

Riza Rahman: Puasa, Sebaiknya Dilatih Secara Bertahap

Sabtu, 27-05-2017

Anak sejak dini perlu ditanamkan pengetahuan tentang berpuasa, dimasukkan sedikit pengetahuan, bahwa itu kewajiban seorang muslim. Memang anak usia dini, tidak akan langsung bisa menangkap tentang arti puasa. "Paling tidak semampunya dulu untuk anak mengenal puasa dan praktiknya. Islam sendiri tidak bersifat memaksa," kata Ketua Masjid Al Jihad Banjarmasin, H. Riza Rahman, Lc

Riza mencontohkan bagi anak usia lima dan enam tahun, itu bisa saja berpuasa setengah hari atau beberapa jam dulu. Bisa juga supaya anak mau berpuasa diberi motivasi hadiah, agar anak-anak lebih bersemangat menjalankan ibadah puasa.

Patokan anak berpuasa, sambung Riza, seperti orang salat. Nabi meminta pada usia tujuh tahun anak diharapkan bisa salat. Dan usia 10 tahun, anak bisa dipukul dalam arti mengingatkan, agar anak menjalankan ibadah salat. "Para ulama ada kesamaan soal berpuasa, pada usia tujuh tahun, anak sudah benar-benar dikenalkan apa itu puasa," ujarnya.

Cara mengenalkan puasa kepada anak, sambungnya, hampir sama saat mengenalkan soal salat kepada anak. Tujuh sampai maksimal umur 10 tahun itu dirasa cukup untuk mengenalkan puasa secara keseluruhan. "Rasulullah sebenarnya sudah membuat standar pada usia tujuh tahun anak harus bisa salat. Dan, pada usia tujuh tahun harusnya anak sudah dikenalkan ibadah puasa," ujarnya.

Memperkenalkan puasa kurang dari tujuh tahun, sambungnya, akan lebih baik lagi. Misalnya pada usia tujuh tahun, anak berpuasa berapa jam dulu dan atau jika memungkinkan setengah hari berpuasa. "Sampai pada usia 10 tahun, anak sebaiknya sudah bisa berpuasa selama sehari penuh," ujarnya. Saat sahur pun, sambung Riza, anak juga perlu dibangunkan. Sebab, saat anak ikut makan sahur bersama orang tua, sudah merasa anak itu akan berpuasa meski secara fisik anak itu belum mampu berpuasa selama sehari penuh.

"Alhamdulillah, ada anak-anak kita yang umurnya baru 7 tahun, masya Allah sudah mampu berpuasa selama sehari penuh," ujarnya. Pada jenjang TK nol besar, lanjut Riza, anak sudah bisa dikenalkan berpuasa. Meski mampunya tiga sampai empat jam, itu tidak menjadi persoalan. Meski anak belum berpuasa sehari penuh, anak juga sebaiknya diajak berbuka puasa bareng, baik di rumah atau di masjid. "Anak juga perlu diajak bangun sahur dan diajak salat berjamaah di masjid, agar terbiasa," kata Riza

(ogi/serambi ummah)