

Nilai-Nilai Pendidikan Islam dalam Ibadah Puasa Serta Implikasi Terhadap Pembentukan Karakter

Sabpri Aryanto

Pascasarjana

IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung

Bangka, Indonesia

sabpriaryanto@gmail.com

Abstract

This article discusses the values of Islamic education in fasting and the implications for character building. As a religion full of educational and teaching values, Islam pays excellent attention to its adherents' improvement and personal development. Every form of worship always aims to educate and improve the servant himself. In this discussion, the library method is used to describe the analysis. Fasting will cause people to have strong principles, patience, and sincerity, not to give up, and have solidarity and love each other. From the study results, the researchers showed that the values of Islamic education in fasting include health education, education about the value of enjoyment, faith education, social solidarity education, and patient education.

Keywords: Islamic education values, fasting, character building

Abstrak

Artikel ini membahas tentang nilai-nilai pendidikan Islam dalam ibadah puasa serta implikasi terhadap pembentukan karakter. Sebagai agama yang sarat dengan nilai-nilai pendidikan dan pengajaran, Islam sangat memperhatikan perbaikan dan pembinaan diri dan pribadi pemeluknya. Setiap bentuk syariat ibadah di dalamnya selalu bertujuan mendidik dan memperbaiki diri hambanya. Dalam bahasan ini digunakan metode studi pustaka library research dengan menggunakan deskripsi analisis. Puasa akan menyebabkan orang untuk memiliki prinsip yang kuat, kesabaran, dan keikhlasan tidak menyerah dan memiliki solidaritas dan saling mencintai. Dari hasil penelitian tersebut, peneliti menunjukkan bahwa nilai-nilai pendidikan Islam dalam ibadah puasa meliputi, pendidikan kesehatan, pendidikan mengenal nilai kenikmatan, pendidikan keimanan, pendidikan solidaritas sosial dan pendidikan kesabaran.

Kata kunci : Nilai-nilai pendidikan Islam, puasa, pembentukan karakter

A. Pendahuluan

Kegagalan membentuk manusia dewasa dan berwatak mandiri ini kemudian diatasi atau diperkecil dengan melakukan program pendidikan karakter. Seorang penyair Arab Syauqi Bey pernah berkata bahwa “Sesungguhnya kejayaan suatu umat (bangsa) terletak pada akhlak/ karakternya. Jika itu telah runtuh, maka runtuh pulalah bangsa itu.” penyair Arab ini sangat relevan dengan hadis Rasulullah bahwa “Sesungguhnya aku diutus untuk menyempurnakan budi pekerti (HR Ahmad).” Ciri dasar yang membedakan dengan makhluk lainnya (termasuk binatang) adalah akhlak. Terjadinya krisis sosial masyarakat dan krisis budaya, serta hilangnya qudwah hasanah (teladan yang baik), akidah shahihah dan nilai-nilai islami. Ada juga yang melihat penyebabnya adalah karena salah membaca eksistensi manusia, sehingga salah pula melihat eksistensi anak didik. Kemunduran pada aspek ini menyebabkan krisis pendidikan akhlak dalam dunia pendidikan kita, sehingga dunia pendidikan di Indonesia tidak dapat menahan laju kemerosotan akhlak yang terus terjadi.¹

Dalam ibadah puasa terkandung nilai-nilai pendidikan yang diterapkan akan menjadi dasar kehidupan manusia dalam menjalankan kehidupan sehari-hari. Persoalan nilai-nilai pendidikan Islam tidak hanya persoalan kenyataan serta kebenaran ilmiah saja akan tetapi sangat berkaitan dengan permasalahan dalam penanaman dan penghayatan tentang pembentukan karakter secara efektif serta kognitif. Puasa merupakan pilar dalam agama Islam yang menjadikan kewajiban bagi setiap muslim untuk melaksanakan puasa sebagai petunjuk bagi umat muslim dalam mencapai serta meningkatkan keimanan dan ketaqwaan kepada Allah SWT, karena dengan berpuasa melatih manusia untuk menahan diri dari segala macam hawa nafsu.

Puasa dalam ajaran agama Islam bukan hanya terfokus pada kata menahan haus dan lapar saja, namun puasa dapat mendidik manusia untuk memiliki solidaritas yang tinggi dalam menghadirkan kepedulian yang tinggi antar sesama manusia dalam meningkatkan kesalehan sosial bagi umat muslim. Puasa menghadirkan hikmah serta nilai-nilai pendidikan Islam melalui kejujuran dan ketaqwaan kepada Allah SWT. Puasa sebagai sarana untuk mendidik dan melatih setiap manusia untuk tetap berbuat kebaikan yang nantinya akan menjadi bekal bagi setiap peserta didik dalam meningkatkan pendidikan Akhlak dalam meningkatkan nilai kejujuran, kedisiplinan, kesabaran dan nilai kepekaan sosial untuk membentuk karkater seseorang.

Puasa juga bagian dari meningkatkan pendidikan moralitas, karena puasa bisa dijadikan sebagai sarana latihan serta membiasakan kita untuk selalu bersikap sabar dan bersikap jujur serta meningkatkan keimanan dan ketaqwaan, bahkan selalu merasa diawasi oleh Allah SWT sebagai perbuatan. Maka dari itu melalui puasa kita harus menjadi manusia yang taqwa dan memahami nilai-nilai pendidikan yang terdapat pada ibadah puasa ramadhan yang telah kita jalani. Puasa meningkatkan

¹ Ulil Amri Syafri, *Pendidikan Karakter Berbasis Al-Qur'an* (Jakarta: Rajawali Pers, 2012), hlm. 1-2.

kemampuan dalam mengendalikan diri dan ini berarti puasa meningkatkan EQ. Puasa merupakan wahana penempatan mental untuk menghadapi perjuangan dan tantangan yang lebih berat. Puasa dapat melatih kedisiplinan dalam mengendalikan diri.²

Kita dapat belajar hidup sehat melalui ibadah puasa yang menghadirkan nikmat yang tidak dapat dinilai dengan apapun, karena puasa mensyaratkan manusia untuk menahan makan dan minum serta tidak melakukan perbuatan yang dapat membatalkan ibadah puasa yang dijalani, sehingga puasa dapat bermanfaat dalam menjaga kesehatan jasmani dan rohani setiap manusia yang menjalankan ibadah puasa.

Menurut Mat Syaifi, nilai-nilai pendidikan Islam yang terkandung dalam ibadah puasa yakni, menjadi motivasi bagi setiap mukallaf dalam menjalankan puasa dengan keikhlasan dan kesabaran dengan mengutamakan semangat tinggi penuh dengan harapan pahala, hikmah, dan keridhaan dari Allah Swt. Nilai-nilai pendidikan Islam dalam ibadah puasa meliputi dua bentuk nilai pendidikan dalam pembentukan karakter yakni, pendidikan jasmani dan pendidikan rohani.³

Dalam artikel ini digunakan jenis penelitian deskriptif kualitatif dengan *library research* untuk menyajikan konsep, perilaku, persepsi, dan persoalan tentang sesuatu yang diteliti berkaitan dengan nilai-nilai pendidikan Islam dalam ibadah puasa serta implikasi dalam pembentukan karakter. *Library Research* dapat mengkaji sumber-sumber tertulis yang telah dipublikasikan agar dapat mengumpulkan data yang akan penulis kembangkan dalam artikel ini. Penulis juga menggunakan metode dokumentasi dalam mengembangkan dan menganalisis data melalui pencarian data mengenai hal-hal berupa catatan, transkrip, buku, surat kabar, majalah dan pemikiran-pemikiran mengenai pendidikan Islam dalam ibadah puasa dalam pembentukan karakter.⁴

Puasa sebagai sarana efektif dalam menanamkan nilai-nilai pendidikan Islam untuk senantiasa menahan dan mengendalikan diri manusia, karena esensi dan tujuan puasa sendiri pada hakikatnya adalah untuk membentuk pribadi-pribadi yang bertaqwa kepada Allah swt dalam firman-nya agar kamu menjadi orang-orang yang bertaqwa. Puasa dapat menerapkan berbagai nilai-nilai pendidikan antara lain yakni, nilai pendidikan untuk berdisiplin, Meningkatkan keimanan dan ketaqwaan, Menanamkan nilai-nilai solidaritas sosial dan Melatih berjiwa sabar.

² Rahman, *Hikmah Puasa, Tinjauan Ilmu Kesehatan*, cet. Ke-2. (Jakarta: Al-Mawardi Prima, 2001), hlm.149-150.

³ Mat Syaifi, "Nilai-Nilai Pendidikan Islam Dalam Ibadah Puasa Ramadhan," *Jurnal Tarbawi* 07, no. 02 (2019): hlm.1.

⁴ Hadari Nawawi, *Metode Penelitian Bidang Sosial* (Yogyakarta: Gadjah Mada University Press, 1993), hlm. 30.

B. Pembahasan

1. Nilai-nilai Pendidikan Islam dalam Ibadah Puasa Ramadan ditinjau dari aspek Jasmani

a. Memberikan istirahat kepada alat pencernaan dan membebaskan tubuh dari racun

Puasa dapat memberikan sebuah pelajaran kepada manusia untuk senantiasa mengistirahatkan alat pencernaan yang selama ini digunakan tanpa memikirkan sebab dan akibat dari makan dan minum dalam satu tahun penuh, yang dimana kita ketahui bahwa alat pencernaan pun membutuhkan waktu untuk beristirahat. Dengan berpuasa melalui makanan yang masuk kedalam perut akan ditampung di lambung akan di proses selama kurang lebih 4 jam kemudian disempurnakan selama kurang lebih 4 jam di usus halus, kemudian alat pencernaan bekerja dan beristirahat sesuai waktu yang telah ditentukan dalam berpuasa, karena jadwal puasa yang mengistirahatkan alat pencernaan dimulai dari makan sahur pukul 03.00 sampai berbuka pukul 18.00.⁵

Rasulullah Muhammad Saw menegaskan tentang berpuasa yang dapat menjaga kesehatan selama proses waktu berpuasa. Bahkan para ahli dari Barat sangat meyakini dalam proses berpuasa ada proses mata rantai makanan yang hilang pada pola makan pada saat seseorang berpuasa. Puasa juga dapat memberikan kesempatan bagi tubuh kita agar dapat beristirahat terutama dari mengolah makanan serta minuman, dan pada saat berpuasa proses detoksifikasi secara alami dapat berjalan bahkan mendapatkan manfaat penuh untuk kesehatan.⁶

b. Puasa menjaga dari segala kebiasaan yang membahayakan

Kehidupan manusia sangat dipengaruhi oleh kebiasaan-kebiasaan dalam menjalankan kehidupan sehari-hari dan kehidupan sosial, terkadang manusia memaksakan diri untuk memenuhi kebutuhan secara berlebihan, contohnya makan yang berlebihan kebiasaan yang dapat membahayakan kesehatan bahkan dapat menyebabkan manusia obesitas dan bahkan sangat sulit untuk menghentikannya dengan tiba-tiba begitu saja. Berdasarkan riset dengan berpuasa dapat mendetok dari racun dan bakteri yang terdapat dalam tubuh, jika sering berpuasa baik puasa wajib maupun puasa sunah maka kebiasaan makan berlebihan dapat berkurang dan berangsur dapat mengurangi tingkat kecanduan pada pola makan yang tidak sehat.

⁵ A. Chodry Romli, *Risalah Puasa Ramadhan: Hukum-Hukum Puasa Dan Hikmahnya* (Surabaya: Pustaka Progresif, 1999), hlm.64.

⁶ Prita Dhyani Swamilaksita, "Pola Konsumsi Sehat Dan Ekonomis Selama Ramadhan," *Idea Pengabdian Masyarakat* 2, no. 03 (2022): hlm.159.

Ibadah puasa melatih manusia untuk melepaskan diri dari kebiasaan, karena dengan berpuasa aktivitas makan siang ditiadakan dan diubah waktunya pada saat matahari terbenam.⁷ Berdasarkan hal tersebut dapat kita ambil hikmah dari nilai-nilai pendidikan dari segi jasmani dapat membentuk karakter manusia agar terbiasa hidup sehat dengan makan dan minum yang halal terhindar dari berbagai macam jenis penyakit. Berpuasa dapat memelihara kesehatan badan/jasmani untuk menjaga kesehatan.

2. Nilai-nilai Pendidikan Islam dalam Ibadah Puasa Ramadan ditinjau dari aspek Rohani

a. Puasa sebagai pendidikan hawa nafsu

Dalam diri manusia ada nafsu, karena manusia tidak bisa hidup tanpa nafsu. Dalam hal puasa sebagai pendidikan hawa nafsu, Sidi Gazalba menjelaskan bahwa puasa bukanlah untuk mematikan atau melenyapkan atau melumpuhkan nafsu, akan tetapi berpuasa dapat mengendalikan diri dan mengontrol diri dari perbuatan yang merugikan manusia. Jadi dengan puasa orang dididik untuk mengendalikan hawa nafsunya, baik makan-minum dan nafsu seksual. Dengan berpuasa dapat mengendalikan nafsu tersebut untuk menjalankan perintah Allah SWT dengan menahan diri sejak terbit fajar sampai terbenam matahari.⁸

Puasa juga memelihara perut untuk tidak makan dan minum barang-barang yang diharamkan ketika berbuka puasa. Puasa tidak akan berarti jika tidak dapat menahan diri dari makan dan minum, karena perumpamaan orang yang berpuasa yakni, orang yang mendirikan mahligai (gedung besar) tetapi ia menghancurkan negeri.⁹

b. Puasa dapat mengendalikan emosi (marah)

Ketika amarah menguasai serta melingkupi diri manusia, maka ia akan mengambil bentuk sifat yang angkuh atau sombong serta menyingkirkan segala hambatan yang dapat mencegahnya mempengaruhi kehendak manusia, sehingga dapat menghasut dan mencelakakan lawan-lawannya tanpa pertimbangan sama sekali. Hal seperti ini terkadang dapat mendorong diri manusia untuk melakukan segala kejahatan yang mengandung akibat fatal dalam kehidupan.¹⁰

Berdasarkan hadis Nabi Muhammad saw, salah satu cara mengendalikan marah yakni dengan berpuasa:

Dari Abu Hurairah ra. Bahwaannya Rasulullah SAW bersabda: "Puasa itu benteng, apabila seseorang diantara kamu berpuasa hendaklah ia jangan

⁷ Toni Pransiska, *Peta & Risalah Ramadhan*, hlm.77.

⁸ Sidi Gazalba, *Azas Agama Islam* (Jakarta: Bulan Bintang, 1975),hlm.151.

⁹ Muhammad Jamaluddin, *Mawūzhatul Mu'iminin Min Ihya Ulumuddin* (Kairo: Al-Maktabah al-Tijariah al-Kubra, t.th),hlm.61.

¹⁰ Al-Ghazali, *Celanya Merah, Dendam Dan Dengki* (Jakarta: Pustaka Amani, 1989),hlm.633.

berlaku rafats dan jangan pula ia berlaku jahil. Apabila ada seseorang yang hendak membunuhnya atau mengangkat senjata kepadanya hendaklah ia berkata : Sesungguhnya aku ini sedang berpuasa (katakan dua kali). Demi Allah yang diriku berada dalam genggamannya, bau busuk orang mulut orang yang berpuasa itu lebih disukai Allah daripada bau kasturi, sebab ia telah meninggalkan makan, minum, dan syahwatnya karena aku; puasa yang seperti itu adalah untuk-Ku, dan akulah yang akan membalasnya, satu kegiatan akan dibalas dengan sepuluh kali lipati. (HR. Bukhari).

3. Nilai Pendidikan Islam dalam Ibadah Puasa Terhadap Pembentukan Karakter

Nilai-nilai ibadah puasa dapat berimplikasi terhadap pendidikan karakter yaitu antara lain :

a. Puasa Pendidikan untuk Berdisiplin

Melalui puasa, tubuh manusia dapat mengontrol dan bahkan istirahat dari mengolah makanan serta minuman yang selama ini kita konsumsi tanpa ada batasan, sehingga berpuasa membuat tubuh dapat mendetoksifikasi secara alami, karena akan memperbaiki berbagai gejala penyakit yang dialami manusia, apalagi saat berpuasa terkadang tidak kita sadari bahwa puasa dapat mengobati berbagai penyakit ditubuh kita secara alami.

Bagi orang beriman selain mendetok kesehatan alami puasa juga menahan hawa nafsu, maka dari itu sangat penting untuk membentuk kedisiplinan yang tinggi dalam menjalankan ibadah puasa. Karena saat puasa maka manusia akan dilatih untuk disiplin melalui berbagai rangkaian yang harus dilalui mulai dari sahur dan berbuka puasa pada saat waktu yang telah ditentukan, menanamkan nilai kedisiplinan bukan hanya saat ramadhan saja akan tetapi harus berkomitmen untuk terus disiplin waktu. Karena salah satu aspek yang sangat melekat dalam pendidikan karakter pada peserta didik sangat diperlukan penanaman sikap disiplin.¹¹

Puasa ramadhan mempunyai nilai dan unsur melatih untuk mendidik manusia dalam kedisiplinan, karena manajemen waktu harus dimanfaatkan ketika berpuasa dengan sebaik-baiknya agar menghadirkan sikap yang berdedikasi serta disiplin yang tinggi dalam memanfaatkan waktu yang sangat berharga. Karena puasa sebagai sarana membangun budaya disiplin yakni, disiplin mentaati perintah Allah SWT disiplin dalam mengelola diri, berdisiplin untuk selalu jujur dan disiplin membiasakan diri salah satunya disiplin dalam menjalankan ibadah sehingga dapat membentuk karakter manusia untuk selalu taqwa. Puasa ramadhan bukan hanya menekankan pada menahan diri dari makan dan minum saja, puasa juga bagian dari

¹¹ Itsnai ftayan Widyaning Hapsari, "Model Pendidikan Karakter Pada Anak Usia Dini Melalui Program Islamic Habituation," *Jurnal Indigenous* Vol. 1 No. (2016): hlm.9.

melatih keimanan, pembinaan mental (jiwa), akhlak (moral) dan pembentukan karakter diri manusia.¹²

b. Puasa Pendidikan untuk Meningkatkan Iman dan Taqwa

Puasa menjadi tolak ukur meningkatkan keimanan dan ketaqwaan, karena keimanan yang kuat akan menjadikan segala urusan semakin ringan untuk dilaksanakan termasuk menjalankan ibadah puasa ramadhan. Karena dalam konteks puasa bagian dari melatih dan meningkatkan kesadaran akan keimanan dan ketaqwaan setiap manusia kepada Allah SWT. Oleh karena itu, ibadah puasa yang sedang kita jalani merupakan proses untuk meningkatkan kualitas iman menjadi taqwa kepada Allah SWT.

Selama menjalankan ibadah puasa dapat melatih manusia untuk mempertanggungjawabkan kualitas ibadah manusia selama berpuasa, karena selain mengajarkan manusia banyak hal tentang kebaikan maka manusia kita harus berbuat baik antar sesama serta harus terus bersyukur kepada Allah SWT atas segala nikmat yang telah diberikan. Puasa dan pendidikan sama-sama memiliki tujuan yang sangat mulia yakni meningkatkan ketaqwaan untuk menjadi lebih baik pada sikap maupun tingkah laku. Semoga dengan momentum puasa ramadhan kita dapat memanfaatkan waktu untuk berbuat kebaikan di jalan Allah SWT dengan tetap meningkatkan keimanan dan ketaqwaan. Pengajaran nilai-nilai pendidikan Islam dalam ibadah puasa mampu memberikan pandangan hidup yang kuat berdasarkan nilai keislaman berpikir serta bertindak sesuai dengan norma keislaman atau pribadi berdasarkan ajaran Islam.¹³

c. Puasa Pendidikan Solidaritas Sosial

Bulan ramadhan penuh dengan kemuliaan serta pahala yang berlimpa, kemuliaan bulan ramadhan bagian dari motivator kesadaran sosial. Karena puasa dapat mendorong manusia untuk berperilaku sosial untuk berkumpul dan berinteraksi dengan orang lain tidak mengedepankan rasa kebencian, iri maupun dengki kepada sesama manusia. Puasa sebenarnya mendidik manusia untuk memiliki solidaritas sosial yang tinggi dan kepedulian terhadap sesama, karena hikmah dari nilai pendidikan ini harus dilatih untuk berbagi dengan sesama serta mendidik manusia untuk berjiwa peka memiliki solidaritas sosial yang tinggi terciptanya kedamaian dan kerukunan bermasyarakat. Karena manusia makhluk yang harus hidup dengan sesamanya dan selalu membutuhkan kerjasama dengan sesamanya.¹⁴

Setiap Muslim di muka bumi ini dilatih berproses menuju kebaikan untuk meningkatkan solidaritas sosial agar menjadi insan yang mampu

¹² Cucu Retno Yuningsih, "Peran Nilai-Nilai Puasa Ramadhan Bagi Pendidikan Karakter Siswa Sekolah Dasar," *Jurnal Edukasi Sebelas April* 3, no. 1 (2017): hlm.70, <https://jurnal.stkip11april.ac.id/index.php/JESA/article/view/19>.

¹³ Imam Subqi, "Pola Komunikasi Keagamaan Dalam Membentuk Kepribadian Anak," *INJECT (Interdisciplinary Journal of Communication)* 1, no. 2 (2016): hlm.165.

¹⁴ Umi Hayati, "Nilai-Nilai Dakwah; Aktivitas Ibadah Dan Perilaku Sosial," *INJECT (Interdisciplinary Journal of Communication)* 2, no. 2 (2017): hlm.176.

merasakan derita sesama manusia sehingga menghadirkan sikap ta'awun (saling tolong menolong antar sesama dan bekerjasama antar sesama dengan tulus dan baik tanpa mengharapkan imbalan). Kalau dia berilmu maka harus mau mencerdaskan orang lain dengan ilmunya, dan bahkan apabila dia berkecukupan dalam apa saja terpanggil untuk menolong antar sesama untuk melengkapi kekurangan bagi yang membutuhkan.

Allah SWT berfirman dalam Q.S Al Maidah yakni:

وَتَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَالتَّقْوَىٰ وَلَا تَعَاوَنُوا عَلَى الْإِثْمِ وَالْعُدْوَانِ وَاتَّقُوا اللَّهَ ۖ إِنَّ اللَّهَ شَدِيدُ الْعِقَابِ

Artinya : Tolong-menolonglah kamu dalam (mengerjakan) kebajikan dan takwa, dan jangan tolong-menolong dalam berbuat dosa dan permusuhan. Bertakwalah kepada Allah, sesungguhnya Allah sangat berat siksaan-Nya.

Sikap ta'awun atau soldaritas sosial yang luhur itu merupakan hasil dari proses transedensi (hablu min Allah) yang membuahkan sifat kemanusiaan yang luhur (hablu min al-nas) yang bersifat serba utama. Melalui puasa yang menumbuhkan semangat solidaritas sosial, akan tercipta kehidupan sosial yang religius, bermoral, demokratis, harmoni, kebersamaan, toleransi, dan saling menjunjung tinggi martabat kemanusiaan tanpa diskriminasi. Nilai-nilai kebaikan tersebut bagi setiap Muslim yang berpuasa akan tercermin dalam perilaku yang tulus, jernih, kata sejalan dengan tindakan, serta tidak mengada-ada sebagai sebuah sikap yang semu dan sesaat. Dengan demikian, akan tercipta kehidupan manusia yang bermakna di dunia dan akhirat.

Dalam Islam, *hablu min Allah* itu harus tecermin dalam hablu min al-nas, begitu pula sebaliknya (QS Ali Imran: 112). Artinya, setiap Muslim yang melakukannya memang lahir dari panggilan iman dan ketauhidan yang kuat sehingga membentuk solid- daritas sosial yang kuat, jernih, dan serbabaik. Melalui puasa yang menumbuhkan semangat solidaritas sosial, akan tercipta kehidupan sosial yang religius, bermoral, demokratis, harmoni, kebersamaan, toleransi, dan saling menjunjung tinggi martabat kemanusiaan tanpa diskriminasi. Untuk itu sikap yang diperlukan bagi seorang muslim dalam merespon kemajemukan dan perbedaan adalah dengan memandangnya secara positif.¹⁵

Lebih jauh, puasa juga mendidik seorang hamba tidak saja memiliki empati kepada sesama Muslim, tetapi juga manusia pada umumnya tanpa melihat latar belakang agama. Sudah barang tentu, orang yang berpuasa seharian di bulan Ramadhan akan merasakan beratnya menahan lapar dan dahaga. Apalagi jika sudah memasuki waktu dzuhur rasanya badan sudah lemas-lunglai dan lain sebagainya. Dengan pengalaman demikian

¹⁵ Irma Novayani, “Pembelajaran PAI Berbasis Multikultural,” *Tadrib* 3, no. 2 (2017): hlm.235.

seharusnya bisa menumbuhkan rasa empati kepada diri seorang Muslim bahwa menahan rasa lapar itu begitu berat.

d. Puasa Pendidikan Kesabaran

Puasa merupakan ibadah untuk menahan diri dalam proses menjalani ibadah puasa sehari penuh serta dapat mencegah keinginan yang harus ditunda sampai waktunya berbuka puasa dan bukan hanya ini saja karena puasa dapat mengontrol seseorang agar tidak bersikap marah, karena dengan berpuasa maka diingatkan untuk selalu bersabar agar pahala berpuasa tidak berkurang. Puasa merupakan pendidikan kesabaran yakni, intinya dapat melatih kesabaran dan penuh dengan nilai-nilai kemuliaan yang didapatkan selama menjalani ibadah puasa. Hal ini bagian dari pendidikan kesabaran dalam menjunjung tinggi dengan penanaman nilai-nilai kemuliaan yang luhur dalam pembentukan karakter.¹⁶

Oleh karena itu, dalam mendidik kesabaran harus menanamkan nilai kebaikan dan menjalankan perintah Allah SWT, karena dari menahan hasu dan lapar kita juga harus menahan hawa nafsu dan harus melatih kesabaran sampai waktu berbuka puasa tiba. Puasa juga dapat dijadikan sebagai ajang membentuk pribadi yang bertaqwa kepada Allah SWT. Bahkan selama proses meningkatkan kesabaran, dengan bersabarlah masalah apapun bisa teratasi, dengan berpuasa penuh keihlasan untuk mengharap rida Allah SWT maka kita telah mendapatkan separuh kesabaran karena kemenangan itu sesungguhnya datang dengan kesabaran.

Puasa mendidik agar memiliki sifat jujur, karena itu ibadah puasa ini sering disebutkan ibadah rahasia. Kalau kita melakukan shalat, melaksanakan ibadah haji, atau membayar zakat, orang lain dapat menyaksikannya. Namun bagi ibadah puasa ini tidaklah mudah untuk mendeteksinya. Dengan melaksanakan puasa, pada hakekatnya membentuk jiwa, kepribadian, sikap dan perilaku manusia ideal dan pada gilirannya membentuk manusia yang tangguh.¹⁷

Dari nilai-nilai pendidikan Islam diatas maka kita sebagai manusia harus mempertahankan nilai-nilai religius dalam menjalankan ibadah puasa ramadhan, selama proses menuju kebaikan maka pengamalan pembacaan al-quran serta meningkatkan ketaqwaan dan keimanan harus ditingkatkan baik selama puasa ramadhan yang berlangsung serta dalam kehidupan sehari-hari kita juga harus meningkatkan kebaikan dengan menjalankan perintah Allah SWT. Apalagi puasa mendidik kita pada tingkatan spiritualitas yang tertata dengan baik dan akan lebih mudah untuk menata kehidupan baik bermasyarakat maupun bernegara.

Nilai-nilai pendidikan karakter dalam ibadah puasa mampu mengubah serta membentuk dan mendidik manusia menjadi makhluk

¹⁶ Syaifi, "Nilai-Nilai Pendidikan Islam Dalam Ibadah Puasa Ramadhan."

¹⁷ Syahrudin Siregar, dkk, *Nasihat Para Ulama: Hikmah Puasa...*, hlm. 65.

berkualitas baik dari segi pribadi maupun sosial. Ibadah puasa secara tidak langsung mengajarkan bagi para pelakunya untuk mempunyai karakter yang unggul yang terkandung dalam ibadah puasa akan meresap ke hati, pikiran dan perilaku orang yang menjalankannya.

Nilai-nilai karakter yang terdapat dalam ibadah puasa ini dapat digolongkan dalam empat kategori yakni, puasa mendidik untuk berdisiplin, puasa mendidik untuk meningkatkan Iman dan Taqwa, puasa menempa solidaritas sosial dan puasa mengajarkan kesabaran. Keseluruhan dari nilai karakter ini akan mampu meresap dalam hati, ucapan dan perilaku seseorang manakala dia melakukan ibadah puasa dengan sungguh-sungguh sesuai dengan kurikulum dalam ibadah puasa itu sendiri.

C. Kesimpulan

Dari pembahasan diatas tentang nilai-nilai pendidikan Islam dalam ibadah puasa serta implikasi terhadap pembentukan karakter, maka dapat penulis tarik kesimpulan yakni, Puasa mendidik untuk berdisiplin, puasa mendidik untuk meningkatkan Iman dan Taqwa, Puasa pendidikan solidaritas sosial dan puasa pendidikan kesabaran.

Nilai-nilai terpenting dalam hidup manusia dan yang paling banyak menjadi sasaran ibadah puasa adalah nilai moral (karakter). Di dalam Islam, unsur moral memegang peran penting, hingga Nabi SAW menjadikan perbaikan akhlak sebagai sasaran kerasulannya. Banyak sekali didapatkan dalam petunjuk-petunjuk (hadits) Nabi, serta budi pekertinya sendiri mengenai dorongan, tuntunan, dan konsep tentang moral. Puasa juga mendidik orang dengan sifat-sifat kesabaran, agar dapat mengendalikan diri dari segala yang membatalkan puasa dan nilai pahala puasa, yang semata-mata untuk beribadah kepada Allah SWT.

Daftar Pustaka

- A. Chodry Romli. *Risalah Puasa Ramadhan: Hukum-Hukum Puasa Dan Hikmahnya*. Surabaya: Pustaka Progresif, 1999.
- Al-Ghazali. *Celanya Merah, Dendam Dan Dengki*. Jakarta: Pustaka Amani, 1989.
- Hayati, Umi. "Nilai-Nilai Dakwah; Aktivitas Ibadah Dan Perilaku Sosial." *INJECT (Interdisciplinary Journal of Communication)* 2, no. 2 (2017).
- Muhammad Jamaluddin. *Mawūzhatul Mu'minin Min Ihya Ulumuddin*. Kairo: Al-Maktabah al-Tijariah al-Kubra, t.th, n.d.
- Nawawi, Hadari. *Metode Penelitian Bidang Sosial*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press, 1993.
- Novayani, Irma. "Pembelajaran PAI Berbasis Multikultural." *Tadrib* 3, no. 2 (2017).
- Rahman. *Hikmah Puasa, Tinjauan Ilmu Kesehatan*. Cet. Ke-2. Jakarta: Al-Mawardi Prima, 2001.
- Sidi Gazalba. *Azas Agama Islam*. Jakarta: Bulan Bintang, 1975.

- Subqi, Imam. "Pola Komunikasi Keagamaan Dalam Membentuk Kepribadian Anak." *INJECT (Interdisciplinary Journal of Communication)* 1, no. 2 (2016).
- Swamilaksita, Prita Dhyani. "Pola Konsumsi Sehat Dan Ekonomis Selama Ramadhan." *Idea Pengabdian Masyarakat* 2, no. 03 (2022).
- Syahrudin Siregar, dkk. *Nasihat Para Ulama: Hikmah Puasa...*, Hlm. 65, n.d.
- Syaifi, Mat. "Nilai-Nilai Pendidikan Islam Dalam Ibadah Puasa Ramadhan." *Jurnal Tarbawi* 07, no. 02 (2019).
- Toni Pransiska. *Peta & Risalah Ramadhan*, n.d.
- Ulil Amri Syafri. *Pendidikan Karakter Berbasis Al-Qur'an*. Jakarta: Rajawali Pers, 2012.
- Widyaning Hapsari, Itsnai ftayan. "Model Pendidikan Karakter Pada Anak Usia Dini Melalui Program Islamic Habituation." *Jurnal Indigenous* Vol. 1 No. (2016).
- Yuningsih, Cucu Retno. "Peran Nilai-Nilai Puasa Ramadhan Bagi Pendidikan Karakter Siswa Sekolah Dasar." *Jurnal Edukasi Sebelas April* 3, no. 1 (2017): hlm.70. <https://jurnal.stkip11april.ac.id/index.php/JESA/article/view/19>.