

BAB III

TINJAUAN UMUM TENTANG JIMAK, MANDI JANABAH DAN HAID

A. Jimak

1. Pengertian Jimak

Kata “jimak” secara etimologi berasal dari kata Arab "*yujâmi'u-jâmi'a-jama'an-wamujâma'atan*", yang memiliki akar kata "*jima*". Akar kata ini memiliki makna dasar "berkumpul" atau "mengumpulkan". Sebagaimana ditunjukkan oleh frasa seperti *jâmi' al mar'ah* yang merujuk pada tindakan bersetubuh dengan seorang wanita.

Kata "jimak" memiliki padanan kata yaitu "*wath'u*," misalnya *wath'u al mar'ah* yang maknanya sama dengan *jâmi'uha* (bersetubuh dengannya). Kedua istilah ini merujuk pada persetubuhan antara pria dan wanita, dan fokus utama maknanya adalah pada aktivitas persenggamaan itu sendiri. Meskipun secara spesifik berarti hubungan seksual, "jimak" terkadang juga digunakan dalam artian yang lebih luas, mencakup setiap kondisi atau keadaan yang menyerupai persetubuhan.¹

Dalam sebuah ikatan perkawinan, jimak memiliki peran yang sangat penting dalam kehidupan manusia, karena salah satu tujuan utama disyariatkannya

¹ M. Dahlan R, *Fikih Munakahat* (Cetakan Pertama.; Yogyakarta: Deepublish, 2015), hlm. 97-98.

pernikahan adalah untuk menjadikan hubungan jimak tersebut sah secara hukum. Oleh karena itu, bagi seseorang yang memiliki kemampuan finansial untuk menikah dan merasa kesulitan mengendalikan hasrat seksualnya, hukum menikah menjadi wajib. Meskipun demikian, Islam tidak menetapkan kewajiban bagi suami untuk selalu melakukan jimak.

Di samping itu, jimak juga berfungsi sebagai sarana vital untuk melestarikan keberadaan populasi manusia di dunia. Selain itu, hal ini juga sejalan dengan keinginan Nabi Muhammad SAW untuk meningkatkan jumlah umatnya.²

2. Hukum Jimak

Dalam tinjauan fikih, hubungan intim (*jima* ') yang merupakan hak bersama pasangan suami-istri terbagi menjadi empat kategori hukum: wajib, sunnah, makruh, dan haram. Ini mengindikasikan bahwa status hukum jimak bersifat fleksibel, dapat berganti-ganti tergantung pada kondisi dan situasi yang menyertai, misalnya beralih dari wajib ke sunnah, sunnah ke makruh, sunnah ke wajib, sunnah ke haram, dan variasi lainnya.

Kategori pertama adalah Wajib. Hubungan suami-istri menjadi wajib hukumnya ketika salah satu pihak atau keduanya memiliki hasrat seksual yang kuat dan berada di ambang puncak, di mana penolakan untuk menyalurkannya dikhawatirkan dapat menjerumuskan pada perbuatan maksiat (zina). Dalam keadaan mendesak seperti ini, aktivitas jimak tersebut menjadi wajib dilaksanakan. Sebaliknya, menolak ajakan berhubungan dalam situasi ini dapat dianggap sebagai

² Achmad Ngarifin, *Fikih Pernikahan* (Makassar: PT Nas Media Indonesia, 2025), hlm. 102.

dosa besar bagi pihak yang menolak (baik suami maupun istri).³

Kategori kedua adalah Sunnah. Hubungan suami-istri bisa menjadi sunnah, tetapi status hukum ini hanya berlaku jika pasangan memiliki tujuan yang jelas di baliknya. Ini dikecualikan jika mereka berada dalam kondisi darurat di mana tidak melakukan jimak justru akan membawa mereka pada maksiat (zina). Beberapa tujuan esensial yang menjadikan jimak berhukum sunnah, antara lain:

- Untuk memelihara keturunan (nasab).
- Menjaga kesehatan fisik.
- Memenuhi kebutuhan akan kenikmatan.
- Sebagai sarana menahan pandangan dan mengendalikan nafsu.
- Mencegah perbuatan khianat dalam pernikahan (perselingkuhan).

Kategori ketiga adalah makruh, berdasarkan situasinya, adalah makruh. Beberapa situasi dapat menjadikan berjimak menjadi makruh. Keadaan-keadaan yang dimaksud meliputi:

- Melakukan hubungan badan di kamar mandi. Sebagian ulama berpendapat bahwa bersenggama atau berhubungan seksual di kamar mandi dihukumi makruh. Hal ini karena etika dan adab bersetubuh dalam Islam menganjurkan agar aktivitas tersebut dilakukan di tempat yang tertutup atau gelap (seperti kamar pribadi). Oleh karena itu, jika dilakukan di lokasi yang tidak semestinya, seperti kamar mandi, maka hukumnya menjadi makruh.
- Membicarakan atau menceritakan aktivitas hubungan seksualnya kepada orang

³ Rizem Aizid, *Fiqh Keluarga Terlengkap* (Cetakan Pertama.; Yogyakarta: Laksana, 2018), hlm. 164.

lain. Tindakan ini juga termasuk hal yang menyebabkan perbuatan jima' dihukumi makruh.

Kategori yang terakhir adalah haram, yang secara otomatis menjadikannya perbuatan dosa. Meskipun jimak sangat dianjurkan dalam Islam untuk mendapatkan keturunan, terdapat kondisi spesifik yang dapat menyebabkannya diharamkan, yaitu apabila sang istri sedang dalam masa haid. Oleh karena itu, jika suami tetap memaksakan berhubungan saat istri sedang haid, maka tindakan tersebut dihukumi haram.⁴

3. Etika Dalam Jimak

Dalam Kitab *Ihya' Ulumuddîn*, karangan Imam Abu Hamid al-Ghazâlî, 2/51-52 di-terangkan mengenai etika *Jima'* (bersenggama), di antaranya:

- Mulailah dengan membaca basmalah, lalu membaca surah Al-Fatihah, membaca takbir, kemudian berdoa:

بِسْمِ اللَّهِ اللَّهُمَّ جَنِّبْنَا الشَّيْطَانَ وَجَنِّبِ الشَّيْطَانَ مَا رَزَقْتَنَا

"Dengan Nama Allâh, Ya Allah! Jauhkanlah kami dari setan, dan jauhkan setan agar tidak mengganggu apa (anak) yang Engkau rezekikan kepada kami".

وعن ابن عباس رضي الله عنهما قال قال رسول الله صلى الله عليه وسلم لَوْ أَنَّ أَحَدَكُمْ إِذَا أَرَادَ أَنْ يَأْتِيَ أَهْلَهُ قَالَ بِسْمِ اللَّهِ اللَّهُمَّ جَنِّبْنَا الشَّيْطَانَ وَجَنِّبِ الشَّيْطَانَ مَا رَزَقْتَنَا فَإِنَّهُ إِنْ يُفَدَّرَ بَيْنَهُمَا وَلَدٌ فِي ذَلِكَ لَمْ يَضُرَّهُ الشَّيْطَانُ أَبَدًا. متفق عليه

⁴ Rizem Aizid, *Fiqih Keluarga Terlengkap*, hlm. 165-166.

Dari Ibnu Abbas bahwa Rasûlullâh bersabda: "Jika salah seorang di antara kamu ingin menggauli istrinya, lalu membaca doa:

قَالَ بِسْمِ اللَّهِ اللَّهُمَّ جَنِّبْنَا الشَّيْطَانَ وَجَنِّبِ الشَّيْطَانَ مَا رَزَقْتَنَا.

"Maka jika ditakdirkan dari pertemuan keduanya itu lahir anak, setan tidak akan mengganggunya selamanya". (HR. Bukhârî Muslim).

- Dalam bersenggama hendaknya tidak menghadap ke arah kiblat. Dan disunahkan menutupi dengan pakaian atau se-limut, agar tidak telanjang bulat, sebagaimana hadîs:

إِذَا أَتَى أَهْلَهُ فَلَا يَتَجَرَّدَا تَحَرَّدَ الْغَيْرَيْنِ.

"Jika seseorang menyetubuhi istrinya, janganlah saling telanjang seperti dua keledai". (HR. An Nasâi dalam Al-Ku-bra 5/327 dan Al-Baihaqî dalam Syu'abul Imân 6/163)

- Disunahkan bagi suami pada malam pertama saat akan bersenggama, memegang ubun-ubun istrinya sambil berdoa:

اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ مِنْ خَيْرِهَا وَخَيْرٍ مَا جَبَلْتَهَا عَلَيْهَا، وَأَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّهَا وَشَرِّ مَا جَبَلْتَهَا عَلَيْهَا.

"Ya Allah sesungguhnya aku memohon kepada-Mu kebaikan-nya (istri) dan kebaikan apa yang saya ambil darinya, serta aku berlindung kepada-Mu dari kejahatannya dan kejahatan apa yang aku ambil darinya". (HR. Ibn Majah dan Abû Dâwud).⁵

B. Mandi Janabah

1. Pengertian Mandi Janabah

Kata '*Ghusl*' (غُسْلٌ) dengan *dhammah* (وُ) pada huruf *ghain* (*ghu*) secara harfiah merujuk pada tindakan membersihkan diri, yaitu perbuatan manusia mengalirkan air ke seluruh tubuh dan menggosoknya (mandi). Kata ini juga bisa diartikan sebagai air yang dipakai untuk membersihkan.

Di sisi lain, terdapat dua variasi makna lain berdasarkan harakatnya:

⁵ Gus Arifin and Sundus Wahidah, *Fikih Wanita* (Cetakan Pertama.; Jakarta: PT Alex Media Komputindo, 2018), hlm. 360-361.

- *Ghis* (غسل) dengan kasrah pada huruf *ghain* (*ghi*) adalah sebutan untuk alat pembersih atau bahan yang digunakan untuk membersihkan (seperti sabun).
- *Ghas* (غسل) dengan fathah pada huruf *ghain* (*gha*) adalah nama untuk air yang secara khusus digunakan untuk mandi.⁶

Sementara itu, secara istilah syariat (fiqih), para ulama mendefinisikannya sebagai penggunaan air yang suci untuk membasuh seluruh anggota badan. Proses ini harus dilakukan mengikuti tata cara, syarat-syarat, dan rukun-rukun yang telah ditetapkan. Dalam konteks kebahasaan Arab, kata "Janabah" mengandung arti jauh atau lawan kata dari dekat.⁷

Sementara itu, dalam terminologi fikih, Al-Imam An-Nawawi menjelaskan bahwa pengertian Janabah secara syar'i merujuk pada kondisi seseorang setelah mengalami keluarnya mani atau setelah berhubungan jima (suami-istri). Seseorang disebut berada dalam keadaan junub (pelaku janabah) karena ia terlarang untuk melaksanakan salat, memasuki masjid, dan membaca Al-Qur'an.

Proses pembersihan dari kondisi ini dikenal dengan nama Mandi Janabah atau yang lebih populer disebut 'mandi wajib'. Mandi ini adalah ritual bersuci yang bersifat ta'abbudi (pelaksanaannya murni mengikuti ketentuan syariat) dengan tujuan utama untuk menghilangkan hadas besar.⁸

⁶ Abdurrahman Muhammad Awad Al-Jaziri, *Al-Fiqh Ala Madzahib Al-Arba'ah* (Cetakan Kedua.; Lebanon: Darul Kutub Al-Ilmiyah, 2003), hlm. 97.

⁷ Isnani Ansori, *Ritual Bersuci Rasulullah Menurut 4 Mazhab* (Cetakan Pertama.; Serang: A-Empat, 2024), hlm. 9.

⁸ Hariman Surya Siregar, *Fiqih Ibadah* (Cetakan Pertama.; Kota Bogor: Arabasta Media, 2023), hlm. 121.

Sedangkan secara istilah fiqih, kata janabah ini menurut Al-Imam An-Nawawi rahimahullah berarti dikaitkan dengan seseorang yang keluar mani atau melakukan hubungan suami istri, disebut bahwa seseorang itu junub karena dia menjauhi shalat, masjid dan membaca Al-Quran serta dijauhkan atas hal-hal tersebut.⁹

2. Sifat Mandi

Jika seseorang ingin mandi janabah, maka dia harus:

1. Mengucapkan nama Allah SWT dan berniat untuk mandi junub atau mandi untuk melakukan sesuatu yang tidak sah kecuali dengan mandi, seperti membaca Al-Quran atau duduk di masjid.
2. Mencuci kedua tangannya sebanyak tiga kali sebelum memasukkannya ke dalam air.
3. Mencuci kemaluannya dari kotoran.
4. Berwudhu seperti wudhu untuk shalat.
5. Memasukkan jari-jari tangan ke dalam air dan membasahi akar rambut di kepala dan jenggot.
6. Menyiramkan air ke atas kepala sebanyak tiga kali.
7. Mengalirkan air ke seluruh tubuh.
8. Menggosok-gosokkan tangan ke seluruh tubuh yang dapat dijangkau.
9. Berpindah dari tempat mandi.
10. Mencuci kedua kaki.

⁹ Hariman Surya Siregar, *Fiqih Ibadah*, hlm. 122.

Hal ini berdasarkan hadits yang diriwayatkan oleh Aisyah dan Maimunah RA yang menggambarkan cara mandi Rasulullah SAW.¹⁰

3. Syarat Wajib dan Syarat Sah Mandi Janabah

3.1 Syarat Wajib Mandi Janabah

Berikut ini syarat-syarat wajib mandi janabah :

1. Muslim: Individu tersebut harus menganut agama Islam.
2. Berakal: Orang yang wajib mandi harus dalam keadaan sadar dan memiliki akal sehat.
3. Dewasa (Baligh): Kewajiban ini berlaku bagi mereka yang telah mencapai usia dewasa.
4. Berhentinya Darah: Khusus bagi wanita, darah haid atau nifas harus sudah benar-benar berhenti.
5. Terjadinya Penyebab Hadas Besar: Adanya kondisi atau tindakan yang mengakibatkan hadas besar (misalnya, berhubungan intim atau mimpi basah).
6. Niat Melakukan Amalan Suci: Seseorang hendak melaksanakan ibadah yang mensyaratkan kesucian dari hadas besar (seperti salat) atau waktu ibadah telah tiba.
7. Tidak Dalam Paksaan: Pelaksanaan mandi junub dilakukan atas kemauan sendiri, bukan karena paksaan.
8. Tersedianya Alat Bersuci: Terdapat air atau media lain yang

¹⁰ Abu Ishaq Ibrahim Asy-Syirazi, *Al-Muhadzab Fi Fiqh Al-Imam Asy-Syafi'i* (Lebanon: Darul Kutub Al-Ilmiyah, n.d.), hlm. 64.

diperbolehkan untuk bersuci.

9. Mampu Melaksanakan: Individu tersebut memiliki kemampuan fisik untuk melaksanakan proses mandi junub.¹¹

3.2 Syarat Sah Mandi Janabah

Untuk memastikan bahwa mandi junub yang dilakukan adalah sah dan diterima, beberapa syarat harus dipenuhi:

1. Kesucian dari Darah Khusus Wanita: Darah haid atau nifas harus benar-benar telah berhenti.
2. Penggunaan Air yang Memenuhi Kriteria: Digunakannya air mutlak (suci dan menyucikan) dengan volume yang memadai.
3. Air Merata ke Seluruh Tubuh: Air harus membasahi dan meratakan ke seluruh permukaan tubuh.
4. Tidak Ada Penghalang: Tidak ada zat atau benda yang menghalangi air untuk mencapai dan mengalir di atas kulit.¹²

4. Sebab-sebab Wajib Mandi

Kewajiban mandi (mandi besar/junub) dipicu oleh enam alasan berbeda. Tiga dari alasan ini bersifat universal untuk laki-laki dan perempuan, namun tiga sisanya merupakan hal yang khas dan eksklusif bagi perempuan.¹³

Secara garis besar, ada enam alasan utama yang mengharuskan seseorang

¹¹ Isnan Ansori, *Ritual Bersuci Rasulullah Menurut 4 Mazhab*, hlm. 50-53.

¹² Isnan Ansori, *Ritual Bersuci Rasulullah Menurut 4 Mazhab*, hlm. 53-56.

¹³ Sulaiman Rasjid, *Fiqh Islam* (Cetakan ke-63.; Bandung: Penerbit Sinar Baru Algensindo Bandung, 2014), hlm. 35.

melaksanakan mandi junub. Enam alasan ini terbagi menjadi dua kategori: tiga faktor berlaku umum untuk pria dan wanita, dan tiga faktor lainnya hanya spesifik bagi wanita.

4.1 Penyebab yang Berlaku Universal (Pria dan Wanita)

Ketiga kondisi ini mewajibkan mandi besar bagi siapa saja yang mengalaminya, baik laki-laki maupun perempuan:

1. Hubungan Seksual (Bertemunya Dua Kemaluan): Mandi besar menjadi wajib ketika terjadi penetrasi, meskipun tidak sampai terjadi ejakulasi (keluarnya air mani).
2. Keluarnya Air Mani: Keluarnya air mani karena rangsangan syahwat (sadar) atau yang terjadi tanpa disadari saat tidur (mimpi basah) mewajibkan mandi junub.
3. Kematian: Kewajiban memandikan jenazah Muslim (kecuali bagi yang meninggal dalam kondisi syahid di medan perang) diemban oleh orang yang melaksanakannya.

4.2 Penyebab Khusus untuk Wanita

Ada tiga kondisi yang secara eksklusif mewajibkan seorang wanita untuk mandi besar:

1. Berakhirnya Menstruasi (Haid): Setelah periode haid (datang bulan) selesai, wanita wajib melakukan mandi besar.
2. Selesainya Darah Nifas: Darah nifas adalah darah yang keluar pasca melahirkan. Mandi besar diwajibkan segera setelah masa nifas ini tuntas.
3. Persalinan (*Wiladah*): Menurut beberapa pandangan ulama, khususnya Mazhab

Syafi'i, proses melahirkan itu sendiri bahkan jika tanpa disertai keluarnya darah sudah termasuk peristiwa besar yang mewajibkan mandi junub. Kewajiban ini dianalogikan dengan haid dan nifas.¹⁴

C. Haid

1. Pengertian Haid

Menstruasi sering disebut juga haid. Secara etimologi, kata ini berasal dari bahasa Arab yang mengandung makna "sesuatu yang mengalir". Dalam konteks agama (syar'i), haid merujuk pada darah yang keluar secara alami dari rahim wanita pada masa-masa yang telah ditetapkan. Kejadian ini umumnya terjadi selama beberapa hari setiap bulan dan merupakan fase esensial dalam siklus bulanan wanita.¹⁵

Darah yang keluar dari rahim wanita, yang dikenal sebagai haid, bukanlah pertanda penyakit atau akibat dari proses melahirkan. Dalam pandangan agama, keluarnya darah ini merupakan ketetapan alami dari Allah SWT (sunnatullah) bagi kaum wanita. Sementara itu, Syekh Abu Bakar Jabir al-Jazairi mendefinisikan haid sebagai darah yang keluar dari rahim seorang wanita yang telah mencapai usia balig. Ia menambahkan bahwa darah ini biasanya keluar pada periode tertentu dan memiliki hikmah, salah satunya adalah untuk mengontrol dan mencegah kehamilan.

¹⁴ Sulaiman Rasjid, *Fiqh Islam*, hlm. 36.

¹⁵ Yelly Herien, *Menstruasi dan Permasalahannya* (Cetakan Pertama.; Jawa Tengah: Eureka Media Aksara, 2024), hlm. 1.

2. Warna dan Sifat Darah Haid

Darah haid dapat dikelompokkan menjadi lima jenis warna: Hitam Merah Merah kekuningan (shufrah) Kuning Keruh (kudrah) Menurut urutan kekuatan, darah hitam menempati posisi terkuat, diikuti oleh darah merah. Kemudian, darah merah kekuningan lebih kuat dari darah kuning, dan yang paling lemah adalah darah keruh. Singkatnya, urutan kekuatan dari yang terkuat hingga terlemah adalah:

- a. Hitam,
- b. Merah,
- c. Merah kekuningan,
- d. Kuning
- e. Keruh.¹⁶

Darah haid memiliki empat karakteristik yang unik, yaitu kental dan berbau, kental saja, berbau saja, serta tidak kental dan tidak berbau. Dalam hal kekuatan, darah haid dapat dibedakan menjadi beberapa tingkatan. Darah yang kental memiliki kekuatan yang lebih besar daripada darah yang encer. Selain itu, darah yang berbau juga memiliki kekuatan yang lebih besar daripada darah yang tidak berbau. Kombinasi darah hitam kental memiliki kekuatan yang paling unggul dibandingkan dengan darah hitam encer. Secara umum, darah yang kental dan berbau memiliki kekuatan yang paling besar, melebihi darah yang hanya kental saja atau hanya berbau saja. Jika terjadi keluarnya dua jenis darah dengan sifat yang sama, maka darah yang muncul pertama kali harus diutamakan.

¹⁶ Nur Najmiah, *Peduli Haid* (Palembang: Guepedia, 2023), hlm. 28.

Misalnya, jika ada darah hitam encer dan darah merah kental, maka darah hitam encer harus diutamakan jika itu yang muncul pertama kali. Hal serupa berlaku untuk perbandingan berbagai jenis darah, seperti darah hitam kental dengan darah merah kental berbau, maupun darah merah berbau dengan darah hitam tidak berbau. Pada situasi ini, prioritas penetapan didasarkan pada darah yang muncul lebih awal.¹⁷

3. Rentang Usia Haid

Rentang usia umum seorang wanita mengalami menstruasi (haid) adalah dari 12 hingga 50 tahun. Namun, penting untuk dicatat bahwa siklus menstruasi dapat dimulai lebih awal dari usia 12 tahun atau berlanjut setelah usia 50 tahun.

Faktor-faktor seperti kondisi kesehatan individu, lingkungan tempat tinggal, dan iklim memiliki peran dalam menentukan kapan seorang wanita mulai dan berhenti menstruasi.¹⁸

Mengenai batasan ini, para ulama memiliki pandangan yang beragam mengenai apakah ada usia pasti yang menjadi batas minimal atau maksimal, di mana haid tidak mungkin terjadi sebelum atau setelah usia tersebut.?

Ad Darimi menyatakan bahwa semua pandangan lain mengenai masalah ini adalah salah menurutnya. Ia berpendapat bahwa keberadaan darah adalah satu-satunya tolok ukur yang relevan. Oleh karena itu, darah tersebut harus dianggap sebagai darah haid tanpa memandang jumlahnya, kondisi saat keluarnya, atau usia

¹⁷ Hakam Ahmed El-Chudrie, *Fiqh Perempuan* (Cetakan Pertama.; Jepara: Ar-Raudhah Jepara, 2012), hlm. 12.

¹⁸ Isham bin Muhammad Asy-Syarif, *Syarah Kumpulan Hadits Shahih Tentang Wanita* (Cetakan Pertama.; Muhammad Fatih; Jakarta: Pustaka Azzam, 2006), hlm. 165.

wanita yang mengalaminya. Ia menutup dengan pernyataan, "Dan hanya Allah Yang Maha Tahu."

Pendapat Ad Darimi ini dianggap paling benar dan turut didukung oleh Syaikhul Islam Ibnu Taimiyah. Dengan demikian, seorang wanita dianggap sedang mengalami haid kapanpun darah haid itu keluar, bahkan jika usianya belum mencapai 9 tahun atau sudah melewati 50 tahun. Hal ini didasarkan pada fakta bahwa Allah Subhanahu wa Ta'ala dan Rasul-Nya telah menghubungkan hukum-hukum haid secara langsung dengan munculnya darah itu sendiri. Oleh karena itu, dalam konteks ini, acuan hukum harus berfokus pada darah yang menjadi sandaran hukum tersebut, sebab tidak ada dalil yang sahih untuk membatasi atau menentukan batasan usia tertentu.¹⁹

4. Masa/Durasi Darah Haid

Periode menstruasi (haid) memiliki tiga kategori durasi utama: yang paling sebentar, yang paling lama, dan durasi yang umumnya dialami oleh sebagian besar wanita. Ini juga bisa disebut sebagai durasi minimum, maksimum, dan rata-rata.

- Minimum (Paling Sebentar): 24 jam penuh (sehari semalam).
- Maksimum (Paling Lama): 10 hari atau 15 hari.
- Rata-rata (Kebanyakan): Biasanya berlangsung selama 6 atau 7 hari.

a. Durasi Menstruasi Paling Sebentar (Minimum)

Durasi minimal haid adalah 24 jam (sehari semalam). Tolok ukur keabsahannya adalah jika darah telah mencapai area luar kemaluan, yang bisa

¹⁹ Muhammad bin Shaleh Al-Utsaimin, *Darah Kebiasaan Wanita* (M. Yusuf Harun; Aazhi Publishers, 2023), hlm. 10-11.

dipastikan dengan memasukkan kapas ke dalam vagina, lalu kapas tersebut

Ada dua skenario untuk mencapai durasi minimal 24 jam ini:

- Darah Keluar Non-Stop: Darah mengalir tanpa henti selama 24 jam berturut-turut.
- Darah Keluar Terputus-putus: Darah keluar secara berselang-seling misalnya, satu jam keluar, satu jam berhenti. Namun, total waktu keluarnya darah harus mencapai 24 jam.²⁰

b. Batas Maksimal Haid

Para ulama berbeda pendapat tentang masa haid yang maksimal, masa haid yang minimal, dan masa suci yang minimal. Menurut Imam Malik, masa haid maksimal ialah 15 hari. Pendapat ini didukung oleh Imam Syafi'i dan Imam Hanbali. Dan menurut Imam Abu Hanifah, maksimal haid adalah 10 hari.²¹

c. Rata-rata Durasi Normal Haid Wanita Adalah 6–7 Hari

Durasi normal haid wanita biasanya berkisar antara 6 sampai 7 hari, dan penentuan durasi ini didasarkan pada kebiasaan dan pengalaman wanita secara umum, serta penelitian medis yang menunjukkan bahwa mayoritas wanita mengalami haid dalam rentang waktu tersebut.²²

5. Larangan-larangan Saat Haid

Haid memiliki hubungan yang sangat erat dengan berbagai hukum dalam

²⁰ Nur Najmiah, *Peduli Haid*, hlm. 20.

²¹ Ibnu Rusyd, *Bidayatul Mujtahid Wa Nihayatul Muqtasid Jilid 1* (Cetakan Pertama.; Al-Mas'udah; Jakarta Timur: Pustaka Al-Kautsar, 2016), hlm. 78.

²² Nur Najmiah, *Peduli Haid* (Palembang: Guepedia, 2023), hlm. 21.

Islam, baik yang bersifat langsung berhubungan dengan Allah (Ibadah Mahdhah) maupun yang tidak langsung (Ghairu Mahdhah).²³

Selama masa haid, seorang wanita diharamkan untuk melakukan beberapa ibadah karena alasan kesucian dan ketaatan terhadap ketentuan syariat. Agar tidak dinilai menyimpang dari ajaran Islam, wanita perlu memahami dan mengamalkan hukum-hukum terkait masa haid. Hal ini penting agar aktivitas ibadah dan keseharian tetap sesuai dengan petunjuk Al-Qur'an serta Sunnah Nabi Muhammad SAW.

Beberapa larangan yang umumnya berlaku bagi wanita saat haid meliputi:

5.1 Ibadah Mahdhah

- Haramnya sholat
- Haramnya puasa
- Memasuki Masjid
- Menyentuh mushaf
- Dan membaca Al-Qur'an

5.2 Ghairu Mahdhah

- Berhubungan suami istri.²⁴

6. Hikmah Darah Haid

Darah menstruasi memiliki peran penting, terutama dalam konteks kehamilan. Janin yang berkembang di dalam rahim tidak dapat mengonsumsi

²³ Ridhoul Wahidi and Gianti, *Wirid-Wirid Wanita Haid* (Cetakan Pertama.; Yogyakarta: Al Barokah, 2013), hlm. 19.

²⁴ Ahmad Ali Abu Bakar Ar-Razi Al-Jassas Al-Hanafi, *Ahkam Al-Qur'an* (Cetakan Pertama.; Jilid 1; Lebanon: Darul Kutub Al-Ilmiyah, 1994), hlm. 310.

makanan secara langsung seperti anak-anak di luar kandungan. Oleh karena itu, sang ibu tidak mungkin menyalurkan makanan padat atau cairan kepada janin dengan cara biasa. Sebagai solusinya, Allah SWT telah mengatur mekanisme pada tubuh wanita di mana darah secara berkala dikeluarkan. Darah ini kemudian berfungsi sebagai sumber nutrisi utama bagi janin selama kehamilan. Zat makanan dari darah disalurkan ke tubuh janin melalui tali pusar setelah meresap melalui plasenta. Dengan demikian, janin menerima gizi yang dibutuhkan tanpa perlu proses makan dan pencernaan. Ini menunjukkan keagungan dan kesempurnaan penciptaan Tuhan.

Inilah alasan utama siklus haid terhenti saat seorang wanita hamil (atau sangat jarang terjadi). Begitu pula, wanita yang menyusui cenderung mengalami haid yang lebih jarang, terutama di bulan-bulan awal menyusui.²⁵

²⁵ Hakam Ahmed El-Chudrie, *Fiqh Perempuan*, hlm. 8.