



## **LAGU ANIMASI NUSSA DAN RARA PERSPEKTIF PENDIDIKAN ANAK USIA DINI**

<sup>1)</sup>Ichromsyah Arrochman dan <sup>2)</sup>Siti Chotimah

<sup>1,2</sup>Institut Agama Islam Al-Qur'an Al-Ittifaqiah (IAIQI) Indralaya  
e-mail: <sup>1)</sup>ichromsyah08@gmail.com., <sup>2)</sup>sitichotimah@gmail.com

### **ABSTRACT**

*The appearance of the animated film Nussa and Rara on Youtube, in the episode of eating don't just eat which was watched by 88 million viewers, both children and adults and had 7.88 million subscriptions. The presence of this song is a highlight for the community. According to researchers, it is in accordance with this study that the education of moral and religious values requires a more modern, rational, comprehensive media, easily captured and lived by students. The problem is what moral and religious values and health are contained in nussa and Rara's animated songs, don't just eat from an early childhood Islamic education perspective. In this case, the researchers chose library research by taking the object of nussa and Rara animated songs episodes of eating don't just eat, through a Pragmatic approach and data collection was carried out through documentation.*

*The results showed: First, moral and religious values: teaching the ethics of decency: a. always prioritize the right part in doing anything, b. start activities with good intentions, c. eat according to the portion in order to achieve blessings, d. the importance of maintaining cleanliness before and after eating, e. when eating and drinking while sitting. Second, for the world of health; a. overeating and irregularly can cause indigestion and give rise to a wide variety of diseases, b. eating with dirty hands can cause diarrhea, c. whereas Eating by hand and licking fingers to clean them is beneficial in helping smooth digestion, d. drinking in a standing position can provoke the occurrence of acid reflux of the stomach. e. not consuming food while it is still hot because it results in an imbalance in metabolism.*

**Keywords:** *Nussa and Rara, morals and religion, early childhood*



---

### ABSTRAK

Kemunculan film animasi Nussa dan Rara di *Youtube*, pada episode makan jangan asal makan yang disaksikan oleh 88 juta penonton baik anak-anak ataupun dewasa dan memiliki 7,88 juta *subscribe*. Kehadiran lagu ini menjadi sorotan bagi masyarakat. Menurut hemat peneliti sesuai dengan penelitian ini bahwa pendidikan nilai moral dan agama diperlukan media yang lebih modern, rasional, komperhensif, mudah ditangkap dan dihayati oleh anak didik. Yang menjadi permasalahan peneliti ini adalah nilai-nilai moral dan agama serta kesehatan apa saja yang terdapat pada lagu animasi Nussa dan Rara episode makan jangan asal makan perspektif pendidikan Islam anak usia dini.

Dalam hal ini, peneliti memilih penelitian *library research* dengan mengambil objek lagu animasi Nusa dan Rara episode makan jangan asal makan, melalui pendekatan *Pragmatik* dan pengumpulan data dilakukan melalui dokumentasi.

Hasil penelitian menunjukkan: *Pertama*, nilai moral dan agama: mengajarkan etika kesopanan: a. Selalu mengutamakan bagian kanan dalam melakukan apapun, b. mengawasi kegiatan dengan niat yang baik, c. makanlah sesuai dengan porsi agar dapat meraih keberkahan, d. pentingnya menjaga kebersihan sebelum dan sesudah makan, e. ketika Makan dan minum sambil duduk. *Kedua*, bagi dunia kesehatan; a. Makan berlebihan dan tidak teratur dapat menyebabkan gangguan pencernaan dan menimbulkan berbagai macam penyakit, b. Makan dengan tangan kotor dapat menyebabkan diare, c. sedangkan Makan dengan tangan dan menjilati jari untuk membersihkannya bermanfaat membantu kelancaran pencernaan, d. Minum dengan posisi berdiri dapat memicu terjadinya *reflux* asam lambung. e. Tidak mengkonsumsi makanan saat masih panas sebab mengakibatkan ketidakseimbangan metabolisme.

**Kata kunci:** Nussa dan Rara, moral dan agama, anak usia dini



## A. Pendahuluan

Bermain adalah dunianya anak. Mengembangkan fisik, intelektual, emosi, dan sosial bagi anak. salah satu hak yang paling hakiki yaitu kegiatan bermain.<sup>1</sup>

Syariat Islam dalam konteks Al-Quran dan Hadist dapat mengatur berbagai aspek kehidupan manusia. Dengan memberi petunjuk yang baik dilakukan dan yang tidak pantas dilakukan. Salah satu ajarannya yaitu etika smakan dan minum.<sup>2</sup>

Dengan permasalahan diatas dengan mengikuti Jaman sekarang. Film adalah salah satu media dakwah untuk menyampaikan petunjuk yang benar bagi anak usia dini apabila mengandung nilai-nilai kebaikan. Karena Film mampu menjangkau penonton dan terbukti sangat disukai oleh seluruh masyarakat. *Youtube* adalah salah satu media dakwah yang menyediakan video yang dapat dinikmati masyarakat dengan menggunakan internet. masyarakat bahkan anak-anak dapat menikmati dakwah Islam beberapa menit dari sebuah video. dakwah ialah ajakan atau panggilan, maka secara tidak langsung film mengajak penonton untuk melaksanakan kebaikan-kebaikan yang dilakukan tokoh utama.<sup>3</sup>

Banyak sekali chanel yang mendukung sasaran belajar anak untuk mendukung Islam beberapa chanel terkenal diantaranya:

1. Nussa Official, memiliki 8,26 jt *subscriber*, 159 Video, dan rilis pada Oktober 2018<sup>4</sup>
2. BeaBeo Lagu Anak Indonesia, memiliki 3,05 jt *subscriber*, 381 Video, dan rilispada february 2014.<sup>5</sup>
3. Riko The Series, memiliki 1,15 jt *subscriber*, 142 Video, dan rilis pada November 2019.<sup>6</sup>
4. Jamal Laeli, memiliki 977 rbsubscriber, 540 Video, dan rilis pada Oktober 2016.<sup>7</sup>

---

<sup>1</sup>Sohiba,2020,“Nilai-Nilai Moral Dan Agama Dalam Video Nussa Volume 1-3 Dan Relevansinya Terhadap Pendidikan Anak Usia Dini”. Skripsi.Tarbiyah, PIAUD, STITQI, Indralaya, Ogan Ilir, Sumsel.hlm.1

<sup>2</sup>Sohrah, 2016, “Etika Makan dan Minum Dalam Pandangan Syariat”, Jurnal,Fakultas Syariah. Alauddin.Makasar.hlm. 22

<sup>3</sup>Eri Pradiptya. 2013. “Pengertian Dan Sejarah Animasi”, Tepepedia,2013/09/pengertian – dansejarah – animasi.html. Diakses pada 04 September 2020 Pukul 09.11 WIB.

<sup>4</sup> <https://www.youtube.com/c/NussaOfficialSeries>. Diakses pada 19 September 2021. 19.00 WIB.

<sup>5</sup> <https://www.youtube.com/c/BeaBeoLaguAnakIndonesia/videos>. Diakses pada 19 September 2021. 19.05

<sup>6</sup> <https://www.youtube.com/c/RikoTheSeries>. Diakses pada 19 September 2021. 19.09 WIB

<sup>7</sup> <https://www.youtube.com/c/JamalLaeliSeries>. Diakses pada 19 September 2021. 19.13 WIB



5. Kastaria Sentra, memiliki 3,48 jt *subscriber*, 787 video, dan rilis pada Agustus 2008.<sup>8</sup>

Media penyampaian pesan yang baik salah satunya adalah dari film Nussa dan Rara. karena pertama, anak-anak yang sangat menyukai filmnya. Kedua, film animasi ini banyak ditiru anak-anak usia dini karena menceritakan kegiatan sehari-hari. Ketiga, bentuk peniruan anak berdampak pada saat besar akan menjadi nilai yang tertanam dalam diri anak-anak. Karena masa anak-anak adalah masa proses peniruan karakter<sup>9</sup>

Kemunculan film animasi Nussa dan Rara di *Youtube* sangat disukai oleh anak-anak bahkan orang dewasa sekalipun. Episode makan jangan asal makan yang disaksikan oleh 88 juta penonton dan memiliki 7,88 juta *subscribe*.<sup>10</sup> Kehadiran lagu ini menjadi sorotan bagi masyarakat. Film ini di rilis pada tanggal 20 November 2018. Film animasi Nussa dan Rara mengupload episode terbaru setiap seminggu sekali yakni setiap hari jum'at pada pukul 04.30 WIB. Film animasi ini bercerita tentang kehidupan sehari-hari kakak beradik bernama Nussa dan Rara. Karakter tokoh Nussa dan Rara pun dibuat dengan begitu indah, lucu dan menggemaskan. Dari sisi pengisi suara tokoh Nussa dengan suara yang diisi oleh Muzakky Ramadhan adalah aktor cilik yang pernah bermain di beberapa film Indonesia. Sedangkan karakter Rara dgn suara yang diisi oleh Aysha Ocean Fajar adalah seorang gadis kecil berusia 4 tahun yang lahir di Dubai.<sup>11</sup>

Film animasi Nussa dan Rara jika dibandingkan dengan yang lainnya, cukup berbeda karena banyak mengandung pesan akhlak yang baik untuk anak. Yang merupakan film animasi Indonesia yang mayoritas masyarakat beragama Islam, sehingga film animasi ini disusun sebagai media penyiaran ajaran agama Islam.<sup>12</sup>

---

<sup>8</sup> <https://www.youtube.com/c/kastarisentra>. Diakses pada 19 September 2021. 19.30 WIB

<sup>9</sup> Fitria.Mega.Nur. 2014. "Analisis Film "My Name Is Khan" Perspektif Komunikasi Antaragaman Budaya"... Diakses pada 03 September 2020 Pukul 09.10 WIB.

<sup>10</sup> Nussa Official.2018.*Makan Jangan Asal Makan*, Youtube. <https://www.youtube.com/watch?v=QxbF-tXyLd4> .Diakses pada 15 Juni 2021. 19.39 WIB.

<sup>11</sup> Wawancara Pribadi dengan Dwi Astuti, Indralaya, pada 02 September 2020

<sup>12</sup> Fitria.Mega.Nur. 2014. "Analisis Film "My Name Is Khan" Perspektif Komunikasi Antaragaman Budaya" Repository UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, <http://repository.uinjkt.ac.id>.Diakses pada 03 September 2020 Pukul 09.10 WIB. hlm. 6



## **B. Metode penelitian**

Penelitian kualitatif<sup>13</sup> bertujuan memahami subjek penelitiannya secara mendalam dan bersifat interpretatif, artinya mencaritemukan makna dalam hal ini peneliti memilih lagu Nussa dan Rara episode makan jangan asal. Dalam hal ini Pendekatan yang akan digunakan penulis adalah pendekatan pragmatik. Pada situasi sosial atau objek penelitian ini peneliti dapat mengamati secara mendalam aktivitas orang yang ada pada tempat tertentu.<sup>14</sup> Objek penelitian ini ialah nilai-nilai pendidikan karakter anak usia dini yang terkandung dalam film animasi Nussa dan Rara. Sedangkan subjek penelitian ini ialah video animasi Nussa dan Rara Episode makan jangan asal makan. Penulis menggunakan teknik purposive sampling.<sup>15</sup>

Pengumpulan data melalui dokumentasi.<sup>16</sup>dalam hal ini , penulis menghimpun data dari berbagai literatur, seperti buku, dan dari media sosial seperti vidio, televisi dan internetuntuk mencari data mengenai film Nussa dan Rara episode makan jangan asal makan, serta nilai-nilai pendidikan Islam.

Dalam menganalisis data yang sudah terkumpul dan tersistematisasi, teknik yang akan digunakan adalah jenis analisis isi *atau content analysis*, yaitu penelitian yang dilakukan terhadap informasi, yang di dokumentasikan dalam rekaman, baik dalam gambar, suara maupun tulisan.<sup>17</sup>

## **C. Hasil dan analisis**

Nussa dan Rara adalah sebagai tokoh utama pada film animasi ini. Seorang anak dengan karakteristik kekanak-kanakan, karakter senang bermain, senang bertanya dan berimajinasi. Nussa dan Rara memiliki sifat santun yang baik ditiru oleh anak seperti taat dalam menjalankan ajaran agama Islam. Dalam film animasi Nussa dan Rara telah mengajarkan akhlak dalam setiap cerita.<sup>18</sup>

Di episode makan jangan asal makan ini terdapat adab makan dan minum

---

<sup>13</sup> Lexy j.Moleong, 2017,*Metodologi Penelitian Kualitatif*.Jakarta:ROSDA,hlm.3

<sup>14</sup> Sugiyono, 2015, Metode Penelitian kuantitatif, kualitatif, Dan R & D, Bandung: Penerbit Alfabeta, hlm.297

<sup>15</sup> Asep Kurniawan, 2018, Metodologi Penelitian Pendidikan, Bandung: PT Remaja Rosdakarya, hlm. 285

<sup>16</sup> Riduan, 2011,*Belajar Mudah Penenlitian: Untuk Guru-karyawan dan peneliti pemula*, Bandung : Alfabeta, hlm. 77

<sup>17</sup> Suharsimi, 1998, *Metode Penelitian Pendidikan*, Jakarta : Rineke Cipta, hlm. 309

<sup>18</sup> Al-Musawi Khalil.1998.“Bagaimana Membangun Kepribadian”.Jakarta:Lentera.hlm.20



menurut ajaran Islam. Yaitu disampaikan dengan sebuah lagunya tentang adab makan yaitu, dengan mencuci tangan terlebih dahulu, kemudian membaca bismillah, makan menggunakan tangankanan, makan dengan tidak berdiri, tidak meniup makan yang panas, dan setelah makan minum dengan tiga tegukan.<sup>19</sup>

Ini merupakan pesan yang terdapat pada lagu yang dinyanyikan Nussa dan Rara didalamnya terdapat pesan adab makan dengan baik menurut anjuran yang diajarkan Nabi Muhammad saw. Sendiri telah memberikan contoh dalam etika makan dan minum untuk umat manusia. Nabi Muhammad saw. Melarang umatnya makan dan minum sambil berdiri, yang ternyata menurut ilmu kedokteran modern yang berjatuhan dengan keras pada dasar lambung dan menumbuknya, sehingga lambung kendor dan pencernaan menjadi sulit.<sup>20</sup>

Dari cerita diatas hadist riwayat muslim, 1476:

Artinya: *"janganlah seseorang dari kamu minum dengan berdiri"*, Riwayat Muslim.<sup>21</sup>

Nilai-nilai pendidikan karakter pada lagu animasi Nussa dan Rara episode makan jangan asal makan, banyak terkandung dalam lirik lagu pada video. Berhubung film ini merupakan film animasi yang berkaitan dengan anak-anak maka banyak terdapat pendidikan karakter yang disampaikan secara sederhana.

Pada penelitian ini, penulis akan memaparkan nilai-nilai pendidikan karakter yang terdapat pada lagu animasi Nussa dan Rara episode makan jangan asal makan, Setelah melakukan analisa peneliti menemukan beberapa nilai moral dan agama pada video Nussa episode makan jangan asal makan yaitu:

1. Makan yang berlebihan dapat menyebabkan gangguan pencernaan

Makan dengan berlebihan dapat mengganggu pencernaan karena tidak sesuai dengan kapasitas yang diperlukan, pernyataan diatas terdapat pada lirik lagu yang dinyanyikan pada video animasi Nussa dan Rara episode makan jangan asal makan berikut:

---

<sup>19</sup><https://www.youtube.com/c/NussaofficialSeries/makanjanganasalmakan> diakses pada 15 Juni 2021. 20.10 WIB

<sup>20</sup> Al-Musawi Khalil. 1998. "Bagaimana Membangun Kepribadian". Jakarta : Lentera. hlm.14

<sup>21</sup> Hasan A, 2011. "bulughulMaramIbnuHajarAl-'Asqalani, babadab". Bandung: CV

Penerbit Diponegoro. hlm.6

#### 4.1 Nussa: makan jangan asal makan (0.25/2.21)



Gambar diatas juga dijelaskan pada adab makan nabi saw yaitu disebut dengan tidak makan dengan perut kenyang karena dapat termasuk perbuatan yang berlebihan dan dapat mengganggu pencernaan serta dapat menimbulkan berbagai macam penyakit. Peneliti menyimpulkan jika makan hingga kenyang yang tidak membahayakan tidak apa- apa namun hindari makan yang terlalu kenyang. Allah telah berfirman dalam surat Al- A'raf ayat 31:

Artinya: *“Makan dan minumlah, tapi jangan berlebih-lebihan. Sesungguhnya*

*Allah tidak menyukai orang-orang yang berlebih-lebihan.”*<sup>22</sup>

Dalam ilmu kedokteran juga disebutkan makan pada saat dibutuhkan adalah sebab keberlangsungan kesehatan makan pada jam tertentu penting untuk proses pencernaan. Sementara makan yang tidak teratur seperti sibuk kerja dapat menimbulkan gangguan didalam usus besar karena selalu terjadi pembengkakan dan mengakibatkan susah buang air besar. Makan yang tidak diperlukan dapat menyebabkan kebodohan.<sup>23</sup> Lima bahaya yang mengancam jika Anda makan terlalu kenyang:

a. Perut anda bermasalah

Makanan yang Anda makan harus memberi energi dan akan keluar dari tubuh sebagai kotoran. Seluruh proses ini disebut pencernaan. Jadi saat Anda makan berlebihan, tubuh mengalami *overdrive*. Ini dapat menyebabkan buang air besar yang sering dan bahkan diare.

<sup>22</sup> Shohib Muhammad. 2007. AL-Quran Cordova. Surah Al- Baqoroh, Ayat: 172. Sygma: bandung.hlm.76

<sup>23</sup> Al-Aqfasyi & Ibnu Hajj.2013,*Etika Makan Dan Minum*,bandung:Pustaka Ibnu Umar.hlm.52



Selain itu, apa yang Anda makan dapat memiliki efek. Makan perlahan dan mengunyah dengan baik adalah kunci untuk menghindari situasi seperti ini.

Jika Anda memang menghadapi masalah ini, jangan lupa untuk menghidrasi tubuh Anda dengan banyak air selama proses tersebut. Air kelapa bisa menjadi ramuan dalam kasus-kasus seperti ini.

b. Tubuh akan terasa panas

Jika Anda makan lebih dari apa yang biasanya Anda lakukan, metabolisme tubuh akan berubah. Detak jantung Anda akan naik dan Anda akan mulai berkeringat seakan-akan berada di dalam sauna. Namun, untuk merasa sedikit lebih baik di saat seperti itu, Anda bisa mandi air dingin.<sup>24</sup>

c. Banyak gas tersimpan di tubuh

Saat Anda makan banyak makanan, Anda menelan udara bersamaan. Dan ketika Anda menelan lebih banyak makanan, Anda menelan lebih banyak udara. Tak heran jika akan banyak gas yang dikeluarkan dari dalam tubuh.

d. Merasa gelisah

Makan berlebihan menyebabkan mengantuk, tetapi kenyataannya adalah jika Anda makan berlebihan, itu bisa membuat Anda merasa gelisah dan tidak bisa tidur. Makanan yang tinggi karbohidrat (seperti pasta atau pai), juga mengandung kadar gula yang besar. Oleh karenanya rasa gelisah akan terus muncul.

e. Pusing

pusing adalah sesuatu yang juga dapat terjadi jika Anda makan terlalu banyak - apalagi sampai kekenyangan. Salah satu cara agar makan tidak terlalu banyak, Anda bisa mensiasatinya dengan banyak minum air. Dengan minum air, maka sebagian daya tampung Anda sudah dipenuhi oleh air.<sup>25</sup>

Peneliti menyimpulkan bahwasannya makan terlalu kenyang bisa

---

<sup>24</sup> Wawancara umi ida royani, pada 16 november 2021, pukul 09.00

<sup>25</sup> Wawancara umi komariah, pada 17 november 2021, pukul 07.30 WIB

mengundang berbagai penyakit menurut kesehatan dan dilarang oleh agama karena termasuk jugaperbuatan setan.

## 2. Dapat meraih banyak keberkahan

Makan sesuai dengan porsinya akan lebih mudah dalam merai keberkahan ketika makan, pernyataan diatas terdapat pada lirik lagu yang dinyanyikan pada video animasi Nussa dan Rara episode makan jangan asal makan berikut:

### 4.1 Nussa:makan jangan asal makan (0.40/2.21)



Dalam Islam juga dijelaskan bahwasannya Makan menggunakan tiga jari Makan dengan menggunakan tangan lebih baik dari pada menggunakan sendok atau garpu, cara makan dengam menggunakan tiga jari adalah menjauhkan dari sikap sombong. Dalam hadist riwayat Imam muslim, Ka'ab bin Malik RA. Memberikan kesaksian bahwa ia pernah melihat Rasulullah saw. Makan dengan menggunakan tiga jarinya dan menjilatinya setelah makan. Dari Abu Hurairah RA. Bahwa rasulullah bersabda:

Artinya: *Dari Ibnu 'Abbas radhiyallahu 'anhuma, ia berkata bahwa*

*Rasulullah shallallahu 'alaihi wa sallam bersabda, "Jika salah seorang di antara kalian makan, maka janganlah ia mengusap tangannya sebelum ia menjilatnya atau yang lain yang menjilatnya." (Muttafaqun 'alaih) (HR.Bukhari)<sup>26</sup>*

Penemuan kesehatan modern menunjukkan bahwa ketika kita makan dengan jari dan menjilati jari untuk membersihkannya maka jari tersebut mengeluarkan

---

<sup>26</sup>Listiana Setyaningrum.2018."Tips Sehat Rasul"..... hlm. 55



enzim yang sangat membantu bagi kelancaran pencernaan.<sup>27</sup>

Makanan yang seimbang adalah yang didalamnya terdapat protein, tepung, lemak, vitamin dan garam. Hindari makanan asam dan buah yang busuk. Menjilat tempat\_makanan dapat meningkatkan selera makan.<sup>28</sup>

Makan dengan jari-jari tangan, ternyata dapat meningkatkan kinerja sistem pencernaan karena sebelumnya kita biasa lebih dulu mencuci tangan sebelum makan.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Dr. Charles Gerba dair University of Arizona dikatakan manusia tidak dapat menghalang-halangi kuman untuk masuk ke dalam tubuh, akan tetapi dapat dicegah dengan cara mencuci tangan sebelum dan sesudah melakukan aktivitas. Selain itu makan dengan memakai tangan terbukti dapat lebih menyehatkan karena dalam tangan manusia terdapat enzim mase yang dapat mengikat kuman sehingga tingkat aktivitasnya sangat rendah pada saat masuk bersama makanan ke saluran pencernaan tubuh.<sup>29</sup>

Peneliti menyimpulkan betapa Allah SWT mengatur segala sesuatu yang terbaik bagi umatnya dan telah menciptakan tubuh kita dengan begitu sempurna dengan fungsi yang tak kalahpenting bagi kehidupan seluruh umat manusia di muka bumi ini semoga tayangan ini dapat memberikan manfaat menambahkeimanan serta senantiasa dapat membuat kita lebih bersyukur atas segala sesuatu yang Allah ta'ala berikan dalam kehidupan kita.

### 3. Menjaga kebersihan

Tentang cuci tangan sebelum makan, Imam Ahmad memiliki dua pendapat: pertama menyatakan makruh. Sedangkan yang kedua menyatakan dianjurkan. Imam Malik lebih merinci hal ini, beliau berpendapat, dianjurkan cuci tangan sebelum makan jika terdapat kotoran di tangan. Ibnu Muflih mengisyaratkan, bahwa cuci tangan sebelum makan itu tetap dianjurkan, dan ini merupakan pendapat beberapa ulama. Dalam hal ini ada kelapangan. Artinya jika dirasa perlu cuci tangan, jika dirasa tidak perlu tidak mengapa.

Pernyataan diatas terdapat pada lirik lagu yang dinyanyikan pada video

<sup>27</sup>Listiana Setyaningrum.2018."Tips Sehat Rasul" .....hlm. 56

<sup>28</sup>Al-Aqfasyi & Ibnu Hajj.2013,*Etika Makan Dan Minum*,bandung:Pustaka Ibnu Umar.hlm.52

animasi Nussa dan Rara episode makan jangan asal makan berikut:

#### 4.2 Nussa:makan jangan asal makan (0.46/2.21)



Islam mengajarkan kebersihan dalam segala hal, termasuk dalam makan. Mencuci tangan sebelum dan sesudah makan berfungsi untuk menjauhkan dari penyakit akibat kuman bakteri yang menempel pada tangan.<sup>30</sup> Mengenai cuci tangan sesudah makan Abu Hurairah ra. Meriwayatkan, bahwa Rasulullah saw. Bersabda:

*Artinya: Rasulullah SAW mengatakan, "Ketika kamu bangun tidur, dia seharusnya cuci tangan tiga kali sebelum beraktivitas karena dia tidak tahu kondisi tangannya saat malam hari."* (HR Muslim)<sup>31</sup>

Sesuai hadist di atas mencuci tangan juga termasuk pada norma kebiasaan, Norma kebiasaan adalah suatu norma atau peraturan sosial yang tercipta baik secara sadar ataupun tidak sadar. Dan di dalamnya mengandung suatu petunjuk tentang perilaku yang terus-menerus dilakukan. Serta sudah menjadi suatu kebiasaan untuk anggota masyarakat tertentu. Sama halnya dengan jenis norma lainnya, sanksi pelanggar norma kebiasaan biasanya hanya berupa celaan, kritikan, atau bahkan pengucilan. Contoh dari norma kebiasaan:

- a) Membawakan buah tangan atau oleh-oleh pada saat pulang dari berpergian.
- b) Mencuci tangan kemudian berdoa sebelum makan.
- c) Menggosok gigi sebelum tidur dan juga setelah makan.

---

<sup>30</sup> Sinshe Suparisno dan Abu Muhammad, 2014, *Kesehatan Klasik Dalam Makan Dan Minum*. Jakarta: AllRights Reserved. hlm. 23

<sup>31</sup> Listiana Setyaningrum. 2018. "Tips Sehat Rasul". Jogjakarta: Trans Idea Publishing. hlm. 53

d) Mandi minimal dua kali sehari secara teratur.<sup>32</sup>

Salah satu perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) yang selalu digaungkan sejak lama untuk menjaga kesehatan dan kebersihan pribadi adalah mencuci tangan. Perilaku ini seharusnya menjadi kebiasaan yang sangat baik, karena selain untuk menjaga kesehatan dan kebersihan, agama juga mengajarkannya. Sebab jika saat itu daya tahan tubuh kita lemah, dalam masa inkubasi kita pun akan mengalamigejala yang sama.<sup>33</sup>

Mencuci tangan sangat diutamakan pada waktu-waktu penting, antara lain sebelum makan, setelah buang air besar, sebelum menjamah makanan, sebelum menyusui/menyiapkan susu bayi, dan setelah beraktifitas.

#### 4. Mengawali kegiatan dengan niat yang baik

Dari segi etimologi (kebahasaan), do'a atau du'a berasal dari bahasa arab yaitudari akar kata ء ځ ځ perkataan, permohonan, seruan. Do'a adalah memohon atau meminta sesuatu yang bersifat baik kepada Allah SWT seperti meminta keselamatan hidup, rezeki yang halal, keteguhan iman, dan meminta agar diberikan rahmat atau dijauhkan dari azab.<sup>34</sup>

Awalilah segala kegiatan dengan niat yang baik agar selalu mendapat keberkahan pada kegiatan yang kita lakukan, pernyataan diatas terdapat pada lirik lagu yang dinyanyikan pada vedio animasi Nussa dan Rara episode makan jangan asal makanberikut:

#### 4.2 Nussa:makan jangan asal makan (0.50/2.21)



<sup>32</sup> <https://www.yuksinau.id/norma-sosial/diakses> pada 21 november 2021/12.49 WIB

<sup>33</sup> Wawancara umi aminah, pada 16 november 2021, pukul 11.00 WIB

<sup>34</sup>Abdullah Al Marwi, 2018, Do'a Mengubah Segalanya, (Yogyakarta: Gava Media) hlm. 17

Sesuai pada gambar diatas ketika Allah memberikan rizki makanan maka sebelum dimakan bacalah do'a sebelum makan ini:

اللَّهُمَّ بَارِكْ لَنَا فِيْمَا رَزَقْتَنَا وَقِنَا عَذَابَ النَّارِ

Artinya: *“Ya Allah, berkahilah kami pada makanan ini, dan beri makanlah kami dengan makanan yang lebih baik darinya.”*<sup>35</sup>

Jangan sampai ia makan dengan niat hanya untuk melaksanakan kebiasaan sehari-hari saja atau untuk merasakan lezatnya berbagai jenis makanan. Tapi makanlah dengan niat untuk mendapatkan kekuatan dalam menjalankan ketaatan kepada Allah Swt.<sup>36</sup>

Sesungguhnya nabi kita pernah bersabda:

إِنَّمَا الْأَعْمَالُ بِالنِّيَّةِ وَلِكُلِّ امْرِئٍ مَا نَوَى

Artinya: *Sesungguhnya segala amalan tergantung pada niat dan setiap orang akan mendapatkan apa yang diniatkan.*<sup>37</sup>

Dahsyatnya basmalah dapat kita rasakan dalam kehidupan sehari-hari. Sebelum memulai aktivitas langkah lebih baiknya membaca basmalah terlebih dahulu, karena dengan membaca basmalah dapat menginadarkan kita dari mara bahaya.

Menyebut kalimat toyyibah atau kalimat yang baik pada makanan akan membawa zat baik pada makanan dan minuman, karena pernah ada peneliti meletakkan makanan dan minuman yang sama kemudian satunya dicela dan yang satunya lagi dipuji-puji dan hasilnya kalimat yang dicela menjadi kurang enak dan makanan yang dipuji-puji menjadi enak.<sup>38</sup>

Peneliti menyimpulkan mengenai berdoa sebelum makan itu sangat penting karena rasul mengajarkan bahwa awalilah semua dengan bismillah dan akhiri

<sup>35</sup> Al-Aqfasyi & Ibnu Hajj. 2013. *Etika Makan Dan Minum*, Bandung: Pustaka Ibnu Umar. hlm. 9

<sup>36</sup> Basith Abdul. 2019. *Rahasia Pola Makan Nabi*. Jawa Tengah: Kiswah Media. hlm. 12

<sup>37</sup> 117 An-Nawawi imam. 2013. *Matan Hadist Arbain An-nawawi*, Solo: insan kamil. hlm. 5

<sup>38</sup> 118 Wawancara umi komariah, pada 16 november 2021, pukul 7.35 WIB

dengan Alhamdulillah agar mendapat keberahan dari setiap yang kita lakukan.

#### 5. Mengajarkan etika kesopanan

Ketika makan dan minum kita tidak boleh melupakan adab yang baik atau etika kesopanan karena kapan dan dimanapun kita tidak boleh melupakan adab sopan santun yang baik, pernyataan diatas terdapat pada lirik lagu yang dinyanyikan pada video animasi Nussa dan Rara episode makan jangan asal makan berikut:

#### 4.2 Nussa:makan jangan asal makan (0.56/2.21)



Pada dasarnya rosulullah saw. Selalu mengutamakan bagian kanan dalam melakukan apapun. Dalam beberapa hal saja, beliau mendahulukan bagian kiri, misalnya saat msauk toilet beliau mendahulukan kaki kiri sedangkan saat keluar beliau mendahulukan kaki kanan. Jadi, sudah pasti urusan makan dan minum termasuk sesuatu yang harus dilakukan dengan tangan kanan. Rasulullah saw. Bersabda:

Artinya:“*Jika seseorang di antara kalian makan, maka hendaknya dia makan dengan tangan kanannya. Jika minum maka hendaknya juga minum dengan tangan kanannya, karena setan makan dengan tangan kirinya dan minum dengan tangan kirinya pula.*”  
(HR.Muslim)<sup>39</sup>

Segala aktivitas yang baik dilakukan dengan tangan kanan, termasuk makan dan minum. Meskipun demikian, jika terdapat alasan yang bisa dibenarkan yang menyebabkan seseorang tidak bisa menikmati makanan dengan tangan kanannya

---

<sup>39</sup>Listiana Setyaningrum.2018.”*Tips Sehat Rasul*”.Jogjakarta:Trans Idea Publishing. hlm. 54



karena suatu penyakit atau sebab lain bawaan lahir atau sakit.<sup>40</sup>

Makan dengan diawali dengan Basmallah dan menggunakan tangan kanan bukan lah tanpa alasan dan makna, Rasulullah SAW bersabda, “Apabila salah seorang di antara kalian makan, hendaklah ia membaca ‘*Bismillah*’ (dengan menyebut nama Allah). Jika ia lupa membacanya sebelum makan, ucapkanlah ‘*Bismillaahi fii awwalihi wa aakhirihi*’ (dengan menyebut nama Allah pada awal dan akhir aku makan).” (HR Abu Dawud dan at-Tirmidzi). Dengan membaca Basmallah, bermaksud agar setan tak ikut makan atau minuman yang kita konsumsi.

Norma atau aturan sosial yang merujuk kepada tingkah laku yang dapat dianggap baik dan juga wajar di dalam kehidupan masyarakat. Pada umumnya, sanksi yang diberikan kepada pelanggar norma kesopanan ialah berupa celaan, kritikan, ataupun dapat juga berupa pengucilan. Beberapa contoh norma kesopanan:

- a. Mengenakan tangan kanan ketika sedang memberi ataupun menerima sesuatu.
- b. Selalu bersikap rukun di dalam menjalin hubungan sosial maupun interaksi sosial dengan siapa saja.
- c. Tidak meludah sembarangan.
- d. Tidak berbicara pada waktu sedang makan baik sendiri ataupun dengan orang lain.<sup>41</sup>

Peneliti menyimpulkan Makan menggunakan tangan kanan termasuk Norma kesopanan seperti yang diatas dan juga termasuk adab yang baik bagi agama ketika menjalankan sesuatu yang baik menggunakan tangan kanan apalagi dalam hal makan dan minum.

- a. Menjaga kesehatan

Dengan tidak makan berlebihan agar mendapat keberkahan dan menjaga sopan santun kita ketika makan kita juga harus menjaga kebersihan ketika makan

---

<sup>40</sup> Listiana Setyaningrum.2018.”*Tips Sehat Rasul*” ..... hlm. 62-63

<sup>41</sup> [https://www.yuksinau.id/norma-sosial/diakses pada 21 november 2021/12.50 WIB](https://www.yuksinau.id/norma-sosial/diakses%20pada%2021%20november%202021/12.50%20WIB)

seperti makan dengan tidak berdiri agar menjaga kesehatan lambung kita, pernyataan diatas terdapat pada lirik lagu yang dinyanyikan pada video animasi Nussa dan Rara episode makan jangan asal makan berikut:

4.2 Nussa:makan jangan asal makan (1.00/2.21)



Makan sambil duduk adalah anjuran rasulullah saw. Yang tentu bermanfaat baik bagi kesehatan kita sekali gus mencerminkan kesantunan. Apabila suatu ketika kita dalam "terjebak" dalam budaya *standing party* tetaplah berusaha mencari tempat duduk saat makan. Rasulullah saw bersabda:

Artinya: "*Nabi melarang seseorang minum sambil berdiri. Para sahabat bertanya.*"*bagaimanaka lau makan? Beliau menjawab itu lebih buruk lagi.*"(Hadist Riwayat Muslim)<sup>42</sup> "*Janganlah kamu minum sambil berdiri. Barang siapa lupa sehingga minum sambil berdiri maka hendaklah iya berusaha untuk memuntahkannya*"(Hadist Riwayat Ahmad)

Minum dengan posisi berdiri dapat memicu terjadinya *reflux* asam lambung. Asam lambung akan naik ke *esophagus* dan membuat sel-sel kerongkongan teriritasi.<sup>43</sup> Walau terlihat sepele, kebiasaan makan dan minum sambil berdiri bisa memiliki efek negatif bagi kesehatan. Berikut ini adalah dampak yang mungkin terjadi:

- a) Gangguan sistem pencernaan

Kerja sistem pencernaan di dalam tubuh dipengaruhi oleh posisi tubuh ketika

<sup>42</sup> Abu Hudzaifah.2020.*Adab makan Dan minum* . jawa tengah: Media Sholih.hlm.42

<sup>43</sup> Listiana Setyaningrum.2018."*Tips Sehat Rasul*" .....Hlm. 63



makan. Makan sambil berdiri dapat membuat lambung mengosongkan isi perut terlalu cepat. Hal ini membuat lambung tidak punya waktu banyak untuk memecah zat-zat dalam makanan, sehingga nutrisi yang dicerna dan diserap oleh usus menjadi tidak maksimal.

b) Perut kembung

Makanan atau minuman yang tidak tercerna dan terserap dengan baik oleh usus bisa membuat perutmu menjadi kembung,. Perut kembung dapat menimbulkan rasa nyeri, tidak nyaman, dan bisa membuat perut terlihat membesar, sama halnya saat makan dan minum sambil berdiri.

c) Makan berlebihan

Saat makan sambil berdiri, pengosongan lambung terjadi lebih cepat. Akibatnya, lambung bisa menampung lebih banyak makanan selama makan. Saat kamu makan lebih cepat dari biasanya, hormon yang bekerja mengirimkan sinyal kenyang ke otak jadi tidak memiliki waktu untuk bekerja. Dengan makan secara perlahan, kamu jadi lebih peka terhadap rasa kenyang dan dapat mengendalikan nafsu makan. Dan bisa dinikmati dengan lebih baik ketika kamu makan secara perlahan.

d) Tersedak

Makan dan minum dalam keadaan berdiri, terlebih bila kamu tergesa-gesa, juga dapat membuatmu menjadi tersedak, sederhana, tersedak dapat menimbulkan komplikasi yang bisa mengancam nyawa. Bagi penderita GERD, risiko naiknya asam lambung ke kerongkongan akan lebih kecil jika pengosongan lambung berlangsung lebih cepat, sehingga makan sambil berdiri mungkin bisa mencegah hal ini terjadi.

Makan dan minum sambil berdiri ataupun duduk punya sisi positif dan negatifnya masing-masing. Jadi, sebenarnya kamu bebas memilih mana yang paling baik untuk kesehatanmu, tapi yang jelas, usahakan untuk makan perlahan-lahan dengan porsi yang tidak berlebihan.<sup>44</sup>

---

<sup>44</sup><https://www.alodokter.com/dampak-buruk-di-balik-kebiasan-makan-dan-minum-sambil-berdiri/> diakses pada tanggal/21 november 2021/12.00 WIB.

Peneliti menyimpulkan makan dan minum dengan berdiri dapat mengganggu sistem pencernaan, perut kembung, dan lain sebagainya. Dari situ maka kita harus membiasakan makan dan minum sambil duduk untuk menghindari berbagai penyakit yang terkait.

b. Tidak meniup makanan yang panas

Pada keadaan covid-19 seperti sekarang ini kita harus menjaga kesehatan dan kebersihan diri kita dengan semaksimal mungkin dan berusaha agar tidak terkeran racun dan virus apa lagi dari tubuh kita sendiri yaitu dengan pernyataan diatas terdapat padalirik lagu yang dinyanyikan pada video animasi Nussa dan Rara episode makan jangan asal makan berikut:

4.2 Nussa:makan jangan asal makan (1.05/2.21)



Rasulullah saw. Melarang kita meniup kedalam bejana (tempat makan dan minumkita). Hal tersebut berlaku pula sebagai larangan kita untuk meniup makanan dan minuman. Tentu ada hikmah kesehatan dibalik larangan tersebut. Ibnu Abbas ra pernah mengatakan :

Artinya: “Nabi saw melarang bernafas didalam gelas atau meniup isi gelas”.<sup>45</sup>

Menurut peneliti makanan yang ditiup saat makan maka karbon dioksida didalam mulut seseorang itu akan berikatan dengan uap air dari makanan. Oleh karena itu, akan menghasilkan karbonat yang mampu memengaruhi tingkat keasaman dalam darah sehingga mengakibatkan darah seseorang menjadi lebih asam dari yang seharusnya. PH didalam darah mengalami penurunan (asi dosis) kondisi tubuh dengan tingkat keasaman terlalu tinggi membuat tubuh sangat rentan

<sup>45</sup> Abu Hudzaifah.2020.”*Adab makan Dan minum*” . jawa tengah: Media Sholih.hlm.35



terhadap penyakit.<sup>46</sup>

Saat meniup makanan, tubuh akan melepaskan karbon dioksida (CO<sub>2</sub>) dan karbonmonoksida (CO). Karbon dioksida yang dilepaskan bereaksi dengan partikel air (H<sub>2</sub>O) di dalam makanan dan menghasilkan pembentukan asam karbonat (H<sub>2</sub>CO<sub>3</sub>). Karbon monoksida itu sendiri saja sudah beracun. Jadi, jika mengonsumsi makanan setelah meniupnya, tubuh Anda akan kemasukan lebih banyak asam karbonat dan karbon monoksida. Hal tersebut berisiko mengganggu keseimbangan asam atau alkali tubuh, yang mengakibatkan ketidakseimbangan metabolisme.

Ingin tetap aman mengonsumsi makanan hangat tanpa perlu meniupnya? Berikut ini beberapa tips yang bisa Anda terapkan:

- a) Jangan memaksakan mengonsumsinya saat masih sangat panas.
- b) Tunggu beberapa saat agar bisa dimakan.
- c) Kalau ingin menyantapnya segera, lebih baik konsumsi sedikit demi sedikit.
- d) Ketika sudah tidak terlalu panas, bisa dimakan dengan sendokkan agak banyak.
- e) Menurut dr. Dyah Novita, makanan bisa disisihkan terlebih dahulu di wadah lain yang bentuknya agak pipih sampai uap panas berkurang, baru dikonsumsi.<sup>47</sup>

Peneliti menyimpulkan bahwasannya meniup makanan tidak dianjurkan karena angin yang keluar dari mulut adalah racun yang dikeluarkan oleh tubuh dari situ kitatidak boleh mmeniup sesuatu yang panas apa lagi untuk dimakan.

c. Minum dalam tiga tegukan

Etika makan yang baik harus selalu kita taati agar kita dapat menjaga kesehatan tubuh kita ketika menerima nutrisi dari makanan dan menjaga paru-paru kita agar berkembang dengan baik dengan tidak minum terburu-buru yaitu dengan pelan-pelan secara bertahap, pernyataan diatas terdapat pada lirik lagu yang

---

<sup>46</sup> Listiana Setyaningrum.2018."Tips Sehat Rasu".....hlm.58

<sup>47</sup> <https://www.klikdokter.com/info-sehat/read/3647254/alasan- medis- kenapa- anda- tidak- boleh- meniup-makanan-panas>

dinyanyikan pada video animasi Nussa dan Rara episode makan jangan asal makan berikut:

#### 4.2 Nussa:makan jangan asal makan (1.14/2.21)



Yang dimaksud mengambil nafas ketika minum sebanyak 3 kali adalah dengan menjauhkan bejana air dari mulut sipeminum lalu ia mengambil nafas tiga kali karena mengambil nafas dibejana merupakan sesuatu yang dilarang. Rasulullah bersabda:

Artinya: *“Jaganlah kalian minum air satu kali tegukan seperti minumnya unta. Tapi minumlah dua atau tiga kali tegukan. Bacalah basmalah ketika kalian minum dan bacalah hamdalah apabila kalian telah selesai.”*<sup>48</sup>

Rasulullah saw menganjurkan kita minum dengan cara menyedap (minum air dengan menempelkan bibir ke air), tidak dengan cara menenggak. Minum dengan cara menyedap bisa mencegah masuknya udara ke lambung. Sementara menenggak minuman dari botol dan sejenisnya dapat memberi ruang bagi udara untuk masuk ke lambung sehingga dapat mengakibatkan rasa sakit dan kembung serta menyulitkan gerak lambung. Akibatnya, lambung akan kesulitan mencerna makanan.<sup>49</sup> Peneliti menyimpulkan bahwa minum dengan tiga tegukan sangatlah baik karena mencegah terjadinya tersedak ketika minum.

#### **D. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian ini, tentang nilai moral dan agama serta kesehatan yang ada pada lagu animasi Nussa dan Rara Episode makan jangan asal

<sup>48</sup> Abu Hudzaifah.2020”*Adab makan Dan minum* “jawa tengah: Media Sholih.hlm.42

<sup>49</sup> Listiana Setyaningrum.2018.”*Tips Sehat Rasul*” .....lm.61



---

makan beserta Perspektif pendidikan anak usia dini terhadap pendidikan anak usia dini, maka dapat penulis tarik kesimpulan sebagai berikut:

*Pertama*, nilai moral dan agama: mengajarkan etika kesopanan: a. Selalu mengutamakan bagian kanan dalam melakukan apapun, b. mengawali kegiatan dengan niat yang baik, c. makanlah sesuai dengan porsi agar dapat meraih keberkahan, d. pentingnya menjaga kebersihan sebelum dan sesudah makan, e. ketika Makan dan minum sambil duduk.

*Kedua*, bagi dunia kesehatan; a. Makan berlebihan dan tidak teratur dapat menyebabkan gangguan pencernaan dan menimbulkan berbagai macam penyakit, b. Makan dengan tangan kotor dapat menyebabkan diare, c. sedangkan Makan dengan tangan dan menjilati jari untuk membersihkannya bermanfaat membantu kelancaran pencernaan, d. Minum dengan posisi berdiri dapat memicu terjadinya *reflux* asam lambung. e. Tidak mengkonsumsi makanan saat masih panas sebab mengakibatkan ketidakseimbangan metabolisme.



---

## DAFTAR PUSTAKA

- A Hasan ,2011.”*bulughul Maram Ibnu Hajar Al-‘Asqalani, bab adab*”. Bandung: CV Penerbit Diponegoro.
- Abu Hudzaifah.2020.*Adab makan Dan minum* . jawa tengah: Media Sholih
- Al-Musawi, Khalil. 1998. *Bagaimana Membangun Kepribadian Anda*. Jakarta: Lentera.
- Asep Kurniawan, 2018, *Metodologi Penelitian Pendidikan*, Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Astuti, Indriyani.“Animasi”, Doc Player .<https://docplayer.info>, Diakses 04 September 2020 Pukul 09.12 WIB.
- Fitria, Mega Nur. 2014.“*Analisis Narasi Film “My Name Is Khan” Dalam Perspektif Komunikasi Antaragaman Budaya*“ Repository UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, <http://repository.uinjkt.ac.id> Diakses pada 03 September 2020 Pukul 09.10 WIB.
- <https://www.youtube.com/c/BeaBeoLaguAnakIndonesia/videos>. Diakses pada 19 September 2021. 19.05 WIB.
- <https://www.youtube.com/c/JamalLaeliSeries>. Diakses pada 19 September 2021. 19.13 WIB
- <https://www.youtube.com/c/kastarisentra>.Diakses pada 19 September 2021. 19.30 WIB
- <https://www.youtube.com/c/NussaOfficialSeries>.Diakses pada 19 September 2021. 19.00 WIB.
- <https://www.youtube.com/c/RikoTheSeries>.Diakses pada 19 September 2021. 19.09 WIB
- <https://www.youtube.com/watch?v=QxbF-tXyLd4> .Diakses pada 15 Juni 2021. 19.39 WIB
- <https://www.yuksinau.id/norma-sosial/>diakses pada 21 november 2021/12.49 WIB
- Leksi j.Moleong,2017, *Metodologi Penelitian Kualitatif*.Jakarta:ROSDA
- Listiana Setyaningrum.2018.”*Tips Sehat Rasul*”.Jogjakarta:Trans Idea Publishing.
- Marta Widya Kismawati. 2017. “*Pelaksanaan Pendidikan Etika Makan Pada Kelas B1 Dan B2 Di Tk Aisyiyah Bustanul Athfal Karangmalang*”. Teknik Boga. UNY. Yogyakarta
- Pradiptya Eri. 2013. “*Pengertian Dan Sejarah Animasi*”, Tepepedia, <http://teknikmm.blogspot.com/2013/09/pengertian-dansejarah-animasi.html>. Diakses pada 04 September 2020 Pukul 09.11 WIB.
- Prasetyo,2008, *Biarlah Anakmu Bermain*,Yogyakarta:Diva Press Wawancara Pribadi dengan Dwi Astuti, Indralaya, 02 September 2020.
- Riduan, 2011, *Belajar Mudah Penelitian: Untuk Guru-karyawan dan peneliti pemula*, Bandung : Alfabeta.
- Sohiba, 2020, “*Nilai-Nilai Moral Dan Agama Dalam Video Nussa Volume 1-3 Dan Relevansinya Terhadap Pendidikan Anak Usia Dini*”. Skripsi. Tarbiyah, PIAUD, STITQI, Indralaya, Ogan Ilir, Sumsel
- Sohrah, 2016, “*Etika Makan dan Minum Dalam Pandangan Syariah*”, Jurnal, Fakultas Syariah dan Hukum Universitas Islam Negeri. Alauddin. UIN. Makasar.
- Sugiyono, 2015, *Metode Penelitian kuantitatif, kualitatif, Dan R & D*,Bandung: Penerbit Alfabeta.
- Suharsimi, 1998, *Metode Penelitian Pendidikan*, Jakarta : Rineke Cipta. Sunar Dwi