



## Bimbingan Orang Tua Dalam Menumbuhkan Kesadaran Berpuasa Pada Anak Di Kecamatan Ratatotok, Kabupaten Minahasa Tenggara

Received: 21<sup>th</sup> June 2023; Revised: 19<sup>th</sup> September 2023; Accepted: 29<sup>th</sup> September 2023

Permalink/DOI: <http://dx.doi.org/10.15548/6475>

### Olianda Adistiana

UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, Indonesia  
E-mail: [oliandaadistiana98@gmail.com](mailto:oliandaadistiana98@gmail.com)

**Abstract:** Bimbingan orang tua merupakan hal yang sangat penting bagi perkembangan anak khususnya dalam membentuk kesadaran melaksanakan kegiatan keagamaan terutama ibadah puasa. Hal ini karena keluarga merupakan lembaga pendidikan yang pertama bagi anak. Anak yang berada dalam posisi tingkat Sekolah Dasar (7-12 tahun) memiliki pengalaman agama yang dikatakan bebas, bisa bergaul dengan teman dari berbagai macam latar belakang agama, belum bisa membedakan sesuatu yang baik maupun tidak baik, bahkan anak-anak mendapatkan pelajaran agama lebih sedikit dari pelajaran umum. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui dan memahami tentang bimbingan orang tua dalam menumbuhkan kesadaran berpuasa pada anak di kecamatan Ratatotok, Kabupaten Minahasa Tenggara. Metode penelitian yang digunakan adalah kualitatif yang bertujuan untuk memahami fenomena yang terjadi di lokasi penelitian. Teknik pengumpulan data berupa observasi, wawancara, dan dokumentasi. Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa bimbingan orang tua dalam menumbuhkan kesadaran berpuasa pada anak dilakukan dengan dua tahap, yaitu yang pertama memperkenalkan puasa kepada anak dan yang kedua membiasakan anak dalam berpuasa. Dalam memperkenalkan puasa kepada anak orang tua memberikan penjelasan tentang makna puasa, memberikan contoh teladan yang baik dan memberikan media berupa tontonan film anak-anak yang berhubungan dengan puasa. Dalam tahap membiasakan puasa pada anak, orang tua menerapkan puasa secara bertahap dengan puasa beberapa jam, atau puasa setengah hari sesuai kemampuan anak tersebut.

**Kata kunci:** pendidikan keluarga, bimbingan orang tua, kesadaran berpuasa

**How to Cite:** Adistiana, O. (2023). Bimbingan Orang Tua Dalam Menumbuhkan Kesadaran Berpuasa Pada Anak Di Kecamatan Ratatotok, Kabupaten Minahasa Tenggara. *Al-Qalb: Jurnal Psikologi Islam*, 14(2). doi: <http://dx.doi.org/10.15548/6475>

### PENDAHULUAN

Anak adalah sebuah anugerah yang diberikan Tuhan kepada setiap orang tua. Dalam membentuk karakter anak, orang tua mempunyai tanggung jawab pertama

dan utama sebelum maupaun sedang dalam menempuh pendidikan di sekolah. Hal itu karena lingkungan keluarga merupakan tahap pendidikan yang pertama bagi anak. Waktu anak bersama keluarga juga lenih

banyak dibanding di sekolah. Maka dari itu, tanggung jawab utama keluarga adalah menciptakan landasan bagi pengajaran moral dan perspektif religius dalam kehidupan anak-anak. Contohnya termasuk ibadah, bahasa, dan etika sehari-hari, antara lain. (Sari & Zuliana, 2022).

Dari beberapa hasil pengamatan mengatakan bahwa anak yang berada dalam posisi tingkat Sekolah Dasar (7-12 tahun) memiliki pengalaman agama yang dikatakan bebas. Bebas artinya mereka bisa bergaul dengan teman sebaya dari berbagai macam latar belakang agama, belum bisa membedakan sesuatu yang baik maupun tidak baik, bahkan anak-anak mendapatkan pelajaran agama lebih sedikit dari pelajaran umum (Sutisna, 2019). Untuk itu, dalam proses perkembangan keagamaan khususnya dalam hal ibadah seperti sholat, puasa, tadarus Al-Qur'an, zakat dan sebagainya, tentunya butuh bimbingan khusus dari orang tua agar anak sejak kecil sudah terlatih dalam melaksanakan kegiatan keagamaan tersebut (Sutisna, 2019).

Anak lebih mudah menerima pengaruh dan pendidikan orang tua dan anggota keluarganya pada usia dini, maka pendidikan keluarga merupakan lembaga pendidikan dasar dan utama dimana anak diarahkan oleh semua pihak sejak usia dini dengan meletakkan dasar-dasar kepribadian. Gagasan "checks and balances" digunakan dalam pendidikan keluarga untuk menghentikan dampak negatif dari sikap anak. Checks and balances sangat penting dalam proses pendidikan karena, sejak lahir hingga remaja akhir, anak-anak tidak memiliki

landasan konsep moral yang akan mereka butuhkan sebagai orang dewasa. Oleh karena itu, kontrol orang tua sangat penting untuk memastikan bahwa mereka terus mempraktikkan apa yang telah mereka pahami dan amati dalam kehidupan keluarga, yang pada akhirnya akan melahirkan generasi militeris dengan keyakinan spiritual dan kesadaran sosial yang kuat (Hidayatullah, 2018).

Tugas orang tua mendidik anak juga disebutkan dalam Al-Qur'an dan Hadis. Bagaimana ketika Luqmanul Hakim memberikan pendidikan dasar kepada anaknya yang tertera dalam surat Luqman Ayat (12-18). Allah SWT juga tegaskan dalam al-Qur'an surat At-tahrim (66) ayat 6: " Hai orang-orang yang beriman periharalah dirimu, dan keluarga mu dari api neraka yang bahan bakarnya adalah manusia dan batu; penjaganya malaikat-malaikat yang kasar, yang keras, yang tidak mendurhalai Allah terhadap apa yang diperintahkan-Nya kepada mereka dan selalu mengerjakan apa yang diperintahkan". Kemudian dalam sabda Rasulullah Shallallahu Alaihi Wasallam "seorang suami adalah pemimpin dalam keluarganya, dan seorang istri adalah pemimpin dalam rumah tangga suaminya dan anaknya, maka ia akan ditanya tentang mereka" (HR.Bukhari dan Muslim). Beradasrkan beberapa dalil tersebut, maka hal ini menjadi keharusan dalam rumah tangga untuk selalu membimbing anak ke hal-hal baik yang berkaitan dengan kognitif, efektif maupun psikomotik (Rizky & Moulita, 2017).

Islam menetapkan bahwa pendidikan dapat ditanamkan sejak usia

dini bahkan perlu dilakukan pada saat embrio masih pasif dan tidak responsif (Kartikowati & Zubaedi, 2020). Hal ini berlaku juga pada pembiasaan anak dalam melaksanakan puasa. Puasa merupakan rukun Islam ke 4 yang diwajibkan kepada umat muslim terutama yang beriman, sebagaimana perintah dari perpuasa terdapat dalam Al-Qur'an surah Al-Baqarah: 183, "Hai orang-orang yang beriman, diwajibkan untukmu berpuasa sebagaimana telah diwajibkan pada orang-orang sebelumnya, mudah-mudahan kamu bertakwa". Mewajibkan berpuasa kepada anak tidak begitu mudah atau spontan, melainkan butuh bimbingan dan pembiasaan terlebih dahulu. Hal ini disebabkan puasa tidak hanya mencegah rasa lapar, tetapi juga semua keinginan lainnya, seperti kebutuhan untuk bangun sahur ketika saat anak sedang tidur lelap. Setiap orang tua pasti merasa senang dan bangga dengan anaknya jika sudah menunjukkan keinginan untuk belajar berpuasa dengan cepat. Puasa pada anak usia dini bukan merupakan kewajiban, tetapi orang tua harus melatih dan membimbing anak-anak mereka untuk menunjukkan bahwa mereka mampu melakukannya. Semuanya harus disajikan kepada anak-anak di saat usia dini, mulai dari bangun sahur hingga ikut berbuka puasa dan tarawih. Di saat umurnya telah cukup, maka anak dengan perasaan mantap ia menunjukkan kemampuannya berpuasa (Hayati, 2016).

Berdasarkan beberapa hal yang telah disebutkan sebelumnya, maka peneliti akan mengkaji tentang bagaimana bimbingan orang tua dalam menumbuhkan kesadaran berpuasa pada anak di

kecamatan Ratatotok, Kabupaten Minahasa Tenggara.

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif yang tidak mencari korelasi variabel atau menguji hipotesis, melainkan mencoba memahami peristiwa-peristiwa yang terjadi di wilayah penelitian dengan menggambarkannya dalam kata-kata atau narasi. Kesadaran orang tua dalam membangkitkan kesadaran anak di lingkungan tersebut dideskripsikan dengan menggunakan analisis deskriptif. Berdasarkan hal tersebut, peneliti akan mendeskripsikan dan mengkaji bagaimana bimbingan orang tua dalam menumbuhkan kesadaran berpuasa pada anak di kecamatan Ratatotok, Kabupaten Minahasa Tenggara (Sari & Zuliana, 2022).

Peneliti menggunakan observasi, wawancara, dan dokumentasi sebagai teknik pengumpulan data. Analisis data merupakan langkah penting dan signifikan dalam proses penelitian. Reduksi data, penyajian data, dan kesimpulan/verifikasi merupakan tiga aliran aktivitas yang bersamaan, menurut Miles dan Huberman, yang membentuk aktivitas analisis. Keabsahan data yang menggunakan sesuatu selain data untuk alasan pengecekan atau sebagai pembanding data diperiksa dengan menggunakan teknik triangulasi untuk mengecek data yang terkumpul dalam penelitian ini. Dengan demikian, triangulasi mengacu pada metode yang paling efektif untuk menghilangkan perbedaan dalam bagaimana realitas dibangun dalam konteks studi sambil mengumpulkan

informasi tentang berbagai peristiwa dan hubungan dari berbagai sudut pandang (Sari & Zuliana, 2022).

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Berdasarkan wawancara dengan orang tua yang mempunyai anak yang menempuh pendidikan di Sekolah Dasar, maka peneliti mendapatkan beberapa data sesuai fokus penelitian.

### **Bimbingan Orang Tua Dalam Memperkenalkan Puasa Pada Anak Di Kecamatan Ratatotok, Kabupaten Minahasa Tenggara**

Menurut Hadisubroto, ada dua anggota keluarga utama yang berperan dalam interaksi edukatif: orang tua dan anak. Masing-masing memiliki pekerjaan tertentu untuk dimainkan. Orang tua mendidik anak-anak mereka melalui mencintai, membimbing, mencontohkan dan menginstruksikan mereka. Anak-anak terlibat dalam kegiatan belajar mengajar melalui berpikir, bertindak, dan hidup di dalam dan menuju kehidupan mereka sendiri sebagai siswa pada waktu yang bersamaan (Warsah, 2020).

Model keteladanan merupakan salah satu metode yang efektif dalam membimbing anak. Hal ini karena anak-anak cenderung mengikuti dan meniru perbuatan orang dewasa sebagai kesempatan untuk membiasakan diri mereka beribadah (Kartikowati & Zubaedi, 2020). Hal tersebut sejalan dengan hasil wawancara pada Senin, 7 Juni 2023 dengan Ibu SS, beliau mengatakan “Dalam memperkenalkan puasa pada anak, saya menjelaskan apa itu puasa dengan menggunakan kata-kata yang mudah di

pahami. Kemudian kami sebagai orang tua selalu mencontohkan tentang hal-hal yang baik seperti kegiatan baca Al-Qur’an, sholat lima waktu dan lain-lain. Dari mencontohkan hal-hal tersebut anak akan dapat membiasakan dirinya sendiri melakukan ibadah-ibadah yang lain”.

Hal serupa juga di ungkapkan oleh Ibu IU, beliau mengatakan “awal-awal anak selalu bertanya kenapa kita harus nahan untuk tidak makan dan harus sahur. Saya berusaha menjelaskan bahwa puasa itu wajib dalam agama kemudian perlahan-lahan saya memberitahu tentang dalil Al-Qur’an yang membahas soal puasa. Pada saat saya lagi berhalangan (haid) , saya engga makan didepan anak dan selalu menemani anak sahur. Hal tersebut saya lakukan dalam rangka mendukung anak agar puasanya tetap kuat.” Kemudian hasil wawancara dengan Ibu RM, beliau mengatakan “Anak saya awal mula mengetahui puasa dengan menonton film anak-anak, seperti film upin-ipin. Dari film itu ia mengetahui kapan harus sahur dan kapan harus berbuka puasa”.

### **Bimbingan Orang Tua Dalam Membiasakan Puasa Pada Anak Di Kecamatan Ratatotok, Kabupaten Minahasa Tenggara**

Upaya orang tua untuk membentuk perilaku anak-anak mereka ke dalam pola religius dibantu oleh cita-cita religius yang sehat secara moral yang dipupuk melalui pendidikan dan pengembangan. Orang tua harus mendampingi anak dalam belajar membaca tingkah lakunya agar anak tidak melakukan perilaku yang menyimpang. Orang tua harus membantu anak melatih,

mengembangkan dan berperilaku sesuai dengan prinsip-prinsip agama. Untuk memaksimalkan fungsi keluarga dan mewujudkan keluarga yang sejahtera lahir dan batin, diperlukan pembinaan praktis yang intensif (Siswantara et al., 2023).

Berdasarkan hasil wawancara dengan Ibu IU, beliau mengatakan bahwa “Ketika anak saya umur 6 tahun, pembiasaan dalam berpuasa dilakukan secara bertahap. Pada dua minggu pertama, anak saya berbuka puasa jam 12 siang. Puasa setengah hari itu, saya hanya memberikan minum tetapi tidak memberikan makanan. Kemudian pada dua minggu berikutnya anak saya sudah terbiasa berbuka puasa sampai maghrib. Pada saat berpuasa, saya juga memberikan kegiatan yang bermanfaat kepada anak seperti les dan mengaji agar perhatiannya teralihkan”. Hal ini juga dijelaskan oleh ibu RM, beliau mengatakan “Saya membiasakan anak berpuasa ketika anak umur 5 tahun. Anak saya berpuasa sampai jam 10 pagi. Kemudian beberapa hari berikutnya sudah mulai sampai jam 12 siang. Saya tidak memaksa, kalau dia mampu sampai jam berapapun tidak apa-apa, yang penting sudah bisa latihan puasa.” Dalam hal pembiasaan ini juga disampaikan oleh ibu IT, beliau mengatakan bahwa “Pada awal anak mengenal puasa di umur 5 tahun (TK), minggu awal puasa anak di bolehkan untuk berpuasa setengah hari. Kemudian setelah itu anak saya sudah bisa berpuasa sampai maghrib. Hal ini karena anak saya mengalami pola makan yang sedikit, sehingga ia tahan untuk berpuasa berlama-lama”.

Istilah puasa setengah hari ini sering kita dengar dalam lingkungan masyarakat. Sebutan puasa setengah hari ini merupakan metode yang diajarkan orang tua kepada anak-anak yang mulai belajar untuk membiasakan diri berpuasa. Sebelum anak baligh, tidaklah dikenakan hukum wajib dalam berpuasa, namun orang tua berinisiatif untuk membiasakan sejak dini agar anak mengenal proses puasa yang akan wajib baginya dikemudian hari (Aditiya, 2022) .

Bimbingan secara umum dapat diartikan sebagai sesuatu bantuan yang diberikan seseorang dengan tujuan untuk mengembangkan kemampuan yang dimiliki, dapat mengenali dirinya sendiri, bisa menyelesaikan persoalan yang terjadi sehingga mereka dapat bertanggung jawab atas apa yang telah mereka ambil. Peran orang tua dalam membimbing anak merupakan hal yang sangat penting, karena orang tua merupakan orang yang paling dekat dengan anak yang mengetahui segala perkembangan yang dialami oleh anak. Orang tua memiliki tanggung jawab untuk mengajar dan membimbing anak-anak mereka ke arah yang benar. Kegiatan yang berkaitan dengan ibadah sangat istimewa bagi jiwa seorang anak. Hal ini disebabkan ketika seorang anak beribadah menandakan bahwa ia memiliki kontak pribadi dengan Allah SWT. agar merasa nyaman, aman, dan tenteram dalam menjalani kehidupan (Agustia et al., 2023).

Salah satu fungsi dari keluarga yaitu berperan dalam keagamaan anak. Agama adalah pondasi paling utama bagi anak. Untuk memperkenalkan agama kepada anak bisa melalui pembiasaan

dalam kegiatan sehari-hari, seperti sholat 5 waktu, berdo'a dalam melakukan aktifitas apapun, berinfak dan lain-lain. Kekuatan keagamaan merupakan landasan yang kuat bagi anak dalam bertindak dan memikirkan segala hal-hal dalam lingkungan sekitar (Asyukur et al., 2023).

Puasa adalah salah satu bentuk ibadah yang termasuk dalam rukun Islam ke empat. Puasa dalam Islam ialah menahan diri dari segala hal yang membatalkan puasa seperti makan, minum, hubungan suami istri dan memuntahkan diri dengan sengaja, dari semenjak terbit fajar sampai termenam matahari, bagi setiap orang Islam yang berakal dan tidak dalam kondisi Haid maupun nifas (Syamsuddin & Alim, 2022). Hal-hal yang membatalkan puasa diantaranya adalah makan dan minum, muntah dengan sengaja, bersetubuh, keluar darah haid atau nifas, gila, keluar manik secara sengaja dan berniat membatalkan puasa (Nurhayati & Sinaga, 2018).

Dalam menjalankan ibadah puasa merupakan hal yang tidak mudah karena terdapat syarat dan ketentuan. Hal tersebut mengharuskan orang tua untuk melatih anak sedini mungkin dalam menjalankan ibadah puasa agar anak terbiasa sampai ia dewasa. Para ualama salaf seperti Ibn Sirin, az-Zuhri dan asy-Syafii menganjurkan berpuasa bagi anak-anak.

Mereka menyuruh anak-anak berpuasa agar terlatih, terbiasa dan mampi melaksanakannya. Hal ini juga disampaikan oleh para ulama mazhab asy-Syafii membatasi waktu permulaan orang tua mengajarkan anak berpuasa pada umur tujuh atau sepuluh tahun seperti halnya shalat (Kartikowati & Zubaedi, 2020).

## **KESIMPULAN**

Bimbingan orang tua dalam menumbuhkan kesadaran berpuasa pada anak di Kecamatan Ratatotok, kabupaten Minahasa Tenggara dilakukan dengan dua tahap, yaitu tahap yang pertama memperkenalkan puasa kepada anak dan yang kedua tahap membiasakan anak dalam berpuasa.

Dalam tahap memperkenalkan puasa pada anak di kecamatan Ratatotok, Kabupaten Minahasa Tenggara, orang tua menerapkan beberapa metode yang efektif. Metode tersebut diantaranya adalah dengan memberikan penjelasan tentang makna puasa, memberikan contoh teladan yang baik dan memberikan media berupa tontonan film anak-anak yang berhubungan dengan puasa.

Kemudian dalam tahap membiasakan puasa pada anak di kecamatan Ratatotok, Kabupaten Minahasa Tenggara, orang tua menerapkan puasa secara bertahap dengan puasa beberapa jam, atau puasa setengah hari sesuai kemampuan anak tersebut.

## REFERENSI

- Aditiya, A. (2022). *Menulis Buku, Alternatif Bagi Guru*. CV Jejak.
- Agustia, N. R., Batubara, F. A., & Novianti, R. (2023). *Meningkatkan Kesadaran Beribadah Sholat Pada Anak Melalui Bimbingan Orang Tua*. PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Asyukur, T. A., Haddar, G. Al, Istiqamah, Fahmi, A. I., & Haridah. (2023). *Pendidikan Anak Dalam Keluarga*. PT Global Eksekutif Teknologi.
- Hayati. (2016). Metode Melatih Anak Berpuasa Bagi Pemula. *Serambi Tarbawi*, 5(1), 23–34.
- Hidayatullah, M. F. (2018). Paradigma Pendidikan Keluarga: Supervisi dan Motiv Keterlibatan Orang Tua dalam Pelaksanaan Ibadah. *Tarbiyatuna*, 2(1), 58–74.
- Kartikowati, E., & Zubaedi. (2020). *Pola Pembelajaran 9 Pilar Karakter Pada Anak Usia Dini Dan Dimensi-Dimensinya*. Prenadamedia Group.
- Nurhayati, & Sinaga, A. I. (2018). *Fiqih dan Ushul Fiqih*. Prenadamedia Group.
- Rizky, R. N., & Moulita. (2017). Penanaman Nilai-Nilai Islam Melalui Komunikasi Interpersonal Orang Tua Pada Anak. *Jurnal Interaksi*, 1(2), 206–219.
- Sari, I., & Zuliana, E. (2022). Bimbingan Orang Tua Dalam Menumbuhkan Kesadaran Beragama Remaja Di Desa Kramat Gajah Kecamatan Galang. *Tajribiyah : Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 1(1), 1–6.
- Siswantara, Y., Tribakti, I., Nuraini, N., Oktavia, N., & Hasni, K. (2023). *Pendidikan Keluarga*. PT Global Eksekutif Teknologi.
- Sutisna, U. (2019). Peran Orang Tua Terhadap Motivasi Anak Tentang Pengalaman Agama. *JIP STKIP Kusuma Negara Jakarta*, 10(2), 86–105.
- Syamsuddin, E., & Alim, A. S. (2022). *Panduan Praktis Ibadah Puasa*. Penerbit Elmarkazi.
- Warsah, I. (2020). *Pendidikan Islam dalam Keluarga: Studi Psikologis dan Sosiologis Masyarakat Multi Agama Desa Suro Bali*. Tunas Gemilang Press.
- Aditiya, A. (2022). *Menulis Buku, Alternatif Bagi Guru*. CV Jejak.
- Agustia, N. R., Batubara, F. A., & Novianti, R. (2023). *Meningkatkan Kesadaran Beribadah Sholat Pada Anak Melalui Bimbingan Orang Tua*. PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Asyukur, T. A., Haddar, G. Al, Istiqamah, Fahmi, A. I., & Haridah. (2023). *Pendidikan Anak Dalam Keluarga*. PT Global Eksekutif Teknologi.
- Hayati. (2016). Metode Melatih Anak Berpuasa Bagi Pemula. *Serambi Tarbawi*, 5(1), 23–34.
- Hidayatullah, M. F. (2018). Paradigma Pendidikan Keluarga: Supervisi dan Motiv Keterlibatan Orang Tua dalam Pelaksanaan Ibadah. *Tarbiyatuna*, 2(1), 58–74.
- Kartikowati, E., & Zubaedi. (2020). *Pola Pembelajaran 9 Pilar Karakter Pada Anak Usia*

*Dini Dan Dimensi-Dimensinya*. Prenadamedia Group.

Nurhayati, & Sinaga, A. I. (2018). *Fiqih dan Ushul Fiqih*. Prenadamedia Group.

Rizky, R. N., & Moulita. (2017). Penanaman Nilai-Nilai Islam Melalui Komunikasi Interpersonal Orang Tua Pada Anak. *Jurnal Interaksi*, 1(2), 206–219.

Sari, I., & Zuliana, E. (2022). Bimbingan Orang Tua Dalam Menumbuhkan Kesadaran Beragama Remaja Di Desa Kramat Gajah Kecamatan Galang. *Tajribiyah : Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 1(1), 1–6.

Siswantara, Y., Tribakti, I., Nuraini, N., Oktavia, N., & Hasni, K. (2023). *Pendidikan Keluarga*. PT Global Eksekutif Teknologi.

Sutisna, U. (2019). Peran Orang Tua Terhadap Motivasi Anak Tentang Pengalaman Agama. *JIP STKIP Kusuma Negara Jakarta*, 10(2), 86–105.

Syamsuddin, E., & Alim, A. S. (2022). *Panduan Praktis Ibadah Puasa*. Penerbit Elmarkazi.

Warsah, I. (2020). *Pendidikan Islam dalam Keluarga: Studi Psikologis dan Sosiologis Masyarakat Multi Agama Desa Suro Bali*. Tunas Gemilang Press.