



AL-MAJALIS : Jurnal Dirasat Islamiyah

Volume 10 Nomor 2 Mei 2023

Email Jurnal : almajalis.ejornal@gmail.com

Website Jurnal : ejournal.stdiis.ac.id



**FENOMOLOGI PUASA SUNNAH SENIN KAMIS STUDI LIVING HADIS
DI SEKOLAH TINGGI DIRASAT ISLAMIYAH JEMBER**

Nandang Husni Azizi

Program Studi Ilmu Hadis

Sekolah Tinggi Dirasat Islamiyyah Imam Syafi'i Jember

Nandanghusni@gmail.com

Fauzi Izzaturrehman

Program Studi Ilmu Hadis

Sekolah Tinggi Dirasat Islamiyyah Imam Syafi'i Jember

Izzaturrehmanfauzi@gmail.com

Muhammad Yassir

Program Studi Hukum Keluarga Islam

Sekolah Tinggi Dirasat Islamiyyah Imam Syafi'i Jember

yasir.najm86@gmail.com

ABSTRACT

Fasting is one of the obligations of one of the pillars of Islam for Muslims, namely to refrain from anything that breaks the fast. There are many types of sunnah fasting that the Prophet sallallahu alaihi wasalam taught besides obligatory fasting in the month of Ramadan such as the fasting of David, Arafah, Asy Shura and so on including fasting on Mondays and Thursdays which are discussed in this article. The methodology used in this article is qualitative using a living hadith approach, namely a phenomenological study of hadith conducted by a group of people in a certain place. Dirasat Islamiyah High School is a tertiary institution that teaches religious knowledge and fundamental matters as well as detailed matters in religion based on justifiable arguments and understanding in accordance with the Ahlu Summah wal Jama'ah methodology both in terms of knowledge, practice and da'wah. There is an interesting phenomenon in that most of the students who study there practice fasting on Mondays and Thursdays. Many of them practice fasting on Mondays and Thursdays based on a hadith in this practice, but there are those whose fasts are due to

encouragement from the surrounding environment. On average, they know the reasoning or foundation of a practice, even though some of them are motivated by worldly things, such as providing an iftar menu for every sunnah fast they practice. The core books in the field of hadith which mention the hadiths that can be the basis for fasting Monday and Thursday. Keywords: sunnah fasting, monday, thursday.

ABSTRAK

Terdapat fenomena yang menarik bahwa sebagian besar dari mahasiswa yang belajar di sana mengamalkan puasa Senin Kamis. Puasa merupakan salah satu kewajiban dari salah satu kewajiban yang menjadi rukun Islam bagi umat Islam yaitu menahan diri dari segala sesuatu dari yang membatalkan puasa. Ada banyak sekali macam puasa sunnah yang Nabi shallallahu alaihi wasalam ajarkan selain puasa yang wajib dibulan Ramadhan seperti puasa Daud, Arafah, Asy Syura dan lain sebagainya termasuk puasa hari Senin dan Kamis yang dibahas dalam artikel ini. Metodologi yang digunakan dalam artikel ini adalah kualitatif dengan menggunakan pendekatan living hadis yaitu studi fenomenologi hadis yang dilakukan sekelompok orang pada tempat tertentu. Sekolah Tinggi Dirasat Islamiyah merupakan perguruan tinggi yang mengajarkan ilmu agama dan hal-hal fundamental serta perkara yang rinci dalam beragama berdasarkan dalil yang bisa dipertanggungjawabkan dan pemahaman yang sesuai dengan metodologi Ahlu Summah wal Jama'ah baik dari segi ilmu, pengamalan dan dakwah. Banyak dari mereka mengamalkan puasa Senin Kamis berlandaskan sebuah hadis dalam amalan ini, namun adapula yang puasanya dikarenakan adanya dorongan dari lingkungan sekitar. Rata-rata dari mereka mengetahui dalil atau landasan dari sebuah amalan walaupun sebagian dari mereka termotivasi dengan hal duniawi seperti disediakannya menu berbuka pada setiap puasa sunnah yang diamalkan. Kitab-kitab inti dalam bidang hadis yang menyebutkan hadis-hadis yang bisa menjadi landasan puasa Senin Kamis.

Kata Kunci: Puasa sunnah; senin; kamis.

A. PENDAHULUAN

Puasa dalam agama Islam memiliki kedudukan yang penting. Ia adalah salah satu rukun di antara rukun-rukun Islam yang wajib dilaksanakan para pengikutnya. Puasa yang merupakan rukun Islam tersebut adalah puasa di bulan Ramadhan selama sebulan penuh setiap tahunnya. Dalam Syariat Islam puasa terbagi menjadi dua jenis berdasarkan tinjauan

hukumnya. Pertama Puasa Wajib seperti puasa Ramadhan, kedua: puasa sunnah. Ada beberapa puasa sunnah yang di khususkan pada hari, tanggal, bulan tertentu salah satunya adalah puasa sunnah Senin Kamis. Puasa sendiri dapat dimaknai dengan menahan diri dari hal-hal yang membatalkan puasa, dari terbit fajar hingga terbenamnya matahari.²³⁸ Hal selaras juga disampaikan oleh Abdurrahman bin Muhammad A'udh Al Jaziri dalam kitab *Al Fiqh A'la Mazahib Al arba'* adalah menahan diri dari hal-hal yang membatalkan puasa sepanjang hari, dari munculnya *fajar shodiq*, hingga terbenamnya matahari.²³⁹ Beliau juga menjelaskan bahwa makna tersebut telah disepakati oleh 4 imam besar.

Banyak sekali puasa sunnah yang di ajarkan nabi Muhammad shalallahu alaihi wasallam dalam hadisnya seperti puasa pertengahan bulan, puasa hari Arafah, puasa Syawal, puasa Senin Kamis dan lain sebagainya. Salah satu hadis yang dijadikan sebagai dasar hukum dalam menjalan puasa sunnah Senin Kamis adalah sabda Rasulullah shalallahu alaihi wasallam:

«تُعْرَضُ الْأَعْمَالُ يَوْمَ الْاِثْنَيْنِ وَالْاِثْنَيْنِ، فَأُجِبُ أَنْ يُعْرَضَ عَمَلِي وَأَنَا صَائِمٌ»

"Amalan-amalan akan diangkat pada hari Senin dan Kamis, maka aku menyukai tatkala amalanku diangkat dan aku sedang berpuasa."²⁴⁰

Sekolah Tinggi Dirasat Islamiyah Imam Syafi'i Jember adalah sekolah tinggi yang mengajarkan ilmu agama. Hal ini ditunjukkan dari program studi yang ada di dalam nya, seperti Program Studi Hukum Keluarga Islam dan Ilmu Hadis. Ada pula program yang menunjang dua program tersebut yaitu program persiapan bahasa karena bahasa perngantar dalam perkuliahan adalah bahasa Arab. Bukan hal yang asing bagi mahasiswa atau mahasiswi untuk mengetahui ibadah sunnah salah satu nya puasa sunnah Senin Kamis. kurang lebih ada 200 mahasiswa mahasiswi yang mengerjakan ibadah sunnah ini.

Ada beberapa penelitian terdahulu yang membahas hal serupa yaitu puasa Senin Kamis antara lain:

²³⁸ Sayid Sabiq, *Fiqhu Sunnah* (Cet. III; Libanon: Dar Kitab Al-Arabi, 1421 H), jld. 1, hlm. 431.

²³⁹ Abdurrahman bin Muhammad a'udh al Jaziri, *Al Fiqh A'la Mazahib Al arba'* (Cet. II; libanon: Dar kitab al i'lmiah , 1424 H), jld. 1, hlm. 492.

²⁴⁰ Muhammad bin Isa Al-Tirmidzi, *Sunnan At-Tirmidzi* (Cet. II; Mesir: Syarikah Maktabah wa Mathba'ah Musthofa Al-Babi Al-Halbi , 1395 H), jld. 3, hlm. 113.

1. Tradisi Puasa Senin Kamis (Studi tentang ‘ilal Hadis), penelitian ini membahas tentang Hadis-hadis yang berkaitan dengan puasa Senin Kamis yang ditinjau dari sanad dan matan kemudian dapat menilai derajat hadis yang dijadikan dalil atau hujjah dalam menjalankan suatu ibadah.²⁴¹
Perbedaannya antara penelitian di atas dengan penelitian yang akan dibahas adalah penelitian di atas hanya membahas dari segi literasi atau hadis-hadis yang berpotensi dijadikan sebuah dalil atau hujjah sementara penelitian ini membahas sebab sekelompok orang melakukan sebuah amalan sunnah.
2. Intensitas Melakukan Puasa Senin Kamis dan kecerdasan Emosional. Penelitian yang dilakukan pada LDK (Lembaga Dakwah Kampus) ini bertujuan membahas dampak Puasa Senin Kamis dalam mengelola Emosional sementara perbedaan antara penelitian ini adalah membahas tentang sebab mengerjakan ibadah sunnah ini dan hadis-hadis yang berkaitan dan juga derajat dari setiap hadis.²⁴²
3. Puasa Senin Kamis di Kampung Pekaten merupakan penelitian yang menelitian keadaan masyarakat di kampung Pekaten yang mengerjakan Puasa Senin Kamis secara bersama.²⁴³ Sementara penelitian ini membahas tentang sebab mengerjakan amalan sunnah dan penjelasan tentang kedudukan hadis dalam puasa Senin Kamis di lingkungan Sekolah Tinggi Dirasat Islamiyah Imam Syafi’i Jember.
4. Pengaruh Puasa Sunnah Senin Kamis terhadap Hitung Jenis Leukosi merupakan penelitian yang meneliti jumlah leukosit bagi para penggiat puasa sunnah.²⁴⁴ Sedangkan yang dibahas penelitian ini adalah sebab dan beberapa literasi yang dijadikan rujukan untuk menguatkan amalan puasa Senin Kamis beserta penjelasan kedudukannya.

²⁴¹ Muhammad Zuhri Abu Nawas, “Tradisi Puasa Hari Senin Kamis (Studi tentang ‘Ilal Hadis),” *Pusaka Jurnal*, Vol. 4, No. 2 (2016).

²⁴² Diana Sari, “Intensitas Melakukan Puasa Senin Kamis dan kecerdasan Emosional,” *Pusaka RAP*, Vol. 9, No. 1 (2018).

²⁴³ Saifuddin Zuhri Qudsi, Mahfudz Masduki, dkk., “Puasa Senin Kamis di Kampung Pekaten,” *Proceedings of Annula Conference for Muslim Scholars No Seri 2* (2017).

²⁴⁴ Faris Hamidi, dkk. “Pengaruh Puasa Sunnah Senin Kamis terhadap Hitung Jenis Leukosi,” *Jurnal Keperawatan*, Vol. 12, No. 1 (2019).

5. Living Hadis sebuah kajian Epistemologi merupakan penelitin yang menjelaskan konsep dasar living hadis dalam penelitian.²⁴⁵ Persamaan dalam penelitian ini menggunakan metode yang sama dalam kajian keadaan yang berbeda.

B. METODE PENELITIAN

Sebelumnya, penulis akan menjelaskan mengenai definisi living hadis. Living hadis adalah kajian atau penelitian ilmiah tentang berbagai peristiwa sosial terkait dengan kehadiran atau keberadaan hadis di sebuah komunitas muslim tertentu.²⁴⁶ Dari sana, muncul interaksi sosial yang menghidupkan sunnah-sunnah dari hadis nabi sholallahu alaihi wasallam.

Hadis merupakan pokok atau dasar hukum untuk menjalankan ibadah tertentu. Karena hukum asal ibadah adalah haram sampai ada dalil baik dari Al Qur'an maupun hadis yang mengejurkannya atau memperbolehkannya. Puasa sendiri memiliki banyak manfaat setelah mendapat pahala langsung dari Allah sepereti yang dijelaskan oleh nabi

كل عمل ابن آدم له إلا الصوم، فإنه لي وأنا أجزي به، ولخلوف فم الصائم أطيب عند الله من ريح المسك.

“Setiap amal anak cucu adam adalah untuknya kecuali puasa, karena sesungguhnya (puasa itu) untukKu dan Aku yang akan lansung membalasnya. Sungguh bau mulut orang yang berpuasa lebih harum bagi Allah dari pada aroma minyak kasturi.”²⁴⁷

A. Pendekatan kajian living hadis

Living hadis merupakan salah satu bentuk kajian dalam cabang disiplin ilmu hadis. oleh karenanya boleh saja peneliti tidak menjelaskan kajian living hadis dalam judul penelitian. Contoh, “Fenomena Puasa Senin Kamis di Sekolah Tinggi Dirasat Islamiyah”.

²⁴⁵ Muhammad Mahfud, “ Living Hadis sebuah kajian Epistemologi,” *Jurnal Pemikiran dan Pendidikan Islam*, Vol. 11, No. 1 (2018).

²⁴⁶ M. Mansur et al., *Metodologi Penelitian Living Qur'an dan Hadis*, (Yogyakarta: Teras, 2007), hlm. 8

²⁴⁷ Al Bukhori, *Shohih Bukhori*, (Cet. I; t.t. : Dar Thuqi An-Najah, 1422 H), jld. 7, hlm. 164.

Namun perlu dipastikan bahwa sebuah perilaku atau sebuah adat yang sering dilakukan dalam suatu lingkungan masyarakat berdasarkan dalil yang dapat dijadikan sandaran bagi pelakunya. Dalam agama islam terdapat dua panduan dasar yang wajib dijadikan panduan dalam mejalani atau bermualah dalam kehidupan yaitu Al Qur ‘an dan As Sunnah.

Dalam beberapa keadaan masyarakat menjalankan suatu amalan tidak berdasarkan dari dua hal yang wajib. Mereka bersandar kepada orang tua mereka atau kepada guru-guru mereka yang bahkan tidak menjelaskan dasarnya, apakah sampai kepada suri tauladan kita atau hanya kepada guru-guru mereka saja. Living hadis dijadikan sebagai senjata mereka untuk membenarkan adat istiadat atau perilaku yang sering dilakukan dengan berdalih sebagai sunnah Nabi.

Ada beberapa pedekatan yang dapat dipakai dalam kajian living hadis. Pendekatan ini tidak baku namun dapat dipakai dalam kajian living hadis dan tentu ada teori-toeri dari cabang ilmu lain yang dipakai untuk disiplin living hadis.

1. Fenomenologi

Pada awalnya, feneomenologi merupakan salah satu disiplin dalam tradisi filsafat. Edmund Husserl (1859-1938) merupakan tokoh dan penggagas teori ini. Berasal dari bahasa Yunani (phenomenon) yang bermakna sesuatu yang tampak, sesuatu yang terlihat, fenomenologi adalah ilmu pengetahuan mengenai apa yang tampak. Studi fenomenologimerupakan studi tentang makna. Dalam hal ini penelitimendeskripsikan pemaknaan umum dari sejumlah individu terhadap berbagai pengalaman hidup mereka mengenai sebuah konsep atau sebuah fenomena. Dengan demikian fokus fenomenolog adalah mendeskripsikan apa yang sama pada semua partisipan ketika mereka mengalami sebuah fenomena (misalnya, dukacita dialami secara universal).²⁴⁸

²⁴⁸ Alfatih Suryadilaga, “Mafhūm al-ṣalawāt ‘inda majmū‘at Joged Shalawat Mataram: Dirāsah fī al-ḥadīth al-ḥayy” *Jurnal Studia Islamika*, Vol. 21, No. 3, 2014. Hlm. 535-578.

2. Studi Naratif

Naratif adalah satu tipe desain kualitatif yang spesifik, yang narasinya dipahami sebagai teks yang dituturkan atau dituliskan dengan menceritakan tentang peristiwa/aksi atau rangkaian peristiwa yang terhubung secara kronologis.²⁴⁹ Narasi ini berisi mengenai peristiwa yang terjadi atau rangkaian peristiwa yang saling berhubungan. Pada dasarnya riset ini memiliki banyak bentuk, menggunakan beragam praktek analitis, dan berakar pada beragam disiplin sosial dan humaniora.²⁵⁰

3. Etnografi

Etnografi adalah sebuah desain kualitatif di mana sang peneliti mendeskripsikan dan menafsirkan pola-pola yang sama dari nilai-nilai, perilaku, keyakinan, dan bahasa dari sebuah kelompok berkebudayaan-sama. Sebagai sebuah proses dan sekaligus sebuah hasil riset, etnografi adalah sebuah cara untuk mempelajari sebuah kelompok berkebudayaansama sekaligus produk akhir tertulis dari riset tersebut. Sebagai sebuah proses, etnografi melibatkan pengamatan-pengamatan yang luas terhadap kelompok tersebut, paling sering melalui pengamatan partisipan (*participant observation*), di mana sang peneliti tenggelam (*immersed*) dalam kehidupan sehari-hari dari masyarakat tersebut dan mengamati dan mewawancarai para partisipan dalam kelompok tersebut. Para etnografer mempelajari makna dari perilaku, bahasa, dan interaksi di kalangan para anggota dari kelompok berkebudayaansama tersebut.²⁵¹

4. Sosiologi Pengetahuan

Teori konstruksi sosial Berger dan Luckmann sebenarnya memiliki ekuivalensi tersendiri dengan *living Quran* dan *living Hadis*. Jika *living Quran* dan *living Hadis*

²⁴⁹ John W. Creswell, *Penelitian Kualitatif dan Desain riset: Memilih di antara Lima Pendekatan*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2015), hlm. 96. Dalam buku ini juga disebutkan prosedur dalam melakukan penelitian fenomenologi

²⁵⁰ John W. Creswell, *Penelitian Kualitatif dan Desain Riset*, hlm. 96.

²⁵¹ John W. Creswell, *Penelitian Kualitatif dan Desain Riset*, hlm. 125

dipahami sebagai proses perwujudan al-Qur'an dan Hadis dalam kehidupan nyata, baik secara sadar maupun tak sadar, maka konstruksi sosial yang—menurut Berger dan Luckmann—mengandaikan suatu proses dialektika antara individu dan realitas masyarakat bisa menjadi pijakan untuk melihat bagaimana seorang individu membentuk dan dibentuk oleh Al-Quran dan Hadis sebagai fenomena sehari-hari.

Dalam menggali data seperti ini memerlukan bantuan pisau analisis sosiologi. Dalam hal masjid Jogyakarta adalah dengan menggunakan analisis sosiologi pengetahuan Peter Berger dan Luckmann.²⁵²

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Pemahaman Puasa Senin Kamis

Puasa senin kamis bukan suatu adat yang dinisbatkan pada suatu daerah, negara, atau wilayah melainkan amalan sunnah yang telah disyariatkan sejak lebih dari empat belas abad silam. Sebagian masyarakat pada umumnya mengamalkan puasa ini hanya karna mengikuti masyarakat sekitar atau apa yang dikatakan atau diajarkan oleh guru guru agama mereka dan bukan karna mengetahui dasar dari amalan sunah ini.

Berbeda hal dengan mahasiswa atau mahasiswi di Sekolah Tinggi Dirasat Islamiyyah yang mengajarkan ilmu agama berdasarkan landasan dalam beramal. Mayoritas dari mereka mengamalkan puasa sunnah Senin Kamis ini karena mengetahui dasar dan dalil dari amalan sunnah ini. Yunus Ilham Saputra mengatakan “Kalau lafadz hadits nya kurang hafal, namun ingat kandungan nya, bahwa Nabi ﷺ dilahirkan di hari Senin, dan hari Kamis itu hari di angkat nya amalan, maka Nabi ﷺ ingin amal nya ketika di angkat dalam keadaan berpuasa.”²⁵³

Hal yang serupa dikatakan oleh Rifqi Alzufar salah satu mahasiswa Ilmu Hadis dengan membawakan sebuah hadis dengan maknanya bahwa Rasulullah shallallahu ‘alaihi

²⁵² Peter L. Berger dan Thomas Luckmann, *The Social Construction of Reality: A Treatise in the Sociology of Knowledge* (London: Penguin, 1991).

²⁵³ Yunus Ilham Saputra, *wawancara* (Jember, 03 February 2023)

wa sallam bersabda: “Amalan amalan diangkat ke (pada Allah) pada hari Senin dan Kamis, maka aku suka jika amalanku diangkat sedangkan aku sedang berpuasa.”²⁵⁴

Muzzamil yang juga merupakan mahasiswa Prodi Ilmu Hadis menyebutkan hal yang selaras dengan menyebutkan lafadz hadisnya.

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: تُعْرَضُ الْأَعْمَالُ يَوْمَ الْاِثْنَيْنِ وَالْخَمِيسِ فَأَجِبُّ أَنْ يُعْرَضَ عَمَلِي وَأَنَا صَائِمٌ

“Rasulullah *shalallahu alaihi wa salam* berkata: setiap amalan manusia diangkat pada hari senin dan kamis maka aku menyukai berpuasa ketika amalan ku diangkat.”²⁵⁵

Dengan pemahaman dari para narasumber yang semua adalah mahasiswa Sekolah Tinggi Dirasat Islamiyyah memahami bahwa puasa yang dilaksanakan pada hari senin atau kamis merupakan amalan sunnah yang diajarkan oleh nabi shalallahu alaihi wa salam yang diwariskan oleh para sahabatnya bukan adat dari suatu daerah atau amalan yang dikhususkan untuk golongan tertentu.

Agama Islam turun dengan dua landasan hukum yaitu al Qur’an dan Sunnah dan dengannya kita dapat mengamalkan suatu ibadah, padanya terdapat penjelasan tentang cara mengerjakan, waktu bahkan tempat. Maka apabila ada suatu amalan yang disandarkan kepada agama Islam maka harus ada dua unsur yang penting ini atau turunannya berupa Ijma’ Qiyas dan landasan-landasan hukum lainnya yang bisa dipertanggungjawabkan secara hukum syariat. Sebaliknya apabila suatu amalan yang disandarkan pada agama Islam namun tidak memiliki legalitas hukum dalam syariat maka amalan tersebut tertolak. Nabi shalallahu alaihi wa salam bersabda:

مَنْ عَمِلَ عَمَلًا لَيْسَ عَلَيْهِ أَمْرُنَا فَهُوَ رَدٌّ

“Barangsiapa yang mengerjakan sebuah amalan (ibadah) yang tidak kami perintahkan maka tertolak.”²⁵⁶

2. Motif di balik Amalan Puasa Senin Kamis

Salah satu kebiasaan yang sering dilakukan oleh masyarakat adalah mengikuti perilaku atau amalan mayoritas masyarakat. Hal serupa terjadi dengan mahasiswa Sekolah Tinggi

²⁵⁴ Rifqi Alzufar, *wawancara*, (Jember, 03 February 2023).

²⁵⁵ Muzzamil *Wawancara*, (Jember, 03 February 2023).

²⁵⁶ Muslim bin Hajjaj, *Shahih Muslim*, (Bairut: Dar Ihya Al kutub Al arabi, T.T) jld. 3, hlm. 1343.

Dirasat Islamiyyah yang secara tidak langsung terkesan mengesampingkan bahwa kenyataan bahwa sebagian mereka mengetahui dasar hukum dari puasa Senin Kamis.

Yunus Ilham Saputra salah satu mahasiswa Prodi Ilmu Hadis mengatakan “Kondisi dan lingkungan akan membawa dan berdampak kepada kepribadian diri setiap manusia, semakin baik lingkungan maka jiwa manusia akan cenderung mengikuti kebaikan tersebut meski hati tak selalu sama dan semakin buruk lingkungan maka jiwapun akan cenderung lebih buruk dari lingkungan tersebut.”²⁵⁷ Mengindikasikan bahwa mengikuti mayoritas masyarakat sudah menjadi sebuah kultur atau profil dari sebuah lingkungan hidup.

Ada pula mahasiswa yang menjadikan puasa sunnah ini sebagai kebiasaan karena dahulunya ia sering mengamalkannya tatkala masih di pondok pesantren. Yunus Ilham Saputra menegaskan pekataan sebelumnya “Kalau saya pribadi Alhamdulillah sudah rutin puasa Senin Kamis sejak SMP di pondok.”²⁵⁸

Tidak menutup kemungkinan sebagian dari mereka ada yang mengetahui dasar dari puasa sunnah ini seperti yang di utarakan Hadi Abdilah mahasiswa prodi Ilmu Hadis “Mengamalkan sunnah serta menjaga diri dengan berpuasa.”²⁵⁹ Dengan puasa kita mendapat ganjaran yang Allah berikan langsung kepada hambanya dan juga menjadi perisai bagi seorang muslim dari perbuatan dosa dan maksiat seperti yang Nabi shalallahu alaihi wa salam sabdakan:

حَدَّثَنَا عَبْدُ اللَّهِ بْنُ مَسْلَمَةَ بْنِ قَعْنَبٍ، وَفُتَيْبَةُ بْنُ سَعِيدٍ، قَالَا: حَدَّثَنَا الْمُغِيرَةُ وَهُوَ الْجَزَامِيُّ، عَنْ أَبِي الزِّنَادِ، عَنِ الْأَعْرَجِ، عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ، قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: «الصِّيَامُ جُنَّةٌ

“Telah mengatakan kepada kami Abdullah bin Maslamah bin Qo’nabi dan Qutaibah bin Said telah mengatakan kepada kami Al mughirah dialah Al Hizami dari Al A’roj dari Abu Hurairah radhiyallahu anhu beliau mengatakan: Rasulullah Shalallahu alai wa salam bersaba: “ puasa adalah perisai.”²⁶⁰

²⁵⁷ Yunus Ilham Saputra, *wawancara* (Jember, 03 February 2023).

²⁵⁸ Yunus Ilham Saputra, *wawancara* (Jember, 03 February 2023).

²⁵⁹ Hadi Abdilah, *Wawancara*, (Jember, 03 February 2023).

²⁶⁰ Muslim bin Hajjaj, *Shahih Muslim*, (Bairut: Dar Ihya Al kutub Al arabi, T.Th) jld. 2, hlm. 806, No 1151.

Hal selaras juga dikatakan oleh Muzzamil dalam beberapa poin yang disebutkan:

- a. Ingin mencontoh dan meneladani Sunnah Rasulullah shallallahu 'alaihi wasallam
- b. Beramal pada waktu utama yaitu ketika catatan amal dihadapkan di hadapan Allah.
- c. Terdapat kemaslahatan untuk badan dikarenakan ada waktu istirahat setiap pekannya.
- d. Agar syahwat bisa lebih terkontrol.

Pada poin yang diutarakan oleh Muzzamil ada kesepahaman dan kesamaan tujuan dalam memahami sebuah hadis dan mengamalkannya. Mayoritas mahasiswa mengetahui hadis yang menjelaskan tentang keutamaan puasa Senin Kamis. Ada pula yang tidak mengingat lafaz hadisnya akan tetapi mereka mengetahui makna dari hadis yang menjadi landasan amalan tersebut.

Di antara motivasi mahasiswa dalam mengamalkan puasa Senin Kamis sebagaimana yang telah disebutkan bahwa mengamalkannya adalah sebuah ibadah yang diajarkan oleh Rasulullah shallallahu 'alaihi wasallam. Ada pula yang mengerjakannya karena Sekolah Tinggi Dirasat Islamiyyah Imam Syafi'i Jember memberikan *ifthar* (hidangan berbuka) untuk mahasiswa yang berpuasa, ujar salah satu mahasiswa Hukum Keluarga Islam STDIIS Ahmad Sabil dengan mengatakan “ karena disediakan ifthor.”²⁶¹

3. Pemilihan Puasa Senin Kamis dibandingkan Puasa Sunnah Lainnya

Puasa sunnah Senin Kamis adalah salah satu dari amalan sunnah yang diajarkan oleh Nabi shallallahu 'alaihi wasallam. Masih banyak lagi amalan puasa sunnah yang lainnya, baik yang terikat dengan hari tertentu, maupun secara mutlak dilakukan hari apapun selama tidak dilakukan pada hari-hari terlarang.

Salah satu alasan yang diutarakan Wildan Firdausi dalam pemilihan puasa sunnah Senin Kamis adalah kerana puasa ini terletak pada tiap minggu, sehingga mampu membentuk kebiasaan berpuasa tanpa memberatkan jiwa, beda halnya dengan puasa Ayamul

²⁶¹ Ahmad Sabil, *wawancara*, (Jember, 03 Februari 2023).

Bidh yang jatuh pada tiap bulan, sering kali jiwa merasa keberatan untuk memulai puasa karena interval satu puasa dengan puasa selanjutnya adalah satu bulan, sehingga keistiqomahan sulit diwujudkan. Begitu pula dengan puasa Dawud yg cenderung terlalu dekat jaraknya antara puasa satu dengan puasa berikutnya. Menurut pendapat pribadi puasa Senin Kamis adalah cara tepat untuk membentuk kebiasaan berpuasa dan lebih mudah untuk mengistiqomahkan amalan ini.

Alditsa Hamzah salah satu mahasiswa Prodi Hukum Keluarga Islam menguatkan perkataan sebelum dengan menyebutkan sebuah hadis dari shahabiyah Aisyah radiyallahu anha berkata:

إِنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ كَانَ يَتَحَرَّى صِيَامَ الْإِثْنَيْنِ وَالْخَمِيسِ

“Sesungguhnya Rasulullah shalallahu alaihi wasalam dahulu bersungguh-sungguh untuk berpuasa pada hari Senin dan Kamis” HR Tirmidzi No 745 Bab Puasa senin kamis,²⁶² dishahihkan oleh Al Bani. Nasa’i no 2360 Bab Puasa Nabi shalallahu alaihi wa salam.²⁶³ dishahihkan oleh Al Bani. dan Ibnu Majah No 1739 Bab Puasa senin kamis.²⁶⁴ dishahihkan oleh Al Bani.

Firdaus Nursinatrya Wahono menguatkan pendapat Wildan Firdausi bahwa puasa Senin Kamis tidak memberatkan “karena tidak terlalu memberatkan seperti puasa Daud, mudah penandaannya karena berdasarkan hari dalam tiap pekan dan tidak seperti Ayyamul Bidh yang sering luput karena tengah bulan, bentuk puasanya yang tidak berturut-turut sehingga masih ada hari untuk makan-makan.”

Hal yang sama juga disebutkan Nuha Fauziyah Sumargono mahasiswa Hukum Keluarga Islam mengatakan “karena terasa lebih mudah dilaksanakan, sebab waktunya sudah pasti; yaitu hari Senin dan Kamis, dan juga karena di hari itu waktu diangkatnya amalan hamba sebagaimana disebutkan Nabi dalam suatu hadits.”

²⁶² Muhammad bin Isa At Tirmidzi, *Sunan At Tirmidzi*, (Cet 2; Mesir : Syarikah Makabah wa Al Mathbua Al Baabi Al Halbi) jld. 3, hlm. 112.

²⁶³ Ahmad bin Syua’ib bin Ali Al Khurasani, *Sunan An Nasa’i*, (Cet 1; Syria : Dar Ihya Al Kutub Al Arabi) jld. 1, hlm. 553.

²⁶⁴ Muhammad bin Yazid Al Qozwain, *Sunan Ibnu Majah*, (t.t: Dar Ihya Al Kutub Al Arabi) jld. 1, hlm. 553.

Banyak hal serupa yang disebutkan beberapa mahasiswa yang mengatakan bahwa puasa Senin Kamis sangat mudah dikerjakan dengan beralasan dengan banyaknya orang yang mengamalkannya dan lebih mudah untuk diketahui dibandingkan dengan puasa Ayamul Bidh dan juga dibandingkan puasa Daud yang dikerjakan hampir setiap hari.

4. Hadis-Hadis yang Menjadi Dasar Puasa Sunnah Senin Kamis dari *Kutub al Sittah*

- a) Hadis yang menjelaskan diangkatnya cacatan amalan manusia

Hadis dari sahabat Abu Hurairah yang diriwayatkan oleh Imam At Tirmidzi no 747 dengan lafadz:

تُعْرَضُ الْأَعْمَالُ يَوْمَ الْإِثْنَيْنِ وَالْخَمِيسِ، فَأُحِبُّ أَنْ يُعْرَضَ عَمَلِي وَأَنَا صَائِمٌ.

“Berbagai amalan dihadapkan (pada Allah) pada hari Senin dan Kamis, maka aku suka jika amalanku dihadapkan sedangkan aku sedang berpuasa.”²⁶⁵

Hadis ini dishahihkan oleh Albani akan tetapi Imam At Tirmidz menghukumi hadis ini dengan *hasan li ghairihi*. Adapula hadis yang senada juga diriwayatkan oleh An Nasai no 2358 dari sahabat Usamah bin Zaid berkata:

قُلْتُ: يَا رَسُولَ اللَّهِ، إِنَّكَ تَصُومُ حَتَّى لَا تَكَادَ تُفْطِرُ، وَتُفْطِرُ حَتَّى لَا تَكَادَ أَنْ تَصُومَ، إِلَّا يَوْمَيْنِ إِنْ دَخَلَ فِي صِيَامِكَ وَالْأَصْمَتَهُمَا، قَالَ: «أَيُّ يَوْمَيْنِ؟» قُلْتُ: يَوْمَ الْإِثْنَيْنِ وَيَوْمَ الْخَمِيسِ، قَالَ: «ذَانِكَ يَوْمَانِ تُعْرَضُ فِيهِمَا الْأَعْمَالُ عَلَى رَبِّ الْعَالَمِينَ، فَأُحِبُّ أَنْ يُعْرَضَ عَمَلِي وَأَنَا صَائِمٌ.

“Aku berkata: wahai Rasulullah sesungguhnya engkau berpuasa sampai dikira tidak pernah berbuka dan berbuka sampai dikira tidak pernah berpuasa, kecuali dua hari, jika keduanya termasuk dalam bilangan hari-hari puasamu (engkaupun berpuasa), dan jika tidak termasuk, engkaupun tetap berpuasa pada dua hari tersebut. Beliau bertanya: “Dua hari yang mana?” Aku menjawab; “Hari Senin dan hari Kamis.” Beliau bersabda: “Itu adalah dua hari yang padanya amal perbuatan diperlihatkan kepada Rabb semesta

²⁶⁵ Ahmad bin Syua'ib bin Ali Al Khurasani, *Sunan An Nasa'i*, (Cet 1; Syria : Dar Ihya Al Kutub Al Arabi) jld. 4, hlm. 201.

alam, maka aku senang amalku diperlihatkan ketika aku sedang berpuasa.”²⁶⁶ Syaikh Albani menghukumi hadis ini dengan *Hasan Shahih*.

Hadis yang serupa juga diriwayatkan oleh Muslim no 2565 dari sahabat yang sama yaitu Abu Hurairah yang sesekali beliau sandarkan kepada Rasulullah shallahu ‘alaihi wasallam bersabda:

تُعْرَضُ الْأَعْمَالُ فِي كُلِّ يَوْمٍ حَمِيسٍ وَاثْنَيْنِ، فَيَغْفِرُ اللَّهُ عَزَّ وَجَلَّ فِي ذَلِكَ الْيَوْمِ، لِكُلِّ امْرِيٍّ لَا يُشْرِكُ بِاللَّهِ شَيْئًا، إِلَّا أَمْرًا كَانَتْ بَيْنَهُ وَبَيْنَ أَخِيهِ شَحْنَاءٌ، فَيُقَالُ: ارْكُؤْ هَذَيْنِ حَتَّى يَصْطَلِحَا، ارْكُؤْ هَذَيْنِ حَتَّى يَصْطَلِحَا.

“Amalan-amalan akan diperlihatkan setiap hari Senin dan Kamis. Kemudian Allah ‘azza wa jalla mengampuni pada hari itu setiap hamba yang tidak menyekutukan Allah sedikit pun, kecuali seseorang yang sedang memiliki permusuhan antara dirinya dan saudaranya. Maka akan dikatakan pada mereka, akhirkkan urusan mereka sampai mereka berdua berdamai, akhirkkan urusan mereka sampai mereka berdua berdamai.”²⁶⁷

b) Hadis yang menerangkan bahwa Rasulullah dilahirkan, diutus, dan diturunkan wahyu kepadanya pada hari Senin

Dijelaskan dalam Shahih Muslim dari hadis Abi Qotadah no 1162 beliau berkata bahwa Rasulullah pernah ditanya tentang puasanya? Maka beliau marah, kemudian Umar berkata: "Kami meridhoi Allah sebagai Tuhan kami, Islam sebagai agama dan Muhammad sebagai Rasul. Kami berlindung kepada Allah, dari murka Allah dan Rasul-Nya dan bai'at kami sebagai suatu bai'at."

قَالَ: فَسُئِلَ عَنْ صِيَامِ الدَّهْرِ؟ فَقَالَ: «لَا صَامَ وَلَا أَفْطَرَ - أَوْ مَا صَامَ وَمَا أَفْطَرَ -» قَالَ: فَسُئِلَ عَنْ صَوْمِ يَوْمَيْنِ وَإِفْطَارِ يَوْمٍ؟ قَالَ: «وَمَنْ يُطِيقُ ذَلِكَ؟» قَالَ: وَسُئِلَ عَنْ صَوْمِ يَوْمٍ، وَإِفْطَارِ يَوْمَيْنِ؟ قَالَ: «لَيْتَ أَنَّ اللَّهَ قَوَّانَا لِذَلِكَ» قَالَ: وَسُئِلَ عَنْ صَوْمِ يَوْمٍ، وَإِفْطَارِ يَوْمٍ؟ قَالَ: «ذَلِكَ صَوْمُ أُخِي دَاوُدَ - عَلَيْهِ السَّلَامُ -» قَالَ: وَسُئِلَ عَنْ صَوْمِ يَوْمٍ الْإِثْنَيْنِ؟ قَالَ: «ذَلِكَ يَوْمٌ وُلِدْتُ فِيهِ، وَيَوْمٌ بُعِثْتُ - أَوْ أَنْزِلَ عَلَيَّ فِيهِ -» قَالَ: فَسُئِلَ: «صَوْمُ ثَلَاثَةِ مِنْ كُلِّ شَهْرٍ، وَرَمَضَانَ إِلَى رَمَضَانَ، صَوْمُ الدَّهْرِ» قَالَ: وَسُئِلَ عَنْ صَوْمِ يَوْمِ عَرَفَةَ؟ فَقَالَ: «يُكْفَرُ السَّنَةَ الْمَاضِيَةَ وَالْبَاقِيَةَ» قَالَ: وَسُئِلَ عَنْ صَوْمِ يَوْمِ عَاشُورَاءَ؟ فَقَالَ: «يُكْفَرُ السَّنَةَ الْمَاضِيَةَ» وَفِي هَذَا الْحَدِيثِ مِنْ رِوَايَةِ شُعْبَةَ قَالَ: وَسُئِلَ عَنْ صَوْمِ يَوْمِ الْإِثْنَيْنِ وَالْحَمِيسِ؟ فَسَكَتْنَا عَنْ ذِكْرِ الْحَمِيسِ لِمَا نَرَاهُ وَهَمًّا.

²⁶⁶ Ahmad bin Syua'ib bin Ali Al Khurasani, *Sunan An Nasa'i*, (Cet 1; Syria : Dar Ihya Al Kutub Al Arabi) jld. 4, hlm. 201.

²⁶⁷ Muslim bin Hajjaj, *Shahih Muslim*, (Qohirah: Dar Ihya Al Kutub Al Arabi) jld. 4, hlm 1987.

“Kemudian beliau ditanya tentang puasa sepanjang masa, maka beliau menjawab: "Sebenarnya, ia tidak berpuasa dan tidak pula berbuka." Kemudian beliau ditanya lagi mengenai puasa dua hari dan berbuka sehari, maka beliau menjawab: “siapakah yang mampu melakukannya?” Kemudian beliau ditanya lagi mengenai puasa sehari dan berbuka dua hari, beliau menjawab: "Semoga Allah memberikan kekuatan pada kita untuk melakukannya." Lalu beliau ditanya mengenai puasa pada hari Senin, beliau menjawab: "Itu adalah hari ketika aku dilahirkan dan aku diutus (sebagai Rasul) atau pada hari itulah wahyu diturunkan atasku." Kemudian beliau bersabda: “Puasa tiga hari pada setiap bulan dan Ramadan hingga Ramadan berikutnya adalah puasa Dahr.” Kemudian beliau ditanya tentang puasa pada hari Arafah, maka beliau menjawab: "Puasa itu akan menghapus dosa-dosa satu tahun yang lalu dan yang akan datang." Kemudian beliau ditanya tentang puasa pada hari 'Asyurā, beliau menjawab: "Ia akan menghapus dosa-dosa sepanjang tahun yang telah berlalu." Dan di dalam hadits ini, yakni dari riwayat Syu'bah, ia berkata; "Dan beliau ditanya tentang puasa hari senin dan kamis." Namun kami tidak menyebutkan puasa Kamis, karena menurut kami padanya terdapat wahm (ketidak akuratan berita). Dan telah menceritakannya kepada kami Ubaidullah bin Mu'adz telah menceritakan kepada kami bapakku -dalam riwayat lain- dan telah menceritakan kepada kami Abu Bakr bin Abu Syaibah telah menceritakan kepada kami Syababah -dalam riwayat lain- dan telah menceritakan kepada kami Ishaq bin Ibrahim telah mengabarkan kepada kami An Nadlr bin Syumail semuanya dari Syu'bah dengan isnad ini. Dan telah menceritakan kepada kami Ahmad bin Sa'id Ad Darimi telah menceritakan kepada kami Habban bin Hilal telah menceritakan kepada kami Aban Al 'Aththar telah menceritakan kepada kami Ghailan bin Jarir dalam isnad ini, sebagaimana haditsnya Syu'bah, hanya saja ia menyebutkan hari Senin, namun tidak menyebutkan hari kamis.”²⁶⁸ Hadis ini menerangkan bahwa di antara keutamaan hari Senin adalah bahwa pada hari tersebut Rasulullah shallahu'alaihi wasallam dilahirkan dan diturunkan wahyu kepadanya, sehingga beliau pun berpuasa pada hari tersebut. Adapun penyebutan hari Kamis pada hadis ini sebagai hari yang beliau berpuasa maka tidak valid.

c) Rasulullah Memilih untuk Berpuasa pada Hari Senin dan Kamis

Dahulu Rasulullah memilih puasa pada hari Senin atau Kamis seperti yang dijelaskan pada hadis Aisyah yang diriwayatkan dalam Sunan An Nasa'i no 2360:

²⁶⁸ Muslim bin Hajjaj, *Shahih Muslim*, (Qohirah: Dar Ihya Al Kutub Al Arabi) jld. 2, hlm 819.

أَخْبَرَنَا عَمْرُو بْنُ عُثْمَانَ، عَنْ بَقِيَّةَ، قَالَ: حَدَّثَنَا بِحَيْرٍ، عَنْ خَالِدِ بْنِ مَعْدَانَ، عَنْ جُبَيْرِ بْنِ نُفَيْرٍ، أَنَّ عَائِشَةَ، قَالَتْ: «إِنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ كَانَ يَتَحَرَّى صِيَامَ الْإِثْنَيْنِ وَالْخَمِيسِ

Telah mengabarkan kepada kami Amru bin Usman dari Baqiyah berkata telah berkata kepada kami Bahir dari Kholid bin Ma'dan dari Jubair bin Nufair sesungguhnya Aisyah berkata: "Rasulullah shallallahu 'alaihi wa sallam biasa menaruh pilihan untuk berpuasa pada hari Senin dan Kamis."²⁶⁹ Hadis ini dishahihkan oleh Albani.

Hadis yang serupa juga diriwayatkan oleh Ibnu Majah no 1739 dalam sunannya dengan lafadz:

حَدَّثَنَا هِشَامُ بْنُ عَمَّارٍ قَالَ: حَدَّثَنَا يَحْيَى بْنُ حَمْرَةَ قَالَ: حَدَّثَنِي ثَوْرُ بْنُ يَزِيدَ، عَنْ خَالِدِ بْنِ مَعْدَانَ، عَنْ رَبِيعَةَ بِنِ الْغَازِ، أَنَّهُ سَأَلَ عَائِشَةَ عَنْ صِيَامِ رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَقَالَتْ: كَانَ يَتَحَرَّى صِيَامَ الْإِثْنَيْنِ وَالْخَمِيسِ.

Telah berkata kepada kami Hisyam bin Ammar berkata: telah berkata kepada kami Yahya bin Hamzah berkata: telah berkata kepada kami Staur bin Yazid dari Kholid bin Ma'dan dari Rabia'h bin Ghozi dia bertanya kepada Aisyah tentang puasa Rasulullah shallallahu 'alaihi wa sallam berkat Aisyah: "dahulu beliau memilih puasa senin dan kamis."²⁷⁰

D. KESIMPULAN

Dari pemaparan di atas dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Sebagian besar yang terlihat dari penggiat puasa sunnah Senin Kamis di Sekolah Tinggi Dirasat Islamiyah merupakan mahasiswa yang kebanyakan tinggal di asrama. Dan memiliki pemahaman bahwa amalan tersebut didasarkan dari sunnah yang valid. Dalam mengamalkan puasa sunnah Senin Kamis ada juga memang sudah terbiasa dengan amalan sunnah yang sering dilakukan dimasa menuntu ilmu di sebuah pondok.
2. Faktor yang menyebabkan mengamalkan puasa Senin Kamis sebagai berikut: (a)

²⁶⁹ Ahmad bin Syua'ib bin Ali Al Khurasani, *Sunan An Nasa'i*, (Cet 1; Syria : Dar Ihya Al Kutub Al Arabi) jld. 1, hlm. 553.

²⁷⁰ Muhammad bin Yazid Al Qozwain, *Sunan Ibnu Majah*, (t.t: Dar Ihya Al Kutub Al Arabi) jld. 1, hlm. 553.

ingin menjalankan sunnah Nabi yang dijelaskan dalam hadis-hadisnya. (b) melihat teman sekitar yang mengamalkan puasa sunnah Senin Kamis. (c) dibagikannya menu buka puasa disetiap puasa sunnah yang diamalkan.

3. Faktor pemilihan puasa sunnah Senin Kamis dari puasa sunnah lainnya adalah: (a) lebih mudah dalam mengingat amalan sunnah tersebut. (b) lebih banyak yang mengamalkan dari pada puasa sunnah lainnya. (c) lebih mudah dalam mengamalkan dari pada puasa sunnah Daud yang berpuasa sehari berbuka sehari. (d) lebih mudah dalam merealisasikan kontinuitas untuk mengamalkannya.

Hadis-hadis yang menjelaskan puasa Senin Kamis: (a) Hadis yang menjelaskan diangkatnya cacatan amalan manusia. Terdapat hadis yang diriwayatkan oleh Muslim yang menjelaskan puasa sunnah Nabi yang beliau sering kerjakan. (b) Hadis yang menerangkan bahwa Rasulullah dilahirkan, diutus, dan diturunkan wahyu dari shahabat Abi Qotadah Al Anshari "Itu adalah hari ketika aku dilahirkan dan aku diutus (sebagai Rasul) atau pada hari itulah wahyu diturunkan atasku."²⁷¹. (c) Hadis yang menerangkan bahwa Rasulullah menaruh pilihan berpuasa pada hari Senin atau Kamis dari shahabiyah Aisyah "Sesungguhnya Rasulullah shalallahu alaihi wasalam dahulu bersungguh-sungguh untuk berpuasa pada hari Senin dan Kamis" HR Tirmidzi No 745 Bab Puasa senin kamis,²⁷² dishahihkan oleh Al Bani. Nasa'i no 2360 Bab Puasa Nabi shalallahu alaihi wa salam.²⁷³ dishahihkan oleh Al Bani. dan Ibnu Majah No 1739 Bab Puasa senin kamis.²⁷⁴ dishahihkan oleh Al Bani.

E. Daftar Pustaka

- al., M. M. (2007). *Metodologi Penelitian Living Qur'an dan Hadis*. Yogyakarta: Teras.
- Al-Tirmidzi, M. b. (1395 H). *Sunnan At-Tirmidzi*. Mesir: Syarikah Maktabah wa Mathba'ah Musthofa Al-Babi Al-Halbi.

²⁷¹ Muslim bin Hajjaj, *Shahih Muslim*, (Qohirah: Dar Ihya Al Kutub Al Arabi) jld. 2, hlm 819.

²⁷² Muhammad bin Isa At Tirmidzi, *Sunan At Tirmidzi*, (Cet 2; Mesir : Syarikah Makabah wa Al Mathbuah Al Baabi Al Halbi) jld. 3, hlm. 112.

²⁷³ Ahmad bin Syua'ib bin Ali Al Khurasani, *Sunan An Nasa'i*, (Cet 1; Syria : Dar Ihya Al Kutub Al Arabi) jld. 1, hlm. 553.

²⁷⁴ Muhammad bin Yazid Al Qozwain, *Sunan Ibnu Majah*, (t.t: Dar Ihya Al Kutub Al Arabi) jld. 1, hlm. 553.

- bardizbah, M. b. (1422 H). *Shohih Bukhori*. t.t.: Dar Thuqi An-Najah.
- Creswell, J. W. (2015). *Penelitian Kualitatif dan Desain riset: Memilih di antara Lima Pendekatan*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Faris Hamidi, d. (2019). Pengaruh Puasa Sunnah Senin Kamis terhadap Hitung Jenis Leukosi. *Jurnal Keperawatan*, Vol. 12, No. 1.
- Hajjaj, M. b. (t.th). *Shahih Muslim*. Bairut: Dar Ihya Al kutub Al arabi.
- Jaziri, A. b. (1424 H). *Al Fiqh A'la Mazahib Al arba'*. libanon: Dar kitab al i'lmiah.
- Khurasani, A. b. (t.t). *Sunan An Nasa'i*. Syria : Dar Ihya Al Kutub Al Arabi.
- Luckmann, P. L. (1991). *The Social Construction of Reality: A Treatise in the Sociology of Knowledge*. London: Penguin.
- Mahfud, M. (2018). Living Hadis sebuah kajian Epistemologi. *Jurnal Pemikiran dan Pendidikan Islam*, Vol. 11, No. 1.
- Nawas, M. Z. (2016). Tradisi Puasa Hari Senin Kamis Studi tentang 'Ilal Hadis. *Pusaka Jurna*, Vol. 4, No. 2.
- Qozwain, M. b. (t.th). *Sunan Ibnu Majah*. t.t: Dar Ihya Al Kutub Al Arabi.
- Sabiq, S. (1421 H). *Fiqhu Sunnah*. Libanon: Dar Kitab Al-Arabi.
- Saifuddin Zuhri Qudsi, M. M. (2017). Puasa Senin Kamis di Kampung Pekaten. *Proceedings of Annula Conference for Muslim Scholars*, Seri 2.
- Sari, D. (2018). Intensitas Melakukan Puasa Senin Kamis dan kecerdasan Emosional. *Pusaka RAP*, Vol. 9, No. 1.
- Suryadilaga, A. (2014). Mafhūm al-ṣalawāt 'inda majmū'at Joged Shalawat Mataram: Dirāsah fī al-ḥadīth al-ḥayy. *Jurnal Studia Islamika*, Vol. 21, No. 3, . Hlm. 535-578.
- Tirmidzi, M. b. (t.t). *Sunan At Tirmidzi*. Mesir : Syarikah Makabah wa Al Mathbuah Al Baabi Al Halbi.