, *Upawasa, Tapa, dan Brata* (Surabaya: Paramita, 2006, 6.

¹³<https://m.lampost.co/berita-pekon-srimenanti-lambar-ditetapkan-jadi-kampung-sadar-kerukunan.html>. Diakses pada 14 januari 2022 11:45.

satu-satunya yang ada di kecamatan Air Hitam Lampung Barat.

Dalam konteks ibadah puasa agama Hindu mempunyai keunikan baik dari segi pelaksanaan atau ritual yang dikerjakan. Umat Hindu juga memiliki tradisi dan keunikan melaksanakan ibadah puasa. Pada hari raya nyepi biasanya umat Hindu akan melakukan puasa selama satu hari penuh dan menyepi dengan tidak melaksanakan aktivitas kegiatan berdiam diri bersama keluarga tanpa penerangan cahaya atau disebut dengan catur brata penyepian untuk merefleksikan serta mendekatkan diri kepada Sang Pencipta. Dua hari sebelum melaksanakan upawasa nyepi umat Hindu akan melaksanakan sembahyang bersama-sama dan persembahan atau sesajian yang akan ikut dibawa. Pada hari raya Siwaratri di dalam sastra hindu yaitu lontar Lubdhaka disebutkan tentang pelaksanaan hari Siwaratri. Pelaksanaan hari Siwaratri diawali dengan pembersihan badan dengan cara mandi di pagi hari. Setelah melakukan persembahyangan pagi, kemudian dilanjutkan dengan melakukan puasa. Pada malam harinya dilakukan sambang samadhi yaitu tidak tidur semalam suntuk dengan cara menenangkan pikiran atau membaca kitab-kitab suci.¹⁴

Pada malam Siwaratri ini, setiap orang mendapatkan kesempatan untuk melebur perbuatan buruknya dengan jalan melakukan brata Siwaratri. Jadi sesungguhnya malam Siwaratri adalah malam peleburan dosa, yaitu dosa-dosa yang telah dilakukan selama hidupnya. Orang yang paling berdosa sekalipun mendapat kesempatan melebur dosanya pada malam Siwaratri. Adapun brata Siwaratri terdiri dari tiga macam pantangan yaitu: monabrata (tidak berbicara), upawasa (tidak makan dan tidak minum) dan jagra (tidak tidur).¹⁵

Dalam menjalankan ibadah puasa telah dijelaskan di atas bahwa puasa tidak hanya sekadar menahan rasa lapar dan dahaga. Namun di momen ini, umat yang berpuasa saling berlomba untuk memperbanyak amal ibadah demi mengejar pahala yang dilipat gandakan oleh Tuhan Yang Maha Esa. Meski begitu, masih banyak

¹⁴Niketut Trisnawati, "Pelaksanaan Puasa Siwaratri", *Wawancara*, October 29, 2021.

¹⁵<https://phdibanten.org/artikel-2/dewa-yadnya/hari-roya-siwaratri/> Diakses pada 14 januari 2022 22:05.

umat beragama yang belum menyadari dan memahami makna puasa itu, sehingga mereka belum dapat memaksimalkan kesempatan dengan sebaik-baiknya. Baik yang disadari maupun yang tidak, tak sedikit dari mereka yang kerap melakukan kesalahan saat menjalankan ibadah puasa, seperti; makan dan minum dengan bebas setelah batal puasa bahkan makan di tempat umum atau di depan orang yang sedang berpuasa. Sebuah kerugian yang sering ditemui di masyarakat. Kejadian-kejadian seperti ini sering diabaikan dan menganggap hal sepele padahal jika mengetahui makna puasa itu mereka akan lebih bersyukur dan lebih bertaqwa kepada sang pencipta Tuhan Yang Maha Esa.

Setelah melihat sekilas beberapa gambaran kerangka dalam puasa agama Hindu, maka dari itu penulis tertarik untuk lebih jauh dan ingin mengetahui makna ibadah puasa umat Hindu. Berangkat dari latar belakang inilah penulis bermaksud untuk membahas permasalahan ini dengan judul: “Makna Puasa Bagi Masyarakat Hindu Di Desa Srimenanti Kecamatan Air Hitam Kabupaten Lampung Barat”.

C. Fokus Penelitian dan sub-Fokus penelitian

1. Fokus penelitian
Berasaskan latar belakang masalah diatas, maka yang menjadi fokus dari penelitian ini ialah Makna Puasa Bagi Masyarakat Hindu Di Desa Srimenanti Kecamatan Air Hitam Kabupaten Lampung Barat, serta faktor apa saja yang mendukung dalam pelaksanaan dan ritual ibadah puasa umat Hindu.
2. Sub-fokus penelitian
Sub-fokus masalah penelitian itu kemudian akan dijabarkan menjadi satu sub fokus penelitian yang meliputi motivasi serta makna saat melaksanakan ibadah puasa bagi masyarakat Hindu.

D. Rumusan Masalah

Permasalahan skripsi ini dapat dirumuskan sebagai berikut :

1. Bagaimana pelaksanaan puasa pada penganut agama Hindu di Pekon Srimenanti Kecamatan Air Hitam Lampung Barat?
2. Bagaimana makna puasa bagi penganut agama Hindu di

Pekon Srimenanti Kecamatan Air Hitam Lampung Barat?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian adalah suatu hal yang ingin dicapai dalam sebuah penelitian.

Adapun tujuan dalam pelaksanaan penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui dan memahami bagaimana pelaksanaan puasa pada penganut agama Hindu di Pekon Srimenanti Kecamatan Air Hitam Lampung Barat?
2. Untuk mengetahui dan memahami bagaimana makna puasa pada penganut agama Hindu di Pekon Srimenanti Kecamatan Air Hitam Lampung Barat?

F. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian adalah kegunaan hasil penelitian nanti, baik bagi kepentingan pengembangan program maupun kepentingan ilmu pengetahuan. Secara spesifik, manfaat penelitian mencakup dua aspek, yaitu manfaat teoritis dan manfaat praktis.

1. Manfaat Teoritis
 - a. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman mendalam kepada masyarakat umum dan bagi para pembaca dari golongan akademisi ataupun non akademisi, guna menambah wawasan intelektual mereka.
 - b. Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan rujukan bagi Mahasiswa yang ingin meneliti mengenai puasa dari semua agama agama.
2. Manfaat Praktis
 - a. Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan bagi mahasiswa Studi Agama-Agama UIN Raden Intan Lampung terhadap makna puasa.
 - b. penelitian ini diharapkan bisa memberikan manfaat yang bisa dipraktikkan bagi pembaca guna memperluas wawasan mengenai agama-agama di

indonesia, dan menambah wawasan masyarakat terkait dengan makna puasa bagi masyarakat hindu.

G. kajian penelitian terdahulu yang relevan

Dalam suatu penelitian, diperlukan suatu dukungan dari hasil-hasil penelitian yang telah ada sebelumnya yang berkaitan dengan penelitian tersebut. Maka kemudian peneliti disini mengidentifikasi beberapa karya ilmiah yang memiliki relevansi dengan penelitian ini guna dijadikan sebagai bahan referensi dalam pembahasan penelitian ini. Dalam penelitian ini terdapat beberapa penelitian yang relevan dan telah dilakukan oleh beberapa peneliti dan digunakan sebagai kajian pendukung yang bertanggung jawab dengan judul penelitian yang akan diteliti oleh penulis.

1. Masdiana, Jurusan Studi Agama-Agama, Fakultas Ushuluddin Dan Filsafat Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh Darussalam-Banda Aceh, dengan judul Skripsi “Puasa Dalam Agama Islam dan Katolik” Skripsi ini dibuat pada tahun 2017. Dalam skripsi ini dijelaskan bagaimana konsep puasa dari kedua agama tersebut serta melihat persamaan dan perbedaan puasa dalam Islam dan Katolik. Dengan menggunakan pendekatan kualitatif melalui proses penelitian dengan kajian perpustakaan (*library research*), menggunakan metode deskriptif, metode content dan metode komparatif, yang bersumber dari data primer dan sekunder yang terkait dengan puasa dalam agama Islam dan Katolik.
2. Tira Maulidawati, Jurusan Studi Agama-Agama, Fakultas Ushuluddin Dan Humaniora Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin. Skripsi ini dibuat pada tahun 2017. Dengan judul “Puasa Siwaratri Pada Agama Hindu Di Banjarmasin”. Dalam skripsi ini dijelaskan bagaimana makna puasa dalam agama Hindu. Dalam skripsi ini juga dijelaskan bagaimana umat Hindu menjalankan ibadah puasa siwaratri serta menjelaskan bagaimana pelaksanaan tata cara dan manfaat yang terkandung dalam ritual puasa siwaratri tersebut.

3. Ramadani, Jurusan Perbandingan Agama, Fakultas Ushuluddin dan Filsafat Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta. Skripsi ini dibuat pada tahun 2008 dengan judul “Makna Puasa di Kalangan Narapidana Muslim dan Kristen (Studi Kasus di Lembaga Pemasyarakatan Tangerang).” Di dalam skripsi ini dijelaskan bagaimana manfaat puasa serta pemahaman dan aktivitas ibadah puasa dikalangan Narapidana LP Tangerang.

Adapun hal yang membedakan penelitian ini dari kajian terdahulu di atas adalah bagaimana menempatkan ibadah puasa ini sebagai ibadah yang istimewa. Sebab banyak makna dan hikmah mendalam yang terkandung di dalamnya, sebagian orang awam hanya memandang puasa sebagai aktivitas yang melemahkan diri sehingga mengurangi produktivitas. Padahal, puasa adalah kebutuhan manusia yang istimewa serta membawa manfaat bagi orang yang menjalankannya secara fisik dan rohani. Penelitian terdahulu menjelaskan bagaimana konsep puasa serta pelaksanaan ibadah puasa pada agama yang diteliti, menjelaskan pemahaman dan aktivitas puasa dikalangan tertentu dan tempat tertentu. Berbeda dengan penelitian ini adalah dimana peneliti lebih menjelaskan bagaimana makna ibadah puasa itu di masyarakat khususnya penganut agama Hindu di pekon Srimenanti Kecamatan Air Hitam Lampung Barat. Peneliti mengkaji apa yang menjadi faktor pendorong di masyarakat untuk melaksanakan ibadah puasa dengan pemahaman dan pemaknaan yang tepat, dengan menggunakan teori-teori motivasi keberagamaan dan dimensi keberagamaan. Dapat dikatakan penelitian ini akan meneruskan dari penelitian terdahulu, dan lebih menjelaskan bagaimana pengalaman keagamaan ibadah puasa pada umat beragama khususnya Hindu yang ada di Pekon Srimenanti Kecamatan Air Hitam Lampung barat. Penelitian ini merupakan penelitian lapangan (*field research*), sesuai dengan jenis penelitian maka teknik yang penulis lakukan adalah dengan cara observasi dan wawancara terhadap responden dan informan yang telah ditentukan.

H. Metode Penelitian

Untuk dapat memahami dan memudahkan pembahasan masalah yang sudah dirumuskan, serta untuk mencapai tujuan penelitian ini, maka perlu adanya metode penelitian yang cocok dan sesuai untuk menyimpulkan. Agar penelitian ini berjalan, data-data yang lengkap dan tepat maka diperlukan metode-metode sebagai berikut:

1. Pendekatan dan Prosedur Penelitian

Pendekatan penelitian keseluruhan cara atau kegiatan dalam suatu penelitian yang dimulai dari perumusan masalah sampai membuat suatu kesimpulan. Pendekatan penelitian terdapat dua macam yakni, pendekatan kualitatif dan pendekatan kuantitatif. Perbedaan pendekatan keduanya terletak pada data yang disajikan. Dalam pendekatan kuantitatif data yang disajikan berupa angka sedangkan kualitatif data yang disajikan berupa pernyataan. Penelitian kualitatif biasanya juga disebut sebagai pendekatan investigasi, karena data yang dikumpulkan dengan cara bertatap muka langsung dan berinteraksi ditempat penelitian.

Berdasarkan uraian diatas, peneliti menggunakan pendekatan kualitatif karena semua sumber data dapat diperoleh melalui investigasi dengan bertatap muka dan berinteraksi dengan orang-orang di tempat penelitian. Fokus penelitian dalam hal ini peneliti menggunakan pendekatan fenomenologi untuk melihat fenomena Makna Puasa Agama Hindu di desa Srimenanti Kecamatan Air Hitam Lampung Barat. Fenomenologi diambil peneliti dalam pendekatan kualitatif. Penelitian fenomenologi pada hakikatnya mencari jawaban tentang makna dari suatu fenomena. Alasan peneliti menggunakan pendekatan fenomenologi berupaya untuk memudahkan peneliti dalam mengungkapkan makna terkait puasa yang sebenarnya terjadi di masyarakat, yang peneliti lakukan adalah melihat dan mendengar lebih dekat secara terperinci penjelasan dan pemahaman individual tentang pengalaman-pengalaman religiusitas terkait makna upawasa atau tapa brata yang biasa dilaksanakan oleh masyarakat khususnya di desa Srimenanti Kecamatan Air Hitam Kabupaten Lampung Barat.

Menurut Watt dan Berg, fenomenologi tidak tertarik mengkaji tentang aspek-aspek kausalitas dalam suatu peristiwa, tetapi berupaya memahami tentang bagaimana orang melakukan suatu pengalaman beserta makna pengalaman itu bagi dirinya¹⁶. Karena pendekatan fenomenologi yang digunakan dalam penelitian ini, maka subjek yang diteliti adalah orang-orang yang mengalami secara langsung kejadian atau fenomena yang terjadi. Bukan individu yang hanya mengetahui suatu fenomena secara tidak langsung melalui lingkungan atau media. Penelitian ini juga menggunakan pendekatan psikologi yang bertujuan untuk melihat keadaan manusia dalam hubungannya dengan agama, baik pengaruh maupun akibat. Lebih lanjut, bahwa pendekatan psikologi bertujuan untuk menjelaskan apa yang menjadi motivasi masyarakat dalam melaksanakan ajaran agamanya, dan bagaimana dimensi-dimensi keagamaan itu tersirat pada diri masyarakat. Dalam hal ini bagaimana umat beragama memaknai dan menjalankan spiritual. Penelitian ini bila dilihat dari tempatnya termasuk jenis penelitian lapangan atau *field Research*, sebagaimana yang dikemukakan oleh Pollit dan Hungler penelitian lapangan adalah suatu penelitian yang menggunakan analisis mendalam, yang dilakukan secara langsung dan diteliti terhadap seseorang individu, keluarga, lembaga atau unit sosial lain. Data yang di peroleh melalui observasi dan wawancara bukan dilakukan di perpustakaan.¹⁷

2. Jenis dan Sifat Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam skripsi ini ialah kualitatif, bahwa penelitian kualitatif ialah satu diantara prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa ucapan atau tulisan atau perilaku orang-orang yang dapat diamati. Pendekatan kualitatif diharapkan mampu menghasilkan paparan yang dapat diamati dari suatu individu, kelompok, masyarakat

¹⁶ Farid Hamid, "Pendekatan Fenomenologi (Suatu Ranah Penelitian Kualitatif)", artikel ilmiah. 2010, 5.

¹⁷Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik* (Jakarta: Rineke Cipta, 2000), 15.

atau organisasi tertentu dalam suatu keadaan konteks tertentu yang dikaji dari sudut pandang yang utuh, komperhensif dan holistic.¹⁸

3. Tempat penelitian

Tempat penelitian ini akan dilaksanakan di Desa Srimenanti Kecamatan Air Hitam, Kabupaten Lampung Barat.

4. Sumber Data

Data yang digunakan dalam penelitian ini ada dua macam yaitu data primer dan sekunder.

a. Data Primer

Data primer adalah data yang dianggap sebagai data utama dalam penelitian ini. Sumber data primer diambil dari interview dengan masyarakat Hindu di Desa Srimenanti Kecamatan Air Hitam Lampung Barat sebagai sumber utama dalam mencari data yang diperlukan oleh peneliti.

b. Data Sekunder

Data sekunder adalah pelengkap yang berfungsi untuk melengkapi data primer, data ini diambil dari dokumen keadaan daerah penelitian serta buku-buku literatur yang berkenaan dengan masalah yang akan peneliti kaji.

Kedua sumber data tersebut dipergunakan dengan saling melengkapi, karena dengan data yang ada di lapangan tidak akan sempurna jika tidak ditunjang dengan data tersebut. Dengan menggunakan kedua sumber data tersebut maka data yang terhimpun dapat memberikan validitas dan dapat dipertanggung jawabkan.

5. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam

¹⁸Lexy J, Moleong. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya:2017), 14.

penelitian ini ialah teknik penelitian lapangan (*Field Reserch*) yang mana penulis membutuhkan penelitian langsung kelapangan. Sedangkan dalam penelitian ini bersifat deskriptif kualitatif yang menjelaskan maksud dari sumber data yang diperoleh. Oleh Sebab itu, peneliti dalam proses pengumpulan data harus memilih dan menerapkan teknik pengumpulan data yang terkandung dalam natural setting itu secara komprehensif, sehingga harus dipilih dan diterapkan teknik penelitian yang relevan dengan objek materialnya. Pengumpulan data pada penelitian ini antar lain dengan observasi, *interview* (wawancara) dan dokumentasi. Adapun penjabaran dari ketiga teknik itu antara lain: ¹⁹

a. Observasi

Observasi adalah pengamatan secara sistematis terhadap fenomena yang diteliti.²⁰ Dalam hal ini, peneliti yang mengamati dan mencatat terkait Makna Puasa Bagi Masyarakat Hindu di Desa Srimenanti Kecamatan Air Hitam Lampung Barat. Dalam penelitian ini menggunakan observasi non partisipan hanya sebatas melakukan pengamatan dan pencatatan.

b. Wawancara

Dalam pandangan Esterberg, wawancara ialah “pertemuan dua orang untuk bertukar informasi dan ide melalui Tanya jawab, sehingga dapat di konstruksikan makna dalam suatu topik tertentu. Pedoman wawancara hanya digunakan untuk menentukan garis-garis besar dalam permasalahan yang akan diteliti”.²¹ Narasumber dalam penelitian ini ialah masyarakat Hindu dari semua aspek. Peneliti melakukan wawancara kepada seluruh elemen

¹⁹Nana Syaodih Sukmadinata. *Metode Penelitian Pendidikan*. (Bandung: Remaja Rosdakarya,2017), 60.

²⁰Joko Subagio, *Metode Penelitian Dalam Teori Dan Praktik* (Jakarta: Rineke Cipta,2001), 20.

²¹Asep kurniawan. *Metodologi Penelitian Pendidikan*. (PT Remaja Rosdakarya : bandung, 2018), 179.

masyarakat Hindu untuk memperoleh data berupa informasi mengenai bagaimana pelaksanaan serta makna ibadah puasa bagi masyarakat Hindu di Desa Srimenanti Kecamatan Air Hitam Kabupaten Lampung Barat. Dalam hal ini peneliti melakukan wawancara dengan beberapa masyarakat Hindu yang dipilih oleh peneliti untuk menjadi narasumber karena menurut peneliti masyarakat penduduk asli Hindu yang melaksanakan ibadah tapa brata atau upawasa dan dapat dijadikan sebagai acuan dan sumber terpercaya terkait konsep upawasa umat Hindu dengan berbagai elemen masyarakat terkait penelitian ini. *Pertama*, juru sapuh pure dalem (Bapak Nyoman Sukarase). *Kedua*, juru mangku puseh (Bapak Made Suratman). *Ketiga*, ketua adat (Bapak Wayan Darmawan). *Keempat*, pemangku III Sumber Rejeki (Wayan Mustika). *Kelima*, ibu rumah tangga (Ketut Sari). *Keenam*, ibu rumah tangga (Nyoman Sriani). *Ketujuh*, ibu rumah tangga (Nyoman Tri Ayu). *Kedelapan*, masyarakat petani Hindu (Ketut Birawan). *Kesembilan*, mahasiswa (Niketut Trisnawati).

c. Dokumentasi

Dokumentasi ialah teknik pengumpulan data kualitatif yang dilakukan peneliti dengan cara menganalisis atau melihat dokumen yang ada, untuk mendapatkan gambaran dari sudut pandang subjek. Dalam pandangan Sugiyono dokumen ialah catatan peristiwa yang sudah berlaku. Dokumen bisa berbentuk tulisan, gambar, ataupun karya-karya monumental dari seseorang.²² Pada saat penelitian dokumentasi yang peneliti ambil berupa foto, rekaman suara, dan dokumentasi yang terkait dengan kondisi obyektif di Desa Srimenanti Kecamatan Air Hitam Kabupaten Lampung Barat. Seperti sejarah singkat, visi dan misi, demografi dll.

6. Instrumen penelitian

Instrumen penelitian ialah ‘pedoman tertulis mengenai

²²Ibid, 150.

wawancara, atau pengamatan, atau daftar pertanyaan, yang dipersiapkan untuk mendapatkan informasi”. Dalam pandangan Ardianto instrument pengumpulan data ini pada dasarnya tidak terlepas dari pengumpulan data yang digunakan untuk mengukur data yang akan di kumpulkan. Sedangkan Nasution mengungkapkan instrumen penelitian yang utama dalam penelitian kualitatif ialah manusia di karnakan segala sesuatunya belum mempunyai bentuk yang pasti. Fokus penelitian, prosedur dan hipotesis tidak dapat ditentukan secara pasti dan jelas sebelumnya, sehingga perlu dikembangkan sepanjang penelitian.²³ Dalam penelitian ini instrumen yang digunakan oleh peneliti ialah observasi dan wawancara. Agar pada saat melakukan penelitian lebih terarah sehingga mudah untuk diolah, lembar observasi berisikan item-item dari ibadah puasa, sedangkan lembar wawancara berisikan pertanyaan mengenai pelaksanaan serta makna puasa dalam masyarakat Hindu.

7. Teknik Analisis data

Menurut Bogdan, analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh serta mengorganisasikan catatan dari observasi, wawancara, dan lain-lain untuk menambah pemahaman peneliti mengenai kasus yang diteliti dan menyajikan sebagai temuan untuk orang lain.²⁴

a. Reduksi data

Reduksi data yakni proses menyederhanakan atau meringkas data yang didapat dari catatan tertulis di lapangan dan wawancara. Proses ini berlanjut selama penelitian, sebelum data benar benar di kumpulkan, sehingga mempermudah penulis untuk mengumpulkan data dan data yang di reduksi akan memberikan gambaran yang lebih jelas kepada penulis.

b. Penyajian Data

Penyajian data ialah kegiatan menyusun sekumpulan

²³Ibid, 183

²⁴Zuchri Abdussamad, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Makasar: Syakir Media Press, 2021), 142.

informasi. Sehingga memberikan kemungkinan untuk adanya penarikan kesimpulan dana dan pengambilan tindakan. menggabungkan informasi yang tersusun dalam suatu bentuk yang padu dan mudah diraih, sehingga memudahkan untuk melihat apa yang sedang terjadi, apakah kesimpulan sudah tepat atau sebaliknya yakni melakukan analisis kembali, bentuk penyajian data kualitatif itu berupa teks naratif berbentuk catatan lapangan, matriks, grafik, jaringan dan bagan.²⁵ Maksudnya yakni sesudah memilih data yang relevan, maka data itu oleh peneliti di display atau diuraikan secara lebih rinci sehingga menjadi informasi yang mempunyai makna tertentu. Jadi sesudah data direduksi terkait dengan makna ibadah puasa dalam masyarakat Hindu diperoleh melalui observasi, wawancara dan dokumentasi lalu peneliti sajikan data penelitian itu dalam bentuk data deskriptif.

c. Kesimpulan Verifikasi

Verifikasi data merupakan kesimpulan awal yang dikemukakan masih bersifat sementara dan akan berubah bila ditemukan bukti-bukti yang lebih akurat yang mendukung pada tahap pengumpulan data berikutnya.²⁶ Kesimpulan ialah dari analisis data, peneliti menarik kesimpulan dari data-data yang di peroleh melalui observasi, wawancara, dan juga dokumentasi/ fakta konkret di lapangan dan dianalisa secara induktif baru kemudian data disajikan, lalu disimpulkan dan diverifikasi.

I. Sistematika Pembahasan

Untuk mempermudah membaca dan memahami proposal ini, maka penulis memberikan sistematika pembahasan secara garis besar. Untuk lebih lengkapnya mulai bagian awal hingga bagian akhir dipaparkan sebagai berikut.

²⁵Ahmad Rijali, "Analisis Data Kualitatif". *Jurnal Alhadharah*, Vol. 17 No. 33, Januari-Juni 2018, 94. <http://dx.doi.org/10.18592/alhadharah.v17i33.2374>

²⁶Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2017), 247.

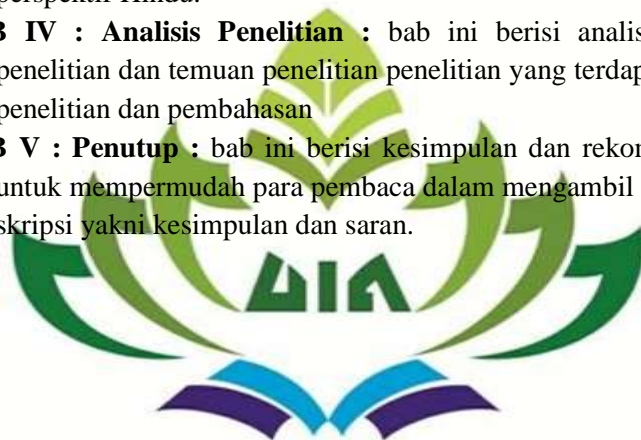
BAB I : Pendahuluan : bab ini berisi penegasan judul, latar belakang masalah, identifikasi dan batasan masalah, focus dan subfokus penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, kajian penelitian terdahulu yang relevan, metode penelitian dan sistematika penelitian.

BAB II: Landasan Teori : bab ini mencakup hal hal yang berkaitan dengan teori yang berisi mengenai Makna Puasa Dalam Masyarakat Hindu di Desa Srimenanti Kecamatan Air Hitam Kabupaten Lampung Barat.

BAB III : Deskripsi Objek Penelitian : bab ini berfungsi untuk menjelaskan mengenai gambaran umum objek penelitian yang berisi sejarah singkat desa Srimenanti Kecamatan Air Hitam Kabupaten Lampung Barat, serta menjelaskan puasa dalam perspektif Hindu.

BAB IV : Analisis Penelitian : bab ini berisi analisis data penelitian dan temuan penelitian yang terdapat hasil penelitian dan pembahasan

BAB V : Penutup : bab ini berisi kesimpulan dan rekomendasi untuk mempermudah para pembaca dalam mengambil instansi skripsi yakni kesimpulan dan saran.



BAB II AGAMA DAN PUASA

A. Agama

1. Pengertian Agama

Banyak ahli menyebutkan agama berasal dari bahasa Sansakerta, yaitu “a” yang berarti tidak dan “gama” yang berarti kacau. Maka agama berarti tidak kacau (teratur). Dengan demikian agama itu adalah peraturan, yaitu peraturan yang mengatur keadaan manusia, maupun mengenai sesuatu yang gaib, mengenai budi pekerti dan pergaulan hidup bersama.²⁷

Menurut Daradjat (2005) agama adalah proses hubungan manusia yang dirasakan terhadap sesuatu yang diyakininya, bahwa sesuatu lebih tinggi dari pada manusia. Sedangkan Glock dan Stark mendefinisikan agama sebagai sistem simbol, sistem keyakinan, sistem nilai, dan system perilaku yang terlembaga, yang kesemuanya terpusat pada persoalan-persoalan yang dihayati sebagai yang paling maknawi (*ultimate Mean Hipotetiking*).²⁸

Clifford Geertz mengistilahkan agama sebagai (1) sebuah system simbol-simbol yang berlaku untuk (2) menetapkan suasana hati dan motivasi-motivasi yang kuat, yang meresapi dan yang tahan lama dalam diri manusia dengan (3) merumuskan konsep-konsep mengenai suatu tatanan umum eksistensi dan (4) membungkus konsep-konsep ini dengan semacam pancaran faktualitas, sehingga (5) suasana hati dan motivasi-motivasi itu tampak realistis.²⁹

Agama disebut Hadikusuma dalam Bustanuddin Agus sebagai ajaran yang diturunkan oleh Tuhan untuk petunjuk bagi umat dalam menjalani kehidupannya.³⁰ Ada juga yang

²⁷Faisal Ismail. *Paradigma Kebudayaan Islam: Studi Kritis dan Refleksi Historis*, (Jogjakarta: Titian Ilahi Press: 1997), 28.

²⁸Daradjat, Zakiyah. *Ilmu Jiwa Agama*, (Jakarta: Bulan Bintang. 2005), 10.

²⁹Clifford Greertz. *Kebudayaan dan Agama*, (Jogjakarta: Kanisius. 1992), 5.

³⁰Bustanuddin Agus. *Agama dalam Kehidupan Manusia: Pengantar Antropologi Agama*. (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2006), 33.

menyebut agama sebagai suatu ciri kehidupan sosial manusia yang universal dalam arti bahwa semua masyarakat mempunyai cara-cara berpikir dan pola-pola perilaku yang memenuhi untuk disebut “agama” yang terdiri dari tipe-tipe simbol, citra, kepercayaan dan nilai-nilai spesifik dengan makhluk manusia menginterpretasikan eksistensi mereka yang di dalamnya juga mengandung komponen ritual.³¹

Ada beberapa istilah lain dari agama, antara lain *religi*, *religion* (Inggris), *religie* (Belanda) *religio/relegare* (Latin) dan *dien* (Arab). Kata *religion* (Bahasa Inggris) dan *religie* (Bahasa Belanda) adalah berasal dari bahasa induk dari kedua bahasa tersebut, yaitu bahasa Latin “*religio*” dari akar kata “*relegare*” yang berarti mengikat.³² Menurut Cicero, *relegare* berarti melakukan sesuatu perbuatan dengan penuh penderitaan, yakni jenis laku peribadatan yang dikerjakan berulang-ulang dan tetap. Lactancius mengartikan kata *relegare* sebagai mengikat menjadi satu dalam persatuan bersama. Dalam Bahasa Arab, agama dikenal dengan kata *al-din* dan *al-milah*. Kata *al-din* sendiri mengandung berbagai arti. Ia bisa berarti *al-mulk* (kerajaan), *al-khidmat* (pelayanan), *al-izz* (kejayaan), *al-dzull* (kehinaan), *al-ikrah* (pemaksaan), *al-ihسان* (kebajikan), *al-adat* (kebiasaan), *al-ibadat* (pengabdian), *al-qahr wa al-sulthan* (kekuasaan dan pemerintahan), *al-tadzallulwa al-khudu* (tunduk dan patuh), *al-tha’at* (taat), *al-Islam al-tauhid* (penyerahan dan mengesakan Tuhan).³³ Dari istilah agama inilah kemudian muncul apa yang dinamakan religiusitas. Glock dan Stark merumuskan religiusitas sebagai komitmen religius (yang berhubungan dengan agama atau keyakinan iman), yang dapat dilihat melalui aktivitas atau perilaku individu yang bersangkutan dengan agama atau keyakinan iman yang dianut. Religiusitas seringkali

³¹Ishomuddin. *Pengantar Sosiologi Agama*. (Jakarta: Ghalia Indonesia. 2002), 29.

³²Dadang Kahmad. *Sosiologi Agama*. (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya. 2002), 13.

³³Ibid, 15.

diidentikkan dengan keberagamaan. Religiusitas diartikan sebagai seberapa jauh pengetahuan, seberapa kokoh keyakinan, seberapa pelaksanaan ibadah dan kaidah dan seberapa dalam penghayatan atas agama yang dianutnya.³⁴

2. Macam-macam Agama di Indonesia

Agama dan kepercayaan di Indonesia meniscayakan ruang ekspresi keberagamaan yang setara, non diskriminatif, dan tanpa kekerasan. Karena itu, negara melalui konstitusinya menjamin setiap penduduk untuk memeluk agama dan beribadat sesuai dengan agama dan kepercayaannya masing-masing. Bangsa Indonesia adalah bangsa majemuk, salah satu sisi kemajemukannya bangsa Indonesia adalah adanya keragaman agama yang dipeluk dan kepercayaan yang diyakini oleh penduduknya. Dengan kata lain agama dan kepercayaan yang hidup dan berkembang di Indonesia tidaklah tunggal namun beragam. Ada agama-agama besar seperti Islam, Katolik, Protestan, Hindu, Buddha, dan Konghuchu.³⁵

Agama-agama ini dipeluk dan ajaran-ajarannya dijalankan oleh para pemeluknya di Indonesia. Di samping agama-agama tersebut, ada juga agama yang telah lebih dulu ada di Nusantara sebelum agama-agama Hindu, Buddha, Islam, Kristen Katolik, Kristen Protestan, dan agama lainnya itu berkembang di Indonesia, agama yang lebih dulu ada itu biasanya disebut dengan agama asli atau kepercayaan asli Nusantara. Di antara agama atau kepercayaan asli Nusantara itu adalah *Sunda Wiwitan* yang dipeluk oleh masyarakat Sunda di Kanekes, Lebak Banten. *Sunda Wiwitan* aliran *Madrais*, juga dikenal sebagai agama *Cigugur* dan ada beberapa penamaan lain, Kuningan Jawa Barat, ada juga agama *Buhun* di Jawa Barat, *Kejawen* di Jawa Tengah dan Jawa Timur, agama *Parmalim*, yakni agama asli Batak di

³⁴Fuad Nashori dan Rachmi Diana Mucharam. *Mengembangkan Kreativitas Dalam Perspektif Psikologi Islam*, (Jogjakarta: Menara Kudus, 2002), 71.

³⁵M. Zainuddin. *Pluralisme Agama: Pergaulan Dialogis Islam-Kristen di Indonesia*. (Malang: UIN-Maliki Press, 2010), 1.

Sumatera Utara, agama *Kaharingan* di Kalimantan, kepercayaan *Tonaas* walian di Minahasa, Sulawesi Utara, *Tolottang* di Sulawesi Selatan, *Wetu Telu* di Lombok, *Naurus* di Pulau Seram, Maluku. Agama-agama asli Nusantara ini didegradasi sebagai animisme, penyembah berhala atau hanya dipandang sebagai aliran kepercayaan.³⁶

Setiap Agama secara umum pada hakikatnya mengajarkan nilai-nilai yang melahirkan norma atau aturan tingkah laku para pemeluknya, menjadi panduan moralitas manusia, yang mana dengan panduan ini manusia akan menemukan nilai-nilai kemanusiaanya. Kesadaran beragama akan membangkitkan tentang betapa pentingnya dan bernilainya kehadiran manusia lain, yang mungkin memiliki perbedaan dan keunikan tersendiri.³⁷

Indonesia sendiri adalah Negara yang menggunakan Undang-Undang sebagai dasar untuk mengatur keanekaragaman penduduknya, dari mulai suku, bahasa, dan budaya bahkan kepercayaan agama. Istilah agama digunakan untuk menyebut agama yang diakui oleh Negara yaitu mayoritas dianut atau dipeluk sebagai agama penduduk Indonesia, yaitu meliputi: Islam, Katolik, Protestan, Hindu, Budha, dan Konghuchu. Sedangkan semua system keyakinan yang tidak atau selain keenam agama tersebut secara resmi hanya disebut “religi” atau kepercayaan.

Menurut penetapan Presiden (Panpres) No.1/PNPS/1965 Junto UU No.5/1969 tentang “pencegahan penyalahan dan penodaan agama” dalam penjelasannya pasal demi pasal dijelaskan bahwa: agama-agama yang dianut oleh sebagian besar penduduk Indonesia adalah Islam, Katolik, Protestan, Hindu, Budha, dan Konghuchu. Meskipun demikian bukan berarti agama-agama dan kepercayaan lain tidak boleh tumbuh dan berkembang di Indonesia, bahkan pemerintah berkewajiban mendorong dan membantu perkembangan

³⁶K.M. Suhardana, *Panca Sraddha: Lima Keyakinan Umat Hindu* (Surabaya: Paramita, 2009), 9-10.

³⁷Nur Achmad. *Pluralitas Agama: kerukunan dalam keagamaan.* (Jakarta: Kompas, 2002), 22.

agama-agama tersebut, karena Negara Indonesia menjamin kebebasan beragama, yaitu di dalam pasal 29 ayat (2) Undang-Undang Dasar 1945, yang mana mereka dibiarkan adanya asal tidak melanggar ketentuan-ketentuan yang terdapat dalam peraturan ini (Panpres No.1 /PNPS/1965 Junto UU No.5/1969) atau peraturan perundangan lainnya.³⁸

3. Dimensi-dimensi Keberagamaan

Kata dimensi dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) diartikan sebagai ukuran (panjang, lebar, tinggi, dan sebagainya). Dimensi juga menurut Suroso, berarti sisi.³⁹ Sedangkan keberagamaan adalah *religiusitas* yang menunjuk pada tingkat keterikatan individu terhadap agamanya. Hal ini menunjukkan bahwa individu telah mengahayati dan menginternalisasi ajaran agamanya sehingga berpengaruh dalam segala tindakan dan pandangan hidupnya.⁴⁰

Jadi, dapat disimpulkan bahwa dimensi keberagamaan adalah seluruh aspek atau sisi kehidupan manusia yang dalam menjalani kehidupannya didasarkan pada aturan-aturan atau nash dalam sebuah agama, yang berfungsi untuk mengikat dan mengutuhkannya diri seseorang atau kelompok orang dalam hubungannya terhadap Tuhan, semua manusia serta alam sekitarnya.

Adapun pembagian dimensi-dimensi religiusitas, menurut Glock dan Stark terdiri dari lima dimensi keberagamaan, yaitu:

a. *Religious Belief (The Ideological Dimension)*

Religious belief (the ideological dimension) atau disebut juga dimensi keyakinan adalah tingkatan sejauh mana seseorang menerima hal-hal yang dogmatik dalam agamanya, misalnya kepercayaan kepada Tuhan,

³⁸Muslich, dan Qohar Adnan. *Nilai Universal Agama-agama Di Indonesia*. (Yogyakarta: Kaukaba Dipantara, 2013), 35.

³⁹Djamaludin Ancok Fuat Nashori Suroso. *Psikologi Islami*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1994), 76.

⁴⁰M. Nur Gufron & Rini Risnawinta S. *Teori-teori Psikoogi*, (Yogyakarta: Arr-Ruzz Media, 2011), 167.

malaikat, surga dan neraka. Meskipun harus diakui setiap agama tentu memiliki seperangkat kepercayaan yang secara doktriner berbeda dengan agama lainnya, bahkan untuk agamanya saja terkadang muncul paham yang berbeda dan tidak jarang berlawanan. Pada dasarnya setiap agama juga menginginkan adanya unsur ketaatan bagi setiap pengikutnya. Adapun dalam agama yang dianut oleh seseorang, makna yang terpenting adalah kemauan untuk mematuhi aturan yang berlaku dalam ajaran agama yang dianutnya. Jadi dimensi keyakinan lebih bersifat doktriner yang harus ditaati oleh penganut agama. Dimensi keyakinan dalam agama meliputi keyakinan dalam hati tentang Tuhan yang wajib disembah dengan perbuatan baik atau amal saleh.⁴¹

b. *Religious Practice (The Ritual Dimension)*

Religious practice (the ritual dimension) yaitu tingkatan sejauh mana seseorang mengerjakan kewajiban-kewajiban ritual dalam agamanya. Unsur yang ada dalam dimensi ini mencakup pemujaan, kultur serta hal-hal yang lebih menunjukkan komitmen seseorang dalam agama yang dianutnya. Wujud dari dimensi ini adalah perilaku masyarakat pengikut agama tertentu dalam menjalankan ritus-ritus yang berkaitan dengan agama. Dimensi praktek dalam agama Hindu dapat dilakukan dengan menjalankan ibadah sembahyang, puasa, upacara ataupun praktik keagamaan lainnya. Praktik-praktik keagamaan terdiri atas dua kelas penting, yaitu ritual dan ketaatan.⁴²

1) Ritual

Ritual adalah teknik (cara, metode, praktik) membuat suatu adat kebiasaan menjadi suci (*sanctify the costum*). Menurut Riaz Hasan dalam Al-Ayubi, ritual merupakan bagian integral dari agama formal.

⁴¹Abuddin Nata. *Metodologi Studi Islam*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2013), 84-85.

⁴²M.A. Subandi. *Psikologi Agama & Kesehatan Mental*, (Yogtakarta: Pustaka Pelajar, 2013), 89.

Ia mencakup praktik-praktik keagamaan termasuk ibadah dan hal-hal yang dilakukan manusia dalam melaksanakan perintah agamanya.⁴³

2) Ketaatan

Syaikhul Islam sebagaimana dikutip dari Al-Qaradhawi mengatakan di dalam risalahnya tentang “*Al-Ubudiyah*”, ”Agama itu mencakup makna ketundukan dan kerendahan diri. Dikatakan: *dintuhu fa dana*, maksudnya aku membuatnya merendahkan diri, maka dia pun merendahkan dirinya. Dikatakan: *Yadinullah wa yadinu lillah*, maksudnya menyembah, mentaati dan tunduk kepada Allah. Maka, *dinullah* (agama Allah) berarti menyembah, taat, dan tunduk kepadaNya.⁴⁴

Ini berarti bahwa di dalam agama, ritual dan ketaatan merupakan satu kesatuan yang tidak bisa dipisahkan antara satu dengan yang lainnya. Sebagai bentuk penghambaan seseorang terhadap Tuhannya maka hendaknya ritual dan ketaatan harus beriringan.

c. *Religious Feeling (The Experiential Dimension)*

Religious Feeling (The Experiential Dimension) atau bisa disebut dimensi pengalaman, adalah perasaan-perasaan atau pengalaman yang pernah dialami dan dirasakan. Menurut Robert C. Monk, dalam Jalaludin, mengatakan bahwa pengalaman agama yang dimiliki umumnya selalu menekankan pada pendekatan keagamaan bersifat pribadi, hal ini senantiasa mendorong seseorang untuk mengembangkan dan menegaskan keyakinannya itu dalam sikap, tingkah laku, dan praktik-praktik keagamaan yang dianutnya.⁴⁵ Dimensi

⁴³Sholahudin Al-Ayubi, *Agama & Budaya*. (Banten: FUUD Press, 2009), 40-41.

⁴⁴Yusuf Al-Qaradhawi, *Ibadah Dalam Islam* (Jakarta: Akbar, 2005), 32.

⁴⁵Jalaludin, *Psikologi Agama*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2015), 229.

pengalaman agama juga, biasanya berkaitan dengan pengalaman keagamaan seseorang, dan sensasi-sensasi yang dialami seseorang dalam hubungan dengan Tuhan. Misalnya, merasa dekat dengan Tuhan, merasa takut berbuat dosa atau merasa do'a yang dikabulkan, diselamatkan Tuhan dan sebagainya.

d. *Religious Knowledge (The Intellectual Dimension)*

Religious Knowledge (The Intellectual Dimension) atau dimensi pengetahuan agama adalah dimensi yang menerangkan seberapa jauh seseorang mengetahui tentang ajaran-ajaran agamanya, terutama yang ada di dalam kitab suci maupun yang lainnya. paling tidak seseorang yang beragama harus mengetahui hal-hal pokok mengenai dasar-dasar keyakinan, ritus-ritus, kitab suci dan tradisi. Dimensi ini dalam agama menunjuk kepada seberapa tingkat pengetahuan dan pemahaman umat terhadap ajaran-ajaran agamanya terutama mengenai ajaran pokok agamanya, sebagaimana yang termuat di dalam kitab sucinya.⁴⁶

e. *Religious Effect (The Consequential Dimension)*

Religious effect (the consequential dimension) yaitu dimensi yang mengukur sejauh mana perilaku seseorang dimotivasi oleh ajaran-ajaran agamanya dalam kehidupan sosial, misalnya apakah ia mengunjungi tetangganya sakit, menolong orang yang kesulitan, mendermakan hartanya, dan sebagainya.⁴⁷

2. Motivasi Keberagamaan

Tuhan telah menciptakan manusia sebagai makhluk yang memiliki kesempurnaan secara paripurna dibanding makhluk ciptaan Tuhan lainnya. Hanya manusialah yang dibekali oleh akal pikiran dan hawa nafsu secara sekaligus, manusia juga diberikan amanat oleh Tuhan untuk menjadi pemimpin dan

⁴⁶Ahmad Munir, *Teologi Dinamis*. (Yogyakarta: STAIN Po Press, 2010), 97.

⁴⁷Djamaludin Ancok Fuat Nashori Suroso. *Psikologi Islami*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1994), 78.

perawat bumi tempat tinggal manusia. Sebagai konsekuensi dari kesempurnaan penciptaannya, manusia juga dilahirkan dalam keadaan fitrah dan memiliki insting untuk beragama, namun dikemudian orang tuanyalah yang menjadikan manusia tersebut Majusi, Nasrani atau pun Islam, hal ini juga sesuai dengan hadits yang nabi sampaikan. Karena telah dibuktikan bahwa manusia memang dalam dunia ini dan kehidupan sehari-hari memang membutuhkan agama dan membutuhkan tempat bersandar, dalam hal ini ialah Tuhan.

Motivasi berasal dari bahasa Inggris *motivation* yang kata kerjanya adalah *motivate* yang berarti “*to provide with motives, as the characters in a story or play*” yang artinya “sebagai karakter dalam cerita atau permainan”. Motivasi adalah dorongan yang menyebabkan seseorang melakukan suatu perbuatan. Dalam istilah psikologi motivasi adalah istilah umum yang merujuk kepada pemenuhan kebutuhan dan tujuan tingkah laku. Dorongan itu dapat muncul dari tujuan dan kebutuhan. Berdasarkan munculnya, maka motivasi dapat muncul dari dalam diri seseorang yang disebut motivasi intrinsik yang bersifat batin, juga bisa berasal dari luar diri yang disebut motivasi ekstrinsik. Motivasi yang bersifat batin atau intrinsik dapat dilihat dari beberapa contoh seperti dorongan untuk memperoleh pujian, penghormatan, kepuasan, kenikmatan dan lainnya, sedangkan motivasi ekstrinsik adalah motivasi yang bersifat fisik atau materi seperti keinginan untuk mendapat hadiah berupa materi.

Berdasarkan uraian di atas, dapat dikatakan bahwa munculnya dorongan untuk berperilaku disebabkan banyak hal. Bagi motivasi intrinsik, pemicunya dapat disebabkan oleh kebutuhan, pengetahuan, dan aspirasi cita-cita. Sedangkan motivasi ekstrinsik muncul sebagai akibat dari tiga hal pula yakni ganjaran, hukuman, persaingan atau kompetisi. Sejalan dengan itu maka motivasi berguna dan bermanfaat untuk menggerakkan tingkah laku, mengarahkan tingkah laku, menjaga dan menopang tingkah laku. Selain itu motivasi memiliki peranan yakni : 1) menolong manusia untuk berbuat

sesuatu; 2) menentukan arah perbuatan manusia; 3) menyeleksi perbuatan manusia.⁴⁸

Terdapat suatu hubungan antara motivasi, kebutuhan, dan pemuasan. Motivasi dan kebutuhan adalah dua kata yang saling terkait satu dengan lainnya. terkadang motivasi digunakan sebagai kata yang bermakna kebutuhan dan juga sebaliknya. Kebutuhan dapat memicu suatu motivasi dan motivasi mendorong seseorang untuk memenuhi kebutuhan melalui pemuasannya. Disaat kadar darah dalam tubuh seseorang berkurang, maka sudah menjadi kebutuhan dalam dirinya untuk memenuhinya. Dari sinilah timbul motivasi lapar yang merupakan implikasi dari berkurangnya kadar darah dan makanlah yang menjadi pemuasnya. Aktifitas yang timbul dari suatu motivasi adalah aktivitas pencarian (dalam hal ini makanan) dan aktivitas konsumsi (atau memakan makanan). Dengan demikian, motivasi bukanlah sesuatu yang secara fisik terlihat. namun, ia adalah satu rasa internal yang mengarahkan perilaku internal dalam diri individu manusia.⁴⁹

Walgito menjelaskan bahwa motivasi adalah keadaan dalam diri individu yang mendorong perilaku kearah tujuan. Selanjutnya, terdapat tiga aspek dalam motivasi yakni, keadaan yang terdorong dalam diri organism, perilaku yang timbul dan terarah karena keadaan tersebut serta tujuan yang akan dicapai oleh pelaku.⁵⁰

a. Macam-Macam Motivasi

Motivasi terbagi menjadi dua, yaitu:

1) Motivasi Naluriyah

Motivasi naluriyah adalah motivasi yang muncul dari suatu kekurangan atau ketidakseimbangan fisiologis. Hal ini disertai dengan kekhawatiran dalam diri hingga mampu menggerakkan semua daya dalam diri untuk menutupi kekurangan tersebut

⁴⁸Baharuddin, *Paradigma Psikologi Islam; Studi Tentang Elemen Psikologi Dari Al-Qur'an*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2004), 234.

⁴⁹Muhammad Izuddin Taufiq, *Panduan Lengkap dan Praktis Psikologi Islam*. (Jakarta: Gema Insani, 2006), 255-256.

⁵⁰Bimo Walgito, *Psikologi Umum*. (Yogyakarta: Andi, 2003), 169.

dan menghilangkan kekhawatiran yang timbul dengan aktivitas-aktivitas yang bertujuan untuk pemuasannya. Contoh motif-motif naluriah (motivasi menjaga kelangsungan hidup), yaitu : motif lapar, motif haus, motif sekresi, motif tidur dan istirahat, motif bernafas, motif menjaga keturunan yang dibagi menjadi dua yaitu motif seksual dan motif keibuan.⁵¹

2) Motif Kognitif

Motif kognitif ini tidak berkaitan dengan dasar-dasar biologis dalam diri manusia. Ia adalah kebutuhan yang dipelajari manusia dari lingkungan dan sosial masyarakatnya. Tujuan dari motif kognitif adalah untuk menjaga diri dan mengembangkan kemampuannya. Dengan memenuhi dan memuaskannya, maka terealisasi keseimbangan kejiwaan. Berlawanan arah dengan keseimbangan fisik dan metabolisme tubuh yang terealisasi bila manusia mampu memenuhi kebutuhan atau motif naluriah instingtifnya.⁵²

Contoh-contoh motif kognitif, yaitu:

a. Motif Psikis

1) Motif keamanan

Rasa aman bagi seorang muslim tidak hanya dibutuhkan dalam kehidupan dunia saja, namun ia pun membutuhkannya kelak pada hari kiamat dari siksa Allah. Dengan persepsi inilah perilaku seorang muslim diarahkan untuk selalu beriman kepada Allah dan hari kiamat, dan pemenuhannya diarahkan pada penegakan nilai-nilai yang ada pada ajaran agamanya.

2) Motif untuk mengetahui sesuatu

Allah telah menganugerahkan akal pikiran bagi manusia, yang memberikan makna lebih dari segala hal yang ditangkap oleh daya indrawinya. Dengan akal pikiranlah manusia mampu memahami segala-segala hal

⁵¹ Ibid, 258-259.

⁵² Ibid, 280.

dengan baik dan kemudian mengajarkan apa yang didapatnya kepada generasi penerusnya. Motif inilah sebenarnya yang menggerakkan manusia untuk memajukan ilmu pengetahuan dan membangun peradabannya. Selain itu juga, Allah telah memberikan wahyu kepada manusia, suatu ilmu pengetahuan yang melebihi penalaran akal manusia. Dengan wahyu lah manusia mampu memenuhi rasa ingin tahunya akan hal-hal ghaib dan hal-hal yang tidak bisa dilihatnya.⁵³

3) **Motif untuk mengaktualisasikan dirinya**

Islam telah mengukuhkan motif ini bila individu mampu memenuhinya dengan batasan yang telah ditetapkan. Islam pun telah menjadikan pertumbuhan-pertumbuhan motif ini sebagai salah satu tujuan pendidikan Islam. Salah satu tujuan pendidikan islam adalah dengan memendekkan masa tumbuh kembang pola pikir anak sesingkat mungkin dan mempercepat anak untuk bisa belajar bertanggungjawab. Islam membangun konsep ini dengan landasan prasangka terbaik pada tiap individu manusia. Rasa percaya diri seseorang untuk bisa mengemban tanggung jawab akan tetap tampak walaupun dalam kondisi rentan sekalipun, yakni dalam masalah keimanan. Seorang individu mampu memutuskan pilihannya dengan segala kebebasannya, tanpa dipaksa atau diintimidasi.⁵⁴

b. Motif Sosial

1) **Motif cinta**

Cinta adalah satu emosi. Motif untuk dicintai adalah salah satu kebutuhan manusia dari manusia lainnya. Cinta dari sesamalah yang menimbulkan satu motivasi sosial dan mengarahkannya untuk bisa berperilaku pra-sosial kepada sesamanya. Seorang hendaknya selalu memprioritaskan

⁵³ Ibid, 284.

⁵⁴ Ibid, 285.

cinta Allah, Rasul-Nya, dan kaum mukminin. Hendaknya ia mampu menjadikan cintanya kepada Allah dan Rasul-Nya sebagai satu landasan kuat untuk bisa mencintai sesamanya dengan tulus.⁵⁵

2) Motif penghargaan

Dalam perspektif Islam, setiap individu hendaknya melakukan segala sesuatunya dengan tujuan utamanya yakni mengharapkan keridhaan Allah SWT. Allah SWT berfirman, *“Dan katakanlah, “Bekerjalah kamu, maka Allah dan Rasul-Nya serta orang-orang mukmin akan melihat pekerjaanmu itu, dan kamu akan dikembalikan kepada (Allah) Yang Mengetahui hal yang ghaib dan yang nyata, lalu diberikan-Nya kepada kamu apa yang telah kamu kerjakan”*. (At-Taubah 105)

Pemahaman ayat di atas tidak bertentangan dengan kebutuhannya untuk bisa dihargai oleh sesamanya. Bedanya hanya terletak pada kualitasnya saja. Orang kafir hanya memperdulikan pandangan manusia saja hingga ia akan melakukan segala sesuatunya yang menurut pandangan manusia adalah baik. Sedangkan, seorang yang mukmin dan beriman melakukan segala sesuatunya untuk mendapatkan keridhaan Allah dan berimplikasi pada penghargaan dan pujian sesama atas dirinya.

3) Motif loyalitas

Islam mengajarkan bentuk loyalitas kepada keyakinan dan prinsip hidup, dan bukan loyalitas kepada sesuatu yang tidak ada hubungannya dalam diri individu, baik itu loyalitas kepada keluarga, suku, negara maupun strata sosial. Loyalitas yang diakui keberadaannya oleh Islam adalah loyalitas keyakinan atas kebenaran Islam dan keyakinan bahwa manusia adalah satu umat yang sama. Hal tersebut bukan berarti bahwa Islam tidak mengakui bentuk loyalitas lainnya. Islam mengakui loyalitas

⁵⁵ Ibid, 286.

kekeluargaan yang ditunjukkan dengan disambungannya tali silaturahmi, loyalitas kepada Negara yang ditunjukkan dengan sikap nasionalis, ataupun loyalitas kepada sesama manusia yang ditunjukkan dengan persaudaraan sesama manusia.⁵⁶

c. Motif Spiritual

1) Motif beragama.

Kebutuhan untuk beragama adalah kebutuhan spiritual dan berlandaskan pada fitrah manusia. Allah berfirman: *“Maka hadapkanlah wajahmu dengan lurus kepada Agama (Allah); (tetapkanlah atas) fitrah Allah yang telah menciptakan manusia menurut fitrah itu. Tidak ada perubahan pada fitrah Allah. (Itulah) agama yang lurus; tetapi kebanyakan manusia tidak mengetahui”*. (Ar-Ruum: 30)

Yang dimaksud fitrah disini adalah agama yang benar dan lurus, agama dimana seorang anak dilahirkan. Agama yang membuat seseorang cenderung untuk selalu melakukan kebaikan dan menjauhi semua keburukan. Seorang anak dilahirkan dalam ajaran Islam yang global. Ajaran Islamlah yang menjadikan keglobalan tersebut menjadi hal yang lebih spesifik, sebagaimana lingkungan yang menjadikan faktor genetik seseorang menjadi lebih spesifik. Agama bisa dikatakan sebagai faktor genetik spiritual dalam diri manusia. Perilaku ini tersembunyi dan baru akan tampak dalam suatu masyarakat yang selaras dengannya. Inilah perilaku spiritual yang baru akan tampak dengan benturan ajaran agama Islam dalam fenomena realitas yang terjadi dalam kehidupan.

Motif ini tampak dengan berbagai gambarannya seperti kecenderungan manusia untuk melakukan beragam ibadah seperti mencium hajar aswad, thawaf, sujud, dan banyak lainnya, terlepas dari bentuk peribadahan yang ada. Allah telah mengutus para Rasul-Nya agar manusia

⁵⁶ Ibid, 288.

mampu memenuhi kebutuhan beragama dengan jalan yang lurus hingga ia tidak menyimpang dari batasan yang telah ditentukan.⁵⁷ Motif beragama sesungguhnya adalah motif spiritual yang mandiri dan bahkan merupakan motif yang jelas dan tampak terlihat dalam kehidupan masyarakat.

Motivasi beragama merupakan dorongan psikis yang mempunyai landasan ilmiah dalam watak kejadian manusia dimana mereka merasakan adanya dorongan untuk mencari dan memikirkan penciptanya, dan pencipta alam semesta dan dorongan untuk menyembahnya dan meminta pertolongan setiap kali ia ditimpa malapetaka. Motivasi beragama sangat berkaitan langsung dengan perjalanan rohani seseorang untuk mencari keridhoan Allah.⁵⁸

Allah menciptakan manusia dengan kesempurnaan yang menyeluruh. Hal ini sebagai modal yang diberikan Allah bagi manusia untuk menjalankan tugasnya sebagai khalifah di muka bumi. Selain sebagai khalifah, Allah menjadikan fitrah manusia sebagai makhluk yang beragama. Sifat dasar manusia sebagai makhluk yang beragama inilah yang oleh Danah Zohar dan Ian Marshall disebutkan bahwa di dalam otak manusia terdapat apa yang mereka sebut sebagai "titik Tuhan" atau "God Spot". Dalam karyanya, Zohar dan Marsall mengangkat hasil penelitian yang dilakukan oleh pakar neurobiologi semacam Persinger dan Ramachandran yang menyebutkan bahwa terdapat bagian dalam otak yang disebut dengan *lobus temporal* yang berkaitan dengan pengalaman religious atau spiritual. Sebagian pakar berpendapat bahwa titik Tuhan ini telah berevolusi di dalam otak untuk tujuan tertentu.⁵⁹

Penegasan bahwa kebutuhan beragama terdapat dalam diri manusia pun telah dijelaskan oleh bapak psikologi Humanistik, Abraham Maslow. Ia menjelaskan bahwa

⁵⁷Ibid, 290-291.

⁵⁸Faiza, *Psikologi Dakwah*, (Jakarta: Kalam Mulia, 2003), 34.

⁵⁹Ramayulis, *Psikologi Agama*, (Jakarta : Kalam Mulia, 2003), 44.

manusia memiliki kebutuhan yang berjenjang dari kebutuhan dasar hingga kebutuhan paling puncak. Pertama, kebutuhan dasar atau kebutuhan fisiologis seperti kebutuhan makan, minum, istirahat dan sebagainya, kedua adalah kebutuhan akan rasa aman yang mendorong manusia untuk bebas dari rasa takut sehingga termanifestasikan dalam bentuk pemenuhan kebutuhan untuk tempat tinggal yang permanen. Ketiga adalah kebutuhan akan kasih sayang, yang diantaranya dipenuhi dengan interaksi antar manusia, saling membagi perhatian, keintiman dan pergaulan hidup. Keempat adalah kebutuhan harga diri (*self esteem*) yang dimanifestasikan dalam bentuk aktualisasi diri anatara lain dengan berbuat sesuatu yang berguna. Pada tahap ini orang ingin agar buah pikirannya dihargai. Pengalaman puncak yang transenden digambarkan sebagai kondisi sehat super normal (normal super healthy) dan super-super sehat (super-super healthy) yang oleh Maslow disebut *peakers*. *Peakers* memiliki pengalaman puncak yang memberikan wawasan yang jelas tentang diri mereka dan dunia mereka.⁶⁰

Dorongan beragama merupakan dorongan jiwa yang alami dalam karakter penciptaan manusia. Karena kedalaman jiwanya manusia merasakan suatu dorongan yang mendorongnya berpikir dan mengetahui pencipta-Nya dan pencipta alam semesta ini, memikirkan cara beribadah kepada-Nya, meminta pertolongan-Nya ketika berada dalam kesulitan atau tertimpa musibah, dan ia akan merasakan rasa aman dan ketenangan dalam perlindungan dan pemeliharaan-Nya. Dari pendapat tersebut maka dapat disimpulkan bahwa motivasi beragama merupakan kekuatan yang menggerakkan seseorang untuk merespon pranata ke-Tuhanan sehingga orang tersebut mampu mengungkapkan dalam bentuk pemikiran dan perbuatan.

⁶⁰Danah Zohar dan Ian Marshall, *SQ;Memanfaatkan Kecerdasaan Spiritual dalam Berpikir Holistik Untuk Memaknai Kehidupan*, Terj, (Bandung : Mizan Media Utama, 2001), 82.

Adapun aspek yang terdapat dalam motivasi beragama terdiri dari tiga hal, yakni dorongan untuk memeluk agama, kecenderungan untuk menjalankan ajaran agama dan adanya tujuan hidup yang sesuai dengan ajaran agama.

2) Kebermaknaan Hidup

Setiap individu tentu memiliki kebutuhan yang cukup besar akan kebermaknaan hidupnya. Mengkaji tentang kebermaknaan hidup, maka tidak akan bisa melepaskan diri dari sumber-sumber kebermaknaan hidup itu sendiri. Menurut Victor E. Frankl, melalui Logoterapinya menjelaskan bahwa makna hidup adalah hal-hal yang oleh seseorang dipandang penting, dirasakan berharga dan diyakini sebagai sesuatu yang benar serta dapat dijadikan tujuan hidupnya. Setiap individu normal senantiasa menginginkan dirinya menjadi orang yang berguna dan berharga bagi keluarganya, lingkungannya serta bagi dirinya sendiri. Keinginan ini merupakan motivasi utama bagi setiap manusia. Hasrat inilah yang mendasari manusia dalam beraktifitas misalnya bekerja, berkarya, agar hidupnya dirasa berarti dan berharga. Hasrat ini yang menjadikan diri kita menjadi pribadi yang bermartabat, terhormat dan berharga (*being somebody*) dengan kegiatan yang mengarah pada tujuan hidup yang jelas dan bermakna. Terpenuhinya hasrat untuk hidup bermakna akan menimbulkan perasaan bahagia, dan sebaliknya kegagalan dalam pemenuhan untuk hidup bermakna akan berdampak pada kekecewaan hidup dan penghayatan diri hampa tak bermakna yang bila dibiarkan berlarut-larut akan berdampak pada gangguan penyesuaian diri, hambatan pengembangan pribadi dan harga diri.⁶¹

a) Dorongan Hidup Bermakna

Manusia dan keinginan untuk hidup bermakna merupakan satu kesatuan yang tidak dapat dipisahkan.

⁶¹Victor E. Frankl, *Logoterapi; Terapi Psikologi Melalui Pelaksanaan Eksistensi*, Terj, (Yogyakarta: Kreasi Wacana, 2003), 133-134.

Makna hidup adalah sesuatu yang oleh seseorang dirasakan penting, berharga dan diyakini sebagai sesuatu yang benar serta dapat menjadi tujuan hidupnya. Makna hidup dapat berupa cita-cita maupun sekedar keinginan untuk membuat seseorang dapat bertahan hidup. Kebermaknaan hidup akan dimiliki seseorang jika dia dapat mengetahui apa makna dan tujuan hidupnya. Motivasi yang sangat kuat dalam diri manusia untuk memperoleh hidup yang bermakna berlaku pada seluruh manusia tanpa mengenal lapisan budaya maupun aspek-aspek kemanusiaan yang lain. Mutlaknya kebutuhan akan makna hidup ini ditunjukkan oleh beberapa penelitian tentang kebutuhan individu akan makna hidupnya. Hasil pengumpulan pendapat umum di Prancis, misalnya, menunjukkan 89% responden percaya bahwa manusia membutuhkan “sesuatu” demi hidupnya, sedangkan 61% di antaranya merasa bahwa ada sesuatu yang untuknya mereka rela mati. Bahkan dalam sebuah penelitian menyebutkan bahwa dua diantara sepuluh penyebab kematian tertinggi di Dunia Barat adalah alkoholisme dan bunuh diri yang disebabkan oleh krisis makna hidup yang menimpa mereka.⁶² Dari bukti empiris tersebut mampu menggambarkan bahwa eksistensi kebermaknaan hidup menjadi kebutuhan yang mutlak khususnya pada masyarakat yang telah mengalami kompleksitas permasalahan hidup yang berindikasi adanya stressor yang kerap berdampak pada ketidakstabilan emosi, melemahnya kepercayaan diri, hilangnya motivasi untuk berkarya, merosotnya nilai-nilai kehidupan dan dorongan untuk berperilaku amoral yang mengarah pada psikososial.

b) Logoterapi

Aliran Psikologi yang banyak memberi kajian tentang fenomena makna hidup (*the meaning of life*) dan pengembangan hidup bermakna adalah Logoterapi yang ditemukan oleh Viktor E. Frankl, seorang neuropsikiater

⁶²Hanna Djumhanna Bastaman, *Integrasi Psikologi Dengan Islam; Menuju Psikologi Islam* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar 1995), 193.

berkebangsaan Austria. Menurut Frankl, ada beberapa hal yang menjadi landasan munculnya Logoterapi ini yakni;

- a. Dalam setiap keadaan, termasuk dalam penderitaan sekalipun, kehidupan ini selalu mempunyai makna.
- b. Kehendak untuk hidup bermakna merupakan motivasi semua manusia.
- c. Dalam batas-batas tertentu, manusia memiliki kebebasan dan tanggung jawab pribadi untuk memilih dan menentukan makna dan tujuan hidupnya.
- d. Hidup bermakna dapat diperoleh dengan merealisasikan nilai-nilai kreatif, nilai-nilai penghayatan serta nilai-nilai dalam bersikap.⁶³

Dari keempat dasar inilah Frankl mengembangkan Logoterapi, sebuah metode yang membantu individu dalam pencarian kebermaknaan hidup. Dalam perannya, Logoterapi berusaha memasuki dimensi spiritual dari eksistensi manusia dengan mengoptimalkan kesadarannya secara penuh akan sesuatu. Dalam usahanya mewujudkan kesadaran penuh pada individu, Logoterapi berusaha menjaga eksistensi spiritual sebagai potensi yang harus diisi. Logoterapi mencoba membuat individu sadar akan apa yang ia butuhkan dikedalaman eksistensinya. Untuk itu, Logoterapi memperhatikan manusia sebagai sebuah keberadaan yang perhatian utamanya adalah untuk mengisi makna dan aktualisasi nilai-nilai kehidupan.

Esensi yang dapat diadopsi dari Logoterapi ini adalah bentuk pijakan atau landasan yang digunakan Frankl dalam membantu individu untuk mencapai kebermaknaan hidup. Empat hal yang menjadi dasar dalam menganalisis dan membantu proses individu dalam pencarian hidup yang bermakna, hendaklah efektif dalam aktualisasinya. Untuk itulah, maka banyak proses terapi kebermaknaan hidup berpijak dari dasar-dasar yang

⁶³Ibid, 194.

menjadi acuan bagi Frankl dalam mengembangkan metode Logoterapi dan terbukti efektif, dimana pada kenyataannya, manusia memiliki motivasi untuk hidup bermakna. Di sini terdapat lima metode yang dapat digunakan untuk menjajagi sumber makna hidup seseorang yakni

- a. Pemahaman pribadi, metode ini pada dasarnya membantu memperluas dan mendalami beberapa aspek kepribadian dan corak kehidupan seseorang.
- b. Bertindak positif, metode bertindak positif didasari oleh pemikiran bahwa dengan cara membiasakan diri melakukan tindakan-tindakan positif, akan memberi dampak positif terhadap perkembangan pribadi dan kehidupan social seseorang.
- c. Pengakraban hubungan, metode pengakraban hubungan menganjurkan agar seseorang membina hubungan yang akrab dengan orang tertentu (misalnya: anggota keluarga, teman, dan rekan sekerja) sebab dalam hubungan pribadi yang akrab dengan seseorang benar-benar merasa diperlukan dan memerlukan orang lain, dicintai dan mencintai orang lain tanpa mementingkan diri sendiri.
- d. Pendalaman tri nilai yang dimaksud dengan pendalaman tri nilai adalah usaha-usaha untuk memahami benar-benar nilai kreatif, nilai penghayatan, dan nilai bersikap.
- e. Menjalankan ibadah dengan melaksanakan apa yang diperintahkan Tuhan dan mencegah diri dari hal-hal yang dilarang-Nya menurut ketentuan agama. Ibadah yang dilakukan secara khidmat sering menimbulkan perasaan tentram, mantap, dan tabah seakan-akan mendapat bimbingan dalam melakukan tindakan-tindakan penting.

Eksistensi makna bersifat unik, dan personal. Setiap orang yang lahir ke dunia pasti mewakili sesuatu yang baru. Tugas setiap orang adalah untuk memahami

bahwa tidak ada seorangpun yang serupa dengan dirinya, dan untuk itulah dia diperlukan keberadaannya sebagai sesuatu yang baru dan harus memenuhi suatu panggilan di dunia.⁶⁴

c) Sumber-Sumber Kebermaknaan Hidup

Frankl mengatakan bahwa ada tiga faktor yang berpengaruh pada diri manusia sehingga ia dengan mudah dapat mencapai tingkat kehidupan yang bermakna;

- a) *Creative values* (nilai-nilai kreatif): bekerja dan berkarya serta melaksanakan tugas dengan keterlibatan dan tanggung jawab pada pekerjaan. Dalam realisasinya, manusia menjalani dinamika hidupnya dengan bekerja adalah untuk menjadi sarana baginya dalam menemukan dan mengembangkan makna hidup.
- b) *Experiential values* (nilai-nilai penghayatan): kemampuan untuk meyakini dan menghayati kebenaran, kebajikan, keindahan, keadilan, keimanan, dan nilai-nilai lain yang dianggap berharga.
- c) *Attitudinal values* (nilai-nilai bersikap), menerima dengan tabah dan mengambil sikap yang tepat terhadap penderitaan yang tak dapat dihindari lagi setelah berbagai upaya dilakukan secara optimal tetapi tak berhasil mengatasinya.⁶⁵ Sebuah penelitian menunjukkan bahwa 85% kesuksesan hidup seseorang ditentukan oleh sikapnya, sedangkan 15% ditentukan oleh kemampuannya. Bahkan menurut William James, manusia dapat mengubah hidupnya dengan cara mengubah sikapnya. Sikap merupakan cara pandang secara mental tentang apa yang terjadi dalam diri kita, orang lain, keadaan dan kehidupan secara umum. Maka orang dengan sikap positif akan melahirkan harapan yang

⁶⁴Zainal Abidin, *Analisis Eksistensi Untuk Psikologi dan Psikiatri*, (Bandung: Refika Aditama, 2002), 172.

⁶⁵Hal Urban, *Bangkit Dari Kegagalan*, Terj. (Yogyakarta: Think, 2003), 76.

baik dalam hidupnya.⁶⁶

Ketiga hal tersebut diatas merupakan modal yang mutlak harus dimiliki oleh tiap individu agar pencapaian kebermaknaan hidup terpenuhi. Kemampuan manusia untuk mengupayakan penanaman nilai-nilai diatas sangat berdampak pada bagaimana ia menjalani dinamika kehidupannya dalam kondisi apapun. Individu akan memiliki kekuatan yang muncul pada diri mereka dalam kondisi menderita sekalipun disebabkan adanya kemampuan individu untuk menghayati segala keadaan yang menimpanya dengan tetap berfikir positif serta optimis dalam menjalani hidup. Dengan mengembangkan konsep yang dimiliki Frankl, Crumbaugh dan Maholick menjelaskan bahwa karakteristik individu dengan pencapaian makna hidup dapat dilihat dari ciricirinya yakni : (a) memiliki tujuan yang jelas, yaitu segala sesuatu yang dilakukan memiliki kejelasan akan tujuan hidup, (b) kepuasan hidup, dimana sejauhmana seseorang dapat menikmati dan merasa puas menjalani aktivitas, (c) kebebasan berkehendak, yakni mampu mengendalikan kebebasan hidup yang dilakukan secara bertanggungjawab, (d) Kontrol diri, dimana dalam keadaan apapun manusia masih bisa melestarikan kebebasan spiritual dan kebebasan berfikir, (e) sikap terhadap kematian, yaitu bagaimana seseorang berpandangan dan ketapannya menghadapi kematian, (f) mampu memiliki alasan untuk tetap eksis. Hal ini sebagaimana yang dikatakan oleh Nietzsche "*he who has a way to live for can bear with almost any how*".⁶⁷

Urgensi untuk hidup bermakna menjadi salah satu motivator bagi individu dalam berperilaku. Seseorang yang hidupnya hampa cenderung mudah putus asa, dan sebaliknya seseorang yang hidupnya bermakna maka mereka akan

⁶⁶Bastaman, *Integrasi Psikologi Dengan Islam; Menuju Psikologi Islam*,

⁶⁷Frankl, *Logoterapi; Terapi Psikologi Melalui Pelaksanaan Eksistensi*, 85.

cenderung optimis dan pantang menyerah.⁶⁸ Untuk itulah maka banyak pengalaman yang bersifat personal sering merubah sifat dan perilaku individu ke arah lebih baik sebagai upayanya untuk mencapai hidup yang bermakna.

B. Puasa

1. Pengertian Puasa

Secara etimologi (bahasa), puasa dalam Bahasa Arab dari kata, *Soma-Yasumu-Siyaman* artinya: menahan, mengekang, diam, atau menahan diri dari sesuatu, baik dalam bentuk perkataan maupun perbuatan.⁶⁹ Dalam buku tuntunan ibadah zakat puasa dan haji karangan Muhammadiyah Ja'far, puasa adalah menahan diri, tidak bergerak, diam tidak berbicara, semuanya itu disebut puasa.⁷⁰

Puasa menurut syara' ialah : menahan diri dari makan, minum, dan hubungan seksual, sejak terbit fajar, hingga terbenamnya matahari dengan niat melaksanakan perintahNya. Sedangkan kebaikan dan kesempurnaan ialah meninggalkan segala perkataan dan perbuatan tercela dengan menahannya dari segala kebiasaan dengan menahan diri dari keinginan syahwat, dan menahannya dari segala kebiasaan dengan kesabaran, dan mempersiapkan jiwa untuk bertakwa kepada Tuhan, dengan mengingat bahwa ia selalu melihat dan mengawasinya, dalam keadaan terang dan tersembunyi.⁷¹

Puasa menurut istilah Hindu adalah mencegah diri dari segala perkara yang membatalkan, mulai terbit fajar sampai kembali lagi terbitnya fajar (24 jam) dengan niat beribadah kepada Tuhan Yang Maha Esa. Ada juga yang mendefinisikan puasa dari segi bahasa (*lughah*) adalah semata-mata menahan dan menjauhkan diri dari melakuakan sesuatu. Apabila

⁶⁸Ahmad Mubarak, *Psikologi Dakwah, Membangun Cara Berfikir dan Merasa*, (Malang:Madani, 2014), 87.

⁶⁹Tim Lintas Media, *Kamus Al-Akbar Indonesia-Arab dan Arab Indonesia*, (Jombang: Lintas Media, 2014), 368.

⁷⁰Muhammadiyah Ja'far, *Tuntunan Ibadah Zakat Puasa dan Haji*, (Jakarta: Kalam Mulia, 2005), 86.

⁷¹Ibid, 87.

dikatakan seseorang itu menahan diri dari melakukan perbuatan yang sia-sia, atau menahan diri dari makan dan minum ataupun berbicara, semuanya itu berarti menahan diri dari melakukan perbuatan yang membatalkan puasa.⁷²

Sulaiman Rasyid mengartikan puasa adalah menahan diri dari sesuatu yang membukakan, satu hari lamanya mulai dari terbit fajar sampai terbenam matahari dengan niat dan beberapa syarat, serta dalam rangka mendidik dan melatih nafsu, dan menyiapkan diri untuk menjadi insan yang bertaqwa. Jadi, pengertian puasa menuju sehat adalah menahan dan mencegah diri secara sadar dari makan, minum, bersetubuh dengan perempuan (istri), dan hal-hal yang semestinya, selama sehari penuh atau selama 24 jam.⁷³

Puasa juga memiliki makna rohani, yaitu membersihkan semua panca indra dan pikiran dari hal-hal yang diharamkan, selain menahan diri dari perkara-perkara yang dapat membatalkan puasa sebagaimana yang telah ditetapkan dalam syariat. Dari pengetahuan tersebut, telah kita ketahui bahwa tujuan ibadah puasa adalah terletak pada menahan makan, minum, dan hubungan seksual, termasuk di dalamnya menahan panca indra kita kepada sesuatu yang tidak baik, seperti mata untuk melihat yang bukan haknya, telinga mendengar suara yang batil, mulut digunakan untuk menggunjing, berdusta, bersumpah palsu, memaki, mencerca, dan mengadu domba, tangan digunakan untuk mengambil yang bukan haknya, pikiran yang teracuni oleh khayalan yang buruk dan kemaksiatan lainnya.

Puasa merupakan pendidikan dan juga pelurusan jiwa dan penyembuhan bagi berbagai penyakit jiwa dalam tubuh. Hal tersebut disebabkan pencegahan dari makanan dan minuman, dari sejak sebelum fajar sampai terbenamnya matahari, merupakan suatu latihan bagi insan dalam menundukkan dan melawan hawa nafsunya sendiri. Dengan begini, dapat

⁷²Harun Hadiwijono, *Agama Hindu dan Buddha*, (Jakarta: Gunung Mulia, 2012), 23.

⁷³Yusuf Qardawi, *Fiqh Puasa*, (Surakarta: Era Intermedia, 2000), 18

menumbuhkan semangat ketaqwaan pada dirinya.⁷⁴

Syekh Muhammad bin Qosim dalam bukunya *Fat-Hul Qarib* menerangkan bahasanya kata shiyam dan kata shaum adalah mashdar, yang mana menurut bahasa berarti menahan diri. Sedangkan syara' atau qiyasan adalah menahan diri dari melakukan suatu hal yang dapat membatalkan puasa, penahan ini menyertakan niat tertentu, yang dikerjakan seharian penuh atau satu hari satu malam.⁷⁵

Puasa juga mempunyai hikmah di dalamnya, salah satu hadits qudsi dinyatakan bahwa ibadah puasa itu hanya untuk Tuhan semata dan Tuhan lah pula yang akan membalasnya, karena ibadah puasa mempunyai sifat *mahdhah* (langsung kepada Tuhan), dan *ghairu ma'qulatil ma'na* (supra-rasional) artinya tidak dapat difikir dengan akal atau tidak dapat dirasionalkan. Dengan demikian tidak berarti bahwasanya puasa itu sepi dan hikmah, berfaedah bagi pelakunya. Orang yang beriman diwajibkan melaksanakan puasa dan juga sangat dianjurkan puasa sunnah karena puasa memberikan dampak dan hikmah untuk meningkatkan nilai-nilai manusia juga mempertinggi mutunya, yang meliputi aspek: *ruhaniyah, ijtimaiyah, dan shihiyah*.⁷⁶

Puasa dalam bahasa sansekerta yakni dari kata Upa dan Wasa, dimana Upa artinya dekat atau mendekati, dan Wasa artinya Tuhan atau Yang Maha Kuasa. Upawasa atau puasa artinya mendekatkan diri kepada Tuhan Yang Maha Esa. Berpuasa diartikan sebagai tidak makan dan tidak minum pada waktu-waktu tertentu. Upawasa dapat dibedakan dalam pengertian yang sempit dan luas. Dalam pengertian yang sempit upawasa dapat diartikan sebagai dengan sengaja tidak makan dan tidak minum termasuk pengendalian panca indra. Sedangkan dalam pengertian yang luas upawasa dapat diartikan

⁷⁴Muhammad Usman Najati, *Al-Qur'an dan Ilmu Jiwa*, (Bandung: Pustaka, 2004), 316.

⁷⁵Asy-Syekh Muhammad bin Qhosim Al-Ghazali, Terjemah Fathul Qorib, (Bandung: Karisma, 1997), 40.

⁷⁶Dedi Junaedi, *Pedoman Puasa Tuntunan dan Permasalahannya*, (Jakarta: Akademika Pesindo, 2004), 11-15.

sebagai melaksanakan pantangan, pengekangan atau pengendalian keinginan atau pengendalian diri untuk tidak berpikir, berkata dan berbuat yang bertentangan dengan ajaran agama Hindu.⁷⁷

Dari berbagai penjelasan tentang pengertian puasa diatas bahwa puasa adalah tindakan untuk menahan diri dari kebiasaan sehari-hari. Pada waktu puasa dari terbitnya fajar hingga sampai keesokan harinya, kita dituntut untuk merubah kebiasaan sehari-hari dan membatasi diri, bahkan tidak melakukan semua kegiatan yang dapat membatalkan puasa. Semua itu dilakukan untuk mensucikan diri mendekati kepada kepada Tuhan Yang Maha Esa. Bertujuan sebagai peleburan dosa-dosa yang telah diperbuat, lalu mendapatkan pahala serta balasan di dunia dan di akhirat. Semua itu dilakukan hendaknya dengan qalbu, keikhlasan dan kesabaran menjadi pisau dalam menjalankan ibadah puasa dengan segala ujian yang dialami. Sehingga dapat merasakan esensi dari puasa itu serta makna yang hakiki dari melakukan ibadah puasa, selain itu puasa dapat memberikan kesehatan psikis diantaranya; puasa dapat mengatur sikap hidup taqwa, menjalin kebersamaan, membangun kepercayaan diri, mengurangi tekanan jiwa, kesehatan emosional, dan melatih kesabaran.⁷⁸

2. Macam-macam dan Bentuk Puasa

Sebagian umat manusia di dunia menjalankan ibadah puasa. Setiap agama mempunyai ajaran tentang puasa dengan tata cara yang berbeda-beda, baik mengenai tata cara pelaksanaannya maupun eksistensi hukumnya dengan tujuan mendekati diri pada Sang Pencipta. Agama memiliki ajaran-ajaran yang bertalian dengan keagamaan salah satunya adalah puasa yang sangat penting dari ritual suatu agama. Dengan itu manusia akan mendapatkan kedamaian, kesehatan dan juga peningkatan nilai spiritual. Terdapat macam-macam puasa

⁷⁷Suhardana, *Upawasa, Tapa dan Brata Berdasarkan Agama Hindu*, 4-5.

⁷⁸Ahmad Syarifuddin, *Puasa Menuju Sehat Fisik dan Psikis*, (Jakarta: Gema Insani Press, 2004), 14.

dalam agama dibagi menjadi dua yaitu; puasa wajib yang diharuskan untuk dilaksanakan, dan sunnah yang tidak diharuskan tetapi dianjurkan untuk dilaksanakan. Tidak hanya puasa wajib yang dikukuhkan dalam berbagai kitab suci agama-agama dan dikerjakan pada waktu tertentu tetapi ada juga puasa sunnah yang dapat dikerjakan. Seperti puasa dalam agama Islam terbagi atas dua bagian, yaitu puasa wajib yang harus dijalankan oleh seorang muslim yang sudah baligh karena hukumnya adalah wajib, maka jika tidak dikerjakan akan mendapat dosa. Sebaliknya, jika kita menjalankan maka akan mendapat pahala, dan puasa sunnah adalah jenis puasa yang tidak wajib dijalankan namun pada dasarnya jika menjalankan puasa sunnah akan mendapatkan nilai tambah amal ibadah, dan jika tidak dikerjakan tidak akan mendapat dosa seperti puasa wajib. Adapun macam-macam puasa dalam Islam yaitu:

- a. Puasa wajib, puasa ramadhan, puasa kaffarat, dan puasa nadzar.
- b. Puasa sunnah, puasa enam hari di bulan syawal, puasa arafah untuk selain yang sedang berhaji (9 dzulhijjah) puasa hari Asyura (10 muharram), puasa hari pertengahan bulan, puasa senin dan kamis. Puasa sunnah Nabi Daud As dan puasa di bulan sya'ban, puasa syawal, puasa arofah.⁷⁹

Dalam agama Hindu juga terdapat beberapa bagian, yaitu puasa wajib, puasa sunnah, puasa berkaitan dengan upacara tertentu, dan puasa yang berkaitan dengan hal-hal tertentu. Adapun macam-macam puasa (Upawasa) dalam Hindu yaitu:

- a. Puasa (Upawasa) yang wajib (diharuskan), siwaratri dan nyepi
- b. Puasa yang tidak wajib, adalah puasa yang dilaksanakan diluar ketentuan, misalnya pada hari suci: odalan, anggara kasih, dan buda kliwon. Puasa ini diserahkan pada kebijakan masing-masing individu, apakah dilaksanakan siang hari saja atau satu

⁷⁹Syafrida dan Nurhayati Zein, *Fiqh Ibadah*, (Pekanbaru: CV. Mutiara Pesisir Sumatra, 2015), 97.

hari penuh puasa ini dilakukan dengan berbagai tujuan seperti untuk meningkatkan spiritualitas dan religiusitas umat agama Hindu dan lain-lainnya. Pergantian hari menurut Hindu adalah sejak fajar sampai fajar esok harinya.

- c. Puasa berkaitan dengan upacara tertentu, misalnya setelah mawinten atau mediksa puasa selama tiga hari hanya dengan makan nasi kepel dan air kelungah nyuhgading
- d. Puasa berkaitan dengan hal-hal tertentu, misalnya sedang bersamadhi, meditasi, sedang memohon petunjuk pada Hyang Widhi, dan jenis puasa ditentukan sendiri apakah total (tidak makan dan minum sama sekali) selama satu hari satu malam atau seberapa banyaknya.

3. Puasa Dalam Agama-Agama

Setiap agama mempunyai ajaran tentang puasa dengan tata cara dan pelaksanaan yang berbeda serta eksistensi hukumnya. Namun demikian secara global sebenarnya terdapat makna yang apabila disimpulkan banyak sekali. Diantaranya adalah untuk memperbaiki diri manusia secara jasmani maupun rohani dan untuk tercapainya kesempurnaan pribadi manusia itu sendiri. Seperti halnya dalam Islam bahwa dengan puasa manusia akan dapat memperbaiki ketaatannya dengan Allah SWT maupun akhlaknya terhadap sesama manusia. Dalam agama lain Hindu misalnya, bahwa dengan berpuasa manusia akan dapat mencapai manusia suci, baik terhadap sesamanya maupun kepada Tuhannya.

Ajaran puasa sebenarnya jika dilihat dari historisnya keberadaanya sudah ada sejak zaman dahulu bahkan jauh sebelum agama Islam turun yang dibawa oleh Nabi Muhammad SAW, sebagaimana yang telah disebutkan dalam pembahasan terdahulu.

Tokoh besar Al-Hakim Muhammad Abduh, mengatakan:
Tuhan tidak menerangkan siapa sebelum kita yang diwajibkan berpuasa atasnya. Tidak menerangkan yang demikian dengan

tegas. Menurut pendapat yang termasyhur dikalangan umat Islam, bahwa puasa itu diwajibkan atas segala pemeluk agama. Bangsa mesir yang menyembah berhala juga berpuasa. Dari bangsa Mesir berpindah ke bangsa Yunani (Grik). Bangsa ini memastikan puasa atas lelaki dan wanitanya, demikian juga bangsa Romawi juga berpuasa. Orang Hindu juga berpuasa terus menerus hingga sekarang ini.⁸⁰

Sedangkan sumber lain dikatakan pula bahwa orang “Romawi dan Italia juga berpuasa lebih-lebih disaat mereka menghadapi musuh-musuhnya justu untuk suatu tujuan mencari kemenangan”⁸¹

a. Puasa Dalam Ajaran Hindu

Agama Hindu merupakan salah satu agama yang ada di Indonesia. Agama Hindu sebagaimana agama-agama lain disamping memiliki ajaran yang bersifat ketuhanan juga memiliki ajaran kemanusiaan. Ajaran ketuhanan dalam agama Hindu disebut Brahma Widya, di dalam Brahma Widya diterangkan tentang keberadaan Tuhan Yang Maha Esa, segala ciptaanya termasuk manusia.⁸² Dikatakan pula bahwa segala ciptaan Tuhan itu diciptakan Tuhan dengan *Yajna*. Sebagaimana diterangkan Bhagavad-Gita Bab III Sloka 10 sebagai berikut:

Sahayajnah prajah arishva pure vacha praja patih anena prasavishya dhvam esha ve 'stv ishtha kamadhuk.

Artinya :

“Dahulu kala praja patih menciptakan manusia bersama bakti persembahannya dan berkata: dengan ini engkau akan berkembang biak dan biarlah ini menjadi sapi perahanmu”⁸³.

Dengan demikian jelas bahwa menurut keterangan sloka

⁸⁰Hasbi Ash Shiddiegy, *Pedoman Puasa*, (Jakarta: Bulan Bintang, 1981), 51.

⁸¹Dapertemen Wakaf dan Urusan Islam Kuwait, *Risalah Puasa dan Zakat*, (Jakarta: Media Dakwah, 1992), 28.

⁸²I Made Titib, *Ketuhanan Dalam Weda*, (Jakarta: Pustaka Manikgeni, 1994), 15.

⁸³Nyoman S. Pendit, *Bhagavad-Gita*, (Jakarta: Hanuman Sakti, 1995), 89.

tersebut tentang ajaran ketuhanan dalam agama Hindu, dan masalah ini juga diterangkan dalam kitab Reg Weda Bab III Sloka 55.1. sebagai berikut: *mahaddewanam asuratwam ekam*

artinya : “Tuhan Yang Maha Esa adalah maha besar dari segala yang ada”.⁸⁴

1) Pengertian Puasa Dalam Agama Hindu

Puasa dalam agama Hindu merupakan bagian dari tapa. Tapa sendiri bagian dari dasar keimanan. Tapa adalah mengekang, menguasai, dan membakar. Tapa dalam hal ini dimaksudkan “penguasaan atas nafsu atau melakukan hidup suci”. Brata adalah janji atau sumpah atau keinginan yang teguh melakukan aktivitas keagamaan”. Sedangkan menurut Wijaya, kepala bimbingan masyarakat Hindu dapertemen wilayah Jawa Timur, berpendapat: “bahwa puasa adalah pengendalian nafsu”.⁸⁵ Puasa disebut juga Brata karena puasa adalah bagian dari brata, sebagaimana yang diterangkan dalam Sarasamucaya Sloka 260 sebagai berikut:

*Danaminjya tapo dhyanam
svadhyayopasthanigrahavratopavassanum ca ananam ca
niyama daca. Nyang brata sapuluh kwehnya, ikang niyama
ngaranya pratyekanya, dana, ijjah, tapa, dhyana,
swadhayana, upasthanigraha, brata, upawasa, mauna,
snana, nahanta awak ning niyama, dana weweh,
annadanadi, ijya, dewapuja, pitrupjadi, tapa,
kasengcosana, kasatan, ikangcarira, bhucarya, jalatygadi;
dhayana, ikangciwasmarana, swadhyasa, uphatanigraha,
kahrta-ning upastha, brata annawarjadi, mauna,
wacangyama kahrting ujar, haywakecek kuneng, snana,
trisanghya sewana, madyusa ringkalaning sanghya.*

Artinya;

Inilah brata sepuluh banyaknya yang disebut niyama perinciannya; dana, ijya, tapa, dhayana, swadhyaya,

⁸⁴Ketut Wiana, *Bagaimana Umat Hindu Menghayati Tuhan*, (Jakarta: Pustaka Manikgeni, 1993), 4.

⁸⁵Komang Aman Wijaya, *Jawaban Tertulis Tentang Puasa Dalam Hindu*, (Jakarta: Pustaka Hindu, 1996), 3.

upasthanigraha, brata, upawasa, mona, snana, itulah yang merupakan niyama, dana; pemberian makanan minuman dan lain sejenisnya, tapa; pengekangan nafsu jasmaniyah, badan yang seluruhnya kurus kering, layu berbaring diatas tanah, diatas air dan diatas alas-alas lain sejenisnya itu, dhayana; tepekur merenungkan ciwa, swadhayaya; yakin mempelajari weda, upasthanigraha; pengekangan upastha, singkatnya pengendalian nafsu, brata pengekangan nafsu terhadap makanan dan minuman mona itu wacanyama berararti menahan, tidak mengucapkan kata-kata yaitu tidak berkata-kata sama sekali tidak bersuara, snana trisadhya sewana; mengikuti trisandhya, mandi membersihkan diri diwaktu pagi tengah hari dan petang hari.⁸⁶

Meperhatikan konteks sloka dalam sarasamuccaya tersebut diatas, maka pengertian puasa disamping brata juga niyama, karena puasa atau upawasa bagian dari niyama. Puasa juga mengandung pengertian tidak makan tidak minum sama sekali (motih dalam bahasa jawa) atau membatasi serta mengurangi dalam masalah makanan atau minuman.

Dalam ilmu pengetahuan weda, puasa adalah menjalankan pertapaan badan, suara, dan pikiran, hal ini diterangkan dalam Baghavad-Gita Bab XVII Sloka 14-16 sebagai berikut.

*Deva dvija guru prajna punajan saucham arjavam
bramajharyam ahimsa chasariram tapa uchyate
anudvegakaram vakyam satyam priyahitam cha
yatsvadhyaayabhyasanam chai vavanmayam tapa
uchyate manahprasada saumyatvam maunam
atmavinigraha bahavasamsuddhirity etat tapo
mansam uchyate.*

Artinya:

Berarti kepada dewata, pendita guru dan mereka yang arif bijaksana, suci benar, cantrik dan tankekerasan adalah bertapa dengan badan jasmani. Berbicara tanpa menyinggung melukai hati dapat dipercaya lemah lembut dan berguna dan teratur mempelajari kitab suci dinamakan bertapa dengan ucapan. Suci murni

⁸⁶I Nyoman Kadjeng dkk., *Saramuaccaya*, (Jakarta: PT Laya Praza Press, 1988),178-179.

dalam fikiran sopan santun, pendiam menguasai diri dan lurus hati disebut bertapa dengan fikiran.⁸⁷

Demikian pengertian menurut Bhagavad-Gita bahwa puasa adalah bertapa melalui badan jasmani, ucapan atau suara dan pikiran. Sedangkan Made Titib memberikan pengertian puasa sebagai berikut, puasa adalah pengekangan diri dengan berbagai cara diantaranya dengan melakukan pengendalian terhadap makanan dan minuman bahkan tidak menikmati sama sekali. Demikian beberapa pengertian puasa menurut para ahli dan menurut kitab Bhagavad-Gita serta kita saramuccaya dalam agama Hindu. Dengan demikian dapat diambil kesimpulan bahwa puasa dalam agama Hindu adalah pengendalian diri baik terhadap badan jasmani, berbicara, dan pikiran untuk mencapai kesempurnaan diri untuk mendapatkan kebebasan dan menyatu dengan Tuhan.

b. Puasa Dalam Ajaran Buddha

Puasa di dalam agama Buddha adalah suatu usaha untuk menghindarkan diri dari mengambil makanan atau minuman pada waktu yang salah, yang disebut dengan istilah *Upovasa*. Akan tetapi di dalam pengertian sehari-hari, mereka lebih suka menyebutnya dengan istilah *Uposatha*. Istilah ini berasal dari bahasa Pali, yaitu bahasa yang dipakai pada jaman Sang Buddha Gotama. Istilah *Uposatha* mengandung dua arti, yaitu:

- 1) *Uposatha* berarti nama atau sebutan hari untuk menjalankan peraturan-peraturan khusus, sehingga disebut sebagai hari *Uposatha*.
- 2) *Uposatha* berarti nama atau sebutan terhadap peraturan-peraturan yang dijalankan, sehingga disebut sebagai *Uposathasila*.⁸⁸

Dalam *Buddhist Dictionary*, *Uposatha* ini diartikan sebagai berpuasa, hari puasa, yaitu hari Purnama sidhi, hari bulan baru

⁸⁷S Pendit, *Bhagavad-Gita*, 411-412.

⁸⁸Anjali G. S., *Tuntunan Uposatha dan Atthasila*, (Jakarta: Lembaran Khusus Agama Buddha Informasi, tt), 21.

dan hari seperempat bulan yang pertama dan yang terakhir.⁸⁹ Kata *Uposatha*, juga mengandung makna “masuk dan berdiam diri”, dalam pengertian berdiam di dalam vihara atau kompleks vihara. Maksud berdiam di sini bukan berarti diam dan tidak melakukan sesuatu tetapi tinggal atau berada di vihara atau kompleks vihara (*uposathavasamvasati*), belajar dhamma melalui buku, diskusi, mendengarkan khotbah, menjalankan delapan sila dan berlatih meditasi.⁹⁰

Jadi istilah *Uposatha* ini merupakan suatu istilah yang dipakai untuk melaksanakan suatu upacara keagamaan yang ketat, yang berhubungan dengan menahan diri (puasa).⁹¹ Menahan diri di sini maksudnya untuk mengendalikan diri dari hawa nafsu jahat, seperti rasa dengki, iri hati, marah, serakah dan sebagainya.

Selain untuk menghindari makan dan minum, puasa atau *Upovasa* (bahasa Pali) di dalam agama Buddha juga mempunyai pengertian:

- 1) Mengendalikan diri untuk tidak berbuat sesuatu yang merugikan dirinya sendiri maupun orang lain.
- 2) Meningkatkan kualitas diri, artinya segala kebajikan atau perbuatan baik yang pernah dilakukan, perlu selalu di ulang-ulang, dan kebajikan atau perbuatan baik yang belum dilakukan perlu dilakukan (kusalassa upasampada/selalu mengembangkan kebajikan).

Singkatnya apa yang disebut puasa atau upovasa itu bukan saja mengendalikan diri dari makan dan minum, tetapi meliputi seluruh gerak-gerik pikiran, ucapan, dan jasmani.⁹² Karena puasa di dalam agama Buddha ini merupakan pelaksanaan sila, yang merupakan suatu ajaran kesusilaan yang didasarkan atas konsepsi cinta kasih dan belas kasihan kepada semua makhluk.

⁸⁹Nyanataloka, *Buddhist Dictionary*, (Frewin: Co. Tto, 1972), 187.

⁹⁰Bhikkhu Khantipalo, *Saya Seorang Buddhis-Bagaimana Menjadi Buddhis Sejati*, (Jakarta: Yayasan Karaniya, 1991), 59.

⁹¹Bhikkhu Subalaratano (ed), *Pengantar Vinaya*, (Jakarta: Sekolah Tinggi Agama Buddha Nalanda), 28.

⁹²Supomo, *Dasar-Dasar Uposatha*, (Yogyakarta: Vihara Vidyaloka Vidyasena, 1993), 1-2.

Sehingga yang termasuk di dalam kelompok sila di sini adalah:

- 1) Pembicaraan benar (*samma vaca*)
- 2) Perbuatan benar (*samma kammanta*)
- 3) Mata pencaharian benar (*samma ajiva*)

Puasa di dalam agama Buddha merupakan salah satu cara praktek pengendalian diri dari segala bentuk pikiran yang tidak baik dan merupakan usaha untuk membebaskan diri dari segala kejahatan, yaitu: ketamakan, kebencian dan kebodohan batin. Sang Buddha melarang para bhikkhu mengambil makanan padat (yang mengenyangkan) setelah lewat tengah hari. Begitu juga umat awam yang menjalankan delapan peraturan (*atthasila*) pada hari *Uposatha*, untuk berpantang mengambil makanan padat setelah tengah hari.⁹³

Berkaitan dengan masalah puasa di dalam agama Buddha, bahwa kegunaan dari memakan makanan adalah tidak untuk kesenangan, pemabukan, menggemukkan badan atau untuk memperindah diri, tetapi hanyalah untuk kelangsungan hidup dan mempertahankan tubuh, menghentikan rasa tidak enak, dan untuk membantu kehidupan suci. Sehingga akan mendapatkan kebebasan tubuh dari gangguan-gangguan serta akan dapat hidup dengan tenang.⁹⁴

c. Puasa Dalam Ajaran Kristen Katolik

Dimensi keagamaan umat Katolik, kajian terkait konsep puasa masuk ke dalam dimensi praktik keagamaan atau ritual keagamaan. Ritual atau ibadah yang ada dalam agama Katolik dibagi menjadi 2 bagian, yaitu ibadah rohani dan ibadah sosial. Ibadah rohani pelaksanaannya dilakukan dalam roh setiap penganut Katolik. Maksudnya, cara beribadahnya adalah dengan melakukan doa bersama, mempersembahkan diri, dan senantiasa memuji Tuhan. Sedangkan ibadah sosial merupakan perwujudan dari keimanan seseorang.⁹⁵ Dalam injil Matius 25:

⁹³Pandit J. Kaharuddin, *Hidup dan kehidupan*, (Jakarta: Tri Sattva Buddhis Center, 1991), 44.

⁹⁴Bhikkhu Khemio, *Samanera Sikkha-Latihan Samanera*, (Jakarta: Sangha Theravada Indonesia, 1980), 58-59.

⁹⁵Muhsinin, Mahmud. Puasa Menurut Islam dan Katolik. *Al-Hikmah: Jurnal*

35-36:

“Sebab ketika Aku lapar, kamu memberi Aku makan. Ketika Aku haus, kamu memberi minum. Ketika Aku telanjang, kamu memberi Aku pakaian, Ketika Aku dalam penjara, kamu mengunjungi Aku. Ketika Aku menjadi orang asing, kamu memberiKu tumpangan”.

Dalam ajaran yang ada di perjanjian baru, puasa merupakan bentuk terpuji atau jika dalam Islam berupa sunnah. Puasa menurut ajaran katolik juga sebagai bentuk sanjungan untuk orang-orang yang berpuasa.⁹⁶ Sesungguhnya puasa dalam agama Katolik bukan merupakan suatu kewajiban. Dalam agama Katolik berpuasa berarti menahan lapar untuk turut merasakan perasaan duka cita, kesedihan, dosa, dan juga penderitaan atas wafatnya Yesus Kristus pada saat di salib.⁹⁷

Puasa dalam agama Katolik termasuk dalam kategori ibadah yang ringan. Hal ini berdasar pada anjuran puasa dalam Katolik terdapat pada Rabu Abu dan Jumat Agung. Selain itu, umat Katolik diberi kebebasan untuk menentukan berapa hari mereka ingin berpuasa dari waktu-waktu yang telah disediakan, yaitu:

- 1) Delapan jam dalam satu hari
- 2) Satu hari satu malam
- 3) Tiga hari
- 4) Tujuh hari
- 5) Empat puluh hari.

Anjuran berpuasa ada dalam kitab perjanjian baru tepatnya pada Markus 2: 18-20 berupa nasehat-nasehat tentang puasa, bahwa ketika para murid Yahya menemui Yesus dan bertanya penyebab mereka dan orang Parisipun berpuasa sedangkan umat dari Yesus sendiri tidak berpuasa. Namun pada akhirnya

Studi Agama-Agama. Vol. 1. No. 2. 2015. Diakses dari, <http://repository.ar-raniry.ac.id/2509/1/GABUNGAN.pdf>. (13 April 2022)

⁹⁶Sismono, *Puasa pada Umat-Umat Dulu dan Sekarang*, (Jakarta: Republika, 2010), 71.

⁹⁷Pidyanto Gunawan, *Umat Bertanya Romo Pid Menjawab* (Yogyakarta: Kanisius, 2000), 88.

nanti berpuasa akan dilakukan oleh setiap umat.⁹⁸ Dalam keterangan tersebut, menunjukkan bahwa Yahya telah membaptis para muridnya untuk berpuasa, sedangkan Yesus justru tidak melakukan hal yang sama kepada muridnya yaitu Paulus dan pengikutnya. Itulah yang menjadi penyebab bahwa puasa bukan hal yang wajib bagi umat Katolik.

Bagi penganut agama Katolik, puasa berarti mengurangi jatah makanan dari porsi yang biasa dia makan serta tidak memakan makanan yang memiliki kandungan protein di dalamnya seperti telur, daging, ikan. Hal ini ditujukan agar selama berpuasa hati dan pikiran menjadi lebih sejuk. Sedangkan makananmakanan yang menjadi pantangan itu membuat darah menjadi terasa panas.

Larangan untuk tidak memakan protein-protein itu termaktub dalam kitab Hukum Kanonik (Kan. 1251):⁹⁹

“Menurut ketentuan para Uskup pada saat konferensi, pantang memakan daging dan makanan lainnya setiap hari jumat sepanjang tahun, kecuali jumat itu memasuki hari raya. Pantang dan puasa hendaknya dilakukan pada hari Rabu Abu dan Jumat Agung guna memperingati duka, sengsara, dan disalibnya Tuhan Yesus”.

Pada saat umat Katolik akan mulai berpuasa, dia mendapat kesempatan untuk memilih waktu makan yang diharuskan hanya satu kali dalam sehari. Sekalipun umat tersebut mampu berpuasa dari pagi sampai sore, maka jadwal dia untuk berbuka puasa, adalah di waktu sore hari. Tergantung kekuatan menahan pantang dan puasa masing-masing umat. Umat Katolik juga mewajibkan berpuasa kepada orang yang umurnya sudah mencapai 18 tahun, dan batas maksimalnya di usia 60 tahun. Diluar usia tersebut, tidak diwajibkan namun boleh.¹⁰⁰

⁹⁸Hasti Marlini Putri, Nilai Universal dari Konsep Puasa Agama Katolik dan Islam, 4. Diakses dari, <https://osf.io/u3grf/download/?format=pdf> pada 14 April 2022.

⁹⁹Ps. Agis Triatmo, Iman Katolik (Media Informasi dan Saran Katakesa, Kitab Hukum Kanonik (Kan. 1251), diakses dari <http://www.imankatolik.or.id/khk.php?q=1251-1252>, pada 15 April 2022.

¹⁰⁰Stefanus, Berpuasa dan Berpantang menurut Gereja Katolik, Komisi

Anjuran lain dalam Alkitab yang menyeru umat Katolik untuk berpuasa juga ada pada Yes 58: 6-12, dalam beberapa kutipan ayat tersebut menjelaskan tentang makna puasa adalah untuk umat Katolik agar terlepas dari belenggubelunggu kelalaian dan melepaskan penderitaan orang-orang yang menderita menjadi merdeka.

Manfaat lain dari berpuasa juga dapat menuntun umat Katolik mendapat cahaya yang merekah seperti fajar, luka yang segera pulih, dan senantiasa dilindungi oleh Tuhan.¹⁰¹ Puasa dan doa menjadikan saluran yang lebih baik untuk dipakai Roh Kudus.

d. Puasa Dalam Ajaran Kristen Protestan

Ajaran Protestan juga memperjelas tentang dua jenis ibadah yang sifatnya kebaktian dan biasa, termasuk pembahasan di dalamnya tentang puasa. Nasihat atau anjuran berpuasa dalam agama Protestan bertujuan sebagai bentuk pertobatan dari keinginan duniawi. Ketika seorang sedang berpuasa, jangan sampai diketahui oleh siapa pun. Dalam perjanjian lama, puasa dikenal dengan istilah-istilahnya yakni "*nasteuo*" atau tidak makan dan "*inna nafsya*" yang berarti "merendahkan diri" dengan cara berpuasa.¹⁰²

Makna merendahkan diri dalam perjanjian lama sama dengan puasa dalam agama Yahudi yang terjadi pada hari perdamaian. Dalam tradisi Yahudi, puasa untuk memperingati hari tersebut merupakan suatu kewajiban, dan bila melanggar hukumannya adalah hukuman mati.

Puasa memiliki makna yang mendalam bagi individu yang melaksanakannya. Puasa disebut tindakan sukarelawan untuk turut merasakan persaan duka, kesedihan, dan merenungi dosa-

Katetik, diakses dari <https://komkat-kwi.org/2015/02/17/berpuasa-dan-berpantang-menurut-gereja-katolik/>, pada 17 April 2022.

¹⁰¹Insight Tour, Perbedaan Cara Berpuasa Orang Kristen Katolik dan Protetsan, diakses dari <http://insighttour.id/perbedaan-cara-berpuasa-orang-kristen-katolik-dan-kristen-protestan/>, pada 17 April 2022.

¹⁰²Abu Ahmadi, *Sejarah Agama* (Solo: Ramadhani, 1990), 143.

dosa.¹⁰³ Puasa juga menjadi sebuah ritual yang dilakukan umat Protestan sebagai bentuk pertobatannya. Perihal puasa dalam agama Protestan, terdapat prinsip-prinsip hukum atau dasar hukum berpuasa umat Protestan. Pada saat Yesus berkhotbah di bukit, Yesus menerangkan pola kedudukan manusia sebagai anak-anak Tuhan. Franklin menyatakan bahwa ada tiga kewajiban khusus umat Kristen, yaitu:

- 1) Perihal memberi sedekah, termaktub dalam Matius 6: 1-4, ketika memberi jangan sampai ada orang yang mengetahuinya.
- 2) Perihal Berdoa, umat Protestan diwajibkan berdo'a karena memang ingin melakukan pertaubatan dan tidak diperuntukkan berdoa layaknya orang munafik. Berdoa di sini harus dilakukan menyendiri dan tidak dipamerkan kepada khalayak ramai.
- 3) Perihal Berpuasa, ini sama halnya dengan berdoa agar tidak melakukan kewajiban ini dengan hati yang munafik. Tidak diperuntukkan seorang Kristiani memperlihatkan bahwa dia sedang berpuasa dengan mengubah ekspresi wajahnya sehingga orang mengetahui bahwa dirinya berpuasa.

Dari ketiga kewajiban itu memiliki hubungan yang sama, yakni apabila melakukan suatu ibadah jangan sampai ada pihak lain yang mengetahuinya, karena Tuhan sudah mengetahui apa yang dilakukan hamba-Nya.

Dalam agama Protestan, penentuan waktu berpuasa diserahkan sepenuhnya kepada manusia. Di bawah ini memuat apa saja jenis puasa menurut Protestan yang ada pada Alkitab, yaitu:

- 1) Puasa Penuh, dalam beberapa hari menahan lapar dan minum namun tidak lebih dari tiga hari, karena tubuh manusia hanya bisa bertahan selama dua hari ketika tidak makan dan minum.
- 2) Puasa sebagian, membatasi apa yang dikonsumsi.
- 3) Puasa biasa, pantang untuk makan namun diperbolehkan jika

¹⁰³Syarif Hidayatullah, 2008), 17. Diakses dari, <https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123-45678-9/8630/1/RAMADANI-FUF.pdf>, pada 17 April 2022.

minum.

Selama waktu dimulainya berpuasa mereka, pada pagi hari, sore, bahkan malam hari terdapat kegiatan dalam ketiga waktu tersebut. Pada saat pagi hari, dimulai dengan pujian dan penyembahan kepada Tuhan, membaca sekaligus merenungkan firman Tuhan dengan posisi berlutut, serta memanjatkan doa agar Roh Kudus memberikan petunjuk dan senantiasa ada dalam diri umat yang berpuasa.¹⁰⁴

e. Puasa Dalam Ajaran Konghucu

Agama Khonghucu juga mengenal adanya ibadah berpuasa (Chai Zhai). Ini sebagaimana tertulis dalam Kitab Kesusilaan (Li-Ji) XXII yang berbunyi: “Ketika tiba waktunya menaikkan sembahyang, seorang Susilawan akan bersuci diri dengan cara berpuasa lahir batin. Dalam Kitab Sishu Tengah Sempurna Bab XV:3 juga dijelaskan: ”Demikianlah menjadikan umat manusia di dunia berpuasa, membersihkan hati dan mengenakan pakaian lengkap sujud bersembahyang kepadaNya. Sungguh Maha Besar Dia, terasakan di atas dan di kanan-kiri kita. (SS.VII:13)¹⁰⁵

Makna puasa dalam agama Khonghucu ada 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 kata, dan perbuatan yang tidak melanggar kesusilaan, sehingga jiwa kita sepenuhnya dapat kembali pada Cinta Kasih. “Dengan berpuasa, membersihkan hati, mengenakan pakaian lengkap dan tidak berbuat sesuatu yang bertentangan dengan Kesusilaan, inilah salah satu cara yang dapat dilakukan dalam upaya membina diri” (Tengah Sempurna XIX.14)

Selain sebagai sarana untuk membina diri, puasa juga merupakan sarana pertobatan pada Tian Yang Maha Esa, atas

¹⁰⁴13 Cara Puasa Orang Kristen Protestan yang Benar, diakses dari <https://tuhanyesus.org/carap puasa-orang-kristen>, pada 17 April 2022.

¹⁰⁵Lasiyo, *Agama Konghucu As An Emerging From of Religious Life Among The Indonesian Chinese*, (Yogyakarta: Lintang Pustaka Utama, 2012), 11.

segala kesalahan yang pernah dilakukan. Hal ini dapat kita simpulkan dari 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) Nabi Khongcu bersabda, "Bila setiap orang setiap hari dapat kembali kepada Kesusilaan, maka dunia akan kembali kepada Cinta Kasih". Puasa dari bentuknya, dapat digolongkan menjadi dua jenis, yaitu: puasa secara jasmani (Zhai) dan puasa secara rohani (Jie).

Puasa secara jasmani ada beberapa bentuk. Garis besarnya adalah berpantang makan, tidak terbatas hanya tidak makan makanan yang bernyawa seperti daging (vegetarian) secara berkala pada hari sembahyang tertentu, tapi bisa juga berpantang makan yang lain, seperti misalnya berpantang makan nasi, atau berpantang makanan yang mengandung rasa, atau berpantang makan 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, 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.”¹⁰⁶

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. Jangan sampai puasa menjadi kehilangan makna hanya karena ketidakseriusan umat dalam menjalankannya. Hal ini sebagaimana diteladankan oleh Nabi Kongzi dalam Lunyu VII: 13, “Nabi berhati-hati di dalam hal berpuasa, peperangan, dan sakit.”

¹⁰⁶Alfi Uswatun Chasanah, “Puasa Dalam Agama Konghucu”, (Skripsi, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2018), 22.

Selanjutnya dijelaskan dalam Liji, bila tidak siap atau mampu melakukan dengan kesungguhan dan kesiapan lahir batin, maka sebaiknya tidak dilakukan. Ayat ini bukanlah menjadi alasan bagi umat untuk tidak melaksanakan puasa, melainkan justru penegasan bahwa hendaklah puasa dilaksanakan dengan sungguh sungguh, bukan untuk percobaan, apalagi mainan.

Akhirnya saya mewakili Majelis Tinggi Agama Khonghucu Indonesia (MATAKIN) mengucapkan selamat menjalankan ibadah puasa bagi seluruh umat muslim di manapun berada. Puasa adalah kegiatan multi makna. Ia bukan sekedar (pengejawantahan) perintah Tuhan namun juga merupakan sarana pelatihan disiplin diri. Puasa tidak sekedar menahan lapar dahaga, namun juga berguna untuk latihan menahan diri, mengendalikan emosi, dan introspeksi. Puasa bukan juga sekedar baik untuk kesehatan, namun juga baik untuk melatih kepekaan. Pendek kata dari kegiatan atau ibadah yang dinamai puasa ini, kita dapat memetik hikmah dan pelajaran yang tinggi dan multi dimensi.¹⁰⁷

f. Puasa Dalam Ajaran Islam

Puasa secara bahasa berasal dari bahasa Arab yaitu *shiyam* atau *shaum* yang artinya menahan dari segala sesuatu, baik perbuatan maupun perkataan, seperti menahan makan, minum, nafsu, menahan berbicara yang tidak bermanfaat dan sebagainya. Puasa dalam Al-Qur'an dan hadis disebut dengan kata *ash-shiyam* atau *ash-shaum*, dan secara harfiah berarti *tarkun* menahan diri dari sesuatu). Puasa dapat bermakna *wakaffun wa hirmanun* (meninggalkan-menahan diri-mengharamkan) *imsak* (menahan diri) dan *imtina'un* (mencegah). Adapun pengertian puasa secara istilah mencegah dan menahan diri dari hal-hal yang mubah yaitu berupa makan, minum dan berhubungan suami istri dalam rangka untuk

¹⁰⁷Liem Liliyany Lontoh, Puasa Dalam Perspektif Agama Khonghucu, Diakses dari <https://kemenag.go.id/read/puasa-dalam-perspektif-agama-khonghucu-lmbj-lmbjl>, Pada 15 April 2022.

Taqarub ilallahi (mendekatkan diri kepada Allah SWT).¹⁰⁸

Dalam istilah hukum Islam, puasa berarti menahan, berpantang, atau mengendalikan diri dari makan, minum, seks, dan hal-hal lain yang membatalkan dari terbit fajar (waktu subuh) hingga terbenam matahari (waktu maghrib). Puasa menurut syariat adalah mencegah diri dari segala perkara yang membatalkan dari terbitnya fajar hingga terbenamnya matahari dengan niat ibadah kepada Allah SWT.¹⁰⁹

Puasa (Ar.shawm). Nabi Muhammad menegaskan bahwasanya puasa sebagai sebuah disiplin spiritual. Puasa ini ditetapkan oleh Nabi Muhammad berdasarkan kebiasaan muslim masa awal yang mengerjakan puasa dengan penuh antusias yang pada akhirnya Nabi Muhammad perlu menetapkan batasannya, karena puasa yang berlebihan seperti yang dikerjakan oleh sahabat-sahabat di Madinah menyebabkan fisik mereka lemah, tidak berdaya. Selain puasa dalam bulan Ramadhan yang berlangsung sejak terbit fajar sampai terbenam matahari, terdapat sejumlah puasa pada hari-hari tertentu dalam kalender Islam, yang disebut sebagai puasa sunnah, yakni puasa yang didasarkan keteladanan Nabi Muhammad.¹¹⁰

Menurut sabda Nabi, Puasa adalah seperempat iman, atau sabar itu setengah iman dan puasa adalah setengah sabar maka pahalanya melampaui undang-undang penentuan dan perhitungan. Nabi bersabda “Demi Allah yang jiwaku didalam tangannya. Sesungguhnya bau busuk mulut orang yang berpuasa, akan lebih harum disisi Allah dari pada bau kasturi. Sedangkan puasa secara bahasa adalah terjemahan dari Arab *ṣawmu*, yang memiliki arti dasar *amshaka* „*an al-kalāmu wa al-kaf* „*ala shay* „*in* yaitu menahan sesuatu atau meninggalkannya. Dan dalam mufradat al-qur’an Ar-raghib berkata: „*ṣawmu* adalah melakukan sesuatu, baik makan,

¹⁰⁸Ramadani, “Makna Puasa di Kalangan Narapidana Muslim dan Kristen”, (Skripsi, Jakarta: UIN Syarif Hidayatullah, 2008.), 10.

¹⁰⁹Ahmad Syarifuddin, *Puasa Menuju Sehat Fisik dan Psikis*, (Jakarta: Gema Insani, 2003), 43.

¹¹⁰Cyril Glasse, *Ensiklopedi Islam (Ringkas)*, diterjemahkan oleh Ghufron A. Mas’adi, Cet. 1, (Jakarta: PT. Raja GrafindoPersada, 1996), 317.

berbicara, atau berjalan. Pendapat tersebut juga dikatakan Abu Ubaidah yang mengutip beberapa ahli bahasa.¹¹¹

Pengertian puasa secara terminologi para ulama fikih, puasa berarti menahan diri dari segala hal yang membatalkan dalam satu hari, sejak fajar menyingsing hingga terbenamnya matahari dengan memenuhi syarat-syaratnya.

Puasa dalam arti menahan diri dari segala yang membatalkan dan merusak nilai puasa menurut imam Al-Ghazali dibagi kepada tiga tingkatan yaitu:¹¹²

- 1) Puasa Umum yaitu: puasa dengan hanya menahan diri dari makan dan minum serta hubungan seksual.
- 2) Puasa khusus yaitu: disamping melaksanakan puasa umum ditambah dengan menahan diri dari perkataan, pandangan, penglihatan dan perbuatan anggota tubuh yang cenderung kepada yang tidak baik.
- 3) Puasa khusus al-khusus yaitu: disamping melaksanakan puasa umum dan khusus diatas disempurnakan pula dengan puasa hati yakni menahan hati dari memikirkan, menghayalkan atau membayangkan hal-hal duniawi yang rendah selama berpuasa.

Tentang arti puasa ini Yusuf al-Qardlawi mengatakan puasa artinya menahan dan mencegah kemauan dari makan, minum, bersetubuh dengan istri, dan yang semisalnya sehari penuh, dari terbitnya fajar siddiq (waktu subuh) hingga terbenamnya matahari (waktu maghrib), dengan niat tunduk dan mendekatkan diri kepada Allah SWT. Dalam salah satu hadist Rasulullah SAW bersabda, “Orang yang puasa mendapatkan kebahagiaan ketika berbuka dan kebahagiaan ketika bertemu Tuhannya.” (HR. Al Tirmidzi).¹¹³

¹¹¹Nur Hidayah Qomariyah, “Puasa dalam manuskrip Islam (Bidayat al – Hidayah koleksi Perpustakaan Pondok Pesantren Tebuireng Jombang)”, (Skripsi Surabaya: Fakultas Adab dan Humaniora UIN Sunan Ampel, 2015), 49.

¹¹²Rahmi Rahmawati, “Analisis terhadap Pendapat Ibnu Hazm tentang Batalnya Puasa Karena Sengaja Melakukan Kemaksiatan” Skripsi (Riau: UIN Suska Riau, 2013), 28.

¹¹³Arif M. Riswanto, *Mukjizat Lailatul Qadar: Menemukan Berkah Pada Malam Seribu Bulan*, (Bandung; Mizania, 2007), 34.



BAB III

GAMBARAN UMUM DESA SRIMENANTI KECAMATAN AIR HITAM KABUPATEN LAMPUNG BARAT

A. Profil Pekon Srimenanti

1. Sejarah Pekon Srimenanti

Pekon Srimenanti atau awalnya Desa Srimenanti hasil pemekaran dari Desa Sukananti yang berdiri secara administrative pada tanggal 10 Oktober 1984. Semula, penduduknya merupakan pendatang yang berasal dari Desa Sribhawono Kecamatan Labuhan Maringgai Kabupaten Lampung Timur, yang mencari tempat usaha. Masyarakat Desa Srimenanti terdiri dari beberapa suku seperti Semendo, Jawa, Bali, Sunda, dan lain sebagainya. Sehingga membentuk sebuah kedesunan. Dengan pertambahan jumlah penduduk yang cukup pesat yang akhirnya sekarang menjadi 266 KK, 1122 jiwa yang terbentuknya desa/pekon Srimenanti. Desa Srimenanti yang namanya diambil dari 2 gabungan nama yakni Desa Sribhawono dan Sukananti, yang awalnya masih pekon persiapan sehingga menjadi pekon definitif. Untuk kelancaran pada pemerintahan diadakan pembagian wilayah dengan istilah kesukuan, setiap suku dipimpin oleh kepala suku/pemangku. Pekon Srimenanti yang terdiri dari 5 gabungan yaitu:

1. Pemangku Srimulyo
2. Pemangku Tenam Sembilan
3. Pemangku Sumber Rejeki
4. Pemangku Datar Mayan
5. Pemangku Sinar Jaya

Dalam kurun waktu sejak berdirinya Pekon Srimenanti tanggal 10 Oktober 1984 seiring perkembangannya wilayah yang sebelumnya tergabung dengan Kecamatan Sumber Jaya Kabupaten Lampung Utara akhirnya melahirkan Kabupaten sendiri yaitu Kabupaten Lampung Barat. Terakhir dengan adanya pengembangan wilayah, Pekon Srimenanti menjadi

bagian Kecamatan Way Tenong. Yang akhirnya sekarang menjadi Kecamatan Air Hitam yang merupakan pemekaran dari Kecamatan Sumber Jaya.

Dengan adanya otonomi daerah terdapat perubahan istilah nama desa menjadi pekon sesuai dengan adat Kabupaten Lampung Barat Nomor 02 Tahun 2000, demikian juga sebutan kepala desa menjadi kepala pekon atau peratin. Pemerintahan Pekon Srimenanti sejak berdiri pada tahun 1984 sampai saat ini telah menjalani 9 pergantian pejabat Kepala Desa/Peratin sebagai berikut;¹¹⁴

Tabel 1.1
Nama-nama yang pernah menjabat Kepala Desa Srimenanti
Kecamatan Air Hitam Lampung Barat

NO	NAMA KEPALA DESA/PERATIN	TAHUN PEMERINTAHAN
1	Suteguh	1984 s/d 1986
2	Ahmad Sanusi	1986 s/d 1995
3	Gampilun BA (Pjs)	1995 s/d 1996
4	Tusimin (Pjs)	1996 s/d 2001
5	Sudarsono	2001 s/d 2008
6	Bambang Haryono (Pjs)	2008 s/d 2010
7	Suhartono	2010 s/d 2016
8	Seh Ahmad Widodo	2016 s/d 2021
9	Anggi Ismanto	2022 s/d 2028

Sumber: Riwayat Kepemimpinan Pekon Tahun 2019

2. Kondisi umum Pekon Srimenanti
 - a. Geografis dan Demografis Letak Luas Wilayah

Pekon Srimenanti merupakan salah satu dari lima pekon dan satu kelurahan yang ada di Kecamatan Air Hitam. Pekon Srimenanti yang memiliki jarak kurang lebih 7 Km dari ibukota Kecamatan. Batas-batas wilayahnya,

¹¹⁴Dokumentasi Desa. *Profil Pekon Srimenanti Kecamatan Air Hitam*. 2021

sebelah Utara berbatasan dengan Pekon Mutar Alam, sebelah Selatan dengan Pekon Sidodadi, sebelah Barat dengan TNBBS, dan sebelah Timur dengan Pekon Semarang Jaya. Pekon Srimenanti sendiri memiliki luas wilayah 287.00 Ha/M.

Iklm Pekon Srimenanti secara umum sama, sebagaimana wilayah Lampung pada umumnya yaitu kemarau dan penghujan. Namun, untuk Pekon Srimenanti rata-rata musim penghujan lebih lama dari pada musim kemarau. Untuk tanaman kopi, lada, dan palawija musim penghujan merupakan faktor penting karena dengan kondisi iklim yang dingin apabila diguyur musim penghujan maka kopi dan lada akan gagal terkecuali palawija. Sedangkan pada musim kemarau di Pekon Srimenanti kesulitan akan air bersih. Sehingga iklim yang tak menentu ini sangat berpengaruh dengan akan keberhasilan masyarakat petani.

Suatu organisasi pemerintah maupun organisasi lain dalam bentuk yang sederhana harus mempunyai susunan organisasi dan harus ada pertanggung jawaban terhadap institusi di atasnya, begitu pula dengan pemerintahan Pekon Srimenanti Kecamatan Air Hitam Kabupaten Lampung Barat.

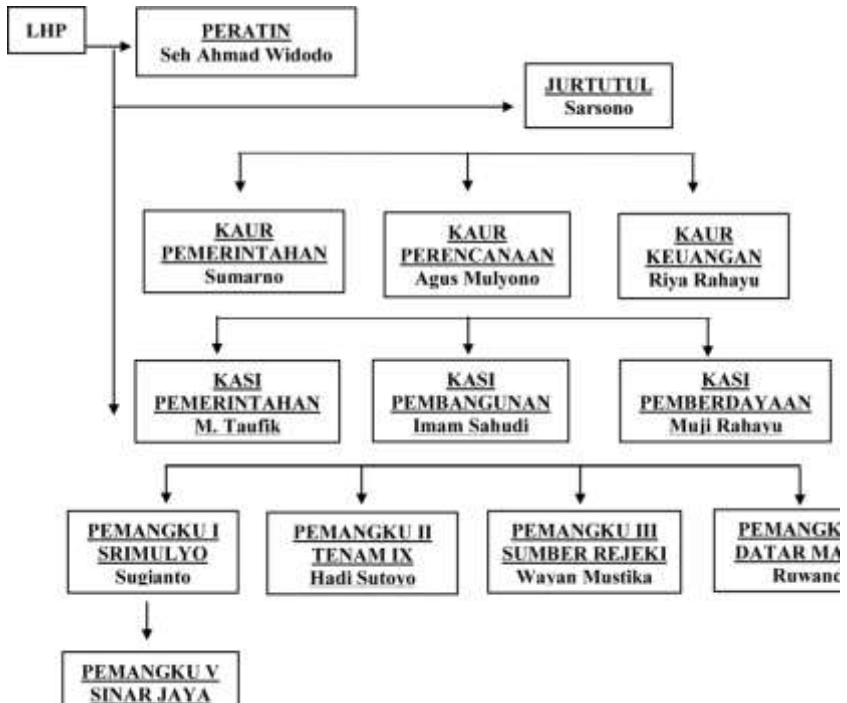
Secara struktural, Pekon Srimenanti bertanggung jawab terhadap pembangunan serta kemakmuran masyarakatnya. Bersamaan dengan itu untuk melaksanakan program pemerintahan maka ditetapkan adanya truktur pemerintahan desa. Dengan adanya struktur pemerintahan desa ini, maka semua aparat mengerti akan tugas, tanggung jawab, dan kewajiban masing-masing yang harus dikerjakan sehingga pemerintahan desa/pekon dapat berjalan dengan baik sesuai dengan apa yang diharapkan.¹¹⁵

Pemerintahan Pekon Srimenanti menganut sistem

¹¹⁵Sarsono, Sekretaris Pekon Srimenanti “profil desa”, *Wawancara*, 20 April 2022

kelembagaan pemerintahan Pekon sebagai berikut:

Skema 1.2 : Pekon Srimenanti Kecamatan Air Hitam Kabupaten Lampung Barat



b. Keadaan Sosial Ekonomi Penduduk

1. Jumlah penduduk

Pekon Srimenanti mempunyai jumlah Kepala Keluarga 303 KK yang tercatat dalam pembukuan Pekon Srimenanti yang tergambar dalam Tabel berikut.

Tabel 1.3
Keadaan Penduduk Pekon Srimenanti Kecamatan Air Hitam
Kabupaten Lampung Barat

Jenis Kelamin	Penduduk
Laki-laki	499 jiwa
Perempuan	489 jiwa
Jumlah	988 jiwa
Jumlah (KK)	303 kk
Kepadatan penduduk	7.057,14 per KM

Sumber: Data Monografi Pekon 2021

Berdasarkan tabel diatas jumlah penduduk Pekon Srimenanti Kecamatan Air Hitam Kabupaten Lampung Barat berjumlah 988 jiwa yang tersebar dalam satu wilayah dusun yang terdiri dalam 5 dusun/pemangku.¹¹⁶

3. Tingkat Pendidikan

Pendidikan merupakan salah satu masalah yang sangat penting dalam kehidupan manusia, karena melalui pendidikan itu seseorang mendapatkan ilmu pengetahuan untuk mempertahankan dan menjalankan roda kehidupan dunia. Pendidikan ini benar-benar disadari pentingnya oleh penduduk Pekon Srimenanti, sehingga tingkat kesadaran ini mengacu pada orang tua untuk mensekolahkan anaknya sesuai dengan tingkat kesejahteraan orangtua dan kecerdasan anak.

Dilihat dari tingkat pendidikannya masyarakat Srimenanti sudah mengenyam pendidikan walaupun ada yang sekedar tamat pendidikan sekolah dasar.¹¹⁷ Untuk mengetahui tingkat pendidikan masyarakat Pekon Srimenanti dapat dilihat pada tabel sebagai berikut.

Tabel 1.4

¹¹⁶Rencana Pembangunan Jangka Menengah Kampung (RPJMKam) Pekon Srimenanti tahun 2016-2021

¹¹⁷Ibid.

Penduduk Desa Srimenanti Menurut Tingkat Pendidikan

No	Tingkat Pendidikan	Jumlah
1	Tamat SD/MI	438
2	Tamat SLTP/MTs	179
3	Tamat SLTA/SMA	113
4	S1/Diploma/D3	21
5	Putus Sekolah	74
6	Tidak Pernah Sekolah	74
Jumlah		899

Sumber: Data Monografi Pekon 2021

Masyarakat menyadari bahwa anak-anaknya adalah generasi penerus pejuang bangsa dan agama. Maka, mereka memberi kesempatan kepada anak-anaknya untuk mengenyam pendidikan formal yang baik di desa tersebut maupun yang berada di sekitarnya bahkan keluar daerah.

4. Agama Yang Dianut

Adapun jumlah penduduk Pekon Srimenanti Kecamatan Air Hitam Kabupaten Lampung Barat berdasarkan agama seperti terlihat dalam tabel berikut ini.

Tabel 1.5
Jumlah Pekon Srimenanti Berdasarkan Agama

No	Agama Yang Dianut	Jumlah
1	Islam	836
2	Kristen Protestan	0
3	Kristen Katolik	0
4	Hindu	160
5	Budhha	0
6	Konghucu	0
Jumlah		996

Sumber: Data Monografi Desa

Tabel diatas memperjelas bahwa terdapat dua penganut agama yaitu Islam dan Hindu yang berada di Pekon Srimenanti Kecamatan Air Hitam Kabupaten

Lampung Barat yang mayoritas pemeluk agama Islam.

5. Mata Pencaharian

Mata pencaharian adalah pekerjaan yang menjadi pokok penghidupan. Mata pencaharian diartikan pula sebagai segala aktivitas manusia dalam memberdayakan potensi sumber daya alam. Mengingat keadaan alam yang kayak akan potensi tanah yang subur, maka wilayah pekon Srimenanti Kecamatan Air Hitam Kabupaten Lampung Barat sangat cocok untuk dijadikan lahan pertanian. Hal ini terlihat dari sebagian besar penduduk berprofesi sebagai petani, disamping itu ada yang berprofesi sebagai Pegawai Negeri Sipil, Jasa, dan buruh lainnya. Untuk lebih jelasnya dapat digambarkan dalam tabel sebagai berikut.

Tabel 1.6

Jumlah Penduduk Pekon Srimenanti Kecamatan Air Hitam Kabupaten Lampung Barat Menurut Mata Pencaharian

No	Jenis Pekerjaan	Jumlah
1	Petani	565
2	Buruh Tani	200
3	Pedagang Barang Kelontong	16
4	Peternak	44
5	Nelayan	0
6	Montir	4
7	Perawat Swasta	3
8	Bidan Swasta	1
9	TNI	0
10	Pengusaha kecil, menengah, dan besar	8
11	Guru Swasta	13
12	Dosen Swasta	0
13	Perangkat Desa	20
14	Tukang Jahit	2
15	Tukang Cukur	1
Jumlah total penduduk		876

Sumber: Data Monografi Desa 2021

Dari data tersebut mayoritas penduduk Pekon Srimenanti Kecamatan Air Hitam bermata pencaharian sebagai petani yang menjadi sumber utama mata pencaharian masyarakat Pekon Srimenanti.

Puasa Dalam Perspektif Umat Agama Hindu

1. Pengertian Puasa Bagi Umat Agama Hindu

Puasa dalam agama Hindu merupakan bagian dari tapa. Tapa sendiri bagian dari dasar keimanan. Tapa adalah mengekang, menguasai, dan membakar. Tapa dalam hal ini dimaksudkan “penguasaan atas nafsu atau melakukan hidup suci”. Brata adalah janji atau sumpah atau keinginan yang teguh melakukan aktivitas keagamaan”. Sedangkan menurut Nyoman Sukarase, Juru Mangku Pure Dalem masyarakat Hindu, berpendapat: “bahwa puasa adalah pengendalian nafsu”.¹¹⁸ Puasa disebut juga Brata karena puasa adalah bagian dari brata, sebagaimana yang diterangkan dalam Sarasamucaya Sloka 260 sebagai berikut:

*Danaminjya tapo dhyanam svadhyayo pasthanigraha
grahavatopavassanum ca ananam ca niyama daga. Nyang
brata sapuluh kwehnya, ikang niyama ngaranya
pratyekanya, dana, ijjah, tapa, dhayana, swadhayana,
upasthanigraha, brata, upawasa, mauna, snana, nahanta
awak ning niyama, dana weweh, annadanadi, ija,
dewapuja, pitrupjadi, tapa, kasengeosana, kasatan,
ikangcarira, bhucarya, jalatygadi; dhayana,
ikangciwasmarana, swadhyasa, upasthanigraha, kahrta-ning
upastha, brata annawarjadi, mauna, wacangyama
kahrtoning ujar, haywakecek kuneng, snana, trisanghya
sewana, madyusa ringkalaning sanghya.*

Artinya;

Inilah brata sepuluh banyaknya yang disebut niyama perinciannya; dana, ijjah, tapa, dhayana, swadhayana, upasthanigraha, brata, upawasa, mona, snana, itulah yang merupakan niyama, dana; pemberian makanan minuman dan lain sejenisnya, tapa; pengekangan nafsu jasmaniyah, badan yang seluruhnya kurus kering, layu berbaring diatas tanah, diatas air dan diatas alas-alas

¹¹⁸Nyoman Sukarase, Juru Mangku Pure dalem, “Pengertian Upawasa”. Wawancara, Mei 05, 2022.

lain sejenisnya itu, dhayana; tepekur merenungkan ciwa, swadhayaya; yakin mempelajari weda, upasthanigraha; pengekangan upastha, singkatnya pengendalian nafsu, brata pengekangan nafsu terhadap makanan dan minuman mona itu wacanyama berarti menahan, tidak mengucapkan kata-kata yaitu tidak berkata-kata sama sekali tidak bersuara, snana trisadhya sewana; mengikuti trisandhya, mandi membersihkan diri diwaktu pagi tengah hari dan petang hari.¹¹⁹

Memperhatikan konteks sloka dalam Sarasamuccaya tersebut diatas, maka pengertian puasa disamping *brata* juga *niyama*, karena puasa atau upawasa bagian dari *niyama*. Puasa juga mengandung pengertian tidak makan tidak minum sama sekali (motih dalam bahasa jawa) selama 24 jam penuh tidak beraktivitas, bekerja, hiburan dan tanpa penারণan atau membatasi serta mengurangi dalam masalah makanan atau minuman.¹²⁰

Dalam ilmu pengetahuan Weda, puasa adalah menjalankan pertapaan badan, suara, dan pikiran. Hal ini diterangkan dalam Baghavad-Gita Bab XVII Sloka 14-16 sebagai berikut:

*Deva dvija guru prajna punajan saucham arjavam
bramajharyam ahimsa chasariram tapa uchyate
anudvegakaram vakyam satyam priyahitam cha
yatsvadhyayabhyasanam chai vavanmayam tapa uchyate
manahprasada saumyatvam manam atmavinigraha
bahavasamsuddhirity etat tapo mansam uchyate.*

Artinya:

Berarti kepada dewata, pendita guru dan mereka yang arif bijaksana, suci benar, cantrik dan tanpa kekerasan adalah bertapa dengan badan jasmani. Berbicara tanpa menyinggung melukai hati dapat dipercaya lemah lembut dan berguna dan teratur mempelajari kitab suci dinamakan bertapa dengan ucapan. Suci murni dalam fikiran sopan santun, pendiam

¹¹⁹I Nyoman Kadjeng dkk., *Saramuaccaya*, (Jakarta:PT Laya Praza Press,1988),178-179.

¹²⁰Made Suratman, "Pengertian Upawasa Dalam Masyarakat Hindu", *Wawancara*, Mei 05, 2022.

menguasai diri dan lurus hati disebut bertapa dengan fikiran.¹²¹

Demikian pengertian menurut Bhagavad-Gita bahwa puasa adalah bertapa melalui badan jasmani, ucapan atau suara dan pikiran. Sedangkan Made Titib memberikan pengertian puasa sebagai berikut, puasa adalah pengekangan diri dengan berbagai cara diantaranya dengan melakukan pengendalian terhadap makanan dan minuman bahkan tidak menikmati sama sekali. Demikian beberapa pengertian puasa menurut para ahli dan menurut kitab Bhagavad-Gita serta kitab Saramuccaya dalam agama Hindu. Dengan demikian dapat diambil kesimpulan bahwa puasa dalam agama Hindu adalah pengendalian diri baik terhadap badan jasmani, berbicara, dan pikiran guna mencapai kesempurnaan diri untuk mendapatkan kebebasan dan menyatu dengan Tuhan.

2. Pelaksanaan Puasa Bagi Umat Hindu di Desa Srimenanti

a. Persiapan dalam melaksanakan puasa, Tapa Brata

Bagi umat Hindu dalam menjalankan puasa atau tapa brata ada beberapa persiapan yang harus diperhatikan demi kesempurnaan puasa atau tapa brata yang akan dilakukan. Adapun beberapa persiapan yang harus dilakukan umat Hindu sebelum menjalankan puasa diantaranya;

- a. Mencuci diri, baik badan, pikiran, dan tingkah laku
- b. Melakukan *trisanthya* dan diakhiri dengan *trisanthya* pula.¹²²

Sedangkan dalam sumber lain yang diungkapkan oleh G Pudja bahwa, dalam menjalankan puasa *tapa brata* ada beberapa syarat yang harus dipenuhi diantaranya:

- a. Harus memenuhi syarat
- b. Ada unsur kesalahan yang disadari atau tidak disadari

¹²¹S Pedit, *Bhagavad-Gita*, 411-412.

¹²²Made Suratman Juru Mangku Puseh, "persiapan Upawasa Umat Hindu", *Wawancara*, Mei 05, 2022.

- c. Keyakinan (iman) yang dipercaya bahwa dengan tapa atau puasa kesalahan itu dapat diselesaikan
- d. Mengerti tentang cara pelaksanaannya
- e. Niat untuk melakukannya
- f. Mematuhi atau memenuhi segala syarat yang telah digariskan dalam kitab suci.¹²³

Demikian beberapa syarat dan persiapan yang harus dipenuhi oleh umat Hindu untuk melaksanakan kegiatan spiritual ibadah puasa.

b. Tata cara pelaksanaan puasa atau tapa brata

Tata cara melakukan tapa termasuk juga puasa adalah tergantung dari apa yang ingin dicapai dan tujuan dari puasa atau tapa tersebut. Konkritnya sesuai dengan maksud dan tujuan serta besar kecilnya dosa yang ingin disucikan atau dibersihkan. Ada banyak cara berpuasa yang dianjurkan didalam ilmu pengetahuan Weda dengan berbagai macam cara dan tujuannya. Lamanya berpuasa juga tergantung dari tujuan yang ingin dicapai, ada yang berpuasa selama 1 hari, 3 hari, 7 hari, 14 hari, bahkan ada yang 30 hari.

Sedangkan masalah cara dalam melakukan tapa atau puasa itu ada yang terlentang, berdiri dengan satu kaki, berbaring di atas lumpur, bergelantung di atas pohon dan ada yang merendahkan diri di dalam air, puasa seperti ini lebih dikenal dengan sebutan tapa.¹²⁴ Gambaran secara terperinci puasa itu bahwa dalam agama Hindu ada beberapa tingkatan diantaranya;

- a. *Asana* artinya sikap badan
- b. *Pranayama* artinya pengaturan nafas
- c. *Pratyahara* artinya pemusatan pikiran
- d. *Dharana* artinya lamanya pemusatan pikiran
- e. *Dhianan* artinya ketahanan pikiran terpusat
- f. *Samadhi* artinya puncak pemusatan pikiran

¹²³G. Pudja, *Pengantar Agama Hindu II Sradha*, (Jakarta: Mayasari, 1984), 69.

¹²⁴A.K. Candrawati, *Ekadasi Bimbingan Rohani Hindu Dalam Puasa* (Jakarta: CV Pustaka Sinar Agung, 1996), 2.

Dari keenam tingkat brata diatas adalah yang paling sempurna. Adapun tingkat dibawah ini bisa dilaksanakan dengan;

- a. Amangan, anginum, dan mona brata (tidak makan, tidak minum dan tanpa berbicara)
- b. Amangan dan anginum saja
- c. Amangan saja

Dari semua tingkatan brata tersebut disesuaikan dengan tingkat kemampuan individu dalam menjalankannya. Dengan demikian tata cara puasa dalam bagi masyarakat agama Hindu tergantung kemampuan umat dalam melakukan serta tergantung dari maksud dan tujuan dari puasa tersebut.

c. Hal Yang Menggugurkan Puasa Atau Tapa

Pelaksanaan puasa atau tapa brata dalam agama Hindu walaupun pelaksanaan dan tata cara tidak memaksa umatnya, namun apabila umat Hindu menjalankannya ada beberapa hal yang menggurkannya, diantaranya;

- a. Mengalami masa mentruasi (datang bulan).
- b. Bersetubuh (hubungan kelamin)
- c. Terdapat gangguan atau mengalami gangguan fisik seperti sakit dan lainnya.
- d. Mengalami masa cuntaka (masa berduka bila ada keluarga yang meninggal dunia)

Demikian beberapa hal yang terdapat membatalkan atau menggugurkan puasa atau *tapa brata* dalam agama Hindu. Made Suratman seorang tokoh Hindu yang juga sebagai juru mangku puseh yang ada di kampung bali pekon Srimenanti, menambahkan bahwa yang menggurkan puasa adalah melanggar larangan-larangan yang telah ditetapkan dalam kitab suci.¹²⁵

¹²⁵Made Suratman, Juru Mangku Puseh, “Hal Yang Menggugurkan Upawasa Atau Tapa Brata”, *Wawancara*, Mei 05, 2022.

d. Sangsi atau Denda Bagi Yang Tidak Berpuasa

Dalam membahas denda atau sangsi bagi umat Hindu yang tidak menjalankan puasa, baik secara sengaja atau tidak disengaja artinya adanya sebab secara mendadak seperti adanya masa cunctaka (keluarga meninggal Dunia, kecelakaan kebakaran dan sebagainya), atau dengan lebih tepat adanya masa berlaku hukum alam (hukum karma). Jadi kesimpulan tentang adanya sangsi atau denda menurut beberapa ahli agama Hindu yang penulis himpun adalah “tidak didapatkannya ketenangan batin atau jiwa secara spiritual. Dan untuk sangsi lainnya tidak ada bahan secara khusus.

Walaupun denda atau sangsi tidak dijelaskan secara spesifik, bagi umat Hindu yang meninggalkan puasa baik disengaja atau tidak, tidak dituntut mengganti puasa yang ditinggalkan itu.¹²⁶

3. Kedudukan Puasa Dalam Agama Hindu

a. Dasar Perintah Puasa dalam Agama Hindu

Dasar hukum perintah puasa dalam agama Hindu adalah terdapat dalam kitab suci Weda, baik yang Smiriti maupun yang Sruti dalam kitab. Dalam kitab Atharwa Weda bab XII.1.1. sebagai berikut:

*Satyam brhad rtam ugram diksa tapa brahma yajna
prthhiwin dharayanti*

Artinya:

Sesungguhnya *satya, rta, diksa, tapa, brahma, dan yadnya* adalah penyangga dunia.

Dengan sloka tersebut dijelaskan bahwa dunia ini dapat langgeng bila ditunjang oleh *satya, rta, diksa, tapa, brahma,* dan *yadnya* yang berfungsi sebagai penyangga dunia. Sedangkan posisi tapa dalam hal ini mengandung makna puasa yang merupakan bagian dari tapa tersebut.

Dasar hukum yang lain terdapat dalam bhagavad-Gita,

¹²⁶Ibid.

sebagai berikut; Bhagavad Gita Bab II Aloka 68:

*Tasma yasya mahabaho ningrihitani sarvasa indriyani
'ndriyarthebhayaa tasya prajna pratisthita*

Artinya;

Karenanya, orang dapat mengendalikan panca indria dari segala nafsunya, obyek keinginannya, oh mahabahu iyalah jiwanya, mencari keseimbangan.

Bhagavad-Gita bab VI sloka 25-28;

*Sanaih-snair upamed buddhya dhritgrihitaya
atmasamstham manah kriva na kimchid api chintayet yato-
yato nischarati manas chanchalam asthiram tatas-tao
niyamtai 'tad atmany eva vasam nayet prasanta manasam
hy enam yoginam sukham uttamam yupaiti santarajam
brahmabhutam akalmasham yunjann evam sada 'tmanam
yogi vigatakalmashah sukkena brahmasam sparsam
atyantam sukham asnute*

Artinya;

Biarlah ia lambat-laun mencapai ketenangan dengan pikiran terkendalikan oleh keseimbangan dan pikiran itu tertuju kepada atman biarlah ia tidak memikirkan apa-apa. Adapun yang menyebabkan pikiran lemah terombang-ambing mengembara kemana-mana biarlah ia mengendalikan dan mengembalikannya hanya kebawah pengawasan Atman. Sebab kebahagiaan tertinggi tiba pada yogi yang pikirannya tentram damai, yang hawa nafsunya tiada lagi, yang tiada noda, bersatu dengan Brahman. Dengan menjadikan jiwa selalu seimbang maka yogi yang telah yang telah menghapus dosa dengan mudah menikmati restu abadi yang berhubungan dengan Yang Maha Abadi.¹²⁷

Dengan pengendalian diri maka kebahagiaan tertinggi akan dapat tercapai. Kebahagiaan yang tertinggi itulah yang dinamakan *sukham uttaman*. Adapun dasar hukum yang lain terdapat dalam kitab manawa Dharmacastra yang terdiri dari;

Manawa Dharmacastra bab XI Sloka 204 sebagai berikut;

*Wedoditanam nityanam kamanam samatikrame snataka
wralope ca prayaccittam abhojanam.*

¹²⁷Ibid, 178-179

Artinya;

Berpuasa adalah tapa, karena merupakan upacara yang diwajibkan oleh Weda dan karena melalaikan kewajiban khusus sebagai snataka.¹²⁸

Manawa Dharmacastra bab XI sloka 216;

Yatamo 'pramattasya dvdaca aham abhojanam, parako nama kricchro 'yam sarwa papa panodanah

Artinya;

Berpuasa untuk dua belas hari yang dilakukan oleh yang mengendalikan dirinya sendiri serta tidak melakukan kesalahan-kesalahan disebut *tapa paraka kricchra* yang dapat melenyapkan semua dosa-dosa.

Manawa Dharmacastra bab XI Sloka 260;

Tryaham tupawasyukta striranhu bhyupayaanapa, mucyate patakaih sarwa istrirjapitwa ghamarsaban

Artinya;

Kalau seseorang berpuasa dalam tiga hari, mandi tiga kali sehari dan mengucapkan mantra, terlihat oleh *agharmarsa diait*, ia akan lepas dari dosa-dosa yang menimbulkan petaka.¹²⁹

Demikian beberapa sloka dari Atharwa Weda, Bghavad-Gita maupun Manawa Dharmacastra sebagai dasar perintah atau hukum upawasa dalam agama Hindu.

b. Hukum Puasa Dalam Agama Hindu

Hukum puasa atau tapa brata dalam agama Hindu berdasarkan kitab Weda adalah merupakan hal yang wajib dikerjakan. Namun dalam realisasinya sangat sedikit umat Hindu yang mengerjakan puasa itu. Bagi umat Hindu yang ingin mencari kesempurnaan kerohanian maka puasa atau menjalankan tapa brata adalah suatu kewajiban yang harus dikerjakan.

c. Atas Siapa Yang Diperintahkan Puasa Itu

¹²⁸G Pudja dan Tjokorda Rai Sudharta, *Manawa Dharmasastra* (Jakarta: Proyek Pengadaan Kitab Suci Hindu dan Budha, 1977), 207.

¹²⁹Ibid, 215-217.

Ajaran puasa dalam agama Hindu diperintahkan untuk semua umat Hindu. Karena puasa merupakan sarana manusia untuk membantu meraih tujuan yang bersifat duniawi maupun spiritual rohani.¹³⁰ Semua ajaran dalam kitab Weda berlaku secara universal, demikian juga puasa yang merupakan salah satu ajaran yang terdapat dalam Weda, meskipun puasa atau tapa brata dalam Weda merupakan ajaran yang diwajibkan, namun banyak umat Hindu yang mengerjakannya.

Sedangkan pendapat Aman Wijaya yang menyatakan bahwa “hukum puasa dalam Hindu tidak memaksa”. Tidak merubah makna hukum puasa yang terdapat dalam Weda tidak memaksa. Menurut pendapat Nyoman Sukarase seorang juru sepuh pure dalem, bahwa apabila meninggalkannya tidak adanya sanksi secara jelas. Namun yang jelas apabila seseorang melakukan kesalahan atau dosa maka langkah yang tepat melakukan puasa sebagai sarana untuk mensucikan diri dari dosa dan kesalahan yang telah kita perbuat dimasa lalu, sebagaimana yang telah diterangkan dalam kitab Manawa Dharmacastra Sloka 260.¹³¹

Adapun pendapat yang berbeda tentang posisi hukum puasa ada yang mengatakan puasa sebaiknya bersifat anjuran, ini akan membawa dampak negatif terhadap keberadaan hukum puasa itu. Dampak negatif menurut Suteja adalah dengan pendapat itu akan membawa dampak tidak adanya kemauan untuk memasyarakatkan ajaran Weda tentang puasa itu, padahal sudah sangat jelas keberadaan hukum puasa itu. Sebagaimana ditegaskan atharwa weda bab XII.1.1., Bahwa puasa merupakan bagian dari tapa adalah penyangga dunia.¹³²

Sedangkan tentang minimnya umat menjalani tapa atau japa adalah disebabkan masih kurang dalamnya pengetahuan umat tentang falsafah yang mendasari upacara agama ini, sehingga melakukan dianggap beban.¹³³

¹³⁰A.K. Candrawati, *Ekadasi Bimbingan Rohani Hindu Dalam Puasa*, 1-2.

¹³¹Nyoman Sukarase, ” Perintah Upawasa Dalam Agama Hindu”, *Wawancara*, April 25, 2022.

¹³²Ibid.

¹³³Ketut Wiana, *Yajna dan Bakti Dari Sudut Pandang Hindu* (Jakarta:

Puasa merupakan ajaran Hindu yang mengandung ilmu pengetahuan sejati, sebagaimana diterangkan dalam Bhagavad-Gita bab IX Sloka ke 2 yakni;

Rajavidya Rajaguhyang pavitram idam uttamam pratyakahvagamam dharmtam susukham kartum avyayam.

Artinya;

Inilah ilmu pengetahuan terbesar, rahasia terbesar, alat kesucian tertinggi, mudah dimengerti dengan pengamalan langsung, jalan yang benar mudah dilaksanakan kekal abadi.¹³⁴

Yang dimaksudkan puasa atau tapa brata dalam Sloka tersebut adalah puasa merupakan alat kesucian batin dan mudah dilakukan.

4. Macam-Macam Puasa Atau Upawasa Agama Hindu

Didalam Agama Hindu ada beberapa puasa yang seharusnya dikerjakan oleh umat Hindu secara universal. Namun karena awamnya pengetahuan umat Hindu di Desa Srimenanti terhadap upawasa atau puasa ini, maka banyak umat Hindu yang belum menjalakkannya.

Adapun macam-macam upawasa atau puasa dalam agama Hindu adalah sebagai berikut:

a. Upawasa Pada Hari Nyepi

Hari raya Nyepi merupakan salah satu hari raya umat Hindu, yang di sebut juga hari raya tahun baru Saka. Jatuhnya tahun baru Saka ini adalah “akhir atau sesudah tilem ke IX,” atau disebut juga sasi (bulan ”*Chaitra*”).¹³⁵ Dengan demikian akhir tahun adalah bulan Sembilan dan awal tahun adalah bulan kedasa atau bulan kesepuluh.

Dalam hal ini mengapa tahun baru Saka dimulainya pada bulan ke sepuluh dan akhir tahun diakhiri bulan kesembilan, karena “pengertian angka menurut umat Hindu khususnya di Bali adalah angka Sembilan.” Adapun mengenai jatuhnya bulan Sembilan (*Chaitra*)

Pustaka Manikgeni, 1995), 8.

¹³⁴S. Pendit. *Baghavat Gita*, 232.

¹³⁵Putra, *Cudamani Pengertian Hari Raya Nyepi*, (Bali: Perwakilan Agama, 1974), 3.

menurut perhitungan tahun masehi “biasanya jatuh bulan maret dimana pada bulan ini khususnya di Indonesia akan melintas matahari tepat ditengah garis katulistiwa.”¹³⁶ Rentetan acara Nyepi secara sekilas sebagai berikut ;

Beberapa hari sebelum Nyepi, diadakan upacara Melaswati atau Melis dan ini dilakukan sebelum upacara taur kesaanga. Upacara taur kesaanga ini dilangsungkan pada tilem kesaanga keesokan harinya pada tanggal apisan sasi kadasa dilaksanakan brata penyepian. Setelah Nyepi, dilangsungkan ngembak Geni dan kemudian umat melaksanakan Dharma Santi. Untuk brata penyepian itu ada 4 (empat) macam yang disebut Catur Brata Nyepi, diantaranya ;

1. *Amati Geni* artinya tidak menyelahkan api termasuk memasak. Itu berarti melakukan upawasa.
2. *Amati karya* artinya tidak bekerja, menyepikan indria.
3. *Amati lelungan* artinya tidak berpergian.
4. *Amati lelungan* artinya tidak mencari segala macam hiburan.¹³⁷

Untuk catur brata yang pertama yaitu amati geni, Made Suratman menambahkan bahwa “yang dimaksud mematikan api juga mengandung arti mematikan segala macam api hawa nafsu manusia.”¹³⁸

b. Upawasa Pada Hari Raya Siwaratri

Puasa di hari lain bagi umat Hindu yaitu puasa di hari raya Siwaratri. Siwaratri sering disebut latri artinya “malam untuk memusatkan pikiran pada Sang Hyang Siwa guna mendapatkan kesadaran agar terhindar dari pikiran gelap”. Karena itu, malam ini juga disebut

¹³⁶Ketut Sari, “Pengertian Hari Raya Nyepi”, *Wawancara*, Mei 05, 2022.

¹³⁷Wiana, *Yajna dan Bakti Dari Sudut Pandang Hindu*, 88.

¹³⁸Made Suratman, “Upawasa Pada Hari Raya Nyepi”, *Wawancara*, Mei 06,

“malam kesadaran”.¹³⁹

Perayaan hari Siwaratri merupakan acara ritual dalam agama Hindu yang memberikan pelajaran pada umat untuk memelihara diri dari kenistaan atau perbuatan dosa dan papa. Untuk menghindarkan diri dari segalanya yakni segala dosa umat harus melakukan *jagra* artinya “sadar, eling dan melek”.¹⁴⁰

Hari raya Siwaratri dirayakan setiap bulan tepat pada talem kapitu “pilem yang paling gelap atau bulan mati”. Menurut perhitungan Bali “puasa ini dilakukan sehari menjelang bulan mati disasih yang ketujuh (sasih magha)”. Mengenai tata cara brata pada hari ini telah ditetapkan oleh PHDI pusat bersama IHD Denpasar tahun 1984, dan hasilnya dinamakan “pedoman pelaksanaan brata Siwaratri”.¹⁴¹

Adapun brata yang dilakukan itu antara lain yaitu dengan upawasa mona brata dan jagra. Dan Brata dilakukan pada hari “*Catur Dasi Krana Paksa* artinya bulan Makha panglong ping 14 belas sasi kapituh.”

Mengenai upawasa pada hari tersebut diatas karena sudah ditentukan maka hukumnya “wajib”. Dianantara puasa tersebut masih ada puasa yang dianjurkan pada umat untuk dikerjakan, diantaranya;

c. Puasa pada Hari-Hari Ekadasi

Puasa Ekadasi adalah puasa keramat yang dianjurkan pada “ilmu pengetahuan Weda”. Ekadasi berasal dari kata “ekadasa artinya hari yang 11 (sebelas) perhitungan bulan.” Dan untuk mengetahui tentang hari ekadasi ini dalah “jatuhnya bulan pernama itu dikurangi 4 (empat) hari, sehingga dalam satu bulan terdapat dua kali hari Ekadasi.”¹⁴²

¹³⁹Ketut Birawan, ”Upawasa Pada Hari Siwaratri”, *Wawancara*, Mei 06 2022.

¹⁴⁰Ibid.

¹⁴¹Wiana, *Yajna dan Bakti Dari Sudut Pandang Hindu*, 104.

¹⁴²Ketut Widnya, *Pengaruh Makanan Terhadap Pikiran*, (Jakarta; Yayasan

Adapun manfaat puasa Ekadasi ini disamping memajukan kegiatan aspek kerohanian juga untuk meningkatkan Kesehatan jasmani.¹⁴³ Hal tersebut adalah manfaat secara global saja. Puasa Ekadasi terdiri dari beberapa macam bentuk diantaranya ;

- 1) Ekadasi *Utpanna*, artinya makan sebelum puasa membersihkan gigi, mengucapkan janji untuk berpuasa, mandi tengah hari dengan menggunakan lumpur sebagai sabunya dan mengucapkan nama-nama suci ibu pertiwi, sebagai berikut ;
“O aswakrant, rathankrante. Winukrante wasundhare, mrittike, ibumumi, tolong bantulah menghilangkan dosa yang pernah berbuat dimasalalu sehingga saya dapat mencapai kerajaan Sri Krishana atau Sri Wisnu”.¹⁴⁴
 Disamping itu juga melakukan persembayangan.
- 2) Ekadasi *Moksada*, artinya pada hari ekadasi ini orang harus memepsembahkan dupa wangi, lampu pakai mentega, bunga harum, sepanjang harinya dia harus menyanyi, ,menari dan membaca mantra-mantra dan mentaskan tarian tentang ajaran Weda.
- 3) Ekadasi *Saphala*, hampir sama dengan muksada tetapi ditambah dengan berbagai macam buah-buahan manis diantaranya, jambu air, delima pinang, kelapa, jambu biji, mangga dan cengkeh.
- 4) Ekadasi *putrada*, artinya mempersembahkan dupa wangi, bunga harum, air dan api, disamping menyanyi dan membaca mantra-mantra sepanjang malam.
- 5) Ekadasi *Sat-tila*. Pada hari Ekadasi ini umat mengumpulkan kotoran sapi yang belum jatuh ketanah kemudian dicampur dengan minyak wijen membuat bola-bola sebanyak 108 dan membakarnya dengan minyak wijen, api dan kapas dupa, api, air

Dharma Sarathi, 1990), 45.

¹⁴³Ibid.

¹⁴⁴Candrawati, *Ekadasi Bimbingan Rohani Hindu Dalam Puasa*, 56.

cendana dan bunga harum serta mengucapkan doa.¹⁴⁵

Dan masih banyak yang lainnya, yang penulis kemukan secara global dibawah ini antara lain;

- 6) Ekadasi *jaya*
- 7) Ekadasi *vijaya*
- 8) Ekadasi *amalaka*
- 9) Ekadasi *papamecani*
- 10) Ekadasi *kamada*
- 11) Ekadasi *varutini*
- 12) Ekadasi *Mohini*
- 13) Ekadasi *apara*
- 14) Ekadasi *nirjala*
- 15) Ekadasi *yogini*
- 16) Ekadasi *padma*
- 17) Ekadasi *kamika*
- 18) Ekadasi *putrada*
- 19) Ekadasi *aja*
- 20) Ekadasi *parivarini*
- 21) Ekadasi *Indira*
- 22) Ekadasi *papangkusa*
- 23) Ekadasi *rama*
- 24) Ekadasi *haribodini*
- 25) Ekadasi *Padmini*
- 26) Ekadasi *parama*.¹⁴⁶

Demikian beberapa puasa ekadasi diatas yang dianjurkan menurut keyakinan Weda. Akan tetapi pada pelaksanaan ritual ini masyarakat Hindu di desa Srimenanti tidak melaksanakan berbagai macam ekadasi diatas karena bagi mereka hanya yang sanggup saja untuk mengerjakan ritual ekadasi tersebut.

¹⁴⁵Ibid, 58.

¹⁴⁶Ibid, 43.

d. Puasa ketika melakukan dosa atau kesalahan

Puasa tersebut dimaksudkan adalah puasa disaat sadar dan menyesali kemudian mengadakan pertobatan kepada Tuhan. Mengenai puasa pertobatan ini dapat kita perhatikan dalam kitab Manawa Dharmacastra pada bab XI sloka 234 sebagai berikut;

Yasmin karmanyasya krite manasah syadalaghawam, tasmin stawat tapah kuryadyawattusti karam bhawet.

Artinya;

Kalau pikirannya menjadi gelisah karena sesuatu perbuatan hendaknya ia mengulangi melakukan tapa seperti yang diwajibkan mereka sampai merasa puas dengan kesadarannya.¹⁴⁷

Demikian macam-macam upawasa bagi masyarakat Hindu. Juru mangku pure dalem bapak Nyoman Sukarase mengatakan bahwa upawasa yang sering dilaksanakan bagi masyarakat Hindu di desa Srimenanti hanya upawasa wajib saja yakni pada hari Nyepi dan hari Siwaratri. Untuk melakukan puasa atas dasar kesalahan dan perbuatan dosa itu sendiri dilakukan oleh individu masing yang benar-benar menyadari sehingga ia merenungi kesalahan dosa yang telah dilakukan sehingga ia melaksanakan puasa sendiri di rumah atau di pure dengan kesanggupan mereka sendiri.

5. Tujuan dan Manfaat Puasa Bagi Penganut Hindu

Upawasa atau tapa brata dalam agama Hindu memiliki tujuan positif. Diantara tujuan puasa itu sebagaimana di uraikan juru sapuh pure dalem Nyoman Sukarase, ada tiga macam yaitu;

- a. Untuk mengekang hawa nafsu
- b. Untuk memperoleh kesucian batin
- c. Untuk mendapatkan kesehatan jasmani dan rohani.¹⁴⁸

Sedang dari sumber lain memberikan penjelasan yang

¹⁴⁷G.Pudja dan Tjokorda Rai S. *Manawa Dharmasastra*, 709.

¹⁴⁸Nyoman Sukarase, "tujuan upawasa dalam agama Hindu", *Wawancara*, April 25, 2022.

sangat konkrit bahwa, tujuan tapa atau upawasa atau tapa brata adalah “untuk pensucian lahir dan batin manusia, dan yang terpenting adalah mengusahakan agar manusia tetap suci, karena kesucian mampu mendekatkan diri pada Tuhan.”¹⁴⁹

Manfaat puasa atau upawasa dalam agama Hindu puasa atau lebih dikenal dikalangan umat Hindu tapa brata mengandung beberapa manfaat, diantaranya:

a. Manfaat theologis

Secara theologis, apabila umat Hindu melaksanakan puasa dengan baik sesuai dengan yang diwajibkan dan dianjurkan dalam Weda, maka akan dapat secara mudah mencapai *moksa*. Dengan demikian tapa brata atau puasa dapat meningkatkan kerohanian manusia sehingga dapat pulang kembali kepada kerajaan Hyang Widhi Wasa yang kekal abadi. Sang Widhi Wasa akan dapat dihayati oleh orang yang mampu menguasai dirinya. Keheningan jiwanya akan dapat menarik kesucian Sang Hyang Widhi. Hal ini sudah disebutkan dalam kakawin Arjuna Wiwaha yang berbunyi, “*endan asing suci nirmala mest wulan*” artinya “pada air yang jernihlah bayangan bulan akan nampak jelas.”¹⁵⁰

Pengendalian diri tersebut adalah pengendalian terhadap nafsu keinginan, *monabrata*, dan pikiran atau *upawasa*. Sedangkan menurut juru pemangku pure dalem, dikatakan bahwa “dengan berpuasa secara benar akan mendapatkan kesucian rokhani dan kekuatan iman percaya atau keyakinan kepada Tuhan dan ajaran agama Hindu.”¹⁵¹

¹⁴⁹G Pudja, *Pengantar Agama Hindu II Sraddha* (Jakarta: Mayasari, 1984), 68.

¹⁵⁰Ketut Wiana, *Bagaimana Umat Hindu Menghayati Tuhan*, (Jakarta: Pustaka Manekgeni, 1993), 64.

¹⁵¹Nyoman Sukarase, “Manfaat Upawasa dalam agama Hindu”, *Wawancara*, April 25, 2022.

Dengan tapa brata atau puasa secara sempurna dapat pula menghapus dosa yang telah diperbuat dimasa lampau dan dosa itu sendiri dapat menghambat hubungan manusia dengan Tuhan atau mendekatkan diri pada Tuhan. Semua ucapan, pikiran dan budhi disucikan karena Tuhan yang maha suci hanya dapat didekati melalui kesucian, untuk itu badan dan bathin haruslah suci.¹⁵²

b. Manfaat sosiologis

Puasa atau upawasa secara kemasyarakatan juga dapat memberikan pengaruh yang positif sekali. Diantaranya dapat meningkatkan ketaatan dalam melaksanakan ajaran agama dengan baik khususnya akhlak kepada sesama masyarakat dilingkungannya. Disamping itu karena hubungannya dengan Tuhan baik sekali melalui realisasi pelaksanaan puasa tentunya hubungan dengan sesama manusia akan baik pula.¹⁵³

Upawasa yang berarti usaha pengendalian diri, hal ini yang meliputi pengendalian terhadap pikiran, ucapan dan perilaku tentunya akan sangat memberi pengaruh pada kehidupan umat Hindu secara individu serta dalam hidupnya dimasyarakat, dimana dia memiliki perilaku dan tingkah laku yang baik.

Puasa juga dapat membawa dampak yang sangat universal sekali dampaknya, seperti hal puasa yang dilakukan Perdana Menteri India Mahatma Gandhi, disamping bermanfaat bagi dirinya juga bermanfaat bagi masyarakat umumnya yaitu masyarakat India yang merasakan. Mahatma-Gandhi dengan puasa, “ia dapat mendapatkan kemerdekaan negerinya dari jajahan Inggris tanpa pertumpahan darah sehingga diikuti oleh Nelson Mandela”. Dalam buku kebijakan dari timur diungkapkan oleh Robert C. Zaehner bahwa:

Lewat keberanian dan kepercayaannya, puasa-puasa dan doa-doanya yang tiada henti, tidak saja dikuil-kuil Hindu mulai membuka pintunya bagi kaum *paria* (umat

¹⁵²Nyoman Tri Ayu, “Manfaat Tapa Brata”, *Wawancara*, Mei 06 2022.

¹⁵³Wayan Darmawan, “Manfaat Sosiologis Upawasa atau Tapa Brata Umat Hindu”, *Wawancara*, Mei 05 2022.

Tuhan) yang dipeluk Gandhi menjadi bagiannya tetapi juga pada akhirnya raja-raja bawahan Inggris menyerah dan India memperoleh kemerdekaan politiknya.¹⁵⁴

Masih dalam buku yang sama, pada halaman lain juga diungkapkan tentang Gandhi sebagai berikut:

Yudhistira telah “teguh, mengekang diri, murni sabar, setia senantiasa terhadap Dharma, bersemangat tinggi, dia menaruh hormat dan ramah menerima tamu, kenalan, para abdi, dan semua saja yang meminta perlindungan padanya. Jujur, murah hati, penuh tapa berani, dia berdamai dengan dirinya, bijaksana dan tak tergoyangkan ; sebagai jiwa dari Dharma dia tak pernah terlibat dalam peraktek ketidakadilan oleh karena nafsu atau menjadi tak sabar karena takut, ataupun mempromosikan ambisi-ambisinya. Hal yang sama juga berkenaan dengan Gandhi, Yudhistira pada jamannya.¹⁵⁵

Dengan demikian ungkapan Robert C. Zaehner dalam bukunya menceritakan tentang keberadaan Mahatma Gandhi. Dari ungkapan itu terdapatlah makna yang dapat diartikan peran puasa yang mempengaruhi Gandhi, sehingga ia dapat mengayomi masyarakat berupa kemerdekaan yang telah diusahakan Mahatma Gandhi. Demikian manfaat sosiologis puasa atau tapa brata yang sangat bermanfaat sekali demi kelancaran kehidupan sosial masyarakat.

c. Manfaat ekonomis

Secara ekonomi puasa atau tapa brata dalam agama Hindu juga mengandung manfaat. Dengan melaksanakan tapa atau puasa secara teratur tentunya dalam kehidupan rutinitas umat Hindu dana atau jatah hariannya yang tidak terpakai. Hal ini dapat juga merupakan suatu pola hidup sederhana atau hemat dan tidak suka berpoya-poya,

¹⁵⁴Robert C.Zaehner, *Kebijaksanaan Dari Timur Berapa Aspek Pemikiran Hinduisme*, (Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 1992), 216.

¹⁵⁵Ibid, 217.

demikian dikatakan oleh Kepala Bimbingan Masyarakat Hindu Depag Jawa Timur.

Menurut juru mangku puseh bapak Made Suratman yang berprofesi sebagai petani di desa Srimenanti “manfaat ekonomis upawasa dalam Hindu tidak terlalu berpengaruh karenanya tidak seperti umat Islam yang menjalankan puasa satu bulan penuh yang berpotensi dapat meningkatkan manfaat ekonomis puasa, sedangkan dalam umat Hindu hanya berpuasa selama 24 jam kecilnya potensi ekonomis, akan tetapi yang dapat diambil dari manfaat ekonomis selain dari pada manfaat berpuasa kita dapat mendidik dan melatih hidup hemat baik untuk diri sendiri maupun orang lain”.¹⁵⁶

d. Manfaat kesehatan

Puasa dalam agama Hindu juga mengandung manfaat kesehatan baik terhadap kesehatan jiwa maupun kesehatan badan jasmani seseorang. Manfaat kesehatan jiwa misalnya, dapat menghilangkan tiga kotoran jiwa manusia yang disebut *Tri Mala* dan *Tri Mala Paksa*, yang tersebut antara lain;

Tri mala artinya tiga kotoran yang melekat pada jiwa manusia akibat nafsu yang tidak terkendalikan yaitu:

- 1) *Mithia Hrdaya* artinya berperasaan dan berburuk sangka pada orang lain.
- 2) *Mithia Wacana* artinya berkata angkuh, sombong, tidak menepati janji (suka ingkar janji)
- 3) *Mithia Laksana* artinya berbuat tidak sopan, kurang ajar, sehingga merugikan orang lain.¹⁵⁷

Disamping ketiga musuh tersebut diatas masih ada tiga lagi yang disebut dengan *Tri Mala Paksa* yaitu:

- 1) *Kasmala* yaitu perbuatan yang hina dan kotor.

¹⁵⁶Made Suratman, “Manfaat Upawasa Dalam Agama Hindu”, *Wawancara*, April 25, 2022.

¹⁵⁷Nyoman Sukarase, “Manfaat Puasa Bagi Kesehatan Jiwa”, *Wawancara* Mei 07 2022.

- 2) *Mada* yaitu perkataan, pembicaraan yang dusta dan kotor.
- 3) *Moha* yaitu pikiran perasaan yang curang dan angkuh.¹⁵⁸

Demikian beberapa musuh yang dapat mengikis jiwa seseorang dan dapat diatasi dengan berpuasa atau tapa brata secara sempurna dan baik, sesuai dengan apa yang telah diwajibkan dan dianjurkan oleh Weda.

Demikian beberapa manfaat puasa atau tapa brata yang penulis kemukakan menurut beberapa pendapat para ahli dalam pandangan umat agama Hindu. Selain manfaat diatas juru mangku puseh di Desa Srimenanti bapak Made Suratman mengatakan bahwa hal yang menjadikan motivasi batin atau faktor pendorong untuk melaksanakan upawasa bagi masyarakat Hindu terkhusus pada hari Nyepi dan Hari Siwaratri yakni, Makna dan Hikmahnya antara lain:

1. Melatih diri untuk tetap bersyukur kepada Sang Hyang Widhi
2. Memberikan keseimbangan dalam kehidupan
3. Meningkatkan ketepatan atas perintah Sang Hyang Widhi
4. Mengetahui bahwa ibadah puasa memiliki tujuan
5. Mengetahui bahwa tiap-tiap kegiatan mulia merupakan ibadah
6. Dapat meningkat kehati-hatian dalam melaksanakan perbuatan
7. Melatih diri menjadi lebih tabah dan sabar
8. Melatih hidup sederhana.¹⁵⁹

¹⁵⁸I Gede Ardhana Wisnu, *Musuh-Musuh Dalam Diri Manusia Dari Sudut Pandang Agama Hindu*. (Jakarta: Pustaka Manikgeni, 1994), 15-17.

¹⁵⁹Made Suratman, "Manfaat Upawasa Dalam Agama Hindu", *Wawancara*, April 25, 2022.



BAB IV
MAKNA PUASA BAGI MASYARAKAT HINDU DI DESA
SRIMENANTI KECAMATAN AIR HITAM KABUPATEN
LAMPUNG BARAT

A. Pelaksanaan Puasa Pada Penganut Agama Hindu di Desa Srimenanti Kecamatan Air Hitam Kabupaten Lampung Barat

Pada umumnya kehidupan masyarakat Hindu ditandai oleh sistem kepercayaan yang terdapat dalam ajaran Agama Hindu yang dianutnya. Agama Hindu sebagai bagian yang tidak terpisahkan dengan masyarakat dan kebudayaan pada hakikatnya syarat dengan nilai-nilai hakiki yang mendominasinya. Nilai-nilai tersebut pada intinya terkonsentrasi pada tiga kerangka dasar pedoman dalam ajaran Agama Hindu yang meliputi: (1) filsafat agama (tatwa); (2) kesusilaan agama (etika); dan (3) upacara agama (ritual).

Dari sini muncul asumsi bahwa kebudayaan Bali dijiwai oleh Agama Hindu sehingga kebudayaan Bali menjadi kramat. Nilai-nilai yang terdapat dalam ajaran Agama Hindu menjadi bagian dari sumber nilai budaya yang ada pada masyarakat Bali sehingga kebudayaan Bali bersifat religius dan unik. Adanya keunikan inilah kebudayaan Bali menjadi sangat populer khususnya permukiman umat Hindu sebagai salah satu destinasi wisata yang bernuansa kebudayaan Bali di Desa Srimenanti Kecamatan Air Hitam Lampung Barat, sehingga orang berduyun-duyun dari berbagai wisatawan lokal hingga luar daerah datang ke Kampung Bali di Pekon Srimenanti ingin bertamasya dan menyaksikan secara langsung eksistensi kebudayaan Bali, khususnya yang berkaitan dengan tradisi, seni-budaya, dan ritual, serta didukung oleh tempat wisata dan keindahan alamnya.

Hal ini relevan dengan kerangka dasar yang terdapat dalam ajaran Agama Hindu karena dalam kehidupan masyarakat Hindu lebih didominasi oleh kerangka dasar yang terakhir (ketiga), dijadikan dasar dalam mencapai tujuan kehidupan beragama bagi masyarakat Bali. Dalam kerangka dasar ketiga (upacara agama atau ritual) itu terakumulasi nilai-nilai keikhlasan dalam

melakukan *yadnya* (pengorbanan suci) untuk mencapai tujuan. Tujuan agama Hindu adalah untuk mencapai kesejahteraan hidup di dunia (*jagadhita*) dan di akhirat (*moksartham*). Sesuai dengan pernyataan di atas, salah satu jenis upacara atau ritual yang dikaji dalam tulisan ini adalah ritual upawasa yang dilaksanakan oleh masyarakat Hindu pada Hari Raya Nyepi dan Hari Siwaratri yang dirayakan tiap tahunnya.

Dalam hubungan ini, rangkaian upacara pada Hari Raya Nyepi termasuk upacara inisiasi yang diselenggarakan pada waktu pergantian tahun Saka atau tahun baru umat Hindu. Sebelum hari Nyepi adanya ritual Melasti yang sudah menjadi tradisi bagi masyarakat Hindu.

Masyarakat Hindu memiliki keyakinan yang sangat kuat karena ia percaya dan yakin dalam melaksanakan peribadatan atau ritual, Sang Hayang Widhi akan memberikan pahala hidup yang sejahtera dalam kehidupan manusia. Sehingga mereka (masyarakat Hindu) melakukan tradisi yang ia yakini berdasarkan *srada* atau iman. Pada pelaksanaan ritual keagamaan yang ada dalam Agama Hindu yang bertujuan untuk menyucikan diri, salah satunya yaitu upacara Melasti. Kata Melasti berasal dari bahasa Kawi, yaitu kata Mala artinya kotoran, dan Asti yang artinya memusnahkan/membuang. Dengan begitu definisi Melasti adalah melebur segala bentuk kotoran yang ada dalam tubuh manusia. Upacara/ritual Melasti ini dilaksanakan ketika sebelum hari raya Nyepi bagi umat Hindu ketika tanggal *apisan sasih kadasa*. Selain pelaksanaan Melasti ketika itu juga diadakan ritual *Nyejer* dan juga *Taur Kasanga* yang mana juga disebutkan dalam lontar Sunnarigana dan juga Lontar Aji Swamandala yang keduanya menggunakan bahasa Jawa kuno. Dengan begitu, artinya upacara Melasti sudah ada dan juga diterapkan pada masa Majapahit yang dulu beragama Hindu di Jawa. Perihal Melasti yang disebutkan dalam Lontar Sang Hyang Aji Swamandala sebagai berikut:

“Melasti Ngarani angiring prawatek Dewata anganyutaken lara ing jagat, papeklesa dan kekotoran alam semesta”

Artinya: Melasti adalah meningkatkan *bhakti* pada Tuhan, menghanyutkan penderitaan masyarakat menghilangkan

papeklesa dan kekotoran alam semesta.

Setiap adanya pelaksanaan hari besar keagamaan dalam Hindu biasanya dilaksanakan dengan ritual atau upacara yang ditafsirkan sebagai media untuk menyucikan jiwa. Upacara Melasti secara garis besar disebutkan untuk menghilangkan/menghanyutkan kotoran dengan menggunakan yang namanya air kehidupan. Air kehidupan bisa berupa air yang memberi sumber kehidupan pada manusia seperti halnya laut, sungai, dan mata air. Maka dari itu, upacara penyucian diri dari kotoran umumnya dilaksanakan di tepi pantai atau sungai sesuai dengan keadaan geografis umat Hindu. Ketika pelaksanaan Melasti, masyarakat yang ikut serta dalam upacara ini akan datang dengan berkelompok menuju sumber air kehidupan tersebut. Setiap rombongan atau kelompok berasal dari satu kesatuan daerah yang sama juga. Dalam setiap kelompok tersebut membawa seperangkat peralatan ibadah dalam Hindu seperti halnya *pratima*, *arca*, dan *pralingga* dari masing-masing wilayah untuk disucikan juga. Setiap peserta pelaksanaan Melasti menyiapkan sesaji sebagai salah satu media atau perlengkapan dalam upacara tersebut sesuai dengan kemampuan masing-masing.

Ketika pelaksanaan berlangsung, para peserta rombongan duduk bersila menghadap pada air kehidupan dan menghadap ke jajaran perangkat ibadah yang hendak disucikan. Kemudian pemuka Agama yang akan memimpin jalannya upacara tersebut. Dalam pelaksanaan upacara ini, pemangku Agama akan berkeliling memercikkan air kehidupan yang suci kepada seluruh masyarakat yang ikut serta dalam upacara Melasti tersebut, juga menebarkan asap dupa yang bersimbol sebagai wujud dari pensucian. Setelah itu dilaksanakannya panca sembah atau ritual persembahyangan yang wajib diikuti seluruh peserta upacara. Pemangku Agama akan membagikan air yang suci serta beras yang sudah dibasahi oleh air yang disebut dengan *bija*. Beras yang dicampur air tersebut dibubuhkan pada dahi setiap umat Hindu yang datang, sedangkan air suci tersebut nantinya akan diminum. Seusai presesi tersebut dilakukan, perangkat

peribadahan yang dibawa untuk disucikan tersebut nantinya akan diarak kembali menuju pura dan akan dilaksanakan tahap ritual yang lain.

Dalam pelaksanaan upacara Melasti sebagai salah satu penyucian diri ini memiliki lima tahapan. *Pertama*, diadakannya upacara *sagara* yang mana menggunakan *banten suci* ditujukan untuk dihaturkan ke *Kahyangan Agung, Pura Desa, Pura Puseh, Pura Prajapati*. Pada tahapan yang pertama ini bermakna penghaturan pemakluman atau yang disebut meminta izin kepada yang menjaga sumber penghidupan manusia, dalam hal ini juga yaitu manifestasi dari Tuhan yang tunggal yang juga mengawasi laut beserta pengiringnya. Dilaksanakannya pemakluman dilakukan supaya upacara yang dilaksanakan berjalan dengan lancar tanpa adanya halangan. *Kedua*, yakni dilakukannya upacara *Ida Batara Wawu Rauh*. *Ketiga*, dilaksanakannya *Pengayaban*. *Keempat*, dilaksanakannya *Ngelinggihan*, yang terakhir yaitu *Nyimpen Ida Batara atau Pemelayangan*. Rangkaian upacara mulai dari yang ke dua hingga yang terakhir bermakna bahwasanya umat yang ingin selalu dekat dengan Ida Sang Hyang Widhi Wasa atau yang disebut sebagai Tuhan haruslah memiliki keyakinan (*Saraddha*) dan juga memiliki rasa *Bhakti* yang tinggi. Tujuan dari diadakannya upacara Melasti adalah untuk memohon kepada Tuhan atau Ida Sang Hyang Widhi Wasa sebagai manifestasi penguasa sumber kehidupan mata air/laut untuk membersihkan *Nganyudang Malaning Gumi (Bhuana Agung)* serta memohon *Ngamet Tirtha Amertha* sebagai sarana penyucian seluruh alam semesta ini.

Pelaksanaan ritual keagamaan untuk menyucikan diri dalam Agama Hindu tidak hanya melalui upacara-upacara keagamaan yang dilakukan setahun sekali seperti halnya Melasti dan juga hari-hari tertentu. Namun juga bisa dilaksanakan dengan melakukan sembahyang atau dalam bahasa Islamnya adalah Sholat. Mengenai sembahyang, ada tiga macam dalam tradisi Agama Hindu yang disebut *Puja*, (doa) *pratana*, *japa* dan juga *mantra*. *Pratana* berartikan do'a yang dilakukan oleh siapa saja, kapan saja, dan juga bisa dimana saja. Sifat dari *Pratana* sendiri

yaitu subjektif, sesuai dengan kondisi dari jiwa manusia yang memohon doa. Kedua yaitu yang disebut dengan sembahyang yakni *Puja* yang terdiri dari dua macam yaitu sembahyang yang dilaksanakan secara individu dan dengan kelompok pada waktu tertentu yang telah ditetapkan. Dalam melaksanakan sembahyang, seseorang diwajibkan membaca mantra tertentu yang sudah sewajarnya dilakukan. Mantra merupakan doa yang diucapkan dengan kata-kata yang sudah baku dan diambil melalui kitab Hindu yaitu Weda. Sembahyang sendiri memiliki beberapa macam baik secara harian, mingguan bahkan beberapa hari yang ditetapkan sebagai hari suci dalam Hindu. Menurut ketua adat masyarakat Hindu tentang sembahyang yaitu penghormatan serta pemujaan terhadap Tuhan Yang Maha Esa atau juga kepada sesuatu yang dianggap suci.¹⁶⁰

Menurut bapak Nyoman Sukarase sebagai Juru Mangu Puseh Pure dalem untuk menyehatkan atau menyucikan diri baik secara jasmani maupun rohani yang diterapkan dalam Hindu selain Melasti sembahyang, terdapat juga jalan yang digunakan untuk menyucikan rohani dan juga dapat menyehatkan jasmani. Yoga memiliki arti suatu jalan dalam menyehatkan rohani maupun jasmani dalam membentuk individu secara utuh, hal yang diharapkan dari dilaksanakannya yoga adalah ketenangan batin bahkan jiwa yang tenang. Pelaksanaan yoga adalah Latihan yang mendominasi pikiran dan tubuh suatu cara yang ditempuh untuk menghubungkan atau mendekatkan diri kepada Sang Hyang Widhi atau Tuhan. Terkait hal ini, secara umum metode yoga dikelompokkan ke dalam catur Yoga:

1. *Karma yoga*, yakni jalan menghubungkan dengan Sang Pencipta melalui kerja tanpa pamrih dan tidak mementingkan diri sendiri.
2. *Bhakti yoga*, yang bertujuan sebagai jalan melalui hormat, sujud, pelayanan, cinta kasih, serta bhakti yang tulus.
3. *Jnana yoga*, yakni melalui memperdalam atau menguasai ilmu pengetahuan baik keTuhanan maupun tentang Sang

¹⁶⁰Wayan Darmawan, Ketua Adat, "Pemujaan Terhadap Sang Hyang Widi", *Wawancara*, Mei 17, 2022.

diri (*Atma Tattwa Jnana atau Brahmawidya*).

4. *Raja Yoga*, yakni dengan melaksanakan *bertapa, brata*.
5. *Yoga*, semadhi yakni melalui *cara astanga yoga*.¹⁶¹

Kemudian ada cara inti untuk menyucikan diri dalam Hindu terutama menyucikan batin melalui puasa, dalam Hindu dikenal dengan *tapa brata* yang memiliki banyak model dan cara. Pada intinya dalam melaksanakan puasa ini adalah sebagai pengendalian diri, penataan diri, pembersihan/penyucian diri, disiplin diri, pemusatan kepada Sang Hyang Widhi melalui hati, pikiran dan jiwa, berserah diri, kesujudan, pemohonan, kepekaan rasa, naluri dan logika, bersatunya dalam kesatuan tindakan dari ucapan, pikiran perbuatan, kebhaktian, kasih sayang, dan ketaatan.

1. Pelaksanaan Puasa Pada Hari Nyepi

Hari Nyepi dirayakan pada tanggal 1 bulan ke 10 Saka, atau dengan sebutan lain “*Penanggalan Apisan Sasih Kedasa*”. Ketika merayakan hari raya nyepi itu, umat Hindu memperoleh pembelajaran untuk mengendalikan diri dengan cara tidak berpergian, tidak beraktivitas/bekerja, berpuasa (tidak makan dan minum), tidak melakukan aktivitas yang dapat mencemarkan badan. Pengendalian diri ini dilakukan dengan cara mengadakan *catur brata* penyepian. Dengan melaksanakan *catur brata* penyepian ini, umat Hindu bisa konsentrasi atau fokus dengan tenang dan khusuk untuk kembali ke jati diri, yang ditempuh dengan cara meditasi, shamadi, perenungan diri sendiri di suasana yang sunyi-senyap atau “keheningan”. *Catur Brata* penyepian (pengendalian diri) dilaksanakan selama 24 jam, yakni sehari setelah *Tilem Sasih Kasanga (Tilem Kasanga)*, tepatnya ada paroh terang pertama masa kesepuluh/pananggal sasih kadasa. *Pelaksanaan catur brata* penyepian itu mulai pukul 05.00 atau telah berbunyinya beduk, sampai pukul 05.00 besok pagi harinya, dengan melakukan hal-hal sebagai berikut.

¹⁶¹Nyoman Sukarase, Juru Mangku Pure Dalem, “Brata Yoga”, *Wawancara*, Mei 17, 2022.

- a. *Amati geni*, dalam bahasa Bali, *geni* artinya api. Dengan demikian, *amati geni* berarti tidak menyalakan api atau lampu dan tidak boleh mengumbar/mengobarkan hawa nafsu.
- b. *Amati karya*, kata *karya* dalam bahasa Indonesia berarti kerja. *Amati karya* berarti tidak melakukan kerja/kegiatan fisik, tidak bersetubuh, melainkan tekun melakukan penyucian rohani.
- c. *Amati lelungan*, kata *lelungan* berasal dari bahasa Bali, yakni dari akar kata *lunga* yang berarti pergi. Oleh karena itu, *amati lelungan* mengandung arti tidak berpergian kemana-mana, melainkan senantiasa mawas diri di rumah serta melakukan pemusatan pikiran ke hadapan Tuhan, dalam berbagai *prabawa*-Nya (perwujudan-Nya) yang telah disembamkan di dalam organ-organ manusia seperti telah disebutkan di atas.
- d. *Amati lelanguan*, kata *lelanguan* juga termasuk bahasa Bali, yakni berasal dari kata *langu* yang berarti hiburan atau rekreasi. Dengan demikian, *amati lelanguan* berarti tidak mengadakan hiburan/rekreasi atau bersenang-senang, termasuk tidak makan dan tidak minum.

Pada Hari Raya Nyepi, suasana kampung bali sepanjang hari menjadi sunyi-senyap, dan pada malam harinya gelap gulita. Tidak ada orang yang lalu lalang, semua orang tinggal di rumahnya masing-masing menjalani brata penyepian sampai menjelang matahari terbit besok harinya, tepatnya pada hari mulai Ngembak Geni.

2. Pelaksanaan Puasa Pada Hari Siwaratri

Puasa Siwaratri artinya puasa yang dilakukan untuk memuja Dewa Siwa untuk mensucikan bathin kita, mengheningkan pikiran, untuk mencegah perkataan-perkataan yang kasar, mencegah perbuatan yang tidak baik, dan sebelum melaksanakan puasa Siwaratri itu kita harus benar-benar siap

dalam keadaan fisik maupun bathin, karena menurut ajaran Hindu Dewa Siwa adalah dewa pelebur, dewa pengembali alam semesta. Adapun pendapat menurut Made Suratman Juru mangku puseh puasa Siwaratri dilakukan itu karena pada saat hari Siwaratri Dewa Siwa sedang samedhi, dewa Siwa sedang menetralsisir dunia untuk kedamaian dunia beserta isinya.

Puasa Siwaratri lebih kepengendalian diri pribadi kita, apakah kita mampu atau tidak melaksanakannya misalnya seperti seorang ibu yang masih dalam keadaan menyusui anaknya sangat tidak mungkin melakukan puasa yang tidak tidur, tidak makan dan minum, tidak berbicara. Bagi yang mampu melaksanakannya seperti masyarakat biasa (*walaka*) itu tidak mesti harus melaksanakan puasa Siwaratri dengan lengkap seperti tidak makan dan minum, tidak tidur, tidak bicara maupun bergerak, bisa saja hanya dengan melakukan salah satunya saja seperti tidak tidur dengan sambil berdoa mengucapkan ayat-ayat suci dalam satu malam suntuk bagi yang mampu. Dengan demikian bagi masyarakat biasa (*walaka*) itu tidak wajib. Tetapi bagi *pinandita* dan *pandita* itu wajib melaksanakan puasa Siwaratri karena mereka sudah bisa melepaskan diri dari keinginan duniawi dan sudah disucikan. Puasa Siwaratri dilakukan 210 hari sekali pada tilem kapitu, yaitu setiap bulan mati pada bulan Januari selama 36 jam atau paling tidak 24 jam tidak tidur, tidak makan dan minum, tidak bergerak dan tidak bicara.¹⁶²

a. Persiapan-Persiapan dan Sarana Yang Harus Disiapkan Dalam Melaksanakan Puasa Siwaratri

Dalam melaksanakan puasa Siwaratri yang harus disiapkan yang *pertama*, yaitu niat untuk apa melaksanakan puasa ini yaitu untuk mengendalikan diri dan membersihkan diri dari perbuatan buruk. *Kedua*, menyiapkan keadaan bathin dan fisik kita apakah mampu atau tidak melaksanakan puasa Siwaratri tersebut. *Ketiga*,

¹⁶² Made Suratman, Juru Mangku Puseh, “Upawasa Siwaratri”, *Wawancara*, Mei 17, 2022.

seperti persiapan sarana yang umumnya yang disediakan seperti dupa, bunga yang segar yang tidak jatuh, dan air tirta (air suci). Meskipun sebenarnya dalam agama Hindu itu tidak selalu harus mempersiapkan persiapan apapun, karena yang pentingnya itu ialah niat untuk melakukan puasa tersebut itu apa tidak seolah-olah misalnya besok harus makan apa dulu sebelum puasa dan berbukanya dengan apa, karena dia berpuasa itu seperti biasa saja dan yang utamanya ialah harus fokus dengan apa yang sudah diniatkan dalam hati itu sendiri. Adapun perbedaan sarana yang disediakan dalam melaksanakan puasa Siwaratri bagi masyarakat biasa (*walaka*), *pinandita* dan *pandita*. Kalau untuk *walaka* itu hanya cukup menyiapkan dupa, bunga segar, dan air tirta. Kalau *pinandita* (imam dalam agama Hindu) itu menyiapkan sarannya seperti dupa, bunga lima warna (panca warna); warna putih (Dewa Iswara), warna merah (Dewa Brahma), warna kuning (Dewa Mahadewa), warna hitam (Dewa Wisnu), dan yang terakhir adalah campuran keempat bunga tadi dan diletakkan di tengah-tengah dari empat warna bunga tersebut (Dewa Siwa) kelima bunga ini menentukan arah yang ada di dunia ini, dan menggunakan sangkuh (tempat/wadah) untuk air tirta. Sarana yang disediakan untuk *Pandita* (*Salinggih*) yaitu, agni (api), *jiotir* (bunga lima warna), *ganda aksata* (wewangian dan bijibijian), dan menggunakan *tripada* dan *suamba* (tempat/wadah) untuk air tirta.

b. Cara Pelaksanaan Puasa Siwaratri

Pelaksanaan puasa Siwaratri dimulai terbitnya matahari, bahwa pada waktu harinya sebelum melaksanakan puasa Siwaratri harus mandi untuk membersihkan diri dan berpakaian yang bersih pula kemudian mulailah dengan berpuasa tidak makan dan tidak minum dengan maksud untuk melatih mental agar mempunyai kekuatan dan daya tahan terhadap perasaan haus dan lapar, ketika sudah dimulai tidak boleh berbuat apa-apa lagi sudah harus dalam keadaan siap duduk

bersila bagi laki-laki dan bersimpuh bagi wanita, dengan sikap yoga (shamedi) maka segala aktifitas harus dihentikan karena harus fokus untuk memuja Dewa Siwa saja. Jika sudah siap dalam keadaan bathin maupun fisik maka dimulainya itu dengan mengucapkan "Asana" maka sudah harus siap bathin dan fisiknya serta sudah dalam keadaan sikap yoga, kemudian *pranayama* yaitu menghirup nafas 3x dengan nafas yang dalam dan ada mantranya untuk menarik nafas yaitu "Om Angnamah", lalu menahan nafas "Om Ungnamah", dan melepas nafas "Om Mangnamah", mengapa itu diucapkan karena A, U, M itu adalah Trimurti yang diucapkan jadi ketiga penguasa alam dunia ini berbuah suah itu yang diucapkan untuk dimasukkan kedalam bathin kita untuk memohon kepada tiga penguasa dunia yaitu penguasa bawah, tengah dan atas. Ang itu Brahma, Ung itu Wisnu dan M itu Siwa. Setelah mengucapkan "Asana" itu mulailah memohon kepada Sang Hyang Widhi yaitu Tuhan yang paling tinggi dan Tuhan tunggal. Dan selanjutnya diteruskan mengucapkan dalam hati "Om namah siwaya" sebanyak 108 kali atau 1008 kali bagi yang mampu selama melaksanakan puasa tersebut karena dengan semakin banyak mengucapkan mantranya maka semakin banyak pula pahalanya yang didapat dan betul-betul fokus membayangkan Dewa Siwa, tetapi jika selama melaksanakan puasa Siwaratri tersebut jika pikiran masih tidak fokus atau menerawang kemanamana maka puasanya akan sia-sia dan tidak akan mendapatkan apapun, dan setelah puasanya selesai maka mengucapkan "paramasantih (om santi 3x)" maka dengan mengucapkan itu maka pertanda bahwa selesailah puasa Siwaratri tersebut maksud dari mengucapkan *paramsantih* itu sebanyak 3x itu ialah berarti dalam melaksanakan puasa tersebut doa kita yang meminta agar semoga hati tetap damai dan selalu dalam keadaan tenang.

Adapun perbedaan cara melaksanakan puasa Siwaratri bagi *walaka*, *pinandita* dan *pandita*. Kalau untuk *walaka* itu mereka cukup melaksanakan puasa dalam satu hari satu malam dengan kemampuan masing-masing, misalnya hanya melaksanakan puasa yang tidak makan dan tidak minumnya atau tidak bergerak ataupun

tidak bergadang dan tidak bicara saja bisa dipilih salah satunya saja. Namun bagi *pinandita* dan *pandita* itu wajib melakukan semua puasanya dan pelaksanaannya pun juga sedikit rumit karena mereka sebelum melaksanakan puasa Siwaratri itu bukan hanya menyiapkan sarana-sarananya saja mereka juga harus melakukan ritual pemanggilan terhadap para Dewa dan para Dewi. Sebelum memanggil para Dewa dan Dewi tersebut mereka membersihkan dirinya kemudian keluarganya dengan air tirte dengan niat untuk membersihkan badan supaya menghadap beliau itu harus benar-benar bersih dan suci kemudian niat yang kedua untuk memohon terhindar dari perbuatan dosa dan niat ketiga bisa untuk pengobatan atas penyakit yang ada dalam diri. Selanjutnya diberi bijang beras (biji beras yang utuh tidak patah) itu diartikan supaya menumbuhkan benih-benih yang bagus. Dengan setelah pelaksanaan itu lengkap lalu melakukan pemujaan kepada Dewa dan Dewi yang sudah mereka panggil terlebih dahulu. Dan setelah ritual itu selesai barulah mereka melaksanakan puasa pada dewa Siwa yaitu yang disebut puasa Siwaratri.

Dampak puasa secara tidak langsung maupun secara langsung pada kesehatan fisik maupun rohani/jiwa manusia dan selalu berfikiran positif serta semakin menambah tingkat spiritualitas seseorang. Puasa juga termasuk bagian dari yoga, brata, samadi, dan juga tapa. Yoga, brata, samadi dan tapa merupakan hal yang menjadi kewajiban orang Hindu yang tertulis dalam kakawin Arjuna Wiwaha yaitu:

“Hana mara jana tan pamihutang brata, yoga, samadi, tapa angetul aminta wirya suka ning Widhi sahasaika, binalikaken purih nika lewih tinemuia lara, sinakitaning raja tamah inandehaning prihatin”

Artinya: Ada orang yang mana orang itu tidak sekalipun pernah melakukan tapa, yoga, samadi, brata dengan lancang ia meminta kesenangan kepada Sang Hyang Widhi dalam tanda kutip memaksa, maka harapannya tersebut akan ditolak sehingga ia akan menemui penderitaan kesedihan, dan disakiti oleh sifat angkara murka atau rajah dan malas atau loba, serta ditindih dengan rasa sakit hati.

Dari beberapa pelaksanaan yang wajib dikerjakan oleh masyarakat Hindu diatas peneliti menyimpulkan bahwa ritual

keagamaan umat Hindu untuk mencapai kesucian batin tidak hanya melakukan puasa tetapi ada pula dengan melaksanakan berbagai ritual atau upacara yang telah peneliti jelaskan diatas.

Pelaksanaan ibadah puasa atau tapa brata umat Hindu ini bagian dari teori dimensi-dimensi keagamaan dimana pelaksanaan ritual keagamaan tersebut yaitu *Pertama*, dimensi keyakinan dimana masyarakat menerima hal dogmatik dari agamanya sehingga terealisasi dalam pelaksanaan jalan untuk menghubungkan masyarakat Hindu kepada jiwa yang suci serta dapat mendekatkan diri kepada Ida Sang Hyang Widhi Wasa. *Kedua*, dimensi ritual yaitu religius practice dimana tingkatan masyarakat dalam menjalankan kewajiban ritual dalam ajaran agama Hindu. Terdiri atas unsur pemujaan, kultur serta hal yang menunjukkan komitmen dan ketaatan seseorang dalam melaksanakan ritual keagamaan. *Ketiga*, dimensi pengalaman yaitu masyarakat Hindu merasakan atau mengalami secara individu sehingga mendorong pribadi untuk lebih dalam berkeyakinan, terwujud dalam sikap, tingkah laku, dan praktik keagamaan ajaran Hindu. *Keempat*, dimensi pengetahuan adalah seberapa tinggi mengetahui tentang ajaran agama Hindu.

Adapun faktor yang memotivasi bagi masyarakat Hindu untuk melaksanakan puasa ritual keagamaan tersebut masuk kepada teori-teori motivasi keberagamaan yang terbagi menjadi dua, yaitu motivasi naluriah; pada keadaan ini masyarakat Hindu beragama merasakan ketidakseimbangan dan kekhawatiran fisiologis dalam diri mereka. Motivasi kognitif; bagi masyarakat Hindu membutuhkan rasa aman di dunia mau di akhirat (*moksa*). Motif inilah yang menjadi faktor penunjang masyarakat untuk beryakinan kepada Tuhan sehingga dengan persepsi inilah yang menjadikan masyarakat Hindu melaksanakan kewajiban-kewajiban spiritual yang telah berikan oleh kita suci mereka salah satunya yaitu dengan melaksanakan puasa.

B. Makna Puasa Pada Penganut Agama Hindu di Desa Srimenanti Kecamatan Air Hitam Kabupaten Lampung Barat

Terlebih dahulu dikaji makna rangkaian Upacara Nyepi adalah sebagai pendukung ke arah sempurnanya perayaan hari raya Nyepi. Rangkain Upacara Hari Raya Nyepi, Upacara Melasti yang bermakna yaitu untuk melenyapkan kotoran, baik

pada Bhuana Agung maupun pada Bhuana Alit (*makrokosmos* dan *mikrokosmos*). b) Upacara Tawur Kasanga yaitu mempunyai makna menyucikan dan menyeimbangkan alam semesta dengan menetralkan kekuatan alam, *tirtha tawur* untuk melebur malanung bumi, agar tercapai keseimbangan Bhuana Alit dan Bhuana Agung diadakan pengembalian apa yang pernah diambil yang diwujudkan secara simbolis dengan menaburkan nasi tawur, sehingga tercapai keharmonisan dan kesejahteraan hidup. c) Catur Brata Penyepian dapat bermakna dari Catur Brata Penyepian tersebut adalah sebagai berikut : *Amati Geni* yakni umat Hindu tidak menyalakan api yang maknanya adalah pengendalian diri dan hawa nafsu; *Amati karya* yakni tidak melakukan pekerjaan secara jasmani, namun harus meningkatkan kesucian rohani; *Amati Lelungan* yakni tidak keluar rumah pada Nyepi, mawas diri atau ngeret indria, hening *lan anyekung jnana sudha nirmala* (*Mulat sarira*).

Sedangkan pelaksanaan Ngembak Geni berarti melepaskan brata, dilanjutkan dengan melaksanakan Dharma Santih, yang maknanya untuk mewujudkan kerukunan dan keharmonisan dalam kehidupan bersama dalam bermasyarakat. Berdasarkan makna dari rangkaian Upacara Nyepi tersebut di atas, maka makna filosofis hari Nyepi bagi masyarakat Hindu adalah menyucikan *Bhuana Agung* dan *Bhuana Alit* (*makrokosmos* dan *mikrokosmos*), guna mewujudkan keseimbangan, kesejahteraan, serta kebahagiaan lahir dan batin (*mokshartha jagdhita ya ca iti dharma*), demi terbinanya kehidupan yang berlandaskan *satyam* atau kebenaran, *siwam* atau kesucian, dan *sundaram* atau keharmonisan, keselarasan dan keseimbangan hidup umat Hindu dimana pun berada. Pelaksanaan perayaan Nyepi sebagai tonggak bagi umat Hindu untuk dapat insaf dan sadar diri, untuk mengenang dan merenungkan kembali segala perilaku yang telah diperbuat selama setahun. Saat Nyepi merupakan hari yang sangat baik untuk menegakkan diri yang sejati. Saat Nyepilah mengingat terus mengenai hakikat kebenaran, karena kebenaran itulah yang langgeng, yang lainnya tidak abadi adanya. Saat Nyepi merupakan upaya nyata untuk dapat mengendalikan diri, menahan diri, tidak hura-hura, tidak berfoya-foya, serta tidak berperilaku angkuh terhadap siapapun. Demikian juga perilaku buruk dan tercela serta sejenisnya dapat dikendalikan (*ngeret indriya*), karena hal itu merupakan dosa yang sangat besar bagi umat manusia. Kiranya dengan memaknai hakikat dan makna perayaan Nyepi dengan segala rangkaian upacaranya, diharapkan

akan tumbuh hati dan jiwa mulia penuh kesucian pada kehidupan selanjutnya. Hanyalah kebenaran yang langgeng. Kejarlah kebenaran melalui pelaksanaan Catur Brata Penyepian, guna terwujudnya kebahagiaan lahir dan batin.

Selanjutnya yakni makna upawasa Siwaratri. Banyak yang beranggapan bahwa pelaksanaan puasa Siwaratri adalah peleburan dosa namun lebih tepatnya ialah perenungan dosa, pendapat ini mungkin karena pemahaman yang kurang jelas tentang cerita Lubdhaka yang katanya adalah seorang pembunuh binatang atau sering disebut pemburu namun terbebas dari dosa karena bergadang, berpuasa, sekaligus tidak berbicara pada malam Siwaratri. Dalam ajaran tidak ada peleburan dosa, akan tetapi dosa adalah hasil perbuatan (karma) yang harus tetap ditebus oleh akibat (pahala).

Makna puasa Siwaratri sama seperti puasa lain dimana pada umumnya makna pelaksanaan puasa ialah untuk mengendalikan diri, menahan diri, membuang kekotoran yang ada dalam diri, menyadari akan kelakuan yang setiap hari dilakukan, dan untuk mengetahui beginilah penderitaan dan semoga penderitaan seperti ini tidak akan terjadi di diri kita lagi dan semoga dengan memahami penderitaan orang lain dengan diri sendiri dapat merasakan bagaimana penderitaan orang lain sehingga terhindar dari *papa* (kegelapan pikiran dan jiwa) seperti yang tertuang dalam puja tri sandya “*om papo’ ham papakarmaham papatma papasambhavah*” yang pada akhirnya akan menghindarkan manusia dari segala perbuatan dosa.

Adapun tambahan pendapat Juru Mangku Pure Dalem Bapak Nyoman Sukarase bahwa makna puasa Siwaratri juga ialah untuk membuat keheningan pikiran, kemudian dapat membuat kesucian dalam diri kita dan sebagai waktu yang tepat perenungan akan hakikat dan jati diri sebagai manusia.¹⁶³

Sebagai malam perenungan, mestinya melakukan evaluasi atau intropeksi diri atas perbuatan-perbuatan selama ini dilakukan. Dalam makna puasa Siwaratri ini munculah tujuan dan motivasi melakukan puasa Siwaratri untuk lebih menyadarkan bahwa sebenarnya kehidupan itu dapat menetralsisir perbuatan yang manusia telah dilakukan disetiap harinya. Kemudian timbul lah pula pengaruh spritual dalam melaksanakan puasa Siwaratri yaitu, dimana seseorang ketika melakukan puasa Siwaratri sudah

¹⁶³Nyoman Sukarase, Juru Mangku Pure Dalem, “Makna Puasa Siwaratri”, *Wawancara*, Mei 17, 2022.

mempunyai niat untuk membersihkan dirinya maka tingkat spritualnya bertambah lebih tinggi lagi karena yang dicari ialah kesucian bathin atau biasa dijabarkan dengan hati nurani yang paling dalam, maka ketika ingin melakukan perbuatan jahat padahal sebenarnya hati nurani kita sudah menegurnya untuk tidak melakukan perbuatan jahat tersebut. Jika pikiran sudah jernih, baik, dan suci tidak akan mungkin lagi seseorang untuk melakukan perbuatan yang salah karena dia sudah menyadari bathinnya sudah dalam keadaan suci setelah melakukan puasa Siwaratri tersebut.





BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

1. Makna Puasa Bagi Masyarakat Hindu Di Desa Srimenanti Kecamatan Air Hitam Kabupaten Lampung Barat lebih kepada *tapa brata* sebagai dasar keimanan. *Tapa* adalah mengekang, menguasai, dan membakar yang bermaksud sebagai penguasaan diri atas nafsu atau melakukan hidup suci dengan berbagai cara menahan segala aktivitas kehidupan. Sedangkan *brata* adalah janji keinginan yang teguh untuk melakukan segala aktivitas keagamaan. Bagi masyarakat Hindu di Desa Srimenanti *upawasa* sebagai pengendalian nafsu baik terhadap badan jasmani, berbicara, dan pikiran. Untuk mencapai kesempurnaan serta kesucian diri hingga mendapatkan kebebasan dan menyatu dengan Sang Hyang Widhi Wasa. Dalam hal ini dengan beberapa macam puasa yang diajarkan dalam kitab suci masyarakat Hindu di Desa Srimenanti hanya melaksanakan puasa wajib dan umum dikerjakan saja seperti puasa pada Hari Nyepi dan Hari Siwararti. Pada hari besar umat Hindu seperti Hari Nyepi masyarakat diwajibkan untuk melaksanakan berbagai upacara khususnya pada pelaksanaan *upawasa* dengan memperoleh pembelajaran dengan cara tidak bepergian, tidak aktivitas/bekerja, berpuasa (makan dan minum), dan beraktivitas tidak mencemarkan badan. Catur brata penyepian itu ada 4 (empat) macam yang disebut Catur Brata Nyepi, diantaranya; *Amati Geni* artinya tidak menyalakan api termasuk memasak. Itu berarti melakukan *upawasa*. *Amati karya* artinya tidak bekerja, menyepikan *indria*. *Amati lelungan* artinya tidak bepergian. *Amati lelanguan* artinya tidak mencari segala macam hiburan. Pada Hari Nyepi inilah masyarakat Hindu di Desa Srimenanti menutup diri di rumah mereka masing-masing dan melaksanakan puasa. Begitu pun pada Hari Siwaratri sama halnya dengan pelaksanaan puasa pada Hari Nyepi masyarakat Hindu melaksanakan puasa yang dilakukan untuk memuja Dewa Siwa mensucikan batin, mengheningkan pikiran, dan mencegah segala kelakuan buruk. Makna puasa bagi

masyarakat Hindu di Desa Srimenanti sama halnya dengan puasa lain dimana pada umumnya untuk mengendalikan diri, menahan diri, membuang kotoran yang ada dalam diri, menyadari akan kelakuan disetiap hari, dan untuk mengetahui penderitaan dan semoga penderitaan seperti ini tidak terjadi pada diri kita lagi dan semoga dengan memahami penderitaan kita dapat terhindar dari *papa* (kegelapan pikiran dan jiwa). Adapun Makna puasa bagi masyarakat Hindu untuk membuat keheningan pikiran, kemudian membuat kesucian dalam diri kita dan sebagai waktu yang tepat untuk perenungan akan hakikat dan jati diri sebagai manusia pemimpin di dunia.

2. Faktor yang memotivasi bagi masyarakat Hindu di Desa Srimenanti Kecamatan Air Hitam Lampung Barat untuk melaksanakan puasa atau tapa brata yaitu, motivasi naluriah dan motivasi kognitif. *Motivasi Intrinsic* (batin) yang muncul dari dalam diri manusia untuk kepuasan dan kenikmatan. *Motivasi ekstrinsic* suatu keinginan untuk mendapatkan pahala dan penghapusan dosa dimasa lalu. Motivasi keamanan, keinginan untuk memiliki rasa aman di dunia maupun di akhirat pada hari penghakiman.

B. Rekomendasi

1. Untuk masyarakat Hindu di Desa Srimenanti Kecamatan Air Hitam Lampung Barat mengingat akan pentingnya pensucian dan pengendalian diri dengan melaksanakan *upawasa dan tapa brata* maka dari itu perlu ditingkatkan dan dipertahankan pengalaman keagamaannya secara objektif dan dinamis.
2. Kepada tokoh adat dan tokoh agama tetap memberikan peran untuk menjadi pilar bagi masyarakat awam khususnya umat Hindu dan meningkat pengetahuan masyarakat akan pelaksanaan serta makna puasa dalam ajaran agama Hindu sehingga mengetahui makna yang sebenar-benarnya akan makna puasa. Pengalaman keagamaan sejatinya kembali kepada individu masing-masing yang mengetahui tingkat religiusitas dirinya sendiri.

DAFTAR RUJUKAN

- Abdussamad, Zuchri *Metode Penelitian Kualitatif*, (Makasar: Syakir Media Press, 2021).
- Abidin, Zainal. *Analisis Eksistensi Untuk Psikologi dan Psikiarti*, (Bandung: Refika Aditama, 2002)
- Achmad, Nur. *Pluralitas Agama: kerukunan dalam keagamaan.*(Jakarta: Kompas, 2002)
- Ahmadi, Abu. *Sejarah Agama* (Solo: Ramadhani, 1990)
- Al-Ayubi, Sholahudin *Agama & Budaya*. (Banten: FUUD Press, 2009)
- Al-Qaradhawi, Yusuf *Ibadah Dalam Islam* (Jakarta: Akbar, 2005)
- Anjali G. S., *Tuntunan Uposatha dan Atthasila*, (Jakarta: Lembaran Khusus Agama Buddha Informasi)
- Arikunto, Suharsimi. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik* (Jakarta: Rineke Cetakan Pertama)
- Artikel di akses pada tanggal 2 september 2021 dari <http://id.wikihindu.org/wiki/Hindu>.
- Ayub, Hasan Muhammad. *Puasa dan I'tikaf Dalam Islam*, (Jakarta: Amzah, 2000)
- Baharuddin, *Paradigma Psikologi Islam; Studi Tentang Elemen Psikologi Dari Al-Qur'an*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2004)
- Bastaman, Hanna Djumhanna. *Integrasi Psikologi Dengan Islam; Menuju Psikologi Islam* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar 1995)
- Bhikkhu Subalaratano (ed), *Pengantar Vinaya*, (Jakarta: Sekolah Tinggi Agama Buddha Nalanda, 1988)
- Bustanuddin, Agus. *Agama dalam Kehidupan Manusia: Pengantar*

Antropologi Agama. (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada: 2006)

Candrawati, A.K. *Ekadasi Bimbingan Rohani Hindu Dalam Puasa* (Jakarta: CV Pustaka Sinar Agung, 1996)

Chasanah, Alfi Uswatun. "Puasa Dalam Agama Konghucu", (Skripsi, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2018)

Dapertemen Wakaf dan Urusan Islam Kuwait, *Risalah Puasa dan Zakat*, (Jakarta: Media Dakwah, 1992)

Daradjat, Zakiyah. *Ilmu Jiwa Agama*, (Jakarta: Bulan Bintang. 2005)

Dokumentasi Desa. *Profil Pekon Srimenanti Kecamatan Air Hitam*. 2021

Faiza. *Psikologi Dakwah*, (Jakarta: Kalam Mulia, 2003)

Fitra, Muh Dan Luthfiah. *Metodologi Penelitian Kualitatif, Tindakan Kelas Dan Studi Kasus*. (CV Jejak : Jawa Barat, 2018).

Fitri, Muhammad Abu. *Quantum Puasa: Membangun Nilai Spiritual, Mental dan Sosial*, (Solo: Fairuz Media, 2009)

Frankl, Victor E. *Logoterapi; Terapi Psikologi Melalui Pelaksanaan Eksistensi*, Terj, (Yogyakarta: Kreasi Wacana, 2003)

G Pudja dan Tjokora Rai Sudharta, *Manawa Dharmasastra* (Jakarta: Proyek Pengadaan Kitab Suci Hindu dan Budha, 1977)

G Pudja, *Pengantar Agama Hindu II, Sraddha* (Jakarta: Mayasari, 1984)

Glasse, Cyril. *Ensiklopedi Islam (Ringkas)*, diterjemahkan oleh Ghufron A. Mas'adi, Cet. 1, (Jakarta: PT. Raja GrafindoPersada, 1996)

Greertz, Cliffort. *Kebudayaan dan Agama*, (Jogjakarta: Kanisius. 1992)

Gufron, M. Nur & Rini Risnawinta S. *Teori-teori Psikoogi*, (Yogyakarta: Arr-Ruzz Media, 2011)

Gunawan, Pidyanto. *Umat Bertanya Romo Pid Menjawab* (Yogyakarta: Kanisius, 2000)

Hamid, Farid. “*pendekatan fenomenologi (suatu ranah penelitian kualitatif)*”, artikel ilmiah. 2010.

Hidayatullah, Syarif. (2008), 17. Diakses dari, <https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123-45678-9/8630/1/RAMADANI-FUF.pdf>, pada 17 April 2022.

<https://m.lampost.co/berita-pekon-srimenanti-lambar-ditetapkan-jadi-kampung-sadar-kerukunan.html>. Diakses pada 14 Januari 2022 11:45.

<https://phdibanten.org/artikel-2/dewa-yadnya/hari-rama-siwaratri/>
Diakses pada 14 Januari 2022 22:05

I Nyoman Kadjeng dkk., *Saramuaccaya*, (Jakarta:PT Laya Praza Press,1988)

Insight Tour, Perbedaan Cara Berpuasa Orang Kristen Katolik dan Protestan, diakses dari <http://insighttour.id/perbedaan-cara-berpuasa-orang-kristen-katolik-dan-kristen-protestan/>, pada 17 April 2022.

Ishomuddin. *Pengantar Sosiologi Agama*. (Jakarta: Ghalia Indonesia. 2002)

Ismail, Faisal. *Paradigma Kebudayaan Islam: Studi Kritis dan Refleksi Historis*, (Jogjakarta: Titian Ilahi Press: 1997)

Ja'far, Muhammadiyah. *Tuntunan Ibadat Zakat Puasa dan Haji*, (Jakarta: Kalam Mulia, 2005)

Jalaludin, *Psikologi Agama*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2015)

Junaedi, Dedi. *Pedoman Puasa Tuntunan dan Permasalahannya*, (Jakarta: Akademika Pesindo, 2004)

K.M. Suhardana, *Panca Sraddha: Lima Keyakinan Umat Hindu* (Surabaya: Paramita, 2009)

Kadjeng, I Nyoman dkk. *Saramuaccaya*, (Jakarta:PT Laya Praza Press,1988)

Kaharuddin, Pandit J. *Hidup dan kehidupan*, (Jakarta: Tri Sattva Buddhist Center, 1991)

Kahmad, Dadang. *Sosiologi Agama*. (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya. 2002)

Khantipalo, Bhikkhu. *Saya Seorang Buddhis-Bagaimana Menjadi Buddhis Sejati*, (Jakarta: Yayasan Karaniya, 1991)

Khemio, Bhikkhu. *Samanera Sikkha-Latihan Samanera*, (Jakarta: Sangha Theravada Indonesia, 1980)

Kurniawan, Asep. *Metodologi Penelitian Pendidikan*. (PT Remaja Rosdakarya : bandung, 2018).

Lasiyo, *Agama Konghucu As An Emerging From of Religious Life Among The Indonesian Chinese*, (Yogyakarta: Lintang Pustaka Utama, 2012)

Lontoh, Liem Liliany. *Puasa Dalam Perspektif Agama Khonghucu*, Diakses dari <https://kemenag.go.id/read/puasa-dalam-perspektif-agama-khonghucu-lmbj-lmbjl>, Pada 15 April 2022.

M. Zainuddin. *Pluralisme Agama: Pergaulan Dialogis Islam-Kristen di Indonesia*. (Malang: UIN-Maliki Press, 2010)

M.A. Subandi. *Psikologi Agama & Kesehatan Mental*. (Yogtakarta: Pustaka Pelajar, 2013)

Made Suratman Juru Mangku Puseh, “persiapan Upawasa Umat Hindu”, *Wawancara*, Mei 05, 2022.

Made Suratman, “Manfaat Upawasa Dalam Agama Hindu”, *Wawancara*, April 25, 2022. Media, 2014)

Moleong, Lexy J. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya:2017).

Mubarok, Ahmad. *Psikologi Dakwah, Membangun Cara Berfikir dan Merasa*, (Malang:Madani, 2014)

Muhammad, Asy-Syekh bin Qhosim Al-Ghazali, Terjemah Fathul Qorib, (Bandung: Karisma, 1997)

Muhsinin, Mahmud. *Puasa Menurut Islam dan Katolik*. Al-Hikmah:

- Jurnal Studi Agama-Agama. Vol. 1. No. 2. 2015. Diakses dari, <http://repository.ar-raniry.ac.id/2509/1/GABUNGAN.pdf>. (13 April 2022)
- Munir, Ahmad *Teologi Dinamis*. (Yogyakarta: STAIN Po Press, 2010)
- Muslich, dan Qohar Adnan. *Nilai Universal Agama-agama Di Indonesia*. (Yogyakarta: Kaukaba Dipantara, 2013)
- Najati, Muhammad Usman. *Al-Qur'an dan Ilmu Jiwa*, (Bandung: Pustaka, 2004)
- Nashori, Fuad dan Rachmi Diana Mucharam. *Mengembangkan Kreativitas Dalam Perspektif Psikologi Islam*, (Jogjakarta: Menara Kudus, 2002)
- Nata, Abuddin. *Metodologi Studi Islam*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2013)
- Nyanataloka, *Buddhist Dictionary*, (Frewin: Co. Tto, 1972)
- Nyoman Sukarase, “manfaat upawasa dalam agama Hindu”, *Wawancara*, April 25, 2022.
- Nyoman Sukarase, “tujuan upawasa dalam agama Hindu”, *Wawancara*, April 25, 2022.
- Pendit, Nyoman S. *Bhagavad-Gita*, (Jakarta: Hanuman Sakti, 1995)
- Putra, *Cudamani Pengertian Hari Raya Nyepi*. (Bali: Perwakilan Agama, 1974)
- Putri, Hasti Marlina. *Nilai Universal dari Konsep Puasa Agama Katolik dan Islam*, 4. Diakses dari, <https://osf.io/u3grf/download/?format=pdf> pada 14 April 2022.
- Qardawi, Yusuf. *Fiqh Puasa*, (Surakarta: Era Intermedia, 2000)
- Qomariyah, Nur Hidayah. “Puasa dalam manuskrip Islam (Bidayat al-Hidayah koleksi Perpustakaan Pondok Pesantren Tebuireng Jombang)”, (Skripsi Surabaya: Fakultas Adab dan Humaniora UIN Sunan Ampel, 2015)
- Rahmawati, Rahmi. “Analisis terhadap Pendapat Ibnu Hazm tentang Batalnya Puasa Karena Sengaja Melakukan Kemaksiatan”

- Skripsi (Riau: UIN Suska Riau, 2013)
- Ramadani, “Makna Puasa di Kalangan Narapidana Muslim dan Kristen”, (Skripsi, Jakarta: UIN Syarif Hidayatullah, 2008)
- Ramayulis. *Psikologi Agama*, (Jakarta : Kalam Mulia, 2003)
- Rijali, Ahmad. ”*Analisis Data Kualitatif*”. *Jurnal Alhadharah*, Vol. 17 No. 33, Januari-Juni 2018, 94.
<http://dx.doi.org/10.18592/alhadharah.v17i33.2374>
- Riswanto, Arif M. *Mukjizat Lailatul Qadar: Menemukan Berkah Pada Malam Seribu Bulan*, (Bandung: Mizania, 2007)
- Sarsono, Sekretaris Pekon Srimenanti Kecamatan Air Hitam Kabupaten Lampung Barat “profil desa”, *Wawancara*, 20 April 2022
- Shiddiegy, Hasbi Ash. *Pedoman Puasa*, (Jakarta: Bulan Bintang, 1981)
- Shihab, Muhammad Quraish. *Tafsir al-Mishabah*, Jilid I (Tangerang Lentara Hati, 2002).
- Shihab, Muhammad Quraish. *Panduan Puasa Bersama Quraish Shihab* (Jakarta: Republika, 2014).
- Sismono, *Puasa Pada Umat Dulu dan Sekarang*, (Jakarta, Republika, 2010).
- Sivananda, Sri Svani. *Hari Raya & Puasa Dalam Agama Hindu* (Surabaya: Paramita, 2002).
- Soekanto, Suerjono. *Teori Sosiologi Tentang Perubahan Sosial* (Jakarta: Ghalia Indonesia, 1983)
- Stefanus, Berpuasa dan Berpantang menurut Gereja Katolik, Komisi Katetik, diakses dari <https://komkat-kwi.org/2015/02/17/berpuasa-dan-berpantang-menurut-gereja-katolik/>, pada 17 April 2022.
- Subagio, Joko. *Metode penelitian dalam teori dan praktik* (Jakarta: Rineke Cipta,2001).
- Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*,

(Bandung: Alfabeta, 2017).

Suhardana, K.M. *Upawasa, Tapa, dan Brata* (Surabaya: Paramita, 2006).

Sukmadinata, Nana Syaodih. *Metode Penelitian Pendidikan*. (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2017).

Supomo, *Dasar-Dasar Uposatha*, (Yogyakarta: Vihara Vidyalyoka Vidyasena, 1993)

Suroso, Djamaludin Ancok Fuat Nashori. *Psikologi Islami*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1994)

Suwarnada, Gede Made. Ni Nyoaman Ritawati, Widya Genitri, "Persepsi Remaja Hindu Terhadap Perayaan Hari Raya Siwaratri Di Kota Palu," *Jurnal Ilmiah Pendidikan, Agama Dan Kebudayaan Hindu* Vol 8 No. 2, Desember 2017: Hal 1-10,
<https://jurnal.stahds.ac.id/widyagenitri/article/download/220/100>

Syafrida dan Nurhayati Zein. *Fiqh Ibadah*, (Pekanbaru: CV. Mutiara Pesisir Sumatra, 2015)

Syarifuddin, Ahmad. *Puasa Menuju Sehat Fisik dan Psikis*, (Jakarta: Gema Insani Press, 2004)

Triatmo, Ps. Agis. Iman Katolik (Media Informasi dan Saran Katakese, Kitab Hukum Kanonik (Kan. 1251), diakses dari <http://www.imankatolik.or.id/khk.php?q=1251-1252>, pada 15 April 2022.

Taufiq, Muhammad Izuddin. *Panduan Lengkap dan Praktis Psikologi Islam*. (Jakarta: Gema Insani, 2006)

Tim Lintas Media, *Kamus Al-Akbar Indonesia-Arab dan Arab Indonesia*, (Jombang: Lintas Media 2000)

Titib, I Made. *Ketuhanan Dalam Weda*, (Jakarta: Pustaka Manikgeni,

1994)

Trisnawati, Niketut. “Pelaksanaan Puasa Siwaratri”, *Wawancara*, October 29, 2021.

Urban, Hal. *Bangkit Dari Kegagalan*, Terj. (Yogyakarta: Think, 2003)

Walgito, Bimo. *Psikologi Umum*. (Yogyakarta: Andi, 2003)

Wardani, Ndaru Retno. “Makna Simbolik Ritual Sendhang Gedhe Desa Kandri Kecamatan Gunung Pati Kota Semarang” (Skripsi, Universitas Negeri Semarang, 2020).

Wayan Darmawan, “Manfaat Sosiologis Upawasa atau Tapa Brata Umat Hindu”, *Wawancara*, Mei 05 2022.

Wiana, Ketut. *Bagaimana Umat Hindu Menghayati Tuhan*, (Jakarta: Pustaka Manikgeni, 1993)

Wiana, Ketut. *Yajna dan Bakti Dari Sudut Pandang Hindu* (Jakarta: Pustaka Manikgeni, 1995)

Widnya, Ketut. *Pengaruh Makanan Terhadap Pikiran*, (Jakarta: Yayasan Dharma Sarathi, 1990)

Wijaya, Komang Aman. *Jawaban Tertulis Tentang Puasa Dalam Hindu*, (Jakarta: Pustaka Hindu, 1996)

Wisnu, I Gede Ardhana. *Musuh-Musuh Dalam Diri Manusia Dari Sudut Pandang Agama Hindu*. (Jakarta: Pustaka Manikgeni, 1994)

www.baha'iindonesia.org. Di akses pada tanggal 2 september 2021.

Zaehner, Robert C. *Kebijaksanaan Dari Timur Berapa Aspek Pemikiran Hinduisme*, (Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 1992)

Zohar, Dinar dan Ian Marshall, *SQ: Memanfaatkan Kecerdasaan Spiritual dalam Berpikir Holistik Untuk Memaknai Kehidupan*, Terj, (Bandung : Mizan Media Utama, 2001),