

## PENGUATAN PEMAHAMAN FIKIH WANITA SEPUTAR THOHAROH HAID DAN NIFAS SISWA KELAS IX MADRASAH TSANAWIYAH AL-ITTIFAQIAH INDRALAYA

Tri Wulan Ramadani<sup>1</sup>, Awaludin<sup>2</sup>

Institut Agama Islam Al Qur'an Al-Ittifaqiah Indralaya

[triwulanramadani@gmail.com](mailto:triwulanramadani@gmail.com)<sup>1</sup>, [awaludinsw@gmail.com](mailto:awaludinsw@gmail.com)<sup>2</sup>

**Abstrak:** Thoharoh adalah kondisi bersih secara syariat setelah berakhirnya haid atau nifas yang menjadi syarat untuk melaksanakan ibadah seperti shalat, haji, dan umrah. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji konsep, syarat, dan tata cara thoharoh haid dan nifas berdasarkan pandangan mazhab Islam, terutama mazhab Syafi'i yang banyak dianut di Indonesia. Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian kepustakaan (library research) dengan mengumpulkan dan menganalisis data dari sumber primer seperti Al-Qur'an, Hadis, dan kitab-kitab fikih klasik, serta sumber sekunder berupa makalah ilmiah dan buku referensi terkait. Hasil penelitian menunjukkan bahwa thoharoh haid dicapai setelah berakhirnya aliran darah haid dan dilakukan mandi wajib, sedangkan thoharoh nifas membutuhkan waktu tunggu tertentu (40 hari jika tidak jelas berakhirnya aliran) sebelum melakukan mandi wajib. Penelitian ini juga menemukan bahwa terdapat perbedaan pandangan antara mazhab terkait batas waktu tunggu nifas dan tanda berakhirnya aliran. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang jelas dan akurat tentang thoharoh haid dan nifas bagi masyarakat, terutama umat Muslim yang ingin melaksanakan ibadah dengan sesuai syariat.

**Kata Kunci:** Thoharoh, Haid, Nifas, Syariat Islam, Mazhab Syafi'i.

**Abstract:** *Thoharoh is a state of ritual purity in Islamic law that is required after the end of menstruation (haid) or postpartum bleeding (nifas) to perform acts of worship such as prayer, Hajj, and Umrah. This study aims to examine the concept, requirements, and procedures of thoharoh for menstruation and postpartum period based on Islamic school of thought (mazhab), particularly the Shafi'i school which is widely followed in Indonesia. The research method used is library research, by collecting and analyzing data from primary sources such as the Quran, Hadith, and classical fiqh (Islamic jurisprudence) books, as well as secondary sources including scientific papers and related reference books. The results show that thoharoh for menstruation is achieved after the cessation of menstrual bleeding and performing a mandatory ritual bath (ghusl), while thoharoh for postpartum period requires a waiting period (40 days if the bleeding does not stop clearly) before performing the mandatory bath. This study also finds that there are differences of opinion among Islamic schools regarding the waiting period for postpartum bleeding and the signs of its cessation. This research is expected to provide a clear and accurate understanding of thoharoh for menstruation and postpartum period for the public, especially Muslim communities who wish to perform worship in accordance with Islamic law.*

**Keywords:** *Thoharoh, Menstruation (Haid), Postpartum Period (Nifas), Islamic Law, Shafi'i School.*

### PENDAHULUAN

Thaharah merupakan salah satu aspek fundamental dalam ajaran Islam yang berkaitan erat dengan kesucian lahir dan batin sebagai syarat sah dalam pelaksanaan ibadah, khususnya shalat. Di antara pembahasan penting dalam thaharah adalah haid dan nifas, yang secara khusus berkaitan dengan kondisi biologis perempuan. Haid dan nifas memiliki implikasi hukum yang signifikan terhadap pelaksanaan ibadah, seperti shalat, puasa, dan membaca Al-Qur'an, sehingga pemahaman yang tepat mengenai ketentuan syariat terkait hal tersebut menjadi sangat penting.

Dalam praktiknya, masih ditemukan beragam pemahaman dan kesalahan dalam menerapkan hukum thaharah haid dan nifas di kalangan masyarakat, baik terkait batas waktu, ciri-ciri darah, maupun tata cara bersuci setelahnya. Perbedaan pandangan ulama dalam beberapa aspek juga turut memengaruhi pemahaman umat. Oleh karena itu, kajian mengenai thaharah haid dan nifas perlu dilakukan secara mendalam berdasarkan sumber-sumber hukum Islam agar dapat memberikan pemahaman yang benar dan komprehensif.

Hasan Ahmad (2019), Haid dan nifas adalah periode alami dalam siklus reproduksi

wanita yang memiliki implikasi signifikan dalam kehidupan ibadah seorang Muslimah. Salah satu aspek penting yang terkait adalah thoharoh, yaitu kebersihan jasmani yang wajib dipenuhi sebelum melaksanakan ibadah seperti shalat, puasa, dan umrah. Abdullah dan Siti (2020), Di tengah perkembangan pengetahuan kesehatan reproduksi, muncul kebutuhan untuk memahami konsep thoharoh haid dan nifas secara komprehensif, baik dari sisi teologis maupun praktis.

Muslim (2003), Banyak Muslimah masih mengalami kebingungan mengenai syarat-syarat thoharoh yang sah setelah haid atau nifas, seperti batas waktu pemberhentian darah, cara membersihkan diri, dan kondisi yang menghalangi thoharoh. Selain itu, penting untuk melihat hubungan antara aturan thoharoh dengan kesehatan fisik, karena kebersihan selama dan setelah haid/nifas berperan dalam mencegah infeksi dan komplikasi kesehatan. Tujuan penelitian ini adalah untuk menjelaskan konsep thoharoh haid dan nifas menurut ajaran Islam, menguraikan syarat-syarat thoharoh yang sah, dan menganalisis manfaat kesehatan yang terkait. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang jelas bagi Muslimah serta berkontribusi pada literasi keagamaan dan kesehatan reproduksi.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif, yaitu penelitian yang bertujuan menggambarkan objek atau subjek secara mendalam dan terperinci serta menganalisis fenomena, peristiwa, aktivitas sosial, sikap, kepercayaan, dan pemikiran individu maupun kelompok.

## HASIL PEMBAHASAN

### 1. Konsep Thoharoh Menurut Ajaran Islam

Hasil riset menunjukkan bahwa thoharoh merupakan salah satu prasyarat utama untuk melakukan ibadah yang memerlukan kebersihan.

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا إِذَا قُمْتُمْ إِلَى الصَّلَاةِ فَاغْسِلُوا وُجُوهَكُمْ وَأَيْدِيَكُمْ إِلَى الْمَرَافِقِ وَامْسَحُوا بِرُءُوسِكُمْ وَأَرْجُلَكُمْ إِلَى الْكَعْبَيْنِ ۚ وَإِنْ كُنْتُمْ جُنُبًا فَاطَّهَّرُوا ۚ وَإِنْ كُنْتُمْ مَرْضَىٰ أَوْ عَلَىٰ سَفَرٍ أَوْ جَاءَ أَحَدٌ مِّنْكُمْ مِنَ الْغَائِطِ أَوْ لَمَسْتُمُ النِّسَاءَ فَلَمْ تَجِدُوا مَاءً فَتَيَمَّمُوا صَعِيدًا طَيِّبًا فَامْسَحُوا بِوُجُوهِكُمْ وَأَيْدِيكُمْ مِنْهُ ۗ مَا يُرِيدُ اللَّهُ لِيَجْعَلَ عَلَيْكُمْ مِنْ حَرَجٍ وَلَكِنْ يُرِيدُ لِيُطَهِّرَكُمْ وَلِيُتِمَّ نِعْمَتَهُ عَلَيْكُمْ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ

Artinya: “Hai orang-orang yang beriman, apabila kamu hendak mengerjakan shalat, maka basuhlah mukamu dan tanganmu sampai dengan siku, dan sapulah kepalamu dan (basuh) kakimu sampai dengan kedua mata kaki, dan jika kamu junub maka mandilah, dan jika kamu sakit atau dalam perjalanan atau kembali dari tempat buang air (kakus) atau menyentuh perempuan, lalu kamu tidak memperoleh air, maka bertayammumlah dengan tanah yang baik (bersih); sapulah mukamu dan tanganmu dengan tanah itu. Allah tidak hendak menyulitkan kamu, tetapi Dia hendak membersihkan kamu dan menyempurnakan nikmat-Nya bagimu, supaya kamu bersyukur”.

Berdasarkan Al-Qur'an (QS. Al-Maidah: 6), seorang Muslim harus membersihkan wajah, tangan, kaki, dan kepala sebelum melaksanakan shalat, yang termasuk dalam thoharoh. Bagi wanita yang sedang menstruasi atau nifas, thoharoh baru bisa dilakukan setelah masa tersebut selesai.

### 2. Syarat Thoharoh Setelah Haid

- Darah haid berhenti secara sempurna, tanpa ada sisa darah yang keluar lagi (kecuali darah yang bersifat "wadhi'ah" atau darah bekas yang tidak menghalangi thoharoh).
- Melakukan mandi wudhu haid (mandi besar) yang sah, yaitu mencuci seluruh tubuh dari atas ke bawah dengan air bersih.
- Tidak ada kondisi yang menghalangi thoharoh, seperti penyakit yang menyebabkan darah terus keluar setelah periode haid yang normal.

Ulama memiliki pandangan yang hampir sama mengenai syarat pemberhentian darah

haid, yaitu ketika darah berhenti dan muncul "bukhori" (lendir putih atau krem) yang menandakan saluran reproduksi sudah bersih. Mandi wudhu haid tidak hanya memenuhi kewajiban agama tetapi juga membantu membersihkan bakteri yang dapat menyebabkan infeksi.

### 3. Syarat Thoharoh Setelah Nifas

- a. Periode nifas berakhir, yang biasanya berkisar antara 40 hari hingga 60 hari setelah melahirkan (tergantung pada pemberhentian darah nifas).
- b. Darah nifas berhenti secara sempurna, dan muncul lendir bersih yang menandakan tubuh sudah siap untuk thoharoh.
- c. Melakukan mandi wudhu nifas yang sah, sama dengan mandi haid.

Periode nifas lebih panjang dari haid karena tubuh wanita sedang pulih dari proses melahirkan. Kebutuhan akan kebersihan selama nifas lebih tinggi untuk mencegah infeksi saluran rahim dan payudara. Aturan thoharoh setelah nifas membantu memastikan bahwa tubuh sudah pulih secara fisik sebelum melaksanakan ibadah.

### 4. Manfaat Kesehatan Thoharoh Haid dan Nifas

Hasil analisis menunjukkan bahwa aturan thoharoh haid dan nifas memiliki manfaat kesehatan yang signifikan, antara lain:

- a. Mencegah infeksi saluran reproduksi akibat penumpukan darah dan bakteri.
- b. Memelihara kebersihan tubuh yang membantu proses pemulihan setelah haid atau nifas.
- c. Menumbuhkan kesadaran akan kesehatan reproduksi dan perawatan tubuh.

Hubungan antara thoharoh agama dan kesehatan telah dibuktikan oleh penelitian medis, yang menunjukkan bahwa kebersihan selama dan setelah haid/nifas dapat mengurangi risiko infeksi seperti vaginitis dan endometritis. Hal ini menunjukkan bahwa aturan agama tidak hanya memiliki nilai spiritual tetapi juga praktis untuk kesejahteraan fisik.

### 5. Hasil Temuan Tentang Periode Normal Haid dan Nifas

Dari analisis sumber primer dan sekunder, ditemukan data spesifik mengenai periode haid dan nifas yang menjadi acuan untuk thoharoh:

- a. Periode haid: Rata-rata 3-7 hari, dengan batas maksimal yang diakui oleh sebagian ulama adalah 15 hari. Jika darah keluar lebih dari 15 hari, dianggap sebagai penyakit (istihadhah) dan tidak termasuk haid.
- b. Periode nifas: Rata-rata 40 hari, namun dapat mencapai maksimal 60 hari. Jika darah keluar lebih dari 60 hari, juga dianggap sebagai istihadhah.

Pembahasan: Periode ini menjadi patokan untuk menentukan kapan wanita dapat melakukan thoharoh. Perbedaan batas maksimal antara ulama disebabkan oleh interpretasi hadis yang berbeda, namun semua sepakat bahwa periode yang terlalu panjang menunjukkan masalah kesehatan yang perlu diperiksa oleh dokter.

### 6. Hasil Temuan Tentang Jenis Darah yang Mempengaruhi Thoharoh

Ditemukan bahwa jenis darah yang keluar selama haid atau nifas mempengaruhi status thoharoh:

- a. Darah haid/nifas yang sah: Berwarna merah tua, merah gelap, atau hitam, dengan rasa sedikit pedih atau tidak ada rasa sakit. Jenis darah ini menghalangi thoharoh.
- b. Darah wadhi'ah (bekas): Berwarna merah muda atau coklat muda, keluar setelah darah haid/nifas berhenti, dan tidak menghalangi thoharoh.
- c. Darah istihadhah (penyakit): Berwarna merah terang, keluar secara tidak teratur, dan tidak termasuk haid/nifas; wanita tetap dapat melakukan thoharoh dengan aturan khusus.

Pengenalan jenis darah ini membantu Muslimah membedakan kapan mereka masih dalam periode yang menghalangi ibadah dan kapan sudah dapat melakukan thoharoh. Hal ini juga mendorong kesadaran untuk mencari bantuan medis jika darah keluar secara tidak normal.

### 7. Hasil Temuan Tentang Praktik Thoharoh di Kalangan Wanita Muda

Dari analisis artikel penelitian lapangan, ditemukan bahwa 65% wanita muda di kota Palembang memahami syarat thoharoh setelah haid, namun hanya 40% yang memahami syarat thoharoh setelah nifas. Sebagian besar kesalahan terjadi pada pengenalan darah wadhi'ah dan periode nifas maksimal. Angka ini menunjukkan bahwa masih ada kebutuhan akan pendidikan lebih lanjut tentang thoharoh nifas di kalangan wanita muda. Hal ini dapat dilakukan melalui pengajaran di sekolah, majelis taklim, atau penyuluhan kesehatan di puskesmas..

## KESIMPULAN

Thoharoh haid dan nifas adalah konsep yang penting dalam kehidupan ibadah seorang Muslimah, yang memiliki dasar teologis dalam Al-Qur'an dan Hadis. Syarat-syarat thoharoh yang sah setelah haid dan nifas meliputi pemberhentian darah secara sempurna dan melakukan mandi wudhu yang benar. Selain itu, aturan thoharoh juga memiliki manfaat kesehatan yang signifikan dalam pencegahan infeksi saluran reproduksi dan memastikan pemulihan tubuh. Penelitian ini menunjukkan bahwa pemahaman yang komprehensif tentang thoharoh haid dan nifas dapat membantu Muslimah memenuhi kewajiban agamanya sambil menjaga kesehatan fisik. Dianjurkan agar penelitian lebih lanjut dilakukan untuk mengkaji implementasi praktis thoharoh di kalangan wanita muda dan hubungan dengan kesehatan reproduksi yang lebih mendalam.

Thaharah merupakan aspek penting dalam ajaran Islam yang berkaitan dengan kesucian sebagai syarat sah ibadah. Haid dan nifas, sebagai kondisi biologis perempuan, memiliki implikasi hukum terhadap pelaksanaan ibadah seperti shalat dan puasa, sehingga memerlukan pemahaman syariat yang tepat. Namun, masih banyak Muslimah yang mengalami kebingungan terkait ketentuan thaharah haid dan nifas, termasuk batas waktu, ciri darah, dan tata cara bersuci, serta adanya perbedaan pandangan ulama.

Beberapa penelitian menegaskan pentingnya pemahaman thaharah haid dan nifas baik dari sisi keagamaan maupun kesehatan reproduksi. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan menjelaskan konsep thaharah haid dan nifas menurut Islam, syarat-syarat thaharah yang sah, serta manfaatnya bagi kesehatan, guna meningkatkan pemahaman dan literasi keagamaan Muslimah.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, Siti. 2020. "Kebersihan Agama dan Kesehatan Reproduksi Wanita Muslim". Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Abdullah, Siti. 2020. "Kebersihan Agama dan Kesehatan Reproduksi Wanita Muslim". Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Ali, Muhammad. 2021. "Fikih Wanita: Panduan Praktis Haid, Nifas, dan Thoharoh". Bandung: Pustaka Islamiyah.
- Al-Qur'anul Karim. 2018. dengan Tafsir Al-Mishbah. Jakarta: Pustaka Al-Kautsar.
- Bukhari, Muhammad ibn Ismail. 2005. "Sahih al-Bukhari (Jilid 3: Bab Haid dan Thoharoh)". Beirut: Dar al-Fikr.
- Bukhari, Muhammad ibn Ismail. 2005. "Sahih al-Bukhari". Beirut: Dar al-Fikr.
- Hartono, Budi & Wijaya, Siti. 2022. "Perbandingan Periode Nifas Antara Wanita yang Melahirkan Secara Normal dan Sectio Caesarea." *Jurnal Kedokteran Wanita*, Vol. 15, No. 3.
- Hasan, Ahmad. 2019. "Tafsir Al-Qur'an Tentang Haid dan Nifas: Perspektif Ulama Kontemporer". Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Hasan, Ahmad. 2019. "Tafsir Al-Qur'an Tentang Haid dan Nifas". Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Ikhsan. 2018. "Al-Qur'anul Karim dengan Tafsir Al-Mishbah". Jakarta: Pustaka Al-Kautsar.
- Muslim, Muhammad ibn al-Hajjaj. 2003. "Sahih Muslim (Jilid 2: Bab Nifas dan Mandi Besar)". Cairo: Dar al-Ma'arif.
- Muslim. 2003. "Muhammad ibn al-Hajjaj". Sahih Muslim. Cairo: Dar al-Ma'arif.

- Nawawi, Yahya ibn Sharaf. 2017. "Riyadush Shalihin (Bab Kebersihan Agama)". Yogyakarta: LkiS.
- Ramadhani, Ayu & Putri, Lina. 2023. "Pemahaman Thoharoh Haid dan Nifas di Kalangan Wanita Muda Kota Palembang." *Jurnal Sosial dan Budaya Islam*, Vol. 12, No. 1.
- Sari, Dewi. 2021. "Manfaat Kesehatan Mandi Wudhu Haid dan Nifas Menurut Penelitian Medis." *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, Vol. 8, No. 2.
- Sari, Dewi. 2021. "Manfaat Kesehatan Mandi Wudhu Haid dan Nifas Menurut Penelitian Medis." *Jurnal Kesehatan Reproduksi Indonesia*, Vol. 8, No. 2.
- Susanti, Rina. 2022. "Infeksi Saluran Reproduksi pada Wanita: Penyebab, Pencegahan, dan Hubungannya dengan Kebersihan Agama". Jakarta: Direktorat Jenderal Kesehatan Reproduksi, Kementerian Kesehatan RI.
- Ulama Indonesia. 2017. "Panduan Praktis Thoharoh, Wudhu, dan Mandi Besar". Jakarta: Majelis Ulama Indonesia.