

Membangun Aset Rumah tangga dengan Membiasakan Anak Berpuasa

Alhamdulillah, segala puji hanya kepada Allah SWT. Kita bersyukur hingga hari ini diberi kekuatan dan kesempatan untuk menjalani hari-hari Ramadhan dengan penuh amal kebaikan, marhaban ya ramadhan.

Sholawat dan salam kepada Rasulullah SAW nabi junjungan kita semua, yang mengisi Ramadhan dengan sepenuh amal yang berkah. Memberikan contoh kepada kita beragam amal yang disyariatkan dalam Ramadhan yang mulia. Semoga kita mampu meniru dan menjalankannya.

Pada kesempatan yang berbahagia ini, tulisan ini akan diarahkan pada pembahasan seputar puasa Ramadhan bagi anak-anak. Sebuah gambaran yang unik seringkali ditemui di jalan-jalan dan sekolahan. Kita melihat anak usia sepuluh tahunan, atau bahkan lebih dari itu yang dengan ringan menikmati makanan dan minuman yang segar di siang hari Ramadhan.

Tentu kita bertanya-tanya dalam hati, apakah yang membuat sang anak tersebut tidak berpuasa di hari-hari Ramadhan ini ? Seandainya saja karena sakit dan kondisi fisik yang lemah, tentulah kita tidak akan mempermasalahkannya. Jangankan anak kecil, orang dewasa yang sakitpun dibolehkan untuk berbuka oleh syariat Islam yang indah dan manusiawi. Maka pertanyaan selanjutnya adalah, apakah anak tersebut tidak pernah dilatih dan diperintahkan berpuasa oleh orang tua mereka ?

Inilah yang akan sedikit kita bahas dan renungkan pada kesempatan kali ini. Bagaimana sesungguhnya Islam memberikan pandangan seputar anak-anak dan puasa Ramadhan (baca: Tujuan Puasa Ramadhan).

Mungkin ada sebagian orang tua yang akan dengan mudah beralasan bahwa syariat Islam tidak mewajibkan anak-anak untuk berpuasa, sehingga tidak perlu tergesa-gesa menyuruh mereka berpuasa sebelum waktunya atau sampai usia baligh.

Alasan ini memang terlihat benar pada satu sisi, karena tidak ada kewajiban ibadah apapun –begitu pula puasa Ramadhan- kepada mereka yang belum baligh atau bermimpi basah. Rasulullah SAW bersabda :

رُفِعَ الْقَلَمُ عَنْ ثَلَاثَةٍ عَنِ النَّائِمِ حَتَّى يَسْتَيْقِظَ وَعَنِ الصَّبِيِّ حَتَّى يَشِبَّ وَعَنِ الْمَغْثُوهِ حَتَّى يَعْقِلَ

Diangkat pena catatan amal dari tiga orang : orang gila yang hilang akal nya sampai sadar kembali, orang tidur sampai ia bangun, dan anak kecil sampai ia bermimpi (baligh) (HR Abu Daud)

Lalu apakah kemudian kita berdiam diri tidak mengenalkan dan melatih anak kita berpuasa hingga waktunya tiba?

Tidak dan sekali-kali tidak. Ibadah dijalankan dengan ringan karena ada latihan dan pembiasaan. Begitu pula dan apalagi ibadah puasa yang sangat dominan sisi fisiknya. Jika tidak dibiasakan sejak dini, maka penundaan dari tahun ke tahun hanyalah mengakibatkan kesulitan yang bertambah-tambah.

Pepatah hikmah mengatakan dengan indahnya, bahwa mendidik anak saat kecil bagaikan mengukir di atas batu. Susah memang tapi masih memungkinkan untuk dilakukan. Sedangkan mendidik orang tua bagaikan mengukir di atas air, hampir-hampir tidak pernah kita bayangkan bagaimana melakukannya.

Rasa-rasanya tidak berlebihan jika kita mengatakan, bahwa anak-anak memang belum wajib untuk berpuasa, tapi sungguh para orang tua mempunyai kewajiban untuk mulai mengenalkan dan melatih anak-anaknya berpuasa.

Kewajiban ini sudah diisyaratkan begitu jelas dalam Al-Quran, sebagai panduan bagi orang tua untuk melakukan langkah-langkah yang jelas dalam mengarahkan anaknya dalam beribadah (baca: kewajiban puasa). Allah SWT berfirman :

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا قُوا أَنْفُسَكُمْ وَأَهْلِيكُمْ نَارًا

“Hai orang-orang yang beriman, peliharalah dirimu dan keluargamu dari api neraka” (QS At-Tahrim : 6).

Setiap orang tua yang mentadabburi dan memahami ayat ini tentulah segera tergerak dan merasa bertanggung jawab untuk mengenalkan ibadah puasa kepada anak-anaknya. Kita juga mempunyai contoh teladan dari Rasulullah yang mulia dalam masalah ini.

Bukan hanya dalam masalah ibadah, bahkan dalam masalah etika dan akhlak pun beliau telah mengajarkan kepada anak-anak yang belia, tanpa memandang usia apalagi baligh tidaknya.

Dalam suatu kesempatan makan bersama anak kecil, beliau mengajarkan kepada seorang anak tentang bagaimana adab makan. Beliau bersabda : “Wahai anakku, sebutlah nama Allah , makanlah dengan tangan kanan, dan makanlah yang dekat terlebih dahulu (HR Muslim). Hadits diatas menunjukkan bagaimana urgensinya memulai mengenalkan kebaikan sejak kecil.

Lalu bagaimanakah cara kita untuk mengenalkan dan melatih anak-anak kita berpuasa Setidaknya ada lima hal yang perlu kita cermati dalam masalah ini. Semoga kita bisa menjalankannya dengan baik dan istiqomah.

Memberikan pemahaman ringan seputar Puasa

Sungguh anak kecil usia tujuh tahun bahkan kurang, pada saat ini telah mampu dengan mudah untuk diajak dialog. Semakin ia mengetahui alasan dan pentingnya berpuasa, maka akan semakin mudah melatihnya berpuasa. Anak-anak kita pun akan menjalankannya dengan lebih ringan saat meyakini apa yang dilakukannya berpahala.

Saya jadi ingat lirik lagu Bimbo seputar anak-anak dan puasa, tentu kita semua masih mengingatnya dengan baik setiap Ramadhan hadir. “ Ada anak bertanya pada bapaknya .. buat apa berlapar-lapar puasa ? “. Dijawab oleh sang ayah : “ lapar mengajarkan rendah diri selalu .. “. Demikian seterusnya, kita bisa membahasakan urgensi puasa dalam ungkapan yang menggugah anak-anak kita dalam berpuasa.

Memberikan Motivasi Terbaik

Motivasi disini memang sangat unik jika terkait dengan anak-anak. Kebiasaan yang berlaku disekitar kita adalah memberikan hadiah kepad mereka yang bisa menuntaskan puasanya dengan sempurna. Maka jumlah hadiah disesuaikan dengan jumlah hari mereka berpuasa (baca: Keutamaan Puasa Ramadhan). Kebiasaan ini tidak sepenuhnya salah, namun motivasi disini tidak harus berupa barang dan materi yang itu-itu saja.

Mungkin saja kita bisa arahkan ke hadiah yang lebih baik dari itu semua, misalnya diberikan uang untuk bersedekah, uang untuk membeli buku, uang untuk infaq palestina.

Jadi pada satu sisi kita memotivasi, sisi yang lain juga mengarahkan kemana sebaiknya hadiah tersebut digunakan. Ini hanya sekedar contoh ringan, saya yakin bapak dan ibu sekalian lebih tahu hadiah yang terbaik buat anak-anaknya.

Persiapan Puasa yang Matang

Anak-anak kita dalam masa pertumbuhan yang sangat sensitif, mereka membutuhkan asupan gizi yang cukup. Jangan jadikan puasa sebagai hal yang membuat mereka kekurangan gizi dan menjadi lemah

Karenanya para orangtua hendaknya berlaku serius dalam mempersiapkan hidangan sahur bagi putra-putrinya. Pastikan bahwa mereka akan mampu menjalaninya dengan baik, karena kita telah menghidangkan modal yang cukup saat sahur dan berbuka.

Membuat Kesibukan yang Menyenangkan

Berpuasa seharian bagi sebagian besar anak kecil adalah sesuatu yang berat dan sangat menyiksa diri. Kita tidak bisa membiarkan mereka larut dalam kondisi sedemikian. Karenanya perlu dilakukan langkah dan upaya untuk menyibukkan mereka agar lalai dari rasa lapar dan dahaga. Inspirasi semacam ini bisa kita dapatkan dari bagaimana cara sahabat mendidik anaknya untuk berpuasa.

Sebuah riwayat shohih dari Rubayyi binti Muawidz, ia berkata:” Di pagi Asyura’ Rasulullah shalallahu ‘alaihi wa sallam mengirim utusan ke kampung-kampung Anshar :” Siapa yang pagi ini dalam keadaan puasa maka sempurnakanlah puasanya, dan barangsiapa yang pagi ini dalam keadaan tidak berpuasa, maka berpuasalah pada sisa hari ini. Dan kamipun melakukan puasa Asyura’.

Sebagaimana kami menyuruh puasa anak-anak kecil kami, dan kami beserta putra-putra kami berangkat ke masjid dengan menjadikan mainan dari kapas buat mereka, jika ada salah seorang dari mereka menangis minta makanan, kami berikan mainan itu kepadanya sampai masuk waktu berbuka” (HR Bukhari dan Muslim)

Melatih Secara Bertahap

Yang terakhir tentu saja kita harus meyakini pentingnya: Bertahap dalam Latihan berpuasa. Rasulullah SAW telah memberikan panduannya saat memerintahkan kita untuk mengajarkan anak kita melakukan ibadah sholat . Beliau bersabda dari lisannya yang mulia:

مُرُوا أَوْلَادَكُمْ بِالصَّلَاةِ وَهُمْ أَبْنَاءُ سَبْعِ سِنِينَ وَاصْرِبُوهُمْ عَلَيْهَا وَهُمْ أَبْنَاءُ عَشْرِ

“Perintahkanlah anak-anakmu untuk sholat saat usia tujuh tahun, dan pukullah mereka (jika tidak mengerjakannya) saat usia sepuluh tahun “ (HR Abu Daud)

Maka hendaknya latihan puasa dilakukan secara bertahap sesuai dengan kemampuan, dari tahun ke tahun ditargetkan ada peningkatan. Karenanya memulai sejak usia dini merupakan salah satu langkah sukses menuju tahapan-tahapan selanjutnya.

Kebiasaan masyarakat kita yang mengistilahkan “puasa sambung” dan “puasa mbedhug” atau berbuka saat dhuhur menjelang dan melanjutkan puasa setelahnya, ini menunjukkan sebenarnya langkah positif ini sudah dianut masyarakat kita dalam mengenalkan anak-anaknya berpuasa.

Referensi:

<https://www.tongkronganislami.net/tips-melatih-anak-berpuasa-di-bulan-ramadhan/>