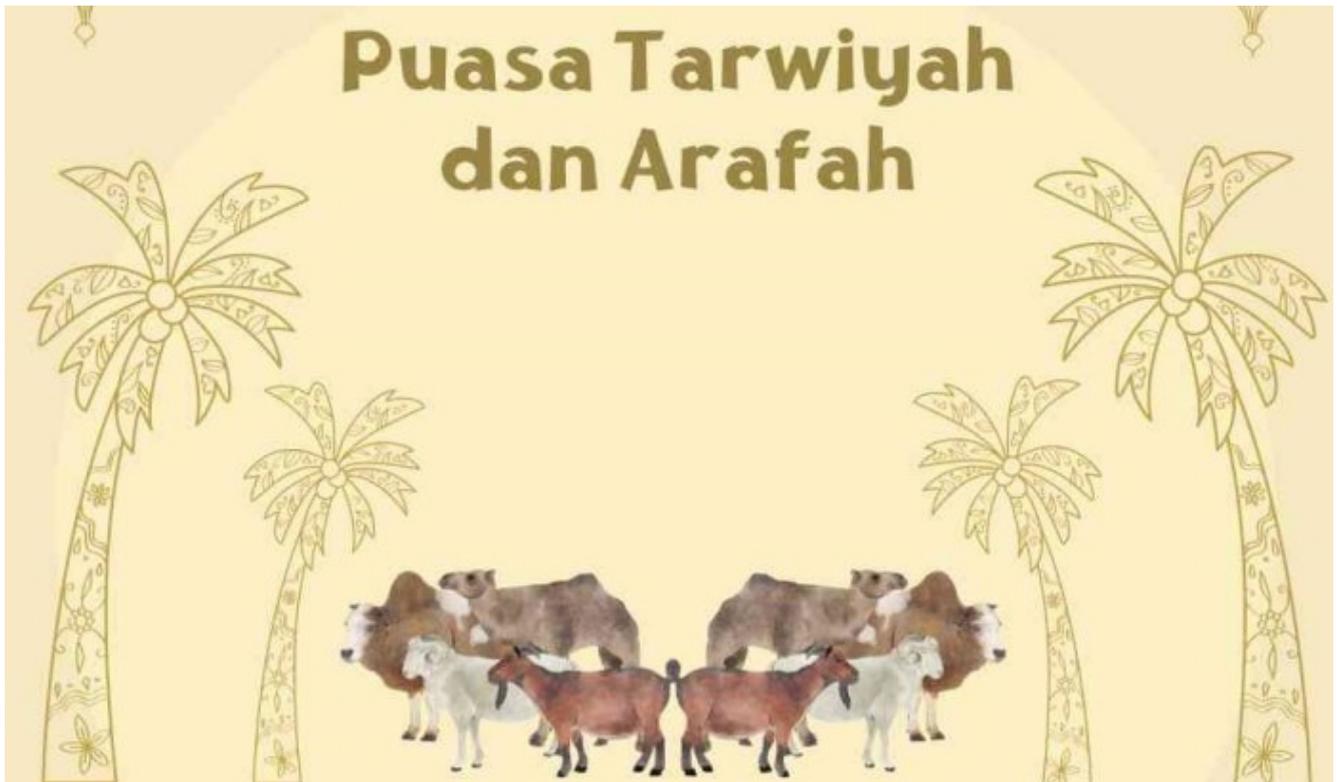


Ini Niat dan Keistimewaan Puasa Tarwiyah dan Arafah yang Perlu Diketahui

written by Ahmad Khalwani, M.Hum



Harakatuna.com - Salah satu hal yang dianjurkan dan disunahkan untuk dilaksanakan umat Islam ketika mendekati musim haji dan [Idul Adha](#) adalah puasa Tarwiyah dan Arafah. Puasa Tarwiyah adalah puasa yang dilaksanakan pada tanggal 8 Zulhijah semetara puasa Arafah tanggal 9 Zulhijah. Berikut niat dan keistimewaan puasa Tarwiyah dan Arafah yang perlu diketahui.

Jika menilik kalender Masehi tahun 2024, maka puasa Tarwiyah akan jatuh pada hari Sabtu, 15 Juni 2024. Dan puasa Arafah pada tanggal 16 Juni 2024. Jika mampu melakukan dua puasa ini maka akan mendapatkan keistimewaan yang luar biasa. [Nabi Muhammad](#) menjelaskan bahwa ibadah yang dilakukan pada 10 hari bulan Zulhijah merupakan amalan yang paling utama.

مَا مِنْ أَيَّامِ الْعَمَلِ الصَّالِحِ فِيهَا أَحَبُّ إِلَى اللَّهِ مِنْ هَذِهِ الْأَيَّامِ يَعْنِي أَيَّامَ الْعَشْرِ قَالُوا: يَا رَسُولَ اللَّهِ وَلَا الْجِهَادُ فِي سَبِيلِ اللَّهِ؟ قَالَ وَلَا الْجِهَادُ فِي سَبِيلِ اللَّهِ إِلَّا رَجُلٌ خَرَجَ بِنَفْسِهِ وَمَالِهِ فَلَمْ يَرْجِعْ مِنْ ذَلِكَ بِشَيْءٍ (رواه البخاري وأحمد والترمذي وأبو دود وابن ماجه

Artinya: “Tidak ada hari yang amal saleh di dalamnya lebih dicintai oleh Allah selain sepuluh hari pertama bulan Zulhijah.” Para sahabat bertanya, “Wahai Rasulullah, termasuk lebih utama daripada jihad di jalan Allah?,” Rasulullah menjawab, “Termasuk lebih utama dibandingkan jihad di jalan Allah kecuali orang yang berangkat jihad dengan jiwa dan hartanya lalu ia tidak kembali dengan sesuatu apa pun dari jiwa dan hartanya karena ia mati syahid di medan jihad” (HR al-Bukhari, Ahmad, at-Tirmidzi, Abu Dawud, dan Ibnu Majah).

Dalam sebuah hadis yang lain, salah satu keistimewaan puasa Tarwiyah adalah akan dihapuskan dosanya selama setahun. Dan akan dihapus dosanya dua tahun penuh bagi yang melaksanakan puasa Arafah.

صوم يوم التروية كفارة سنة وصوم يوم عرفة كفارة سنتين

Artinya: “Puasa hari Tarwiyah dapat menghapus dosa setahun. Puasa hari Arafah dapat menghapus dosa dua tahun.” (HR Abus Syekh Al-Ishfahani).

Adapun niat melaksanakan puasa Tarwiyah sebagai berikut:

نويتُ صومَ تَرْوِيَةِ سُنَّةٍ لِّلَّهِ تَعَالَى

Artinya: “Saya niat puasa Tarwiyah, sunnah karena Allah Ta’ala.”

Dan ini niat puasa Arafah:

نويتُ صومَ عَرَفَةَ سُنَّةً لِّلَّهِ تَعَالَى

Artinya: “Saya niat puasa Arafah, sunah karena Allah Ta’ala.”

Demikian penjelasan mengenai niat dan keistimewaan puasa Tarwiyah dan Arafah. Semoga kita termasuk orang-orang yang diberi hidayah dan kekuatan oleh Allah untuk bisa menjalankan kedua puasa ini, Amin.