

**KIAT DALAM MENDIDIK DAN MELATIH ANAK
BERPUASA SEJAK DINI
(Studi Analisis Buku “Mendidik Anak Berpuasa” Karya :
Syarifah Salwasalsabila, S.Psi.)**

SKRIPSI

**Dsusun Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana (S1)
Program Studi Pendidikan Agama Islam Fakultas Tarbiyah Dan Ilmu
Keguruan**



Disusun Oleh :

NAMA : IIN AVIANTI

NIM : 131310000669

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN AGAMA ISLAM
FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NAHDLATUL ULAMA JEPARA
2020**

NOTA PEMBIMBING

Lamp : Eksemplar

Jepara, Maret 2020

Hal : Naskah Skripsi

Kepada:

A.n Sdri. Iin Avianti

Yth. Bapak Dekan Fakultas

Tarbiyah dan Ilmu Keguruan

UNISNU Jepara

Assalamualaikum, Wr. Wb.

Setelah mengadakan koreksi dan perbaikan seperlunya bersama ini saya kirimkan skripsi saudara:

Nama : IIN AVIANTI

NIM : 131310000669

Fakultas : Tarbiyah dan Ilmu Keguruan

Program Studi : Pendidikan Agama Islam

Judul : Kiat Dalam Mendidik Dan Melatih Anak Berpuasa Sejak Dini (Studi Analisis Buku “ Mendidik Anak Berpuasa” Karya : Syarifah Salwasalsabila, S.Psi.)

Selanjutnya saya mohon kepada Bapak Dekan Fakultas Tarbiyah Dan Ilmu Keguruan agar skripsi saudara tersebut dapat dimunaqsyahkan.

Demikian harapan^{es} saya, atas kebijaksanaan Bapak saya ucapkan terimakasih.

Wassalamualaikum, Wr. Wb

Jepara, 16 Maret 2020
Pembimbing,



Drs. H. Mahalli, M.Pd.



UNIVERSITAS ISLAM NAHDLATUL ULAMA (UNISNU) JEPARA

FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN

> Program Studi Pendidikan Agama Islam (PAI)

Akreditasi BAN-PT : Peringkat A
Nomor : 3045/SK/BAN-PT/Akred/S/VI/2018

> Program Studi Pendidikan Guru PAUD (PGPAUD)

Ijin Penyelenggaraan Keputusan Menristekdikti RI
Nomor : 247/KPT/I/2016

> Program Studi Pendidikan Bahasa Inggris (PBI)

Akreditasi BAN-PT : Peringkat B
Nomor : 1697/SK/BAN-PT/Akred/S/VI/2017

> Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar (PGSD)

Ijin Penyelenggaraan Keputusan Menristekdikti RI
Nomor : 470/KPT/I/2016

PENGESAHAN

Skripsi mahasiswa di bawah ini :

Nama : **IIN AVIANTI**
NIM : 131310000669
NIRM : 12/X/17.2.1/2724
Tempat, Tgl. Lahir : Jepara, 06 Agustus 1993
Fakultas : Tarbiyah dan Ilmu Keguruan
Program Studi : Pendidikan Agama Islam
Judul Skripsi : **KIAT DALAM MENDIDIK DAN MELATIH ANAK BERPUASA SEJAK DINI DALAM SUDUT PANDANG MEDIS (STUDI ANALISIS BUKU " MENDIDIK ANAK BERPUASA " KARYA : SYARIFAH SALWASALSABILA, S.Psi.)**

Telah dimunaqasyahkan oleh Dewan Penguji Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Universitas Islam Nahdlatul Ulama' Jepara dan dinyatakan LULUS, pada tanggal :

23 Maret 2020

dan dapat diterima sebagai kelengkapan syarat guna memperoleh gelar Sarjana Strata 1 Program Studi Pendidikan Agama Islam.

Jepara, 23 Maret 2020

Dewan Sidang

Ketua Sidang

Drs. H. Mahalli, M.Pd.

Sekretaris Sidang

H. Mufid, M.Ag.

Penguji I

H. Mufid, M.Ag.

Penguji II

Muhammad Natsir, M.Pd.

Pembimbing

Drs. H. Mahalli, M.Pd.

MOTTO

“ Apa yang kamu tanam itulah yang akan kamu tuai kelak,
tetaplah berbuat baik dalam keadaan apapun”

PERSEMBAHAN

Dengan kerendahan hati dan ucapan terimakasih dan rasa syukur teramat dalam kehadiran Allah SWT beserta RasulNya dengan penuh kehormatan skripsi ini saya persembahkan kepada :

- Bapak dan ibu tercinta yang telah mendidik, membesarkan dan mencurahkan doa-doa dan kasih sayangnya untuk saya.
- Suami dan anakku tersayang yang menjadi penyemangat saya untuk segera menyelesaikan skripsi ini.
- Dosen - dosen dan guru-guruku yang telah banyak memberi ilmu dan doanya.
- Saudara - saudaraku, Sahabat - Sahabatku, Teman – temanku, dan Konco rasa dulurku yang selalu memberi motivasi, cambuk penyemangat dan doa-doanya.

DEKLARASI

Yang bertanda Tangan di bawah ini :

Nama : Iin Avianti
NIM : 131310000669
Program : PAI
Fakultas : Tarbiyah dan Ilmu Keguruan

Dengan penuh kejujuran dan tanggung jawab, penulis menyatakan bahwa skripsi ini tidak berisi materi yang pernah ditulis oleh orang lain atau diterbitkan.

Demikian juga skripsi ini tidak berisi satupun pikiran-pikiran orang lain kecuali informasi yang terdapat dalam referensinya yang dijadikan bahan rujukan.

Jepara, 16 Maret 2020

Deklarator



Iin Avianti

ABSTRAK

Judul : KIAM DALAM MENDIDIK DAN MELATIH ANAK BERPUASA SEJAK DINI (ANALISIS BUKU “MENDIDIK AANAK BERPUASA” KARYA : SYARIFAH SALWASALSABILA, S.PSI.)

Penulis : IIN AVIANTI

NIM : 131310000669

Prodi : Pendidikan Agama Islam

Pembimbing I : Drs. H. Mahalli, M.Pd.

Penguji I : H. Mufid, M.Ag.

Penguji II : Muhammad Natsir, M.Pd.

Tanggal Ujian : 23 Maret 2020

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ; 1) Untuk Mengetahui kiat-kiat praktis mendidik dan melatih anak berpuasa sejak dini menurut Syarifah salwasalsabila, S.Psi. 2) Untuk Mengetahui puasa dalam sudut pandang medis (Kesehatan) menurut Syarifah salwasalsabila, S.Psi.

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian *library research* dan pendekatan penelitian kualitatif. Data penelitian yang terkumpul kemudian dianalisis dengan menggunakan metode *Deskriptif* yaitu menjelaskan suatu fakta atau pikiran sehingga dapat diterima secara rasional. Dan secara *Interpretasi*, yaitu menyelami isi buku untuk mengungkap makna yang terkandung didalamnya.

Hasil penelitian disini adalah Kiat-Kiat Mendidik Anak Berpuasa Menurut Syarifah Salwasalsabila yaitu menyiapkan kondisi anak dan memberikan pengetahuan tentang puasa, memberikan Tauladan atau contoh, melakukan secara bertahap, selalu mendampingi anak ketika berpuasa, menyiapkan serangkaian kegiatan untuk mengisi puasa anak, memberikan motivasi kepada anak, mengajak anak untuk melakukan amalan-amalan puasa dalam rangka mengajarkan dan mendidik anak untuk mencintai puasa, mengajak anak untuk melaksanakan puasa Sunnah setelah bulan Ramadhan berlalu, diantaranya puasa sunnah enam hari pada bulan syawal. Puasa dalam Aspek Kesehatan Menurut Syarifah Salwasalsabila. Puasa dapat menyembuhkan dan menghindarkan diri dari beberapa penyakit karena puasa berfungsi untuk membersihkan racun dalam tubuh, kemudian setelah tubuh berhasil membersihkan racun yang ada padanya dan mendapatkan kesempatan untuk melakukan relaksasi dengan sempurna melalui puasa, mulailah tubuh melakukan perbaikan terhadap kerusakan yang terjadi pada jaringannya dan merapikan sistem pengaturan fungsi tubuh. Ini semua bisa dilakukan setelah tubuh mendapatkan kembali energinya dengan sempurna berkat proses relaksasi yang terjadi saat puasa.

Kata Kunci: Kiat Puasa, Puasa Sejak Dini, Puasa Segi Medis

KATA PENGANTAR

Segala puji hanya bagi Allah pemelihara seluruh Alam, limpahan Sholawat dan salam tiada henti keharibaan Nabi besar Muhammad S.A.W. Rasullullah yang diharapkan Syafaatnya di ahir zaman. Hanya karena pertolongan dan hidayah dari Allah SWT penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa selesainya skripsi ini tidak lepas dari bantuan dan bimbingan dari beberapa pihak. Dan pada kesempatan ini penulis skripsi ingin mengucapkan terimakasih yang sedalam-dalamnya kepada yang terhormat :

1. Bapak Dr. Sa'dullah Assa'idi, M. Ag, Selaku Rektor UNISNU Jepara.
2. Bapak Drs. H. Mahalli, M.pd, selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan ilmu Keguruan UNISNU Jepara yang telah memberikan persetujuan terhadap skripsi ini, Sekaligus sebagai dosen pembimbing yang telah banyak memberi petunjuk, pengarahan dan nasehat dengan kesabaran dan penuh pengertian sehingga dapat terselesaikan skripsi ini.
3. Seluruh Dosen Fakultas Tarbiyah dan ilmu keguruan UNISNU jepara yang dengan ikhlas penuh kesabaran daklam mendidik serta memberikan pengajaran kepada penulis sampai selesainya tugas studi.
4. Kedua orang tuaku, suamiku, saudaraku, sahabatku dan teman-teman tercinta yang selalu senantiasa memberikan doa dan dorongan semangat untuk menyelesaikan skripsi ini.

Ahirnya penulis hanya bisa berdoa semoga Allah SWT senantiasa menerima amal shaleh dan membalas dengan pahala yang berlipat ganda.

Penulis senantiasa mengharapkan kritik dan saran demi kesempurnaan skripsi ini dan semoga apa yang tertulis dalam skripsi ini bisa bermanfaat bagi penulis sendiri maupun bagi pembacanya. Amin.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN NOTA PEMBIMBING.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN MOTTO	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	v
HALAMAN DEKLARASI.....	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xii
BAB I : PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Penegasan Istilah	5
C. Rumusan Masalah	6
D. Tujuan Penelitian	6
E. Manfaat Penelitian	7
F. Metode Penelitian	7
G. Sistematika Penulisan	9
BAB II : LANDASAN TEORI	
A. Puasa	13
1. Makna Puasa	13
2. Dasar Hukum Puasa	15
3. Syarat-Syarat Puasa.....	19
4. Rukun Puasa.....	22

5. Hal-Hal yang membatalkan Puasa	23
6. Sunah-sunah Puasa.....	24
7. Macam-Macam Puasa	25
8. Hikmah Menjalankan Puasa.....	27
B. Tinjauan PUSTaka	28
BAB III : PENGUJIAN DATA	
A. Gambaran Umum buku “Mendidik Anak Berpuasa” Karya Syarifa Salwasalsabila	31
B. Kiat-kiat Mendidik Anak Berpuasa	34
C. Puasa dalam Perspektif Kesehatan	44
BAB IV : HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Analisis Kiat-Kiat Mendidik Anak Berpuasa Menurut Syarifah Salwasalsabila	48
B. Analisis Puasa dalam Aspek Kesehatan Menurut Syarifah Salwasalsabila	58
BAB V : PENUTUP	
A. Kesimpulan	67
B. Saran–saran	69
C. Penutup	69

DAFTAR PUSTAKA
LAMPIRAN

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama : Iin Avianti
NIM Baru : 131310000669
NIM Lama : 212233
Tempat, Tgl. Lahir : Jepara, 06 agustus 1993
Alamat : Ds. Bantrung Rt.14 Rw.04 Kec. Batealit Kab. Jepara
Agama : Islam
Kewarganegaraan : Indonesia

DAFTAR RIWAYAT PENDIDIKAN

Pendidikan :

1. RA Al Amal Bantrung Lulus Tahun 1999
2. SD Negeri 4 Bantrung Lulus Tahun 2005
3. Mts Negeri Pecangaan di Bawu Lulus Tahun 2008
4. SMK Negeri 3 Jepara Lulus Tahun 2011