

## Sosialisasi Pentingnya Mengenalkan Kewajiban Berpuasa Pada Siswa-Siswi TK Kemala Bhayangkari 5 Palembang

Dewi Indasari<sup>1</sup>, Ayu Puspasari<sup>2</sup>, Liza Utama<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> Politeknik Negeri Sriwijaya, Indonesia

E-mail: [dewiindah.1972@gmail.com](mailto:dewiindah.1972@gmail.com)<sup>1</sup>, [LizaUtama07@gmail.com](mailto:LizaUtama07@gmail.com)<sup>2</sup>, [Ayupuspa1974@gmail.com](mailto:Ayupuspa1974@gmail.com)<sup>3</sup>

---

### Article History:

Received: 15 April 2025

Revised: 02 Mei 2025

Accepted: 06 Mei 2025

**Keywords:** *Perbuatan Amaliyah, Ihsan, Mencontoh puasa para Nabi*

**Abstract:** Bulan puasa Ramadhan bukan hanya milik orang-orang dewasa. Tapi juga anak-anak. Lihatlah, betapa mereka suka cita menyambut bulan suci ini. Tapi kapan mereka harus (dilatih) berpuasa? Pada usia berapa? Anak kecil laki-laki maupun perempuan jika sudah berusia lebih dari 7 tahun diperintahkan untuk berpuasa agar terbiasa. Orang tua hendaknya memerintahkannya sebagaimana memerintahkan untuk shalat. Wajib berpuasa jika sudah baligh. Orangtua hendaknya memerintahkan anak-anak nya untuk berpuasa dengan tujuan melatih dan membiasakan mereka mempraktikkan ajaran Islam dalam diri mereka hingga menjadi kebanggaan bagi mereka. Tetapi jika hal itu memberatkan atau membahayakan, maka mereka tidak harus melakukannya. Puasa anak kecil tidaklah wajib. Puasa tersebut bagi anak-anak itu ada pahala dan tidak ada dosa jika meninggalkannya. Anak kecil yang belum baligh tidak diwajibkan berpuasa, akan tetapi dilatih melakukannya, khususnya jika mendekati baligh, sehingga jika baligh hal itu sudah tidak berat lagi. Akan berbeda dengan yang tidak membiasakannya sampai dia baligh, nampak kesulitan dan terasa berat.

---

### PENDAHULUAN

Agama Islam merupakan satu system yang didalam nya terhimpun kerangka dasar yang mengatur manusia, baik hubungan manusia dengan tuhannya (vertical) maupun hubungan antar manusia, serta hubungan dengan alam/makhluk lainnya (horizontal). Aspek Iman merupakan landasan yang utama berisi ajaran-ajaran/ketentuan-ketentuan tentang akidah, aspek yang kedua adalah Islam aspek syariah dalam arti sempit, aspek kedua ini berisi ajaran/ketentuan yang mengatur perbuatan (amaliyah) manusia berlandaskan aspek pertama. Aspek ketiga adalah Ihsan berisi ajaran/ketentuan tentang etika dan akhlak. Ketiga aspek ini satu sama lain saling berkaitan, Iman yang benar dan kuat kepada Allah akan melahirkan perbuatan (amal )yang baik dan benar dalam bentuk ibadah (pengabdian) kepada-Nya. Ibadah yang benar kepada Allah akan melahirkan perilaku atau akhlak yang baik. Kalau diibaratkan sebuah pohon, aspek pertama adalah akar, aspek kedua daun aspek ketiga adalah buah. Kalau akarnya kuat (iman) maka

menumbuhkan daun (amal) yang baik dan lebat, daun yang lebat akan menumbuhkan buah (ihsan/akhlak) (Mardani, 2017:30)

Sikap hidup seseorang dapat bernilai benar dan dapat pula bernilai salah. Jika pandangan hidupnya benar maka sikap nya akan benar pula sebaliknya jika pandangan hidupnya salah maka sikap hidup dan perbuatannya akan terlahir prilaku yang salah pula. Dalam Q.S 7:172 mengisyaratkan bahwa manusia pada dasarnya sudah terikat pada perjanjian kepada Tuhan-Nya bahwa ia akan bertuhan kepada Allah, inilah pula yang dijadikan alasan pendapat ulama yang mengatakan bahwa (1) manusia pada dasarnya memiliki fitrah ketuhanan, (2) manusia itu pada dasarnya meyakini Tuhan Yang Maha Esa yang didalam konsep Islam adalah tauhid (Nurhasanah Bakhtiar, 2013:85). Oleh karena itu sebagai muslim yang taat dan bertaqwa maka adalah sebuah kewajiban untuk mendalami ajaran Islam dan berupaya untuk mengamalkannya dalam kehidupan sehari-hari, berangkat dari sinilah kami dari tim pengabdi Politeknik Negeri Sriwijaya tergerak untuk mensosialisasikan sekaligus mengenalkan adanya kewajiban berpuasa sejak dini kepada anak didik terutama siswa/I TK Kemala Bhayangkari 5 yang berlokasi di Komplek Brimob Bukit Besar Palembang walaupun ada diantara mereka yang sudah ber puasa namun belum penuh atau dikenal puasa setengah hari walaupun mereka sebenarnya belum diwajibkan berpuasa namun tetap diperbolehkan berpuasa agar nantinya terbiasa untuk melaksanakan puasa sebagai bentuk kewajiban dan taat dengan perintah tuhannya. Hal ini menunjukkan bahwa peran Pendidikan Agama sangat membantu dalam proses pembentukan akhlak individu yang tidak hanya cerdas, tetapi juga memiliki akhlakul karimah yang dapat dipahami serta diterapkan dalam kehidupan sehari-hari sehingga nantinya akan menghasilkan lulusan yang bukan hanya sebatas sebagai pengawal moral bangsa namun mampu bersaing dalam segala aspek kehidupan yangomenampilkan pribadi yang utuh sebagai seorang pelajar yang baik serta terhindar dari tindakan-tindakan amoral yang dapat merugikan diri sendiri serta Masyarakat serta berperilaku sesuai dengan ajaran agama (Ainah Mardhiah :2022)

## **TINJAUAN PUSTAKA**

### **A. Arti Puasa**

Puasa bukan hanya sekedar menahan makan dan minum saja namun menahan segala yang membatalkan puasa sejak terbit fajar sampai terbenam matahari.Kewajiban berpuasa telah dijelaskan allah dalam Q.S Albaqoroh ayat 183 :

**يَأَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ ١٨٣**

Artinya : “Hai orang-orang yang beriman, diwajibkan atas kamu berpuasa sebagaimana diwajibkan atas orang-orang sebelum kamu agar kamu bertakwa”

Melihat betapa pentingnya berpuasa maka sebagai orangtua harus mengajarkan berpuasa pada anak-anaknya, begitu cintanya allah terhadap orang yang berpuasa sehingga mengatakan bau mulut orang berpuasa lebih harum daripada orang yang meninggalkan puasa, hal ini sesuai dengan hadist rosulullah yang maksudnya adalah “bau mulut orang yang berpuasa lebih harum disisi allah daripada misik kasturi” (Shabri Saleh, 2016:73)

### **B. Hal-hal yang dapat membatalkan Puasa**

Berikut hal-hal yang membatalkan puasa diantaranya (1) makan dan minum dengan sengaja, (2) muntah disengaja, (3) berubah niat, (4) gila,

### **C. Manfaat Puasa**

1. Meningkatkan solidaritas dan persatuan , Kegiatan berpuasan dapat menjadi momen untuk

meningkatkan silaturrahmi dan solidaritas antar sesama muslim

2. Meningkatkan kepedulian social
3. Meningkatkan kesehatan

#### D. Rukun dan Syarat Puasa

(1) Niat puasa, (2) Menahan diri dari makan dan minum dari terbit fajar hingga terbenam matahari (3) Menahan diri dari hal-hal yang membatalkan puasa, (4) Berbuka puasa.. adapun syarat berpuasa adalah : (1) Beragama Islam, (2) Baligh, (3) Sehat fisik dan mampu berpuasa (4) Tidak ada yang menghalangi secara syar'I (Mesenu, 2019:301).

### METODE

Desain penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif-kualitatif dengan metode sosialisasi dan edukasi yang difokuskan pada pengenalan konsep ibadah puasa kepada anak usia dini(Sinera<sup>1</sup>, Ariani, Sari, Khoirul, & Anwar<sup>4</sup>, 2022). Tujuan dari pendekatan ini adalah untuk memahami secara mendalam proses, respon, dan dampak dari kegiatan pengenalan kewajiban berpuasa dalam konteks pendidikan agama Islam sejak dini(Suherlan, Adriani, Pah, & ..., 2022). Penelitian dilakukan dalam bentuk kegiatan pengabdian masyarakat yang bersifat partisipatif dan edukatif(Mariam, Purwinarti, Latianingsih, & ..., 2022).

Populasi dalam kegiatan ini adalah siswa-siswi TK Kemala Bhayangkari 5 Palembang, yang terdiri dari anak-anak berusia 4–6 tahun. Sampel dalam kegiatan ini diambil secara total (total sampling), yaitu seluruh siswa yang hadir saat kegiatan berlangsung. Jumlah peserta sosialisasi mencapai 40 anak, didampingi oleh para guru dan beberapa orang tua siswa yang turut serta dalam proses pendampingan selama kegiatan(Santoso & Rusmawati, 2019).

Instrumen yang digunakan dalam kegiatan ini adalah media edukatif berupa cerita Islami, buku bergambar, video animasi, serta simulasi puasa. Selain itu, pengamatan langsung terhadap sikap, partisipasi, dan antusiasme anak selama kegiatan juga dilakukan sebagai alat ukur kualitatif(Hasanah & Monica, 2023). Penilaian keberhasilan diukur berdasarkan keterlibatan aktif peserta, respons lisan anak terhadap materi, serta perubahan sikap sederhana seperti keinginan anak mencoba puasa setengah hari(Hasanah & Monica, 2023).

Prosedur kegiatan dimulai dengan penyampaian materi melalui cerita Nabi dan sahabat yang berpuasa, dilanjutkan dengan penayangan video pendek yang relevan. Anak-anak diajak bermain edukatif yang mengandung pesan nilai-nilai puasa, kemudian dilaksanakan simulasi puasa secara bertahap (misalnya sampai waktu dzuhur). Guru dan orang tua diberi peran untuk mendampingi dan memberikan teladan selama proses berlangsung. Dokumentasi dan refleksi kegiatan ditutup dengan pemberian apresiasi kepada anak-anak yang menunjukkan pemahaman dan partisipasi aktif(Syahputra & Putra, 2020).

### HASIL DAN PEMBAHASAN

Mengajarkan ketakwaan dalam beragama pada anak alangkah baiknya dimulai sejak usia dini. Salah satu bentuk ketakwaan yang perlu diajarkan adalah menjalankan ibadah puasa di bulan Ramadan. Salah satu cara memperkenalkan puasa pada anak yakni memintanya berpuasa setengah hari atau puasa beduk Dzuhur. Dengan demikian, puasa beduk sebenarnya sebatas latihan, bukan puasa sebagaimana yang disyariatkan dalam Islam yang mengharuskan seseorang untuk menahan lapar dan dahaga sejak terbit fajar sampai matahari terbenam. Dalam Islam, anak kecil yang belum baligh belum memiliki kewajiban untuk berpuasa karena ia tidak termasuk mukallaf. Rasulullah saw bersabda yang rtinya, “Kewajiban diangkat dari tiga orang, yaitu anak

kecil hingga ia baligh, orang yang tidur hingga bangun, dan orang gila sampai ia sadar.” (HR Abu Dawud dan Ibnu Majah)

Maksud dari hadits di atas yaitu anak kecil yang belum berusia baligh belum berkewajiban melaksanakan perintah agama seperti shalat lima waktu, berpuasa di bulan Ramadan, dan kewajiban lainnya. Namun, semua perintah dalam agama akan menjadi wajib ketika anak mencapai usia baligh. Meski anak yang belum berusia baligh tidak diwajibkan berpuasa, namun alangkah baiknya orang tua tetap mengajarkan puasa sedini mungkin agar anak jadi terbiasa nantinya

#### **A. Dasar Hukum diwajibkannya berpuasa**

Kewajiban berpuasa sudah Allah terangkan dalam Q.S. Albaqoroh ayat 183, ayat ini bukan hanya mengingatkan bahwa puasa adalah perintah Allah yang harus dijalankan dengan patuh dan sadar, bukan hanya sekedar menahan lapar dan haus tapi lebih kepada mendidik jiwa, melatih kesabaran serta mengendalikan nafsu

#### **B. Cara Mengenalkan Puasa Pada Anak**

1. Puasa bukan hanya sekedar menahan lapar dan haus namun lebih kepada memberikan pemahaman akan makna dan tanggung jawab seorang hamba kepada sang Khalik
2. Ciptakan suasana puasa yang menyenangkan.

Misalnya dengan cara orangtua menyediakan makanan favorit anak pada saat sahur dan berbuka atau mengajak anak untuk berbuka puasa diluar/ngabuburit

3. Memperkenalkan puasa secara bertahap

Misalnya dengan cara menyelesaikan puasanya sampai jam 12 siang, maka keesokan harinya jam nya dimajukan menjadi jam 2 siang dst. Sampai anak menjalani puasa dengan penuh Ibu juga harus memahami kondisi fisik anak, bias jadi diwaktu-waktu tertentu anak tidak bias menyelesaikan durasi pendek puasanya, jangan dipaksa karena anak sedang dalam masa yang membutuhkan nutrisi, Hal terpenting adalah anak mengenal esensi puasa dan melakukannya setahap demi setahap

4. Memberikan penghargaan.

Namanya juga anak-anak, sebagai apresiasi karena sudah terobsesi berpuasa maka tidak ada salahnya orangtua memberikan pujian atau hadiah kecil agar anak terpacu untuk berpuasa.

5. Memberikan teladan

Sudah semestinya orangtua memberikan teladan kepada anaknya bagaimana menjalani puasa yang benar, jangan sampai orangtua mengenalkan puasa pada anak tanpa memberikan teladan yang baik itu seperti apa. Menjalani puasa tidak luput dari asupan sehat dan rekomendasi makanan yang dapat meningkatkan sistem kekebalan tubuh selama menjalani puasa.

#### **C. Tujuan Mengenalkan Puasa**

1. Membiasakan ketaatan sejak dini. Melakukan puasa sedari dulu merupakan salah satu upaya untuk membentuk semangat ketaatan seorang anak kepada Allah swt. Jika sudah dididik sejak dulu, insya Allah akan membentuk karakter takwa pada diri si anak. Hal ini akan menjadi basis keimanan yang kuat untuk bekal menjadi manusia yang shalih dengan disiplin menjalani aturan-aturan syariat di kehidupan selanjutnya ketika sudah baligh (mukallaf).
2. Mengembangkan empati dan kedulian sosial. Maksudnya disini mengajarkan anak turut merasakan dan menghargai kondisi orang yang kurang beruntung, hidup serba

kekurangan sehingga sulit untuk mencari sesuap nasi, turut merasakan betapa beratnya menahan lapar dan dahaga, hal ini akan lebih berhasil bila dibarengi edukasi dari orangtua dan guru.

3. Membangun karakter dan disiplin. Berpuasa sejak usia dini juga mampu melatih kedisiplinan anak. Sebab, dengan berpuasa dia akan teratur bangun untuk sahur dan berbuka puasa jika sudah waktunya. Pola hidup yang konsisten ini jelas akan membentuk perilaku disiplin pada anak dan harapannya juga bisa diaplikasikan dalam kegiatan sehari-hari yang lebih kompleks.
4. Melatih mental. Membiasakan berpuasa sedari dini bagi anak-anak juga bisa membuat emosi dalam dirinya lebih stabil. Sebab, sebagaimana sudah banyak disinggung, emosi orang yang berpuasa lebih stabil dibanding saat tidak sedang berpuasa. Hal ini tentu akan mempercepat pendewasaan mental si anak.

#### **D. Metode Pengenalan Puasa Pada Anak**

1. Pendekatan Cerita, Menceritakan kepada kisah para nabi dan sahabat untuk dalam berpuasa untuk menarik minat anak misalnya Kisah Nabi Adam puasa 10 muharom karena telah dipertemukan kembali dengan siti hawa, Nabi Daud melakukan ibadah puasa satu hari berpuasa kemudian satu hari berbuka, Nabi Isa berpuasa selama 50 hari sepanjang tahun, Nabi Musa melaksanakan puasa 40 hari 40 malam, Nabi Idris melakukan ibadah puasa setiap hari sepanjang masa, Nabi Nuh melaksanakan puasa tiga hari setiap bulan sepanjang masa, Nabi Muhammad melaksanakan puasa sebulan penuh dibulan romadhan. Ibadah yang mereka lakukan tentunya memiliki hakekat sama yaitu mensucikan diri dan mendidik jiwa untuk menjadi seseorang yang dekat dengan sang pencipta
2. Pembelajaran visual
3. Dengan memutar video animasi serta menggunakan buku bergambar agar memudahkan anak memahami konsep puasa.
4. Simulasi puasa. Lakukan simulasi puasa dengan durasi yang lebih pendek secara bertahap agar anak terbiasa.
5. Permainan Edukasi. Gunakan permainan yang mengandung nilai-nilai puasa untuk menanamkan pemahaman yang menyenangkan

#### **E. Peran Orangtua dan Guru dalam kegiatan pengabdian ini**

1. Orangtua, berikan contoh nyata dalam menjalankan ibadah puasa serta menjelaskan manfaat dan hikmah dari ibadah tersebut.
2. Guru. Integrasikan materi berpuasa dalam kurikulum dan kegiatan belajar mengajar di sekolah (TK).

### **KESIMPULAN**

Dengan mengenalkan puasa pada anak sejak dini, anak akan terdidik menjadi pribadi yang sederhana dan tidak boros karena dengan menjalankan ibadah puasa yang mengharuskan anak menahan lapar dan dahaga akan lebih menghargai dan menyukuri apa yang dimilikinya disamping itu pula Agama merupakan benteng yang akan menjaga manusia dari perilaku negative. Bila anak sudah dibiasakan untuk melakukan ibadah puasa sejak dini, akan memicu anak untuk lebih mengenal dengan nilai-nilai agama hingga dewasa serta membentuk karakter anak dengan perilaku positif serta mengajarkan sabar dan menghargai waktu anak akan lebih terlatih untuk sabar dengan belajar menahan lapar dan dahaga sejak awal fajar hingga azan

magrib berkumandang. Kemudian anak akan lebih menghargai waktu, karena pada saat sahur anak dikondisikan untuk bangun lebih pagi dan tidak malas bangun.

Sejatinya, mengajarkan anak puasa sejak dini adalah hal yang baik untuk dilakukan. Selain memberikan pemahaman dan melatih fisiknya, puasa yang diajarkan kepada anak sejak usia dini dapat menjadi sebuah ibadah ataupun aktivitas yang ringan dilakukan ketika anak beranjak dewasa

## DAFTAR REFERENSI

- Hasanah, N., & Monica, A. (2023). Pengabdian Kepada Masyarakat: Pemilihan Pendekatan, Strategi, Model dan Metode Pembelajaran pada Penelitian Tindakan Kelas. *Jurnal Pengabdian Masyarakat* ..., (Query date: 2025-05-01 22:59:42). Diambil dari <https://pkm.binamandiri.ac.id/index.php/jpmm/article/view/122>
- Mariam, I., Purwinarti, T., Latianingsih, N., & ... (2022). Konsep pentahelix dan motivasi peserta pengabdian kepada masyarakat dalam meningkatkan potensi diri. ... *Bisnis dan MICE*, (Query date: 2025-05-01 22:59:42). Diambil dari <http://prosiding-old.pnj.ac.id/index.php/snrtb/article/view/5619>
- Santoso, A., & Rusmawati, Y. (2019). Pendampingan belajar siswa di rumah melalui kegiatan bimbingan belajar di Desa Guci Karanggeneng Lamongan. ... *dan Pengabdian Masyarakat*, (Query date: 2025-05-01 22:59:42). Diambil dari <http://pemas.uniska.ac.id/index.php/JAB/article/view/7>
- Sinera<sup>1</sup>, P., Ariani, D., Sari, F., Khoirul, M., & Anwar<sup>4</sup>, A. (2022). JURNAL PENGABDIAN MASYARAKAT INDONESIA. *JPMI*, (Query date: 2025-05-01 22:59:42). Diambil dari <https://scholar.archive.org/work/x3tvbuqqbra6rbx172qvjpsf2q/access/wayback/https://ejurnal.politeknikpratama.ac.id/index.php/jpmi/article/download/187/190>
- Suherlan, H., Adriani, Y., Pah, D., & ... (2022). Keterlibatan Masyarakat dalam Mendukung Program Desa Wisata: Studi Deskriptif Kualitatif pada Desa Wisata Melung, Kabupaten Banyumas. *BARISTA: Jurnal* ..., (Query date: 2025-05-01 22:59:42). Diambil dari <https://journal.poltekpar-nhi.ac.id/index.php/barista/article/view/623>
- Syahputra, A., & Putra, H. (2020). Persepsi masyarakat terhadap kegiatan kuliah pengabdian masyarakat (Kpm). *At-Tanzir: Jurnal Ilmiah Prodi* ..., (Query date: 2025-05-01 22:59:42). Diambil dari <https://ejournal.staindirundeng.ac.id/index.php/tanzir/article/view/349>
- Mardani, 2017. *Pendidikan Agama Islam Untuk Perguruan Tinggi*, Kencana, Jakarta.
- Mardhiah, Aina, 2022, *Evektivitas Pelaksanaan Puasa Ramadhan Sambil Bersekolah Pada Siswa SD di Banda Aceh*, Jurnal Intelektualitaa Prodi MPI Volume 11 No 1 Edisi Januari-Juni
- Mesenu, 2019, *Buku Ajar Pendidikan Agama Islam Kontemporer*, Uwais Inspirasi Indonesia, Ponorogo.
- Shabri Saleh Anwar dkk, 2016, *Pendidikan Keluarga Pendekatan Al-Qur'an dan Hadist*, Yayasan Para Wali, Jakarta.