

PENTINGNYA PERAN ORANG TUA DALAM PEMBIASAAN BERPUASA SEJAK USIA DINI PADA ANAK

Ahmad Nur Huda
Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta
email: ahmad.huda20@mhs.uinjkt.ac.id

Abstract: Fasting is a mandatory worship that must be carried out in the month of Ramadan, but this is not for children who have not reached the age of puberty. Children's worship is the responsibility of every parent, whether or not children are able to carry out worship is a big task for parents in educating children. This study aims to determine the role of parents in the habit of fasting Ramadan in children. This research is a qualitative research through interviews and analyzed descriptively. This research was conducted on 4 parents who had children aged 5-8 years in Babakan Gadog Village, Kujangjaya Village. The results of this study indicate that, the role of parents in the process of fasting habituation in early childhood is carried out by supervising, guiding and giving examples to children, by fasting children will be more healthy, increase worship and patience in children. The game environment affects children in fasting, so that in the process of getting used to fasting, parents must supervise children while playing so they are not influenced by friends who do not observe fasting.

Keywords: fasting, early childhood, the role of parents

PENDAHULUAN

Bulan Ramadhan merupakan bulan kesembilan dalam kalender hijriyah. Bulan Ramadhan merupakan bulan yang suci yang ditunggu tunggu oleh setiap umat muslim yang ada di Dunia. Pada bulan Ramadhan terdapat banyak sekali kebaikan bahkan pahala yang dilipat gandakan. Selain itu, pada bulan Ramadhan diturunkannya permulaan Al-Qur'an oleh sebab itu bulan Ramadhan disebut juga sebagai sahrul Qur'an. Pada bulan Ramadhan orang-orang akan berlomba-lomba untuk melakukan kebaikan terlebih pada sepuluh malam terakhir dibulan Ramadhan, karena menurut beberapa ulama pada sepuluh malam

terakhir pada bulan Ramadhan terdapat satu malam yang lebih baik dari pada seribu bulan yaitu malam Lailatul Qadar. Pada bulan Ramadhan terdapat banyak amalan sunnah yang dapat dilakukan oleh umat muslim yang tidak ada pada bulan lainnya seperti sholat sunnah tarawih dan sahur. Selain ibadah sunnah yang ditingkatkan pada bulan Ramadhan terdapat pula salah satu ibadah wajib yang harus dilakukan oleh umat muslim yang merupakan Rukun Islam yang keempat yaitu puasa.

Berpuasa yaitu menahan diri dari makan dan minum serta segala hal yang dapat membatalkan dan mengurangi pahala dari puasa itu sendiri. Puasa dilakukan dari mulai terbit fajar kedua atau datangnya waktu subuh sampai dengan tenggelamnya matahari atau sampai datangnya waktu maghrib. Ibadah puasa merupakan ibadah wajib di bulan suci Ramadhan bagi umat muslim yang memenuhi syarat. Seorang muslim diwajibkan untuk berpuasa apabila telah mencapai usia baligh, sehat dan berakal (tidak gila), sehingga puasa tidak diwajibkan kepada anak-anak, sehal itu wanita yang berada dalam keadaan haid dan nifas juga tidak diwajibkan untuk melakukan ibadah puasa. Dalam Islam usia baligh bagi seorang anak laki-laki yaitu ditandai dengan mimpi basah serta tumbuh jakun dan pada anak perempuan ditandai dengan menstruasi atau haid atau pada usia sekitar Sembilan sampai dengan tujuh belas tahun.

Puasa itu sendiri dapat dilakukan melalui pembiasaan, karena orang yang belum terbiasa menjalankan puasa akan kesulitan jika harus menjalankan secara sebulan penuh tanpa dilatih atau dibiasakan terlebih dahulu. Pembiasaan berpuasa ini akan melibatkan berbagai aspek baik internal maupun eksternal dari anak itu sendiri. Aspek internal meliputi minat dan kemampuan anak dalam melakukan ibadah puasa. Sedangkan aspek eksternal dari berupa lingkungan tempat anak itu tinggal, lingkungan mempengaruhi kebiasaan anak berpuasa sehingga orang tua

memiliki peran penting dalam pembiasaan anak untuk melakukan ibadah puasa.

Orang tua itu sendiri terdiri dari ayah dan ibu, orang tua memiliki tugas dan tanggung jawab terhadap anak baik secara lahiriah maupun batiniah. Dengan demikian ibadah anak menjadi tanggung jawab bagi setiap orang tua, mampu atau tidaknya anak dalam melaksanakan ibadah merupakan tugas besar bagi orang tua dalam mendidik anak. Orang tua juga memiliki peran penting dalam kehidupan serta perkembangan anak, baik perkembangan fisik maupun perkembangan intelektual anak.

Dalam Islam perkembangan hidup manusia sangat diperhatikan, dari mulai fase anak masih dalam bentuk janin dalam kandungan ibu sampai dengan mencapai masa dewasa. Oleh karena itu, pendidikan anak dimulai dari sejak anak berada dalam kandungan. Ketika anak sudah mengenal dan diajarkan puasa sejak dini hal tersebut akan mampu mendukung keberhasilan puasa anak ketika sudah mencapai umur diwajibkan untuk berpuasa. Dijelaskan dalam hadist bukhari muslim bahwa rosulullah SAW bersabda:

مَنْ كَانَ أَصْبَحَ صَائِمًا فَلْيَتِمَّ صَوْمَهُ وَمَنْ كَانَ أَصْبَحَ مُفْطِرًا فَلْيَصُمْ بَقِيَّةَ يَوْمِهِ فَكُنَّا نَصُومُهُ بَعْدَ ذَلِكَ وَنُصَوِّمُ صِبْيَانَنَا الصِّغَارَ مِنْهُمْ، وَنَذْهَبُ إِلَى الْمَسْجِدِ فَتَجْعَلُ لَهُمُ اللَّعْبَةَ مِنَ الْعِهْنِ. فَإِذَا بَكَى أَحَدُهُمْ مِنَ الطَّعَامِ، أُعْطِيَئَاهُ إِيَّاهُ حَتَّى يَكُونَ عِنْدَ الْإِفْطَارِ

“Barangsiapa pada pagi hari telah puasa, maka hendaklah ia sempurnakan puasanya. Barangsiapa pada pagi hari telah makan, maka hendaklah ia puasa pada sisa waktunya pada hari itu. Oleh karena itu, kami dahulu puasa setelah kejadian itu dan kami ajak anak-anak kecil kami puasa dan kami pergi ke masjid, lalu kami buatkan mereka mainan dari bulu. Jika di antara mereka itu ada yang menangis karena ingin makan, kami berikan mainan itu kepadanya, sehingga sampailah waktu berbuka.”

Hadist tersebut di atas menjelaskan tentang bagaimana Rasulullah dan para sahabat mengajarkan dan melatih anak untuk melakukan ibadah puasa. Hal tersebut dilakukan oleh para sahabat agar anak terbiasa dan mampu untuk menghayati kehidupan beragama. Hal tersebut memanglah bukan merupakan hal wajib bagi orang tua untuk melatih anak berpuasa melainkan hal tersebut dilakukan untuk membiasakan anak berpuasa dari sejak usia dini. Ketika anak tidak mampu melakukan ibadah puasa sampai dengan waktu berbuka tiba para orang tua tidak memaksakan anak untuk terus berpuasa karena hal ini hanya merupakan bentuk latihan bagi anak dan pembiasaan berpuasa bagi mereka.

Ibadah puasa merupakan ibadah wajib yang harus dilakukan pada bulan Ramadhan akan tetapi hal tersebut bukanlah untuk anak-anak yang belum mencapai usia baligh. Ibadah puasa pada anak dilakukan tidak lain agar anak mampu dan dapat memulai bagaimana kehidupan beragama dapat mereka jalankan dan tentunya hal tersebut dapat dilakukan oleh anak melalui bimbingan dan pengawasan oleh orang tua.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian merupakan salah satu cara ilmiah yang dirumuskan oleh peneliti dalam mendapatkan data yang ada. Menurut Sugiyono metode penelitian merupakan tata cara ilmiah untuk menghasilkan koleksi data dengan tujuan serta kegunaannya tertentu¹. Berdasarkan penjelasan tersebut, dapat diambil kesimpulan bahwa pelaksanaan penelitian harus memperhatikan tata cara yang empiris, sistematis, memiliki tujuan, kegunaan, dan memiliki tata cara yang sesuai dengan standar. Menurut Kriyantono, penelitian kualitatif bertujuan untuk menjelaskan fenomena dengan sedalam-dalamnya melalui

¹ Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. (Bandung: Alfabeta, 2013).

pengumpulan data sedalam-dalamnya². Penelitian kualitatif tidak mengutamakan besarnya populasi atau samplingnya sangat terbatas. Penelitian kualitatif menekankan pada persoalan kedalaman (kualitas data bukan banyaknya (kuantitas) data. Penelitian ini dilakukan untuk memecahkan rumusan masalah yang telah peneliti tentukan sebelumnya. Data pada penelitian ini berupa data kualitatif berupa hasil wawancara yang diambil kesimpulannya berdasarkan pada teori yang relevan dengan hasil wawancara. Penelitian ini dilakukan di Kp. Babakan Gadog, Desa Kujangjaya, Kecamatan Cibeber, Kabupaten Lebak, Banten. Adapun sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah orang tua yang memiliki anak usia 5-8 tahun yang berjumlah 4 orang.

DISKUSI TEMUAN DAN HASIL PENELITIAN

A. Puasa Ramadhan

Menurut Ibnu Al Mundzir dalam kitabnya menjelaskan bahwa kata puasa dalam bahasa arab biasa disebut *ash-shaum* atau *ash-shiyam* yang pada dasarnya bermakna menahan diri dari suatu perbuatan. Karenanya, seekor kuda yang alam keadaan terikat dinamakan *shaa'im*. Kata *ash-shaum/ash-shiyam* tersebut adalah menahan diri secara mutlak, artinya menahan diri dari segala sesuatupun juga. Seorang yang diam tidak berbicara atau dalam keadaan terdiam dinamakan seorang yang *shaa'im*.³

Menurut Ibnu Taimiyah dalam kitab *syarh Umdah* adapun secara syara' arti *shiyam* adalah menahan diri dari makan, minum, berhubungan dengan istri, dan sebagainya sesuai dengan tuntunan syariat, termasuk juga menahan diri dari ucapan kotor, perbuatan

² Rachmat Kriyantono, *Teknik Praktis Riset Komunikasi*. (Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2008), 6

³ Hasballah Thaib, *Amaliyah Ramadhan Dalam Pembahasan Al-Qur'an Dan Sunnah*. (Bandung: Citapustaka Media Perintis. 2013), 23

zhalim, dan sebagainya karena hal ini lebih ditekankan dibulan puasa⁴. Menurut Ibnu Abdil Barr dalam kitab *Al-Ijma'* adapun puasa dalam sudut pandang syariat, maknanya adalah menahan diri dari makan, minum, berhubungan intim dengan istri pada siang hari apabila orang yang meninggalkan perkara itu niatnya untuk mencari wajah allah dan pahala-Nya. Inilah makna puasa dalam syariat Islam menurut pendapat ulama semua umat ini⁵

Menurut Syaikh Muhammad bin Shalih "Puasa Ramadhan adalah bentuk ibadah kepada Allah ta'ala dengan cara meninggalkan makan, minum dan hubungan suami istri, dimulai dari terbitnya fajar sampai terbenam matahari. Demikianlah ibadah puasa dilaksanakan dengan cara meninggalkan beberapa jenis perbuatan semata mata karea Allah ta'ala, bukan karena kebiasaan dan bukan pula karena kesehatan tubuhnya. Tetapi demi melaksanakan ibadah kepada Allah dengan menahan diri agar tidak makan, minum dan melakukan hubungan suami istri serta seluruh perbuatan lainnya yang bisa membatalkan puasanya. Dari mulai terbit fajar sampai terbenamnya matahari, satu bulan penuh dari tanggal satu Ramadhan sampai munculnya hilal di bulan Syawwal"⁶

Adapun dalil yang menjelaskan tentang wajibnya berpuasa dibulan Ramadhan terdapat pada firman Allah SWT dalam Al-Qur'an Surat Al-Baqarah ayat 183 yang berbunyi:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ

⁴ Mukhtar Fatwa. *Panduan Lengkap Puasa Ramadhan Menurut Al-Qur'an dan Sunnah*. (Gresik:Pustaka Al-Furqon, 2010), 2

⁵ Mukhtar Fatwa. *Panduan Lengkap Puasa Ramadhan Menurut Al-Qur'an dan Sunnah*. (Gresik:Pustaka Al-Furqon, 2010), 3

⁶ Syaikh Muhammad bin Shalih, 2020 dalam Ilmiah, dkk., 2021

Artinya: “wahai Orang-orang yang beriman ! diwajibkan atas kamu berpuasa sebagaimana telah diwajibkan atas orang-orang sebelum kamu agar kamu bertaqwa”.

Menurut Thaib dan Hasballah Taqwa artinya terpelihara. Orang yang berpuasa setidaknya akan terpelihara dari empat aspek⁷:

1. Terpelihara aqidah dan keyakinannya dari berbagai pemahaman yang tidak benar.
2. Terpelihara ibadahnya dari segala hal yang salah.
3. Terpelihara akhlaknya dari berbagai keburukan dan kejahatan.
4. Terpelihara masyarakatnya dari segala kemaksiatan dan kejahatan

Dalam kitab *Al-iqna fi Masa'il al-Ijma'* Para ulama telah sepakat bahwa yang wajib berpuasa adalah seorang muslim yang berakal, baligh, sehat dan menetap. Adapun wanita dsyaratkan dalam kondisi suci dari haid dan nifas⁸

B. Anak Usia Dini

Anak lahir dalam keadaan lemah tak berdaya dan tidak mengetahui apapun. Akan tetapi Allah membekali anak yang baru lahirdengan pendengaran, penglihatan dan hati nurani. Dengan itu manusia dapat membedakan di antara segala sesuatu, mana yang bermanfaat dan mana yang berbahaya. Kemampuan dan indera ini diperoleh seseorang secara bertahap, yakni sedikit demi sedikit. Semakin besar seseorang maka bertambah pula kemampuan

⁷Hasballah Thaib, *Amaliyah Ramadhan dalam Pembahasan Al-Qur'an dan Sunnah*. (Bandung:Citapustaka Media Perintis.2013), 26

⁸ Mukhtar Fatwa. *Panduan Lengkap Puasa Ramadhan Menurut Al-Qur'an dan Sunnah*. (Gresik:Pustaka Al-Furqon, 2010), 29

pendengaran, penglihatan, dan akal nya hingga sampailah ia pada usia dewasa⁹

Anak adalah sosok individu yang sedang mejalani proses perkembangan dengan pesat dan fundamental bagi kehidupan selanjutnya. Anak yang berada pada rentang usia 0-8 tahun sedang mengalami proses pertumbuhan dan perkembangan dalam berbagai aspek yang cepat dalam rentang perkembangan hidup manusia¹⁰

Anak usia dini adalah kelompok anak yang beradadalam proses pertumbuhan danperkembangan yang bersifat unik,dalam arti memiliki pola pertumbuhan dan perkembangan (koordinasi motorik halus dan kasar), intelegensi(daya pikir, daya cipta, kecerdasan emosi, dan kecerdasan spiritual), sosial emosional (sikap dan prilaku serta agama), bahasa dan komunikasi yang khusus sesuai dengan tingkat pertumbuhan dan perkembangan anak.¹¹

Dalam konsep Islam, secara umum materi yang harus diajarkan kepada anak usia dini, sama dengan materi dasar ajaran Islam yang terdiri dari bidang aqidah, ibadah, dan akhlak. Dalam pembelajaran terhadap anak usia dini, tentu saja uraian materi yang diberikan tidaklah sama dengan yang diberikan kepada orang dewasa, meskipun masih berada dalam lingkup akidah, ibadah dan akhlak.¹²

Kewajiban berpuasa bagi seorang anak tidaklah dengan serta merta, tetapi dilakukan untuk memberikan pembiasaan, sebab ibadah puasa bukan hanya ibadah yang melawan hawa nafsu, tetapi

⁹ A. Fauzi, Anak Usia Dini Dalam Pendidikan Islam. Rausyan Fikr: Jurnal Pemikiran dan Pencerahan, (2017). 13, 2.

¹⁰ Z. A Siregar,. B., Muhibuddin, M., & Zainuddin, Z. Pendidikan Agama Bagi Anak Menurut Zainuddin Al-Malibari:(Analisis Kitab *Fath Al-Mu'in* Pada Bab Al-Shalat). Seulanga: Jurnal Pendidikan Anak, (2022). 3 (2), 84-99.

¹¹ S. Sulastri, & Tarmizi, A. T. A. Peran Orang Tua Dalam Pendidikan Anak Usia Dini. Raudhatul Athfal: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini, (2017). 1(1), 61-80.

¹² A. Fauzi, Anak Usia Dini Dalam Pendidikan Islam. Rausyan Fikr: Jurnal Pemikiran dan Pencerahan, (2017). 13, 2.

membiasakan bangun sahur ketika anak masih tidur nyenyak, menikmati hidangan berbuka puasa serta terawih, semuanya harus diperkenalkan sejak usia dini¹³

C. Peran Orang Tua

Islam telah menggariskan konsep-konsep yang jelas mengenai pengasuhan anak. Pada tingkat pertama, Islam menjelaskan bahwa yang paling sayang dan cinta kepada anak adalah orang tuannya, yang dimaksudkan dengan orang tua disini adalah ayah dan ibu kandung anak yang dididik. Memang, didalam realitas empirik memang terlihat bahwa karena kasih sayang dan cinta itu maka orang tua bersedia berkorban sampai ketingkat optimal untuk memenuhi kebutuhan anak-anaknya.¹⁴

Orang tua merupakan guru pertama anak dan memiliki peran yang paling penting dalam pertumbuhan dan perkembangan seorang anak. Keteladanan adalah salah satu hal penting yang harus dilakukan oleh orang tua. Anak memiliki sifat mudah untuk melakukan imitasi sehingga contoh atau teladan sangat dibutuhkan. Teladan baik yang dapat dilakukan orang tua salah satunya adalah mengajarkan berpuasa sejak dini.¹⁵

Melatih dan mendidik anak untuk berpuasa sejak dini sangatlah baik dan bagus bagi anak dan perkembangannya karena dapat merangsang anak dalam beberapa aspek pengendalian diri yang terpapar diatas baik dari segi jasmani maupun rohani anak di masa yang akan datang. Orang tua memiliki peran penting

¹³ Miratul Hayati, "Pengembangan Program Pembelajaran Tematik Berbasis Nilai-Nilai Keislaman untuk TK/RA". Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini (2022) 6, no. 1

¹⁴ Hasballah Thaib, *Amaliyah Ramadhan dalam Pembahasan Al-Qur'an dan Sunnah*. (Bandung: Citapustaka Media Perintis. 2013), 14

¹⁵ J., Jazariyah, Riani, E., Rumara, P. A. C., & Annisa, T. N. Strategi Pengenalan Konsep Berpuasa Ramadhan Pada Anak Usia Dini. *Al-Tarbiyah: Jurnal Pendidikan (The Educational Journal)*, (2021). 31 (2).

didalamnya untuk menyalurkan manfaat penting dari puasa terhadap anak-anak. Beberapa manfaat yang dapat diperoleh anak-anak dari berpuasa yaitu: puasa dapat menahan amarah atau kesehatan emosional, puasa dapat melatih kesabaran, puasa dapat meningkatkan kecerdasan emosional, dan puasa untuk membentuk kematangan dalam konstensi dan kejujuran.¹⁶

Sebagai orang tua yang berpuasa, sebaiknya jangan memaksakan anak untuk ikut berpuasa karena anak belum siap fisik dan mental untuk berpuasa. Karena itu mempengaruhi tumbuh kembang anak. Orang tua harus secara benar melakukan langkah-langkah untuk memulai puasa. Enny Nazra Pulungan menemukan dalam penelitiannya bahwa anak kecil tidak boleh dipaksakan berpuasa selama bulan Ramadhan secara penuh selama satu bulan karena hal tersebut tidak mampu mereka lakukan dan tidak wajar bagi mereka. Di awal bulan hanya dibutuhkan dua atau tiga hari, lalu tahun depan seminggu, tahun depan dua minggu lagi, sehingga dengan cara ini akhirnya anak mampu berpuasa secara sempurna sebulan penuh.¹⁷

D. Peran Orang Tua di Lebak Banten

Pada tahapan pertama dalam pembiasaan anak usia dini menjalankan ibadah puasa Ramadhan yaitu menjelaskan kepada anak mengenai puasa, terlebih puasa di bulan Ramadhan, menjelaskan tentang waktu puasa dan bagaimana puasa dapat dijalankan, mengajarkan bagaimana niat puasa serta apa saja yang dapat membatalkan puasa serta manfaat dari puasa itu sendiri bagi kesehatan anak. Setelah anak dapat mengetahui berbagai hal mengenai

¹⁶ M. R, Rasyid.,, Tahir, Y., Inayah, N., Patiung, D., & Thahir, I. N. Penerapan Metode Bercerita Dalam Meningkatkan Pengetahuan Berpuasa Anak Usia 5-6 Tahun. Jurnal Sipakalebbi, (2022). 6 (2), 105-116.

¹⁷ EN Pulungan, Puasa Ramadhan Membentuk Karakter Anak Sejak Dini. Tazkiya: Jurnal Pendidikan Islam , (2021). 10 . 1

puasa ramadhan, hal selanjutnya yang dilakukan oleh orang tua mengajak dan membiasakan anak untuk mengikuti sahur dengan menjelaskan tujuan sahur itu kepada anak agar anak terdorong untuk mengikuti sahur dan terbiasa untuk dibangunkan bersahur.

Pada proses anak melakukan ibadah puasa orang tua memiliki peran sebagai pendamping yang mendampingi agar orangtua dapat mengetahui perkembangan puasa anak. Selain hal tersebut orang tua juga harus menjadi contoh bagi anak akan bagaimana puasa yang baik dijalankan, yaitu dengan menjaga perkataan serta ibadah, karena anak-anak akan meniru serta melakukan apa yang mereka lihat oleh sebab itu orang tua harus mampu menjadi ontok yang baik bagi anak dalam berpuasa.

Pada penjelasan mengenai ibadah puasa kepada anak orangtua menjelaskan dengan cara mengajak anak untuk mengikuti apa yang mereka lakukan dalam ibadah puasa sambil memberikan pengeahuan tentang apa yang mereka lakukan tersebut kepada anak. Dengan cara demikian anak akan mampu ikut setra dalam melakukan setiap hal yang ada dalam ibadah puasa serta mengetahui maksud dari hal tersebut yang mereka lakukan beserta dengan tujuannya. Tujuan dari pembiasaan puasa ramadhan itu sendiri kepada anak tidaklah lain untuk mengajarkan dan membiasakan anak dalam beragama yang baik terutama karena puasa merupakan salah satu ibadah yang terdapat dari rukun Islam, oleh karena itu pembiasaan puasa rmadhan ini juga merupakan tahapan dari anak agar mampu menunaikan rukun-rukun yang terdapat dalam rukun Islam. Tujuan lain yang ditujukan dari berpuasa pada puasa ramadhan itu sendiri yaitu untuk menuju pada ketaqwaan dan meningkatannya sebagaimana firman Allah SWT dalam al-Qur'an Surat Al-Baqarah ayat 183.

D. Dampak Berpuasa Pada Anak Usia Dini

Ketika anak melakukan puasa anak akan memiliki kesehatan yang baik, hal tersebut karena ketika berpuasa anak akan memiliki pola makan teratur dan baik sehingga dengan pola makan yang baik

tersebut anak akan terhindar dari berbagai penyakit terlebih penyakit yang menyerang lambung. Dengan berpuasa kondisi kesehatan akan terjaga karena dengan berpuasa tubuh akan meningkatkan sistem kekebalan dan metabolisme.

Anak juga akan terdorong lebih giat untuk meningkatkan ibadahnya ketika orangtua menjelaskan bagaimana pahala ibadah yang dilakukan oleh orang yang berpuasa. Bulan ramadhan merupakan bulan yang penuh dengan keberkahan segala amal ibadah akan dilipat gandakan bahkan terdapat banyak sekali amalan yang hanya ada di bulan Ramadhan dan tidak terdapat pada bulan lainnya.

Pembiasaan berpuasa Ramadhan dapat meningkatkan kesabaran anak, karena kesabaran merupakan salah satu sifat yang terdapat pada orang yang bertaqwa. Anak akan lebih efektif untuk dilatih kesabarannya melalui puasa ramadhan. Dengan berpuasa ramadhan anak akan terbiasa untuk bersabar dalam menahan haus dan lapar yang mereka alami ketika berpuasa serta terbiasa menahan amarah dan tindakan-tindakan yang dapat mengurai pahala dari berpuasa. Serta anak akan mampu untuk bersabar dan terbiasa dalam dibangunkan malam hari untuk melakukan sahur. Dengan demikian peningkatan ketaqwaan ibadah pada anak akan meningkat seiring dengan terbiasanya anak melakukan ibadah puasa.

E. Faktor yang Mempengaruhi Puasa pada Anak Usia Dini

Orang tua juga berperan untuk mengawasi anak ketika bermain, sebisa mungkin anak tidak terlalu dipaksakan dan dikekang dengan kegiatan yang membebani mereka ketika berpuasa. Anak-anak harus dibiarkan bermain karena ketika anak bermain mereka akan merasa senang dan lupa waktu dengan begitu waktu berpuasa akan terasa lebih cepat bagi anak. Tugas orangtua dalam hal ini

mengawasi anak ketika bermain agar mereka tidak lupa akan waktu sholat. Hal tersebut merupakan pembiasaan puasa pada anak yang dilakukan oleh para sahabat nabi. Penjelasan mengenai hal tersebut terdapat pada HR. Bukhari dan Muslim.

مَنْ كَانَ أَصْبَحَ صَائِمًا فَلَيْتَمَ صَوْمُهُ وَمَنْ كَانَ أَصْبَحَ مُفْطِرًا فَلَيْتَمَ بَقِيَّةَ يَوْمِهِ فَكُنَّا نَصُومُهُ بَعْدَ ذَلِكَ وَنُصَوِّمُ صِبْيَانَنَا الصِّغَارَ مِنْهُمْ، وَنَذْهَبُ إِلَى الْمَسْجِدِ فَتَجْعَلُ لَهُمُ اللَّعْبَةَ مِنَ الْعِهْنِ. فَإِذَا بَكَى أَحَدُهُم مِّنَ الطَّعَامِ، أَعْطَيْنَاهُ إِيَّاهُ حَتَّى يَكُونَ عِنْدَ الْإِفْطَارِ

“Barangsiapa pada pagi hari telah puasa, maka hendaklah ia sempurnakan puasanya. Barangsiapa pada pagi hari telah makan, maka hendaklah ia puasa pada sisa waktunya pada hari itu. Oleh karena itu, kami dahulu puasa setelah kejadian itu dan kami ajak anak-anak kecil kami puasa dan kami pergi ke masjid, lalu kami buatkan mereka mainan dari bulu. Jika di antara mereka itu ada yang menangis karena ingin makan, kami berikan mainan itu kepadanya, sehingga sampailah waktu berbuka.”

Kesulitan dalam membiasakan anak berpuasa yaitu terdapat pada lingkungan permainan anak, karena tidak semua anak dibiasakan berpuasa oleh orangtuanya sehingga anak jika tidak diawasi ketika bermain, anak dapat terpengaruh oleh temannya yang tidak berpuasa sehingga anak tidak mampu melakukan puasa sampai dengan waktu maghrib tiba. Namun hal tersebut tidak boleh dipaksakan, karena bagaimanapun anak belum memiliki kewajiban untuk melakukan ibadah puasa. Sehingga, puasa pada anak itu dilakukan semampu mereka menjalankannya tanpa adanya paksaan dari orangtua untuk terus melakukan puasa hingga waktu maghrib tiba.

KESIMPULAN

Pembahasan yang telah dipaparkan dapat diketahui bahwa, Peranan orangtua dalam proses pembiasaan puasa pada anak usia dini dilakukan dengan pengawasan, bimibingan dan memberikan contoh kepada anak. Pada proses anak melakukan ibadah puasa orang tua memiliki peran sebagai pendamping yang mendampingi agar orangtua dapat mengetahui perkembangan puasa anak. Selain hal tersebut orang tua juga harus menjadi contoh bagi anak akan bagaimana puasa yang baik dijalankan, yaitu dengan menjaga perkataan serta ibadah, karena anak-anak akan meniru serta melakukan apa yang mereka lihat oleh sebab itu orang tua harus mampu menjadi ontok yang baik bagi anak dalam berpuasa.

Puasa Ramadhan memiliki dampak yang besar terhadap perkembangan fisik dan batin anak. Ketika anak melakukan puasa anak akan memiliki kesehatan yang baik, Anak juga akan terdorong lebih giat untuk meningkatkan ibadahnya ketika orangtua menjelaskan bagaimana pahala ibadah yang dilakukan oleh orang yang berpuasa dan dengan berpuasa anak menjadi lebih bersabar karena telah terbiasa dilatih kesabarannya ketika menjalankan puasa. Ada dua faktor yang dapat mempengaruhi pembiasaan anak dalam melaksanakan ibadah puasa yaitu kebiasaan yang merupakan faktor internal anak itu sendiri dan faktor yang kedua yaitu lingkungan permainan anak yang merupakan faktor eksternal dari anak, anak dapat terpengaruh oleh temannya yang tidak melaksanakan puasa ketika mereka bermain.

DAFTAR PUSTAKA

- Fatwa, Mukhtar. Panduan Lengkap Puasa Ramadhan Menurut Al-Qur'an dan Sunnah. Gresik:Pustaka Al-Furqon, 2010.
- Fauzi, A. Anak Usia Dini Dalam Pendidikan Islam. Rausyan Fikr: Jurnal Pemikiran dan Pencerahan, (2017). 13(2).
- Ilmiah,et al., Pendidikan Karakter Dalam Puasa Ramadhan. Jurnal Pendidikan Karakter JAWARA (Jujur, Adil, Wibawa, Amanah, Religius, Akuntabel), (2021). 7(1).

- Jazariyah, J., Riani, E., Rumara, P. A. C., & Annisa, T. N. Strategi Pengenalan Konsep Berpuasa Ramadhan Pada Anak Usia Dini. *Al-Tarbiyah: Jurnal Pendidikan (The Educational Journal)*, (2021). 31(2).
- Pulungan, EN Puasa Ramadhan Membentuk Karakter Anak Sejak Dini. *Tazkiyah: Jurnal Pendidikan Islam* , (2021). 10 (1).
- Rasyid, M. R., Tahir, Y., Inayah, N., Patiung, D., & Thahir, I. N. Penerapan Metode Bercerita Dalam Meningkatkan Pengetahuan Berpuasa Anak Usia 5-6 Tahun. *Jurnal Sipakalebbi*, (2022). 6(2), 105-116.
- Siregar, Z. A. B., Muhibuddin, M., & Zainuddin, Z. Pendidikan Agama Bagi Anak Menurut Zainuddin Al-Malibari:(Analisis Kitab *Fath Al-Mu'in* Pada Bab Al-Shalat). *Seulanga: Jurnal Pendidikan Anak*, (2022). 3(2), 84-99.
- Sulastri, S., & Tarmizi, A. T. A. Peran Orang Tua Dalam Pendidikan Anak Usia Dini. *Raudhatul Athfal: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, (2017). 1(1), 61-80.
- Thaib, Hasballah. *Amaliyah Ramadhan dalam Pembahasan Al-Qur'an dan Sunnah*. Bandung:Citapustaka Media Perintis. 2013.
- Thaib, Hasballah. *Pendidikan dan Pengasuhan Anak Menurut al-Qur'an dan Sunnah* Medan:Pedana Publishing. 2012.