



## 139252 - BAGAIMANA CARA MEMBIASAKAN ANAK-ANAK BERPUASA

---

### Pertanyaan

Saya mempunyai anak berumur 9 tahun. Saya ingin petunjuk cara membiasakan anakku berpuasa di Bulan Ramadan, insyaallah. Karena dia tahun lalu berpuasa 15 hari saja di bulan Ramadan?

### Jawaban Terperinci

Alhamdulillah.

Pertama,

Sangat menyenangkan kami melihat pertanyaan seperti ini, hal ini menunjukkan perhatian yang sangat besar kepada anak-anak dan pendidikan untuk taat kepada Allah Ta'ala. Hal ini termasuk nasehat orang yang menjadi tanggung jawab yang Allah berikan kepada kedua orang tua.

Kedua,

Anak berumur 9 tahun bukan termasuk mukallaf (terkenan beban kewajiban) menurut syara untuk berpuasa karena belum balig. Akan tetapi Allah Ta'ala membebani kedua orang tua untuk mendidik anak-anaknya dalam beribadah. Maka Allah Ta'ala memerintahkan mereka untuk mengajarkan shalat kepada mereka ketika berumur 7 tahun dan diperintahkan memukulnya ketika berumur 10 tahun. Sebagaimana para shahabat yang mulia radhiallahu anhum mengajarkan puasa kepada anak-anaknya sewaktu kecil untuk membiasakan dalam ketaatan yang agung ini. Semua itu menunjukkan perhatian yang besar terhadap keturunan agar tumbuh sebaik mungkin pada sifat dan prilakunya.

Dalam masalah shalat, Rasulullah sallallahu alaihi wa sallam bersabda:

مُرُوا أَوْلَادَكُمْ بِالصَّلَاةِ وَهُمْ أَبْنَاءُ سَبْعِ سِنِينَ ، وَأَضْرِبُوهُمْ عَلَيْهَا وَهُمْ أَبْنَاءُ عَشْرِ ، وَفَرِّقُوا بَيْنَهُمْ فِي الْمَضَاجِعِ (رواه أبو داود، رقم 495، وصححه الألباني في صحيح أبي داود)



"Perintahkan anak-anak kalian untuk (melakukan) shalat ketika mereka berumur tujuh tahun, dan pukullah mereka (ketika meninggalkan shalat) saat berumur sepuluh tahun. Dan pisahkan ranjang diantara mereka." (HR. Abu Daud, 495 dishahihkan oleh Al-Albany dalam shahih Abu Daud)

Dalam puasa, dari Rabi binti Mu'awwid radhiallahu anha, dia berkata:

أَرْسَلَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ غَدَاةَ عَاشُورَاءَ إِلَى قُرَى الْأَنْصَارِ الَّتِي حَوْلَ الْمَدِينَةِ : مَنْ كَانَ أَصْبَحَ صَائِمًا فَلْيُتِمِّمْ صَوْمَهُ ، وَمَنْ كَانَ أَصْبَحَ مُفْطِرًا فَلْيُتِمِّمْ بَقِيَّةَ يَوْمِهِ ، فَكُنَّا بَعْدَ ذَلِكَ نَصُومُهُ ، وَنُصُومُ صِبْيَانِنَا الصِّغَارِ مِنْهُمْ إِنْ شَاءَ اللَّهُ ، وَتَذْهَبُ إِلَى الْمَسْجِدِ ، فَتَجْعَلُ لَهُمُ اللَّعْبَةَ مِنَ الْعِهْنِ ، فَإِذَا بَكَى أَحَدُهُمْ عَلَى الطَّعَامِ أَعْطَيْنَاهَا إِيَّاهُ عِنْدَ الْإِفْطَارِ (رواه البخاري، رقم 1960 ومسلم، رقم 1136)

'Rasulullah sallallahu alaihi wa sallam mengirim utusannya pada siang hari asyuro (10 Muharam) ke desa-desa kaum Anshar di sekitar Madinah untuk mengumumkan, 'Barangsiapa telah berpuasa sejak pagi hari, hendaklah dia menyempurnakan puasanya. Barangsiapa yang pagi harinya berbuka, maka hendaknya puasa pada sisa harinya.' Maka setelah itu kita berpuasa, dan kami membiasakan anak-anak kecil kami untuk berpuasa insyaallah. Kami pergi ke masjid, lalu kami buatkan untuk mereka (anak-anak) mainan dari kapas yang berwarna. Kalau salah satu diantara mereka menangis karena (kelaparan). Kami berikan kepadanya (mainan tersebut) sampai berbuka puasa." HR. Bukhori, 1960 dan Muslim, 1136.

Umar radhiallahu'anhu berkata kepada orang yang mabuk-mabukan di bulan Ramadan, "Celakalah anda!! padahal anak-anak kami berpuasa!? Kemudian dia memukulnya (sebagai hukuman)." (HR. Bukhari -menggantung (mu'allaq)- bab Puasa Anak-anak).

Silakan lihat perincian hal itu di soal jawab no. [65558](#). Di dalamnya terdapat pelajaran penting..

Ketiga,

Terkait dengan metode pembiasaan anak-anak untuk berpuasa, coba perhatikan hal-hal berikut ini diantaranya,

1. Menjelaskan keutamaan puasa kepada mereka, bahwa hal itu termasuk sebab masuk ke dalam surga. Di surga ada pintu yang dinamakan Ar-Rayyan dimana hanya orang-orang puasa yang



masuk ke dalamnya.

2. Membiasakan sebelumnya untuk berpuasa seperti puasa beberapa hari di bulan Sya'ban agar tidak kaget dengan puasa di bulan Ramadan
3. Puasa pada sebagian siang, dan menambahi waktunya sedikit demi sedikit
4. Mengakhirkan sahur sampai di akhir malam, hal itu membantu puasa mereka di siang hari
5. Menyemangati mereka berpuasa dengan memberi hadiah yang diberikan setiap hari atau setiap minggu
6. Menyanjung mereka di depan keluarga sewaktu berbuka, ketika sahur. Hal itu dapat menaikkan semangat spiritualnya.
7. Mendorong semangat berlomba-lomba apabila dia mempunyai banyak anak tanpa harus mencela yang tertinggal.
8. Melalaikan rasa lapar dengan tidur atau dengan mainan murah yang tidak memerlukan tenaga. Sebagaimana para shahabat yang mulia melakukan terhadap anak-anaknya. Disana ada program anak-anak yang tepat. Film kartun di chanel islam yang terpercaya dapat menyibukkan mereka.
9. Diutamakan agar sang ayah mengajak anaknya -khusus setelah Ashar- ke masjid untuk ikut shalat, menghadiri pengajian, tetap di masjid untuk membaca Al-Qur'an dan zikir kepada Allah Ta'ala.
10. Mengkhususkan berkunjung di siang hari dan malam hari ke keluarga yang anak-anaknya berpuasa untuk memberi semangat kepada mereka terus melakukan puasa
11. Memberi imbalan kepada mereka dengan tamasya yang murah setelah berbuka puasa atau memasak makanan kesukaannya dan kue-kue, buah-buahan dan jus.

Perlu diperhatikan kalau sekiranya anak-anak merasakan kelelahan yang sangat, jangan dipaksa untuk menyempurnakan puasanya. Hal itu agar tidak menjadikan sebab dirinya benci beribadah



atau menjadi sebab berbohong atau timbulnya penyakit. Karena pada dasarnya, dia belum termasuk mukallaf (terkena beban kewajiban). Hendaknya masalah ini diperhatikan, jangan terlalu keras dalam memerintakkannya berpuasa.

Wallahu a'lam .