

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Allah SWT telah menciptakan segala sesuatu berpasang-pasangan,<sup>1</sup> seperti siang dan malam, laki-laki dan perempuan, dan sebagainya. Manusia hidup di dunia saling membutuhkan satu sama lain sehingga tidak terlepas dari interaksi antar sesama, baik sejenis maupun dengan lawan jenis. Yang membedakan manusia dengan makhluk lainnya adalah selain dibekali dengan akal dan perasaan, manusia juga dibekali nafsu syahwat. Manusia memiliki rasa ketertarikan terhadap lawan jenis dan Islam tidak pernah melarang seseorang untuk menyukai lawan jenisnya, hal ini merupakan fitrah.

Nafsu syahwat adalah satu hal yang sangat disenangi oleh manusia.<sup>2</sup> Syahwat bersifat fitrah, manusiawi, tidak tercela, bahkan dibutuhkan keberadaannya. Kebutuhan ini tidak dapat dipisah-pisahkan dalam kehidupan,<sup>3</sup> karena dalam penciptaan manusia disertai pula dengan elemen-elemen yang bersifat naluri (fitrah).<sup>4</sup>

---

<sup>1</sup>Lihat Q.S. Asy-Syura ayat 11 dan Q.S Al-Dzariyat ayat 49

<sup>2</sup>Seperti syahwat makan, minum, kedudukan, wanita, dsb. Lihat M. Quthb, *jahiliyah abad Dua Puluh*, Jakarta, Penerbit Mizan, hlm. 66.

<sup>3</sup>M. Bukhari, *Islam dan Adab Seksual*, Solo, Penerbit Azmah, 2001, hlm. 2

<sup>4</sup>Quraish Shihab (selanjutnya disingkat Shihab), *Tafsir al-Misbah*, Jilid 2, Ciputat, Lentera Hati, 2000, hlm. 12. Lihat juga. Bukhari, *Islam dan Adab Seksual*, Solo, Penerbit Azmah, 2001, hlm. 3

Sebagaimana Firman Allah SWT :

زُيِّنَ لِلنَّاسِ حُبُّ الشَّهَوَاتِ مِنَ النِّسَاءِ وَالْبَنِينَ وَالْقَنَاطِيرِ الْمُقَنْطَرَةِ مِنَ  
الذَّهَبِ وَالْفِضَّةِ وَالْخَيْلِ الْمُسَوَّمَةِ وَالْأَنْعَامِ وَالْحَرْثِ ۗ ذَٰلِكَ مَتَعُ الْحَيَاةِ  
الدُّنْيَا ۗ وَاللَّهُ عِنْدَهُ حُسْبُ الْمَآبِ ﴿١٤﴾

Artinya : “Dijadikan indah pada (pandangan) manusia kecintaan kepada apa-apa yang diingini, yaitu : wanita-wanita, anak-anak, harta yang banyak dari jenis emas, perak, kuda pilihan, binatang-binatang ternak dan sawah ladang. Itulah kesenangan hidup di dunia ; dan di sisi Allah-lah tempat kembali yang baik (surga)”.<sup>5</sup>

Sehubungan dengan ayat diatas M. Quraish Shihab mengemukakan : “Ayat ini secara tegas menggarisbawahi dua naluri manusia, yaitu “naluri seksual” yang dilukiskan sebagai kesenangan kepada syahwat wanita (lawan seks) dan “naluri kepemilikan” yang dipahami dari ungkapan (kesenangan kepada) harta yang banyak. Sementara pakar menyatakan bahwa seakan-akan al-Qur’an menyatakan kedua naluri tersebut sebagai naluri pokok manusia”.<sup>6</sup>

Pada batas tertentu semuanya itu memang merupakan kebutuhan yang diperlukan dalam kehidupan manusia. Namun sangat disayangkan adalah kebutuhan-kebutuhan yang bersifat fitrah tersebut terkadang membuat manusia lepas kontrol. Manusia berlomba-lomba untuk mereguk semua kenikmatan dunia, meskipun cara yang ditempuhnya sudah tidak lagi memperhatikan segi-segi moralitas yang ada di dalam masyarakat. Individu yang satu dengan individu yang lainnya saling mengeksploitasi demi kepentingan diri sendiri, egoisme menjalar ke dalam kehidupan manusia. Kebersamaan memudar dan dampak itu semua

<sup>5</sup>Lihat Q.S Ali Imran ayat 14

<sup>6</sup>Shihab, *Wawasan Al-Qur'an ; tafsir maudhu'i atas pelbagai persoalan umat*, cet. 2, Bandung, Mizan, 1996, hlm. 453.

kontrol sosial menjadi lemah. Tata nilai didalam kehidupan masyarakat akhirnya menjadi longgar keserba-bolehan menjadi nilai yang dianut oleh anggota masyarakat. Begitu pula dalam cara pandang mereka terhadap masalah syahwat dengan segala yang terkait di dalamnya manusia cenderung bahkan mendukung terhadap eksploitasi syahwat yang tanpa memandang tatanan moral agama.

Penyaluran kebutuhan nafsu syahwat tanpa adanya ikatan pernikahan menjadi alternatif. Pintu-pintu kemaksiatan sangat terbuka lebar sehingga memungkinkan semua orang untuk melakukannya. Tidak hanya itu, meningkatnya kasus tindakan asusila dewasa ini menjadi bukti, berbagai penyimpangan, selain tidak memberikan ketenangan jiwa juga tidak beradab di tengah masyarakat. Praktek-praktek semacam itu sudah sangat bertentangan dengan kehormatan manusia itu sendiri, menjadikan nafsu menguasai kehidupan manusia, sehingga kehilangan fungsi fitrah yang diciptakan Allah SWT untuk kepentingan hidup manusia, malah berubah menjadi perusak kehidupan manusia dan memerosotkan kemuliaan martabat manusia itu sendiri sehingga sederajat dengan hewan.

Nafsu bukan untuk dikekang secara terus menerus atau membiarkannya bebas lepas tanpa kendali, yang diajarkan oleh Islam adalah pengendalian dan penguasaan atau menyalurkannya melalui jalan yang sah, yakni pernikahan, hal tersebut merupakan cara yang terhormat untuk menjaga diri dari perzinahan.

Dalam Islam, pernikahan merupakan alat untuk memenuhi kebutuhan emosi dan seksual yang sah dan benar. Suatu mekanisme untuk mengurangi ketegangan, cara untuk memperoleh keturunan yang sah, mempunyai fungsi

sosial, mendekatkan hubungan antar keluarga dan merupakan perbuatan menuju takwa. Suatu bentuk ibadah yaitu pengabdian kepada Allah SWT dan mengikuti sunnah Rasulullah SAW.<sup>7</sup>

Pernikahan itu merupakan perkara yang sangat penting (utama) yang membawa pada kehidupan yang terarah, namun bagi orang yang belum mampu menikah tidak ada jalan lain baginya kecuali harus mengendalikan nafsu tersebut sekuat tenaga agar tidak jatuh ke dalam perbuatan yang dilarang oleh agama. Salah satu upaya untuk mengendalikan dorongan nafsu syahwat agar tidak terjerumus ke dalam tindakan yang tidak dibenarkan oleh Islam adalah dengan jalan berpuasa.<sup>8</sup> Rasulullah saw bersabda :

حدثنا يحيى بن يحيى التميمي و أبو بكر بن أبي شيبة و محمد بن العلاء الهمداني جميعا عن أبي معاوية (واللفظ ليحيى) أخبرنا أبو معاوية عن الأعمش عن إبراهيم عن علقمة قال كنت أمشي مع عبد الله بن ميمون فلقية عثمان فقام معه يحدثه فقال له عثمان يا أبا عبد الرحمن ألا نزوجك جارية شابة لعلها تذكرك بعض ما مضى من زمانك فقال عبد الله إن قلت ذاك فقال لنا رسول الله صلى الله عليه وسلم " يَا مَعْشَرَ الشَّبَابِ مَنْ اسْتَطَاعَ مِنْكُمُ الْبَاءَةَ فَلْيَتَزَوَّجْ، فَإِنَّهُ أَغْضُ لِلْبَصْرِ، وَأَحْصَنُ لِلْفَرْجِ، وَمَنْ لَمْ يَسْتَطِعْ فَعَلَيْهِ بِالصَّوْمِ، فَإِنَّهُ لَهُ وَجَاءٌ " .<sup>9</sup>

<sup>7</sup> A.Rahman I.Do'i, *Penjelasan Hukum-hukum Allah (Syariah)*, PT. Raja Grafindo Persada, Jakarta, 2002, hlm. 154.

<sup>8</sup>Hasbi Ash Shiddieqy (selanjutnya disingkat Hasbi), *Pedoman Puasa*, Bulan Bintang, Jakarta, 1993, hlm. 47

<sup>9</sup> Al-Alamah al-Mudaqqiq Abi 'Abdillah Muhammad Ibn al-Bukhari, *Shahih Bukhari*, juz 3 kitab nikah hlm.. 583

Artinya :

*“Telah menceritakan kepada kami yahya bin yahya attamimiy dan abu bakar bin abi syaibah, dan Muhammad bin al-Ula’il Hamdani semuanya dari Abi Mu’awiyah (Lawatnya menurut Yahya) telah mengabarkan kepada kami Abu Mu’awiyah dari al-A’masy dari Ibrahim, dari ‘Alqomah berkata: suatu ketika saya berjalan di mina bersama Abdullah bertemu dengan ‘Utsman kemudian beliau berkata kepadanya: ya Abu Abdurrohman maukah kamu kami nikahkan dengan seorang wanita yang cantik, agar engkau dapat mengingat sabda rosulullah saw: “Wahai sekalian pemuda, siapa diantara kalian mempunyai kemampuan, maka hendaklah ia menikah, karena menikah itu dapat menundukkan pandangan dan juga lebih bisa memelihara kehormatan, namun siapa yang belum mampu hendaklah ia berpuasa sebab hal itu dapat meredakan nafsunya”.*

Hadits di atas terkandung anjuran untuk mendapatkan sesuatu yang dapat menundukkan pandangan dan yang akan memelihara kemaluan. فعليه بالصوم (maka hendaklah dia berpuasa), dhomir “هـ” pada kata “عليه” itu kembali kepada orang yang tidak mampu. Rasulullah SAW memerintahkan kepada orang yang keras nafsu syahwatnya tapi belum mampu menikah supaya berpuasa, dan menjadikannya sebagai pengekang hawa nafsunya, karena ia berdaya guna mengendalikan kekuatan anggotanya dan menenangkannya.<sup>10</sup>

Agama sebagai jalan untuk memperoleh kebahagiaan dan ketenangan hidup banyak memberikan tuntunan dan ajaran kepada pemeluknya untuk senantiasa memelihara diri dari perbuatan yang mencelakakan diri sendiri maupun

---

<sup>10</sup> Salim Basyarahil, *berpuasa seperti Rasulullah*, Gema Insani Press, Jakarta, 1994, hlm.10

orang lain serta lingkungannya. Firman Allah SWT di dalam Al-Qur'an sebagai berikut :

يَتَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا قُورًا أَنفُسِكُمْ وَأَهْلِيكُمْ نَارًا وَقُودُهَا النَّاسُ وَالْحِجَارَةُ عَلَيْهَا مَلَائِكَةٌ غِلَاظٌ شِدَادٌ لَا يَعْصُونَ اللَّهَ مَا أَمَرَهُمْ وَيَفْعَلُونَ مَا يُؤْمَرُونَ ﴿٦﴾

Artinya : *“Hai orang-orang yang beriman, peliharalah dirimu dan keluargamu dari api neraka yang bahan bakarnya adalah manusia dan batu; penjaganya malaikat-malaikat yang kasar, yang keras, yang tidak mendurhakai Allah terhadap apa yang diperintahkan-Nya kepada mereka dan selalu mengerjakan apa yang diperintahkan”*.<sup>11</sup>

Rasulullah SAW bersabda:

الصِّيَامُ جُنَّةٌ وَهُوَ حُصْنٌ مِنْ حُصُونِ الْمُؤْمِنِ<sup>12</sup>

Artinya : *“Puasa adalah perisai. Ia adalah benteng dari sekian banyak benteng orang mukmin”*.

Puasa itu adalah perisai. Dengan berpuasa kita akan belajar dan melatih diri bagaimana upaya mengendalikan syahwat atau keinginan. Secara batin, puasa akan menempa jiwa kita agar tangguh dalam menguasai dan mengekang kehendak syahwat. Oleh karena itu Rasulullah SAW menamai puasa sebagai "perisai", yakni perisai jiwa dari rongrongan hawa nafsu (syahwat). Orang yang berpuasa dilatih dan diingatkan supaya menempuh jalan yang benar.

Ibadah puasa itu meninggalkan bekas atau pengaruh dalam diri seseorang yang dapat kita lihat dalam kehidupan sehari-hari. Dan harapan akhir dari ibadah

<sup>11</sup> Q.S At-Tahrim ayat 6

<sup>12</sup> H.R. Thabrani dari Abi Umamah, derajatnya hasan shohih. Al-Jami' Ash-Shoghair

puasa adalah takwa kepada Allah SWT. Untuk mencapai tingkat takwa hendaknya menjalankan ibadah puasa itu dengan penuh iman yang menjiwai setiap muslim.

Dalam Al-Qur'an Allah SWT berfirman :

يٰۤاَيُّهَا الَّذِيْنَ ءَامَنُوْا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلٰى الَّذِيْنَ مِنْ قَبْلِكُمْ  
لَعَلَّكُمْ تَتَّقُوْنَ

Artinya : “Hai orang-orang yang beriman, diwajibkan atas kamu berpuasa sebagaimana diwajibkan atas orang-orang sebelum kamu agar kamu bertakwa”.<sup>13</sup>

Namun demikian, disisi lain di zaman globalisasi sekarang ini eksploitasi syahwat semakin merajalela, padahal di Indonesia khususnya yang berpendudukan mayoritas Muslim ini setiap tahunnya melaksanakan ibadah puasa selama satu bulan, tidak memberikan pendidikan yang ihsan bagi kebanyakan pribadi, beragam macam eksploitasi syahwat selalu menjamur.

Dari latarbelakang di atas, penulis tertarik mengangkat permasalahan ini dalam sebuah skripsi dengan judul : “*Pengaruh Puasa dalam Mengendalikan Nafsu Syahwat dalam Tinjauan Hadits*”.

## B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana bentuk-bentuk penyimpangan nafsu syahwat ?

---

<sup>13</sup> Q.S. Al-Baqarah ayat 183

2. Bagaimana pengaruh puasa dalam mengendalikan nafsu syahwat menurut hadits Nabi dengan konteks kekinian?

### **C. Tujuan Penelitian**

1. Untuk mengetahui bagaimana bentuk-bentuk penyimpangan nafsu syahwat.
2. Untuk mengetahui bagaimana pengaruh puasa dalam mengendalikan nafsu syahwat menurut hadits Nabi dengan konteks kekinian.

### **D. Kegunaan Penelitian**

1. Memberikan kontribusi yang berarti bagi perkembangan, pembaharuan atau perbaikan pemikiran wacana keagamaan dan menambah pengembaraan intelektual terhadap pemerhati ilmu hadits terutama berkenaan dengan kualitas hadis tentang pengaruh ibadah puasa, sebagai sumbangsih bagi khazanah pemikiran islam di masa depan.
2. Untuk menambah khazanah ilmu bagi penulis dan pembaca untuk memahami hadits yang berkenaan dengan pengaruh puasa dalam mengendalikan nafsu syahwat berdasarkan hadits Nabi dengan konteks kekinian.

### **E. Tinjauan Pustaka**

Penulis menyadari bahwa topik tentang puasa dan nafsu syahwat merupakan bukan sesuatu yang baru, karena telah ada beberapa literatur yang membahas persoalan ini. El-Blitary Immun dalam bukunya *Pandangan Al-Ghazali tentang Syahwat Perut*<sup>14</sup>, menjelaskan keutamaan lapar dan bahaya kenyang, didalamnya berisi tentang proses latihan dalam menghancurkan nafsu keinginan perut dan faedah lapar seperti ketajaman mata hati, terhindar dari penyakit, mengajarkan bersedekah serta dapat menghancurkan nafsu dan menguasainya dari menyuruh kepada perbuatan jahat karena unsur tenaga dan nafsu sudah pasti dari makanan. Mengurangi makanan itu dapat melemahkan nafsu dan tenaga.

Skripsinya saudari Sili Andriani *Puasa dan Seksualitas pandangan Islam dan Kristen*<sup>15</sup>. Di dalamnya berisi tentang pengertian puasa dan seksualitas menurut Islam dan Kristen, sejarah puasa Islam dan Kristen, seksualitas dan fitrah manusia. Pada skripsi ini pembahasan cenderung kearah pada perbedaan pandangan Islam dan Kristen tentang bagaimana puasa dan seksualitas pandangan Islam dan Kristen.

Hasbi Ash Shiddieqy<sup>16</sup> dalam bukunya *Pedoman Puasa* membahas mengenai faedah meninggalkan syahwat dengan puasa, serta hikmah puasa baik bagi kesehatan fisik maupun mental, serta berpuasa disamping dilatih pengendalian terhadap hawa nafsu, juga dilatih menanamkan nilai moral yang baik kepada manusia, yaitu supaya manusia siap menghadapi cobaan penderitaan

---

<sup>14</sup>El-Blitary Immun, *Pandangan Al-Ghazali tentang Syahwat Perut*, Surabaya, Penerbit al-Ikhlash, t.th.

<sup>15</sup>Sili Andriani, *Puasa dan Seksualitas pandangan Islam dan Kristen*, Skripsi Fakultas Ushuluddin IAIN Raden Fatah, Palembang, 1996

<sup>16</sup>Hasbi Ash Shiddieqy, *Pedoman Puasa*, Jakarta, Bulan Bintang, 1993.

serta menjauhkan diri dari segala sesuatu yang terlarang dan memperbanyak amal shaleh.

M. Rusli Malik<sup>17</sup> dalam bukunya *Puasa* menjelaskan dengan berpuasa manusia dapat menyelami arti kecerdasan intelektual, kecerdasan spiritual dan kecerdasan emosional bila dilakukan dengan sungguh-sungguh makna nilai puasa.

M. Bukhari<sup>18</sup> Dalam bukunya berjudul *Islam dan Adab Seksual* menguraikan tentang menuju kehidupan seks yang benar dalam Agama. Karena nafsu seks adalah nafsu yang sangat perlu dibimbing dan dikendalikan sehingga terhindar dari yang merugikan baik bagi individu maupun masyarakat serta lingkungan. Mengingat masalah seksual adalah yang tidak pernah luput dari kehidupan manusia. Salah satu usaha guna mendidik dan mengarahkan nafsu ini yakni dengan jalan berpuasa. Berpuasa dapat mengendalikan nafsu seksual agar senantiasa terarah serta tidak bertentangan dengan agama. Adapun karya-karya di atas dianggap belum dapat mewakili maksud dan tujuan serta menjawab persoalan dalam penelitian ini.

## **F. Metode Penelitian**

### **1. Jenis Penelitian**

Penelitian ini merupakan penelitian kepustakaan (*Library Research*), yaitu metode penelitian dengan cara mengumpulkan data-data yang berkaitan dengan pembahasan melalui literatur-literatur.

---

<sup>17</sup>Rusli Malik, *Puasa*, Jakarta, Pustaka Zahra, 2003.

<sup>18</sup>M. Bukhari, *Islam dan Adab Seksual*, Solo, Azmah, 2001

## 2. Jenis Data dan Sumber Data

### a. Jenis Data

Jenis data yang dipergunakan dalam penelitian ini berupa data kualitatif yaitu dengan mengumpulkan hadits yang terkait dengan topik penelitian melalui bacaan yang disusun berdasarkan studi kepustakaan.

### b. Sumber Data

#### 1. Sumber Data Primer

Seperti yang telah diuraikan bahwa objek penelitian ini adalah hadits nabi karena itu sumber data primer berupa kitab hadits yakni hadits Bukhari yang merupakan rujukan awal untuk menghimpun hadits yang terkait.

2. Sumber Data Sekunder berupa kitab-kitab hadits, kitab syarah hadits dan buku-buku penunjang yang berkaitan dengan masalah yang dibahas.<sup>19</sup>

#### 3. Teknik Pengumpulan Data

Oleh karena jenis penelitian ini adalah penelitian kepustakaan, maka sumber data-data yang dianggap relevan dengan topik penelitian, dikumpulkan dan dikelompokkan sesuai dengan tema-tema yang dibahas dalam penelitian ini. Selanjutnya dilakukan kategorisasi data untuk mengetahui tingkat kepentingan dari data-data tersebut.

#### ➤ Teknik Analisa Data

---

<sup>19</sup>Buku-buku tersebut diantaranya : Ibnu Katsir, *Tafsir al-Qur'an al-Azhim*, Kairo, Dar al-Hadits, 2003. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah*, Depok, Lentera Hati, 1998. Rusli Malik, *Puasa*, Jakarta, Pustaka Zahra, 2003. Hasbi Ash Shiddieqy, *Pedoman Puasa*, Jakarta, Bulan Bintang, 1993. Bukhori, *Islam dan Adab Seksual*, Solo, Azmah, 2001. El-Blitary Immun, *Pandangan Al-Ghazali tentang Syahwat Perut*, Surabaya, Penerbit al-Ikhlas, t.t. Abdurrahman bin Nashir Sa'dy, *Pelajaran dari Kisah Nabi Yusuf*, Pustaka Zuhdi, 1997, t.th.

Teknik analisis data adalah cara yang dilakukan untuk mengolah data sehingga siap digunakan. Secara teknis, analisis data dimulai dengan mengumpulkan data, berupa hadis-hadis puasa melalui kitab *al-mu'jam al-mufahras li al-fadz al-hadits an-Nabawi* yang disusun oleh A.J Wensick. Kemudian mengedit, sehingga tidak terjadi tumpang tindih dalam menafsirkan atau menjelaskan. Juga memaparkan secara terperinci tentang arti sebenarnya materi yang dipaparkan dalam membahas hasil penelitian, melakukan analisis serta memberi komentar terhadap hasil temuan. Data-data yang sudah terkumpul dan terseleksi kemudian diuraikan dengan menggunakan teknik *metode kualitatif*<sup>20</sup>.

Adapun secara operasional, penelitian ini menggunakan langkah-langkah *ma'ani* hadis Hasan Hanafi sebagai berikut:<sup>21</sup>

1. *Kritik Sanad*<sup>22</sup> yaitu menentukan validitas dan otensitas hadis dengan menggunakan kaedah keshahihan hadits sebagaimana yang telah ditetapkan oleh ulama hadis.
2. *Kritik Matan*<sup>23</sup> yaitu menjelaskan makna hadis setelah menentukan otensitas hadis, langkah ini memuat tiga langkah utama, yaitu:
  - a. Analisis isi yakni pemahaman makna hadis yakni dengan melakukan konfirmasi makna yang diperoleh dengan petunjuk al-Qur'an.

---

<sup>20</sup>Surahmad Winarno, *Pengantar Penelitian Ilmiah, Teknik dan Metode*, Bandung, Tursila, 1982, hlm 139

<sup>21</sup>Seperti dikutip didalam buku Mushadi HAM, *Evolusi Konsep Sunnah, Implikasinya, pada Perkembangan Hukum Islam*, Semarang, Aneka Ilmu, 2000, hlm 15

<sup>22</sup>Mushadi HAM, *Evolusi Konsep Sunnah*, ...hlm. 15

<sup>23</sup>Mushadi HAM, *Evolusi Konsep Sunnah*, ...hlm. 15

- b. Analisis realitas historis (*asbabul wurud*), dalam tahapan ini makna atau arti dipahami melalui kajian atas realitas, situasi atau problem historis dimana pernyataan atas sebuah hadis muncul, baik situasi makro maupun mikro.
- c. Analisis generalisasi (secara keseluruhan), yaitu menangkap makna universal yang tercakup dalam hadis yang inti dan esensi dari makna sebuah hadis.

### **G. Sistematika Pembahasan**

Dalam penelitian ini agar tidak terjadi tumpang tindih, akan dibagi menjadi empat bab dan tiap-tiap bab terdiri dari sub-sub yang dibuat secara sistematis sebagai berikut :

Bab *satu* merupakan *Pendahuluan* yang terdiri dari Latar Belakang Masalah, Rumusan Masalah, Tujuan Penelitian, Kegunaan Penelitian, Tinjauan Pustaka, Metode Penelitian dan Sistematika Pembahasan.

Bab *dua* adalah *Tinjauan umum tentang Puasa dan Nafsu Syahwat*, di dalam bab kedua ini akan dibahas Pengertian Puasa, Sejarah Puasa dalam Agama-agama, Puasa dalam Pandangan Ahli Kesehatan, Puasa dan Hubungannya dengan Nafsu Syahwat meliputi ; Pengertian Nafsu Syahwat, Penyimpangan Syahwat dan Pengaruhnya, Langkah-langkah Pengendalian Nafsu Syahwat.

Bab *tiga* berisi *Nafsu Syahwat dan Puasa dalam Tinjauan Hadits Nabi SAW*, pada bab ke tiga ini akan diuraikan Inventarisasi Hadits tentang Puasa, Kualitas Hadits-hadits tentang Puasa, Puasa sebagai Langkah Pengendalian Nafsu Syahwat, Hikmah Puasa dan Pengendali Jiwa.

Bab *empat* merupakan *Penutup* yang berisi Kesimpulan dan Saran-saran. Sebagai akhir dari seluruh penulisan skripsi ini.