
Ragam Cara Mengenalkan Ibadah Puasa Ramadhan bagi Anak Usia Dini

Rendy Setyowahyudi¹

¹Universitas Pendidikan Ganesha

E-mail: rendy@undiksha.ac.id

Abstrak

Puasa merupakan salah satu ibadah yang menjadi tantangan bagi orangtua untuk mengenalkannya pada anak usia dini. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui ragam cara mengenalkan puasa ramadhan bagi anak usia dini. Jenis penelitian ini adalah penelitian kepustakaan (*library research*). Sumber data yang didapatkan dari dokumen pustaka seperti artikel jurnal dan web yang memuat ragam cara mengenalkan puasa ramadhan bagi anak usia dini. Teknik analisis data menggunakan analisis isi (*content analysis*) dengan cara menganalisis isi pesan suatu data. Hasil penelitian telah menemukan terdapat empat cara mengenalkan ibadah puasa bagi anak usia dini diantaranya mengajarkan anak puasa secara bertahap, mencontohkan dan melibatkan anak pada ibadah puasa, penggunaan film animasi dan penggunaan metode bercerita.

Kata Kunci: Ibadah, Puasa, Ramadhan, Anak Usia Dini

Abstract

Fasting is a workshop which becomes a challenge for parents to introduce it to early childhood. The purpose of this study was to find out various ways of introducing Ramadan fasting to early childhood. This research is library research. The data was collected from library documents such as journal articles and the website that contain various ways of introducing Ramadan fasting to early childhood. The data analysis technique used content analysis by analyzing the content of a data message. The results of the study have found that there are four ways ways to introduce fasting to early children in fasting, using animated films and using storytelling methods

Keywords: Worship, Fasting, Ramadan, Early Childhood

PENDAHULUAN

Anak usia dini mempunyai enam aspek yang harus dikembangkan (Sari, 2020). Keenam aspek tersebut adalah kognitif, fisik *motorik*, nilai agama moral, *social* dan emosional, bahasa dan seni (Setiyawati, Wulandari & Novitasari, 2021). Salah satu aspek perkembangan yang penting untuk dikembangkan adalah aspek nilai agama dan moral (Rizqina & Suratman, 2020). Aspek nilai agama dan moral

penting untuk dikembangkan karena dapat membentuk karakter baik anak sejak dini (Safitri, 2019). Dalam pembelajaran nilai agama dan moral, salah satu yang perlu dikenalkan pada anak usia dini adalah tentang ibadah sesuai agama masing-masing (Edukatif, 2022).

Salah satu ibadah yang perlu dikenalkan pada anak khususnya bagi yang beragama islam adalah ibada puasa di bulan Ramadhan. Puasa Ramadhan perlu dikenalkan pada anak karena kejelasan perintah atas kewajiban berpuasa yang tertuang dalam Al-Qur'an yaitu "Hai orang-orang yang beriman, diwajibkan atas kamu berpuasa sebagaimana diwajibkan atas orang-orang sebelum kamu agar kamu bertaqwa" (Q.S. Al Baqarah/2:183). Puasa adalah menahan diri dari segala sesuatu yang dapat membatalkan puasa, misalnya menuruti keinginan farji, syahwat dan perut mulai dari terbit fajar hingga terbenam matahari dengan niat yang khusus (Jazariyah et al, 2021).

Meskipun usia dini anak belum memiliki kewajiban untuk berpuasa di bulan Ramadhan, namun guru dan orangtua perlu mengenalkan ibadah tersebut kepada anak agar kelak anak sudah siap ketika harus saatnya ia berpuasa. Ibadah puasa yang perlu dikenalkan pada anak selain praktik ibadahnya, juga harus mengenalkan nilai-nilai yang ada di dalam ibadah tersebut (Saputra, 2016). Dengan berpuasa Ramadhan beberapa nilai yang akan anak dapatkan misalnya seperti membiasakan hidup sehat, melatih mengenal nilai nikmat, menanamkan kebersamaan dan persatuan, meningkatkan keimanan, menanamkan nilai sosial, membiasakan berbudi pekerti baik dan melatih berjiwa sabar (Syaifi, 2019).

Selama ini masih banyak orangtua dan guru yang masih kebingungan bagaimana caranya mengenalkan ibadah puasa pada anak usia dini (Lestari, 2021). Kebingungan tersebut dikarenakan karena kurangnya referensi dari hasil penelitian terdahulu yang memberikan solusi bagaimana cara mengenalkan ibadah puasa ramadhan bagi anak usia dini. Hasil penelitian terdahulu masih terbatas dalam menjelaskan cara mengenalkan ibadah puasa ramadhan pada anak usia dini. Sehingga, Guru dan orangtua masih banyak yang menggunakan cara tidak tepat untuk mengenalkan ibadah puasa pada anak usia dini. Padahal, mengenalkan

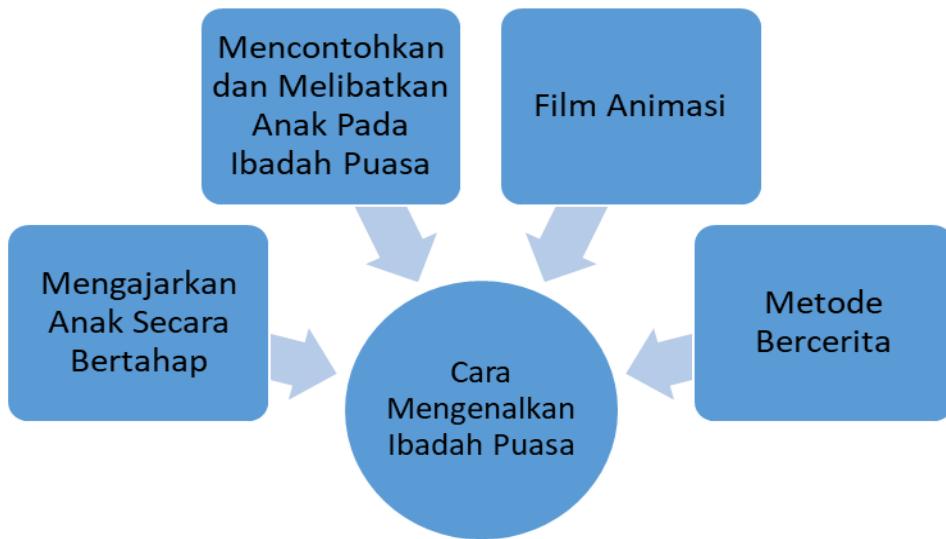
ibadah puasa pada anak usia dini haruslah dengan cara-cara yang menyenangkan seperti karakteristik anak usia dini yang masih belajar melalui kegiatan bermain. Untuk itu tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui ragam cara mengenalkan puasa ramadhan bagi anak usia dini. Penelitian ini penting untuk dilakukan sebab, diharapkan setelah mengetahui beragam cara mengenalkan puasa ramadhan bagi anak usia dini tersebut dapat memberikan referensi bagi orangtua dan guru agar tidak kebingungan atau salah menggunakan strategi untuk mengenalkan ibadah puasa bagi anak usia dini.

METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian kepustakaan (*library research*). Sumber data yang didapatkan dari dokumen pustaka seperti artikel jurnal dan web yang memuat ragam cara mengenalkan puasa ramadhan bagi anak usia dini. Teknik analisis data menggunakan analisis isi (*content analysis*) dengan cara menganalisis isi pesan suatu data. Penelitian dilaksanakan dalam waktu 2 bulan yaitu bulan mulai bulan Februari sampai Maret 2023. Pada bulan Februari di fokuskan untuk mengumpulkan sumber-sumber data yang mendukung terutama tentang ragam cara mengenalkan puasa ramadhan bagi anak usia dini. Kemudian pada bulan Maret di fokuskan untuk menyusun data dalam bentuk hasil penelitian dari berbagai sumber yang telah didapatkan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Setelah melalui proses pengumpulan, pengkajian dan pengolahan data yang telah ditemukan dari berbagai sumber seperti artikel jurnal, maka diketahui ragam cara mengenalkan ibadah puasa Ramadhan pada anak usia dini yang tergambar pada gambar berikut:



Gambar 1. Hasil Penelitian Cara Mengenalkan Ibadah Puasa

Mengajarkan Anak Secara Bertahap

Anak usia dini tidak berkewajiban berpuasa sebulan penuh, untuk itu ditemukan beberapa strategi orangtua dalam hasil penelitian terdahulu yang mengajarkan anak berpuasa secara bertahap sedikit demi sedikit mulai dari tahap yang mudah sampai tahap yang susah. Seperti hasil penelitian dari (Jazariyah et al, 2021) yang menemukan bahwa anak bisa diajarkan puasa dari tahap yang mudah seperti hanya berpuasa sampai dzuhur dalam beberapa hari saja, kemudian bisa ditingkatkan di tahun-tahun selanjutnya. Hasil penelitian tersebut juga di dukung oleh Azizah, Rosyidah & Kusumawardani (2022) yang menjelaskan bahwa mengenalkan berpuasa pada anak perlu dilakukan bertahap karena membutuhkan waktu adaptasi dari tubuh anak agar terbiasa. Senada dengan kedua penjelasan diatas, berpuasa juga harus dikenalkan secara bertahap agar ketika anak sudah masuk masa pubertas mereka telah terbiasa dan kuat menjalani puasa (Rahman & Masripah, 2021).

Mencontohkan dan Melibatkan Anak Pada Ibadah Puasa

Anak usia dini merupakan peniru yang baik (Widyastuti, 2018). Oleh karena anak merupakan peniru yang baik, maka salah satu cara yang dapat digunakan untuk mengenalkan puasa pada anak usia dini adalah dengan

mencontohkan langsung dan melibatkan anak pada ibadah puasa (Jazariyah et al, 2021). Orangtua dan guru merupakan *role model* yang sering ditiru oleh anak (Krisnawati & Rohita, 2021). Orangtua mulai dapat mencontohkan langsung tahap berpuasa dan melibatkan anak secara langsung misalnya saat sahur atau berbuka puasa (Jazariyah et al, 2021). Dengan terlibat langsung maka anak akan belajar melalui proses yang ia ikuti bersama orangtua.

Film Animasi

Memasuki era digital, mengenalkan puasa pada anak usia dini dapat dilakukan juga dengan cara yang mengikuti perkembangan zaman seperti misalnya menggunakan film animasi. Seperti hasil penelitian yang ditemukan oleh Sayekti (2019) yang menggunakan film animasi nussa dan rara untuk mengenalkan puasa pada anak usia dini. Dengan menonton film kesukaan anak, anak akan dengan mudah dikenalkan dengan salah satu ibadah yaitu puasa. Tentu penggunaan film animasi ini juga memerlukan bantuan orang tua sebagai pendamping yang akan menjelaskan seputar puasa pada anak saat anak menonton film tersebut.

Metode Bercerita

Salah satu cara yang telah ditemukan untuk mengenalkan ibadah puasa untuk anak usia dini adalah dengan menggunakan metode bercerita. Seperti hasil penelitian dari Rasyid (2022) yang mengatakan metode bercerita dapat meningkatkan kemampuan pengetahuan berpuasa pada anak usia 5-6 tahun di TK Aisyiyah Bustanul Athfal II Perumnas. Supaya perkembangan agama anak dalam hal meningkatkan kemampuan pengetahuan berpuasa dapat berkembang secara optimal, maka perlu kita sebagai orang tua maupun guru yang berperan penting dalam perkembangan anak melalui metode bercerita ini digunakan sebagai kegiatan pembelajaran karena selain menyenangkan, juga dapat melatih kemampuan anak dalam menyimak suatu topik yang diceritakan juga mampu mengembangkan keterampilan berkomunikasi melalui metode bercerita ini.

Aspek nilai agama moral perlu dimiliki anak usia dini (Permataputri & Syamsudin, 2021). Nilai agama moral bisa dimiliki anak dengan cara mulai

mengenal dan mempraktekkan ibadah sesuai agama anak masing-masing. Salah satu ibadah yang penting dikenalkan pada anak usia dini adalah ibadah puasa (Rasyid et al, 2022). Ibadah puasa perlu dikenalkan karena memiliki berbagai manfaat seperti manfaat fisik maupun psikis (Yulinar et al, 2022). Manfaat fisik yang didapatkan seperti mengistirahatkan alat pencernaan, meningkatkan daya serap makanan, menyimbangkan kadar asam dan basa dalam tubuh, meningkatkan fungsi organ reproduksi, meremajakan sel-sel tubuh, membuat kulit sehat dan berseri, meningkatkan daya tahan tubuh, memperbaiki fungsi *hormone*, sikap emosional, perilaku agresif, perilaku social, menjaga kesehatan gigi dan mencerdaskan otak.

Sementara manfaat psikisnya adalah mengantar sikap hidup takwa, mengenang sejarah perjuangan, menjalin kebersamaan, membangun kepercayaan diri, mengurangi tekanan jiwa, memupuk solidaritas *social*, pengendalian diri, dan stabilitas dunia, melatih kesabaran, menajamkan mata hati dan intuisi, pilihan hidup sederhana dan menjalin keakraban keluarga. Berdasarkan hasil penelitian ditemukan empat cara mengenalkan puasa ramadhan pada anak usia dini. Keempat cara tersebut adalah mengajarkan anak puasa secara bertahap, mencontohkan dan melibatkan anak pada ibadah puasa, penggunaan film animasi dan penggunaan metode bercerita.

Hasil penelitian tersebut sejalan dengan beberapa hasil penelitian sebelumnya yang meneliti bagaimana cara mengenalkan puasa untuk anak usia dini. Seperti penelitian dari Jazariyah et al (2021) yang menemukan bahwa mengenalkan puasa pada anak dapat dilakukan dengan cara mengenalkan secara bertahap puasa wajib di bulan ramadhan, melibatkan anak dalam kegiatan khusus di bulan ramadhan seperti sahur dan tarawih, mengajarkan niat serta doa berbuka puasa pada anak-anak dan mencontohkan bagaimana semestinya ketika berpuasa (tidak melakukan makan dan minum). Selain itu hasil penelitian ini juga sejalan dengan hasil penelitian Sayekti (2019) yang menemukan bahwa mengenalkan puasa pada anak dapat dilakukan dengan menggunakan film animasi dan

penelitian dari Rasyid (2022) yang menemukan mengenalkan puasa pada anak dapat dilakukan dengan menggunakan metode bercerita.

Implikasi dalam penelitian ini adalah hasil penelitian dapat digunakan sebagai referensi orang tua dirumah untuk mengetahui cara mengenalkan puasa Ramadhan pada anak usia dini. Sementara keterbatasan pada penelitian ini adalah belum mampu melakukan penelitian langsung fenomena pengenalan puasa bagi anak usia dini diluar sana. Sehingga rekomendasi selanjutnya yang bisa diberikan adalah untuk bisa meneliti langsung orangtua dengan beragam latar belakang untuk mendapatkan suatu cara yang baru terkait pengenalan ibadah puasa pada anak usia dini.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan diketahui bahwa terdapat empat cara mengenalkan ibadah puasa pada anak usia dini diantaranya mengajarkan anak puasa secara bertahap, mencontohkan dan melibatkan anak pada ibadah puasa, penggunaan film animasi dan penggunaan metode bercerita.

REFERENSI

- Azizah, N., Rafhani Rosyidah, P., & Kusumawardani, A. (2022). Sehat dengan Puasa Ramadhan pada Anak di TK Melati Siwalanpanji Buduran Sidoarjo. Kanigara, 2(2), 307-311.
- Edukatif, A. P. (2022). Pengaruh Alat Permainan Edukatif Kartu Bergambar Terhadap Moral dan Agama Anak Usia Dini. Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini, 6(3), 2052-2060.
- Jazariyah, J., Riani, E., Rumara, P. A. C., & Annisa, T. N. (2021). Strategi Pengenalan Konsep Berpuasa Ramadhan Pada Anak Usia Dini. AL-TARBIYAH: Jurnal Pendidikan (The Educational Journal), 31(2).
- Krisnawati, S., & Rohita, R. (2021). Peran Ayah Dalam Menanamkan Nilai Ibadah Pada Anak Usia 4–5 Tahun. Jurnal Anak Usia Dini Holistik Integratif (AUDHI), 3(2), 95-101.
- Lestari, D. (2021). Mengajarkan Berpuasa dengan Cinta pada Anak Usia Dini di Bulan Ramadhan pada Masa New Normal. PEMBELAJARAN DARING, 35.

- Permataputri, D. I., & Syamsudin, A. (2021). Pembelajaran nilai agama dan moral anak usia dini melalui metode montessori selama pandemi covid-19. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(2), 693-703.
- Rahman, A. A., & Masripah, I. (2021). Kecerdasan Emosi Anak Usia Dini dapat Mempengaruhi Pendidikan Agama Islam Pada Usia Remajanya. *Atthulab: Islamic Religion Teaching and Learning Journal*, 6(2), 222-231.
- Rasyid, M. R., Tahir, Y., Inayah, N., Patiung, D., & Thahir, I. N. (2022). Penerapan Metode Bercerita dalam Meningkatkan Pengetahuan Berpuasa Anak Usia 5-6 Tahun. *JURNAL SIPAKALEBBI*, 6(2), 105-116.
- Rizqina, A. L., & Suratman, B. (2020). Peran Pendidik Dalam Menanamkan Nilai Agama dan Moral Anak Usia Dini. *Didaktika: Jurnal Kependidikan*, 14(1), 18-29.
- Safitri, L. N. (2019). Pengembangan nilai agama dan moral melalui metode bercerita pada anak. *Golden Age: Jurnal Ilmiah Tumbuh Kembang Anak Usia Dini*, 4(1), 85-96.
- Saputra, M. A. (2016). Penanaman nilai-nilai agama pada anak usia dini di RA DDI Addariyah Kota Palopo. *Al-Qalam*, 20(2), 197-210.
- Sari, M. (2020). Peran orang tua dalam menstimulasi perkembangan bahasa anak usia dini. *Aulada: Jurnal Pendidikan Dan Perkembangan Anak*, 2(1), 37-46.
- Sayekti, O. M. (2019). Film Animasi “nussa dan rara episode baik itu mudah” sebagai sarana penanaman karakter pada anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Anak*, 8(2), 164-171.
- Setiyawati, A., Wulandari, R. S., & Novitasari, L. (2021). Pencapaian Aspek Perkembangan Anak Usia Dini Selama Pembelajaran Daring di Masa COVID-19. *MENTARI: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 1(2).
- Syaifi, M. (2019). Nilai-Nilai Pendidikan Islam Dalam Ibadah Puasa Ramadhan. *J. TARBAWI*, 7(02), 1-29.
- Widyastuti, A. (2018). Bahasa Positif Guru Dalam Bimbingan dan Konseling Membentuk Karakter Positif Anak Usia Dini. *Jurnal Fokus Konseling*, 4(1), 107-115.
- Yulinar, Y., Atika, R. A., Kurniawan, E., Syahrianursaifi, S., & Musran, M. (2022). Sosialisasi Pentingnya Menjalankan Ibadah Shalat dan Puasa Sebagai Upaya Meningkatkan Kesehatan Secara Fisik dan Psikis. *SELAPARANG: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 6(4), 1672-1675.