trust media publishing

First find out what you are capable of, then decide who you are.

IMPROVE YOURSELF EVERY DAY – THAT'S THE ONLY WAY

Attia Mahda, Emmy Herlina
dan Penulis Lainnya

First find out what you are capable of,
then decide who you are.

IMPROVE YOURSELF EVERY DAY – THAT'S THE ONLY WAY

Attia Mahda, Emmy Herlina
dan Penulis Lainnya

trust media
publishing

IMPROVE YOURSELF (EVERY DAY – THAT'S THE ONLY WAY)
vi+190hal. ;15 x 23cm
Hak Cipta © 2022 pada Penulis

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang.
Dilarang memperbanyak atau memindahkan sebagian atau seluruh isi buku ini dalam bentuk apapun, baik secara elektrinis maupun mekanis, termasuk memfotocopy, merekam atau dengan sistem penyimpanan lainnya, tanpa izin tertulis dari Penyusun dan Penerbit.

Penulis:
Attia Mahda
Emmy Herlina, dkk

Editor:
Ellya

Cetakan ke 1, Juli 2022
ISBN: 978-602-5599-67-5

Penerbit:
Trustmedia Publishing
Jl. Cendrawasih No. 3 Maguwo Banguntapan
Bantul, D.I. Yogyakarta 55198
Telp. +62 81329827456
E-mail: dwilogi@gmail.com

Seuntai Kata

Pada tingkatan apapun, ada hal yang penting untuk kita tingkatkan terus menerus, ialah apa yang ada di dalam diri kita sendiri. Bisa jadi, kita berpikir akan terasa nyaman dan sudah tidak perlu melakukan apa lagi apabila sudah berada di posisi teratas. Padahal setiap *level* kehidupan, selalu ada tantangan baru yang membutuhkan ilmu dan sikap tersendiri. Itu artinya, kita tidak boleh dan memang tidak bisa benar-benar *mandeg* (berhenti). Karena begitu kita berhenti, apa yang kita perjuangkan selama ini akan menjadi sia-sia saja.

Tantangan tersebut selalu hadir tidak hanya karena pengaruh tingkatan—di mana posisi kita saat ini berada —melainkan juga karena faktor peran. Seperti peran utama kita sebagai seorang hamba di hadapan-Nya, peran kita sebagai anak bagi orang tua, peran kita sebagai kakak/adik bagi saudara-saudara, peran kita sebagai suami/istri bagi pasangan, ataupun peran kita di tempat kerja maupun pergaulan—masyarakat. Unik memang, diri kita yang hanya satu saja ini dituntut untuk menjalankan banyak peran dalam 24 jam. Mampukah kita?

Sebagian orang bisa jadi akan berkata, "Sudah, jalani saja." Karena memang kita seolah-olah tidak punya pilihan lain selain menjalani semua peran itu. Namun, sebenarnya kita masih punya pilihan tentang bagaimana cara kita menjalaninya. Karena apapun peran yang saat ini melekat pada diri kita tidak bisa begitu saja kita lepas, tetapi bagaimana upaya kita untuk selalu "mempercantik diri" supaya setiap peran itu dapat kita lakukan dengan sebaik-baiknya.

Bagi orang yang tidak terbiasa untuk mengembangkan diri, akan terlihat kondisinya saat ini yang sama sekali tidak berubah

dari masa-masa yang lalu. Padahal kita tahu, ada nasihat baik dari seorang Nabi Saw yang intinya, "Barangsiapa hari ini lebih baik dari hari kemarin, dia tergolong orang yang beruntung. Barangsiapa yang hari ini sama dengan hari kemarin, dia tergolong orang yang merugi. Barangsiapa hari ini lebih buruk dari hari kemarin, dia tergolong orang yang celaka." (HR. Al-Hakim)

Kalau kita mau benar-benar merenungkan nasihat tersebut, tentu pilihan kita hanya satu: untuk terus menerus menjadi pribadi yang masuk dalam golongan orang yang beruntung. Seperti apa "cara-cara praktisnya"? Karena itulah buku ini kami hadirkan sebagai jawaban atas pertanyaan tersebut. Silakan langsung dibaca isi buku ini dari awal hingga akhir. Semoga bermanfaat!

Dwi Suwiknyo, penulis buku *bestseller* dan *founder* Pesantren Penulis.

trust media publishing

Daftar Isi

Seuntai Kata __ iii
Daftar Isi __ v

Bab 1. Improve Your Soul __ 1

- Hijrah Sakinah (*Emmy Herlina*) __ 2
- Perisai Rezeki Ibu Rumah Tangguh (*Hindun Susilawati*) __ 9
- Indahnya Islam dengan Manajemen Qalbu (*Elis Nur Fitriyati*) __ 19

Bab 2. Improve Yourself __ 27

- *Man Shabara Zhafira* (*Attia Mahda*) __ 28
- Manajemen Waktu untuk Wanita (*Siti Nurhayati*) __ 36
- Khitan Perempuan antara Tradisi dan Ajaran Agama (*Aninditya Irawati*) __ 41

Bab 3. Improve Your Attitude __ 51

- *Golden Parenting* (*Arik Eko Santi*) __ 52
- *Positive Parenting* (*Tarsilah Waryuni*) __ 60
- Menjadi Guru yang Dirindu (*Sitti Rachmi Masie*) __ 71

Bab 4. Improve Your Life __ 79

- *The Power of Kepepet* (*Andrianingsih Risa N.*) __ 80
- *The Life Changing Magic of Tidying Up* (*Siti Mukhlisoh*) __ 87
- *Master Your Time Master Your Life* (*Dedi Hendrawan Dawolo*) __ 93

Trust media publishing

Bab 5. Improve Your Sociality __ 103

- *An Introduction to The Miracle of Giving* (*Ismet Laili Rachmawati*) __ 104
- *How to Negotiate Effectively* (*Isroni*) __ 114
- *Marketing* Hebat Ala Rasulullah Saw (*Leonita Siwiyanti*) __ 123

Bab 6. Improve Your Personality __ 135

- *Purple Cow* (*Rahmi Utami*) __ 136
- Berkah di Balik Tingkah (*Sitti Hamalna*) __ 143
- Hebatnya Puasa Senin Kamis (*Sri Utami*) __ 152

Bab 7. Improve Your Spirituality __ 159

- Hapus Penat dengan Salat (*Dwi Suwiknyo*) __ 160
- Hidup Sekali, Berarti, Lalu Mati (*Kasmawati*) __ 168
- Ubah Lelah Jadi Lillah (*Dwi Suwiknyo*) __ 178

trust media publishing

BAB 1.

IMPROVE YOUR SOUL

Hijrah Sakinah[1]

Emmy Herlina

Semua pasangan muslim tentunya mempunyai satu harapan yang sama setelah menikah, yaitu menjadi keluarga *sakinah, mawaddah, warahmah*. Namun, setelah menjalaninya, kenyataan kadang tak seindah impian. Namanya juga menyatukan dua orang dengan jenis kelamin berbeda, dari keluarga berbeda serta pengalaman hidup berbeda pula. Pastinya ada saja pertengkaran, perselisihan paham, percekcokan yang akan ditemui.

Tak urung, adakalanya beberapa pasangan pun memilih untuk mengakhiri semuanya. Perceraian yang diharapkan menjadi jawaban tetapi di lain pihak turut andil membuat luka baru bagi kedua belah pihak. Tambahan lagi, luka untuk anak-anaknya. Ada baiknya bersama-sama kita terlebih dulu mencoba mengurai satu per satu permasalahan dalam berumah tangga, dengan hati tenang dan kepala dingin, sebelum mengambil keputusan.

Pustaka media publishing

Masalah dalam berumah tangga merupakan akumulasi rangkaian peristiwa sejak usainya pesta pernikahan.

Setiap permasalahan yang timbul, termasuk dalam berumah tangga, biasanya merupakan akumulasi dari rangkaian peristiwa sejak awal pernikahan. Mari kita runut dimulai dari usainya pesta pernikahan. Kenapa? Karena tidak ada satu orang pun yang benar-benar blak-blakan tentang diri sendiri kepada orang lain. Termasuk juga pasangan. Pacaran bertahun-tahun pun tetap tidak menjamin kita memahami 100% tentang pasangan.

[1] Tulisan ini diresume oleh Emmy Herlina dari buku karya Hanny Dewanti yang berjudul *Hijrah Sakinah* (2018).

Tak cukup terkejut dengan karakter sebenarnya dari pasangan. Pun dari pihak keluarganya, baik mertua, ipar, maupun saudara lainnya. Namanya pernikahan tak hanya menyatukan dua orang saja, melainkan dua keluarga besar. Hal yang tidak boleh dilupakan, bahwa tiap keluarga pasti punya kelebihan dan kekurangan masing-masing. Sejengkel-jengkelnya kita tetap harus menerima kondisi mereka. Sulit? Bisa jadi!

Tidak ada salahnya mencoba beberapa tips berikut: jangan lekas marah, doakan yang terbaik, tetap bersikap positif, bicarakan baik-baik dengan pasangan, menjaga jarak dengan keluarga besar. Namun, tetap menjaga silaturahmi dengan baik.

Jangan lupa, tanyakan pula pada diri sendiri. Apakah betul kita sendiri juga sudah jujur pada pasangan sebelum menikah? Apa benar pasangan tidak terkejut dengan diri kita sebenarnya yang dia temui setelah menikah? Bagaimana juga dengan keluarga kita? Jangan-jangan, justru pasangan kecewanya lebih besar dari kita?

Mari berkaca pada pertanyaan ini, apa niat awal kita menikah? Apakah memang sudah karena pilihan sendiri atau karena keterpaksaan. Misalnya, tak tahan dengan desakan usia. Karena pernikahan yang diawali dengan keterpaksaan, kemungkinan nantinya perjalanan ke depan akan lebih seret. Sebaiknya pasangan saling introspeksi dan memperbaiki pola pikir ini. Tidak ada salahnya meminta bantuan konselor pernikahan apabila diperlukan.

Hal tak kalah pentingnya yang juga bisa menjadi permasalahan setelah pernikahan adalah urusan finansial. Perlu sekali adanya keterbukaan antara suami-istri. Seorang istri seharusnya ikut bertanggungjawab terhadap uang suami. Ingat, rezeki itu tidak turun dari langit. Bukan pula dari kantong orang tua. Berani berumahtangga artinya siap untuk mandiri.

Tak kalah pentingnya adalah soal malam pertama. Perlu adanya kesiapan lahir batin dari kedua belah pihak. Tak jarang ditemui, karena kurangnya edukasi mengenai seks, trauma malam

trust media publishing

pertama ini justru menjadikan takut. Maka, hidupkanlah suasana romantis sebelum memulai hubungan intim.

"Semua hal bisa membuat stres dan depresi kalau Anda tidak memahaminya sebagai sebuah konsekuensi pernikahan." ***(Hanny Dewanti)***

Baik suami maupun istri sama-sama bertanggungjawab dalam pekerjaan rumah dan pengasuhan anak.

Semua pasangan umumnya menginginkan anak setelah menikah. Namun, setelah anak pertama lahir, bukannya hubungan membaik, justru malah semakin sering bertengkar. Apa pasal? Ternyata banyak sekali faktornya.

Untuk para ayah juga hendaknya mau bekerja sama dalam pengasuhan anak. Anak laki-laki membutuhkan ayah yang bisa menjadi teladan dan mengajarkan hal yang tidak bisa diajarkan ibunya. Begitu pula dengan anak perempuan, butuh lelaki pertama yang akan menjadi figur, patron lelaki yang akan dicarinya setelah dewasa. Bagi anak perempuan, ayah adalah sosok cinta pertamanya.

Tak hanya permasalahan perbedaan pola asuh antara suami dan istri. Begitu pula pihak lainnya, dari keluarga, tetangga, teman, dan lainnya. Ada kalanya kita bertemu dan ikut campur. Coba ditelaah dulu, apakah komentar itu ada benarnya atau tidak. Teruslah belajar dan menggali ilmu yang banyak.

Tak perlu juga terpancing dengan balapan anak. Misalnya saat bertetangga dan bertemu dengan orang yang membanding-bandingkan. Ingat, kondisi setiap anak berbeda. Yakin, setiap anak mempunyai bakatnya masing-masing. Jangan sampai kita memaksakan anak di satu bidang hingga akhirnya membuat dia jadi tak nyaman, atau malah jadi membenci orang tuanya sendiri.

Berbagi tugas tak hanya soal pengasuhan, tetapi juga pekerjaan rumah. Anak bersama artinya menjadi tanggung jawab

kedua orang tuanya. Begitu pula rumah yang ditempati bersama-sama, adalah tanggung jawab bersama. Sudah banyak laki-laki yang dididik dalam lingkungan keluarga patriarki garis keras yang menganggap urusan dapur, urusan anak, hanyalah urusan perempuan. Padahal Islam saja sudah mengajarkan kesetaraan.

Istri bukanlah seorang pembantu gratisan. Tanggungjawab suami juga menjaga kesehatan pikiran dan mentalnya. Mungkin tidak bisa membantu terjun langsung, setidaknya peduli saja dulu. Tak jarang suami pulang ke rumah yang lebih dulu ditanya adalah anaknya. Jika melihat rumah tak rapi maka istri yang dimarahi. Padahal disadari atau tidak, anak-anak akan melihat dan belajar dari sikap orang tuanya.

Begitu pula pada sebuah kondisi di mana istri yang mendominasi. Terlalu banyak tuntutan dari istri pada suami. Padahal kunci tetap ada pada suami selaku pemimpin rumah tangga. Harus ada tindakan tegas dari suami. Bagaimanapun anak juga tetap akan melanjutkan pengalaman yang dipelajarinya ini.

Sebuah rumah yang indah dan damai bukan rumah yang rapi bersih, melainkan rumah yang nyaman dan tenteram, yang penghuninya melafazkan kalimat *thayyibah* dan penuh senyum. Sebuah keluarga memerlukan seorang pemimpin yang mengayomi seluruh orang di dalamnya. Istri memegang kunci dalam rumah tangganya, tetapi suamilah yang memegang kunci kebahagiaan istrinya.

Ketika pasangan hidup seatap tetapi jarak semakin jauh, permasalahannya ada pada komunikasi.

Tinggal serumah tetapi justru terasa semakin jauh? Apa yang terjadi? Biasanya hal ini terjadi setelah bertahun-tahun pernikahan. Kembali lagi permasalahannya ada pada komunikasi. Baik dari istri yang segan mengeluarkan uneg-unegnya maupun suami yang menganggap diamnya istri berarti sudah terpenuhi semua keinginannya.

Bahkan, saat melakukan hubungan seks yang semestinya menjadi sarana meluapkan cinta antara suami istri, menjadi hambar. Sudah seharusnya suami istri saling bicara untuk mendapatkan hubungan yang baik.

Termasuk pula hendaknya para istri memperhatikan penampilan di hadapan suami. Mengapa berpakaian lusuh di rumah, tetapi begitu keluar langsung berubah menjadi MUA dadakan? Bukankah sebaik-baik istri adalah yang menyenangkan suami. Menjadi cantik pun bukan hanya untuk suami. Melainkan sebagai bentuk menghargai diri sendiri.

Komunikasi adalah kunci keharmonisan hubungan suami-istri. Jika ada istri yang tidak memahami suami, maupun suami yang tidak memahami istrinya, bisa saja karena terjadi sebuah kegagalan komunikasi. Suasana menjadi panas dan sensitif, terjadi salah paham, serta tidak ada yang mau mengalah.

Adanya perbedaan hobi juga bisa membuat jarak antar pasangan. Apalagi jika hobi sudah berubah menjadi kecanduan sampai melupakan kewajiban. Kalau sudah begini, kembali lagi pada komunikasi. Namun, jangan pula melarang suami mempunyai hobi. Kita bisa memilih salah satu, belajar untuk ikut menyukainya atau membiarkan dan mendukung pasangan dengan hobinya. Siapa tahu, dari hobi ini bisa menjadi ajang bisnis.

Kasus lain yang menimpa rumah tangga yaitu KDRT. Alasannya bisa bermacam-macam:

1. Suami merasa superior sehingga mampu melakukan apa saja terhadap istrinya.
2. Suami pernah menjadi korban atau melihat langsung KDRT dalam keluarganya.
3. Karena pengaruh narkoba atau alcohol.
4. Suami merasa terpojok dan terhina.
5. Kegagalan dalam mengolah emosi.

Cara paling ampuh menghentikan KDRT adalah dengan mendekatkan diri kepada Allah Swt. Jika laki-laki telah takluk pada iman, insyaallah akan memiliki kontrol diri yang baik.

"Masalah ada untuk membuat seseorang menjadi lebih dewasa dari sebelumnya." ***(Hanny Dewanti)***

Pertengkaran karena pihak ketiga tak perlu terjadi jika semua saling introspeksi diri.

Sebenarnya rumah tangga itu sudah banyak yang mengincar. Setan paling gemar merusak rumah tangga. Bisa melalui suami pemarah, istri yang terus menerus menuntut, bisa juga dari pihak ketiga. Bagaimana agar tidak terpengaruh godaan pihak ketiga ini? Bisa dengan cara mendekatkan diri kepada Allah Swt. Serta tidak lupa mendekatkan hubungan antar suami istri. Ibarat salat berjamaah, harus rapat safnya agar setan tidak bisa masuk.

Bagaimana bila pihak ketiga berupa pelakor maupun pebinor? Perlu dipertanyakan, apa iya, bila bersama dengan pihak lain ini, akan lebih bahagia dibandingkan dengan pasangan? Begitu pula saat datang godaan mantan. Kalau memang mantan lebih baik dari pasangan, kenapa dulu bisa putus?

Sebenarnya melakukan dosa itu bisa dirasakan. Saat melakukannya, hati kita mengalami keraguan. Karena hati fitrahnya adalah kembali kepada Allah Swt. Berbuat dosa akan membuat manusia hidupnya tidak tenang. Hanya saja manusia suka mencari pembenaran.

Memilih poligami pun harus dipikirkan ulang. Berbuat adil tak hanya kepada istri, tetapi juga keluarganya. Memiliki dua istri artinya memiliki dua mertua, yang artinya ada tanggung jawab untuk tiga keluarga besar; keluarga sendiri, keluarga mertua satu dan keluarga mertua lainnya.

Lalu bagaimana mengatasi gangguan pihak ketiga lain, baik keluarga, tetangga, saudara, teman/rekan kerja? Jangan lupa, ini

keluarga kita, bukan mereka. Mengapa harus mendengarkan komentar dari pihak luar? Keluarga kitalah yang paling utama. Apabila ada yang memberitahukan tingkah pasangan di luar, cobalah dicari kebenarannya terlebih dulu.

Sesungguhnya, tidak ada standar untuk sebuah keberhasilan keluarga. Tidak bisa kita membanding-bandingkan keluarga satu dengan keluarga yang lain. Yang harus dilakukan menuju rumah tangga yang baik adalah menerima kekurangan dan kelebihan anggota keluarga lainnya serta tidak membandingkan dengan orang lain.

Adakalanya kita membutuhkan waktu untuk menyelesaikan permasalahan. Bisa jadi kita membutuhkan jeda untuk saling berintrospeksi. Apabila setelah jeda nanti, benar sudah tidak ada jalan lain selain perceraian, tetap lakukan introspeksi. Sudah banyak di luar sana, pasangan kawin-cerai, dikarenakan ingin mencari pasangan terbaik tetapi lupa memperbaiki diri sendiri.

Jendela inspirasi:

- Keterkejutan menghadapi karakter pasangan serta keluarga besarnya, tak hanya dialami satu pihak saja.
- Mengurus rumah maupun mengasuh anak adalah tanggung jawab bersama.
- Kunci mendekatkan kembali jarak yang merenggang antara suami-istri ada pada komunikasi antar suami-istri dan mendekatkan diri pada Illahi.
- Jangan lupa untuk melakukan introspeksi dan memperbaiki diri sendiri.

***

Emmy Herlina, seorang ASN rumah sakit pusat rujukan seprovinsi Lampung juga sebagai penulis bersertifikasi non fiksi yang telah menerbitkan 12 judul buku. Tulisannya juga bisa dibaca di web https://parapecintaliterasi.com.

Perisai Rezeki Ibu Rumah Tangguh[1]

Hindun Susilawati

Setiap kita memiliki impian tentunya tetapi tak jarang kita merasa hidup kita biasa-biasa saja. Di saat itulah kita butuh melakukan perubahan diri untuk mencapai kesuksesan. Introspeksi diri bagaimana kedekatan kita kepada Sang pemilik hidup, apakah kita sudah baik terhadap orang terdekat kita.

Dalam rangkuman ini, kita akan mempelajari bagaimana langkah-langkah menuju kesuksesan. Langkah untuk memperbaiki kehidupan untuk menggapai sukses berbisnis dan mendapatkan rida Allah Swt tentunya.

trust media publishing

Jangan sampai salah (belum tepat) carper (cari perhatian), carilah perhatian kepada Allah Swt.

Dalam hidup ini kita memiliki keinginan. Saat kita memiliki keinginan yang besar sering kali kita berpikir, "Mungkin gak ya? Bisa gak ya? Bisa gak ya punya uang banyak?" Kita disibukkan dengan dunia untuk mencapai keinginan-keinginan kita. Kita tidak ingat kepada sang pemberi rezeki.

Ketika impian kita belum tercapai atau pada saat kita memiliki persoalan kita hanya fokus pada penyelesaian masalah. Seharusnya kita mendatangi Dia yang memberikan kita persoalan, memohon kepada-Nya agar diberikan penyelesaian terbaik untuk persoalan

[1] Tulisan resume ini ditulis oleh Hindun Susilawati dari buku karya Dina Indriany yang berjudul Perisai Rezeki Ibu Rumah Tangguh (2020).

kita. Ketika kita mendekati Allah kita akan mendapatkan solusi juga cinta dari-Nya.

Mulai saat ini kita mencari perhatian Allah dengan jalan salat tepat pada waktunya. Bukankan saat kita mengalami sesuatu yang tertunda kita merasa kesal dan marah, tetapi ada saat kita menunda salat siapakah yang marah? Salat bukanlah beban salat justru dapat menghilangkan beban yang kita tanggung. Bukankah Allah selalu ingat pada kita. Kita yang sering lupa pada-Nya masih diberikan rezeki. Sudah seharusnya kita bersegera memenuhi panggilan-Nya agar Allah permudah segala urusan kita.

Selain salat diawal waktu kita juga sebaiknya perbanyak ibadah sunah seperti salat Duha. Dengan mengerjakan salat Duha rezeki akan Allah antarkan kepada kita. Setelah melaksanakan salat Duha kita laksanakan salat Tahajud. Dengan melaksanakan salat Tahajud ini Allah akan memberikan solusi untuk pesoalan-persoalan kita juga memudahkan segala urusan kita. Selepas melaksanakan Tahajud laksanakan salat sunah sebelum Subuh, sehabis subuh baca Al-Qur'an.

Selanjutnya yang kita lakukan adalah bersedekah. Sedekah tidak akan membuat kita miskin. Sedekah membuat hidup kita berkah. Terakhir yakni berbakti kepada orang tua. Orang tua adalah jalan surga kita. Meminta restu dan doa kepada orang tua agar hidup kita mendapatkan kemudahan dan kesuksesan.

Terus berbuat baik karena kebaikan untuk diri kita sendiri. Tidak perlu menyimpan dendam atas cacian, makian, fitnah. Memaafkan dengan hati yang tulus tanpa menyimpan rasa dendam atau tidak enak. Meluaskan hati kita terhadap orang-orang yang bersikap tidak baik pada kita.

"Banyak orang termasuk saya, senang dapat rezeki, tapi tidak mau ngedeketin Maha Pemilik Rezeki." ***(Dina Indriany)***

Ernst media publishing

Ibu rumah "Tangguh" adalah ibu seorang ibu yang menjalankan kewajibannya terhadap keluarganya.

Seorang wanita yang telah menikah memiliki kewajiban terhadap keluarganya. Rida suami adalah yang utama bagai seorang istri. Rida suami adalah jalan menuju surga dunia dan akhirat. Lakukan kewajiban kita sebaik-baiknya sebagai seorang istri meskipun terkadang kita merasa tidak sejalan. Layani suami hingga mendapatkan ridanya seratus persen karena rida Allah terletak pada rida suami sehingga ini akan melancarkan segala usaha yang kita lakukan.

Setelah meraih rida suami yang perlu kita lakukan selanjutnya adalah belajar mendidik anak. Sebaiknya sebelum mendapatkan amanah dari Allah untuk menjadi orang tua kita harus belajar terlebih dahulu, bagaimana menjadi orang tua? Bukankah bila kita ingin mengelola perusahaan atau berbisnis kita harus belajar. Maka sudah seharusnya untuk menjadi orang tua kita harus belajar.

Kegagalan dalam bisnis bisa kita ulang tetapi kegagalan dalam mendidik anak tidak dapat kita ulang. Anak belajar dari apa yang mereka lihat dan dengar dari orang tuanya karena rumah adalah sekolah pertama anak kita. Kita sebagai orang tua adalah guru pertama bagi mereka.

Agendakan untuk setiap hari menemani anak-anak kita saat belajar, bermain dan berbicara. Tidak hanya menyuruh mereka untuk belajar. Membacakan buku untuk mereka dan mengajak berdiskusi tentang buku yang kita baca bersama. Ajak mereka bermain yang membangun interaksi antara orang tua dan anak.

Selanjutnya mengajak mereka berbicara, tanyakan perasaan mereka, kejadian yang mereka lalui pada hari itu. Ajak berbicara mengenai hobi atau berdiskusi tentang film yang mereka tonton. Semua aktivitas itu mendekatkan kepada anak.

Untuk para suami, bahagiakan istrimu maka hidupmu akan bahagia. Bila seorang suami membahagiakan istrinya maka Allah

akan memudahkan segala urusannya. Jadi intinya bila ingin meraih kesuksesan muliakan dan bahagiakan orang terdekat kita yaitu orang tua, pasangan dan anak.

Bersemangat *shopping* otak seperti membeli buku dan mengikuti seminar untuk menambah wawasan.

Wanita suka sekali belanja, tetapi sebagian besar orang malas untuk belanja buku, mengikuti seminar atau pelatihan yang menambah wawasan kita. Kita dapat mengubah kehidupan kita dengan membaca dan mengikuti pelatihan mengembangan diri. Inilah yang dinamakan shopping otak. Kita *upgrade* pengetahuan kita melalui buku dan pelatihan-pelatihan untuk mengubah kehidupan kita menjadi lebih baik.

Minat baca penduduk Indonesia masih sangat rendah sekali. Saat ini para orang tua memaksakan anak-anaknya untuk cepat membaca dan berhitung. Memaksakan anak untuk cepat bisa membaca tidak membuat anak suka membaca.

Dengan banyak membaca kita akan lebih kreatif dan imajinatif. Membaca buku menambah kosakata dan tentunya wawasan kita. Buku yang kita baca juga mempengaruhi pola pikir dan cara pandang kita. Banyak sekali manfaat membaca buku maka sebaiknya kita anggarkan untuk membeli buku setiap bulannya.

Jangan pernah berhenti untuk belajar, menjadi orang tua harus belajar, membuka usaha juga harus belajar. Sediakan waktu dan uang untuk belajar meng-*upgrade* ilmu. Ikuti majelis-majelis ilmu, seminar dan training agar wawasan bertambah sehingga dapat membuat hidup kita lebih baik.

Shopping otak selanjutnya adalah memilih teman. Karena lingkungan pergaulan kita mempengaruhi pencapaian kehidupan kita. Bergaulah dengan teman yang baik salihah agar ikut menjadi salihah. Siapa mentor kita siapa teman kita itu mempengaruhi pola pikir kita. Cari teman yang satu tujuan.

"Jika Anda mau sukses pelajarilah mindset dan kebiasaan orang-orang yang telah sukses. Apa yang membuat mereka tidak berhenti meskipun mereka gagal berkali-kali." ***(Dina Indriany)***

Ketahui apa saja yang menyebabkan rezeki kita menjadi drop dan hindarilah.

Ada hal-hal yang menyebabkan rezeki kita tidak lancar yang pertama adalah kita jauh dari Al-Qur'an. Al-Qur'an adalah pedoman hidup kita. Al-Qur'an adalah penghubung kita dengan Allah Swt. Selalu berinterksi dengan Al-Qur'an akan membawa keberkahan dalam hidup kita.

Kebocoran rezeki selanjutnya adalah tidak teliti dan tidak hati-hati. Jangan mudah percaya dengan orang sebaiknya kita lihat terlebih dahulu sebelum kita berbisnis atau bergaul dengan seseorang.

Ketiga, penyebab kebocoan rezeki adalah ghibah. Ghibah ini cenderung dilakukan oleh wanita. Kebaikan akan menghadirkan rezeki sementara dosa menutup rezeki. Ghibah adalah salah satu dosa.

Keempat, yang menyebabkan kebocoran rezeki adalah dendam, dengki dan dongkol. Semua perasaan itu adalah energi negatif dan dosa sehingga dapat menghambat datangnya rezeki. Dendam, dengki dan dongkol juga mempengaruhi kesehatan kita.

Penyebab kebocoran rezeki kelima adalah merokok. Rokok memiliki banyak sekali mudarat dari pada manfaat. Rokok merusak kesehatan kita dan orang lain di sekitar kita itulah mengapa rokok menyebabkan rezeki tidak lancar.

Selanjutnya penyebab kebocoran rezeki adalah buka tutup aurat. Menutup aurat bagi seorang muslimah adalah kewajiban. Bila kita sayang kepada orang tua kita maka tutuplah aurat kita

trust media publishing

karena ayah kita akan dimintai pertanggung jawaban bila istri, anak dan saudara perempuannya tidak menutup aurat. Buktikan cinta kita kepada orang tua dengan menutup aurat kita.

Kebocoran rezeki yang ketujuh adalah mental miskin. Mengharapkan traktiran atau mengharapkan pemberian dari orang lain adalah mental miskin. Nabi Muhammad Saw selalu mengajarkan kita untuk memberi. Orang yang memberi lebih mulia daripada orang yang meminta-minta.

Mental kaya adalah selalu memikirkan dan mau berbagi dengan orang lain bukannya harta tetapi ilmu dan cinta. Sementara mental miskin hanya memikirkan dirinya sendiri takut untuk berbagi dengan orang lain.

Kita bukan *wonder woman*, kita akan lebih sukses jika bekerja bersama tim.

Memilih teman penting sekali karena lima orang teman kita akan mempengaruhi kehidupan kita. Kita dapat berteman dengan orang-orang sukses dengan mengikuti media sosialnya, membaca karya-karyanya. Berteman dengan orang sukses kita akan belajar bagaimana meraih kesuksesan.

Ketika kita bekerja bersama tim tentu kita akan menemukan berbagai karakter yang berbeda. Tidak mudah menyatukan berbagai karakter, Allahlah yang dapat menyatukan hati. Memahami, men-*support* dan menurunkan ego masing-masing adalah kuncinya.

Dalam membangun tim ujian demi ujian datang untuk menguatkan tim, karena Allah hendak menaikkan derajat kita. Butuh kegigihan untuk menjadi luar biasa. Sesuatu yang tidak mungkin akan terwujud bila kita dan tim bersama Allah.

Di dalam tim ada berbagai karakter kita dapat menjumpai orang yang tidak percaya diri karena kekurangannya kita *support* agar terus mau belajar memperbaiki kekurangannya.

Ada juga yang memiliki berbagai kelebihan kita *support* untuk mengembangkannya.

Kita juga dapat menemui orang yang egois di dalam tim tetapi dengan kita belajar meng-*upgrade* diri melalu membaca dan mengikuti seminar, kita akan belajar bagaimana cara menurunkan ego. Persoalan yang hadir membuat kita menjadi dewasa dan semakin kuat.

Kita dan tim harus memiliki kemauan untuk belajar dan gigih berjuang di saat ujian hadir. Kesuksesan bukan kita raih untuk melejitkan diri kita pribadi, kesuksesan adalah apabila kita dan tim meraih sukses bersama.

> *"Sendiri pun sebenarnya kita bisa saja jadi hebat, tapi jika bersama akan jauh lebih hebat."* ***(Dina Indriany)***

Jangan asal *action*, buat perencanaan dengan menentukan tujuan, luaskan niat, cari mentor dan terus belajar.

Dalam memulai usaha jangan asal bertindak (*action*), perlu perencanaan dan perlu belajar. Tahap awal yang harus kita lakukan adalah menentukan tujuan agar jelas arah tindakan kita. Tentukan tujuan dengan membuat *goal setting*, utamakan capaian ibadah karena yang memudahkan jalan kita adalah Allah Swt.

Terkadang saat kita menentukan ujian persoalan datang. Persoalan yang hadir itu adalah tanda kita akan naik kelas. Allah memberikan ujian sesuai dengan kemampuan kita dan tentunya kita dapat menyelesaikan dan melaluinya. Persoalan membuat kita semakin tangguh, semakin matang dan semakin kreatif.

Setelah menentukan tujuan yang ingin kita capai selanjutnya kita luaskan niat kita. Maksudnya niatkan kesuksesan yang kita capai bermanfaat untuk banyak orang bukan untuk kita sendiri. Agar niat kita tidak melenceng kita harus fokus menjadi yang

terbaik dihadapan Allah. Selalu luruskan niat karena Allah agar tujuan kita tercapai. Hati-hati dengan kesombongan, ketika kita merasa hebat karena tujuan tercapai saat itu luruskan kembali niat kita.

Berbisnis tidak harus pintar dalam akademik, tidak harus kaya atau terkenal yang terpenting adalah mau belajar. Memulai bisnis tidak harus dengan membuat produk sendiri, kita dapat memulai dengan menjualkan produk orang lain menjadi *reseller* istilahnya. Rasulullah Saw memulai bisnis juga dengan menjadi *reseller*.

Cari mentor untuk membimbing bisnis kita. Carilah mentor yang juga merupakan praktisi bisnis, yang memiliki spriritual bagus, ikuti paling banyak tiga orang yang sesuai dengan bisnis yang kita jalani, ikuti media sosialnya, ikuti seminar yang diadakan, dekati orangnya dan ikuti kebiasaannya.

Zaman terus berubah, kita harus dapat mengikuti perkembangan zaman itulah sebabnya kita harus *shopping* otak untuk meng-*upgrade* ilmu. Baca buku, ikuti seminar dan ikuti kebiasaan baik dari para mentor kita itulah cara *shopping* otak.

trust media publishing

Kenali diri kita, setiap manusia memiliki kelebihan dan kekurangan, kembangkan kelebihan dan perbaiki kekurangan.

Setiap orang memiliki kemampuan masing-masing yang dibawa semenjak lahir. Bukan hanya kelebihan yang dimiliki tetapi juga manusia memiliki kekurangan. Saat kita berjuang ada fase titik lelah atau di dalam istilah pertandingan Formula 1 disebut *pit stop.* Fase *Pit stop* ini fase untuk berbenah sama kita pun saat menghadapi fase ini kita harus memperbaiki diri, mengecas energi.

Saat berkarier ada dua hal yang harus dihidari, yaitu kesombongan dan rasa tidak percaya diri. Kesombongan

membuat harga diri jatuh juga membuat orang di sekitar kita tidak nyaman dengan kita. Kesombongan membawa sifat negatif lainnya seperti tidak mau belajar karena merasa sudah pintar, tidak mau meminta maaf karena selalu merasa benar dan sifat negatif lainnya. Kesombongan ini membawa kita pada kehancuran.

Rasa tidak percaya diri membuat kita tidak mudah berkembang. Kita merasa tidak punya potensi, membuat kita mudah mengeluh, menyalahkan orang lain, menyalahkan keadaan. Untuk itu kita perlu mengenal diri kita, cari kekuatan utama dalam diri kita. Kelebihan kita kembangkan, sementara kekurangan diri kita perbaiki.

Kita perlu mengetahui genetika *personality* untuk mengetahui kekuatan dan kekurangan dalam diri kita. Setelah kita mengetahuinya kita lakukan yang terbaik tujuan kita adalah bagaimana orang mengenang kita saat kita telah tiada. Lakukan kebaikan yang bermanfaat untuk banyak orang, sejatinya kebaikan akan kembali kepada kita sendiri.

"Hidup adalah proses belajar tanpa ada batas umur tanpa ada kata tua, jatuh berdiri lagi, kalah mencoba lagi, gagal bangkit lagi. Jangan mencoba untuk menyerah jangah menyerah untuk mencoba. Sampai Allah berkata, 'Waktunya pulang'." ***(Dina Indriany)***

Jendela inspirasi:

- Untuk meraih kesuksesan dalam hidup yang pertama kita lakukan adalah mendekati Allah. Lakukan ibadah terbaik dengan mengaharapkan rida-Nya, bila Allah rida maka jalan kita akan mudah.
- Muliakan dan bahagiakan orang di sekitar kita yaitu orang tua, suami dan anak-anak kita. Dengan rida orang tua dan suami juga kebahagian anak kita pun akan meraih keridaan Allah.

- Isi diri kita dengan ilmu. Bersemangat belajar dengan rutin membaca buku, mengikuti seminar dan pelatihan juga memilih teman terdekat.
- Jauhi perbuatan-perbuatan dosa dan maksiat karena akan menghambat kita untuk menuju kesuksesan. Dosa menghambat doa-doa kita terkabul.
- Kita dapat meraih sukses dengan sendiri tetapi bila bersama tim kita akan jauh lebih sukses. Bangun tim dengan saling mengenal, memahami, menurunkan ego kita dan men-*support* satu sama lainnya.
- Sebelum melakukan sesuatu kita butuh perencanaan. Yang pertama adalah tentukan tujuan kita. Selanjutnya kita luaskan niat dan luruskan niat, cari mentor dan terus semangat belajar mengikuti perkembangan zaman.
- Kenali kelebihan dan kekurangan diri kita. Kuatkan kelebihan kita dan perbaiki kekurangan diri kita.

***

Hindun Susilawati, seorang ibu rumah tangga yang sedang belajar di Pesantren Penulis, bisa dihubungi melalui e-mail hs060486@gmail.com, Facebook Hindun Susilawati, Instagram @hidun.bukusiroh.

trust media publishing

Inilah Indahnya Islam dengan Manajemen Qolbu[1]

Elis Nur Fitriyati

Permasalahan yang datang dalam kehidupan ini terutama di negeri tercinta ini membutuhkan sentuhan yang mungkin berbeda. Terkadang permasalahan hadir justru tidak dapat terselesaikan dengan baik. Hal ini sering dikarenakan emosi yang dikedepankan. Oleh karena itu perlu keyakinan bahwa setiap permasalahan atau musibah hadir sebagai bentuk ujian dari Allah. Selain itu, membutuhkan kebeningan hati (qolbu) dalam menyikapinya. Semakin bening hati seseorang, semakin terasa ringan dia ketika menghadapi ujian tersebut. Maka semakin mudah pula dia mendapatkan solusi dari permasalahan tersebut.

Dengan kebeningan hati (qolbu) segala permasalahan dapat diselesaikan dengan kelapangan hati. Jika hati lapang, maka permasalahan yang besar atau pun sulit pun akan tampak kecil dan mudah terselesaikan. Hati yang lapang erat kaitannya dengan suasana hati. Oleh karena itu, pentingnya kita bisa mengelola suasana hati dengan Manajemen Qolbu.

Tiga potensi yang ada di dalam diri manusia untuk mencapai hidup yang mulia.

Dalam diri manusia terdapat tiga potensi yang memiliki peran penting. Peran tersebut bisa menjadikan manusia hidup mulia. Sebaliknya, ketiga potensi tersebut juga bisa menjadikan

[1] Tulisan resume ini ditulis oleh Elis Nur Fitriyati dari buku karya Abdullah Gymnastiar yang berjudul *Inilah Indahnya Islam dengan Manajemen Qolbu* (2005).

manusia hina. Oleh karena itu, penting bagi manusia untuk bisa memiliki dan mengelola ketiga potensi tersebut dengan baik.

Yang pertama potensi fisik, yaitu setiap manusia seharusnya bisa memaksimalkan potensi fisiknya supaya bisa memiliki badan yang sehat dan kuat. Dengan fisik yang sehat dan kuat, seseorang bisa mencapai kemuliaan hidup apabila didampingi dengan akhlak yang mulia. Walapun tidak menutup kemungkinan, manusia yang dianggap memiliki fisik yang kurang kuat pun bisa memiliki kemuliaan hidup. Namun alangkah baiknya, sesuai dengan yang Islam anjurkan agar setiap muslim memiliki fisik yang kuat karena seorang mukmin yang kuat lebih baik dan lebih dicintai Allah.

Yang kedua potensi akal, yaitu keistimewaan yang diberikan Allah khusus hanya kepada manusia. Akal ini selayaknya digunakan untuk berpikir kearah yang baik yang diridai Allah. Dengan akal manusia bisa bertahan hidup dan berjuang untuk memenuhi keinginannya. Oleh karena itu, apabila akal atau kepintaran manusia digunakan dijalan yang baik maka tidak mustahil akal yang manusia miliki dapat menjadi jalan untuk mendapatkan kemuliaan hidup.

Yang ketiga potensi qolbu atau yang sering kita sebut hati. Tidak semua orang memiliki semangat atau bahkan keinginan untuk bisa mengembangkan potensi ini. Qolbu merupakan potensi yang istimewa yang dimiliki manusia. Dengan qolbu (hati) inilah yang menjadikan manusia bisa mengendalikan potensi fisik dan akal sehingga bisa mencapai kedudukan mulia.

Dengan hati yang bersih akan berpengaruh pada cara berpikir seseorang. Ketika hatinya bersih, maka tidak akan terlintas sedikit pun di dalam pikirannya untuk berbuat kotor, jahat atau bahkan untuk sekadar membuat orang lain kecewa atau marah. Dengan hati yang bersih, setiap langkahnya akan dipikirkannya baik-baik sehingga tidak akan ada perbuatan yang sia-sia.

Akal yang disertai dengan hati yang bersih akan memberikan kenikmatan hidup. Sehingga potensi yang ada pun akan mencuat.

trust media publishing

Potensi yang berupa produktivitas kearah yang baik pun akan mengalir dengan mudah. Selain itu, ketika produktivitas hidup semakin meningkat maka motivasi untuk bisa selalu lebih baik pun akan terus terpacu.

Selain itu seseorang yang bersih hati akan mampu meredam kegelisahan dalam hidupnya. Hal ini dikarenakan dia mampu mengatur atau mengendalikan kegelisahaannya itu dengan berpikir jernih. Baginya yang keluar dari mulut dan pikirannya hanyalah yang berkualitas baik. Maka dia pun mampu mendapatkan ide (gagasan), solusi atau bahkan bisa menangkap hikmah dari setiap kegelisahannya.

"Penyebab busuk hati bisa bermacam-macam, salah satunya adalah karena terlalu cinta pada dunia (hubud dunya). Kegelisahan sering dialami oleh orang yang sangat mencintai dunianya. Jabatan, pangkat, kehormatan, dan harta menjadi sesuatu yang sangat dibanggakan." ***(Abdullah Gymnastiar)***

Upaya mengendalikan diri dengan kebeningan hati (qolbu) untuk mencapai kemuliaan hidup

Setiap manusia menyukai sesuatu yang indah berupa kesuksesan hidup. Namun manakala keindahan itu sulit untuk diraih, maka yang hadir hanya kekecewaan dan kegelisahan. Berbeda bagi manusia yang memiliki hati yang bersih, setiap kekecewaan atau kegelisahannya akan dihadapi dengan ketenangan. Dia akan berupaya untuk menjaga kualitas hidupnya di hadapan Allah Swt.

Seseorang dengan hati yang bersih mengenal Allah Azza wa Jalla dengan baik. Semakin bening atau bersih hatinya, dia akan semakin mengenal Allah. Sehingga kualitas hidupnya pun akan semakin meningkat. Dia akan memiliki pribadi yang hebat yang mempesona.

Pribadi yang mempesona ini tidak akan mudah untuk berbuat yang sia-sia. Ketika dia mendapatkan kesuksesan entah berupa harta atau jabatan, dia tidak akan berbangga diri atau sombong. Dengan kesuksesannya dia akan berucap syukur dan bersikap rendah hati. Selain itu, yang ada di dalam pikirannya pun hanyalah kesadaran bahwa kesuksesan baik yang berupa harta atau jabatan adalah hanya titipan Allah semata.

Harta atau jabatan sebagai titipan Allah, maka kapan pun Allah akan mengambilnya jika Dia berkehendak. Oleh karena itu, seseorang yang mengenal Allah dengan baik, dia akan menjadikan harta atau jabatan tersebut untuk lebih dekat dengan Allah. Dia akan menggunakannya untuk beribadah di jalan Allah. Jabatannya akan membuatnya semakin rendah hati dan hartanya akan membuatnya semakin dermawan.

Selain itu ketika musibah datang pun seseorang yang senantiasa menjaga keindahan serta kesucian hatinya (qolbunya) akan tetap bisa merasakan kenikmatan dan kemuliaan hidup. Hal ini bisa menjadi kunci seseorang untuk menggapai kesuksesan dalam hidupnya. Oleh karena itu, musibah atau ujian yang datang bagi yang memiliki hati yang bersih akan tetap terasa nikmat sehingga hidupnya tetap terasa indah. Baginya ujian atau musibah yang Allah berikan adalah sebagai bukti kasih sayang Allah agar hidupnya semakin berkualitas.

Orang yang mampu menjaga hatinya tetap bening, bersih dan jernih, dia tergolong orang yang beruntung. Hal ini karena dia sudah mampu mengendalikan suasana hatinya. Sehingga dia hanya merasakan ketenangan, kelapangan dan ketenteramanan. Selain itu, dia akan mampu merasakan kesejukan dan keindahan hidupnya. Semua itu dapat terlihat jelas di setiap tindakan kesehariannya atau aktivitas yang dilakukannya.

Adapun untuk bisa menjaga hati (qolbu) tetap bersih, ada beberapa hal yang bisa kita lakukan. Yang pertama, dengan cara menghindari perbuatan maksiat. Namun, apabila sudah terlanjur

kita pernah berbuat dosa atau maksiat, maka bersegeralah untuk bertobat, menyesalinya dan memohon ampun kepada Allah. Kedua, perbanyaklah membaca Al-Quran. Dengan membaca ayat-ayat Allah, hati akan hidup.

Selanjutnya, yang ketiga kita harus memperbanyak menuntut ilmu. Dengan ilmu kita akan semakin termotivasi dan tahu apa yang harus kita lakukan. Terakhir adalah mencari lingkungan yang baik. Ketika kita berkumpul dengan orang-orang yang baik (saleh salihah) maka akan mudah bagi kita untuk ikut menjadi baik.

Semoga dengan menjaga keempat hal tersebut kita akan senantiasa memperbaiki diri dan menjaga hati tetap bersih, karena musibah atau bencana yang datang tidak lain karena hasil dari perbuatan kita sendiri.

"Ingatlah Saudaraku, hidup hanya satu kali. Mungkin tidak lama lagi kita akan mati. Marilah kita bersama-sama bergabung dalam barisan orang-orang yang terus memperbaiki diri. Mudah-mudahan kita diberi kekuatan dan kesabaran untuk menjadikan hidup ini indah dan prestatif dengan bening hati, insya Allah."
(Abdullah Gymnastiar)

trust media publishing

Beberapa sifat-sifat yang menjadikan seorang muslim itu tampak indah.

Sudah menjadi fitrah apabila manusia mencintai keindahan. Namun keindahan dari seorang muslim tentunya apabila dia bisa menghiasi dirinya dengan akhlak yang mulia. Akhlak yang mulia ini akan memudahkannya untuk bisa menggapai kehidupan yang mulia. Untuk bisa mewujudkannya ada Beberapa sifat yang harus bisa dimiliki seorang muslim, diantaranya adalah kesabaran.

Sesuai dengan janji Allah, sesungguhnya Allah itu amat dekat dengan ahli sabar. Bahkan Allah memerintahkan seorang muslim

untuk menjadikan sabar dan salat sebagai penolongnya. Sehingga ketika menghadapi suatu persoalan atau musibah, kesabaran akan berdampak pada ketenangan dalam hidupnya. Maka Allah pun akan melimpahkan pahala yang tidak terputus bagi mereka yang bisa bersabar. Kesabaran juga sebagai bukti keimanan seorang muslim dalam upaya menjaga keyakinannya bahwa segala yang terjadi atas izin Allah Swt.

Sifat yang kedua adalah menyesali diri dari perbuatan dosa atau bertobat. Setiap manusia memiliki kekurangan dan kejelekan, maka kepada Allahlah, kita memohon ampunan. Ciri orang bertobat adalah menyesali kesalahannya. Ketika seseorang mampu bertobat dengan kesungguhan hati maka ini adalah bagian dari rezeki yang Allah berikan.

Adapun ciri-ciri orang yang sudah bertobat adalah menyesal, memohon ampun kepada Allah dan bersungguh-sungguh untuk tidak mengulangi kesalahan yang sama. Tobat seseorang dibedakan berdasarkan beberapa tingkatan, seperti: tobat orang awam yang bertobat hanya untuk dosa-dosa yang besar, tobat orang khusus yaitu orang yang sudah bertobat dari dosa-dosa kecil, bertobat orang khusus bil khusus yaitu orang yang bertobat karena merasa lalai dari mengingat Allah.

Untuk mengetahui apakah tobat seseorang diterima, dapat dilihat dari ciri-cirinya. Diantaranya; 8 terlihat lebih bersih karena sudah bisa menahan diri dari perbuatan dosa, hatinya selalu lapang dan gembira. Selain itu, dia selalu berusaha mencari lingkungan yang baik agar dapat berkumpul dengan orang-orang saleh dan kualitas amalnya pun semakin meningkat. Dia pun sudah bisa menjaga lidahnya dari perkataan buruk sehingga yang ada di dalam pikirannya pun hanya pikiran yang baik.

Sifat yang ketiga yang bisa menjadi perhiasan bagi seorang muslim adalah kecintaannya kepada Allah sehingga dia rajin bermunajat (berdoa dan beribadah) kepada Allah. Setiap hajatnya dia sampaikan kepada Allah sehingga setiap hasilnya pun dia pasrahkan dengan apa yang menjadi keputusan Allah.

trust media publishing

Sifat yang keempat adalah hidup bersama rasul, yaitu seorang muslim akan menjadikan Rasulullah sebagai contoh teladan dalam kehidupannya. Oleh karena itu, dia akan berusaha dengan sungguh-sungguh untuk mengenal pribadi Rasulullah dengan baik. Selain itu, dia akan berusaha mengamalkan segala sikap dan perilaku yang sudah dicontohkan oleh Rasulullah. Insyaallah dengan mengerjakan semua itu dengan ikhlas, dia akan mendapatkan banyak manfaat baik untuk kehidupan di dunia maupun di akhirat nanti.

Yang terakhir adalah sifat bersahaja. Ini adalah sumber kehormatan seseorang yang sesungguhnya. Dengan sifat ini, dia akan merasakan ketenangan dalam menjalani hidupnya. Dia tidak akan memiliki beban karena sudah terbiasa hidup bersahaja yaitu hidup dengan tidak mengharap pujian dari orang. Dia akan berusaha ikhlas menjalaninya semata karena Allah.

Upaya menjadikan diri seorang muslim tampak indah di lingkungannya dan Islam menjadi rahmat untuk seluruh umat manusia.

Seorang muslim tidak hanya hidup untuk dirinya sendiri, tetapi dia harus bisa bertahan hidup di tengah-tengah masyarakat atau lingkungannya. Oleh karena itu, untuk menjaga pribadi muslim ini tetap terjaga sehingga tetap memiliki keindahan akhlak di tengah masyarakat, maka ada beberapa sifat yang harus dia jaga dan pelihara.

Sifat-sifat tersebut diantaranya rasa kasih sayang, ramah terhadap orang lain, mampu menjaga silaturahmi, menghargai setiap perbedaan, menegakkan keadilan, menjaga martabat (kehormatan) orang lain sehingga tidak ada orang di sekitarnya yang merasa terancam kemerdekaannya dan yang terakhir adalah mencintai perdamaian sehingga seorang muslim akan sekuat tenaga menciptakan suasana damai di lingkungannya.

Ketika pribadi muslim sudah bisa menjaga kemuliaan akhlaknya maka bukan hal yang sulit apabila di lingkungan tempat dia berada manakala terjadi perbedaan, dia akan menghadapinya dengan hati yang bersih. Selain itu dia akan mampu menyikapi perbedaan tersebut sebagai rahmat dari Allah. Sehingga perbedaan tidak akan menyebabkan perpecahan tetapi justru akan memperkuat persatuan.

Upaya untuk menjadikan suatu perbedaan itu menjadi rangkaian yang indah adalah dengan menciptakan kebersamaan dengan rumus sederhana 5M. Yang pertama *menyadari* yaitu kita harus betul-betul menyadari bahwa perbedaan itu ada.

Yang kedua *memahami* yaitu selalu mencoba memahami setiap perbedaan yang ada. Yang ketiga *memaklumi* setiap perbedaan yang ada, yang keempat *memaafkan* dan yang kelima adalah *memperbaiki* yaitu apabila ternyata perbedaan itu dirasa kurang baik, maka kita harus ada keinginan untuk memperbaikinya.

Jendela inspirasi:

- Dengan hati (qolbu) yang bersih, seorang muslim bisa memaksimalkan potensi fisik dan akalnya untuk mencapai kemuliaan hidup.
- Dengan menjaga kedekatan dengan Allah maka hati akan terjaga kebeningannya.
- Keindahan seorang muslim terletak pada sifat-sifat yang menghiasi kehidupannya.
- Akhlak yang mulia menjadi kunci seorang muslim untuk dapat hidup di tengah-tengah masyarakat dan menjadikan Islam hadir sebagai petunjuk bagi seluruh umat manusia.

***

Elis Nur Fitriyati, seorang guru di SMP di kota Tegal, bisa dihubungi lewat elisnurfitriyati@gmail.com.

BAB 2.

IMPROVE YOURSELF

Man Shabara Zhafira[1]

Success in Life with Persistence

Attia Mahda

Semua manusia, dalam berbagai peran dan profesinya, tentu ingin hidup sukses. Baik sebagai mahasiswa, pengusaha, pendidik atau pun politikus, ingin meraih *achievement* tertingginya. Namun dalam realita keseharian, kita menjumpai tidak semua orang berhasil mencapai puncak kesuksesan.

Faktor penyebabnya, bisa jadi ia tak mengetahui cara menuju sukses. Bila pun sudah mengetahui caranya, ia tak bersabar menjalani prosesnya. Faktor penyebab kedua ini rupanya yang menjangkiti sebagian besar manusia. Banyak orang ingin sukses seperti tokoh tertentu secara instan. Tanpa mau meniti jalan panjang kesuksesan. Mereka lupa kesuksesan diliputi kesabaran yang butuh pengorbanan, perjuangan dan istikamah.

trust media publishing

Jelasnya tujuan hidup, disertai tekad yang kokoh untuk meraihnya merupakan penyebab utama seseorang memiliki jiwa sabar.

Hidup adalah perjalanan yang panjang dan melelahkan. Untuk sampai ke titik akhir, setiap orang harus memiliki destinasi dan kompas sebagai alat bantunya. Apakah mungkin seseorang tanpa arah tujuan mencapai titik akhir yang dituju? Apakah mungkin tanpa bantuan kompas ia akan sampai? Kemungkinannya kecil. Kalau pun sampai, ia akan menempuhnya dalam waktu yang sangat lama.

---

[1] Tulisan resume ini ditulis oleh Attia Mahda dari buku karya Ahmad Rifa'i Rif'an yang berjudul *Man Shabara Zhafira* (2021).

Di antara ciri khas orang-orang sukses, ia memiliki tujuan hidup yang jelas. Kemudian ia menuliskan tujuan itu dalam bentuk impian-impian besar. Impian yang melewati segala keterbatasan dan kelemahan. Impian yang sering tampak mustahil bagi orang lain. Namun ia tak perduli. Ia menutup mata dan telinga, lalu fokus mengejar mimpinya.

Impian besar yang lahir dari kesungguhan tekad itu, di-*breakdown* dalam target-target yang terperinci. Sehingga jelas apa, kapan, bersama siapa serta bagaimana cara mencapai mimpinya. Dalam perjalanan, target itu menjadi acuan untuk proses evaluasi. Jadi bukanlah sekadar mimpi bualan yang tercantum indah, tetapi mimpi yang menjadi penuntun menuju arah kesuksesan.

Kita mengenal nama besar para imam dan ulama dengan kitab masyhurnya. Telinga kita tak asing dengan nama Wright bersaudara, Alexander Graham Bell atau Bill Gates. Mereka adalah contoh, bagaimana impian melangit dapat terealisasi melintasi zaman dan tempat. Maka jangan pernah takut bermimpi! Karena hal fantastis sering berawal dari impian yang tampak mustahil.

Tidak ada yang mustahil saat kita bersama Allah. Allah yang Mahabesar dan Mahakuat, tempat kita mengadu dan bergantung. Di atas faktor manusiawi (ikhtiar, kecerdasan, keuletan), takdir dan pertolongan Allah menjadi penentu utama keberhasilan.

"Jangan pernah mengerdilkan kuasa Tuhan dengan impian-impian kerdil kita. Kalau Tuhan kita Mahahebat, kenapa kita minta yang remeh-remeh?" ***(Ahmad Rifa'i Rif'an)***

Tak cukup hanya bermimpi, buktikan sabar kita dengan memulai bekerja, lalu tetaplah bekerja sambil membahagiakan diri dan sesama dalam pekerjaan.

Bila kita ingin melatih diri untuk bersabar, impian saja tidak cukup. Ibarat fondasi bangunan, sekokoh apapun tidak akan

menjadi bangunan yang megah bila dibiarkan teronggok begitu saja. Maka impian besar yang telah dipecah dalam target-target itu harus segera direalisasikan.

Mulailah bekerja! Mulai dengan keberanian dalam melangkah. Jangan sungkan mencoba hal-hal yang baru. Tantang diri dengan berbagai peluang baru dan pencapaian-pencapaian yang lebih tinggi. Sehingga diri kita mengerahkan seluruh potensi dahsyatnya yang masih terpendam.

Kemudian, kunci berikutnya adalah disiplin dalam manajemen waktu. Allah memberikan modal waktu sama bagi setiap makhluk-Nya. Kita melatih jiwa sabar dengan memenuhi waktu dengan kerja-kerja produktif. Kita tetap bekerja di saat orang lain bersantai. Berupaya sabar menunda kesenangan untuk pencapaian yang lebih besar dan lebih indah.

Di tengah pekerjaan, bila menemui hal yang tidak sesuai harapan, tetaplah *positive thinking*. Selain berpikiran positif, kita jaga pula agar lisan hanya berkata yang baik. Karena perkataan baik akan membentuk jiwa raga yang baik pula. Seperti penelitian seorang ilmuwan Jepang mengenai respon air terhadap kata-kata. Air yang diperdengarkan kata-kata baik, akan membentuk molekul-molekul yang indah. Sebaliknya bila dilontarkan kata-kata buruk, molekulnya tak beraturan dan kacau. Demikian pula yang terjadi saat 70% komponen cairan dalam tubuh kita merespon kata-kata.

Aktivitas bekerja sepantasnya membuat diri kita bahagia. Sebisa mungkin kita memilih aktivitas dan pekerjaan yang kita cintai, agar bisa optimal menjalankannya. Adapun perkara hasil dan materi, akan menyusul dengan sendirinya seiring keseriusan dan kegigihan kita.

Tak puas membahagiakan diri sendiri, kita pun bekerja untuk membahagiakan orang lain. Aktivitas yang kita lakukan dalam pekerjaan, tidak berhenti pada keberhasilan diri pribadi. Namun harus bermanfaat luas dan memberdayakan orang lain.

Semakin banyak orang yang kita berdayakan, semakin banyak pula orang yang kita bahagiakan. Semakin banyak menebar kebahagiaan, semakin berlipat ganda kebahagiaan yang kita rasakan. Demikianlah rumus kebahagiaan orang-orang sukses.

Bagi pemilik jiwa sabar, masalah dalam kehidupan akan meningkatkan kualitas dan kapasitas diri.

Kesabaran berperan vital saat kita menghadapi permasalahan. Bukan besar kecilnya masalah yang menjadi 'masalah', melainkan bagaimana kita memandang suatu permasalahan. Calon orang sukses mengganggap masalah sebagai tantangan, yang akan dihadapi dengan segenap kemampuan. Wajar jika ia jadi pemenang. Sebagian lain mengganggap masalah adalah ancaman, maka ia akan berlari dan menjadi pecundang.

Kita harus menyadari bahwa dunia adalah tempat berjuang. Dunia tempat menanam kebaikan demi kebaikan untuk dituai di kampung akhirat. Dunia tempat kita berpeluh dan bersusah payah. Masalah demi masalah Allah hadirkan agar kita berintrospeksi diri. Masalah membuat kita mengakui kelemahan diri, lalu meminta pertolongan kepada Allah yang Mahakuat.

Ada kalanya masalah hadir sebagai ujian. Ujian agar bertambah nilai ketakwaan dan penghambaan kita. Di sisi lain, masalah hadir sebagai teguran. Karena Allah ingin kita menyadari kekeliruan yang kita perbuat. Dapat pula masalah hadir sebagai hukuman. Tak lain supaya kita segera kembali ke jalan yang diridai-Nya.

Bagi mereka yang berjiwa sabar, kegagalan merupakan sebuah rangkaian dalam proses menuju keberhasilan. Semua orang besar dan sukses, bahkan setaraf para nabi dan rasul, pernah mengalami berulang kali kegagalan dalam hidupnya. Yang membedakan mereka dari manusia rata-rata adalah respon terhadap kegagalan. Mereka selalu bangkit dan bangkit kembali dari kegagalan. Sehingga kegagalan pun gagal menaklukkan mereka.

trust media publishing

"Dunia adalah sebuah kampus besar kehidupan. Mahasiswanya adalab manusia. Kampusnya adalah dunia. Diktatnya firman Tuhan. Ujiannya adalah masalah demi masalah yang diberikan Tuban kepada para hamba-Nya." ***(Ahmad Rifa'i Rif'an)***

Di tengah permasalahan dan hiruk pikuk kehidupan, kesabaran dalam jiwa dapat hilang tergerus tanpa didukung oleh beberapa hal.

Ada beberapa hal yang menunjang kita agar tetap bersabar. Yang pertama adalah cinta. Cinta menghasilkan energi dahsyat dalam beraktivitas. Dengan kecintaan terhadap apa yang dilakukan dan melakukannya sepenuh cinta, akan membuahkan konsistensi dan kontinutitas. Begitu pula kecintaan kita kepada Allah akan menjadi kekuatan luar biasa. Sebagaimana Ibrahim 'alaihissalam mematuhi perintah Allah untuk menyembelih Ismail. Tak lain dan tak bukan, dasarnya adalah cinta kepada Sang Maha Pencipta. Cinta kepada Allah mengalahkan cinta kepada selain-Nya.

Kedua, tetap berprasangka baik terhadap Allah. Terutama saat kita menemui berbagai hal yang tak sesuai dengan harapan. Allah telah mengingatkan dalam surat Al-Baqarah ayat 216, "Boleh jadi kamu membenci sesuatu, padahal ia baik bagimu, dan boleh jadi kamu menyukai sesuatu, padahal ia buruk bagimu. Allah mengetahui, sedang kamu tidak mengetahui." Pasti ada hikmah yang Allah hadirkan dalam setiap takdir. Hanya saja terkadang jiwa kita yang terlalu kerdil untuk menangkap hikmah dan memaknainya.

Ketiga, dengan menguatkan ibadah, terutama ibadah salat. Bagi muslim, salat menjadi indikator kesuksesan dunia dan akhirat. Bila salat kita terjaga baik, maka Allah akan memberikan kehidupan yang baik dan penuh keberkahan. Sebaliknya, bila hidup kita berantakan, tandanya salat kita masih perlu dibenahi.

Salat adalah salah satu penguat kesabaran, karena di dalamnya kita terhubung dengan Allah yang Mahahebat.

Banyak di antara kita yang belum mengetahui, bahwa tokoh-tokoh sukses yang legendaris adalah pribadi yang amat religius. Sebut saja Stephen Covey, Robert T. Kiyosaki. Keduanya kristiani yang taat beribadah. Bahkan Steven seorang misionaris. Kita temui tingkat spiritualitas berbanding lurus dengan tingkat kesuksesan.

Penopang sabar yang keempat yaitu meyakini adanya balasan. Allah menjanjikan balasan kebaikan, baik di dunia maupun di akhirat. Amal saleh yang kita lakukan kelak akan dibalas Allah dengan kebaikan serupa atau bahkan lebih. Balasan tersebut bisa dari orang yang bersangkutan. Bisa pula dari orang yang sama sekali tidak kita kenal. Baik yang kita dapatkan segera maupun tertunda. Kadang di saat kita sudah melupakan, tiba-tiba datang kebaikan yang tak kita sangka-sangka. Adapun di akhirat, Allah memberikan balasan berupa tempat tinggal terbaik, yakni surga.

Penopang kesabaran yang selanjutnya adalah doa. Allah menjanjikan akan mengabulkan doa jika kita bersungguh-sungguh memohon. Semua permohonan akan Allah ijabah dalam tiga bentuk:

- Doa akan dikabulkan langsung sesuai dengan permintaan kita.
- Allah mengabulkan dalam bentuk lain yang setara atau bahkan lebih baik dibandingkan apa yang kita minta.
- Allah menunda pengabulan doa kita. Ditunda untuk dikabukan pada saat yang tepat. Atau ditunda sebagai tabungan kebaikan di akhirat.

Ternyata kesabaran yang kita jaga selama di dunia, kelak berakhir begitu indah.

Di antara kita mungkin ada yang bertanya, “Apakah kesabaran ada batasnya?” Jawabannya, batas kesabaran adalah

trust media publishing

ketidaksabaran. Ya, di kala seseorang memilih mundur dari pertarungan. Putus asa dengan ujian. Berhenti melangkah pasca kegagalan. Itulah batas kesabarannya.

Karena pada hakikatnya, sabar itu tanpa batas. Oleh sebab itu, balasannya pun tak terbatas. Kalau pun ada, maka batas kesabaran adalah akhir kehidupan. Kematian.

Rasulullah Saw pernah bersabda, kematian adalah hadiah istimewa bagi orang beriman. Kematian menjadi peristirahatannya dari kepenatan hidup selama di dunia. Kematian juga gerbang awal kehidupan abadi yang penuh kenikmatan.

Tak heran bila Imam bin Ahmad bin Hambal mengatakan, "Tak ada kebahagiaan sejati di dunia ini. Kebahagiaan sejati adalah tatkala menginjakkan kaki kita di pelataran surga."

Ternyata, surgalah batas akhir dari kesabaran kita selama ini. Selama belum mencapainya, tugas kita menjaga dan terus menguatkan kesabaran.

Jendela inspirasi:

- Tujuan hidup yang terarah dan kekuatan tekad meraih tujuan menjadi fondasi kesabaran.
- Tidak cukup dalam cita-cita, kesabaran harus dibuktikan dengan kerja keras yang konsisten dan menebar manfaat seluas-luasnya.
- Kegagalan adalah bagian dari proses yang harus ditempuh, maka bangkit dan bergeraklah, keberhasilan menanti di depan sana.
- Kesabaran tak dapat berdiri sendiri. Ia ditopang oleh segenap cinta, husnuzan, keyakinan, ibadah dan doa.
- Kesabaran akan berakhir tatkala seseorang wafat dan menginjakkan kakinya di surga.

***

trust media publishing

Attia Mahda, seorang dokter umum yang juga berprofesi sebagai ibu rumah tangga. Menyalurkan hobi menulis dengan mengikuti komunitas kepenulisan serta menjadi kontributor dalam beberapa buku antologi. Penulis dapat dihubungi melalui email attiamahda80@gmail.com atau FB Attia Mahda.

trust media publishing

Manajemen Waktu untuk Wanita[1]

Siti Nurhayati

Mengoptimalkan kesehatan dan waktu luang adalah dua anugrah dari Allah SWT, bagi siapa saja yang mampu mensyukurinya dan mendayagunakan keduanya dalam bingkai yang diridai oleh Sang Pencipta, niscaya dia akan meraih kesuksesan di dunia dan keberuntungan di akhirat kelak.

Menyia-nyiakan waktu dan menghabiskannya pada perkara yang dimurkai Allah adalah sebuah bentuk ketidakbecusan alam mengemban amanah dan menodai kehormatan Allah. Para ahli hikmah sepakat bahwa kesungguhan dan kerja keras adalah senjata ampuh untuk mewujudkan berbagai hasil.

trust media publishing

Memahami hakikat waktu dalam kehidupan yang bermanfaat.

Bagaimana mungkin nilai waktu itu tidak berharga padahal waktu adalah materi dan penyanggah kehidupan, bahkan waktu adalah hidup itu sendiri. Sesungguhnya yang membantu dirimu sehingga sampai pada pemahaman tersebut adalah kesadaranmu akan amanah yang tengah engkau emban dalam kehidupan ini.

Konsekuensi penghambaan atau ibadah kepada Allah engkau memposisikan waktumu sebagai amanah yang wajib diemban dan dirimu akan dimintai pertanggungjawaban pada Hari Kiamat kelak. Agar Allah bisa meninjau apakah engkau meluangkannya

[1] Tulisan resume ini ditulis oleh Siti Nurhayati dari buku karya Abu al-Hasan bin Muhammad al-Faqih yang berjudul *Manajemen Waktu Untuk Wanita* (2013).

pada perkara-perkara yang Dia inginkan atau engkau menyia-nyiakan sesuai selera nafsu dan keinginanmu.

Sesungguhnya waktu adalah tempat menitipkan berbagai amal dan gudangnya. Dipinjamkan di dunia dan akan dimintai kembali kelak di akhirat.

Waktu adalah energi pada sebuah hakikat yang tergambar jelas dalam kehidupan yang nyata. Hanya saja yang cerdik adalah yang pandai mengelolanya dan memberdayagunakannya sesuai dengan kesungguhan dan ambisinya, serta mendapat hasil paling unggul dari sela-sela hubungan yang benar antara kesungguhan dan waktunya.

Saudariku mukminah, hati-hatilah jangan sampai engkau menghabiskan waktumu pada perkara-perkara yang tidak berguna dan pemuasan hawa nafsu.

"Nilai waktu bukanlah perkara asing bagi setiap orang yang berakal." ***(Abu al-Hasan bin Muhammad al-Faqih)***

trust media publishing

Memahami prinsip hidup dalam manajemen waktu.

Waktu adalah yang harus dipikul di pundak kita dan akan dimintai pertanggungjawaban pada Hari Kiamat. Alam ini begitu teratur di dalam maupun luarnya pada bentuk dan isinya.

Semua yang ada di jagat raya tersusun dari karakter penciptaannya, bentuk dan warnanya begitu teratur yang menunjukkan kepada asas dan prinsip keteraturan dalam kehidupan ini. Allah telah memuliakan engkau dengan karunia akal, dan nalar, serta menjadikanmu paling terhormat dari sekian banyak makhluk yang tinggal di dunia ini.

Langkah atau program ini akan menjauhkan dirimu dari sikap tidak konsisten dan semrawut dalam bekerja dan beramal. Sungguh masa muda kekosongan dan kekayaan adalah perusak

bagi seseorang. Untuk itulah sebuah keharusan bagimu yang mempunyai harapan untuk meraih kebahagiaan dan kesuksesan agar memiliki prinsip hidup, mengintrospeksi dirimu pada setiap langkah dan aktivitasmu dalam siang dan malammu.

Waspadalah jangan sampai engkau terluput dari bagian target ini, karena merupakan batu pondasi dalam membangun kesuksesan dan keberuntungan. Amal apapun tidak akan menjadi amal saleh kecuali amal tersebut mendatangkan rida Allah SWT.

"Jadilah seorang produser manajer bagi kehidupanmu, yang memprogram dengan jeli dan bijak langkah dan tahapan yang harus ditempuh dalam kehidupan yang diisi dengan beribadah kepada Allah sesuai dengan tata cara yang diperintahkan-Nya." ***(Abu al-Hasan bin Muhammad al-Faqih)***

trust media publishing

Mengoptimalkan waktu untuk berlomba dalam kebaikan.

Target dan pencapaian yang bersifat temporal adalah keinginan yang ingin kita wujudkan di kehidupan di dunia. Adapun memperbanyak beberapa amalan kemudian ditinggalkan dan tidak pernah dikerjakan lagi, maka yang demikian terlarang hukumnya, karena itu masuk dalam kategori memaksakan dan memberatkan diri yang tercela.

Anak-anak panah sangatlah sukar untuk dipatahkan saat ia bersatu. Namun saat ia berserakan, begitu mudahnya terpatahkan satu persatu. Ingatlah bahwa kebahagiaan tidak akan pernah bisa diraih kecuali dengan mengeluarkan segenap daya dan upaya, benar jalur pencariannya, dan lurus niat dan keinginannya.

Sebuah keharusan menegakkan introspeksi untuk amalan akhirat sebelum pekerjaan dunia. Introspeksi harian atas hilangnya berbagai amal dan waktu dan cara menutup semua itu adalah dengan tobat yang kita lakukan, penyesalan, dan memperbanyak amal saleh itu semua akan memudahkan hisab pada Hari Kiamat.

Kelemahan dan kemalasan adalah dua penyakit yang melahirkan penguluran dan perasaan berat untuk melaksanakan berbagai kewajiban dan amal, serta cenderung mengajak kepada kemandekan dan berlepas diri dari tanggung jawab.

Penundaan dan penguluran (dari melakukan suatu pekerjaan) adalah bentuk penghinaan terhadap amanah dan kewajiban serta modal orang-orang pailit. Untuk itu katakan tidak untuk menunda-nunda pekerjaan dan selesaikan setiap pekerjaan pada waktunya yang telah ditetapkan, dan hanya kepada Allah kita memohon taufik dan petunjuk.

Jadilah wanita yang penuh semangat dan tekun, yang senantiasa ingin terus berkembang dan meningkat tanpa mengenal kevakuman dan kekosongan.

Bersabar dan penuh keyakinan dalam mengelola waktu.

Sesungguhnya aksi mengelola waktu adalah aksi sebuah pohon yang menjulang tinggi, yang ranum buahnya, bisa dipetik kapan saja atas perkenaan dari Rabbnya. Bila engkau mengatur waktumu sebagaimana mestinya, maka sungguh engkau telah benar-benar memberdayakan sumber daya yang ada pada dirimu, dan hasil yang akan engkau peroleh lebih besar dan lebih baik.

Keridaan Allah SWT pada pelakunya maka bersegera dalam memberdayagunakannya waktu pada kebaikan dan berlomba-lomba dalam memanfaatkannya sesuai dengan tuntunan terbaik.

Karena itu generasi para salaf sangat tamak menghabiskan waktunya untuk kebaikan. Sekeras apapun usahamu untuk sampai pada tingkat pengaturan waktu, maka engkau tidak akan pernah sampai pada puncak yang diinginkan kecuali engkau langkahi semua rintangan nafsu, syahwat, engkau lompati semua penghalang yang ada di hadapanmu dan engkau senantiasa bersabar dan penuh keyakinan.

trust media publishing

Menyerahkan segala hasil usaha kepada Allah adalah termasuk konsekuensi beriman kepada-Nya. Jalan ini adalah modal utama dalam hidupmu.

Melawan hawa nafsu termasuk di antara sifat orang-orang yang melakukan kebaikan, karena ia memastikan datangnya kecintaan Allah SWT dan melanggengkannya selama orang tersebut mengikhlaskan niatnya karena Allah pada apa yang diperjuangkannya.

Maka waktu kita sepenuhnya adalah pada saat-saat zikir dan ibadah, tidak diperbolehkan sama sekali dipergunakan untuk selain dari keduanya, karena kita tidaklah diciptakan melainkan untuk tujuan ibadah.

Jendela inspirasi:

- Waktu adalah amanah dan energi yang akan dimintai pertanggungjawaban di akhirat.
- Langkah atau program ini akan menjauhkan dirimu dari sikap tidak konsisten dan semrawut dalam bekerja dan beramal.
- Sebuah keharusan menegakkan intropeksi untuk amalan akhirat sebelum pekerjaan dunia.
- Generasi para salaf sangat tamak menghabiskan waktunya untuk kebaikan.

***

Siti Nurhayati, kegiatan sehari-hari bekerja sebagai asisten rumah tangga, bisa dihubungi melalui email: sn880714@gmail.com.

Khitan Perempuan: Antara Tradisi dan Ajaran Agama[1]

Aninditya s Irawati

Pelaksanaan khitan pada perempuan di Indonesia tidak banyak mendapat sorotan secara spesifik dan mendalam, padahal praktik ini dapat mempengaruhi kesehatan perempuan, terutama pada organ vital perempuan. Tulisan ini merupakan laporan hasil penelitian tentang pelaksanaan khitan perempuan di Desa Wana, Kecamatan Melinting, Kabupaten Lampung Timur berdasarkan sudut pandang budaya setempat dan agama Islam.

Sebagian besar masyarakat setempat melakukan khitan perempuan, ada juga yang tidak melakukannya. Kondisi ini dipengaruhi oleh perbedaan pemahaman masing-masing etnis yang berdomisili di Desa Wana, yaitu etnis Lampung, Banten (termasuk Sunda), dan Jawa.

trust media publishing

Penelitian pelaksanaan khitan perempuan di benua Afrika, Malaysia dan Indonesia.

Khitan perempuan adalah dilakukannya pemotongan/pembuangan sebagian/seluruh klitoris yang terdapat pada alat kelamin/organ vital perempuan (*female genital cutting*).

Sejak akhir abad 20, penelitian terhadap khitan perempuan sudah dilakukan di berbagai negara, antara lain di benua Afrika, yakni khitan perempuan dapat dilakukan dengan memotong

[1] Tulisan resume ini ditulis oleh Aninditya s Irawati dari buku karya Ristiani Musyarofah, Ruli Nurdina Sari, Dian Pemilawati yang berjudul *Khitan Perempuan: Antara Tradisi dan Ajaran Agama* (2003).

sebagian klitoris dan atau sebagian bagian labia minor atau pemotongan sebagian atau seluruh bagian luar genital dengan menjahit/mempersempit pembukaan vagina.

Khitan perempuan dapat menimbulkan pendarahan pada saat dilakukan operasi *female-genial cutting* dan nantinya dapat menghambat hubungan seksual. Penelitian yang dilakukan di Malaysia pada tahun 1978, yakni lebih dari 50% penduduk perempuan melakukan khitan tetapi tidak ada laporan adanya dampak negatif. Namun kemungkinan terjadinya infeksi akibat cara khitan oleh tenaga yang tidak terlatih dan tidak memiliki pengetahuan tentang organ vital wanita, tetap ada.

Di Indonesia, pelaksanaan khitan perempuan dilakukan dengan memotong sebagian klitoris. Hingga saat ini tidak ada statistik laporan tentang dampak negatif yang diakibatkan. Namun demikian risiko adanya infeksi tetep ada,apalagi jika tidak dilakukan dengan steril dan terlalu banyak bagian organ vital perempuan yang dipotong.

Secara umum dalam budaya di Indonesia, khitan perempuan, di beberapa daerah tertentu di Indonesia, dilakukan sebagai bentuk kontrol sosial kepada perempuan, termasuk untuk mengontrol libido perempuan. Adanya anggapan bahwa tabu bagi perempuan untuk mengekspresikan keinginan seksualnya, termasuk kepada suaminya.

Sementara pandangan Islam, terdapat perbedaan pendapat dalam pelaksanaan khitan perempuan. Ada ulama yang mewajibkan dan ada ulama yang berpendapat hal itu adalah sunah. Adapun dalam pandangan sosial budaya, khitan perempuan merupakan kebiasaan yang turun temurun dilakukan oleh sebagian masyarakat, tetapi sebagian masyarakat lain sudah tidak melakukan khitan perempuan.Dalam pandangan penulis, nilai budaya ini dianggap telah merampas hak perempuan untuk mengontrol tubuhnya sendiri.

trust media publishing

Di Desa Wana, Kecamatan Melinting, Kabupaten Lampung yang merupakan lokus penelitian, kontrol sosial terhadap pelaksanaan khitan bagi perempuan, cukup ketat. Sejak anak usia balita, dimana ingatan sudah cukup kuat, maka khitan sudah dapat dilakukan, dengan memotong sebagian klitoris hingga mengeluarkan darah. Apabila tidak mengeluarkan darah maka dilakukan pemotongan lagi. Pemotongan klitoris tidak akan dilakukan jika pada saat remaja atau dewasa, yang bersangkutan masih ingat kapan dilakukan khitan dan siapa yang mengkhitan, apabila lupa maka akan dilakukan khitan ulang.

Perempuan yang belum dikhitan akan menjadi sorotan di lingkungan sekitar, sehingga terdapat keyakinan bahwa khitan perempuan harus dilakukan, apalagi bila dihubungkan dengan perilaku anak perempuan yang "nakal".

"Ditinjau dari sisi agama, masih terdapat perbedaan pendapat tentang tuntunan syariat tentang khitan perempuan dan dari sisi sosial, ada semacam tekanan terhadap anak perempuan yang belum dikhitan."
(Ristiani Musyarofah, Ruli Nurdina Sari, Dian Pemilawati)

trust media publishing

Pemahaman khitan perempuan di desa Wana sesuai etnis Lampung, Banten, Jawa dan tenaga kesehatan.

Desa Wana, Kecamatan Meninting, Kabupaten Lampung Timur merupakan desa adat dan desa wisata yang memiliki akses jalan raya yang cukup mudah. Kondisi ini membuat Desa Wana terbuka untuk kaum pendatang dan memudahkan terjadinya interaksi dengan budaya lain, sehingga menjadi desa yang heterogen. Sebagian besar penduduknya adalah etnis Lampung sebagai penduduk asli, etnis Jawa dan Banten. Etnis lain yaitu Sunda, Batak dan dari Sumatera Selatan. Mata pencaharian

sebagian besar petani perkebunan dan lainnya pedagang dan pegawai pemerintah.

Mayoritas penduduk beragama Islam dengan pendidikan formal cukup rendah karena banyak yang melanjutkan pendidikan non formal di pesantren karena mayoritas dipimpin ulama Banten. Walaupun penduduknya heterogen, secara geografis, lokasi permukiman antar etnis tidak saling berdampingan tetapi terpisah dengan jarak tertentu.

Dalam pandangan Islam, menurut mazhab Imam Syafi'i, khitan perempuan sebagaimana khitan laki-laki hukumnya wajib, sementara menurut mazhab Imam Hambali dan Hanafi, khitan perempuan merupakan *makrumah* (kehormatan) dan hukumnya mubah (boleh). Bahkan ada sebagian ulama mengatakan bahwa khitan perempuan bukan ajaran Islam, karena tidak dijumpai ayat Al-Quran tentang khitan perempuan dan tidak ada riwayat khitan perempuan pada masa Nabi Muhammad Saw dan para sahabat.

Di Indonesia dan negara-negara muslim, fenomena khitan perempuan dianggap sebagai bagian dari ajaran agama Islam. Pengakuan khitan pada laki-laki, oleh dunia kedokteran modern, yang bermanfaat bagi kesehatan, membawa kepada persepsi masyarakat yang mengukuhkan tradisi khitan perempuan, juga anggapan khitan perempuan tidak membahayakan.

Sementara dalam pandangan budaya Sunda, termasuk Banten, khitan merupakan tradisi kuno masyarakat Pasundan. Dalam catatan Kerajaan Pajajaran, diungkapkan bahwa *sumbelehan niatinya bresih suci wasah. Disunat ka tukangnya, jati Sunda teka,* yang artinya disunat agar terjaga dari kotoran, bersih suci bila dibasuh, disunat kepada ahlinya, kebiasaan adat Sunda yang sesungguhnya.

Menurut pandangan ulama pada etnis Banten, pelaksanaan khitan perempuan merujuk pada mazhab Imam Syafi'i, yang

hukumnya wajib, untuk menjaga kesucian (kebersihan). Apabila kewajiban ini tidak ditunaikan maka salatnya tidak sah, bahkan beberapa ustaz melarang memasuki masjid karena dianggap haram. Khitan pada perempuan etnis Banten dilakukan mulai usia empat tahun, yakni anak sudah mengingat kejadian saat dia dikhitan dan siapa yang mengkhitankan. Anak yang tidak segera dikhitan akan muncul perasaan malu di lingkungannya.

Khitan perempuan dilakukan secara sembunyi, hanya diketahui oleh ibu dan dukun bayi sehingga tidak dilakukan pesta/syukuran seperti pada laki-laki. Sesuai hasil penelitian, manfaat khitan perempuan pada etnis Banten adalah terjaga kebersihan dan kesuciannya, ukuran klitoris menjadi normal dan tidak memanjang, meningkatkan kualitas seksual, meredam amarah dan emosi.

Bagi etnis Lampung, khitan perempuan dianggap sebagai warisan tradisi (*sunat sebai*) sehingga khitan perempuan adalah keharusan dan tidak boleh dilanggar. Selain itu juga adanya keyakinan bahwa khitan perempuan adalah ajaran agama Islam. Khitan perempuan dilaksanakan mulai umur 2-3 tahun atau pada saat si anak sudah bisa mengingat kejadian dirinya sudah dikhitan dan siapa yang mengkhitankan, karena bila satu saat lupa, maka anak tersebut harus dikhitan ulang. Manfaat khitan perempuan adalah agar perempuan tersebut bercahaya, cantik dan menjadi istri sempurna, menjaga perilakunya agar tidak genit dan binal (mengurangi dorongan seks), dan ukuran klitoris normal, tidak memanjang.

Masyarakat etnis Jawa tidak menjalankan khitan perempuan karena sepengetahuan mereka, khitan hanya dilakukan untuk laki-laki. Tradisi khitan perempuan hanya dilakukan oleh kelompok santri dan etnis Jawa yang berbaur atau menikah dengan etnis Lampung atau Banten. Pada kalangan tertentu, tradisi ini masih berlangsung karena inisiatif dukun bayi.

trust media publishing

Pandangan tenaga kesehatan yang bertugas selama 23 tahun di Desa Wana, tidak menyetujui praktik khitan perempuan, selain tidak dikenal dari sisi medis, prosesnya juga tidak memenuhi standar medis. Praktik ini dapat mengakibatkan infeksi, pendarahan dan iritasi di sekitar vagina. Pemotongan pada sebagian klitoris hanya mempengaruhi sensitivitas rangsangan pada bagian tersebut, tetapi tidak mempengaruhi kehidupan seksual perempuan, karena rangsangan menyebar di beberapa tempat seperti pada vagina.

Agama menjadi faktor yang efektif dalam proses internalisasi nilai sebagai bagian dari proses sosialisasi.

Internalisasi terjadi pada saat pribadi manusia menerima dan melakukan hal-hal yang lazim dilakukan dalam suatu kelompok. Khusus internalisasi khitan perempuan telah dilakukan sejak lama secara turun temurun, yang disampaikan dari mulut kemulut atau melalui ceramah/pengajian, sebagai proses sosialisasi yang efektif. Sehingga dalam kurun waktu tersebut masyarakat meyakini khitan perempuan harus dilaksanakan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa khitan bagi perempuan yang beragama Islam adalah sesuatu yang memang harus dilaksanakan *dari sananya* (*taken for granted*). Para orangtua hanya menjalankan kewajiban ini tanpa menanyakan maksud dilaksanakannya khitan perempuan karena dianggap tabu.

Proses internalisasi nilai pada pelaksanaan khitan perempuan menjadi bagian dari proses sosialisasi. Sikap yang terbentuk didalamnya tidak akan mudah berubah, karena merupakan proses panjang dan bersifat satu arah (bersifat pasif), sehingga membentuk sebuah keyakinan dan kebenaran.

Sosialisasi nilai-nilai ini juga menunjukkan adanya dominasi kelompok terhadap kelompok yang lemah, seperti pada etnis Jawa yang berbaur atau menikah dengan etnis Lampung atau Banten.

Kontrol sosial yang ketat pada etnis Lampung atau Banten dapat membentuk *basic personality structure* yang sulit diubah. Hal ini dapat menjadikan kelompok yang didominasi memperlihatkan kepatuhan atau pura-pura mematuhi pelaksanaan khitan perempuan.

Didalam nilai atau norma yang berlaku, terdapat ideologi yang berproses secara terus menerus dan berlangsung lama, yang dapat menggerakkan sistem dan proses sosial di masyarakat. Ideologi yang berkembang dalam tradisi khitan perempuan etnis Lampung adalah ideology familialisme berupa kontrol terhadap perempuan dan kontrol terhadap lembaga perkawinan. Adapun ideologi gender lebih terlihat pada etnis Banten yang berkultur santri.

Norma yang melandasi tradisi khitan perempuan merupakan norma informal, sehingga apabila terdapat oknum yang melanggar dikenakan sanksi informal berupa pengucilan (isolasi), hinaan, *bullying* dan sebagainya. Khusus etnis Banten dapat menjadi pahala, bagi yang melakukan dan dosa bagi yang tidak melakukan. Mekanisme sanksi ini mengukuhkan keberadaan khitan perempuan dan menunjukkan adanya tekanan sosial, meskipun sanksi pengucilan belum pernah diterapkan.

Pada etnis Banten dan sebagian etnis Lampung, agama menjadi faktor yang efektif dalam proses internalisasi nilai. Beberapa faktor yang mempengaruhi khitan perempuan dibagi menjadi faktor internal dan eksternal, yakni faktor internal berupa kondisi psikologis orangtua dan keyakinan bahwa khitan tidak berbahaya dan mempunyai manfaat, dan faktor eksternal berupa pengalaman pribadi dan keluarga, guru, lingkungan dan budaya setempat termasuk agama.

Pelaku utama khitan perempuan adalah dukun bayi dan masyarakat yang seolah-olah mendapat dukungan kuat dari aparat pemerintah dan para guru/ustaz. Bagi masyarakat Lampung yang tinggal di kota, khitan perempuan dilakukan dengan bantuan

dokter/bidan setempat dengan peralatan yang steril. Dokter/bidan melakukannya karena pengaruh sosial yang kuat dan mengikat mereka dan untuk menghormati budaya setempat.

"Khitan perempuan adalah taken for granted." ***(Ristiani Musyarofah, Ruli Nurdina Sari, Dian Pemilawati)***

Rekomendasi untuk mengintervensi dan meminimalisasi dampak yang terjadi paska pelaksanaan khitan perempuan.

Proses khitan perempuan dilakukan oleh dukun bayi dengan silet atau pisau lipat. Sebelum digunakan alat tersebut tidak disterilisasi, hanya diolesi minyak kelapa dan disiram spiritus.

Paska pemotongan klitoris, dukun bayi menggunakan kapur sirih atau cairan spiritus yang disiram di bagian vagina yang telah dilukai tepatnya pada klitoris, dengan risiko terjadinya iritasi. Hal ini juga berlaku pada penggunaan minyak kelapa, karena zat yang terkandung didalamnya belum teruji secara klinis menyembuhkan luka. Namun penggunaan kunyit sebagai antiseptik masih bisa ditoleransi oleh medis karena senyawa *curcumin* pada kunyit efektif membunuh bakteri dan sebagai anti inflamasi.

Penulis merekomendasikan untuk meminimalisir bahkan mengeliminasi risiko khitan perempuan. Tenaga medis dapat mensosialisasikan bagaimana melaksanakan khitan perempuan dan merekomendasikan penggunaaan alkohol/cairan antiseptik paska dilakukan khitan.

Perlunya pendekatan personal tenaga medis kepada dukun bayi (dukun khitan) sebagai bentuk kepedulian dan mendekatkan hubungan antara keduanya. Hal ini diharapkan dapat mempengaruhi pemikiran terhadap khitan perempuan.

Intervensi yang dilakukan dapat melalui media kampanye kesehatan, reinterpretasi tradisi dan agama kepada masyarakat.

Peran tokoh agama, tetua adat dan dukun bayi perlu mendapat perhatian khusus dalam pelaksanaan sosialisasi ini, melalui forum tertentu.

Pembuatan kebijakan terkait pelaksanaan khitan perempuan dapat dimulai dengan menekankan bagaimana keberlangsungan hidup perempuan bila terjadi dampak negatif khitan tadi. Pemerintah perlu mengambil bagian dalam peran ini untuk mendapatkan kepercayaan masyarakat.

Jendela inspirasi:

- Khitan perempuan dilaksanakan berdasarkan tradisi dan agama, masing-masing sebagai bentuk kontrol sosial kepada perempuan dan dalam pandangan agama, terdapat ulama yang mewajibkan ada pula yang menganggpnya sebagai sunah.
- Penduduk Desa Wana yaitu etnis Lampung dan etnis Banten yang masing-masing melaksanakan khitan perempuan karena tradisi/budaya, dan agama serta etnis Jawa yang tidak mengenal dan melaksanakan khitan perempuan. Adapun tenaga kesehatan tidak setuju dengan pelaksanaan khitan perempuan karena dapat menimbulkan infeksi, pendarahan dan iritasi.
- Proses internalisasi nilai pada pelaksanaan khitan perempuan menjadi bagian dari proses sosialisasi. Agama menjadi faktor yang efektif dalam proses internalisasi nilai.
- Rekomendasi penulis untuk mengintervensi dan meminimalisasi dampak pelaksanaan khitan perempuan.

***

Aninditya Irawati, penulis adalah pegawai negeri sipil pada Kementerian Dalam Negeri, dapat dihubungi melalui email aninditysirawati@gmail.com, FB Aninditya Irawati, IG @ aninditysirawati.

BAB 3.

IMPROVE YOUR ATTITUDE

Golden Parenting[1]

Arik Eko Santi

Bekerja *full time* dengan harapan supaya mendapat uang yang banyak untuk pendidikan anak dan hal bermanfaat lainnya banyak dilakukan para orang tua sehingga masa-masa emas pembentukan jiwa seorang anak berlalu begitu saja. Sebagai orang tua harus mulai berbenah dan belajar dari berbagai literatur yang ada. Dengan mengikuti *training* mengenai pendidikan, pengasuhan, dan pengembangan diri akan mengalami perubahan kearah yang lebih baik dalam keluarga dengan tidak sambilan dalam mendidik anak akan membuat hati tenang dan bahagia.

Dengan fokus mendidik buah hati rezeki akan mengalir lebih banyak, dan dengan total berjuang dalam pengasuhan anak dengan menghadirkan jiwa dan raga membersamai anak, membuat lebih banyak ilmu baru yang didapat utamanya adalah ilmu agama. Sebab mungkinkah kita bisa mendidik anak tanpa tahu hal yang dibolehkan dan tidak dibenarkan oleh syariat?

Peran suami dalam membersamai istrinya diperlukan lebih maksimal pada saat hamil adalah proses awal pembentukan perkembangan jiwa anak kelak.

Perkembangan jiwa seorang anak mulai dibentuk sejak masih dalam kandungan. Apa yang dilihat, dirasakan dan didengar oleh ibu hamil sangat berpengaruh pada jiwa anaknya. Maka baikkanlah jiwa ibu hamil maka kelak akan lahir sebaik-baiknya hamba.

[1] Tulisan resume ini ditulis oleh Arik Eko Santi dari buku karya Ka Wawan Herman Husdiawan yang berjudul *Golden Parenting* (2019).

Dari sini peran suami dalam membersamai istrinya sangat diperlukan lebih maksimal lagi saat hamil. Ini merupakan salah satu fase terpenting dalam kehidupan seorang hamba. Sebab saat itulah dimulainya proses pembangunan anak-anak manusia yang akan mengisi peradapan keemasan di masa mendatang.

Menurut Imam Ibnul Qayyim Al Jauzi ada dua cara terbaik untuk melakukan perubahan, pertama niat dan tekad yang kuat, kedua dengan memiliki ilmu yang benar. Bila melakukan perubahan dalam hal pengasuhan maka niatkan dan tekadkan dari sekarang.

Cara terbaik adalah membaca, mempelajari dan perlahan menerapkan ilmu pengasuhan yang baik terhadap anak-anak. Mempelajari bagaimana cara Nabi mendidik anak-anak. Cara para sahabat dan salafus saleh dalam mendidik sampai ilmu-ilmu *parenting* berdasarkan riset terkini yang baik untuk dipelajari.

Dalam pengasuhan anak bagusnya kita melibatkan Allah dengan ilmu agama dalam prinsip Islam yaitu kebaikan dan keberkahan yang melimpah. Yang bisa membuat kita bahagia kapan saja dan di mana saja, baik di dunia maupun di akhirat.

Kita sebagai orang tua harus mampu menghargai setiap keistimewaan anak, keunikan mereka terutama anak-anak bersaudara sekandung tanpa harus mencela, mengkritik dan membandingkan. Kita lakukan saja tulus ikhlas pada anak-anak dan jangan lupa doakan agar menjadi pribadi yang terbaik saling sayang dan cinta saudara-saudaranya karena Allah. Jika pun saling berlomba-lomba, mereka berlomba menjadi anak yang semakin saleh bukan karena kebencian dan kecemburuan.

Orang tua tidak diperbolehkan memarahi anak secara langsung di depan orang banyak jika anak melakukan kesalahan. Orang tua hendaknya memberikan pujian dan penghargaan atas kebaikan-kebaikan kecil yang dilakukan anak. Hal ini sangat dibutuhkan oleh jiwa anak.

Erest media publishing

"Bukankah apa yang dilihat, didengar dan dirasakan ibu hamil akan sangat berpengaruh pada jiwa seorang anak? Bila baik yang dirasakan maka baiklah kondisiJanin. Maka baikkanlah jiwa sang ibu sehingga kelak akan lahir sebaik-baik hamba." ***(Ka Wawan Herman Husdiawan)***

Kehadiran orang tuanya sangat dibutuhkan daripada hadiah-hadiah materi yang mereka dapatkan.

Sesibuk apapun orang tua bekerja tidak boleh lalai dalam mengasuh anak. Dicontohkan Umar Bin Khattab seorang khalifah pemimpin dunia. Beliau berjihad, bekerja, memimpin pasukan, berniaga tetapi juga masih punya waktu terbaik untuk bermain dan bercengkrama dengan putra-putrinya.

Niscaya kehadiran seorang ayah di hati buah hatinya dan membersamai ibu dalam mendidik anak adalah kebutuhan buah hati. Sebab mendidik adalah bersama membangun masa depan mereka. Seperti kata-kata bijak orang tua kita dahulu sangat tepat. "Ibu adalah madrasah pertama anak dan ayah adalah kepala sekolahnya."

Sebagai orang tua yang mungkin banyak kerja di luar rumah, tetap kita bisa membersamai anak penuh pada saat makan, melalui bermain, bernyanyi dan bercerita, lebih bagus lagi kalau setiap magrib mengaji bersama.

Kalau ayah sedang jauh dari rumah kita bisa mencontoh nabi Ibrahim yang tiada putus mendoakan anaknya yaitu Ismail. Robbana hab lanaa min azwajinaa wa dzurriyatinaa qurrota a'yun waj'alnaa lil muttaqiina imaamaa. "Dan orang-orang yang berkata, Ya Tuhan kami, anugerahkanlah kepada kami pasangan kami dan keturunan kami sebagai penyenang hati (kami), dan jadikanlah kami pemimpin bagi orang-orang yang bertakwa." (QS. Al-Furqan 25: Ayat 74)

Anak-anak lebih membutuhkan kehadiran orang tuanya daripada hadiah-hadiah materi yang diberikan. Karena itu anak membutuhkan cinta dari orang tuanya, bukan dengan pemberian hadiah tetapi dengan seberapa berkualitasnya waktu yang diberikan.

Orang tua ingin membuat senang dan menggembirakan hati anaknya dengan berpura-pura yang berpahala, misalnya dengan pura-pura kaget, pura-pura tidak tahu, pura-pura heboh dengan hadiah yang diberikan anaknya dan pura-pura lain dalam bingkaian cinta-Nya.

Jangan sampai tidak terdengar suara anak-anak di masjid dan jangan sampai tidak melihat anak-anak di masjid, itu menjadi pertanda lemahnya diri kita dan isyarat kejatuhan generasi Islam. Kita sebagai inisiator penggerak salat berjamaah di rumah Allah dengan mulai mengajak anak-anak kita terlebih dahulu.

Orang tua bisa menjadi inspirasi bagi anak-anaknya sendiri, orang tua juga harus menjadi teladan bagi anak-anaknya. Contoh tindakan dari orang tua inilah yang akan ditiru oleh buah hati, maka dari itu orang tua harus bersikap dan berakhlak yang baik dalam mengasuh anak.

Bright media publishing

Salah satu peran orang tua adalah memilih sekolah yang terbaik untuk anak-anak.

Peran orang tua dalam mendidik anak salah satunya adalah dengan memilih sekolah terbaik untuk anak-anak kita. Pola pengasuhan dengan sekolah anak kita tentu ada hubungan yang erat, karena salah satu yang menguatkan dalam menerapkan pola pengasuhan yang positif adalah sekolah.

Pentingnya pengasuhan positif dari rumah-rumah dan dimulai dari kita sebagai orang tua akan menjadikan salah satu jalan terbaik Indonesia menuju negara yang hebat berwibawa dan tebebas dari segala bentuk korupsi. Ini dilakukan orang tua untuk

selalu jujur dan berkata benar dalam setiap berinteraksi dengan buah hatinya.

Orang tua yang istikamah, konsisten, dan menjadi teladan terbaik bagi anak-anaknya agar kelak bila anak-anak tersebut menjadi pemimpin yang konsisten dengan janjinya. Anak belajar dari apa yang dilihat, didengar dan bahkan yang dirasakan orang tuanya, sehingga inilah yang dominan membentuk masa depan anak kita baik atau buruknya.

Orang tua sebaiknya memberikan edukasi pada anak-anak mengenai pemakaian *smart phone* digunakan pada saat diperlukan untuk belajar dan kegiatan yang penting dan bermanfaat. Kalau untuk main *game* tidak boleh lama-lama, boleh main game yang edukatif dan menambah kecerdasan anak itu pun harus ditemani orang tua. Utamakan anak-anak bermain game atau permainan yang bisa mengasah motorik halus dan kasar seperti permainan-permainan tradisional.

Intinya bijak dalam penggunaan *smart phone*. Kita bisa mengikuti program 18-21 yakni orang tua dan anak-anak tidak boleh menggunakan *smart phone* pada pukul 18.00-21.00 agar terbangun kedekatan emosi yang baik antara anak dan orang tua. Main bareng seru-seruan dengan anak, berbagi cerita, makan bersama dan kegiatan lain yang menyenangkan bisa dilakukan tanpa *smart phone*.

Anak yang kecanduan *smart phone* sebab terkuatnya adalah orang tua yang tidak bisa lepas dari *smart phone*-nya. Anaknya tidak akan berubah lebih baik jika orang tuanya tidak bisa memberikan contoh yang baik. Terapi bagi anak sesungguhnya yang paling hebat adalah contoh teladan dari orang tuanya. Tidak sedikit orang tua yang lupa bahwa setiap tindak dan tuturnya berdampak pada sikap dan akhlak anak-anaknya.

Pentingnya peran orang tua dalam mendidik anak, membesarkan buah hatinya, membimbing dan mengokohkan jiwanya dengan mengajarkan Al-Qur'an dan menceritakan kisah-

kisah terbaik di dalamnya. Itulah yang dikatakan Syeikh asal Palestina DR. Muraweh Mosa Naser Nassar.

"Media adalah hadiah dari Allah sekaligus ujian bagi kita." ***(Aa Gym)***

Menceritakan kisah-kisah dalam Al-Qur'an kepada anak bisa membangkitkan semangat anak dan menginspirasinya.

Kondisi yang dihadapi di Era Milenial ini dalam mendidik anak tentu menjadi tantangan tersendiri bagi para orang tua. Salah satu cara mengasuh anak adalah dengan dengan cerita kisah-kisah dalam Al-Qur'an supaya mereka bisa berpikir.

Orang tua yang senang bercerita kepada anaknya pasti lebih dicintai daripada orang tua yang tidak mau bercerita pada anak-anaknya. Kita bisa membangkitkan semangat anak-anak dengan mengisahkan cerita-cerita yang menginspirasi.

Orang tua yang menanamkan sugesti baik pada anak, hal ini akan berasa bagi jiwa anak. Misalnya seorang ibu yang mengatakan kepada anaknya, "Suatu saat kamu akan jadi orang sukses." Kata-kata yang tulus dari ibu tadi akan menjadi motivasi anaknya. Tanamkan benih kebaikan melalui sugesti sukses terbaik untuk anak dan juga murid, maka apa yang kita tanam itulah yang dituai.

"Setiap kata mengandung makna, setiap makna mengandung rasa, setiap rasa mengandung prasangka dan prasangka adalah secepat-cepatnya doa." Begitulah kata sang bijak. Allah juga berfirman melalui lisan Sang Nabi mulia, "Aku sesuai prasangka hamba-Ku." Prasangka ini salah satu muaranya adalah kata. Maka dari itu hendaklah kita berkata-kata yang baik terutama dalam pengasuhan anak.

Alangkah baiknya yang paling diutamakan bila tentang kebaikan itu adalah "Kata Allah dan Kata Rasulullah, firman

Allah dan sabda Rasulullah." Sebaiknya inilah yang ditanamkan dari kecil sehingga sampai dewasa ini yang terekam. Mungkin saat ini belum terasa pengaruhnya namum saat dewasa harapannya adalah anak-anak kita selalu melandaskan perbuatannya pada Allah dan Rasulullah.

Jika kebaikan yang sering dialami dan dirasakan anak-anak maka akan semakin banyak *stock* kebaikan yang tertanam bagi anak-anak kita, bahkan bisa jadi "Adab" atau kepribadian baik pula yang akhirnya akan melahirkan pribadi baik dan mulia dalam diri buah hati kita.

Dalam buku karya motivator muslim terbaik dunia, Ibrahim El Fiky yang berjudul "Terapi Berfikir Positif" dijelaskan tiga pembunuh yang dapat mematikan jiwa anak-anak yaitu mencela, mengkritik dan membandingkan, semoga kita diberikan kekuatan untuk tidak melakukannya.

Penawar dari mengkritik, ini bisa dipraktikkan di mana saja. Teknik sakti ini telah diteliti selama 29 tahun oleh Richard Bendler dan John Grinder adalah penemu *Neuro Linguistik Programming* (NPL) beliau juga psikolog dan trainer NLP. Teknik ini namanya *Feedback Sandwich.* Berikut Langkah demi langkahnya: sampaikan hal yang sudah baik, gunakan kalimat "yang perlu ditingkatkan", dan secara keseluruhan (katakana hal baik).

ust media publishing

Jendela inspirasi:

- Pentingnya menumbuhkembangkan anak dengan membaca, memperoleh ilmu, kebaikan dan kasih sayang.
- Menginspirasi anak dengan contoh baik dan keteladanan dari orang tua.
- Orang tua harus banyak bersyukur dengan banyak memuja dan memuji nama-Nya.

- Sertakan doa dalam pengasuhan anak, anak berubah berkat doa dari orang tua.

***

Arik Eko Santi, seorang istri dan ibu dari dua putra dan mengajar di SMAN 1 Mojo Kabupaten Kediri, dapat dihubungi melalui email arikekosanti@gmail,com dan media sosial FB dan IG Arik Ekosanti.

trust media publishing

Positive Parenting[1]

Tarsilah Waryuni

Cerdas saja tidak cukup agar anak-anak mampu mengemban amanah, menggengam dunia, dan memenuhi hatinya dengan iman kepada Allah. Tidak cukup memberi mereka uang dan memasukkan mereka ke sekolah unggulan. Banyak hal yang tidak bisa dibeli dengan uang. Orang tua harus membekali ilmu yang memadai.

Tugas keayahbundaan yang baik, yaitu mengasuh, membesarkan, dan mendidik anak-anak secara positif. Kita harus merangsang inisiatif mereka, mendorong semangat, menunjukkan penerimaan yang tulus, dan memeberikan perhatian yang hangat atas semua kebaikan yang ia miliki. *Positive parenting* meliputi konsep dasar yang melandasi, sikap dasar yang perlu dimiliki, prinsip menjadi orang tua yang positif, dan strategi mengasuh anak secara positif.

Ersa Media publishing

Menuntun anak untuk mengenal dan mengagungkan Tuhannya.

"... Sesungguhnya kaum Mukminin itu bersaudara, tidak boleh ditumpahkan darahnya. Tuhan kalian satu. Bapak kalian semuanya Adam dan Adam dari tanah. Sesungguhnya yang paling mulia di sisi Allah ialah yang paling takwa. Tidak ada kelebihan orang Arab di atas bukan Arab kecuali takwanya ...." Khutbah terakhir Rasulullah Saw di Masjid Khaif, Mina.

[1] Tulisan resume ini ditulis oleh Tarsilah Waryuni dari buku karya Mohammad Fauzil Adhim yang berjudul Positive Parenting (2007).

Pesan Nabi Saw. saat di Mina itu patut direnungkan guna pendidikan anak-anak kita. Semuanya agar mereka kelak dapat meninggikan kalimat Allah di muka bumi. Bukan meninggikan diri dengan menggunakan kalimat Allah. Sesungguhnya, jika mereka meninggikan kalimat Allah di muka bumi, maka Allah akan meninggikan martabat mereka di hadapan umat manusia di seluruh dunia. Sudah Allah ciptakan semua itu untuk kita dan anak-anak kita yang saleh. Tetapi sudah salehkah kita sehingga berani berharap anak-anak saleh?

Jika yang ada di ruang batin adalah harapan pada kehidupan yang kekal di kampung akhirat, *iin shaa Allah* anak-anak akan berjalan, di situlah mereka menghadapkan wajahnya kepada Allah 'Azza wa Jalla. Inilah yang akan mengawal mereka, mengawasi perbuatannya, dan menjaga tindakannya. Inilah sebaik-baik pengawasan, yang tidak mempersyaratkan kehadiran kita setiap saat.

Jika bangun di tengah malam untuk membuatkan susu untuk anak, aduklah ia dengan sungguh-sungguh sambil berdoa agar setiap tetes yang masuk kerongkongannya akan menyuburkan setiap benih kebaikan dan menyingkirkan setiap bisikan yang buruk. Begitupun ketika hendak menyiapkan makanan untuknya. Mohonkanlah kepada Allah agar setiap suapan yang masuk ke mulut mereka akan membangkitkan semangat dan meninggikan martabat mereka di sisi Allah.

Ajarkan m;mereka keinginan untuk berbuat bagi agama Allah. Bangkitkan pada diri mereka tujuan hidup yang sangat kuat. Jika dua perkara ini ada pada diri mereka, *Insyaallah* mereka akan tumbuh sebagai orang-orang yang penuh semangat. Kecerdasan mereka akan melejit, berkembang pesat, dan bakatnya akan tumbuh dengan baik. Allah berikan dunia kepada kita, maka apalagikah yang kita harapkan kecuali akhiat

trust media publishing

"Jika pesan-pesan Nabi Saw. Kita ajarkan di rumah-rumah, di kelompok-kelompok bermain, taman kanak-kanak, sekolah dasar hingga jenjang-jenjang pendidikan yang lebih tinggi, niscaya anak-anak kita akanmemiliki jiwa yang besar." ***(Mohammad Fauzil Adhim)***

Membangkitkan semangat anak untuk melakukan aktivitas positif sejak kecil.

Setiap peristiwa itu selalu ada hikmahnya. Jika seorang hamba Allah mendapat kesusahan, itu artinya Allah sedang menguji, maka berbahagialah orang yang sedang diuji Allah.

Saat ini betapa banyak anak yang rapuh jiwanya, meski berlimpah makanannya. Mereka tumbuh dengan gizi yang lebih dari cukup, tetapi kurang mendapat penguatan dari ibu bapaknya. Mereka jarang memperoleh pengalaman sukses, meski otak mereka cerdas luar biasa. Sebab orang tua mereka sangat pelit memberi penghargaan dan sangat jarang memberi perhatian.

Mereka memiliki kaki tangan yang lengkap tetapi tidak mendapatkan kepercayaan diri yang kuat bahwa mereka terlahir di dunia ini karena ada amanah yang sanggup mereka pikul. Mereka melihat beban, tetapi tidak yakin Allah sudah memberi pundak baginya untuk menanggung.

Orang-orang besar tidak dilahirkan. Mereka ditempa, diukir, dan dipersiapkan oleh pendidikan yang baik. Salah satunya adalah orang tua mereka yang senantiasa menyemangati dengan cinta. Menggerakkan jiwa mereka untuk melakukan kerja besar yang bermakna, bukan menyibukkan diri dengan kekurangan mereka.

Ketika televisi mulai masuk ke kampung, ibu-ibu yang dulu mengajar mengaji, sekarang sudah sibuk dengan televisi. Bapak-bapak yang dulu mengajari dengan*ta'lim muta'allim*agar ilmu yangdidapat benar-benar bermanfaat, sekarang sibuk menghafalkan jadwal acara televisi. Manchester United lebih dekat dengan kehidupan mereka daripada *Bidayatul-mujtahid.*

Dahulu, anak-anak sudah memahami fikih dasar sebelum mereka berusia 10 tahun. Sehingga ketika mereka tidak mengerjakan salat, orang tua memiliki alasan untuk memukul (tentu pukulan yang tidak menyakitkan). Orang tua harus mengingat *qubhunal'iqab bilabayan* adalah buruk menghukum tanpa memberikan penjelasan.

Hari ini ketika tradisi keilmuan berganti dengan tradisi nonton televisi, Muhammadiyah kehilangan ulama, sementara ulama NU banyak yang kehilangan integritas. Sebaliknya orang-orang yang tidak mempunyai kelayakan sebagai ulama, telah menisbahkan diri sebagai ulama. Anak-anak semakin jauh dari agama. Masa-masa emas mereka terlewatkan begitu saja tanpa belajar agama secara teratur.

Awalnya adalah membaca. Anak-anak yang sedari kecil terbiasa membaca akan mampu menyerap, menyaring, mengolah, dan memaknai informasi. Semakin sering mereka membaca buku-buku yang bergizi, teratur, dan baik penuturannya, kemampuan berpikir mereka akan lebih matang dan tertata. Mereka memiliki kerangka berpikir yang kukuh dan rapi.

Lakukan diet membaca! Seorang ibu membacakan sebelas buku setiap hari kepada bayinya yang menderita *down syndrome.* Hasilnya? IQ putrinya itu melonjak tajam ketika dites pada usia empat tahun. IQ-nya seratus sebelas. Ya, 111! Dasar-dasar kecakapan dan kematangan emosi dipelajari oleh anak melalui buku-buku yang mereka cerna. Sehingga ketika anak menghadapi tantangan, ia mampu mengelola emosinya dengan menggunakan bahan-bahan yang telah tersedia di otaknya.

"Orang-orang besar tidak dilahirkan. Mereka ditempa, diukir, dan dipersiapkan oleh pendidikan yang baik."
(Mohammad Fauzil Adhim)

Memfasilitasi anak pada masa pertumbuhannya untuk menumbuhkan sifat-sifat positif.

Kelak anak-anak akan bertebaran di muka bumi. Tangan mereka mengendalikan kehidupan, tetapi hati mereka merindukan pertemuan dengan Allah dan Rasul-Nya. Kisah K.H. Ahmad Dahlan yang mengulang-ulang pembahasan tentang *Al-Ma'un* hingga menimbulkan pertanyaan dari murid-muridnya, masih kerap kita dengar. Jejak-jejak kebaikan berupa rumah sakit, panti asuhan, dan sekolah-sekolah juga masih bertebaran. Tetapi jejak ruhiah dan idealisme yang membuat K.H. Ahmad Dahlan bergerak menata aqidah umat ini, rasanya semakin lama semakin sulit kita lacak.

Orang-orang yang merintis jalan adalah mereka yang memiliki kelapangan hati untuk belajar, meski kepada yang lebih muda dan masih amat hijau. Mereka inilah yang memenuhi dadanya dengan kelapangan dan sekaligus kepedihan tatkala melihat saudaranya berkubang dalam keburukan. Ketegaran jiwanya bertemu dengan kelembutan yang penuh kesantunan.

Kematangan ilmunya bertemu dengan kehausan untuk belajar dan kehausan untuk mendengar. Mereka ingin sekali mencicipi kebenaran, bahkan kepada orang yang telah menjerumuskan dalam kesesatan yang amat jahat.

Sikap jumud membuat kita sulit menerima nasihat yang disampaikan dengan penuh kasih sayang sekalipun (*tawa' shau bil-marhamah).* Dalam keadaan seperti ini, *amar ma'ruf nahi mungkar* bisa berhenti karena yang tua tidak bisa mendengar suara yang muda. Sebaliknya juga, jika yang muda memiliki sikap takzim kepada yang tua, kebaikan Insyaallah masih bertebaran di dalamnya.

Di antara sebab-sebab tidak munculnya generasi yang tanggap terhadap perubahan zaman tanpa terhanyut di dalamnya, adalah tidak sejalannya dakwah dan jihad dengan pendidikan dan penyiapan generasi. Dakwah berjalan tanpa perencanaan

pendidikan yang matang sehingga kehilangan visi dan kepekaan menghadapi gejala zaman. Sementara pendidikan berjalan tanpa arah yang jelas dan "ruh" yang kuat, sehingga mudah terpengaruh oleh tepuk tangan dan pujian.

Jiwa yang sehat serta memiliki kedewasaan beragama akan dapat menghormati keyakinan orang lain. Tidak ada halangan baginya untuk santun terhadap tetangganya yang kafir. Syaratnya, ia sendiri orang beriman yang benar-benar meyakini kebenaran agamanya. Kita perlu menanamkan kepada mereka pemahaman tentang jihad secara utuh. Bukan mengajarkan tentang jihad yang benar dan jihad yang salah, sebab tidak ada jihad yang salah.Kalau kemudian ada yang salah memahami jihad sehingga melakukan tindakan yang keliru, maka ia sebenarnya berpangkal pada tidak utuhnya kita memahami jihad.

Mengajarkan jihad semenjak dini kepada anak berarti menumbuhkan kepada mereka harga diri dan kepercayaan diri sebagai orang yang beragama. Mereka belajar memiliki rasa tanggung jawab. Pangkalnya sikap *al-wala' wa al-bara'* (menolong dan membebaskan) yang kuat, ujungnya sikap bersungguh-sungguh dalam melakukan setiap amal saleh.

trust media publishing

"Apabila manusia telah dapat meraih kecintaanTuhannya, maka Dia akan memaklumkan kecintaan-Nya kepada para malaikat. Lalu para malaikat itu akan memaklumkan kecintaan itu kepada hati manusia, sehingga mereka berbondong datang sekalipun engkau bersembunyi di balik gua."
(Mohammad Fauzil Adhim)

Benda yang merusak tetapi dicintai dan dibiarkan ada di tengah-tengah kita.

Meskipun televisi dimatikan di rumah, anak-anak tetap akan menunjukkan kegilaan yang besar pada televisi jika dalam setiap

perbincangan tetap menunjukkan antusiasme terhadap acara-acara dan bintang-bintangnya. Maka, mematikan pesawat televisi di rumah harus disertai dengan kesungguhan untuk mematikan televisi di hati kita!

Salah satu bentuk desensitisasi adalah hilangnya empati, rasa sedih, dan sekurang-kurangnya penilaian buruk terhadap berbagai penderitaan maupun tindakan kekejian. Penderitaan dan kejahatan banyak yang justru dinikmati. Dibicarakan dengan asyik, seasyik penyiar televisi menyampaikan informasinya.

Televisi sekarang ini bukan lagi menjadi *The Second God* (Tuhan kedua), melainkan sudah menjadi *The First God* (Tuhan Pertama). Ia lebih ditaati manusia daripada Tuhan Yang Maha Menciptakan. Televisi menjadikan otak pasif, melumpuhkan kemampuan berpikir kritis, dan merusak terutama sekali kecerdasan spasial di otak sebelah kanan. Semakin sering menonton televisi, anak juga semakin kurang bergerak. Padahal gerakanlah yang mengaktifkan dan membangkitkan kapasitas mental mereka.

trust media publishing

Dua anak cukup, tiga anak lebih dari cukup, empat anak lebih baik.

Memiliki anak dua saja karena tidak mau repot mengurusi mereka, justru akan peka terhadap setiap kerepotan sehingga apapun perilaku mereka, terasa sangat merepokan. Kita kehilangan kemampuan untuk mengasuh dengan cara yang membuat mereka matang.

Banyak di antara orang besar yang justru lahir dan dibesarkan dalam keadaan kekurangan, tetapi mereka dipenuhi kasih sayang, perhatian yang tulus, doa yang tidak putus-putus dari orang tua mereka.

Setiap anak terlahir genius, tetapi kegeniusan mereka pupus dalam enam tahun pertama. Perlu adanya pemikiran tentang

bagaimana menjalankan tugas keayahbundaan (*parenting)* yakni mengasuh, membesarkan, dan mendidik mereka agar bukan saja tidak mematikan segala kebaikan mereka, tetapi juga merangsang inisiatif-inisiatif mereka, mendorong semangat mereka, menunjukkan penerimaan yang tulus, dan member perhatian yang hangat atas setiap kebaikan yang mereka lakukan.

Allah '*Azza wa Jalla* memulai dengan kalimat positif untuk menunjukkan yang seharusnya, sehingga manusia lebih mudah menerima dan lebih siap untuk mengubah pikirannya. Sama seperti anak-anak yang akan lebih mudah menerima saran dan usulan positif daripada larangan apalagi larangan yang disampaikan dengan suara membentak.

Apabila manusia telah dapat meraih kecintaan Tuhannya, maka Dia akan memaklumkan kecintaan-Nya kepada para malaikat. Lalu para malaikat itu akan memaklumkan kecintaan itu kepada hati manusia, sehingga mereka berbondong dating sekalipun engkau bersembunyi di balik gua.

trust media publishing

Semangati mereka dan jangan bebani, bangkitkan tanggung jawab dan cita pada saudara.

Semangat yang kita tanamkan kepada anak akan senantiasa memberikan energy baginya untuk mengejar cita-cita. Anak-anak belajar secara cerdas bukan karena haus ilmu, melainkan karena semangat dan gairahnya untuk belajar terus. Pengayaan mental akan meningkatkan kapasitas fisik kecerdasan anak-anak kita. Peningkatan kapasitasnya memungkinkan anak-anak memiliki kecerdasan cair (kecerdasan berdasarkan ukuran efisiensi kerja otak, bukan berdasarkan ukuran jumlah fakta yang tersimpan di dalamnya) yang lebih tinggi.

Agar anak-anak menjadi yang penuh inisiatif, cakap emosinya, dan cakap sosialnya, kita perlu member mereka kesempatan untuk menikmati akademik. Kalau harus ada yang

kita berikan kepada anak-anak kita, maka itu lebih bersifat pengayaan mental dan lingkungan. Semangati mereka. Tetapi jangan bebani. Bangkitkan pada diri mereka tanggung jawab, rasa cinta kepada saudaranya sesama muslim, empati, kepedulian, dan kepekaan. Bukanlah mata mereka bahwa ada saudaranya yang harus mereka tolong.

Sesungguhnya kesediaan anak untuk bertanya kepada orang tuanya, "seburuk apapun" pertanyaan itu, merupakan pertanda bahwa mereka memberikan kepercayan kepada orang tua untuk menjawab. Maka, jalan terbaik adalah menghargai kepercayaannya dengan tetap bersedia memberikan jawaban yang mengena dan menghidupkan jiwa.

Karena itu, semua harus menjadi orang-orang cerdas dan memiliki iman yang kuat. Semua harus menjadi manusia-manusia cemerlang yang bias menolong agama Allah. Kelak, semua harus memiliki bisnis yang besar. Dunia ada di tangan tetapi di hatihanya ada cinta kepada Allah.

Setiap anak, sejauh lahir dalam keadaan yang normal, adalah genius-genius besar yang sudah dibekali Allah dengan percaya diri tinggi, semangat besar, antusias belajar. Di usia-usia awal kehidupannya hingga mereka belajar. Di usia–usia awal kehidupan hingga menginjak tahun keenam mereka belajar.

Mengenalkan Allah kepada anak.

Jika setiap nama Allah yang mereka dengar lebih banyak dalam suasana negatif, manusia justru cenderung ingin lari. Padahal kita diperintahkan untuk mendakwahkan agama ini kepada anak kita. Cara memperkenalkan Allah kepada anak pada setiap memulai pekerjaan, apapun bentuknya biasakan membaca *basmalah.*

Kegiatan lain dengan mengajarkan kepada anak proses penciptaan manusia. Tujuannya adalah untuk menumbuhkan

kesadaran bukan hanya pengetahuan bahwa ia diciptakan Allah dan karena itu harus menggunakan hidupnya untuk Allah.

Pada usia dua sampai lima tahun adalah usia yang menegangkan karena anak sering menimbulkan gerakan yang menegangkan, mulai menunjukkan keakuannya, dan mulai ingin mengatur lingkungan. Di sini anak mulai belajar mempengaruhi orang-orang di sekitarnya dan ingin diperhatikan

Ibarat makanan, kandungan gizi buku sangat mempengaruhi cara berfikir dan bertindak anak. Buku bergizi berbeda dengan buku yang menarik. Buku yang bergizi baik tulisan maupun ilustrasi benar-benar merangsang pikiran, perasaan, dan imajinasi anak.

Usahakan member buku yang semenjak awal hingga akhir cerita menampilkan gagasan-gagasan positif, sehingga anak betul-betul terbawa suasana, terpengaruh oleh gagasan-gagasannya, menimbulkan hasrat untuk bertindak dan mempengaruhi mentalnya.

Antusiasme yang tinggi saat mengajak anak belajar, jauh lebih penting daripada keterampilan mengajari anak membaca atau menulis. Antusisme membangkitkan semangat sehingga belajar jadi lebih mudah, sementara ketrampilan mengajar memunculkan kemampuan tanpa kemauan yang kuat tidak ada nilainya.

"Yang menjadikan anak-anak kuat adalah karakter yang kuat." ***(Mohammad Fauzil Adhim)***

Jendela inspirasi:

- Sesungguhnya yang paling mulia di sisi Allah ialah yang paling takwa.
- Setiap peristiwa itu selalu ada hikmahnya. Jika seorang hamba Allah mendapat kesusahan, itu artinya Allah sedang menguji, maka berbahagialah orang yang sedang diuji Allah.

- Orang-orangyang merintis jalan adalah mereka yang memiliki kelapangan hati untuk belajar. Ketegaran jiwanya bertemu dengan kelembutan yang penuh kesantunan. Kematangan ilmunya bertemu dengan kehausan untuk belajar dan kehausan untuk mendengar.
- Perlu adanya pemikiran tentang bagaimana menjalankan tugas keayahbundaan (*parenting)* yakni mengasuh, membesarkan, dan mendidik mereka agar bukan saja tidak mematikan segala kebaikan mereka, tetapi juga merangsang inisiatif-inisiatif mereka, mendorong semangat mereka, menunjukkan penerimaan yang tulus, dan memberi perhatian yang hangat atas setiap kebaikan yang mereka lakukan.

***

Tarsilah Waryuni biasa dipanggil Bu TW, profesi sebagai Guru SMA Negeri 2 Tegal. Tahun 2021 terpilih menjadi 1000 guru Motivator Literasi Nasional. Ibu Pegiat Literasi di FPGL-PGRI ini dapat dihubungi melalui email wtarsilah@gmail.com atau FB Tarsilah Waryuni dan IG tarsilahw.

trust media publishing

Menjadi Guru yang Dirindu[1]

Sitti Rachmi Masie

Profesi guru adalah profesi yang sangat mulia. Menjadi keharusan bagi guru muslim-muslimah untuk meningkatkan amal dalam bidang yang agung sebagai bekal untuk bertemu dengan Allah SWT. Sesungguhnya Allah melimpahkan anugerah yang sangat besar ketika profesi guru disandangkan kepada hamba yang mendedikasikan diri untuk menciptakan peradaban manusia.

Sehingga diharapkan bersungguh-sungguh untuk mewujudkan tujuan pendidikan di muka bumi. Realitanya banyak guru yang salah arah dalam menjalankan perannya. Hanya terbatas pada pencapaian tujuan pendidikan semata tanpa mengedepankan akhlak yang baik kepada generasi penerus.

Dalam rangkuman ini, kita akan mempelajari bagaimana semestinya peran guru sebagai khalifah yang menjalankan kewajibannya di muka bumi, menyiapkan manusia yang beriman dan berbudaya, serta mengenalkan nilai sosial dalam diri manusia.

Mengenalkan karakter guru bukan sekadar pemberi ilmu sejati tetapi pemilik hati yang luas, pemberi suri teladan, dan pengajar manusia dengan hikmah.

Karakter guru sangat menentukan keberhasilan pendidikan. Berikut ada tiga karakter guru yang akan dikenalkan lewat rangkuman ini.

[1] Tulisan resume ini ditulis oleh Sitti Rachmi Masie dari buku karya Mahmud Khalifah dan Usamah Qutub yang berjudul *Menjadi Guru yang Dirindu* (2009).

Guru yang dicintai. Guru yang telah memberikan ketulusan dan cinta kasih kepada anak didiknya. Sifat yang dibutuhkan guru agar menjadi guru yang dicintai adalah menerima orang lain dengan keramahan tanpa ada diskriminasi, tenang bisa mengendalikan emosi, dan sabar dengan setiap kondisi.

Salah satu hasil penelitian yang dilakukan oleh Lamzon, bahwa guru yang dicintai adalah guru yang memiliki karakter mendalami materi yang menjadi spesifikasinya, memiliki keterampilan yang baik, jiwa yang memikat, mampu berinteraksi dengan baik, ikhlas dan jujur, humoris, dan berpenampilan rapi dan bersih.

Guru muslim, adalah guru yang memberikan keteladanan dalam melakukan perintah-perintah yang diwajibkan agama dan menjauhi segala yang dilarang, baik dalam perkataan dan perbuatan. Seorang muslim mampu menempatkan visi hidupnya, bahwa peran yang melekat padanya adalah sebuah pengabdian yang dipertanggungjawabkan di hadapan Allah SWT.

Guru sukses, adalah guru yang selalu siap untuk meningkatkan kompetensi dirinya dan juga peserta didik. Guru sukses mampu menjalankan proses pembelajaran sesuai dengan arah perkembangan kejiwaan peserta didik dan menguasai metode yang baik untuk diajarkan. Sehingga peserta didik merasa bahwa gurunya adalah pemilik kemuliaan yang telah mengajarkan ilmu, menujukkan akhlak terpuji, dan mampu memberikan solusi pada setiap permasalahan.

Ketiga karakter guru ini mencerminkan kecakapan guru dalam mengelola pembelajaran. Keberhasilan pembelajaran ditentukan oleh kekuatan guru dalam memahami manajemen pendidikan. Manajemen pendidikan adalah sebuah penyelarasan antara kristalisasi aktivitas dan kesungguhan untuk mewujudkan generasi yang berilmu dan beradab.

Mengelola penyelarasan kegiatan belajar mengajar, guru memegang peranan yang sangat penting. Melalui sentuhan guru

diharapkan mampu menghasilkan peserta didik yang memiliki kompetensi tinggi dan siap menghadapi tantangan hidup dengan penuh keyakinan dan percaya diri yang tinggi.

*"Sudahkah Anda menabur cinta kepada Rasulullah SAW di hati murid-murid Anda dengan benar?" (**Mahmud Khalifah, Usamah Qutub)***

Membuktikan bahwa guru menjadi figur yang dirindukan karena menyadari akan tugasnya menjunjung risalah Allah SWT meraih kemenangan.

Renungan mendasar "Mengapa harus mengajar?" Hal ini menunjukkan kepada diri setiap manusia tentang tujuan kehadirannya di muka bumi. Mendedikasikan diri untuk bermafaat bagi lingkungan sekitar. Terutama bagi guru. Mewujudkan generasi unggul di masa depan.

Apa yang harus diajarkan? Hal ini menjelaskan kepada peserta didik tentang esensi dari materi ilmiah. Inovasi guru yang sangat dibutuhkan saat merancang materi yang menarik. Tidak hanya pada tujuan penerimaan materi ajar kepada peserta didik, tetapi implementasi dalam kehidupan sehari-hari yang berdampak pada budi pekerti yang luhur.

Bagaimana cara mengajar? Membawa peserta didik untuk terbiasa belajar. Guru sebagai pengatur, penggerak sekaligus pelaku dalam proses pembelajaran, guru memiliki tanggung jawab besar terhadap keberlangsungan pembelajaran. Guru wajib punya cara dan metode yang tepat, strategis, dan efektif.

Pembelajaran yang baik atas materi bersifat kognitif demi mencapai tujuan, tidak mungkin bisa diwujudkan hanya dengan hayalan belaka. Namun bisa diejawantahkan dengan melakukan persiapan dengan baik atas apa yang disampaikan.

Guru wajib mengetahui bahwa tujuan dalam pembelajaran adalah pemahaman peserta didik, bukan banyaknya berbagai

informasi serta ilmu pengetahuan yang dijejalkan pada pikiran peserta didik, tetapi seberapa manfaatnya ilmu yang diterima dan bisa diamalkan dalam kehidupan sehari-hari.

Hubungan baik guru dan peserta didik memberikan pengaruh yang besar terhadap keberhasilan pembelajaran. Tidak ada pilih kasih tetapi guru memperlakukan peserta didik dengan adil dan penuh kasih sayang.

Sesungguhnya kebahagiaan peserta didik tergantung pada ketulusan guru memberikan ilmu dan keteladanan sejati. Mecerminkan sebaik-baik pengabdian yang bermanfaat untuk dirinya dan orang-orang sekitar.

Kreatifnya guru memilih sarana sebagai piranti dalam proses pembelajaran yang digunakan untuk membantu memudahkan aktivitas belajar di kelas.

Ada berbagai macam sarana yang bisa digunakan, tergantung dari tujuan yang ingin dicapai di dalam pemberian materi pelajaran yang diajarkan kepada peserta didik. Sarana pendidikan merupakan salah satu faktor keberhasilan pembelajaran efektif.

Faktor-faktor yang mempengaruhi kegiatan pembelajaran adalah guru, peserta didik, fasilitas dan sistem yang digunakan dalam proses pembelajaran. Proses interaksi merupakan inti dari proses pendidikan formal.

Guru sebagai pemegang peranan penting suksesnya pembelajaran karena guru secara langsung dapat mempengaruhi, membina dan meningkatkan kecerdasan serta keterampilan peserta didik. Guru diharapkan memiliki cara/model mengajar yang baik dan mampu memilih.

Kreatifnya guru memilih sarana pembelajaran bukan sebatas menambah keindahan dan ornamen ilmu dalam kelas, namun merupakan piranti dalam proses pembelajaran yang digunakan untuk membantu memudahkan aktivitas belajar.

Kehadiran sarana dalam proses pembelajaran dapat meningkatkan semangat belajar peserta didik. Misalnya tersedianya alat bantu dan beberapa peralatan yang diperlukan saat belajar.

Kehadiran sarana menjadi penunjang memunculkan keahlian peserta didik untuk mendalami materi yang dipelajari. Terutama sebagai penunjang dan pendukung materi ajar yang membutuhkan metode ilmiah serta mengembangkan ide-ide produktif.

Intinya, bahwa kecintaan guru pada peserta didik adalah sarana yang paling ampuh untuk membantunya dalam menciptakan kedisiplinan peserta didik di dalam kelas.

"Seorang guru profesional harus merasa bahwa dirinya adalah Pemilik Risalah." ***(Mahmud Khalifah, Usamah Qutub)***

Integrasi antara pembelajaran dan penilaian sebagai barometer ketercapaian kompetensi kognitif, afektif, dan psikomotorik peserta didik.

Guru kreatif adalah guru yang mampu mempersiapkan materi yang akan diajarkan. Mengharapkan ilmu dan pengalaman yang disampaikan akan terekam pada diri peserta didik. Beberapa langkah yang dihadapi guru adalah menata pembelajaran dan penilaian.

Menata pembelajaran perlu menyiapkan suasana yang baik lagi kondusif. Suasana salah satu faktor yang sangat menentukan keberhasilan peserta didik. Salah satunya ketercapaian indikator pembelajaran.

Guru juga mampu membuat materi pelajaran yang menarik. Menciptakan materi pelajaran yang sesuai dengan perkembangan peserta didik. Pemilihan metode yang menarik dan menyenangkan agar peserta didik betah menerima proses pembelajaran.

Pada sesi terakhir pembelajaran, ada interaksi yang menarik diciptakan guru, yaitu refleksi. Interaksi curahan hati antara guru dan peserta didik. Selain merefleksikan materi yang telah disampaikan pada sesi penutupan pembelajaran, guru wajib mengetahui perasaan peserta didik saat menerima materi.

Proses menata nilai peserta didik untuk menentukan kualitas kemampuan atau mengukur ketercapaian kompetensinya. Menentukan standar nilai peserta didik sebelum memulai belajar. Dalam hal ini menata dan mengolah nilai harus objektif dan jujur. Artinya sesuai dengan potensi kemampuan peserta didik baik aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik.

Mengumpulkan beberapa informasi dan keterangan tentang fenomena atau realitas yang ada untuk dipelajari guna mengambil beberapa keputusan. Hal ini untuk mengembangkan dan memperbaiki proses belajar dan mengajar.

Hasil nilai akan mengetahui seberapa besar persiapan peserta didik dan kemampuan untuk meraih kesuksesan dalam pelajaran-pelajaran yang akan datang. Serta memberikan peluang tinggi untuk mendapatkan hasil yang maksimal.

trust media publishing

Bijak memahami kesenjangan dalam dunia pendidikan untuk menguatkan dan mengukur kemampuan profesionalisme kerja.

Pekerjaan sebagai guru adalah pekerjaan yang berhubungan dengan manusia. Dalam menjalankan pekerjaan seorang guru harus berinteraksi dengan beragam karakter manusia baik yang berhubungan dengan budaya, lingkungan, maupun usia.

Setiap manusia pasti dihadapkan dengan beragam problematika kehidupan. Guru, peserta didik, orang tua, dan seluruh manajemen pasti pernah mengalaminya.

Beberapa permasalahan yang dihadapi guru, berupa konflik guru dan peserta didik, atau guru dan orang tua. Hal ini membuat

guru depresi dan bingung. Tekanan lahir batin yang dialami seorang guru akan membuatnya lelah dan emosional.

Kekhawatirannya masalah akan semakin luas ketika muncul tanda-tandanya kurang perhatian kepada peserta didik, kerja asal-asalan, menentang perubahan dan kehilangan kreativitas. Bahkan persoalan muncul saat metode pembelajaran digunakan tidak sesuai dengan kemampuan, orientasi, dan keinginan anak.

Untuk bijak menghadapi masalah ini, diperlukan kelapangan guru untuk menata hati dan kepribadian. Kembali untuk meluruskan niat dalam mengabdi untuk bangsa.

Mengetahui kepribadian peserta didik sebelum memutuskan untuk meluruskan perilakunya. Artinya harus mengetahui motif tindakan dan kebutuhan psikologisnya agar bisa bertindak secara efektif

Penerapan disiplin sebaiknya mengarah pada metode positif yang dapat digunakan untuk memotivasi peserta didik dalam berperilaku positif. Guru bersikap objektif, artinya bersikap sama dan adil kepada semua peserta didik dan selalu menjadi motivator cinta terbaik.

Trust media publishing

Jendela inspirasi:

- Karakter guru adalah mampu menyiapkan generasi yang berilmu dan generasi yang berakhlak mulia dan mampu menyiapkan manusia yang beriman.
- Guru yang dirindu adalah guru yang memiliki ketulusan cinta kasih dalam memberikan dedikasi terbaik untuk peserta didik.
- Memilih sarana pendidikan yang efektif dapat disesuaikan dengan kebutuhan pembelajaran peserta didik.
- Pembelajaran terbaik ketika guru mampu merencanakan, melaksanakan, dan mampu mengevaluasinya.

- Mampu menerima perbedaan, perubahan, dan perselisihan dengan hati yang bijak.

***

Sitti Rachmi Masie, seorang pengajar di Program Studi Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia Fakultas Sastra dan Budaya Universitas Negeri Gorontalo. Santri Pesantren Penulis Yogyakarta 2022. Dapat dihubungi melalui e-mail sittirachmi@ung.ac.id, FB Sitti Rachmi Masie. Instagram @sittirachmimasie.

trust media publishing

BAB 4.

IMPROVE YOUR LIFE

The Power of Kepepet[1]

Andrianingsih Risa N.

Banyak kasus kegagalan dalam membangun bisnis karena tidak ada motivasi kuat dari pengusaha tersebut. Mengapa demkian, karena tidak ada kondisi mendesak yang dihadapi seseorang sehingga dia tidak berusaha secara maksimal.

Bandingkan dengan seseorang yang terdesak karena keluarga sakit sehingga harus menyediakan dana sebesar lima puluh juta rupiah secepatnya, maka bagaimanapun caranya dia akan berusaha mencarinya. Sayangnya menjadi sukses, membahagiakan keluarga belum menjadi hal yang mendesak, sehingga banyak orang tidak mau bersusah payah dalam usahanya.

Aneh tetapi nyata, kita hanya menganggap saat *kepepet* adalah saat terkena musibah, padahal sebenarnya ....

Nenek moyang kita adalah pelaut, bukan nelayan, artinya mereka yang pergi antar pulau, benua untuk berdagang. Jadi kalau kita diharapkan menjadi pengusaha, maka meneruskan profesi nenek moyang kita, bukannya menjadi pegawai.

Apalagi untuk yang susah bangun pagi, tidak suka dapat gaji pas-pasan, dan tidak suka dimarahi bos, maka tidak ada jalan lain harus mau menjadi pengusaha. Inilah kondisi kepepet ketika Anda harus mengupayakan untuk bisa bertahan, sekaligus bisa mengubah nasib.

Bayangkan ketika Anda diminta menabung lima puluh juta rupiah untuk liburan, mungkin Anda akan segera melakukannya,

[1] Tulisan resume ini ditulis oleh Andrianingsih Risa N. dari buku karya Jaya Setiabudi yang berjudul *The Power of Kepepet* (2008).

mungkin juga tidak. Karena situasinya tidak mendesak. Tetapi, beda tindakannya ketika kita harus siapkan dana sebesar itu untuk keluarga sakit, mau tidak mau kita berusaha upayakan mendapatkannya sesegera mungkin, bagaimanapun caranya.

Manusia diciptakan dengan potensi yang luar biasa, tetapi seringkali potensi ini muncul pada saat terdesak, kepepet. Orang tidak akan bergerak untuk berubah karena impian yang kurang kuat dan tidak kepepet.

Berdasarkan penelitian, 97% orang akan termotivasi karena keadaan kepepet, bukan karena iming-iming. Contohnya seorang pemasar yang harus mencapai target penjualan dalam 1 bulan, dan kalau berhasil akan mendapat bonus besar. Tetapi, sampai hampir habis tenggat waktunya dia belum juga berhasil capai target sehingga bosnya mengancam akan memecatnya. Maka karena kondisi ini, dia berusaha mati-matian untuk mencapai target. Hasilnya dia berhasil capai target hanya dalam beberapa hari saja. Ini terjadi karena dia terdesak dan panik, memikirkan anak istrinya makan apa kalau dia dipecat.

Sebenarnya, tidak ada kata menyerah untuk menjadi pengusaha. Keadaan merugi, ditipu, dan bangkrut, adalah vitamin buat para pengusaha yang akan memperkaya pengalaman mereka untuk menjadi pengusaha yang tahan banting.

Dari contoh di atas, nyatalah bahwa kepepet menjadi motivasi terbesar di dunia. Segala ketakutan akan berkurang apabila kita hadapi. Apa yang kita yakini, itu yang akan terjadi. Karena keyakinan lebih kuat dari kenyataannya.

"Kondisi kepepet adalah motivasi terbesar di dunia."
(Jaya Setiabudi)

Trust media publishing

Bagaimana kita bisa menjadi pengusaha tangguh lewat kondisi *kepepet?*

Kita harus ciptakan kondisi kepepet untuk membangkitkan potensi Anda, karena alam bawah sadar tidak bisa membedakan imajinasi dan kenyataan. Cara apapun kita pilih yang penting kita mulai dulu, melangkah untuk bisa berubah.

Jangan bandingkan kesuksesan Anda dengan orang lain karena sampai kapan pun tidak akan dapat dibandingkan. Maka bandingkan dengan Anda sebelumnya. Ini baru benar.

Manusia tumbuh karena latihan. Otot bisa dilatih bertahap untuk akhirnya bisa angkat beban yang melebihi berat badannya. Maka, otak pun bisa dilatih bekerja keras dengan membebaninya dengan banyak beban pikiran atau masalah.

Coba praktikkan dengan cara berutang, bukan untuk konsumtif, membeli barang-barang, tetapi untuk bisnis, buka usaha. Meskipun disarankan tidak langsung banyak, tetapi bertahap, sampai bisa mengaturnya baru bisa berutang ebih banyak lagi. Dengan begini, otak kita dilatih berpikir bagaimana cara melunasinya. Cara lain dengan menyewa tempat usaha meskipun kita belum tahu akan bisnis apa. Sekali lagi otak kita dilatih.

Pikiran kita seperti saklar ON/OFF. Kalau kita yakin, berarti ON. Kalau tidak yakin maka OFF. Sukses dimulai dengan menghidupkan impian. Dengan melihat, mencoba, dan mengetahui detail tentang apa yang kita impikan, secar tidak sadar kita meminta panca indera kita untuk mendukung impian-impian kita.

Tidak ada masalah? Maka ciptakan tantangan-tantangan baru, yakin ada solusi dari situ. Misalnya, siswa sedang liburan akhir tahun. Waktu yang bisa dipakai berlibur, travelling, atau baca novel dimanfaatkan untuk kursus menulis, kursus bahasa asing atau lainnya. Ini pun belajar menantang diri sendiri.

Trust media publishing

Maka, jagalah tombol pikiran positif kita selalu aktif, ON, dengan cara menhidupkannya lewat apapun hal yang menyenangkan, yang kita suka, misalnya dari lagu-lagu yang membangkitkan semangat, novel, film, dan sebagainya agar kita tetap semangat.

Mulai dari hal yang sederhana ke yang besar. Mulai dari tanpa modal sampai miliaran.

Jangan remehkan ide bisnis sederhana, karena jika volumenya besar maka besar pula keuntungannya. Contoh ide sederhana; kacang goreng yang dipasok ke banyak club malam, rupanya orang senang ngemil kacang goreng sambil minum-minum katanya. Tissue yang dijual dikeramaian dan *outdoor* misalnya sekitar stadion setiap hari Ahad, akan mungkin sekali dicari mereka yang berolahraga.

Warkop depan rumah yang hanya modal meja kursi, mie instan juga kopi. Minuman dingin di tepi jalan yang ramai. Bulan pertama mungkin hanya satu tempat. Tetapi kemudian bisa menambahnya di bulan-bulan berikutnya.

Buka usaha dengan modal kartu nama, brosur tawarkan ke orang-orang. Lalu ajak kerja sama mereka yang punya usaha katering, *laundry*, foto copy, dan lainnya. Ambil laba dari kerja sama dengan mereka. Setelah cukup modal, buka sendiri usaha dengan membeli segala peralatan diperlukan.

Manfaatkan internet untuk segala kebutuhan agar lebih efisien dan efektif, jadi lebih singkat waktu yang dibuang untuk persiapan, sehingga lebih banyak untung kita dapat.

Pikirkan usaha yang dimulai dengan gratis. Juga usaha yang malah orang lain yang biayai. Contohnya kafe iklan, kafe yang kita buat didesain interior dan eksteriornya berupa *vendor*, iklan yang membayar kepada kita sesuai besarnya *space* yang dipakai. Bisa juga lewat TV yang kita siapkan khusus siaran iklan,

trust media publishing

diselingi kisah sukses para pengusaha, pasti ini menjadi tontonan yang seru. Pengunjung bahkan dapat *souvenir* dari para *vendo*r, misalnya *mug*, payung, *tumbler* dan sebagainya. Pasti menarik.

Yang penting melangkah. Gula didatangi semut, begitu pula usaha ada barang-barang yang bisa dijual dan bahkan datang sendiri kalau kita dilihat berhasil.

"Bangkrut bukan berarti kiamat, tetapi kiamat pasti bangkrut. Selama belum kiamat jangan takut bangkrut." ***(Jaya Setiabudi)***

Pakai dongkrak untuk tingkatkan usaha. Kerja 20% untuk hasil 80%.

Work smart. Konsisten, *ngeyel* saja tidak cukup, harus juga perhatikan strategi. Ini zaman yang amat kompetitif.

Bisnis kita jalan, tetapi kita mau tingkatkan *leverage*-nya. Kita mau bekerja hanya 20% untuk hasil 80%. kerja santai-santai tetapi uang mengalir terus. Maka kita harus berbeda dari orang lain dengan pakai rumus PARETO. Menjaring, bukannya memancing. Masuki komunitas yang menggemari bisnis Anda. Misalnya Anda jual seminar keehatan, maka masuki praktisi kesehatan. Kalau tentang pedidikan, masuki para pengajar, guru, instruktur. Jadi kalau dikejar target, Anda tidak hanya dapat satu orang tetapi bisa sekaligus banyak.

Analisis selama berbisnis, apakah sudah baik, lancar jalannya. Bukan asal dapat lokasi, tetapi analisa juga apakah ramai atau sebaliknya.

Bisnis tidak harus dari nol atau bisnis sendiri, tetapi dari 5-6. Beli usaha, cari peluang usaha yang sudah ada dan mengajak kerjasama. Artinya, kita kurangi *trial and error* yang memakan waktu dan biaya. Caranya, ajak kerjasama teman yang sudah punya bisnis untuk kita kembangkan lagi. Misalnya dengan *franchise*.

Cari usaha yang keren, sudah punya nama dan teruji. Termasuk bayar sewa lebih mahal tetapi ramai, strategis daripada bayar murah tetapi sepi. Fokus dulu di penjualan ketika pertama kali buka usaha, lupakan analisis. Baru nanti analisis setelah berjalan beberapa saat.

Pengusaha tidak harus pintar, tetapi pintar mencari orang pintar. Artinya, bentuk tim hebat yang saling melengkapi dan menutupi kekurangan jadi bukan dengan mereka yang kemampuannya sejenis. Ada lima macam partner. Sebaiknya kita punya mereka dalam tim kita; *technical, network, management, financial, leadership.*

Semua orang ingin sukses, tetapi tidak semu orang layak sukses. Jalan sukses itu berliku, menanjak, terjal, naik, berbelok-belok, memutar tetapi jalan itu ada. Jalan itu terbuka untuk semua orang, termasuk Anda tetapi tidak semua orang sampai ke *finish*.

Di man Anda tahun lalu? Kemajuan apa yang Anda capai? Bukan hanya hasil akhir, tetapi *spirit* Anda untuk tetap bergerak, bangkit dari kegagalan itu yang orang lihat. Hidup tak selamanya adil, Anda mungkin ditipu, direndahkan, difitnah, tetap jaga *spirit* Anda. Meskipun di bawah, teruslah bergerak.

Great Media publishing

Jendela inspirasi:

- Ciptakan kondisi kepepet untuk membangkitkan potensi Anda, karena manusia terlahir dengan potensi luar biasa tetapi hanya bangkit apabila terdesak.
- *Work smart*. Selain *action*, konsisten, *ngeyel* saja tidak cukup, harus juga perhatikan strategi.
- Pengusaha tidak harus pintar, tetapi pintar mencari orang pintar. Tak ada orang yang tidak punya bakat bisnis, yang ada orang yang tidak mau kerjasama.
- Tetaplah bergerak, jaga spirit Anda, karena Anda yang akan nikmati hasilnya bukan orang lain.

***

Andrianingsih Risa N, seorang guru SMA yang sejak kecil sangat suka membaca dan mengoleksi buku, dan sangat ingin pandai menulis. Penulis dapat disapa melalui email arnurwiyati@gmail.com dan akun IG. andririsa.

trust media publishing

The Life-Changing Magic of Tidying Up[1]

Siti Mukhlisoh

Kita sudah sering berbenah, tetapi sering kali menjadi berantakan lagi. Lalu, kita kembali berbenah. Namun, kemudian berantakan lagi. Begitu terus berulang. Kegiatan berbenah menjadi tidak efektif dan kurang berdampak.

Dalam rangkuman ini, kita akan mempelajari sebuah metode berbenah ala Jepang yang bernama KonMari. Sebuah metode berbenah yang tidak akan lagi membuat rumah berantakan. Selain itu juga berdampak baik pada kehidupan kita nantinya.

KonMari, metode berbenah ala Jepang yang bisa menjadikan rumah tidak lagi berantakan.

Kita sering kali berbenah, tetapi kemudian berantakan kembali. Tak peduli seberapa banyak kita berbenah, keadaan menjadi seperti sebelumnya. Hingga akhirnya, semangat kita untuk berbenah menurun.

Barang-barang yang tidak berada pada tempatnya membuat kita kesulitan untuk menemukan apa yang kita cari atau apa yang kita butuhkan. Hal ini terkadang membuat kita stres. Saking banyaknya barang yang kita miliki, membuat beberapa barang tidak terawat, bahkan kadang terlupakan.

Metode KonMari dilakukan berdasarkan kategori, bukan lokasi. Kebanyakan dari kita berbenah berdasarkan lokasi.

[1] Tulisan resume ini ditulis oleh Siti Mukhlisoh dari buku berjudul Marie Kondo yang berjudul *The Life Changing Magic of Tidying Up* (2017).

Hal inilah yang menjadi salah satu penyebab keadaan kembali berantakan.Sebelum memulai berbenah, visualisasikan tujuan kita. Gaya hidup seperti apa yang ingin kita jalani. Hal ini akan membantu kita dalam proses penyortiran barang.

Kategori dalam berbenah yaitu pakaian, buku, kertas, komono (pernak-pernik), dan memorabilia (benda kenang-kenangan). Semua harus dilakukan sesuai urutan. Benda kenang-kenangan di urutan paling akhir karena ini biasanya merupakan hal yang paling sulit.

Cara penyotiran dimulai dari kategori pakaian. Cari seluruh pakaian yang ada di rumah, lalu hamparkan di lantai. Jangan sampai ada pakaian yang terlewat, keluarkan semuanya. Pegangi pakaian satu per satu dan tanyakan pada diri sendiri, "Apakah ini membangkitkan kegembiraan?"Jika ya, maka simpan. Jika tidak, maka buang. Buang di sini maksudnya bisa juga diberikan kepada keluarga yang membutuhkan.

Sebelum membuang, ucapkan terima kasih dengan tulus pada benda-benda yang sudah membersamai kita dan menyokong kehidupan kita. Ini semacam salam perpisahan. Dengan begitu, kita bisa dengan lapang melepaskannya.

Berbenah dengan metode KonMari harus dilakukan secepat-cepatnya dan setuntas-tuntasnya. Waktu yang dibutuhkan setidaknya enam bulan. Setelah itu, kita akan merasakan kerapian yang sempurna.

"Kita semestinya memilih apa yang hendak kita simpan, bukan apa yang hendak kita singkirkan."
(Marie Kondo)

Metode KonMari menjadi efektif karena dilakukan setuntas-tuntasnya dan berdasarkan standar diri sendiri.

Kebanyakan kita melakukan aktivitas berbenah rumah sedikit demi sedikit. Namun, metode KonMari harus dilakukan secepat-

cepatnya dan setuntas-tuntasnya. Jadi, harus dilakukan dengan total, bukan setengah-setengah. Kita tidak boleh menyimpan sebelum membuang dengan tuntas.

Dilakukan sekaligus, secepat-cepatnya atau sesegera mungkin karena berbenah bukanlah tujuan. Dengan bersegera, kita akan melihat hasilnya. Hasil atau perubahan yang drastis akan memberikan efek kejut pada kita.

Pada metode KonMari, yang menjadi kriteria adalah kegembiraan hati kita. Jadi, antara satu orang dengan orang lainnya tentu berbeda. Karena apa yang berharga bagi kita belum tentu berharga bagi orang lain.

Mulai membuang semuanya sekaligus tanpa ampun akan mengurangi banyak barang milik kita. Hal ini akan membuat kita hanya dikelilingi oleh sedikit benda. Meski begitu, sejauh ini tak ada klien yang kerepotan karena sudah membuang banyak barang.

Dengan standar kita sendiri, kita jadi tahu yang pas dengan kita. Sehingga, kita tak lagi membeli barang yang tidak kita butuhkan atau tidak menggembirakan hati. Kita akan merasa cukup.

Jumlah benda yang sedikit akan memudahkan kita dalam menyimpan. Kita juga akan dimudahkan dalam berbenah harian. Saat kita konsisten berbenah harian, keadaan berantakan tentu tidak akan terjadi. Setelah pergi dari suatu tempat, kita akan segera meletakkan segala sesuatu kembali pada tempatnya.

Menyimpan barang dilakukan secara sederhana. Seperti misalnya dalam kotak-kotak sederhana. Penyimpanan pakaian atau buku dilakukan dengan memberdirikan, bukan menidurkan. Dengan memberdirikan, benda-benda yang kita miliki akan mudah terlihat. Sehingga kita bisa tahu dengan cepat jika ada penambahan.

trust media publishing

Selain untuk merapikan rumah, berbenah dengan metode KonMari juga melatih kita dalam pengambilan keputusan.

Dalam kehidupan, begitu banyak persimpangan-persimpangan yang membuat kita perlu untuk mengambil keputusan. Terkadang, kita akan bingung. Lewat berbenah dengan metode KonMari, kemampuan pengambilan keputusan kita akan terasah.

Saat berbenah, kita memilih benda apa saja yang hendak kita simpan dan sisanya kita buang. Kita pegangi satu per satu benda itu, dan bertanya pada diri sendiri. Di sinilah kita mengambil keputusan. Di awal, mungkin hal itu tidak mudah. Namun, selanjutnya kita akan terbiasa.

Standar dalam pengambilan keputusan adalah diri kita sendiri. Di sini kita akan belajar membuat keputusan dan bertanggungjawab atas keputusan yang sudah diambil.Benda-benda yang memiliki kenangan tersendiri tak mudah untuk dilepaskan. Apalagi jika kenangan itu adalah kenangan yang indah dan sangat berkesan.

Benda-benda kenangan yang terlampau banyak, tetapi hanya kita simpan hingga terlupakan, pada akhirnya justru tidak memenuhi fungsinya. Untuk benda-benda kenangan yang benar-benar menggetarkan hati, kita bisa menyimpannya. Beberapa yang lain bisa kita buang dan jangan lupa ucapkan terima kasih.

Mengambil keputuasn mengenai benda-benda kenangan ini seperti kita sedang berdamai dengan masa lalu. Memahami bahwa masa lalu sudah lewat. Yang harus kita hargai adalah diri kita di masa kini. Kenangan yang indah dan berkesan tak akan hilang meski benda yang terkait kenangan itu kita buang.

Kita kadang menyimpan banya sekali foto. Untuk setiap momen atau perjalanan, mungkin kita bisa menyimpan sekitar lima foto saja yang benar-benar berkesan dan mewakili. Karena fungsi foto adalah untuk menunjukkan sebuah peristiwa.

"Dengan memilah barang bernilai sentimental satu per satu dan memutuskan mana-mana saja yang hendak Anda buang, Anda sejatinya tengah mencerna masa lalu." ***(Marie Kondo)***

Berbenah dengan metode KonMari membuat kita lebih mengenal diri sendiri.

Dengan menilai barang berdasarkan standar sendiri, hal ini membuat kita percaya diri. Tidak ada yang salah dengan diri kita. Percaya dengan penilaian diri akan meningkatkan rasa percaya diri.

Saat memilah barang dan bertanya pada diri sendiri, kita jadi tahu apa yang kita inginkan dan apa yang tidak. Yang menggembirakan hati kita simpan dan yang tidak menggetarkan hati kita buang. Dari barang-barang yang kita putuskan simpan, kita jadi tahu diri kita.

Proses menyeleksi barang-barang memaksa kita untuk jujur pada diri sendiri. Kita juga mengakui pilihan-pilihan bodoh di masa lalu. Kita akan menemukan keinginan terdalam hati kita. Setelah kita berbenah sampai tuntas, kita akan mendapati diri kita yang berbeda. Diri yang lebih peraya diri, lebih sehat, dan lebih mengenal diri.

Ketika kita lebih mengenal diri sendiri, kita akan mulai menuju ke hal yang ingin kita lakukan. Beberapa klien akhirnya pindah kerja, membangun perusahaan sendiri, dan mereka lebih bersungguh-sungguh dalam bekerja. Karena kini mereka bena-benar tahu apa minat mereka.

Sadar akan apa yang kita sukai membuat kita lebih bersemangat dalam menjalani kehidupan. Apalagi dikelilingi oleh benda-benda yang kita sukai.

Menjalani hidup dengan gaya hidup yang kita impikan membuat kita lebih bersyukur. Keadaan berantakan yang dulu

trust media publishing

membuat stres dan membuat kita tidak berkembang kini berganti. Kerapian di sekeliling kita membuat kita lebih bisa melihat hal-hal lain seperti tujuan kita yang sesungguhnya.

Jendela inspirasi:

- Berbenah seharusnya dilakukan sesuai kategori, bukan lokasi.
- Berbenah harus dilakukan sesegera mungkin, secepat-cepatnya, dan setuntas-tuntasnya agar tidak kembali berantakan.
- Dengan memegang barang satu per satu dan bertanya pada diri sendiri membuat kita pandai dalam mengambil keputusan.
- Berbenah bukanlah tujuan, melainkan cara agar hidup menjadi lebih baik karena mengenal diri sendiri.

***

Siti Mukhlisoh, seorang guru les yang juga menulis buku anak, bisa dihubungi melalui e-mail sitimukhlisoh332@yahoo.com, Facebook Lish Adnan, Instagram @lishadnan332.

trust media publishing

Master Your Time Master Your Life[1]

Dedi Hendrawan Dawolo

Saat ini banyak diantara para pebisnis, para pekerja ataupun seorang pelajar yang belum mengatahui tentang bagaimana memanfaatkan waktu dengan baik, bagaimana diri kita saat ini dan di masa depan tergantung bagaimana kita menghargai waktu kita. Karena dengan memanfaatkan dan menguasai waktu hal itu akan berdampak bagi diri kita, bisnis, ataupun perusahaan tempat kita bekerja.

Seiring waktu berjalan perkembangan teknologi dan perkembangan ilmu pengetahuan dengan berbagai riset yang dilakukan hadirlah sebuah ilmu *time management* yang apabila kita kuasai maka di situlah perubahan besar yang akan kita dapatkan.

trust media publishing

Dampak atau pengaruh pemanfaatan waktu bagi kehidupan secara pribadi maupun bagi perusahaan dan lembaga.

Pada masa ini banyak peluang bagi kita untuk melakukan lebih banyak hal dan meraih apapun tujuan yang ingin kita capai dibandingkan dengan masa dulu yang pengetahuan terbatas sedangkan saat ini kita kebanjiran pengetahuan dan informasi.

Namun dengan peluang yang sangat besar ini untuk mencapai kesuksesan dan kebahagiaan kita seperti rata-rata orang

[1] Tulisan resume ini ditulis oleh Dedi Hendrawan Dawolo dari buku karya Brian Tracy yang berjudul *Master Your Time Master Your Life* (2020).

terlalu banyak yang dilakukan namun kemampuan terbatas dan waktu yang tersedia juga sangat sedikit. Karena itu pentingnya kita untuk menyadari berpikir tentang waktu yang kita miliki terutama waktu yang berbeda-beda dalam menjalani setiap kehidupan kita.

Dalam setiap waktu yang berbeda kita tentu membutuhkan satu jenis waktu untuk melakukan aktivitas seperti berkomunikasi, berinteraksi, bernegosiasi dan mengatur jenis waktu yang lain di dalam rumah bersama dengan pasangan dan keluarga yang menurut kita sangat penting menjalin hubungan dengan baik.

Perlu diingat saat kita menggunakan waktu dengan pola yang salah dalam bidang kehidupan yang salah justru itu akan menyebabkan hal yang tidak baik yang dirasakan seperti frustasi, kegagalan dan ketidakefektivan dan proses menjalaninya.

Kualitas hidup seseorang ditentukan salah satunya bagaimana kualitas manajemen waktu yang kita miliki baik itu secara personal atau manajemen waktu dalam sebuah lembaga ataupun perusahaan. Jika kita tidak mampu mengendalikan waktu dengan baik tentu sulit bagi diri kita mengendalikan hal yang lainnya dalam kehidupan.

Orang-orang sukses dan kaya di dunia memiliki dua puluh empat jam perhari seperti halnya kita miliki, tentu yang membedakannya adalah orang-orang sukses dan kaya meraka memanfaatkan waktunya dengan baik dan efektif.

Kemampuan kita dalam mengelola dan mengendalikan waktu terhadap dalam setiap target dan rencana yang kita miliki setiap saat akan berdampak pada kesuksesan baik jangka pendek maupun jangka panjang karna kitalah pengendali atas waktu dan hidup kita untuk bisa meraih lebih dalam satu atau dua tahun kedepan dibandingkan yang dicapai oleh rata-rata orang dalam beberapa tahun bahkan dalam seumur hidup.

trust media publishing

"Apakah Anda menghargai hidup? Maka jangan sia-siakan waktu, karena dari waktulah kehidupan terbentuk." **(Benjamin Fraklin)**

Waktu perencanaan strategis dan penetapan tujuan untuk pemanfaatan waktu produktif secara jelas dan terukur.

Buang-buang waktu terbesar adalah memulai sebuah perjalanan tanpa tujuan yang jelas dan spesifik. ada ungkapan demikian "Sebelum anda melakukan sesuatu, anda harus melakukan sesuatu yang lain terlebih dahulu." Artinya sebelum anda memulai petualangan besar dalam hidup, anda harus menentukan anda ingin berakhir di mana.

Satu penjelasan terkait perbedaan orang kaya dan orang miskin adalah bahwa sekitar 85 persen dari orang kaya memiliki satu tujuan besar yang mereka upayakan sepanjang waktu. Hanya 3 persen dari orang miskin yang memiliki satu tujuan besar, dan mereka sesekali mengupayakan, jika memang memungkinkan.

Kejelasan adalah segalanya, ada cerita tentang seorang pemburu yang pergi ke tepi hutan menutup matanya, dan menembakkan senapannya ke dalam hutan dia lalu menoleh ke arah temannya dan berkata, "Aku berharap sesuatu yang baik terjadi," begitulah rata-rata orang menjalanin hidup mereka memasrahkan diri pada kehidupan dan tanpa tujuan yang jelas.

Penetapan tujuan dan perencanaan strategis personal mengharuskan kita untuk mundur dan beristirahat sejenak jau-jauh dari gangguan dan pengalihan pikiran. Lalu kita menjawab beberapa pertanyaan pokok untuk memastikan bahwa apa yang sedang kita kerjakan sesuai dengan kepribadian dalam diri kita dan sejalan dengan apa yang sebenarnya kita raih.

Pertama, menyelami diri sendiri. *Socrates* berkata, "Hidup yang tidak terselidiki tidak layak dijalani." Mulailah analisis tujuan

ini dengan menyadari bahwa kita unik, dan berpotensi luarbiasa. Jadilah diri sendiri karna kita mempunyai beberapa kekuatan dan kemampuan terlahir dengan memiliki kapasitas untuk benar-benar unggul dalam suatu hal dan mungkin beberapa hal. Yang terpenting kita harus memperjelas visi dan tujuan hidup yang ingin diraih dalam kehidupan.

Kedua, melakukan yang benar-benar disukai. Salah satu pekerjaan hebat adalah dalam hidup adalah menemukan sesuatu yang disukai dan berusaha keras untuk menjadi unggul dalam bidang yang di lakukan itulah yang inti dari yang sering kita mendengar yang namanya ikigai.

Tanyakan pada diri kita dan temukan jawabannya apa yang *benar-benar* ingin saya lakukan dengan hidup saya? Apa yang *benar-benar, sungguh-sungguh* ingin saya lakukan dengan hidup saya? Apa yang *benar-benar, sungguh-sungguh*, *betul-betul* ingin saya lakukan dengan hidup saya?

Ketiga, perencanaan strategis personal. Rencana strategis Ini adalah tujuan dan rencana yang dipertimbangkan dengan seksama dan hati-hati yang nantinya mereka gunakan untuk meraih kesuksesan dan keuntungan lebih besar. Dengan memastikan kita menyelesaikan hal-hal yang paling penting dalam waktu yang lebih singkat dan meminimalisir kesalahan paling sedikit.

Perencanaan strategis personal berfokus pada empat pertanyaan yang harus di tanyakan secara teratur. *Di mana saya sekarang dalam hidup saya?* Apa saat ini yang sudah dicapai, seberapa besar nilai kita secara financial, keluarga, kesehatan, dsb.

Bagaimana saya sampai ke tempat saya sekarang? Apa pilihan dan keputusan kita yang di buat di masa lalu, apa penyebab utama atas kesuksesan kita, dan juga penyebab kegaglan kita.

Ke mana saya ingin menuju di masa yang akan datang? Tuliskan, idealkan, dan bayangkan masa depan yang kita inginkan, gambarkan diri kita lima tahun ke depan dan bayangkan setiap saat kita baik dalam setiap aktivitas yang kita lakukan.

Bagaimana saya bisa mencapai dari tempat saya sekarang ke tempat yang saya inginkan? Apa saja yang kita lakukan yang dimulai saat ini untuk bisa mencapai apa yang telah kita gambarkan dan terus berproses tangga demi tangga menuju puncak yang kita inginkan.

Keempat, formula penetapan dan pencapaian tujuan. Langkah pertama: tentukan persisnya apa keinginan anda. Perincilah tujuan-tujuan kita dengan sangat harus jelas sehingga kita mampu menjelaskan kepada seorang anak berusia enam tahun dan anak mampu menjelaskannya kepada anak yang lain.

Langkah kedua: tuliskan. Tuliskan tujuan dengan terukur dengan di tambahkan nomor urutannya. Langkah ketiga: tetapkan tenggat waktu. Kapan tujuan kita ingin waktunya tercapai, tujuan sepuluh tahun lima tahun, tujuan satu tahun, tujuan satu bulan, hingga menjadi aktivitas harian kita menuju tujuan kita.

Langkah keempat: buatlah daftar tugas harian menurut urutannya dan prioritas.

Langkah kelima: ambil tindakan atas rencana.

"Ada satu kualitas yang harus dimiliki seseorang untuk meraih kemenangan, dan itu adalah kejelasan tujuan, tahu apa yang harus diinginkannya, dan hasrat yang menggenbu untuk meraihnya." ***(Napoleon Hill)***

Waktu produktif mampu menghasilkan lebih banyak keuntungan dan mampu meningkatkan pendapatan.

Kunci produktivitas pertama yang kita lakukan jika ingin tercapai ialah kita harus *merencanakan, mengatur, menetapkan prioritas-prioritas* dan berkonsentrasi pada pemanfaatan waktu anda yang paling bernilai, sepanjang hari.

Kerja produktif membutuhkan tingkat mental, energi, fisik, disiplin, focus, dan kebulatan tekad yang tinggi untuk menyelesaikannya dengan cepat dan baik.

Seorang ahli manajemen waktu, menulis buku berjudul *never check e-mail in the morning* (baca: jangan pernah periksa surel pada pagi hari). Semakin banyak perusahaan dan organisasi bahkan *Harvard business review*, menyimpulkan yang sama bahwa menghabiskan waktu terlalu banyak untuk memeriksa surel dapat merusak karier dan menyebabkan diri kita mustahil berkinerja di tingkat tingi dalam pekerjaan.

Menurut sebuah berita di USA Today, kecil ketika kita terus menerus merespon surel dan pesan, otak kita menjadi semakin kelelahan. Akibatnya, kita kehilangan sekitar sepuluh poin IQ di sepanjang hari.

Kata kunci kedua untuk meningkatkan produktivitas adalah *focus*. Kemampuan kita benar-benar focus pada tugas kita yang sangat penting membuat kita bergerak maju dengan cepat dalam karier.

Kata kunci ketiga untuk meningkatkan produktivitas adalah *konsentrasi.* Semua pekerjaan membutuhkan konsentrasi berpusat selama periode waktu yang terus menerus-menerus sampai pekerjaan itu terselesaikan.

Teknik manajemen waktu yang pertama adalah membuat daftar. Menuliskan daftar tugas yang harus kita kerjakan sebelum kita mulai bekerja setiap hari. Jika kita membuat daftar segala sesuatu yang harus kita kerjakan pada keesokan harinya, pikiran bawah sadar kita akan mengupayakan daftar itu sepanjang malam selagi kita tidur.

Menurut *Alan Lakein*, seorang pakar manajemen waktu kita akan menghemat waktu 25 persen waktu kita di hari pertama kita mulai bekerja.

Teknik manajemen waktu yang kedua adalah menetapkan prioritas-prioritas yang jelas. Prioritas daftar tugas yang kita kerjakan sebelum mulai bekerja. Memilih tugas mana yang harus pertama di kerjakan, tugas berikutnya dan tugas mana yang sama sekali tidak dikerjakan.

Salah satu tekniknya adalah dengan menerapkan aturan 80/20 pada daftar tugas kita. Jika kita memiliki sepuluh daftar tugas yang di rencanakan pada hari itu, maka dua dari daftar tugas kita itu akan bernilai lebih dari gabungan tugas lain.

Teknik manajemen waktu yang ketiga adalah Metode ABCD. Praktikkan metode ABCD sebelum kita mulai bekerja. Tuliskan huruf A, B, C,dan D di sebelah setiap tugas dalam daftar kita. Tugas A: sesuatu tugas yang wajib kita kerjakan, memiliki potensi dan konsekuensi yang berat.

Tugas B: aktivitas yang harus kita kerjakan, memiliki potensi dan konsekuensi yang ringan. Tugas C: tugas yang terasa menyenangkan untuk dilakukan, tetapi sama sekali tidak punya konsekuensi. Tugas D: tugas yang bisa didelegasikan kepada orang yang mampu mengerjakannya yang menerima pendapatan atau tarif perjam yang lebih rendah dari pada kita.

"Semua kekayaan bersumber dari pikiran. Kekayaan ada di dalam gagasan bukan pada uang." ***(Robert Collier)***

Memanfaatkan waktu luang sebagai produk sampingan yang mampu menambah pengetahuan dan *skill* yang memengaruhi peningkatan pendapatan.

Salah satu waktu yang terpenting dalam hidup yang jarang kita pikirkan, dihiraukan dan tak terbayangkan oleh rata-rata orang ialah waktu luang kita. Dalam seminggu waktu ada 168 jam, rata-rata orang bekerja 8 jam per hari (40 jam jam seminggu), tidur 8 jam per hari (56 seminggu), dan berpakaian, makan, berangkat bekerja 4 jam perhari (28 jam seminggu). Tugas-tugas ini memakan waktu 124 jam, sehingga rata-rata tersisa 44 jam seminggu sebagai waktu luang.

Sayangnya rata-rata orang banyak menghabiskan waktu luangnya dengan hal yang tidak bermanfaat bagi dirinya dan

manfaat di masa yang akan datang padahal waktu yang kita gunakan di waktu luang menentukan segala perbedaan antara kesuksesan dan kegagalan dalam hidup.

Dalam hidup waktu luang adalah suatu produk sampingan, dengan memanfaatkan waktu luang ini secara cerdas kita akan bisa jadi bernilai, digaji lebih tinggi, dan bahkan menjadi salah satu orang terbaik di bidang kita.

Aturan 80/20 menyatakan bahwa 20 persen orang bekerja di bidang apapun memperoleh 80 persen uang yang dibayarkan di bidang tersebut. Anda tidak bisa meraih suatu tujuan jika anda tidak tahu apa tujuannya, buatlah keputusan!

Orang yang masuk kelompok 20 persen terbaik memanfaatkan waktu luang mereka dengan sangat baik. Mereka terus belajar dan bertumbuh sepanjang karier mereka. Akibatnya pendapatan mereka meningkat rata-rata 11 persen per tahun.

Jika kita ingin menjadi bagian dari kelompok 20 persen bulatkan tekad hari ini untuk memanfaatkan waktu luang kita setidaknya 10 jam dalam seminggu untuk berinvestasi di masa depan.

Best media publishing

Jendela inspirasi:

- Jika ingin sukses dalam karier meningkatkan pendapatkan dan menguasai suatu bidang tertentu dengan cepat, meningkat kualitas hidup maka solusinya kuasai waktu maka di situlah perubahan akan terjadi.
- Kenali diri kita tentang kondisi saat ini dan harapan masa depan dengan menentukan tujuan hidup secara spesifik dan tenggat waktu yang tetapkan.
- Setelah mengetahui dan menetapkan tujuan hidup maka buatlah rencana atau daftar tugas harian dengan skala prioritas. Fokus kepada tugas yang berdampak besar bagi kehidupan kita.

- Manfaatkan waktu luang untuk menambah pengetahun, *skill* yang ingin kita kuasai. Jangan disia-siakan karena jika uang habis masih bisa dicari tetapi jika waktu habis terbuang sia-sia maka itu tidak akan kembali.

***

Dedi Hendrawan Dawolo, saat ini menjadi Staf Keuangan di sebuah Yayasan Lembaga Pendidikan, bisa dihubungi melalui email dedyhendrawan2606@gmail.com, Instagram @dedyhendrawan26, dan Facebook Dedy Hendrawan.

trust media publishing

BAB 5.

IMPROVE YOUR SOCIALITY

An Introduction to The Miracle of Giving[1]

Ismet Laili Rachmawati

Kita tidak dapat menafikkan diri, bahwa menjadi kaya adalah keinginan sebagian besar manusia. Hampir tidak ada orang yang bercita-cita hidup miskin. Seringkali orang terjebak dalam permasalahan hidup seputar materi; gaji yang tidak mencukupi, hutang yang membelit, sakit yang tak kunjung sembuh, bahkan ada pula yang hidup dalam kondisi tanpa pekerjaan alias pengangguran. Dengan berbagai persoalan tersebut, tak jarang manusia, termasuk seorang muslim, menempuh jalan-jalan yang tidak sesuai dengan tuntunan syariat agama.

Dalam tulisan ini, pembaca akan mengetahui ilmu yang dapat mengantarkan kita kepada kebahagiaan yang hakiki, melalui sarana ibadah, mendekat kepada Allah Yang Maha Kaya lagi Maha Memberi. Kisah utama yang disajikan dalam *The Miracle of Giving* ini adalah perjalanan sedekah dan tahajud seorang anak manusia yang telah mengubahnya dari seorang pengangguran, kemudian merintis karier dari jenjang paling bawah, lalu Allah memberikannya keberkahan dan rezeki yang tak disangka-sangka.

Ibadah, jalan rezeki utama. Ikhlas, doa dan harapan memberi *spirit* dalam beribadah.

Banyak diantara kita yang berpikir bahwa hasil usaha seseorang berbanding lurus antara gaji dengan jabatan/karier

[1] Resume ini ditulis oleh Ismet Laili Rachmawati dari buku karya Yusuf Mansur yang berjudul *An Introduction to The Miracle of Giving* (2008).

atau antara hasil penjualan dengan modalnya. Sebagian manusia tidak berani meyakini bahwa jalan ibadah dapat memperluas rezeki. Wacana yang menyebabkan kita tidak berani meyakini hal tersebut secara bulat adalah pernyataan semacam "ibadah itu harus ikhlas karena Allah, tanpa mengharap apapun."

Pernyataan tersebut seringkali dikaitkan dengan firman Allah dalam QS. Al-An'aam ayat 162 yang artinya: *"Katakanlah, Sesungguhnya salatku, ibadahku, hidupku dan matiku hanyalah untuk Allah, Tuhan semesta alam."* Padahal andai kita cerdas memaknai nukilan ayat tersebut, maka kita akan sampai pada pemikiran bahwa jika kita beribadah sesuai tuntunan Alah dan rasul-Nya, dengan sepenuh hati, hanya menggantungkan harapan kepada Allah, niscaya dunia akan Allah dekatkan kepada kita.

Salah satu contoh bentuk ibadah (di luar ibadah fardhu) adalah sedekah. Allah berfirman, *"Dan orang-orang yang disempitkan rezekinya hendaklah memberi nafkah dari harta yang diberikan Allah kepadanya."* (QS. Ath-Thalaq: 7)

Dikisahkan, Fulan bersedekah Rp 1.000 di satu salat Jumat. Setelah salat Jumat dia makan di warung dekat masjid. Saat dia akan membayar, makanannya sudah dibayar oleh orang lain. Apakah saat memasukkan uangnya Rp 1.000 ke dalam kotak amal di masjid, si Fulan mengharap balasan? Bisa jadi, YA. Harapan balasan berupa pahala dari Allah SWT. Namun sama sekali tidak terbesit dalam benaknya bakal ada seseorang yang tidak dia kenal, mentraktir (membayari) makan siangnya tepat usai salat Jumat. Dalam kasus ini, Fulan mengimani ayat Allah dan Allah menepati janji-Nya.

Ada satu contoh kisah lainnya. Disebutkan ada sepasang suami istri yang mengalami masa surut dalam usaha mereka. Kemudian mereka mengumpulkan anak-anak yatim di setiap malam Jumat untuk diajak salat berjama'ah dan makan malam bersama di rumah pasangan suami istri tersebut. Siapa sangka, perbuatan mereka tersebut menjadi pembuka jalan. Proyek-proyek mulai berdatangan. Order-order dari banyak perusahaan

swasta dan departemen pun masuk, berikut pemasangan iklan-iklannya di televisi.

Banyak kejadian dalam kehidupan kita yang sebenarnya memiliki korelasi antara hasil dengan langkah, atau sebaliknya, langkah dengan hasil. Namun seringkali orang menganggap kejadian-kejadian tersebut hanyalah suatu kebetulan belaka.

Dua contoh kisah tersebut adalah bukti bahwa ketika seorang hamba "menghamba" kepada sang Khalik, dengan mengimani dan "bergerak" mempraktikkan perintah-Nya, maka dia pun akan memperoleh hasil sesuai dengan langkah apa yang telah dia upayakan, dan bahkan lebih.

Ibadah sunnah lain yang dapat mendekatkan rezeki adalah salat malam. Untuk bisa salat malam, seseorang harus "lembur" bangun di malam hari untuk mengerjakan minimal dua rakaat. Tidak sedikit yang menganggap salat Tahajud sebagai beban tambahan pekerjaan, padahal ternyata bayarannya jauh lebih besar daripada seorang karyawan, atau bahkan seorang direktur sekalipun, yang bekerja seharian penuh.

"Bila ibadah diperbaiki, maka kehidupan pun akan menjadi lebih baik. Namun bila ibadah buruk, maka kehidupan buruk yang akan terhidang. Tidak ada keistimewaan bagi yang tidak mengistimewakan Allah."
(Yusuf Mansur)

Matematika dasar sedekah, 2,5% tidaklah cukup, memberi lebih banyak = menuai lebih banyak.

Allah SWT berfirman dalam QS. Al-An'aam ayat 160 yang artinya: *"Barang siapa membawa amal yang baik, maka baginya (pahala) 10 kali lipat amalnya; dan barang siapa membawa amal yang jahat, maka dia tidak diberi pembalasan melainkan seimbang dengan kejahatannya, sedang mereka sedikitpun tidak dianiaya (dirugikan)."*

Begitulah kiranya rumusan dasar matematika sedekah. Jadi, ketika kita punya 10, lalu kita sedekahkan satu diantara yang 10 itu, maka hasil akhirnya bukan 9, melainkan 19. Sebab satu yang kita keluarkan dikembalikan Allah 10 kali lipat.

Diilustrasikan dengan perkalian 10 kali lipat bahwa sedekah minimalis itu tidak punya pengaruh yang signifikan. Contoh seorang karyawan yang punya gaji 1 juta rupiah. Dia punya pengeluaran rutin sebesar 1,5 juta. Kemudian dia bersedekah 2,5% dari penghasilan yang 1 juta itu. Maka didapat perhitungan sebagai berikut:

Sedekah 2,5% x Rp1.000.000 = Rp25.000

Gaji Rp1.000.000 - Rp25.000 = Rp975.000

Namun kita belajar bahwa Rp975.000 bukanlah hasil akhir, sebab Allah akan mengembalikan 10 kali lipat dari sedekah yang Rp25.000 tadi, atau sebesar Rp250.000 sehingga akan diperoleh hasil akhir sebagai berikut:

Sisa gaji Rp975.000 plus pengembalian dari Allah Rp250.000 = Rp1.225.000

Jumlah tersebut masih belum cukup untuk menutup kebutuhan pengeluaran rutin si karyawan.

Berbeda ketika kita terapkan ilustrasi sedekah 10%, ketika hasil akhir yang akan diperoleh sebesar Rp1.900.000 yang artinya, si karyawan akan mempunyai saldo lebih Rp400.000 dengan besaran gaji yang sama.

Para guru sedekah pernah mengungkapkan sebuah pernyataan menarik, bahwa sedekah kita yang 2,5% itu sebenarnya akan mencukupi kebutuhan kita di dunia, dan lebih hebatnya lagi kelak di akhirat. Akan tetapi dengan satu syarat; kita harus yakin bahwa kita "bagus" dalam amaliyah lain, selain sedekah. *Let's say,* kita bagus dalam menegakkan salat. Selalu dilakukan secara berjama'ah, ditambahkan salat-salat sunnahnya; qabliyah, ba'diyah, Dhuha dan Tahajud.

trust media publishing

Selain itu, kita pun "memperbagus" diri dalam hubungan horizontal. Kita bagus dalam *birrul walidain,* bagus juga dalam hubungan dengan keluarga, tetangga, kawan sejawat, dan seterusnya. Kemudian yang tidak kalah pentingnya adalah mewajibkan diri untuk tidak berbuat maksiat serta meminimalkan keburukan dalam diri kita.

Siapa pun pastinya menginginkan kehidupan yang lebih, tidak sekadar hidup pas-pasan. Semua cita-cita tersebut dapat dicapai melalui penerapan matematika dasar sedekah, yang mengkombinasikan perhitungan angka-angka dengan penghitungan amaliyah ibadah.

An introduction to the miracle of giving; sebuah rahasia di balik kisah sedekah.

"Dan apabila hamba-hamba-Ku bertanya kepadamu tentang Aku, maka (jawablah), bahwasanya Aku adalah dekat. Aku mengabulkan permohonan orang yang berdoa apabila ia memohon kepada-Ku, maka hendaklah mereka itu memenuhi (segala perintah-Ku) dan hendaklah mereka beriman kepada-Ku, agar mereka selalu berada dalam kebenaran." (QS. Al-Baqarah: 186)

Tidak sedikit orang yang menyalahkan orang lain, yang beribadah dengan tujuan agar hajat (keinginannya) terpenuhi. Padahal justru menempuh jalan ibadah sebagai ikhtiar mendapatkan dunia, itu merupakan sebuah keutamaan. Analoginya demikian, Udin adalah pemilik sebuah kebun mangga, yang sudah tentu dia pun penguasa seluruh mangga yang ada di dalamnya. Kepada siapa Udin akan membagi-bagikan hasil kebunnya, itu mutlak haknya. Tidak bisa dipungkiri, ketika seseorang menginginkan mangganya, maka orang tersebut semestinya mendekati si Udin, berbuat baik kepadanya, untuk kemudian meminta agar diberi mangga dari kebunnya.

Demikian pula Allah SWT. Walau "*Laitsa kamitslihii syai-un illaa wajhahu*" (Tidak ada sesuatu permisalan yang bisa menyamai-Nya), namun kiranya tidak salah jika diberikan analogi sederhana sebagaimana tersebut di atas. Dunia dan seisinya ini milik Allah. Sebagai pemilik, Dia berhak untuk membagikan isinya (rezeki) kepada siapa pun yang Dia kehendaki. Potongan surat Al-Baqarah di atas sudah sangat jelas menerangkan kepada hamba-hambaNya untuk meminta, memohon apapun yang diidam-idamkan hanya kepada Allah.

Saat kita membantu seseorang, kemudian dalam hati kita berharap suatu saat jika kita dalam kondisi sulit, semoga Allah menurunkan bantuan-Nya. Apakah sikap ini salah? Tentu tidak. Sebab Rasulullah SAW bersabda, "Barang siapa memudahkan urusan sesamanya, maka Allah akan memudahkan urusannya."

Pentingnya pemahaman dan ilmu dalam beribadah, sangat menentukan derajat serta kualitas ibadah seseorang. Orang yang beramal dengan ilmu akan terus konsisten menjaga amalnya. Disebutkan Iwan, seorang karyawan di sebuah perusahaan otomotif. Suatu pagi, dia mengikuti kajian kuliah Dhuha yang diadakan di kantornya. Ustaz dalam kajian tersebut menyampaikan materi tentang *fadhilah* salat Dhuha enam rakaat; Allah akan mencukupkan kebutuhannya hari itu. Termotivasi oleh ceramah sang Ustaz, Iwan pun segera mengerjakan salat Dhuha usai kajian berakhir. Ketika sore harinya Iwan pulang ke rumah, dia menyampaikan kepada istrinya untuk menemaninya salat Dhuha.

Iwan salat Dhuha di kantor, istrinya salat Dhuha di rumah, dengan jumlah rakaat yang sama (enam rakaat). Berdua, pasangan suami istri ini mencari Allah, Sang Pemilik Pertolongan. Mereka beribadah dengan bekal ilmu (yang didapat Iwan dari Ustadz dalam kajian Dhuha) dan dibarengi dengan keyakinan. Yang terjadi kemudian adalah, dalam waktu dua minggu, Allah datangkan pertolongan, berupa dana yang mereka butuhkan

trust media publishing

untuk biaya sekolah anak mereka. Dari target waktu satu bulan, Allah percepat jawabanNya dalam waktu separuhnya saja. Di hari-hari kemudian, Iwan dan istrinya terus melanjutkan ibadah salat Dhuha mereka.

Bekal ilmu dan keyakinan juga menentukan keistikamahan kita dalam beribadah. Dalam kisah lain disebutkan, ada seseorang yang terus menerus melakukan salat Tahajud karena kemiskinannya. Kemudian hidupnya berubah menjadi kaya. Lantas dia menyurutkan Tahajudnya. Ternyata di kemudian hari, dia yang sudah kaya raya, kembali surut. Dilihat dari rumah dan beberapa kendaraan yang jumlahnya terus berkurang. Muncul pertanyaan, benarkah dia kembali surut disebabkan dia mencari kekayaan lewat Tahajud?

Mari kita kupas dengan gambaran berikut, seseorang yang minum obat sebab ingin sembuh, maka secara otomatis dia akan berhenti konsumsi obat jika telah sembuh dari sakitnya. Lain halnya dengan orang yang memiliki pemahaman (ilmu) bahwa dengan mengkonsumsi suplemen bisa terjaga kesehatannya, maka dia akan terus mengkonsumsi suplemen tersebut, baik dalam kondisi sakit maupun sehat. Demikian pula saat kita mengerjakan salat karena ingin lepas dari satu masalah, maka kita pun akan *stop* manakala permasalahan selesai.

Namun, sebaliknya, jika kita mengerjakannya sebab kebutuhan, sebagai *immune booster*, yang harus terus terjaga, maka selagi napas masih berhembus, kita akan tetap istikamah menjalaninya. Hal ini disebabkan karena kita paham, kita mengerti ilmunya, dan juga kita yakin akan *fadhilah* dari ibadah yang kita kerjakan tersebut.

Jadi, surutnya orang yang diceritakan tersebut bukanlah karena niatnya. Niat Tahajud karena ingin kaya adalah jalan yang diridhai Allah. Jalan ini disenangi Allah. Sama halnya sedekah, salat Dhuha, dan lainnya. Namun karena kurangnya pemahaman tentang ilmu ibadah, ketidaktahuan bahwa ibadah

Trust Media Publishing

juga merupakan wujud rasa syukur kepada Allah SWT yang telah mengabulkan permohonannya, berakibat pada surutnya salat Tahajudnya saat dia sudah menjadi orang yang kaya raya. Seandainya orang tersebut mengerti keutamaan ibadah, tentu dia pun akan kontinu mengerjakan Tahajud sebagaimana Iwan dan istrinya yang istikamah dalam salat Dhuha mereka.

Di bagian akhir buku ini, penulis mengisahkan seorang anak yatim yang dijauhi oleh teman-temannya sebab dia tidak mempunyai uang jajan. Setiap sore dia berkeliling mendatangi penjaja makanan/jajanan namun tak satu pun diantara pedagang tersebut berbelas kasihan kepadanya, justru mereka semua mengusirnya. Hingga sampailah si anak ke gerobak pendagang gorengan. Dia pun berdiri dengan gayanya, mengangkat satu kaki sembari menggigit ujung jari kanannya. Sehari, dua hari, tiga hari penjual gorengan mengabaikannya, tetapi tidak pula mengusir layaknya pedagang-pedagang lain. Baru di hari keempat, penjual gorengan tergerak hatinya untuk memberi "buntut singkong" kepada si anak tadi. Hal ini berulang hingga hari ketujuh, terhitung sejak awal pertemuan penjual gorengan dengan si anak yatim. Total hitungan ada empat buntut singkong yang dia berikan.

trust media publishing

Suatu sore di tahun 2004, sekitar 24 tahun sesudahnya, datanglah seorang pemuda, usia 30-an tahun, mendekati gerobak gorengan dengan penjual yang masih sama. Obrolan dibuka dengan permintaan si pemuda untuk digorengkan buntut singkong. Si bapak pedagang terkejut dengan permintaan pembeli yang tidak lazim ini. Lebih kaget saat dia mengetahui bahwa pemuda 30-an tahun tersebut adalah si anak kecil yang sekian puluh tahun lalu pernah dia beri buntut singkong, bagian ujung dari sebatang singkong yang rasanya pahit dan selalu dibuang.

Obrolan berlanjut, bahwa beberapa hari setelah si bapak berbagi, si anak tidak lagi mendatangi gerobaknya sebab ibunya mengajak pindah rumah. Singkat cerita, pada pertemuan

tersebut, si anak yang sudah menjelma menjadi seorang pemuda ini berkata akan memberangkatkan ibadah umrah bapak penjual gorengan, sebagai balasan empat buntut singkong.

Demikianlah, keajaiban-keajaiban (*miracles*) yang akan Allah turunkan kepada hamba-hamba-Nya ketika mereka mengerjakan seruan-seruan Allah dan rasul-Nya; keajaiban Dhuha, Tahajud, dan yang utama adalah keajaiban sedekah (*giving*).

"Istikamah akan amal dan paham akan ilmu adalah dua hal yang pasti lebih mahal dari dunia dan mengantar pada rahmat dan kemuliaan-Nya." ***(Yusuf Mansur)***

Jendela inspirasi:

- Jadikan ibadah sebagai sarana untuk meminta kepada Allah. Sebab ada kekuatan lain di dalam kehidupan kita, yakni kekuatan Allah. Dengannya, segala yang tak mungkin, akan menjadi nyata. Tidaklah sama orang yang beribadah dengan atau tanpa ilmu. Ilmu membawa kepada keyakinan. Bersama ilmu dan keyakinan, seseorang akan *istiqamah* di dalam beribadah.
- Siapa yang memberi satu akan dibalas 10. Atau jika Allah berkehendak maka Allah akan membalas 700 kali lipat, sebagaimana yang termaktub dalam firman-Nya, di dalam QS. Al-Baqarah ayat 261.
- *"Never ending praying"*. Allah telah menyediakan jalan-jalan yang mudah bagi hamba-hamba-Nya untuk meraih ridha-Nya. Jika Sang Khalik telah ridha terhadap makhluk-Nya, maka sungguh dekat pertolongan Allah baginya. Jadi, tak ada kata "purna" dalam berdoa/beribadah.

***

Ismet Laili Rachmawati, seorang guru di sebuah SMP Negeri di Tegal. Alumni Program Pasca Sarjana Unnes ini bisa dihubungi melalui e-mail ismetlailirachmawati74@gmail.com.

trust media publishing

How to Negotiate Effectively[1]

Isroni

Berkembangnya bisnis tidak terlepas dari kerjasama dengan pihak lain, aktivitas pokok dalam kerjasama bisnis berhubungan dengan pembelian dan penjualan. Transaksi penjualan atau pembelian dalam bisnis terjadi melalui proses perundingan. Perundingan akan mengurangi kerugian, kesepakatan terbaik dalam perundingan bisa menghemat pengeluaran perusahaan atau meningkatkan keuntungan dalam penjualan.

Efektivitas dan keberhasilan dalam perundingan tergantung pada kemampuan para pihak yang melakukan perundingan. Dalam perusahaan dibutuhkan karyawan yang memiliki kemampuan yang baik dalam berunding, sehingga saat berunding dengan mitra, perusahaan mampu menghasilkan kesepakatan yang mengutungkan.

trust media publishing

Perundingan atau bukan? Hal-hal yang perlu dikalkulasikan supaya perundingan berjalan efektif.

Pedagang menjual dagangannya dengan membuat potongan harga pada konsumen, konsumen membelinya setelah terjadi kesepakatan. Dalam sebuah transaksi sering terjadi saling mempangaruhi sehingga satu pihak terpengaruh dan terjadilah kesepakatan. Menjual, memberikan, merasa lebih kuat atau menang dalam transaksi tidak dikatakan sebagai perundingan.

[1] Tulisan resume ini ditulis oleh Isroni dari buku karya David Oliver yang berjudul *How to Negotiate Effectively* (2004).

Upaya mendapatkan yang terbaik untuk perusahaan dan berusaha memberikan yang terbaik buat pihak lain, inilah yang disebut sebagai perundingan. Dalam perundingan terdapat tahapan dan proses sehingga ada kesepakatan, proses mendalami dan menggali potensi masing-masing.

Perundingan bukan untuk merasa menang, kemenangan sendiri dan mengalahkan pihak lain. Perundingan bagi kedua belah pihak untuk mendapatkan kemenangan bersama dan hasil terbaik *(win-win solution)*.

Sebelum melakukan perundingan ada empat hal yang perlu dikaji yaitu komitmen, tujuan strategi dan taktik. Komitmen adalah kesungguhan untuk mencapai hasil maksimal. Kesungguhan dalam memperjuangkan tujuan bisnis seperti keuntungan, jumlah penjualan harga pembelian dan lainnya.

Menetapkan tujuan dalam bisnis adalah hal yang mendasar, sebelum melakukan perundingan perlu dilihat kembali tujuan tersebut agar hasil perundingan sejalan. Untuk tujuan khusus perundingan, mulailah dengan menentukan target dalam setiap perundingan, memahami posisi sebelum berunding.

Berikutnya dalam perundingan, memperhitungan strategi yang akan dilaksanakan, strategi behubungan dengan tindakan seperti menentukan penanggungjawab, menyusun agenda dan materi, mempersiapkan dan melatih tim dan mengkaji hubungannya dengan tujuan perusahaan.

Taktik dalam kalkulasi perundingan adalah cara mengamati kondisi dan situasi, mencermati kondisi sebelum perundingan adalah hal penting untuk menyusun taktik perundingan. Menemukan taktik dan menentuan kapan digunakan sangat mendukung keberhasilan dalam perundingan.

"Mengapa kita perlu berunding? Satu hal yang bisa saya janjikan pada Anda jika tidak melakukan perundingan Anda rugi." ***(David Oliver)***

Elemen kunci perundingan, langkah-langkah penting yang perlu diperhatikan dalam perundingan.

Sebelum melakukan perundingan perlu kesiapan mental, diperlukan latihan dan persiapan matang. Kemudian saat memulai perundingan sampaikan posisi kita, ajukan proposal jika mitra tak memiliki proposal. Ketika proses perundingan apabila terjadi kesenjangan maka lakukan penawaran untuk mengkondisikan. Di akhir perundingan catatlah kesepakatan yang telah disetujui.

Selama perundingan bisa terjadi hal di luar perkiraan, menghadapi situasi ini sebagai perunding harus fleksibel hindarkan pendirian yang keras, pahami aspirasi, lakukan pendekatan dengan logis.

Jangan terburu-buru mengatakan ya atau setuju, pikirkan dan lihat ulang materi perundingan. Lakukan pendekatan dengan percaya diri, membangun kekuatan diri dan meningkatkan wewenang dan kemampuan.

Membuat kesepakatan dilakukan orang yang memiliki wewenang dalam perundingan. Bagi kita yang diberikan kewenangan, membuat materi perundingan yang tertulis akan menguatkan posisi kita. Selanjutnya kumpulkan semua informasi yang berhubungan dengan materi tersebut untuk lebih meyakinkan.

Setiap perundingan bisa dipastikan ada tekanan-tekanan. Tidak terburu-buru, menunggu atau mengulur waktu bisa kita lakukan untuk menghadapinya. Kesabaran merupakan kunci dalam menjalankan perundingan. Berpikir positif dan menikmati jalannya perundingan akan menjadikan tekanan perundingan mudah diselesaikan.

Untuk menguatkan posisi kita dalam perundingan buatlah penawaran istimewa, jelaskan ukuran, spesifikasi atau keuntungan tertentu. Berikutnya tidak terlalu dekat dengan mitra membuat posisi kita lebih nyaman, tidak lemah saat ada tekanan karena kedekatan.

trust media publishing

Tentunya setiap orang ada kelemahan, dalam perundingan sebisa mungkin kelemahan itu tidak diketahui oleh mitra. Evaluasi internal diperlukan untuk menemukan titik-titik lemah yang kita miliki dalam berunding, selajutnya segera perbaiki kelemahan tersebut.

Tekanan dalam perundingan, membuat tekanan dalam perundingan dan membuat tindakan balasan tekanan mitra.

Untuk mendapatkan harga terbaik kita bisa menggunakan taktik perbandingan harga, kumpulkan harga pesaing mitra anda dan sampaikan dalam perundingan, jelaskan keuntungannya. Atau yang kedua sampaikan secara langsung permintaan kita, dalam menyampaikan berikan argumen.

Sekiranya mitra kita menggunakan taktik perbandingan harga atau permintaan langsung maka tindakan kita adalah mengajukan berbagai pertanyaan atau menanyakan alasannya. Ajukan jeda perundingan atau beristirahat untuk menghitung ulang biaya.

'Ini yang saya punya', sebagai pembeli itu adalah taktik yang akan membuat penjual tertekan. Bagaimana tindakan penjual menghadapi hal ini, kalau dalam posisi menjual maka tawarkan perubahan seperti layanan, metode pembayaran volume atau spesifikasi.

Perundingan melibatkan tim, bisa jadi proposal yang kita ajukan akan dinilai oleh atasan mitra kita dan biasanya memberikan komentar tidak logis, akhirnya mitra meminta kita untuk bertemu dan merundingkan, kondisi kita yang terpojok, tanggapi hal ini dengan sikap tenang, sampaikan bahwa anda tahu strategi mereka. Lakukankajian ulang terhadap proposal untuk melihat posisi kita kembali.

Ada kalanya dalam perunding kita gunakan taktik membuat mitra lemah kepercayaan dirinya, taktik mengikis rasa percaya

diri. Tindakan seperti meminta hitung ulang proposal atau membuat hitungan tandingan hingga membingungkan.

Taktik lainnya dalam perundingan adalah mengembalikan kesepakatan pada atasan, menurunkan wewenang kita. Pembeli yang mendapatkan kenaikan harga dapat melakukan taktik ini, berikutnya tetap meminta harga yang lama.

Mitra runding anda bisa saja mengatakan jika anda setujui ini … maka kami akan …, ya ini salah satu taktik untuk menekan. Langkah yang kita lakukan adalah dengan tetap optimis, pertahankan harga atau penawaran, jelaskan posisi kita.

Menentukan tenggat waktu juga taktik yang bisa dgunakan, misalkan penawaran dengan waktu terbatas. Menetapkan *deadline* bisa digunakan untuk menekan mitra runding kita. Apabila kita sebagai pembeli menghadapi taktik ini, berupayalah menghargai waktu atau bisa juga mengajukan waktu tambahan.

Kesepakatan perundingan, dalam hal apa konsesi yang bisa diberikan pada mitra dan yang diminta dari mitra.

Kesepakatan materi perundingan dapat dikembangkan, tidak hanya pokok materinya tetapi juga komponen pendukungnya. Mengajukan proposal, menyampaikan penawaran adalah bagian dari tahapan mencapai kesepakatan dalam perundingan.

Perundingan juga merupakan proses transaksional sehingga yang terjadi adalah memberikan apa dan mendapatkan apa. Persetujuan yang ditawarkan diikuti dengan berbagai persyaratan atau sebalikya penawaran yang diberikan menyertakan berbagai persyaratan.

Berikan sesuatu pada mitra hal yang penting baginya, namum tidak terlalu bernilai bagi kita. Seperti garansi, bagi mitra ini sangat berharga sementara bagi kita itu adalah hal kurang bernilai saat ini.

trust media publishing

Dalam berunding hindarkan penawaran atau persetujuan yang sifatnya cuma-cuma, kondisi yang akan membuat mitra runding kita kuat. Memberikan tanpa mendapatkan yang lain akan membuat keuntungan mitra dan kerugian kita. Kerugian yang akhinya mempengaruhi motivasi dan kondisi perusahaan.

Apabila kita menginginkan kesepakatan pada nilai tertentu maka buatlah penawaran yang lebih tinggi. Cobalah kirim surat penawaran pendahuluan dengan berbagai harga yang untuk melihat respon mitra kita.

Mulailah perundingan dengan permasalahan yang ringan atau *point-point* pendukung. Sebaiknya tidak mudah memberikan persetujuan pada *point* yang menjadi pokok perundingan. Perhatikan apakah mitra telah mendapatkan *point* utamanya dalam perundingan.

Adalah wajar dalam perundingan mendapatkan yang lebih meguntungkan, berusaha agar apa yang kita tawarkan itu bisa maksimal disetujui mitra dan sebaliknya penawaran mitra minimal kita setujui.

Banyak kompenen yang dibahas dalam perundingan, tidak terfokus pada masalah harga. Masalah seperti produk, kualitas, pengiriman, layanan, pembayaran dan lainnya dapat dijadikan sebagai komponen dalam perundingan. Namun tetap dalam perundingan kita harus menentukan komponen utamanya.

"Menawar berarti mengkondisikan kesepakatan atas sesuatu yang dikerjakan." ***(David Oliner)***

Mencari jalan keluar untuk mengatasi kebuntuan dalam perundingan.

Stagnan atau jalan buntu dalam perundingan membuat juru runding putus asa. Ini yang harus diwaspadai, menemukan jalan buntu yang menjadikan kedua pihak tidak membuat tindakan atau pernyataan untuk penyelesaian.

Banyak faktor dapat menyebabkan kebuntuan perundingan, sikap statis dari perunding akan menjadikan perundiangan bukan sarana untuk mencari solusi tetapi sebaliknya menimbulkan permusuhan. Dalam perundingan posisi pembeli yang menurunkan harga akan membuat penjual sulit membuat solusi dan berpotensi mengalami kebuntuan.

Membuat pernyataan atau pertanyaan yang terbuka bisa menjadi alternatif pemecah masalah kebuntuan. Pertanyaan akan membuka peluang untuk melihat kembali materi perundingan sehingga masalah kebuntuan bisa diuraikan.

Apabila perundingan benar-benar tidak bisa dilanjutkan saat itu maka beberapa alternatif solusi bisa diambil seperti menjadwalkan ulang pertemuan agar masing-masing mengkaji ulang. Dapat juga mengagendakan pertemuan informal dengan suasana yang berbeda. Namun bila ada peluang untuk diselesaikan bisa dilakukan dengan menambah durasi perundingan.

Bertanya dimaksudkan untuk mendapatkan berbagai informai dari mitra. Semakin banyak informasi yang dikumpulkan maka perundingan bisa kita kendalikan. Dengan pertanyaan maka akan diketahui keinginan, kebutuhan dan masalah yang dihadapi mitra.

Informasi yang berhasil dikumpulkan dari hasil bertanya dapat dimanfaatkan Perunding saat menemukan kebuntuan. Agar informasi tersebut sesuai maka penting untuk membuat daftar pertanyaan sebelum berunding. Buatlah daftar pertanyaan berdasarkan masalah, peluang atau hambatan yang dialami mitra.

Mengajukan pertanyaan akan membantu mitra dalam melihat permasalahan, pemikiran akan lebih jernih dan terbuka. Sikap demikian akan membantu menemukan titik terang masalah krusial perundingan yang menyebabkan kebuntuan.

Trust media publishing

Yang diperlukan dan dihindari Perunding agar efektif dalam perundingan.

Kesepakatan perundingan dibuat oleh pihak yang memiliki kewenangan, wewenang memutuskan atau membuat kesepakatan adalah kebutuhan utama perundingan. Sebelum melakukan perundingan tanyakan pada diri kita atau pimpinan yang mengutus, apa wewenang kita. Diawal perundingan hal yang sama juga tanyakan pada mitra runding kita apa wewenang mereka.

Untuk perundingan yang melibatkan banyak personel maka menyusun tim yang tepat akan memudahkan dalam perundingan. Tugas dan tanggung jawab dibagi secara seimbang, melatih tim dan mempelajari masalah krusial perundingan.

Perunding hendaknya melihat proses perundingan secara utuh, produk atau materi yang dirundingkan dikuasai dengan baik agar bisa memberikan berbagai alternatif solusi. Kesalahan dalam perundingan juga bisa dihindarkan manakala Perunding menguasai poses perundingan.

Kemampuan mengendalikan diri dan menahan emosi akan membuat Perunding menguasai dan mengendalikan perundingan. Penggunaan bahasa tubuh dan gerak-gerik yang tepat bisa menghindari tekanan mitra Perunding.

Dalam perundingan hindari masalah pribadi, jangan menyinggung atau menyerang kepribadian. Tetap fokus dengan materi perundingan dengan mendengar, bersimpati menawarkan solusi, mencatat atau mengkonfirmasi.

Sikap ingin menang sendiri dan menunjukkan kemenangan juga sebaiknya dihindari, sikap ini akan membuat perundingan tidak nyaman dan memunculkan rasa tidak suka. Perundingan bukan untuk menang kalah tetapi untuk mencari solusi (menang-menang).

Setiap pekerjaan tentu mengandung risiko, begitu juga dalam perundingan. Perunding harus berani dan siap dengan risiko

dalam perundingan. Risiko hasil kesepakatan akan menimpa kedua belah pihak, untuk itu sampaikan risiko itu pada mitra perundingan.

Jendela inspirasi:

- Perundingan sangat penting untuk meningkatkan peforma perusahaan, dengan perundingan akan meningkatkan laba dan menghemat pengeluaran.
- Memahami komponen penting dalam perundingan dan menetapkan langkah yang tepat menjadi kunci keberhasian perundingan.
- Untuk menghasilkan kesepakan yang baik dalam perundingan diperlukan taktik yang tepat sesuai dengan kondisi perundingan.
- Perundingan adalah jalan untuk mencapai kesepakatan menang secara bersama-sama, tidak untuk kalah dan menang tetapi untuk menang-menang *(win-win).*
- Setiap persoalan tentu ada jalan keluarnya, dalam perundingan ada kalanya menemukan jalan buntu, mengumpulkan informasi dan membuat ragam pertanyaan akan membantu mengatasi kebuntuan perundingan.
- Agar perundingan efektif Perunding sebaiknya memiliki kemampuan mengendalikan diri, fokus dengan masalah dan menghindari sifat ingin menang sendiri.

***

Isroni, seorang pelaku UMKM dan pengajar kewirausahaan, bisa dihubungi melalui email rouniies@gmail.com.

Marketing Hebat Ala Rasulullah Saw[1]

Leonita Siwiyanti

Sebuah negara dapat dikatakan makmur apabila jumlah saudagar atau *entrepreneur*-nya sudah mencapai 2% dari keseluruhan penduduknya. Indonesia dengan jumlah penduduk yang sangat banyak dan mayoritas beragama Islam, namun potensi jumlah entrepreneurnya masih sangat jauh.

Islam sebagai ajaran yang sangat luar biasa dengan membentuk kebiasaan berbisnis dengan meneladani Rasulullah Saw sebagai saudagar yang paling sukses membangun perekonomian umat. Melalui perniagaan beliau memberikan motivasi jiwa entrepreneur hebat sesuai syar'i. Dengan mulai menerapkan ajaran dagang Rasulullah Saw, maka umat Islam saat ini selain berdagang juga mempunyai tujuan dakwah yang sesuai dengan rambu-rambu syar'i.

Hal pertama dalam berbisnis yaitu menjadi pribadi yang hebat dengan mencontoh pribadi bisnis dari seorang Muhammad Saw.

Hal yang utama dalam memulai suatu bisnis, seorang pebisnis harus menjunjung tinggi kejujuran. Sebelum menjadi seorang pebisnis, Muhammad Saw sudah dikenal sebagai seseorang yang jujur dan dapat dipercaya sehingga dijuluki "al-Amin".

[1] Tulisan resume ini ditulis oleh Leonita Siwiyanti dari buku karya Faidatur Robiah yang berjudul *Marketing Hebat Ala Rasulullah Saw* (2018).

Salah satu pendapat mengatakan, "Konsumen saat ini tidak lagi butuh sebuah servis atau produk dengan kualitas tinggi, tetapi mereka lebih butuh suatu nilai tambah secara emosional yang lebih berharga daripada produk atau jasa itu sendiri". Hal ini sudah dilakukan oleh Muhammad Saw dengan menyadari bahwa *marketing* sebenarnya dengan mengedepankan kejujuran sebagai salah satu hal yang utama dalam perdagangan.

Selain jujur, akhlak yang dikedepankan Muhammad Saw dalam merintis bisnisnya dengan cara dapat memegang amanah para investornya. Dalam sebuah riwayat, bahwa Rabi' bin Badr pernah melakukan kerjasama dengan Muhammad Saw, mereka pernah bertemu. Muhammad Saw berkata, "*Apakah engkau mengenalku*?" Rabi' menjawab, "*Kau pernah menjadi mitraku dan mitra yang paling baik pula. Engkau tidak pernah menipuku dan tidak berselesih denganku.*"

Inilah kekuatan yang utama dalam berbisnis, penjagaan amanah sehingga para investor atau mitra bisnisnya merasa nyaman dan percaya pada dirinya. Kesederhanaan Muhammad Saw jugalah membuat perdagangannya semakin maju dan berkembang.

Akan tetapi, dalam berbisnis terdapat godaan yang sangat besar yaitu dengan menginginkan keuntungan yang besar dengan menggunakan cara apapun, seperti penipuan, kecurangan, penimbunan dan lain-lain. Namun Muhammad Saw dalam menjalankan bisnisnya tidak mengutamakan "uang". Sehingga semua orang, baik mitra, pembeli ataupun rekan bisnisnya merasa puas ketika bekerjasama dengan beliau. Kenapa? Karena beliau menjalankan bisnis dengan penuh etika.

Sesuai sebuah Riwayat dari Ma'mar bin Abdullah: Rasulullah Saw, bersabda, "*Tidaklah seseorang melakukan penimbunan, melainkan ia adalah pendosa.*" (HR. Muslim). Pada zaman Rasulullah Saw, pedagang banyak melakukan penimbunan terhadap bahan makanan pokok. Penimbunan merupakan pemborongan barang dengan tujuan agar barang tersebut

dapat dijual lagi dengan harga yang mahal. Tindakan ini sangat merugikan karena penimbunan sangat diharamkan dan pelakunya akan dilabeli sebagai pendosa.

Dalam QS. Al-Mu'minun (23) ayat 1-11 disebutkan, bahwa bila kita ingin sukses dalam berbisnis sebagai orang yang beriman harus memenuhi salah satu syarat: Khusyu' dalam shalat. Mengapa? Sebab khusyu' dalam salat dikaitkan dengan bisnis merupakan konsentrasi penuh ketika melakukan bisnis, tidak ada kata coba-coba atau main-main. Jadi, seorang pebisnis tidaklah dilakukan secara asal-asalan, tetapi harus mempunyai target, baik target pencapaian, proses dan cara bersikap kepada karyawan dan pembeli. Inilah konsentrasi atau kekhusyukan yang harus dimiliki seorang pebisnis saleh.

"Profesionalisme bukan hanya bersandar pada seberapa ahli kemampuan seseorang menjalani profesi yang ditekuni, tetapi yang lebih memegang peranan penting adalah akhlaknya." ***(Faidatur Robiah)***

Laksa media publishing

***Marketing* terjadi tidak hanya karena interaksi seorang pebisnis saja, tetapi juga melibatkan pihak-pihak lain. Oleh karena itu, Muhammad Saw sangat menghormati pelanggannya.**

Dalam melayani pelanggan kita tidak boleh memandang orang dengan melihat luarnya saja, seperti istilah klasik "*Don't judge a book ny its cover".* Namun masih banyak pedagang atau karyawan masih bersikap su'uzhan kepada pembelinya.

Rasulullah Saw dalam berdagang memberikan kita contoh untuk senantiasa menghormati pembeli. Beliau mampu mengenali karakeristik para pembelinya dengan baik. Ini merupakan taktik dagang Muhammad Saw dalam menghadapi pembeli, sikap rendah hati, senantiasa berwajah manis, berperilaku baik dan simpatik baik dalam kehidupan sehari-hari maupun saat berniaga.

Teknik mengenal karateristik pelanggan dalam bidang ekonomi bisnis dikenal dengan nama *profiling*. Teknik ini mengajarkan bagaimana kita menganalisa pasar dengan memberikan pelayanan yang tepat kepada pelanggan secara tepat.

Kata "insyaallah" sering kita dengar ketika orang berjanji, yang makna sesungguhnya adalah "jika Allah mengizinkan". Banyak orang yang salah menggunakan kata ini untuk hal yang maksudnya mengingkari ucapan tersebut. Apalagi dalam berbisnis pedagang suka memberikan janji-janji manis kepada pelanggan yang kenyataannya tidak sesuai.

Membangun kepercayaan sangatlah penting dalam marketing ala Muhammad Saw, karena jika seorang pengusaha tidak dipercaya oleh pelanggan atau karyawannya, hancurlah bisnisnya. Sehingga memegang teguh dan menjaga kepercayaan serta menepati janji sangatlah berperan penting dalam prinsip pebisnis.

Menjual produk yang berkualitas kepada konsumen tentu sangat diutamakan, karena jika tidak pelanggan akan merasa rugi dan tidak merasakan manfaatnya. Sesungguhnya, hal yang mendasar dalam perniagaan yaitu saling membantu dan saling memberikan keuntungan.

Ada beberapa kebiasaan menjual produk agar kita dapat belajar dan terhindar dari perniagaan yang tidak sesuai syari'at. *Pertama*, menjual tidak sesuai dengan kualitas produknya; *kedua*, menjual produk haram; *ketiga*, menjual barang yang belum dimiliki; *keempat,* menjual produk promosi dengan menutupi harga sebenarnya.

Karakteristik pembeli sangat beranekaragam, ada pembeli yang cerewet melebihi penjualnya, ada juga yang suka menawar terlalu murah sehingga menimbulkan amarah bagi si penjual. Cara Nabi Saw menghadapi pelanggan seperti ini yang bisa kita teladani adalah sikap sabar dan kreativitas. Berlandaskan kerendahan hati Muhammad Saw menghadapi setiap pembelinya

yang berbeda karakteristik dengan kreativitas. Ingatlah, bahwa dalam berdagang kita tidak hanya berinteraksi dengan diri sendiri, tetapi juga berinteraksi dengan pelanggan.

> *"Menghadapi berbagai macam karakter pelanggan itu sudah wajar terjadi, yang berbeda dan membuktikan kualitas diri adalah sikap sabar, rendah hati, dan kreativitas melayani."* ***(Faidatur Robiah)***

Pelanggan tidak mengenal kita sebagai pengusaha, tetapi karyawanlah yang berinteraksi langsung dengan mereka. Maka, hargailah karyawan seperti kita menghargai diri sendiri.

Gaji dan upah merupakan kewajiban pemilik usaha dan hak bagi karyawan. Sesuai riwayat dari Abdullah bin Umar berkata: Rasulullah Saw bersabda, "*Berikan kepada seorang pekerja upahnya sebelum keringatnya kering.*" (HR Ibnu Majah). Jelas menunda pemberian gaji merupakan bentuk kezaliman.

Ada beberapa kebiasaan majikan yang hendaknya kita hindari:

1. Tidak membayarkan gaji.
2. Telat atau sengaja menunda membayarkan gaji.
3. Memotong gaji (tidak utuh bayarannya).

Ketiga hal tersebut merupakan perbuatan yang tidak disukai Rasulullah Saw. Kita tahu beliau memulai bisnis masih sangat muda dan menerima upah dalam bentuk unta. Ketika berbisnis dengan Khadijah, beliau membawa dagangannya sebanyak dua kali dan mendapatkan dua ekor unta betina dewasa sebagai upahnya. Hal ini menunjukkan seorang pebisnis seperti Khadijah tahu kewajibannya untuk membayarkan upah pada pekerjanya.

Kita tahu dalam berdagang jika semakin besar bisnisnya maka kita akan membutuhkan pekerja yang membantu meringankan

pekerjaan kita. Orang-orang yang membantu kita haruslah orang yang memiliki kriteria tertentu yang sesuai dengan pekerjaannya.

Seorang pemimpin atau majikan adalah orang yang menentukan sukses atau tidaknya bisnis itu berjalan. Pada umumnya pemimpin jarang berinteraksi dengan pelanggan bila usahanya sudah besar, biasanya pemimpin hanya berinteraksi dengan relasi atau mitranya saja. Maka, bagaimana dengan pelayanan kepada pelanggannya?

Seorang pemimpin harus bisa menjadi contoh bagi karyawannya, walaupun mereka diberikan pelatihan tetapi kemampuan dasar yang utama adalah *personal example*. Contoh nyata bagi karyawan dapat diambil dari mengamati keseharian pemimpinnya.

Aspek utama yang mempengaruhi kepribadian seseorang, khsusunya pemimpin terhadap sikap karyawannya cara bersikap, gaya bicara, dan penanganan masalah.

Ketika Muhammad Saw berbisnis dan mempunyai relasi serta orang-orang yang membantunya, beliau jujur, dapat dipercaya dan ramah kepada siapa saja. Sikap inilah yang membuat Khadijah kagum sehingga mengangkat beliau sebagai relasi bisnis dan menjadi orang kepercayaannya sampai akhirnya dipersatukan Allah Swt dalam ikatan pernikahan.

Konsep Islam dalam berniaga sangat menganjurkan kita untuk saling tolong menolong. Begitu pula antara majikan dan karyawan, saling membantu satu dengan yang lainnya. Rasulullah Saw menganjurkan kita menganggap karyawan sebagai saudara sendiri. Kita harus memperhatikan, sandang, pangan dan papan untuk mereka serta kondisi psikisnya, agar mereka dapat meningkat kualitas kerjanya.

Jodi seorang pebisnis yang menjalankan usahanya dengan konsep *Spiritual Company*, sehingga dia bisa memuaskan pelanggan dan juga mengayomi karyawannya dengan baik. Rutinitas kerja dipadu dengan rutinitas ibadah, seperti salat

berjamaah, salat-salat sunah, tadarus Qur'an mampu melatih disiplin setiap karyawannya.

Pemimpin yang memiliki model kepemimpinannya dengan *Spiritual Atmosfher* ingin menumbuhkan budaya bekerja hanya untuk pekerjaan semata tetapi ada unsur syari'at Islam di dalamnya. Kerja sendiri merupakan bagian dari ibadah, karena bekerja merupakan perintah suci Allah Swt kepada manusia. Sesuai dalam QS al-Qashash (28) ayat 77 yang menyatakan bahwa Allah menganjurkan mencari pekerjaan yang baik bagi dunia dan akhirat.

Ciri-ciri orang yang melakukan pekerjaan menurut Islam, yaitu berusaha sebaik-baiknya untuk mencapai tujuan yang halal, dikerjakan dengan ikhlas dan sesuai syari'at Islam. Selalu meminta pertolongan pada Allah Swt dan mengakui kelemahan kita dengan berdoa serta tidak meninggalkan perintah Allah Swt.

"Seorang karyawan yang meraskan kebahagiaan dalam dirinya pasti dalam melakukan aktivitas pekerjaannya juga tampak bersemangat. Ia akan mengoptimalkan kemampuan dirinya saat bekerja karena tidak ada paksaan." ***(Faidatur Robiah)***

Persaingan dalam sebuah *marketing* itu wajar dan dapat meningkatkan kualitas bisnis kita, oleh sebab itu Muhammad Saw sangat menghormati para pesaingnya.

Salah satu bentuk promosi yang paling ampuh dalam mengenalkan produk kita yaitu dengan cara "*mouth by mouth*", efeknya sangat terasa serta banyak yang tertarik. Ada kelebihan dari metode ini tetapi banyak juga kekurangannya, terutama akan mendatangkan keburukan bila yang ditimbulkan menjadi suatu fitnah.

Menyebarkan fitnah untuk menjelek-jelekkan pesaing bisnis sangat tidak disukai Allah Swt, dengan mengganjar orang yang

menyebar fitnah atau kebohongan akan bersama dengan pendosa lainnya di neraka Janaham (QS. al-Buruj [85]: 10).

Selanjutnya, orang yang melakukan *risywah* (menyuap) agar mendapatkan keuntungan juga dilaknat oleh Rasulullah, sesuai riwayat dari Muslim yakni "Rasulullah *Saw melaknat orang yang menyuap, orang yang disuap dan orang yang memperantarai dalam penyuapan".* Hal tersebut dalam dunia bisnis sering dilakukan untuk memenangkan persaingan dengan sesama pebisnis agar lebih unggul dengan yang lain.

Padahal tidak selamanya pesaing dalam bisnis itu menjadi musuh dalam perebutan pelanggan, tetapi dalam Islam (bisnis syariah) kita diajak untuk bersinergi atau melakukan kolaborasi tanpa adanya perasaan kalah–menang. Kenapa harus bersinergi? Karena dengan sinergi kita bisa saling mengisi dan melengkapi perbedaan untuk mencapai hasil yang lebih besar.

Beberapa persaingan curang yang sering kali dilakukan oleh pebisnis.

1. Sengaja menyaingi, "*Janganlah seseorang di antara kalian menjual di atas jualan saudaranya.*" (HR Bukhari)
2. Mematikan penjual lain, praktik curang untuk mematikan pesaing sebenarnya dapat merugikan diri sendiri, karena dengan adanya pesaing maka dapat meningkatkan kualitas produk dan pelayanan kita.

Sikap iri melihat kesuksesan orang lain dapat dilampiaskan dengan sikap negatif atau positif, menjadi positif bila kita semakin berusaha memperbaiki diri kita dan menjadi negatif bila kita malah ingin menghancurkan pesaing kita.

Rasulullah Saw selalu memberi suri teladan pada kita, bagaimana cara seseorang bersikap bila rasa iri itu timbul. Seperti nasihat yang disampaikan Nabi Saw pada Abu Dzar, Abu Dzar berkata, "*Rasulullah memerintahkan tujuh perkara padaku: (1) beliau memerintahkanku agar mencintai orang miskin dan dekat dengan mereka, (2) beliau memerintahkan agar melihat orang yang*

berada dibawahku (dalam masalah harta dan dunia), juga supaya aku tidak memperhatikan orang yang berada di atasku ….” (HR. Ahmad).

Jadi menjaga diri kita dengan sifat yang mulia, yaitu selalu memandang orang di bawahnya dalam masalah harta dan dunia membuat kita akan semakin bersyukur atas nikmat yang Allah Swt berikan kepada kita. Persaingan dalam bisnis tidak seharusnya dilakukan dengan cara curang atau tidak bermoral dikarenakan iri. Karena kita harus yakin bahwa bisnis akan sukses bila kita tidak selalu memandang kelebihan orang lain dan menutup mata pada kelebihan kita sendiri, dengan bersyukur maka Allah akan memberikan kenikmatan yang berlipat-lipat.

Selanjutnya dalam persaingan bisnis, khususnya di Indonesia banyak muncul berita para pebisnis menggunakan sihir-sihir untuk memajukan bisnisnya. Sebenarnya sihir sangat bertentangan dengan ajaran Islam, tetapi banyak orang yang menggunakan jalan pintas untuk mempercepat kekayaan diri dengan menghancurkan para pesaingnya.

Meminta pertolongan selain kepada Allah Swt untuk urusan apapun juga dalam hal bisnis termasuk bagian dari syirik dan merupakan dosa besar. Bisnis dengan menggunakan cara seperti ini tidak akan membawa keberkahan malah dapat mengakibatkan kebinasaan.

Teladan bisnis terbaik yang diberikan Allah Swt kepada umatnya adalah Muhammad Saw, pebisnis Barat pun mengakuinya.

Saat ini perdagangan berjalan dengan pesat dengan melakukan *branding* kepada produk atau mereknya. Berbeda dengan zaman Rasulullah Saw, merek dagang bukan menjadi hal yang utama akan tetapi penjelasan pedagang jujurlah yang menjadi alasan orang membeli dagangannya.

Jadi branding di zaman Rasulullah Saw lebih menekankan pada *personal branding* (QS al-Ahzab [33]: 21) "*Sungguh, telah ada pada (diri) Rasulullah itu suri teladan yang baik bagimu.*" Sosok Muhammad Saw yang *personal branding* telah dikenal dalam Islam dengan menekankan kelihaian dan kemampuan pengusaha dalam perniagaannya.

Keahlian pebisnis dalam menentukan segmentasi pemasaran bisa kita contoh dari Muhammad Saw dengan pengetahuannya saat mengenali pasar yang akan dibidik (pelanggan) untuk dapat mendukung perdagangan beliau. Beliau melihat terlebih dahulu dari segi geografi, demografi, perilaku, kebiasaan penduduk tempat beliau akan melakukan perdagangan. Pada akhirnya, Rasulullah Saw dapat memasuki segmen yang ada, baik dari tingkatan usia, status sosial dan kebiasaan.

Dengan mengenali/menggali informasi terlebih dahulu, beliau tidak hanya dapat menjual barang dagangannya tetapi juga dapat dekat dengan konsumennya. Sehingga kejelian pemilihan target pasar dapat mempermudah masuknya sebuah produk baru, terlebih lagi bila produk tersebut belum memiliki pesaing.

Peran memasarkan produk dalam dunia bisnis sangat penting, karena kepercayaan konsumen atau pelanggan adalah hal yang utama. Muhammad Saw sudah memikirkan beberapa aspek yang penting dalam pemasaran. Produk, mencakup kegunaan produk, kualitas produk, ketersediaan produk dan harga produk itu sendiri.

Selain menjelaskan keunggulan dan kekurangan produk, hal lain adalah menentukan harga dengan melihat biaya produksinya. Muhammad Saw tidak pernah mengambil keuntungan lebih kepada pelanggannya. Bahkan beliau menetapkan harga sesuai dengan karakter pelanggannya.

Place (distribusi), Muhammad Saw melarang mencegat pedagang sebelum tiba di pasar dan melarang orang kota membeli dagangan orang desa, tujuannya untuk menghindari adanya

tengkulak (perantara). Karena adanya tengkulak dapat merugikan pihak produsen, distributor, agen, penjual eceran dan konsumen.

Promosi, saat menjual Muhammad Saw tidak pernah melebih-lebihkan dagangannya agar konsumen terpikat, dan menegaskan bahwa penjual harus menghindari bersumpah berlebihan dalam menjual barang. Dipertegas pada hadits, "*Sumpah palsu dapat melariskan barang dagangan, tetapi dapat melenyapkan pencarian.*" (HR. Ahmad)

Prinsip-prinsip pelayanan Muhammad Saw dalam menjalankan bisnisnya, khususnya pelayanan bagi pelanggan atau mitranya, adalah stop tipu-tipu, penjual dilarang melakukan kebohongan dan penipuan tentang produk yang dijual kepada konsumen. Buang Jauh Sumpah, dalam menjual dagangannya tidak dibenarkan melakukan pembodohan dengan cara berdusta.

Hargai kesepakatan, Nabi Saw sangat menghargai hak-hak individu dalam berdagang baik hak pedagang maupun pembeli. Tegas terhadap timbangan, riba yang dilarang oleh Allah swt adalah penimbunan dan pedagang yang mengurangi timbangannya.

Hindari monopoli dagang, Nabi Saw dengan tegas melarang adanya monopoli, hal ini terkait dengan penahanan barang oleh pihak-pihak tertentu. Harga normal, harga patokan atau harga pasar berfungsi untuk mengendalikan harga-harga di pasaran.

Melihat hal tersebut, maka jelas ajaran Rasulullah Saw yang hebat adalah terkait dengan transaksi dan interaksi saat jual beli terjadi. Kriteria pedagang yang baik dan diberikan jaminan surganya Allah Swt, yaitu "A*llah akan memasukkan seseorang ke dalam surga lantaran dia berlaku mudah saat membeli dan menjual serta saat berutang dan menagih utang.*" (HR. Ahmad)

"Kepercayaan datang dari kejujuran yang kita lakukan karena itulah kebahagiaan yang abadi dalam sebuah perdagangan." ***(Faidatur Robiah)***

Jendela inspirasi:

- Muhammad Saw adalah figur yang tepat dalam dunia bisnis dengan mengedepankan sikap jujur, amanah dan tidak riba sehingga menciptakan pebisnis yang saleh.
- Melayani pelanggan dengan menghormati, menepati janji dan memberikan produk yang berkualitas serta dapat bersabar dalam menghadapi pelanggan akan menghasilkan bisnis yang sukses.
- Karyawan merupakan cerminan diri bagi para pengusaha atau majikan, maka jadikan diri kita sebagai pemimpin yang dapat dijadikan suri teladan serta menjadikan karyawan sebagai saudara kita sendiri.
- Menghadapi pesaing tidak dengan cara memfitnah, menyuap dan menjadi iri, tetapi hal terbaik adalah bersinergi agar mendapatkan keuntungan dan keberkahan.
- Kesan positif dalam memasarkan dagangannya dilakukan Nabi Saw agar usahanya berjalan lancar dan mendapat kepercayaan dari relasi, karyawan dan pelanggannya.

***

Leonita Siwiyanti, seorang dosen yang saat ini mengajar di Universitas Muhammadiyah Sukabumi, bisa dihubungi melalui email leony23amr@ummi.ac.id, Facebook leonita siwiyanti, Instagram @leonitasiwiyanti.

trust media publishing

BAB 6.

IMPROVE YOUR PERSONALITY

Purple Cow[1]

Rahmi Utami

Banyak orang mengetahui pemasaran butuh sekali huruf P, karena mengandung arti penting seperti *Product, Pricing, Promotion, Positioning, Publicity, Packaging, Pass along, Permission, People*, dan kesemuanya itu tidak menjamin kesuksesan, karena untuk membuat suatu produk dikenal masyarakat harus memiliki ciri khas, dan unik.

Purple Cow hadir sebagai pencerah suasana dalam pemasaran, ketika sebuah ladang yang dipenuhi sapi akan terlihat seperti pemandangan peternakan pada umumnya, sedangkan apabila ada sapi berwarna ungu maka akan menimbulkan rasa penasaran dan selalu ingat warna yang berbeda dengan yang lain, begitu juga dengan pemasaran, bisnis yang menerapkan *Purple Cow* membuat suatu keunikan dan berbeda dari strategi produk lainnya.

Erst media publishing

Strategi pemasaran mengenal istilah P, tetapi tidak cukup P yang biasa dan *Purple Cow* hadir membawa sesuatu yang berbeda

Saat sedang berlibur dan berkunjung ke peternakan sapi, pemandangan kita adalah ratusan sapi merumput tentu akan menjadi hal menarik dan pemandangan indah, ada sapi gemuk kulitnya bersih dan yang pasti layak jual memiliki nilai ekonomis tersendiri, ada juga sapi yang memiliki bentuk indah, sempurna dan disinari cahaya matahari yang berkilau.

[1] Tulisan resume ini ditulis oleh Rahmi Utami dari buku karya Seth Godin yang berjudul *Purple Cow* (2022).

Kemudian dalam 20 menit, kita akan mengalami kebosanan saat memandang pemandangan yang indah tersebut, apakah ada yang salah? Sebenarnya tidak ada yang salah hanya saja tidak ada yang berbeda, unik dan luar biasa yang membuat kita bisa menyita perhatian lebih lama, dan lebih lama lagi, sehingga membuat kita tidak bisa berkedip.

Seandainya ada *Purple Cow* (sapi ungu) tentu semua akan berbeda, hal tersebut bisa menyita perhatian banyak orang, karena ada sapi dengan warna dan tampilan yang berbeda dari pada sapi pada umumnya. Hal itu bisa menjadi pengalaman yang berbeda dan saat pulang dari berlibur tentu akan diceritakan kembali kejadian luar biasa tersebut.

Purple Cow sebenarnya adalah suatu permisalan, dalam dunia pemasaran konsumen mengalami kejenuhan dengan pengalaman yang sama setiap harinya, produk terlalu monoton, tidak adanya pembaharuan baik dari startegi iklan ataupun masalah kebutuhan konsumen yang tidak ada solusinya sehingga konsumen merasa bosan.

Jika kita memiliki sesuatu hal yang menarik yang berbeda dengan produk lain dan ditawarkan ke konsumen dengan rasa yang berbeda sehingga menjadi sesuatu yang viral, konsumen akan beralih perhatian dan mengingat produk tersebut. Sesuatu yang luar biasa, yang segar dan mudah diterima oleh konsumen lebih baik daripada sesuatu yang monoton.

Pebisnis pasti sudah hapal di luar kepala tentang 5P yang biasa dikenal dalam strategi marketing yaitu *Product, Price, Place, People, Promotion* dan tambahan P yang lain seperti *Publicity, Packaging, Pass-along, Permission* tetapi kesemuanya itu akan terasa hambar dan biasa jika tidak ada P yang menjadi pembeda diantara yang lain yaitu *Purple Cow* yang membuat menjadi luar biasa.

trust media publishing

Memahami pangsa pasar dengan menggunakan *Purple Cow* dalam beriklan untuk menaikan penjualan.

Beriklan adalah salah satu cara agar produk dikenal oleh konsumen, beriklan di banyak tempat melalui berbagai media baik media cetak maupun televisi. Harga yang mahal sudah pasti dikeluarkan demi untuk membayar iklan, kita tidak pernah tahu konsumen mana yang akan membeli dan menerima produk kita, tetapi setidaknya bisa memancing konsumen.

Set Godin membagi 3 era periklanan yaitu sebelum, selama dan sesudah. Sebelum periklanan pemasaran dilakukan dari mulut ke mulut, produk dan jasa yang memiliki solusi dari masalah konsumen menjadi topik hangat lalu menarik perhatian dan kemudian dibeli oleh konsumen karena tertarik produk tersebut.

Selama periklanan, perusahaan berani untuk beriklan di banyak tempat karena beranggapan dengan banyaknya iklan maka akan meningkatkan jumlah pembelian. Dana yang dibutuhkan untuk melakukan iklan pastinya menjadi suatu masalah tetapi dengan kepercayaan tinggi jika iklan pasti akan mempengaruhi konsumen sehingga akan balik modal.

Sesudah periklanan kembali lagi ke semula yaitu mulut ke mulut lebih efektif hanya saja kali ini memerlukan jaringan seperti media sosial, sebagai penyebar media informasi yang sangat efektif. Konsumen lebih menyukai rekomendasi dari orang yang sudah pernah mencobanya karena pengalaman yang nyata menjadi suatu hal yang dapat dipercaya.

Seperti yang kita rasakan saat ini, perusahaan tidak lagi beriklan melalui TV dan media koran, mereka memanfaatkan industri digital untuk media promosi mereka, dan juga diberikan testimoni pemakai produk barang atau jasa yang dijual baik memakai arti, public figur bahkan orang biasa yang dilengkapi dengan sosial media mereka sehingga konsumen bisa melihat kebenaran iklan.

"Berhentilah beriklan dan mulailah berinovasi." ***(Seth Godin)***

Ide yang "Luar Biasa" wajib dalam menciptakan *purple cow* sebagai pembeda dengan produk lain.

Produk baik jasa ataupun barang adalah ide, menurut Set Godin seperti virus yang bisa menular, bagaikan bola salju yang memberi efek besar. Seseorang yang menyebarkan ide disebut sebagai *Sneezer,* apapun ide yang dimiliki oleh seorang *Sneezer* akan membawakan efek menular dari satu orang ke orang lain dan terus berputar seperti bersin.

Empat puluh tahun lalu, Ron Simek pemilik bar Tombstone Tap memutuskan untuk menawarkan pizza beku buatannya kepada pelanggannya, dan ternyata sangat berhasil pelanggan menyukai pizza beku yang bisa dipanaskan di rumah, dan setiap lemari kulkas dapat dipastikan ada pizza beku Tombstone.

Karft Foods tertarik dengan produk "Luar Biasa" Tombstone dan membeli merek tersebut pada tahun 1986. Ini adalah salah satu kisah sukses dari perusahaan di Amerika yang menemukan produk yang memang diinginkan oleh konsumen karena pizza dianggap sebagai makanan siap saji yang praktis dan cepat dikonsumsi baik untuk makan siang ataupun malam.

Contoh lainnya ada aspirin yang menjadi obat paling diinginkan oleh semua orang didunia karena bisa meredakan rasa nyeri, dengan harga tidak mahal, mudah dicoba dan terasa manfaatnya. Saat ini kita bisa mendapatkan aspirin di toko obat umum di belahan dunia manapun dengan beraneka merek, mungkin ada 100 produk obat yang mengandung aspirin.

Dalam pemasaran yang kita perlu ketahui adalah jika produk kita terlalu mahal dan konsumen tidak mampu membeli maka kita tidak punya pasar. jika konsumen tidak memiliki waktu untuk mendengarkan atau memahami produk maka kita seperti

trust media publishing

tidak ada, dan jikapun konsumen mau mendengarkan kita akan tetapi mereka tidak menginginkan produk kita. Ini adalah kesulitan pasar yang pasti kita temui dan harus ada solusinya.

Dahulu kopi terlihat biasa saja, hanya sebagai minuman yang dinikmati di rumah pada saat sarapan. Tidak ada hal menarik jika kita meminum kopi, tetapi Starbucks melihat ini sebagai peluang bisnis yang memberikan dampak pemasukan pada penjualan dengan sedikit sentuhan dan memanfaatkan *purple cow* dalam startegi *marketing*-nya.

Purple Cow yang dilakukan oleh Starbucks dengan cara memberikan pengalaman tersendiri, yakni rasa nyaman saat duduk menikmati kopi di Starbucks dan juga diskon menarik yang diberikan kepada konsumen dengan kartu dengan desain khusus yang hanya bisa di akses di Starbucks, ngopi menjadi keren dan kebanggaan dan ide ini ternyata menular ke berbagai negara.

"Ciptakan produk luar biasa yang dicari oleh orang yang tepat." ***(Seth Godin)***

trust media publishing

Pebisnis membutuhkan hal nekat untuk menjadi luar biasa dengan berani mengambil risiko dan berinovasi.

Nekat tidak selalu luar biasa dan bisa menjadi hal yang mengganggu. Tetapi dalam hal ini berani mengambil risiko dari setiap langkah untuk memperkenalkan produk dan juga berinovasi akan membuat produk menjadi luar biasa, yang diharapkan bisa membawa ke tahap penjualan yang laris dan sukses, dan jangka waktu kesuksesan nya lama.

Perusahaan besar terkadang takut ambil risiko, produk cenderung membosankan, pada saat kompetitor datang barulah perusahaan mencari dan membuat inovasi baru agar tidak ketinggalan dengan pesaingnya yang biasanya para pesaing

lebih nekat dan ambil risiko besar agar produknya dikenal oleh konsumen baru.

Pemain kecil biasanya melakukan pengamatan dari pemain yang sudah besar, Amati Tiru dan Modifikasi (ATM) menjadi strategi bisnis dan pemasaran, mereka hanya meniru apa yang dilakukan oleh pemain besar dan selamanya pemain kecil akan mengalami kesulitan untuk memimpin pasar.

Sebagai pemimpin selalu mencoba ide baru dan akhirnya menghasilkan produk yang menarik, karena mereka berani untuk melakukan eksperimen dan mencoba menjadi *Purple Cow* dalam bisnis yang mereka buat semata-mata agar dapat menyelamatkan bisnis mereka dan bertahan di pasaran sebagai pemimpin pasar.

Krispy Kreme memproduksi donat ada sebagian orang tahu akan rasa dan nikmatnya donat yang ditawarkan tetapi ada yang belum tahu bagaimana rasa sesungguhnya karena hanya mendengar saja tetapi belum pernah mencoba, dan ada pula yang rela menyetir mobil selama satu jam hanya untuk mencoba Krispy Kreme karena penasaran akan rasanya.

Ketika Krispy Kreme membuka outlet baru maka *Purple Cow* dihadirkan di strategi pemasarannya. Perusahaan donat tersebut dengan berani membagikan ribuan donat, dan tentu saja hampir sebagian orang akan datang untuk mendapatkan donat gratis dan kebanggaan sebagai warga sekitar outlet karena Krispi Kreme hadir di wilayah mereka, sehingga terjadi antrean panjang tiap membuka outlet baru.

Sneezer sebagai penyebar virus memberitahu kepada rekan mereka untuk datang ke outlet donat tersebut, dan fase mulut ke mulut dimulai dengan menyebarkan berita di pom bensin bahwa Krispi Kreme hadir dan ada donat gratis. Para pengendara mobil yang lokasinya jauh akan terpancing dan menjadi penggemar berat yang terobsesi dengan Krispi Kreme.

Trust Media publishing

Jendela inspirasi:

- *Purple Cow* dilakukan jika ingin penjualan naik memang harus menjadi sesuatu yang berbeda dan luar biasa.
- Strategi Pemasaran saat ini adalah pemasaran dari mulut ke mulut yang menyebar berdasarkan pengalaman konsumen dan kemungkinan viral melalui media sosial dengan *Purple Cow.*
- Jangan takut dan berani ambil risiko untuk peluang bisnis yang lebih baik dengan sesuatu yang luar biasa.
- Ciptakan produk menarik, karena era saat ini banyak informasi yang masuk sehingga menjadi biasa sama saja seperti tidak ada sehingga kita harus memiliki *Purple Cow* yang memiliki hal luar biasa agar produk laku di pasaran.

***

Rahmi Utami, seorang dosen Manajemen Pemasaran yang juga berkecimpung di dunia bisnis dan UMKM bisa dihubungi melalui email utamirahmi13@gmail.com.

trust media publishing

Berkah di Balik Tingkah[1]

Sitti Hamalna

Remaja yang tidak bisa melanjutkan pendidikannya karena kedua orang tuanya yang di panggil oleh Allah swt di masa usia mereka masih sekolah. Pikiran dan perasaan sedih menyelimuti diri ini jika masih usia sekolah sudah menjadi anak yatim piatu, dan akan menanggung beban hidup sendiri bersama seorang adiknya. Pekerjaan orang tua pun rela dilakukannya, demi menjalani kehidupannya.

Dalam rangkuman ini, kita akan mempelajari bagaimana seorang anak remaja yang akan menanggung hidup bersama adiknya yang masih usia belia. Kesabaran dan semangat yang dimilikinya menjadi landasan yang paling kuat untuk meniti kehidupannya. Hidup bersama adiknya membuatnya semakin ingin bekerja keras untuk masa depan adiknya yang penuh keceriaan.

trust media publishing

Rela menjadi petani setelah ditinggalkan kedua orang tuanya di saat baru tamat SMA bersama adiknya.

Sulhan namanya, malam pertama setelah ayahnya meninggal Sulhan tidak bisa beristirahat dengan tenang, karena memikirkan dirinya dan adik semata wayangnya yang masih duduk di sekolah dasar. Setiap saat Sulhan berdoa agar dia bisa bekerja untuk membiayai sekolah dan kehidupan adiknya. Sesekali memandang wajah adiknya yang sudah terlelap dalam mimpi, kadang air mata

[1] Tulisan resume ini ditulis oleh Sitti Hamalna dari buku karya Sitti Hamalna, S. HI yang berjudul *Berkah di Balik Tingkah* (2002).

Sulhan tak terbendung tetapi apa daya Allah berkehendak lain itu kata hati Sulhan.

Kedua orang tuanya meninggalkan sebidang tanah kebun umbi-umbian dan satu gubuk untuk berteduh. Ketika hendak bangun pagi Sulhan membayangkan betapa berat pekerjaan orang tuanya dulu. Tiba-tiba tetangganya muncul menyapanya, nak Sulhan apa kabar hari ini? "Alhamdulillah baik pak," kata Sulhan yang lagi kebingungan mau berbuat apa dengan kebun sepeninggalan ayahnya.

Banyak orang yang merasa kasihan kepada Sulhan karena terlalu pagi menjadi orang tua. Walaupun aku tidak pernah membayangkannya, tetapi apa yang hendak dikata. Kita tidak boleh memurkai takdir. "Ini harus kujalani," ucap Sulhan.

Pada keesokan harinya, adik Sulhan si Titin, bangun pagi-pagi dengan maksud mau mendahului kakaknya Sulhan, namun setelah Titin bangun kakaknya sudah bangun dan berada di belakang gubuknya memandangi lahan kebun peninggalan sang ayah. Titin tidak mau ketinggalan pekerjaan dari sang kakak, maka dengan bergegas Titin ke dapur untuk menanak nasi di tungku tempat ibunya memasak di masa hidupnya.

Sulhan yang memahami kesibukan adiknya segera kembali ke gubuknya. Dengan catatan dia segera mengambil alih pekerjaan adiknya menyiapkan sarapan pagi. Kesibukan itu ternyata membangkitkan ingatannya akan pesan ayahnya yang terakhir.

"Anakku, dengarlah! Kau harus menjaga adikmu baik-baik. Dan pergilah mencari bibimu di Lombok Timur. Dia satu-satunya saudara bapak. Titin yang baru saja selesai mandi di kali segera bersiap-siap untuk berangkat ke sekolah. Tidak lama kemudian teman-teman Titin datang menjemputnya, lalu Sulhan berdoa seiring adiknya melangkah, "Ya Allah lindungilah mereka yang sedang menuntut ilmu."

Sesekali mata Sulhan memandangi kebunnya yang ditanami padi dan pohon ketela. Sulhan yang lagi menikmati anugerah

Allah SWT itu, tiba-tiba dia selalu selalu terbayang-bayang wajah ayahnya. Seraya Sulhan mengangkat tangan dan berdoa, "Ya Allah, berilah petunjuk kepada hamba-Mu. petunjuk yang engkau ridai."

Berbisik dalam hati Sulhan inikah namanya kehidupan? Kenapa diri ini terlalu cepat di tinggal kedua orang tua? Sulhan segera sadar dan berkata dalam hati, aku hampir lupa kalau hidup ini tidak lepas dari tantangan. Pesan ayahnya pun tergiang di telinga. Kalau amanat itu harus dilaksanakan. Dia berjanji dalam diri kalau suatu saat akan mencari bibinya. Adiknya Titin sebentar lagi akan kembali dari sekolah, Sulhan pun bergegas menyiapkan makan siang bersama adiknya itu.

"Sabar, tabah dan semangat hidup itu adalah perjuangan yang luar biasa." ***(Sitti Hamalna, S. HI)***

trust media publishing

Hasil keringat sendiri merupakan kebanggaan tersendiri dalam hidup ini, sehingga membuatnya tambah semangat dalam bekerja.

Suasana di Desa Jangkih Jawa semakin bertambah semarak. Seluruh warga berlega ria menyambut tanaman padi yang sudah menguning. Lambaian daun ketela pohon berkilau gemilau diterpa sinar senja. Alun gemulai daun ilalang menyumbangkan irama damai, membisikkan nurani insan untuk berdamai dengan alam.

Kedamaian apa lagi. Sulhan menatap semua itu melalui kata syukurnya terhadap Allah SWT. Sorotan matanya menyapu seluruh tanamannya. Sejauh mata memandang, hatinya berbisik saya akan menata kehidupan yang baru bersama adikku. Kebulatan tekad untuk bekerja keras semakin kuat.

Orang-orang pada berdatangan mendekati Sulhan yang memiliki tanaman padi semakin menguning dan merunduk.

Sementara pohon ketela pun mulai beranjak timggi. Tetangga Sulhan banyak bertanya bagaimana caranya kamu menanam padi dan ketela, sehingga tumbuhnya subur dan rindang. Suasana panen pun tiba.

Padi Sulhan yang paling banyak dan membutuhkan bantuan untuk di panen. Seketika itu Sulhan meminta tolong kepada tetangganya yang dianggap sebagai pengganti ayahnya namanya Pak Burhan, untuk mengumpulkan warga untuk bergotong royong memanen padinya.

Setelah panen padi selesai hati Sulhan semakin berbunga-bunga dengan melihat pohon singkongnya yang semakin tinggi. Dalam hati berkata, "Insya allah sebentar lagi panen singkong lagi. Terima kasih ya Allah atas rezeki yang engaku berikan."

Keberhasilan yang di tuai oleh Sulhan membuat para tetangga dan yang melintasi kebunnya bertanya-tanya. Pak Burhan tetangganya bertamu ke gubuk Sulhan ditemani oleh Pak Bidin dan Pak Amat. Mereka bermaksud ingin membeli singkong yang di tanam Sulhan. Namun mereka ingin membayar semua tanaman singkong yang di miliki Sulhan.

Pak Bidin angkat bicara, "Nak Sulhan berapa harga singkongnya saya akan membayar sekarang." "Mohon maaf pak singkongnya belum waktunya di panen, umbinya belum tua." Kata Sulhan. "Tetapi kami mau membayarnya sekarang nak." "Maaf pak dalam ajaran agama Islam tidak membenarkan menjual singkong yang belum tua, insyaallah dua bulan kemudian Pak Bidin dan pak amat datang kembali."

Waktu menggelinding tiada henti. Dua bulan berlalu bagai kedipan mata. Sulhan sudah menunggu Pak Bidin dan Pak Amat untuk datang kembali untuk membeli singkong yang telah dijanjikan. Sulhan mendatangi Pak Burhan tetangganya, akan menyampaikan bahwa singkong sudah baik untuk dipanen, ternyata sesampainya di gubuk Pak Burhan Pak Bidin dan Pak Amat sudah duluan.

Pak Burhan menyesali dirinya yang sudah berpuluh-puluh tahun menjadi petani belum pernah panen seperti Sulhan. Sulhan pun menyapa pak Burhan, "Pak tidak ada kata terlambat untuk berubah dan menikmati kesuksesan. Pak Bidin dan pak Amat membeli semua sinmgkong milik Sulhan." "Alhamdulillah terima kasih ya Allah atas rezeki yang engkau berikan,"seraya mengangkat tanganya.

Sifat amanah, itu adalah sifat Rasulullah Saw, menjadi orang amanah adalah dambaan semua umat.

Bagai siang berganti malam. Waktu berjalan terus. Kondisi desa yang tidak mau berkembang membuat Sulhan berpikir panjang. Pak Burhan petani yang paling lama di desa tersebut setelah panen singkong atau ubi maka Pak Burhan dan teman-temannya pun berpangku tangan. Tidak mau beraktivitas lain seperti Sulhan yang tidak pernah berhenti memikirkan apalagi yang harus ditanam dan menghasilkan uang.

Akan kuperlihatkan kepada mereka bahwa hidup ini bukan semata-mata untuk makan. "Tahun ini aku dapat membeli seekor kambing. Jika rezeki masih di tangan, tahun depan kudapat lagi untuk menambah yang sekarang. Dan seterusnya, dan seterusnya," kata Sulhan dalam hati." Pada saat Sulhan melamun memikirkan masa depan tetangganya terlintas di pikirannya tentang wajah bibinya yang di amanahkan ayahnya sebelum meninggal.

Sulhan menceritakan lamunannya kepada Pak Burhan. Kalau Sulhan seperti sepintas melihat wajah bibinya. Dengan rasa haru Pak Burhan dan istrinya Bu Sholeha mendorong Sulhan untuk berangkat ke Lombok Timur untuk mencari bibinya. Pak Burhan pun berkata, "Nak Sulhan kambing dan kebunmu titipkan saja sama bapak. Insyaalah saya akan menjaganya seperti milik sendiri."

Di tengah kegalauannya, pikirannya sempat memikirkan kebahagiaan bila bibinya dijumpai. Pada saat itu pula pikirannya

melayang ke adiknya si Titin yang lagi beristirahat di loteng gubuknya. “Tin, kita harus mencari bibi sekarang juga.” Kata Sulhan. ”Barang-barang dan kambing kita tutipkan pada pak Burhan.” Titin mengangguk kepala tanda setuju. “Bagaimana dengan sekolah Titin kak?” Sulhan membalas dengan senyuman. Dia senang melihat adiknya yang merasa khawatir jika sekolahnya akan terbengkalai.

“Kakak tidak akan membiarkan dirimu tertinggal dari teman-teman. Kau harus sekolah. Sekarang waktu yang tepat untuk mencari bibi karena sedang libur,” jelas Sulhan. Pada saat itu pula Pak Burhan datang untuk membantu mereka membereskan barang-barng yang akan dititipkan hingga malam. Teman-teman Sulhan juga datang membantu sehingga cepat selesai.

Keesokan harinya Pak Burhan, Ibu Sholeha dan semua teman-teman Sulhan datang memberikan ucapan selamat jalan teman. Doa dan harapan kami, kamu bertemu dengan bibimu dan kembali ke Desa ini untuk mengajarkan kami ilmu bertani dan berternak.

Beberapa saat menunggu, truk yang membawa ilalang melintas. Mereka tidak mendapat kesulitan menumpang karena pak sopir mengizinkannya untuk duduk di dekatnya dengan mengucapkan terima kasih Sulhan dan adiknya sudah naik. Percakapan diantara mereka mulai terdengar oleh keduanya.

Sulhan mulai bertanya, “Pak sopir? Jika kami mau ke Lombok Timur turun di mana untuk menyambung perjalanan kami.” Pak sopir pun menjawab, “Insyaallah saya akan menuju Lombok Timur de jika kamu mau mengganti mobil kurang lebih 25 km lagi kalian turun dan menunggu mobil carry yang akan melintas.”

“Ooo, tidak pak sopir kami tetap di sini saja jika pak sopir berkenan.” Tidak lama kemudian mereka tiba di tempat tujuan. Sulhan dan Titin begitu bahagia membayangkan sebentar lagi

trust media publishing

akan bertemu dengan bibinya yang diamanahkan ayahnya sebelum meninggal.

Setelah menanyakan ke beberapa orang akhirnya Sulhan mendapatkan petunjuk kampung bibinya. Ternyata bibinya sudah pindah ke Lombok Barat beberapa bulan yang lalu.

"Amanah dari sang ayah tercinta belum tertunaikan, tetap semangat dan berniat untuk mencari bibi di lain waktu." ***(Sitti Hamalna, S. HI)***

Hati luluh, setelah mengetahui bibi yang selama ini kucari-cari, Allah mempertemukan kami di saat akhir hayatnya.

Awan mendung menggelantung memayungi jagat raya. Bayang-bayang hitam beriringan mengulas dedaunan yang melambai-lambai, menyambut datangnya musim hujan. Sulhan membenahi kelompok taninya yang telah di bentuk. "Teman-teman kita tidak boleh terlena. Waktu sudah sangat mendesak. Lengah sedikit akibatnya sangat fatal. Yang rugi kita sendiri."

"Baik teman-teman saya bangga pada kalian yang penuh semangat kerja. Kita tentu ingin meningkatkan hasil kerja. Saat ini kita akan mencoba cara olah dan teknis tanam. Sekarang kita di lahan masing-masing. Di bagian tertentu, pinggir lahan kita cangkul ke dalam. Lahan yang agak miring kita buatkan pematang kecil dengan arah melintang guna mengurangi deras air yang menurung lereng. Kita bekerja tidak asal-asalan. Segala sesuatu harus dengan perencanaan yang matang."

Hari-hari berlalu begitu cepat, musim tanam telah usai. Ujung ketela pohon yang tertancap masih kelihatan putih berseri dengan barisan penuh disiplin. Kerinduan Sulhan terhadap adiknya Titin yang sudah sekolah di Lombok Timur selalu menghantui pikirannya. Tetapi Sulhan belum bisa menengok adiknya, karena menunggu musim tanam selesai. Semua warga

Desa berkumpul di gubuk Sulhan untuk membicarakan musim tanam.

Saat mereka bersepakat kalau gotong royong yang akan mereka lakukan kali ini akan tambah ramai. Tiba-tiba Pak Adam muncul dan langsung memanggil salah satu dari mereka, untuk bekerja di lahannya dan dibayar mahal, tetapi semua dari warga memilih tetap bekerja bersama Sulhan dengan gotong royong.

Keesokan harinya Sulhan bersiap-siap untuk berangkat ke Lombok Timur menjenguk adik kesayangannya. Tidak lupa Sulhan pamit pada teman-temannya dan menitipkan tanaman yang baru saja ditanamnya. Sulhan bersegera menuju jalan raya untuk mencari tumpangan. Tidak lama menunggu mobil truk milik Pak Narto muncul dari ujung jalan. Sulhan segera berangkat menuju Lombok Timur.

Sepanjang pak sopir sesekali melirik Sulhan yang tampak berseri-seri. Membayangkan ketemu adiknya si Titin. Pak sopir bertanya, "Sulhan apakah sudah berjumpa dengan bibinya?" "Wah, ceritanya panjang pak! Sampai saat ini saya belum bertemu dengan bibi pak sopir." "Owww ya Allah mohon maaf ya nak jadi tidak enak mengingatkan kamu dengan bibimu. Semoga Allah mempertemukanmu. Aamiin."

Tak terasa kendaraan semakin melaju melintasi jalan yang beraspal. Sulhan mengingatkan pak sopir pelan-pelan, jangan ngebut pak. Belum selesai omongan Sulhan kendaraan yang berada di depannya sudah berhenti. Secepat kilat Pak Narto menginjak rem kendaraannya, Pak Narto membuka pintu. Dan lalu menyembulkan kepalanya lewat pintukaca yang terbuka. "Ada tabrakan," jawab sopir yang melintas di jalan sebelah.

Beberapa saat kemudian, kendaraan Pak Narto mulai maju secara perlahan-lahan. Sulhan menutup wajahnya ketika melihat bercak-bercak darah segar yang masih meleleh memenuhi jalan raya. Orang-orang di sekitar tampak berkerumun dengan isak tangis tersedu-sedu.

Bright India publishing

"Korbannya?" tanya pak sopir. "Sudah di bawah kijang," jawab salah seorang warga. Pak Narto semakin mempercepat laju kendaraanya. Tidak lama kemudian mereka sudah sampai di persimpangan jalan tempat turunnya Sulhan. Dengan cepat Sulhan berpindah ke dokar yang ada di pinggir jalan menuju desa yang akan dituju.

Selang beberapa saat pak Kusir menarik tali dan kuda itu pun berlari. Akhirnya sampailah di rumah tempat adiknya tinggal. Tidak jauh dari rumah adiknya tinggal datang mobil ambulans yang membawa mayat. Sulhan dengan cepat mendekati mobil ambulans tersebut dan bertanya, "Siapa yang meninggal?" Terdengar suara dari atas mobil, "Ibu Aminah." Sulhan kanget dan segera menuju ambulans melihat mayat tersebut ternyata wajahnya mirip dengan bibinya yang selama ini dia cari.

Jendela inspirasi:

- Rela menjadi orang tua di usia dini demi adiknya yang masih kecil.
- Menjadi seorang petani muda membuatnya bahagia bersama adik kesayangannya, karena menghasilkan hasil keringat sendiri.
- Amanah dari sang ayah harus terpenuhi, walaupun banyak mengeluarkan biaya dan waktu.
- Kesedihan yang mendalam ketika Allah mempertemukan bibinya dalam keadaan sudah meninggal dunia.

***

Sitti Hamalna, seorang penyuluh agama Islam pelayan umat. Penulis bisa dihubungi melalui email sittihamalna7@gmail.com, Facebook sitti Hamalna, Instagram @_hmlnaz.

Kehebatan Puasa Senin-Kamis[1]

Sri Utami

Puasa memiliki arti dan keutamaan yang sangat penting yang perlu kita ketahui sebagai seorang muslim. Sungguh sayang sekali bila diantara kita melewatkan begitu saja amalan puasa sunah Senin-Kamis.

Menjalani puasa sunah Senin-Kamis sudah jelas besar manfaatnya bagi kesehatan tubuh, kecerdasan berpikir, kelancaran berusaha dan gampang memecahkan masalah, juga menjadi terapi kebersihan jiwa, sekaligus untuk dijadikan sebagai tabungan akhirat.

trust media publishing

Mengapa kita melaksanakan Puasa sunah Senin-Kamis.

Puasa yang lazim dijalani di kalangan umat Islam, adalah pelaksanaan puasa sebulan penuh di bulan Ramadan. Bahkan, seakan puasa sebulan penuh di Bulan Ramadan ini mendarah daging di kalangan Umat Islam. Sedang pelaksanaa Puasa di luar bulan Ramadan, sedikit sekali diantara umat Islam yang membiasakan menjalani puasa secara rutin dan terus menerus. Apabila puasa di luar Bulan Ramadan itu status derajatnya sunah (tidak mengikat), berpahala bila dijalani dan tidak ada beban dosa bila ditinggalkan. Padahal, dari beberapa puasa sunah itu terdapat kadar nilai pahala maupun kehebatannya yang justru lebih banyak. Hebatnya puasa sunah Senin-Kamis bisa menjadi

[1] Tulisan resume ini ditulis oleh Sri Utami dari buku karya Imam Bukhori yang berjudul *Kehebatan Puasa Sunah Senin Kamis* (2009).

kunci meraih sukses dunia dan akhirat.

Manusia secara sunatullah memiliki empat kelakuan utama yang terpancar dari potensi-potensi dasar yang dibawanya sejak lahir. Keempat kebutuhan (yaitu jasmanai, intelektual, spiritual dan sosial) dan potensi dasar (raga yang melahirkan kebutuhan fisik, nalar yang melahirkan kebutuhan intelektual, emosi yang melahirkan kebutuhan sosial, dan rohani yang melahirkan kebutuhan spiritual) yang dimiliki manusia, antara lain dengan yang lainnya saling terkait dan ketersinggungan.

Akan tetapi, acap kali kebutuhan-kebutuhan manusia selalu muncul secara bersamaan, yang karenanya pula butuh dipenuhi secara simultan, sehingga didalam pelaksanaanya melalui media latih ritual ibadah puasa (salah satunya puasa sunah Senin-Kamis), maka keempat kebutuhan manusia tersebut terasa diakomodasi secara serentak, yaitu syar'i (perintah agama), tabi'i (bawaaan alami), insani (hasrat intelektual manusia) dan jama'i (hasrat sosial).

Karenanya, tujuan akhir dari puasa (termasuk didalamnya puasa sunah Senin-Kamis) ini adalah *taqun*, yakni didalam menjalani puasa seakan-akan melihat al-Khaliq pada saat atau sedang melihat makhluk-Nya. Sehingga seorang yang sedang menjalani puasa tidak akan berani mengambil dan berperilaku sesuatu dengan cara yang tidak diridai-Nya.

Pada prinsipnya agama Islam mengajarkan pada manusia, bahwa surga bukan monopoli orang-orang kaya harta, selainkan mereka yang kaya jiwa dan bertakwa.

"Dengan puasa sunah Senin-Kamis sangat bermanfaat bagi kita yang ingin meraih kemuliaan sekaligus tambahan amal saleh yang tidak terhingga nilainya."
(Imam Bukhori)

Berapa beratnya hambatan puasa sunah Senin-Kamis.

Karena statusnya puasa sunah (tidak mengikat), hampir kebanyakan diantara kita mengabaikan puasa sunah Senin-Kamis ini. Untuk mengamalkannya secara istikamah betapa terasa berat hambatan dan halangannya.

Beratnya hambatan dan godaan untuk mengamalkan puasa sunah Senin-Kamis, yang paling sulit dan dihindari dan terpaksa harus membatalkan puasa sunah Senin-Kamis adalah bila diundang acara atau bertamu pada siang hari. Sedangkan ada anggapan sebagai orang "menolak hidangan dianggap menolak rezeki", menerima hidangan yang sedang menjalani puasa. Sehingga dengan terpaksa dan berat hati kadangkala kita membatalkan puasa tersebut.

Barangkali karena statusnya derajatnya sunah, kita kadang kala gampang tergoda nafsu fisik (semisal tersedia makan dan minum terhadap hidangan teman atau saudara) kemudian menggugurkan puasanya. Inilah kurang lebihnya hambatan dan godaan dalam kita mengamalkan ibadah puasa sunah Senin-Kamis.

Nanti kalau kita sudah terbiasa rutin menjalankan puasa sunah Senin-Kamis hingga sekian tahun secara terus menerus, kalau kita sekali waktu terpaksa tidak puasa, rasanya ada yang salah, atau kurang, sebagaimana kalau suatu kali kita tidak bisa melaksanakan salat wajib. Sesungguhnya betapa manusia akan berebut berpuasa sunah Senin-Kamis sekiranya amalannya bisa dipertontonkan pada hari ini.

Berpuasa sunah Senin-Kamis memberi dampak yang positif bagi jiwa raga dan mental spiritual. Jika seorang sudah bertekad untuk beribadah (menjalankan puasa sunah Senin dan Kamis) kepala Allah SWT, maka usaha keras dan niat ikhlas (insyaallah) akan membantu dirinya melawan perangkap setan.

Yang paling sulit dihindari dan terpaksa membatalkan puasa sunah Senin-Kamis, ketika diundang acara atau bertamu pada siang hari." ***(Imam Bukhori)***

Manfaat puasa sunah Senin-Kamis buat kesehatan.

Pada umumnya puasa bila dikaji oleh medis kedokteran, secara langsung telah memperlakukan tubuh seperti mencontoh tata cara makan dan minum yang dilakukan oleh Rasulullah Muhammad SAW, dan itu telah memenuhi standar kesehatan bagi tubuh manusia, yakni tidak memanjakan tubuh dengan menumpuk-numpuk makanan dan minuman. Alat pencernaan makan seorang yang terbiasa berpuasa, daya kerjanya tentu lebih stabil, karena prosesnya secara teratur dan terukur.

Alat pecernaan makanan itu kerjanya, bukan karena dipaksa-paksa atau dimanjakan oleh makanan-makanan. Tetapi alat pecernaaan itu dilatih untuk teratur dan terukur, dengan begitu fungsi sistem pencernaan akan terus terjaga kinerjanya. Sehingga sesorang yang terbiasa berpuasa (seperti sehari puasa tiga hari berbuka, puasa sunah Senin-Kamis) ataupun mencontoh tata cara makan dan minum Rasulullah Muhammad SAW, tidak akan pernah mengalami sakit, seperti maag atau gangguan pada lambung.

Dengan berpuasa menyebabkan orang panjang umum, puasa Senin-Kamis juga dapat membantu mengurangi kadar kolestrol "jahat" LDL dan trigliserid. Selain itu pencernaan yang biasa istirahat berpengaruh terhadap pacu jantung yang tak berdetak secara keras. Untuk itu berpandai-pandailah mengendalikan nafsu fisik maupun nafsu perut dan sekaligus pandai mengatur pola makan dan minum, hindari makan dan minum secara berlebihan.

trust media publishing

"Refleksinya, bagi kesehatan tubuh manusia yang terbiasa puasa sunah Senin-Kamis dengan sungguh dan ikhlas, jelas sekali manfaatnya. Tubuh terasa sehat dan bugar." ***(Imam Bukhori)***

Bagaimana puasa sunah Senin-Kamis bisa meningkatkan mental spiritual.

Untuk mengamalkan puasa sunah Senin-Kamis, sejak kapan waktu dimulainya dan waktu untuk mengakhirinya juga tidak dijelaskan dengan pasti. Artinya mengamalkan puasa ini seakan memberi kelonggaran kepada siapa saja yang mau dan mampu mengamalkannya. Yang tidak kalah hebatnya lagi, bahwa dari puasa sunah Senin-Kamis ini, jika diamalkan dengan ikhlas (insyaallah) akan dimudahkan segala urusannya.

Disadari atau tidak, perilaku negatif itu juga dapat membuat pelakuanya kecanduan. Jika perilaku negatif dibiarkan liar tak terkendali semakin lama pada saatnya akan berubah menjadi karakter yang pada akhirnya menentukan nasib seseorang. Bukanlah karakter dan nasib seorang itu bermula dari jiwa?

Oleh karena itu manfaat puasa sunah Senin-Kamis secara spiritual, dapat menurunkan stres dan tekanan jiwa. Kondisi kesehatan mental yang optimal dapat membantu kaum muslim meraih kesuksesan dengan mudah dan bisa meningkatan kedamainan hati.

Puasa sunah Senin-Kamis adalah ibadah mahdah, hanyalah alat untuk menempa dan memberi kualitas kepada jiwa tersebut, seperti halnya puasa (wajib dan sunah). Sebab, yang menjadi komando pengambilan keputusan dalam memilih untuk berbuat atau tidak berbuat, kufur atau syukur, iman atau ingkar, berdosa atau beramal, adalah jiwa. Puasa Sunah Senin-Kamis adalah salah satu alat untuk menempa dan memberi kualitas nafs (jiwa) agar selalu tetap suci.

Bahwa puasa sebetulnya sangat efektif mencetak individu-individu yang sangat tangguh. Ia tidak mempunyai sistem sekolah

(skolastik), tetapi hanya memiliki majelis taklim dan tradisi ritual keagamaan. Puasa adalah praktik langsung untuk mengendalikan nafsu manusia dan melatih jiwa sosial terhadap sesama.

Dengan puasa sunah Senin-Kamis akan membina dan mengarahkan pertumbuhan sekaligus mengasah mental spiritual, membebaskan jiwa dari godaan nafsu dunia serta menumbuhkembangkan kepedulian sosial terhadap sesama. Puasa sunah Senin-Kamis sangat penting untuk jiwa raga kita sendiri dalam melatih kesabaran, melatih menguasai diri, melatih diri dalam meredam hawa nafsu, serta dapat meningkatkan kemauan untuk melaksanakan kegiatan-kegiatan yang dapat meningkatkan kualitas ketakwaan kepada Allah SWT.

Dengan berpuasa, maka seseorang akan dilatih untuk selalu berdisplin dalam segala hal. Karena, ia merasa Allah SWT selalu mengawasi setiap tindakan yang ia lakukan. Sehingga, ia akan selalu mawas diri dan menghindari segala hal-hal yang nantinya dapat menimbulkan dosa dan dapat membatalkan puasanya.

Puasa sunah Senin-Kamis sangat membantu mencerdaskan berpikir dan dalam menghadapi berbagai masalah hidup, seakan ada saja jalan keluar dan kecemerlangan berpikir dalam menyelesaikan masalah.

trust media publishing

"Dengan menjalani puasa sunah Senin-Kamis kita di dalam menghadapi berbagai masalah dan problem hidup seakan ada saja jalan keluar dan kecemerlangan berpikir dalam menyelesaikan masalah." ***(Imam Bukhori)***

Jendela inspirasi:

- Hebatnya para muslim/muslimat yang rutin mengamalkan puasa sunah Senin-Kamis, memberi banyak manfaat bagi kesehatan, membersihkan jiwa, mencerdaskan otak.

- Hebatnya para muslim/muslimat yang rutin mengamalkan puasa sunah Senin-Kamis akan membina dan mengarahkan pertumbuhan sekaligus meningkatkan mental spiritual, membebaskan jiwa dari godaan nafsu dunia, serta menumbuhkembangkan kepedulian sosial terhadap sesama.
- Hebatnya para muslim/muslimat yang rutin mengamalkan puasa sunah Senin-Kamis, semakin terjaga akhlak dan moralnya.

***

Sri Utami, seorang Staf Bagian Umum Sekretariat Daerah Kabupaten Kediri, dapat disapa melalui email usri07782@gmail.

trust media publishing

BAB 7.

IMPROVE YOUR SPIRITUALITY

Hapus Penat dengan Salat[1]

Dwi Suwiknyo

Semakin kita sibuk dan terlena dengan urusan dunia, maka semakin penat pikiran kita dan jiwa kita terasa sangat kering. Karena itulah perlunya kita beribadah salat. Yakni sebagai upaya untuk mengistirahatkan diri sekaligus mendekatkan diri kepada-Nya. Namun, bila setiap hari sudah rutin salat, saatnya kita memperbaiki dan menikmati ibadah salat yang lebih khusyuk dan tumakninah. Sehingga berdampak pada peningkatan kualitas diri kita.

Dalam tulisan ini, kita akan mempelajari bagaimana salat dapat berdampak positif bagi kehidupan kita. Terutama untuk menjaga koneksi hati dengan-Nya, menyembuhkan kelelahan dan kepenatan, serta meraih kesuksesan melalui salat yang khusyuk.

Salat bukan sekadar menggugurkan kewajiban ibadah, tetapi mampu memberikan manfaat untuk penyegaran jiwa dan mengobati kepenatan.

Harus diakui, kita telah menjadi manusia yang begitu rasional, sangat mengandalkan akal, mengidolakan kecerdasan otak, dan kesempurnaan fisik. Padahal, diri kita ini bukan hanya terdiri atas unsur fisik dan akal saja, melainkan juga ada hati dan jiwa (rohani).

Maka, buruk sekali hasilnya bila kondisi diri kita tidak seimbang, yakni sangat dominan mengurusi kualitas pikiran

[1] Tulisan resume ini ditulis Dwi Suwiknyo dari buku karya Dwi Suwiknyo yang berjudul *Hapus Penat dengan Salat* (2019).

dan melupakan kesehatan hati dan jiwa. Otomatis diri kita akan menjadi *jomplang*! Hidup kita tidak seimbang lagi.

Mari kita jujur pada diri sendiri. Saat capek fisik bisa sembuh dengan tidur dan lelah pikiran bisa pulih dengan refreshing. Lalu, bagaimana dengan hati yang sakit dan jiwa yang kering? Jawabannya, tentu saja dengan salat.

Kenapa harus salat? Apakah tidak cukup dengan meditasi saja atau bertapa? Tidak. Karena salat lebih dari keduanya. Karena salat langsung menghubungkan kerinduan hati, jiwa, dan ruh kita kepada Sang Penciptanya.

Harus kita akui, jiwa kita butuh kesegaran kembali. Energi kesegaran itu akan kita peroleh kembali saat kita berkenan men-*zero*-kan diri kita. Kita berserah diri sepenuh hati hanya kepada-Nya.

Suatu ketika, Rasulullah Saw berkata kepada Bilal bin Rabah, "Wahai Bilal, istirahatkan aku dengan salat." Begitulah Rasulullah Saw beristirahat dari lelahnya aktivitas dakwah. Karena beban dakwah yang begitu berat, beliau 'beristirahat' melalui ibadah salat.

Begitu juga seharusnya dengan diri kita. Dengan salat, iman kita menguat, harapan tubuh lagi, doa-doa tersampaikan, hati yang sakit menjadi sehat kembali, fisik bertambah bugar, pikiran pun kembali segar, jiwa yang kering tersirami dengan alami.

"Salat bukan sekadar bentuk ketaatan dan penghambaan kita kepada-Nya, melainkan juga terapi nyata atas "luka-luka batin" yang kita alami." ***(Dwi Suwiknyo)***

Jangan ragu, inilah bukti bahwa salat mampu menjadi aktivitas untuk penyegaran/penyucian jiwa dan bisa meningkat kualitas hidup seseorang.

Penyucian diri kita dimulai dari berwudu. Betapa hebatnya Allah Swt yang begitu pas dan tepat mensyariatkan wudu sebelum salat. Sebab, inilah awal kesegaran bagi diri kita. Titik-titik akupunktur kita basuh dengan air dan kita bersihkan dengan jari-jari kita.

Kita membersihkan—dengan sedikit memijat—jari-jari, berkumur dan membersihkan hidung, membasuh dan memijat wajah, membasuh dan memijat tangan dari ujung jari sampai ke siku, membasuh dan memijat kepala, membasuh dan memijat daun telinga (*ear acupuncture*), sampai membasuh dan memijat kaki.

Kesegaran fisik dimulai dari berwudu ini. Maka lelah fisik pun sirna dan kita segar kembali. Cara ini dilakukan rutin tiap hari, setidaknya lima kali sehari. Begitu segar fisik kita, maka kita pun telah siap untuk menyegarkan hati, pikiran, dan jiwa kita.

Ketika salat, sesungguhnya kita sedang menyembuhkan diri sendiri (*self healing*). Karena, sejatinya kita berasal dari Allah Swt, maka energi kesembuhan itu pun tersalurkan melalui mekanisme salat. Karenanya pula, dalam salat, kita tidak hanya melakukan gerakan-gerakan tertentu, melainkan juga melafazhkan doa-doa.

Inilah tiga cara mendapatkan manfaat dari salat:

- dimulai dengan berwudu yang benar;
- luruskan niat *lillahi ta'ala* agar salatnya khusyuk;
- melakukan gerakan salat dengan tumakninah;

Kombinasi gerakan dan doa-doa tersebut dalam salat yang khusyuk dan tumakninah mampu mengembalikan kesegaran jiwa kita. Maka, salat menjadi sia-sia ketika kita lakukan dengan tergesa-gesa dan tidak khusyuk. Sebab, kita sama sekali tidak

bisa menikmati setiap gerakan dan bacaan salatnya. Bahkan kita *ngebut* agar lekas rampung dan melanjutkan aktivitas lainnya.

Dulu, ada seorang laki-laki memberi salam kepada Rasulullah Saw di dalam masjid. Beliau menjawab salam orang tersebut, lantas beliau bersabda, "Kembalilah dan salatlah lagi, karena sesungguhnya kamu tadi belum salat."

Orang tersebut salat sampai tiga kali dan sebanyak tiga kali juga Rasulullah Saw menegurnya. Maka orang tersebut memohon kepada beliau, "Demi Allah yang telah mengutusmu dengan benar. Aku tidak dapat memperbaiki lagi salatku, ajarkanlah kepadaku."

Maka, Rasulullah Saw bersabda, "Apabila kamu berdiri hendak salat, maka bertakbirlah. Kemudian, bacalah apa yang mudah dari al-Quran. Kemudian, rukuklah sehingga kamu dapat rukuk dengan tenang. Kemudian, angkatlah badanmu sehingga kamu berdiri dengan tenang. Kemudian, sujudlah sehingga kamu sujud dengan tenang. Kemudian, angkatlah badanmu sehingga kamu duduk dengan tenang dan lakukanlah hal itu pada setiap salatmu."

Ketika kita rajin salat, kita bakal yakin, hanya Allah Swt sebaik-baik Penolong, Allah Swt tidak mungkin meninggalkan hamba-Nya yang sepenuhnya berserah diri kepada-Nya. Balasan terbaik di dunia ialah kemenangan yang nyata (terkabulnya impian).

Ketika kita rajin salat, kita akan merasakan rasa percaya diri, tidak mudah putus asa, dan optimis menjalani hidup setiap harinya, mampu menyinergikan antara ikhtiar, doa-doa, dan tawakal, jadi kita tidak mudah stres/gelisah, keinginan untuk menjadi pribadi yang berprestasi dan dorongan dari dalam diri untuk lebih bermanfaat bagi orang lain.

Trust media publishing

Ternyata, gerakan salat sangat bermanfaat untuk kesehatan tubuh kita. Inilah salah satu bukti, bahwa manfaat salat langsung bisa kita rasakan di dunia.

Yakin, tidak ada yang sia-sia dari setiap ibadah yang kita kerjakan. Sebab, Allah Swt telah mendesain semua ibadah untuk kepentingan kita sendiri. Pastinya, perkara yang Dia perintahkan kepada kita selalu ada manfaatnya. Hebatnya lagi, semua manfaat itu dapat kita rasakan tidak hanya di akhirat kelak, tetapi juga langsung di dunia.

Apa saja manfaat gerakan salat untuk tubuh kita? *Takbiratul ihram*, yakni gerakan berdiri tegak, mengangkat kedua tangan sejajar telinga, lalu melipatnya di depan dada bagian bawah. Gerakan ini ternyata bisa melancarkan aliran darah, limfe (getah bening), dan menguatkan otot lengan.

Berikutnya gerakan rukuk, yakni tulang belakang lurus, sehingga apabila diletakkan segelas air di atas punggung tidak akan tumpah. Posisi kepala pun sejajar dengan tulang belakang. Gerakan ini sangat bermanfaat bagi kesehatan tulang belakang. Aliran darah kita akan maksimal pada tubuh bagian tengah. Kedua tangan yang bertumpu di kedua lutut dapat merelaksasikan otot-otot bahu hingga bawah. Rukuk juga melatih kemih untuk mencegah gangguan prostat.

Lalu posisi *i'tidal*, yakni bangun dari rukuk, tubuh kita kembali tegak, sambil kita mengangkat kedua tangan setinggi telinga. Manfaat gerakan ini ialah melatih bagian pencernaan kita. Karena ada proses dari rukuk ke posisi berdiri, organ-organ pencernaan di dalam perut seperti mengalami pemijatan lembut dan terjadi pelonggaran secara bergantian. Maka, organ pencernaan pun bekerja menjadi lebih lancar.

Kemudian gerakan sujud, yakni posisi kita menungging dengan meletakkan kedua telapak tangan, kedua lutut, kedua ujung kaki dan dahi di lantai. Posisi jantung di atas otak. Darah yang kaya oksigen bisa mengalir maksimal ke otak, sehingga

berpengaruh langsung pada daya pikir kita (kesegaran pikiran).

Lalu posisi duduk. Yakni ada *tahiyyat* awal (*iftirasy*) dan ada *tahiyyat* akhir (*tawarruk*). Beda gerakan keduanya pada posisi telapak kaki kita. Ketika duduk *iftirasy*, kita duduk bertumpu pada pangkal paha yang langsung terhubung dengan saraf *nervus ischiadius*, sehingga bisa menghindarkan kita dari nyeri pada pangkal paha.

Sedangkan duduk *tawarruk* sangat baik untuk pria, karena tumit menekan aliran kandung kemih, kelenjar pria, dan saluran *vas fererens*, sehingga menjauhkan dari impotensi. Lalu, pergantian antara duduk *iftirasy* dan *tawarruk* bermanfaat melatih kelenturan dan kekuatan organ-organ gerak.

Terakhir gerakan salam. Yakni kita menolehkan kepala ke kanan dan kiri secara maksimal (pipi kita sampai terlihat oleh orang di belakang kita). Ini adalah gerakan relaksasi otot sekitar leher dan juga kepala untuk menyempurnakan aliran darah yang ada di kepala. Juga bisa mencegah kita dari sakit kepala dan menjaga kekencangan kulit wajah.

"Orang yang rajin berwudu dan salat, wajahnya tampak teduh dan menenteramkan." ***(Dwi Suwiknyo)***

Selain penyucian jiwa dan kesehatan raga, salat pun bermanfaat untuk menjaga kelembutan dan ketenangan hati.

Kesibukan kita dari pagi sampai sore—bahkan sampai malam—benar-benar telah menghabiskan energi dan waktu. Kita sama sekali tidak punya waktu lagi untuk menyendiri dan berdiam diri sekadar untuk melihat ke dalam diri sendiri (ke dalam dasar hati).

Ketika hidup kita terlalu bising, kita pun butuh ketenangan. Maka, tak heran jika banyak orang butuh 'berdiam diri'. Tak

lain dan tak bukan, ialah untuk menenangkan hati. Inilah yang seharusnya kita dapatkan pertama kali dari salat: perasaan tenang.

Bagi orang yang sempurna fisiknya, tentu saja gerakan salat membuat fisiknya semakin sehat dan kuat. Sedangkan bagi orang yang sedang sakit, manfaat salat pun masih terasa di hatinya. Maka, buat salat yang lainnya ialah mendidik hati kita. Kenapa mendidik hati itu sangatlah penting?

- hati adalah raja dari setiap keputusan yang kita ambil;
- apabila kondisi hati kita baik, maka baik pula amal-amal lainnya;
- hati yang sehat adalah awal dari hati yang ikhlas dan bekal istiqamah dalam ibadah;
- anugerah yang tak ternilai harganya bila hati kita selalu terkoneksi dengan-Nya.

Aktivitas salat juga melembutkan hati yang keras. Sebab, kata Imam Ghazali, "Hati adalah bagian lembut yang bersifat spiritual dan ketuhanan, yang memiliki kaitan dengan jantung pada jasad kasar (tubuh). Bagian lembut ini merupakan hakikat manusia. Ia merupakan alam pengetahuan bagi manusia."

Hati yang keras akan lembut dan mudah mendapatkan hidayah (petunjuk) melalui salat. Sebab di dalam salat ada doa-doa penting untuk memohon hidayah. Seperti doa dalam surah al-Fatihah, "Hanya kepada-Mu aku memohon dan hanya kepada-Mu aku meminta pertolongan." Kemudian disusul dengan doa paling utama, "Tunjukkanlah aku jalan yang lurus."

Bila hati keras dan dalam kondisi sakit, sulit untuk mendapatkan petunjuk. Sebab, hati yang keras adalah awal dari kesesatan dan terjebak dalam kegelapan. Akibatnya, hidup sering gelisah, berprasangka buruk, malas ibadah, dan mudah putus asa. Sebaliknya, bila hati lembut dan sehat, akan mudah sekali menjalankan ibadah.

Salat menyucikan jiwa dan menyehatkan hati. Karena kotor batin (hati) jauh lebih berbahaya daripada kotor fisik. Kotor

batin menyebabkan kita jauh dari Allah Swt. Sebaliknya, saat hati bersih, kita bisa merasakan nikmatnya bersama Allah Swt dalam setiap ibadah. Maka, jadikanlah salat sebagai upaya penyelamatan hati kita.

Jendela inspirasi:

- Aktivitas salat adalah kombinasi dari gerakan fisik sekaligus gerakan batin/jiwa melalui doa-doa.
- Salat menyegarkan jiwa yang kering, sekaligus membuatnya menjadi lebih percaya diri dan lebih tabah/sabar dalam menjalani hidup.
- Setiap gerakan salat bermanfaat untuk kebugaran fisik, karena melibatkan gerakan dari ujung kepala sampai ke ujung kaki.
- Salat membersihkan, melembutkan, dan menyehatkan hati, sehingga mudah mendapatkan hidayah (petunjuk) dan lebih dekat dengan Allah Swt.

***

Dwi Suwiknyo, seorang pengajar yang gemar membaca dan menulis buku, serta mengelola Pesantren Penulis (Trenlis). Ia dapat dihubungi melalui e-email dwilogi@gmail, Facebook Dwi Suwiknyo dan Instagram @dwi_suwiknyo.

trust media publishing

Hidup Sekali, Berarti, Lalu Mati[1]

Kasmawati

Hidup hanya sekali. Maka pilihlah hidup yang penuh arti. Yang penuh prestasi dan kontribusi. Yang jasadnya mati tetapi namanya tetap abadi. Yang hidupnya mulia, matinya dikenang sejarah. Yang di dunia bahagia, di akhirat meraih surga. Yang di dunia dicintai manusia, di akhirat hidup bersama diridai Tuhan.

Dalam rangkuman ini kita mempelajari secara gamblang tentang apa arti hidup dan apa yang harus kita lakukan agar nama kita akan selalu harum dan dikenang. Hal ini memacu kita untuk terus berkarya dalam mengisi kehidupan yang hanya satu kali dengan pengabdian yang terbaik, serta senantiasa bersyukur atas segala ujian dan kenikmatan yang telah diberikan-Nya.

trust media publishing

Hidup Sekali membuat kita harus berlomba dalam kebaikan dan meninggalkan zona nyaman demi kesuksesan hidup dunia akhirat.

Lahir sebagai manusia yang unik dan tercipta sebagi makhluk yang harganya tak terhingga. Mendapat tugas sebagai khalifah yakni menjadi wakil Tuhan di muka bumi. Jangan pernah meremehkan hasil karya Tuhan dengan pilihan hidup kita yang kerdil. Jangan pernah melecehkan mahakarya Tuhan dengan aktivitas-aktivitas kita yang kecil. Berlombalah dalam kebaikan, mumpung jantung masih berdetak, isilah dengan aktivitas produktif. Hidup sekali, berarti, lalu mati.

---

[1] Tulisan resume ini ditulis oleh Kasmawati dari buku karya Ahmad Rifa'i Rif'an yang berjudul *Hidup Sekali, Berarti, Lalu Mati* (2012).

Tuhan menciptakan kita sebagai makhluk spesial. Makhluk yang punya kekurangan dan kelebihan. Kita adalah makhluk unik yang tidak ada duanya di dunia. Setiap orang pasti punya kelemahan, tetapi di saat yang sama juga mempunyai kelebihan. Berat itu ada di diri kita sendiri. Semua permasalahan adanya di dalam diri kita. Sehingga kita perlu mawas diri untuk menjadi pribadi yang tak letih memperbaiki diri.

Di dunia ini tidak ada sukses yang diraih dengan gratis. Kita harus siap membayar harga sebuah kesuksesan. Semua risiko itulah harganya. Kita berhak untuk memilih jadi orang baik dan sukses. Untuk itu kita perlu bersiap dengan kehidupan yang melelahkan, penuh perjuangan, sakit dan kesiapan untuk pantang menyerah.

Tinggalkan zona nyaman, karena zona nyaman itu mematikan potensi secara perlahan. Mumpung masih muda, mumpung kaki masih kuat, mumpung belum punya asam urat, jangan ragu untuk terus melompat, demi masa depan yang lebih hebat.

Ketika yang dominan mengisi ruang pikir kita adalah kebaikan, kesuksesan, kemenangan, kedamaian, cinta, kasih sayang, maka atas izin-Nya, semesta akan membentuk sistem kerja yang ritmis dan sistematis untuk merealisasikan apa yang kita pikirkan. Orang yang kata-katanya cenderung positif, penuh semangat, ternyata apa yang diucap itu akan beresonansi ke dalam diri dan kehidupannya.

Dunia bertugas merespon hal-hal yang kita pikirkan setiap saat. Ketika kita fokus memikirkan sukses, pemenang, prestasi dan capaian baik lainnya, semesta tak punya pilihan lain kecuali memberi jalan kepada kita untuk semakin mendekati pintu kesuksesan, kemenangan, dan prestasi.

Jika kita berpikir bahwa segala hal sederhana dan pasti bisa diurai solusinya, maka semesta mengamininya dan benar-benar sederhanalah semua masalah. Tuhan tidak akan memberi masalah melebihi batas kemampuan kita. Kesuksesan hidup manusia

trust media publishing

ditentukan oleh dua hal yaitu bagaimana kita memperjuangkannya dan bagaimana kita mengiringi ikhtiar dengan tawakal, iringi pekerjaan fisik dengan doa dan ibadah kepada-Nya. Dekati Sang Penentu Sukses kita. Patuhi perintah-Nya dan jangan pernah langgar larangan-Nya.

Pengusaha, karyawan, guru, polisi, penulis, ulama, semua berpeluang untuk meraih derajat mujahid. Berjihadlah sesuai dengan peran sosial yang telah kita pilih. Orang berilmu itu derajatnya lebih tinggi, karena tanggung jawab yang dipikulnya juga lebih tinggi. Teruslah belajar, teruslah mencari kebenaran, dan teruslah berusaha untuk mengamalkan ilmu yang kita tahu. Manusia memiliki potensi yang jauh lebih dahsyat ketimbang malaikat.

Nasihat dan kata-katamu bernilai tinggi di hadapan Tuhan bukan ketika banyak yang berdecak kagum dan memujinya. Tetapi ketika kalimat-kalimatmu itu membuat manusia berubah akhlak dan pemikirannya menuju kebaikan. Niatkan nasihat itu hanya untuk meraih rida-Nya, bukan yang lain. Mari menulis untuk mengabadikan ide dan mewariskan ilmu pada generasi mendatang.

Kerjakan apa yang kau sukai. Karena yang kau sukai itulah kelak yang yang akan membesarkanmu. Yakinlah hidupmu sangat dipengaruhi oleh besarnya inginmu. Ada dua pilihan dalam hidup yang harus dipikirkan dengan matang yaitu jodoh dan profesi, karena kita akan menghabiskan lebih dari separuh hidup untuk menjalani keduanya.

Ada banyak sekali hal-hal yang menjadi penghalang kemajuan kita. Sering kali hal itu justru berasal dari dalam diri kita sendiri. Sukses tidaknya kita sebenarnya sangat ditentukan oleh cara hidup dan karakter yang kita hadirkan dalam diri kita sendiri. Kalau kita benar-benar mau untuk berubah, kita pasti mampu, kalau ada kemauan maka kemampuan akan mengikuti.

Ernst media publishing

"Bukankah kezaliman yang tak terkira jika kita menjadikan mahakarya yang istimewa ini hanya numpang lewat dalam sejarah. Lahir, hidup, lalu mati, tanpa meninggalkan warisan berharga bagi generasi selanjutnya." ***(Ahmad Rifa'i Rif'an)***

Manusia akan berarti jika mampu menebar kebaikan dan mempunyai integritas yang tinggi.

Cinta, kasih sayang dan persaudaraan adalah harta yang paling berharga bagi manusia. Jika yang kau cita adalah kesuksesan, maka teladani sikap hidup orang-orang sukses. Jika yang kau ingin adalah kemuliaan, maka ikutilah cara hidup orang-orang yang nasibnya dimuliakan Tuhan. Mereka menjadi orang yang dibesarkan oleh Tuhan karena sikap yang mereka tampilkan kepada sesama adalah sikap orang-orang besar.

Manusia diciptakan memang memiliki kelebihan dan kekurangan. Tidak ada kesempurnaan dalam diri makhluk. Sehebat apapun manusia, ia pasti memiliki suatu kelemahan. Ada potensi kebaikan dan keburukan pada diri manusia. Diberinya kita ketidaksempurnaan agar hidup ini dapat terus berputar mengikuti irama putaran alam sehingga dapat saling membantu dan berkolaborasi satu sama lain untuk menyelesaikan masalah dalam hidup.

Ketika jiwamu bertabur cinta, maka atas kehendak Tuhan, semesta pasti akan melimpahkan anugerahnya. Sambar peluang berbuat baik secepat kilat. Kebaikan kalau kita tak rebut, tak lama ia pasti akan luput. Jika kita merasa belum ada manfaat bagi sekitar, segera berkontribusilah semampunya.

Karena sungguh manusia dihargai atas karya dan kadar manfaatnya bagi sekitarnya. Kita tentu ingin kehadiran kita di dunia ini dirasakan manfaatnya oleh sekitar. Terutama oleh orang tua yang paling dekat dengan kita yaitu Ibu.

Ada banyak pilihan yang bisa kita ambil ketika menghadapi orang yang melukai jiwa kita. Kita bisa menyimpan dendam di dalam dada, atau memilih untuk menjadi pribadi pemaaf yang melepas segala kesalahan yang dilakukan orang pada diri kita. Pilihan yang terbaik yang diajarkan oleh agama adalah menjadi pribadi yang pemaaf.

Hidup yang hanya sekali ini sangat sayang jika tersiakan dengan harapan-harapan yang ternyata tidak memiliki pengaruh signifikan terhadap tugas besar kita sebagai manusia. Sebagai makhluk yang paling sempurna. Tidak ada iman bagi orang yang tidak memiliki amanah. Dan tidak ada agama bagi orang yang tidak setia pada janji.

Manusia tak punya nilai sama sekali di hadapan manusia yang lain ketika integritasnya tercoreng di masyarakat. Kejujuran ini mencerminkan hampir keseluruhan akhlak. Kejujuran dijadikan sebagai salah satu kunci untuk meraih kesejahteraan kelak di alam abadi. Secara psikologis orang yang jujur hatinya akan selalu tenteram, damai dan bahagia.

Profesionalisme bukan hanya bersandar pada seberapa ahli kemampuan seseorang menjalani profesi yang ditekuni, tetapi yang lebih memegang peranan lebih penting adalah akhlaknya. Semakin tinggi akhlaknya, semakin tinggi pula tingkat profesionalisme seseorang. Makin tinggi seorang memegang kode etik, makin tinggi pula tingkat profesionalitas orang tersebut.

Ketika nabi ditanya tentang amalan apa yang paling utama, beliau justru menjawab, “Engkau masukkan rasa bahagia ke dalam hati sesama, engkau lepaskan kesulitannya, engkau hibur hatinya, engkau lunasi utang-utangnya.” Maka, sempurnakan amalan *mahdha* dengan *ghairu mahdhah*. Sempurnakan ritual dengan sosial.

Sungguh, setiap manusia senantiasa memiliki kekurangan dan kelebihan. Cintalah yang akan menyatukan manusia, sehingga kekurangan satu orang akan ditutupi dengan kelebihan

yang lain. Karakter apa yang tak dikaruniakan kepada kita, pasti telah dipersiapkan sesosok manusia lain yang siap mengemban karakter itu.

Termasuk mahasiswa yang menggunakan ilmunya untuk membela kaum yang lemah atau kaum mustadz'afin. Mereka mempunyai tanggungjawab dan kepedulian yang tinggi terhadap perubahan bangsa karena sejatinya manusia, agama, budaya, kesehatan dan pendidikan adalah lima hal di dunia ini yang haram dikomersialkan.

Pendidikan yang seharusnya menjadi hak warga negara, tetapi kini menjadi komoditas yang sangat prospektif untuk mengeruk rezeki. Sangat dibutuhkan generasi yang cerdas, kritis dan berani. Cerdas sehingga kecerdasannya bisa bermanfaat bagi kepentingan sesama. Kritis sehingga ia mampu menjadi pengingat terhadap kebijakan birokrat yang merugikan rakyat. Berani, sehingga ia dengan tegas dan lugas menyampaikan apa yang digelisahkannya dengan cara yang tepat.

Jangan tanya apa yang bisa dilakukan negara untukmu, tetapi tanyalah apa yang bisa kau lakukan untuk negaramu. Setiap zaman selalu ada kondisi di mana banyak masalah yang kemudian memantik lahirnya para pahlawan, tanpa masalah besar, akan sulit untuk membedakan mana pecundang mana pahlawan.

Jangan hanya pintar mengkritik karena mengkritik tanpa memberi solusi adalah salah satu wujud kemunafikan. Ketika sekitar kita gelap, curigalah, mungkin kitalah yang hendak dikirim Tuhan untuk menjadi pelita yang bisa berkonstribusi memecahkan berbagai persoalan.

Optimislah dalam menyambut kematian supaya kita bisa mati dalam kondisi husnul khatimah

Kematian dalam agama mana pun ternyata mempunyai peranan yang sangat besar. Karena melalui kepercayaan kepada

kehidupan setelah kematianlah yang menjadikan mayoritas umat manusia berkenan memegang agama tertentu hingga akhir hayatnya.

Keyakinan adanya hari pembalasan memiliki peranan besar dalam memantapkan keyakinan manusia yang pada akhirnya bisa menumbuhkan semangat pengabdian. Mati bukanlah penghujung kehidupan seseorang, karena selain hidup di dunia, manusia akan hidup kembali untuk dibangkitkan di akhirat yang abadi.

Berapa kebaikanmu? Bandingkan dengan berapa keburukanmu. Berapa hartamu? Bandingkan dengan berapa yang sudah disedekahkan? Hitung, lalu bandingkan, sebelum Tuhan membandingkan di yaumul Mizan.

Mengingat kematian adalah salah satu cara untuk meningkatkan produktivitas hidup kita. Terkadang perasaan dekat dengan ajal mengantarkan kita pada kondisi jiwa yang damai karena yang kita rasa hanya satu: bagaimana agar bisa meninggalkan karya terbaik yang bisa dikenang oleh sejarah, dinikmati oleh generasi selanjutnya dan mengalirkan pahala ketika di alam barzakh.

Dunia ini hanyalah perantara untuk menggapai kebahagiaan hidup di alam abadi. Ada begitu banyak ayat dan hadis Rasul yang mengingatkan kepada manusia tentang hakikat dunia diantaranya:

- Dunia adalah *mataa'* (kesenangan yang menipu).
- Dunia adalah *qalil* (kecil).
- Dunia adalah *la'ib* (main-main) dan *laghwu* (senda gurau).
- Dunia adalah penjara.

Optimislah dalam menyambut kematian. Karena kematian bagi seorang muslim adalah masa terbebasnya diri dari dunia yang *qalil, la'ib, laghwu*, fana. Seorang muslim yang selama hidup sudah

berusaha mengabdikan seluruh waktunya untuk penghambaan kepada Allah, ia akan sangat menanti masa perjumpaannya dengan penciptanya. Masa itu adalah kematian.

Fokuslah untuk mengoleksi amal-amal kebaikan sebagai bekal yang bisa kita bawa menuju hidup dalam keabadian, mulai kini fokuskan waktu untuk memperbaiki kualitas hidup tanpa perlu merisaukan hadirnya kematian.

Ketika kita mengisi hidup dengan taburan benih kebaikan, kelak benih itu akan menjelma menjadi teman terbaik yang akan menemani kita hingga kiamat. Kita menyadari bahwa kematian bukanlah akhir dari hidup kita. Kematian hanyalah garis transisi antara dunia dan alam barzakh. Kematian adalah pintu gerbang untuk memasuki istana megah yang telah dipersiapkan oleh Allah bagi hamba-Nya yang mengisi hidupnya dengan kesalehan.

Bersabarlah dengan sandiwara hidup. Kematian adalah titik ketika Sang sutradara hidup berkata "Cut!". Pertanda waktu pementasan kita sudah selesai. Kematian adalah awal dari perjalanan panjang manusia, ia akan memperoleh beragam kenikmatan atau berbagai ragam siksa dan kenistaan. Melalui kematian, manusia bisa merasakan kenikmatan semenjak di alam barzakh, hingga kelak ketika menginjakkan kaki di pelataran surga.

Kematian bisa mendorong manusia untuk meningkatkan pengabdiannya dalam hidup di dunia ini, juga merupakan pintu gerbang untuk memasuki kebahagiaan abadi, serta mendapatkan keadilan sejati. Allah menjanjikan kebahagiaan bagi mereka yang beriman kepada-Nya.

Peristiwa yang paling menakjubkan dalam kematian adalah sakaratulmaut karena kita akan mengalami sakit yang luar biasa yang akan dirasakan pada saat itu, sehingga kita dianjurkan untuk membaca secara rutin agar diselamatkan oleh Allah saat mengalami sakaratulmaut, *Allahumma innii 'ala ghomarootil mauti wa sakarootil maut."* (Wahai Allah, tolonglah aku atas

kesengsaraan dan penderitaan (menjelang) kematian).

Kematian tidak bisa ditebak. Tidak ada satu pun manusia yang tahu kapan umurnya kapan usai. Tidak ada yang tahu kapan Izrail akan datang menjemput roh yang selama ini bersatu dalam raga kita. Satu-satunya cara untuk meraih akhir hidup yang indah adalah dengan mengisi keseluruhan sisa usia dengan amalan-amalan kebaikan.

Jangan ada satu detik pun yang berisi dosa dan maksiat. Kita tidak tahu kapan ajal akan menjemput. Bisa jadi ketika kita mengisi waktu dengan dosa, di saat itulah usia kita usai, sehingga orang yang senantiasa menyadari bahwa ajal bisa datang kapan pun, seharusnya dia terjaga dari segala maksiat.

Husnul khatimah merupakan karunia yang luar biasa besar dari Allah untuk seorang hamba. Tetapi karunia itu tidak turun begitu saja kepada manusia. Harus ada upaya-upaya yang dilakukan oleh manusia untuk meraih kematian husnul khatimah.

Upaya untuk meraih husnul khatimah adalah menjaga iman dan aqidah sepanjang hayat, berusaha sungguh-sungguh untuk memperbaiki niat dan tujuan hidup dan senantiasa memohon dan berdoa kepada Allah agar diwafatkan di atas iman dan takwa

Tanda-tanda husnul khatimah, yakni mengucapkan syahadat ketika hendak meninggal, meninggal dengan keringat di dahi, meninggal pada malam atau siang hari Jumat, syahid di medan perang, meninggal di jalan Allah, meninggal karena penyakit *tha'un*, meninggal karena penyakit perut, karena tenggelam dan tertimpa reruntuhan, meninggalnya seorang Ibu dengan anak yang masih dalam kandungannya, meninggal dalam keadaan berjaga-jaga (*ribath*) *fi sabilillah* dan meninggal dalam keadaan beramal saleh.

Cara untuk membawa mati harta yang kita miliki adalah dengan menyedekahkannya. Membawa mati ilmu dengan memanfaatkannya. Membawa mati anak dengan membuatnya menjadi anak yang saleh.

"Sekilas ia tampak diam, padahal ia terus bergerak. Bergerak perlahan menuju titik nol. Tahulah kita, begitulah hakikat umur manusia." ***(Ahmad Rifa'i Rif'an)***

Jendela inspirasi:

- Hidup hanya sekali sehingga kita perlu memanfaatkannya sebaik mungkin.
- Tidak ada sukses yang diraih dengan gratis, melainkan harus melalui perjuangan.
- Kesuksesan hidup manusia ditentukan oleh dua hal yaitu bagaimana kita memperjuangkannya dan bagaimana kita mengiringi ikhtiar dengan tawakal.
- Kehidupan akan berarti jika kita mengisinya dengan kebaikan dan menebar banyak manfaat kepada orang lain.
- Husnul khatimah bisa diraih dengan memperbaiki kualitas hidup demi untuk meraih kenikmatan hidup setelah kematian.

***

Kasmawati, seorang Guru SMA Negeri di Kota Makassar. Beliau bisa dihubungi melalui e-mail kasmaabduh@gmail.com, Facebook Kasmawati Abdullah.

trust media publishing

Ubah Lelah Jadi Lillah[1]

Dwi Suwiknyo

Kunci keberkahan hidup adalah memiliki niat lurus *lillahi ta'ala*, yakni melakukan segala sesuatu hanya untuk Allah Swt, bukan beraktivitas untuk mendapatkan pujian manusia. Sehingga, segala lelah yang terasa tidak akan sia-sia. Terlebih saat Anda menjaga kualitas amal, karena hati Anda senantiasa terkoneksi dengan Allah Swt di setiap waktu.

Dalam tulisan ini, Anda akan mempelajari bagaimana aktivitas Anda akan berbuah berkah, lalu Anda bersemangat untuk menjaga kualitas amal saleh dan akhirnya Anda pun bisa menjadi kekasih Allah Swt.

trust media publishing

Niat memang tak tampak mata, tetapi pengaruhnya sangat kuat pada diri Anda.

Niat adalah amalan hati. Ia semacam penggerak yang daya dorongnya luar biasa sekali. Tanpa dimulai dari sebuah niat, rasanya tidak ada energi dalam diri Anda. Karena itu, berhati-hatilah dalam berniat, sebab apa pun yang Anda niatkan, itulah yang akan Anda dapatkan.

Niat inilah yang menjadi salah satu kunci dasar agar lelah jadi *lillah*, agar aktivitas tidak sia-sia, agar tiap tindakan pun tidak melampaui batas, dan segala yang Anda kerjakan bisa berbuah berkah.

Salah satu kunci penting agar memiliki niat yang lurus dan tulus ialah mengucapkan *bismillahirrahmanirrahiim* sebelum

[1] Tulisan resume ini ditulis oleh Dwi Suwiknyo dari buku karya Dwi Suwiknyo yang berjudul *Ubah Lelah Jadi Lillah* (2017).

melakukan aktivitas apa pun. Karena *pertama*, *bismillah* adalah bentuk kesungguhan Anda untuk melibatkan Allah Swt sejak awal ikhtiar.

Kedua, saat Anda mengucapkan *bismillah*, maka Anda akan menjamin bahwa segala aktivitas yang Anda lakukan tidak akan melenceng dari ketentuan atau aturan Allah Swt. Yakni Anda memiliki komitmen untuk melaraskan niat yang lurus dengan ikhtiar yang bersih.

Ketiga, dengan mengucapkan *bismillahirrahmanirrahiim* secara lengkap dapat menentramkan hati/perasaan Anda. Sebab, Anda senantiasa merasa dalam naungan kasih sayang Allah Swt.

Keempat, ketika Anda mengucap *bismillah*, Anda meyakini bahwa setiap gerak-gerik Anda dalam pengasawan Allah Swt. Pada tingkatan inilah, kedekatan Anda dengan Allah Swt benar-benar diuji, sekaligus *bismillah* yang tertanam di hati menjadi alarm saat Anda hendak berbuat maksiat.

Kelima, *bismillah* adalah doa. Yakni doa kelancaran pada setiap aktivitas Anda. Segala yang sukar—atas izin-Nya—akan menjadi mudah, dan Anda akan dijauhkan dari kejahatan orang lain/godaan setan. Anda pun akan lebih bersemangat karena termotivasi dengan kalimat *thayyibah* tersebut.

Selanjutnya, bersabarlah bila ada orang lain yang meremehkan niat baik Anda. Sebab, tidak semua niat baik dapat ditangkap orang lain dengan tepat. Namun, orang lain bisa melihat ikhtiar Anda yang lurus dan menilai hasil kerja Anda yang tulus.

"Tetap bekerja meski sepi pujian dan tidak ada gemuruh tepuk tangan." ***(Dwi Suwiknyo)***

Tidak ada yang bisa merusak hidup Anda, kecuali perilaku Anda sendiri

Apa yang perlu Anda waspadai dalam hidup ini? Bukan sikap buruk orang lain, melainkan perilaku Anda sendiri. Sebab,

kerusakan hidup yang paling parah bukan sekadar kemiskinan Anda, rendahnya tingkat pendidikan, atau keluarga yang berantakan, melainkan terjauhnya Anda dari Allah Swt.

Parahnya lagi bila Anda tidak menyadari gejala-gejala kerusakan utama tersebut. Kenapa Anda tidak bisa menyadarinya? Karena Anda tidak mengetahui penyebab-penyebab kerusakan hidup Anda. Inilah yang harus Anda waspadai agar kehidupan Anda tidak rusak:

- Menduakan cinta Allah Swt, ialah dengan sadar dan sengaja memuja dan meminta pertolongan kepada selain Allah Swt (berbuat syirik).
- Memutuskan rantai kebaikan, yakni tidak konsisten dalam berbuat kebaikan, seperti tidak rutin melakukan amalan kecil dan tidak melanjutkan amal saleh orangtua.
- Lari dari kenyataan hidup, ialah tidak mau menyelesaikan masalah justru kabur dan membuat masalah baru.

Ketika Anda sudah mengucapkan *bismillah*, jangan sampai ikhtiar Anda terganggu dengan keraguan-keraguan. Rasa ragu tersebut dapat membuat koneksi dengan Allah Swt berkurang. Sehingga Anda meminta pertolongan kepada selain-Nya.

Saat ikhtiar Anda sudah tidak lagi selaras dengan aturan Allah Swt, otomatis segala lelah tidak lagi bernilai ibadah. Terlebih saat Anda dengan sengaja menduakan cinta Allah Swt. Padahal Allah Swt sudah sangat baik dengan memberikan segala fasilitas hidup.

Selain itu, memutuskan rantai kebaikan juga dapat menghambat pertumbuhan keberkahan hidup Anda. Sebab, Anda tidak lagi merawat kebaikan-kebaikan meski tampaknya sepele. Bisa jadi, justru kebaikan-kebaikan kecil tersebut yang nantinya akan menyelamatkan hidup Anda.

Juga saat Anda tidak lagi meneruskan amal saleh orangtua/keluarga. Seperti tidak mau lagi menyambung silaturahmi dengan keluarga besar orangtua, otomatis Anda telah memutus rantai kebaikan yang sebelumnya telah dijaga oleh orangtua.

Great Media Publishing

Hidup Anda pun akan rusak bila Anda selalu lari dari kenyataan hidup. Yakni dengan gampangnya Anda lari dari satu masalah ke masalah lainnya tanpa mau menyelesaikannya baik-baik. Anda tidak akan tenang jika hidup dengan cara seperti itu.

Tidak ada yang mampu mencegah penyebab kerusakan hidup tersebut, kecuali diri Anda sendiri. Maka, jangan pernah menduakan cinta Allah Swt. Cintailah Allah Swt dengan sepenuh hati. Tetaplah merawat amal saleh meski tampak kecil dan selesaikan setiap masalah yang Anda hadapi.

Meski niatnya sudah benar, amal bisa rusak karena Anda tidak pandai menjaganya

Jagalah amal-amal Anda sebagaimana para penggembala begitu tekun dan sabar menjaga hewan gembalaan mereka. Karena, tentu Anda akan merugi bila telah bersusah payah beramal saleh, lalu justru Anda sendiri yang merusaknya dengan begitu ceroboh.

Meski awalnya Anda telah berniat dengan lurus dan menjaga kualitas amal dengan benar, semuanya tetap sia-sia bila Anda tidak ikhlas selepas beramal. Tetaplah ikhlas, sekaligus menghindari berbagai kelalaian yang bisa saja Anda lakukan tanpa sengaja.

Imam adz-Dzahabi mengatakan, "Orang yang ikhlas ialah ia yang dengan senang hati menyembunyikan amal salehnya sebagaimana ia menyembunyikan semua kemaksiatan dan dosa-dosanya."

Jadi, tugas Anda setelah beramal saleh yakni menyembunyikannya dari orang lain. Cukup Anda dan Allah Swt saja yang tahu. Agar hati Anda tidak berharap sanjungan atau pujian dari orang lain. Sebab, kalau berharap pujian, itulah *riya*' (pamer) dan inilah perusak pertama amal Anda.

Tetaplah Anda simpan semua amal saleh dan jangan diumumkan di jejaring sosial. Meski Anda hendak syiar agama,

jangan lakukan hal itu karena memicu lahirnya kebanggaan di hati. Kalau Anda bangga dengan amal tersebut, sama saja Anda *sum'ah* (memperdengarkan) dan inilah perusak yang kedua.

Apabila keduanya (*riya'* dan *sum'ah*) menyatu dalam diri Anda, maka lahirlah *ujub*. Yakni, Anda merasa telah berhasil melakukan hal baik dibandingkan orang lain. Tanpa Anda sadari, akhirnya Anda meremehkan orang lain dan memandang orang lain lebih rendah dari Anda.

Rasa *ujub* tersebut bisa hadir di hati Anda dengan begitu halus. Meski pada awalnya Anda tidak berniat untuk *ujub*, tetapi Anda bisa tergelincir ketika memamerkan semua amal saleh. Puncaknya, *ujub* tersebut membawa Anda pada sikap *takabur* (sombong).

Tidak sekadar *takabur*, tetapi benar-benar menampakkan keagungan dan kebesaran diri sendiri dengan sengaja (*ta'azum*). Hindarilah keempat perusak amal tersebut. Sebab, keempatnya tidak hanya merusak amal, tetapi juga merendahkan diri Anda sendiri.

"Hapuslah riya' dan sum'ah dengan keikhlasan. Lawanlah rasa ujub dan takabur dengan tawadhu (rendah hati)." ***(Dwi Suwiknyo)***

Beribadah dan beramal saleh dengan ikhlas adalah jalan tercepat untuk mendekati Allah Swt

Kebanyakan manusia terbagi dalam dua golongan, yakni mereka yang beribadah untuk menggugurkan kewajiban dan mereka yang beribadah karena ingin mendekatkan diri kepada-Nya saja. Keduanya dapat terjadi pada siapa pun pada tingkatan iman masing-masing.

Yang pertama disebut *taklif*. Siapa saja pasti melewati tahap tersebut. Sebab, setiap ibadah yang dilakukan karena adanya

perintah (kewajiban). Memang positifnya, Anda menjadi terdorong untuk mengerjakannya lantaran memang diwajibkan dan kalau tidak dilakukan bisa berdosa.

Tetapi sisi negatifnya, ada beban dan beribadah pun terasa berat. Terlebih ketika Anda melakukannya dengan terpaksa (tidak suka rela), maka pasti ada ganjalan di hati. Sehingga, dalam mengerjakannya pun, Anda terkesan asal-asalan saja. Yakni, asal cepat selesai.

Akhirnya, ketika Anda merasa terbebani dengan ibadah wajib, maka Anda pun tidak akan pernah melakukan ibadah sunah. Hingga akhirnya, pelan-pelan tetapi pasti, Anda pun meninggalkan (tidak mengerjakan) ibadah wajib tersebut.

Berbeda dengan yang pertama tersebut, yang kedua disebut *ta'rif*, ialah Anda bersemangat beribadah dan beramal saleh karena kecintaan Anda kepada Allah Swt. Sehingga Anda mau melakukan amalan apa pun yang Dia sukai, sebagaimana amalan Rasulullah Saw.

Meskipun Anda tahu jika beribadah akan mendapatkan pahala, bukan itu yang Anda kejar dan harapkan. Anda hanya berharap ridha Allah Swt atas semua yang Anda kerjakan. Yakni, alasan utamanya karena Anda ingin menjadi kekasih Allah Swt. Sehingga Anda tidak terlalu khawatir soal pahala dan pujian manusia.

Pokoknya Anda *bismillah* saja. Anda mengerjakan sesuatu atas nama Allah Swt, dengan cara yang Allah Swt ridhai, dan hanya untuk mendekatkan diri kepada Allah Swt. Jadi, kekhawatiran utama Anda yakni ketika apa yang Anda kerjakan justru membuat Anda jauh dari Allah Swt.

Akhirnya, Anda sangat teliti sekali dalam beramal. Sampai-sampai Anda selalu bertanya, "Amalan ini kira-kira akan mendekatkanku kepada Allah Swt atau justru menjauhkanku dari-Nya?" Karenanya, Anda pun mau mengikuti cara Rasulullah Saw dalam ibadah dan beramal saleh sehari-hari.

Ketika Anda ketagihan beribadah dan beramal saleh, itu tandanya amal Anda diterima Allah Swt

Ketika Anda bisa menikmati ibadah dan amal saleh, sungguh Anda telah menjadi orang yang beruntung. Meskipun ibadah yang Anda kerjakan tak lain sebuah kewajiban, tetapi Anda tidak merasakan keterpaksaan saat melaksanakannya.

Bahkan, pada saat orang lain tidak mau mengerjakan amal saleh tersebut, Anda tetap menjalankannya tanpa ada sedikit pun keraguan/rasa malas. Misalnya, selesai puasa Ramadhan, Anda melanjutkan puasa sunah Syawal karena 'ketagihan' berpuasa.

Maka, berbahagialah saat Anda mampu merasakan nikmatnya ibadah dan amal saleh. Sebab, salah satu tanda diterimanya amal saleh ialah saat Anda mampu merasakan nikmatnya ibadah (menikmati manisnya amal di dunia).

Buah amal di dunia ialah *kesan positif mendalam* yang Anda rasakan saat dan setelah beramal saleh. Kesan positif itulah yang akhirnya membuat Anda selalu rindu untuk melakukannya. Bahkan Anda tak sabar bila harus menunggu terlalu lama.

Seperti ketika Anda mendengar suara adzan, Anda pun bergegas menuju ke masjid lantaran rasa rindu untuk shalat. Anda mendatanginya bukan lantaran dipanggil saja, tetapi karena ada dorongan yang kuat dari dalam diri Anda sendiri.

Bahkan, ketika tidak ada lagi amal saleh yang Anda kerjakan (pada waktu luang), pikiran alam bawah sadar Anda bertanya-tanya, "Adakah amal saleh yang bisa aku lakukan saat ini?" Dorongan untuk berbuat baik itu sangat kuat, sehingga tidak ada waktu Anda yang terbuang sia-sia.

Itulah tanda keistiqamahan dalam beramal saleh, yakni ketagihan amal saleh. Bila sepanjang hidup Anda akrab dengan Allah Swt, *insyaallah* saat ajal tiba pun akan terasa mudah. Tersebab semua amal saleh sudah Anda kerjakan dan tidak ada lagi rasa khawatir.

Justru Anda akan merasa bahagia menjelang akhir hayat, sebab Anda akan bertemu dengan Dia yang selama ini Anda rindukan. Pada saat itulah, ada rasa tenang di hati Anda. Karena, puncak dari kerinduan bagi orang-orang saleh ialah rindu berjumpa dengan Rabb-Nya.

Anda akan terkejut, sebab kelak di akhirat, ibadah dan amal saleh akan menyelamatkan Anda

Kelak, pada hari itu, tak ada lagi yang mampu Anda sembunyikan. Tidak ada kemunafikan, tidak ada pembelaan dari penguasa dunia, dan juga tidak ada gunanya harta beda sebab tidak ada suap menyuap. Yang ada hanyalah diri Anda sendiri dan amal saleh Anda.

Semua orang berkumpul di Padang Mahsyar, berbaris sesuai dengan kondisi Anda saat itu. Anda menunggu untuk dihisab dengan begitu cepat. Malaikat turun untuk membaca buku catatan amal. Anda akan diberikan buku amal saleh dan ibadah milik Anda sendiri.

Orang saleh akan menerima buku catatan tersebut dengan tangan kanan. Inilah golongan orang yang beruntung, sebab amal baiknya selama di dunia telah tercatat di buku tersebut. Sedangkan orang yang mendurhakai-Nya akan menerima buku catatan amal dengan tangan kirinya. Maka, celakalah mereka, sebab itu tanda yang buruk bagi mereka.

Saat itu, tak ada yang bisa Anda andalkan kecuali amal saleh. Maka, benarlah bila masa itu tiba, ada rasa sesal yang begitu mendalam tersebab semasa di dunia begitu lalai dan tak giat dalam beramal saleh. Tapi sayang, rasa sesal itu sudah tidak ada gunanya lagi.

Lantas, amal saleh apa yang pertama kali akan dihisab? Shalat. Sepanjang usia Anda, seberapa banyak shalat yang Anda tunaikan, seberapa bagus kualitasnya, dan seberapa banyak pula

trust media publishing

yang Anda tinggalkan? Ketika shalat wajib telah Anda tunaikan, maka shalat sunah akan menyempurnakannya.

Kelak, shalat akan datang dalam wujud yang nyata, seperti manusia (berjasad). Bila jelek shalat Anda di dunia, maka penampakan shalat itu pun akan sangat buruk (tanpa tangan dan kaki). Tetapi bila shalat Anda bagus, maka wujudnya akan memesona mata, enak dilihat, wangi, dan fisiknya lengkap untuk menjaga Anda.

Lantas, tidak adakah amal lainnya yang bisa menyelamatkan Anda selain shalat? Ada, yakni sedekah kepada fakir miskin. Sebab Rasulullah Saw bersabda, "Perbanyaklah mengenal orang-orang fakir dan buatlah simpanan di sisi mereka. Sesungguhnya kelak mereka mempunyai kerjaan."

Para sahabat bertanya, "Ya Rasulullah, apakah kerjaan mereka itu?" Beliau Saw menjawab, "Ketika hari kiamat tiba, dikatakan kepada mereka, 'Lihatlah orang yang memberikan sesuap makan, sehelai pakaian, atau seteguk minuman kepadamu ketika di dunia, maka ambillah tangannya dan masukkanlah ia ke surga."

Trust Media publishing

Jendela inspirasi:

- Berniat yang lurus dengan mengucap *bismillahirrahmanirrahiim* menjadi pendorong ketulusan Anda dalam setiap aktivitas, terlebih dalam ibadah dan beramal saleh.
- Kehancuran hidup yang paling parah ialah terjauhnya Anda dari Allah Swt. Karenanya, jangan sampai Anda menduakan cinta-Nya, memutus rantai kebaikan, dan jangan lari dari kenyataan hidup.
- Jagalah kualitas amal saleh Anda dengan tetap tulus ikhlas dan tetap *tawadhu'*. Sebab, amal akan hangus ketika Anda *riya'*, *sum'ah*, *ujub*, dan *takabur*.

- Anda menjadi pribadi yang beruntung ketika mampu mengerjakan ibadah dan amal saleh dengan suka rela (tanpa paksaan dari siapa pun).
- Ketika Anda dapat menikmat ibadah dan amal saleh, sehingga Anda berkeinginan terus-menerus (*istiqamah*) beribadah, sesungguhnya amal Anda telah diterima oleh Allah Swt.
- Jangan meremehkan ibadah shalat dan sedekah, sebab kelak semua amal saleh dapat menyelamatkan Anda pada hari *hisab* (perhitungan) amal.

***

Dwi Suwiknyo, seorang pengajar yang gemar membaca dan menulis buku serta mengelola Pesantren Penulis, dapat dihubungi melalui alamat e-mail dwilogi@gmail.com, Facebook Dwi Suwiknyo dan Instagram @dwi_suwiknyo.

trust media publishing

Catatan:

trust media publishing

trust media publishing

trust media publishing

Di setiap *level* kehidupan, selalu ada tantangan baru yang membutuhkan ilmu dan sikap tersendiri. Itu artinya, kita tidak boleh dan memang tidak bisa benar-benar *mandeg*. Karena begitu kita berhenti, apa yang kita perjuangkan selama ini akan menjadi sia-sia saja.

Tantangan tersebut selalu hadir tidak hanya karena pengaruh *level*—di mana posisi kita saat ini berada—melainkan juga karena faktor peran. Bisa jadi, sebagian orang akan berkata, "Sudah, jalani saja." Seolah-olah kita tidak punya pilihan lain selain menjalani semua peran itu. Namun, sebenarnya kita masih punya pilihan tentang "bagaimana cara kita menjalaninya".

Karena apapun peran yang saat ini melekat pada diri kita tidak bisa begitu saja kita lepas, tetapi bagaimana upaya kita untuk selalu "mempercantik diri" supaya setiap peran dapat kita lakukan dengan sebaik-baiknya. Lantas, seperti apa "cara-cara praktisnya"?

Untuk mendapatkan jawaban dari pertanyaan tersebut, silakan langsung disimak selengkapnya tulisan-tulisan yang ada di dalam buku ini, dari para penulis andal ini:

- Hindun Susilawati
- Elis Nur Fitriyati
- Siti Nurhayati
- Aninditya Irawati
- Arik Eko Santi
- Tarsilah Waryuni
- Sitti Rachmi Masie
- Andrianingsih Risa N.
- Dwi Suwiknyo
- Isroni
- Siti Mukhlisoh
- Dedi Hendrawan Dawolo
- Ismet Laili Rachmawati
- Leonita Siwiyanti
- Rahmi Utami
- Sitti Hamalna
- Sri Utami
- Kasmawati

trust media publishing

ISBN: 978-602-5599-67-5