



SABAR DENGAN SADAR



Oleh :
Ust. Abu Salma Muhammad

إِنَّ اللَّهَ
مَعَ الصَّابِرِينَ

Dipublikasikan oleh :
Anak Teladan Digital Publishing
Komunitas Orang Tua Teladan



TRANSKRIP KAJIAN
SABAR
DENGAN
SADAR

Oleh :
Ust. Abu Salma Muhammad

Dipublikasikan oleh :
Anak Teladan Digital Publishing
Komunitas Orang Tua Teladan

Copyright 2026
Silakan dishare dan dicetak selama tidak
untuk diperjualbelikan



PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

الحمد لله رب العالمين، والصلاة والسلام على نبينا محمد، وعلى آله وصحبه أجمعين.

Segala puji hanya milik Allah Subhanahu wa Ta'ala. Kita memuji-Nya, memohon pertolongan dan ampunan-Nya. Kita berlindung kepada Allah dari keburukan diri dan amal perbuatan kita. Shalawat dan salam semoga senantiasa tercurah kepada Nabi Muhammad ﷺ, kepada keluarga, para sahabat, dan orang-orang yang mengikuti beliau dengan baik hingga hari kiamat.

Sabar Dengan Sadar

Sebuah judul yang sederhana, tetapi menyimpan makna yang sangat dalam. Kesabaran bukan sekadar kemampuan untuk diam ketika menghadapi masalah, bukan pula sekadar menahan tangis, menekan emosi, atau menerima keadaan dengan pasrah. Sabar adalah kesadaran untuk memilih sikap yang benar ketika menghadapi berbagai keadaan, dengan tetap berada dalam ketaatan kepada Allah Subhanahu wa Ta'ala.

Dalam kehidupan sebagai orang tua, kesabaran menjadi sesuatu yang sangat kita butuhkan. Mengasuh anak tidak selalu berjalan sesuai dengan harapan. Ada kelelahan, kejenuhan, kekecewaan, konflik, anak yang sulit diarahkan, emosi yang naik turun, dan berbagai keadaan yang terkadang menguji kemampuan kita untuk tetap tenang.

Di sinilah kita membutuhkan **kesadaran**.

Sadar bahwa anak adalah amanah dari Allah. Sadar bahwa mendidik anak adalah ibadah. Sadar bahwa emosi yang muncul adalah bagian dari tabiat manusia, tetapi bagaimana kita meresponsnya adalah sesuatu yang harus kita latih. Sadar bahwa kesabaran membutuhkan ilmu, latihan, pengulangan, dan pertolongan Allah.

Kajian yang disampaikan oleh **Ust. Abu Salma Muhammad** dalam Kajian Parenting di Musholla Al-Hanif, Bekasi, pada 19 Mei 2026 ini mengajak kita melihat kesabaran dari sudut pandang yang lebih luas. Tidak hanya sabar ketika mendapatkan musibah, tetapi juga sabar dalam menjalankan ketaatan, menjauhi kemaksiatan, menghadapi ujian kehidupan, serta bersabar dalam proses mendidik dan membersamai anak.

Salah satu pesan penting dalam kajian ini adalah bahwa **orang tua perlu belajar mengenali emosinya sendiri sebelum menuntut anak mampu mengendalikan emosinya**. Ketika anak tantrum, jangan sampai orang tua ikut tantrum. Ketika anak melakukan kesalahan, jangan sampai respons kita justru menjadi sumber luka yang lebih besar bagi anak.

Demikian pula dalam mengajarkan Al-Qur'an. Tujuan pendidikan bukan hanya membuat anak mampu membaca atau menghafal Al-Qur'an, tetapi juga **menumbuhkan kecintaan anak kepada Al-Qur'an**. Kecintaan itu dibangun dengan pengenalan, kebersamaan, keteladanan, kelembutan, kasih sayang, kesabaran, dan doa.

Transkrip ini disusun dari rekaman kajian kemudian diedit dan dirapikan agar lebih mudah dibaca tanpa menghilangkan substansi utama yang disampaikan oleh pemateri. Beberapa pengulangan khas bahasa lisan, kesalahan transkripsi, dan kalimat yang tidak utuh telah diperbaiki agar gagasan dalam kajian dapat tersampaikan dengan lebih sistematis.

Semoga ebook sederhana ini menjadi pengingat bagi kita semua bahwa **sabar bukan sekadar menunggu**

keadaan berubah, tetapi kesadaran untuk tetap memilih kebaikan ketika keadaan tidak sesuai dengan keinginan kita.

Semoga Allah menjadikan kita orang tua yang lebih sadar, lebih tenang, lebih lembut, dan lebih sabar dalam menjalankan amanah tarbiyah.

Semoga Allah memberikan kepada kita ilmu yang bermanfaat, amal yang saleh, hati yang lembut, dan anak-anak yang saleh dan salehah.

وَاللَّهُ أَعْلَمُ بِالصَّوَابِ.

**Tim Editor
Anak Teladan Digital Publishing
Komunitas Orang Tua Teladan**

DAFTAR ISI

Pengantar	2
MUQODDIMAH	11
Sabar Itu Mahal	15
Syukur dan Sabar Sama-Sama Berat	18
Sabar Membutuhkan Upaya	20
Hakikat Sabar	22
1. Hati	23
2. Lisan	24
3. Anggota tubuh	24
Sabar Bukan Berarti Pasif	25
Lingkungan Sangat Memengaruhi Kesabaran	27
Hidup Adalah Ujian	28
Nikmat yang Menjauhkan dari Allah	30
Empat Tingkatan Manusia Ketika Diuji	31
Pertama: Marah dan Menolak Takdir	31
Kedua: Bersabar	31
Ketiga: Ridha	32
Keempat: Bersyukur	32
Sabar Terlihat pada Hantaman Pertama	34
Sabar Bisa Dilatih	36

Sabar Berakar dari Iman dan Keyakinan	38
Iman kepada Takdir Menguatkan Kesabaran	40
Sabar Adalah Jalan Keselamatan	42
Orang yang Sabar Adalah Orang yang Beruntung	44
Empat Perkara Keselamatan	46
Sabar: Ciri Orang yang Selamat	48
Tiga Tanda Kebahagiaan	50
1. Ketika mendapatkan nikmat, bersyukur	50
2. Ketika mendapatkan ujian, bersabar	50
3. Ketika terjatuh dalam dosa, segera beristighfar dan bertobat	50
Sabar adalah Kepala bagi Tubuh	52
Lima Macam Sabar	53
1. Sabar yang Wajib	55
2. Sabar yang Dianjurkan	55
3. Sabar yang Makruh	56
4. Sabar yang Mubah	58
5. Sabar yang Haram	58
Sabar Bukan Membiarkan KDRT	59
Membela Diri Bukan Nusyuz	61
Hak Istri atas Harta	62
Hak Istri untuk Belajar	63
Sabar dan Bullying pada Anak	64

Ajarkan Anak untuk Tidak Mudah Terprovokasi.....	66
Bagaimana Jika Bullying-nya Fisik?.....	67
Sabar Bukan Karena Lemah	68
Sabar Itu Bisa Dilatih.....	70
1. Ash-Shabr الصَّبْر	70
2. At-Tasabbur التَّصَبُّر	70
3. Al-Istibār الإِصْطِبَار	71
4. Al-Mushābarah الْمُصَايَرَةُ	72
Sabar dalam Mendidik Anak	73
Mengajarkan Anak Salat Membutuhkan Konsistensi	74
Tiga Tahun untuk Membangun Kebiasaan	75
Sebelum Tujuh Tahun: Bangun Fondasi	77
Faktor-Faktor yang Membantu Kesabaran	79
Jangan Mengobati Diri dengan Hawa Nafsu	80
Obat Harus Sesuai Takaran	82
Mengganti yang Haram dengan yang Halal	83
Yang Halal Jauh Lebih Banyak	85
Berbeda dengan Ibadah.....	86
Allah Memberikan Banyak Jalan yang Halal	88
Pikirkan Akibat dari Maksiat	89
Jangan Tertipu dengan Dunia	89
Hukuman Terbesar Bukan Selalu Kehilangan Harta.....	91
Kita yang Membutuhkan Allah	92

Sabar Bisa Diperluas.....	94
Sabar dan Syukur: Dua Kaki Menuju Akhirat	96
Tanya Jawab	98
Pertanyaan 1 : Bagaimana agar Orang Tua Lebih Sabar dalam Mendidik Anak?.....	98
Allah Memberikan Kita Berbagai Instrumen.....	99
Emosi Tidak Selalu Buruk	101
Emosi Adalah Bagian dari Ujian	102
Emosi Bersifat Subjektif	104
Emosi Juga Memunculkan Respons Fisiologis	105
Emosi → Respons Tubuh → Perilaku	106
Ilmu Mengubah Respons Kita	112
Bahasa Kasih Sayang Setiap Orang Berbeda	113
Kasus Suami yang Tidak Banyak Bicara.....	114
Emosi dan Perasaan Bisa Dikenali dan Dilatih	116
Jangan Sampai Anak Membenci Al-Qur'an	117
Ingin Anak Belajar Al-Qur'an? Bangun Cinta	119
Sabar Harus Diikuti Regulasi Emosi	120
Pembelajaran Membutuhkan Muroja'ah.....	121
Ketika Orang Tua Terlanjur Marah.....	122
Dan yang Terakhir: Banyak Berdoa	123
Pertanyaan 2 : Apakah Anak Harus Dipindahkan dari Sekolah yang Tidak Lagi Bermanhaj Salaf?	125

Sekolah Tidak Ada yang Sempurna	126
Sekolah adalah Partner, Bukan Tempat Menitipkan Anak ..	127
Rumah Tetap Madrasah Pertama	128
Sekolah bukan pengganti orang tua.	129
Pertanyaan 3 : Berapa Kali Anak Harus Diingatkan untuk Salat?	130
Pertanyaan 4 : Bagaimana Ibu Rumah Tangga Menghadapi Kelelahan dan Suami yang Kurang Mendukung?	131
Mengeluh kepada Allah	132
Hidup Ini untuk Allah.....	133
Lelah dengan Lillah, Fillah, dan Billah	134
Fokus pada Amanah yang Menjadi Tanggung Jawab Kita ...	135
Bagaimana Menasihati Suami?	136
Taat kepada Suami Karena Allah	137
Pertanyaan 4 : Bagaimana Menumbuhkan Mahabbah Anak kepada Al-Qur'an?.....	138
Kenalkan Sebelum Menuntut	139
Al-Musāhabah: Membrosamai Anak dengan Al-Qur'an.....	140
Anak Merekam Apa yang Sering Didengarnya	141
Ajarkan Al-Qur'an dengan Kelembutan	142
Inti Jawaban Tanya Jawab	143
Penutup	145

MUQODDIMAH

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

بِسْمِ اللَّهِ، وَالْحَمْدُ لِلَّهِ، وَالصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ عَلَى رَسُولِ اللَّهِ، وَعَلَى آلِهِ
وَصَحْبِهِ وَمَنْ وَاَلَاهُ.

مَنْ يَهْدِهِ اللَّهُ فَلَا مُضِلَّ لَهُ، وَمَنْ يَضِلَّ فَلَا هَادِيَ لَهُ.

أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ، وَأَشْهَدُ أَنَّ مُحَمَّدًا عَبْدُهُ
وَرَسُولُهُ، لَا نَبِيَّ بَعْدَهُ.

أَمَّا بَعْدُ،

فَإِنَّ أَصْدَقَ الْكَلَامِ كَلَامُ اللَّهِ، وَخَيْرَ الْهَدْيِ هَدْيُ مُحَمَّدٍ ﷺ، وَشَرُّ
الْأُمُورِ مُحْدَثَاتُهَا، وَكُلَّ مُحْدَثَةٍ بِدْعَةٌ، وَكُلَّ بِدْعَةٍ ضَلَالَةٌ، وَكُلَّ ضَلَالَةٍ
فِي النَّارِ.

Jamaah sekalian, para bapak dan ibu, ikhwan dan akhwat, **rahimakumullahu wa rahimakumullah**.

Alhamdulillah, kita bersyukur kepada Allah Subhanahu wa Ta'ala karena pada pagi hari ini kita diperkenankan untuk hadir dan berkumpul di tempat ini.

Bagi saya, tempat ini istimewa karena ini adalah pertama kalinya saya hadir di sini.

Jamaah sekalian, tempat-tempat seperti ini sebenarnya adalah tempat yang istimewa. Rasulullah Shallallahu 'Alaihi wa Sallam pernah bersabda:

إِذَا مَرَرْتُمْ بِرِيَاضِ الْجَنَّةِ فَارْتَعُوا

"Apabila kalian melewati taman-taman surga, maka singgahlah."

Para sahabat bertanya, "Apa yang dimaksud dengan taman-taman surga?"

Rasulullah Shallallahu 'Alaihi wa Sallam menjelaskan bahwa taman-taman surga itu adalah **halaqah-halaqah zikir**.

Halaqah zikir tentu tidak hanya bermakna orang duduk kemudian mengucapkan:

Subhanallah, alhamdulillah, la ilaha illallah, Allahu Akbar.

Itu memang zikir. Tetapi di antara makna halaqah zikir adalah halaqah tempat seseorang membaca Al-Qur'an dan mempelajarinya.

Allah Subhanahu wa Ta'ala berfirman:

إِنَّا نَحْنُ نَزَّلْنَا الذِّكْرَ وَإِنَّا لَهُ حَافِظُونَ

"Sesungguhnya Kami-lah yang menurunkan Adz-Dzikr (Al-Qur'an), dan sesungguhnya Kami benar-benar akan menjaganya."

Jadi, Al-Qur'an adalah **Adz-Dzikr**, salah satu nama Al-Qur'an.

Demikian pula halaqah zikir dapat bermakna halaqah ilmu. Allah Subhanahu wa Ta'ala berfirman:

فَاسْأَلُوا أَهْلَ الذِّكْرِ إِن كُنتُمْ لَا تَعْلَمُونَ

"Maka bertanyalah kepada orang yang berilmu jika kalian tidak mengetahui."

Yang dimaksud dengan **ahludz-dzikr** dalam ayat tersebut adalah orang-orang yang memiliki ilmu.

Demikian pula yang dijelaskan oleh para ulama, di antaranya Imam An-Nawawi rahimahullah dan ulama

lainnya, bahwa yang dimaksud dengan halaqah zikir juga termasuk halaqah ilmu.

Maka, jamaah sekalian, ini adalah di antara "surga-surga" di dunia.

Para ulama juga menjelaskan bahwa di antara tempat yang disebut sebagai taman surga adalah **Raudhah di Masjid Nabawi**.

Rasulullah Shallallahu 'Alaihi wa Sallam bersabda:

مَا بَيْنَ بَيْتِي وَمَنْبَرِي رَوْضَةٌ مِنْ رِيَاضِ الْجَنَّةِ

"Di antara rumahku dan mimbarku terdapat sebuah taman dari taman-taman surga."

Mengapa disebut sebagai taman surga? Karena dahulu para sahabat menimba ilmu di tempat tersebut.

Demikian pula tempat-tempat yang di dalamnya manusia berkumpul untuk berzikir, belajar Al-Qur'an, dan menuntut ilmu, insya Allah termasuk tempat yang penuh dengan kebaikan dan ketenangan.

SABAR ITU MAHAL

Jamaah sekalian, sebagaimana yang tadi telah disampaikan oleh MC, sebenarnya inti kajian kita sudah disampaikan.

Namun saya ingin menambahkan beberapa hal karena judul yang diberikan cukup menarik:

Sabar itu dengan sadar, karenanya mahal.

Masya Allah, apa yang disampaikan tadi benar. Tidak semua sesuatu yang mahal bisa dimiliki oleh setiap orang.

Mobil mahal, misalnya. Tidak semua orang bisa memilikinya. Bahkan orang yang punya uang pun belum tentu mau membelinya, meskipun dia mampu.

Artinya, sesuatu yang mahal biasanya membutuhkan kemampuan, keinginan, dan usaha untuk mendapatkannya.

Lalu bagaimana dengan kesabaran?

Apakah kesabaran hanya mahal dalam pengertian materi?

Tentu tidak.

Disebutkan oleh Syekh Ibrahim Al-Wadai hafizhullah:

الصَّبْرُ كَلِمَةٌ تَفْتَحُ لَكَ أَبْوَابَ الْجَنَّةِ إِنْ أَدْرَكَتَ حَقِيقَتَهَا

"Sabar adalah sebuah kata yang akan membukakan bagimu pintu-pintu surga apabila engkau memahami hakikatnya."

Jadi, sabar dikatakan mahal bukan karena ia sesuatu yang sulit dibeli dengan uang. Sabar mahal karena tidak semua orang mampu memilikinya.

Padahal semua orang membutuhkan kesabaran.

Bahkan sabar dan syukur merupakan dua sifat yang sangat penting dalam kehidupan seorang mukmin.

Rasulullah Shallallahu 'Alaihi wa Sallam bersabda:

عَجَبًا لِأَمْرِ الْمُؤْمِنِ، إِنَّ أَمْرَهُ كُلَّهُ خَيْرٌ، وَلَيْسَ ذَاكَ لِأَحَدٍ إِلَّا لِلْمُؤْمِنِ، إِنْ أَصَابَتْهُ سَرَّاءٌ شَكَرَ فَكَانَ خَيْرًا لَهُ، وَإِنْ أَصَابَتْهُ ضَرَّاءٌ صَبَرَ فَكَانَ خَيْرًا لَهُ

"Sungguh menakjubkan urusan seorang mukmin. Sesungguhnya seluruh urusannya adalah baik, dan hal itu tidak dimiliki kecuali oleh seorang mukmin. Jika ia mendapatkan kesenangan, ia bersyukur, maka

itu baik baginya. Jika ia tertimpa kesulitan, ia bersabar, maka itu juga baik baginya." (HR Muslim).

Jamaah sekalian, Nabi Shallallahu 'Alaihi wa Sallam kagum terhadap seorang mukmin.

Tentunya kita ingin menjadi orang yang dikagumi oleh Rasulullah Shallallahu 'Alaihi wa Sallam.

Apa yang membuat seorang mukmin begitu istimewa?

Ketika mendapatkan nikmat, dia bersyukur.

Ketika mendapatkan kesulitan, dia bersabar.

Dua-duanya baik.

SYUKUR DAN SABAR SAMA-SAMA BERAT

Saya ingin bertanya kepada jamaah sekalian:

Mana yang lebih berat, sabar atau syukur?

Banyak yang mungkin menjawab, "Sabar."

Memang sabar itu berat.

Tetapi ternyata syukur juga berat.

Allah Subhanahu wa Ta'ala berfirman:

وَقَلِيلٌ مِّنْ عِبَادِيَ الشَّكُورُ

"Dan sedikit sekali dari hamba-hamba-Ku yang bersyukur."

Jamaah sekalian, coba pertanyaannya saya ubah.

Mana yang lebih besar fitnahnya bagi kita: ketika rezeki kita disempitkan atau ketika rezeki kita diluaskan?

Mana yang lebih besar fitnahnya: memiliki sedikit harta atau memiliki banyak harta?

Banyak harta.

Mengapa?

Karena ketika manusia berada dalam kesempitan, secara fitrah dia akan merasa sedih, khawatir, gelisah, dan membutuhkan pertolongan.

Keadaan itu sering kali justru mendorongnya untuk kembali kepada Allah. Ketika mendapatkan musibah, dia ingat Allah.

Tetapi ketika rezekinya dilapangkan, hidupnya nyaman, semua tersedia, justru sebagian manusia menjadi lalai. Inilah yang disebut **comfort zone**.

Ada orang yang ketika hidupnya nyaman, dia lupa kepada Allah. Tetapi ketika ditimpa satu ujian saja, baru dia merasa membutuhkan Allah.

Maka, jamaah sekalian, salah satu fitnah terbesar adalah ketika pintu-pintu dunia dibukakan untuk kita.

Mengapa?

Karena sedikit sekali manusia yang mampu bersyukur. Jadi, syukur itu berat. Sabar juga berat.

Karena itu, pada kesempatan ini kita akan fokus membahas tentang sabar.

SABAR MEMBUTUHKAN UPAYA

Jamaah sekalian, kita ambil contoh sederhana.

Antum melihat sebuah mobil mahal, tetapi saat itu antum tidak memiliki uang.

Apakah mungkin suatu hari antum bisa memilikinya?

Mungkin.

Bagaimana caranya?

- Usaha.
- Bekerja.
- Menabung.

Mungkin membutuhkan waktu lama.

Tetapi kalau dia benar-benar berusaha secara terus-menerus, Allah bisa memudahkan dia mendapatkan mobil tersebut.

Di sisi lain, ada orang yang punya banyak harta. Kalau dia mau membeli mobil tersebut, sangat mudah.

Tetapi dia tidak mau.

Maka meskipun dia memiliki harta, kalau dia tidak berusaha untuk mendapatkannya, dia tidak akan memilikinya.

Dari sini kita memahami bahwa sesuatu yang mahal bukan sekadar mahal.

- Ada tekad.
- Ada azam.
- Ada niat.
- Ada keinginan.
- Dan ada usaha yang terus-menerus.

Demikian pula dengan sabar.

Sabar itu bukan sekadar sesuatu yang kita inginkan. Sabar harus diupayakan.

HAKIKAT SABAR

Kita kembali kepada penjelasan Syekh Al-Wada'i.

Beliau menjelaskan bahwa sabar adalah sesuatu yang membuka pintu-pintu surga apabila seorang hamba memahami hakikatnya.

Lalu apa hakikat sabar?

Hakikat sabar adalah:

حَبْسُ النَّفْسِ

Menahan diri.

Makna asal dari sabar adalah **al-habs**, yaitu menahan dan mencegah.

Yang ditahan adalah **an-nafs**, yaitu diri atau jiwa kita.

Menahan diri dari apa?

Dari **al-jaza'**, yaitu keluh kesah dan ketidakmampuan menerima ujian.

Kemudian menjaga lisan dari keluhan.

Dan menjaga anggota tubuh dari kemaksiatan dan dosa.

Jadi seorang hamba ketika mendapatkan ujian, dia menerimanya dengan lapang dada, tidak terus-menerus mengeluh dan tidak melampiaskannya dengan kemarahan.

Dari sini kita mendapatkan pelajaran penting.

Hakikat sabar adalah **menahan diri**.

Dan ada tiga hal yang perlu kita jaga.

1. Hati

Hati kita harus ditahan dari keluh kesah yang merusak.

Bukan berarti hati tidak boleh sedih.

Bukan berarti hati tidak boleh kecewa.

Manusiawi kalau seseorang sedih.

Manusiawi kalau seseorang kecewa.

Tetapi jangan sampai kesedihan dan kekecewaan tersebut mendorong seseorang kepada keputusan, kemarahan terhadap takdir Allah, hasad, atau kedengkian.

2. Lisan

Lisan harus dijaga dari keluhan yang tidak semestinya.

Jangan sampai ujian membuat kita mengucapkan perkataan yang tidak baik.

3. Anggota tubuh

Anggota tubuh juga harus bersabar.

Artinya, ketika diuji, kita tidak kemudian melakukan kemaksiatan.

Jadi sabar itu ada pada:

hati, lisan, dan perbuatan.

SABAR BUKAN BERARTI PASIF

Bapak-Ibu sekalian, dari sini kita memahami bahwa sabar bukan aktivitas pasif.

Sabar bukan berarti:

"Diam saja."

"Pasrah saja."

"Tidak melakukan apa-apa."

Bukan.

Sabar itu adalah **upaya menahan diri**.

Menahan diri dari sesuatu juga membutuhkan usaha.

Karena itu para ulama menjelaskan bahwa sabar mencakup tiga keadaan:

1. **Sabar dalam melaksanakan ketaatan kepada Allah.**
2. **Sabar dalam menjauhi kemaksiatan.**
3. **Sabar ketika menghadapi ujian dan musibah.**

Kita sering mengira sabar hanya diperlukan ketika mendapatkan musibah.

Padahal ketika melakukan ketaatan pun kita membutuhkan kesabaran.

Shalat membutuhkan kesabaran.

Membaca Al-Qur'an membutuhkan kesabaran.

Menuntut ilmu membutuhkan kesabaran.

Demikian pula meninggalkan kemaksiatan membutuhkan kesabaran.

LINGKUNGAN SANGAT MEMENGARUHI KESABARAN

Jamaah sekalian, mana yang lebih berat: sabar melakukan ketaatan atau sabar menjauhi kemaksiatan?

Jawabannya tentu bergantung pada keadaan seseorang.

Ketika seseorang berada di lingkungan yang penuh dengan kemaksiatan dan keburukan, berat bagi dia untuk tidak ikut terseret.

Dia harus berusaha menyelisihi kebiasaan lingkungan tersebut.

Sebaliknya, ketika dia berada di lingkungan yang baik, bersama orang-orang saleh, dengan taufik dan izin Allah, dia akan lebih mudah melakukan ketaatan dan lebih mudah meninggalkan kemaksiatan.

Maka **bi'ah**, lingkungan, sangat memengaruhi kita.

Jangan meremehkan lingkungan.

Lingkungan kita akan ikut membentuk kebiasaan kita.

HIDUP ADALAH UJIAN

Jamaah sekalian, antum tahu perbedaan antara ujian sekolah dengan ujian kehidupan?

Anak-anak kita sekolah dan mereka juga menghadapi ujian.

Apa perbedaannya?

Kalau ujian sekolah, biasanya kita belajar dahulu kemudian diuji.

Tetapi dalam kehidupan, sering kali kita **diuji dahulu kemudian belajar**.

Kita mendapatkan masalah, lalu dari masalah itu kita belajar.

Kita mendapatkan musibah, lalu dari musibah itu kita mengambil ibrah.

Dunia ini adalah **darul imtihan**, negeri ujian dan cobaan.

Allah Subhanahu wa Ta'ala adalah Rabb kita.

Dan salah satu makna rububiyah Allah adalah bahwa Allah mendidik hamba-hamba-Nya.

Allah mendidik kita dengan berbagai macam keadaan.

Para ulama menjelaskan salah satu hikmah ujian adalah **litamhish**, untuk menyaring dan menguji siapa di antara hamba-hamba Allah yang benar-benar beriman.

Karena itu, jangan mengira bahwa ujian hanya berupa kesulitan.

- Kebaikan juga ujian.
- Kekayaan juga ujian.
- Kesehatan juga ujian.
- Keluarga juga ujian.
- Anak-anak juga ujian.
- Jabatan juga ujian.

Ketika mendapatkan kesulitan, kita diuji: apakah kita bersabar?

Ketika mendapatkan nikmat, kita diuji: apakah kita bersyukur?

NIKMAT YANG MENJAUHKAN DARI ALLAH

Banyak orang ketika mendapatkan kesulitan justru mendekat kepada Allah.

Tetapi ketika mendapatkan kenikmatan, dia malah menjauh dari Allah.

Karena itu, ada perkataan yang dinukil dari Syaikhul Islam Ibnu Taimiyah rahimahullah tentang nikmat:

Nikmat yang menyebabkan seseorang semakin jauh dari Allah, pada hakikatnya adalah musibah.

Sebaliknya, musibah yang menyebabkan seseorang semakin dekat kepada Allah, pada hakikatnya merupakan nikmat.

Maka jangan hanya melihat bentuk lahiriah suatu kejadian.

Bisa jadi sesuatu yang kita anggap buruk ternyata menjadi jalan kebaikan.

Bisa jadi sesuatu yang kita anggap nikmat ternyata justru menjadi sebab kebinasaan kita.

EMPAT TINGKATAN MANUSIA KETIKA DIUJI

Jamaah sekalian, ketika seseorang mendapatkan ujian, ada beberapa tingkatan manusia.

Pertama: Marah dan Menolak Takdir

Ada orang ketika diuji mengatakan:

"Apa salah saya, ya Allah?"

"Kenapa saya diuji seperti ini?"

"Saya sudah banyak berbuat baik, mengapa Allah mengambil anak saya?"

Dia marah terhadap ketentuan Allah.

Ini adalah keadaan yang sangat berbahaya.

Ujian yang seharusnya menjadi sebab pahala justru berubah menjadi azab baginya, karena sikapnya terhadap ujian tersebut.

Kedua: Bersabar

Tingkatan kedua adalah bersabar.

Ketika diuji, dia menahan dirinya.

Dia tidak melakukan sesuatu yang diharamkan.

Dia tidak mengatakan perkataan yang membuat Allah murka.

Dan sabar dalam menghadapi musibah hukumnya wajib.

Ketiga: Ridha

Tingkatan berikutnya adalah **ridha**.

Dia ridha terhadap ketentuan Allah karena dia yakin bahwa apa yang Allah timpakan kepadanya terjadi dengan ilmu, keadilan, dan hikmah Allah.

Keempat: Bersyukur

Ini tingkatan yang sangat tinggi.

Dia mendapatkan ujian, tetapi dia tetap mampu bersyukur kepada Allah.

Anaknya meninggal, dia mengatakan:

Alhamdulillah 'ala kulli hal.

Dia sakit, dia tetap bersyukur.

Hartanya hilang, dia tetap bersyukur.

Mengapa?

Karena dia yakin bahwa apa yang Allah tetapkan pasti mengandung hikmah dan kebaikan.

Ini tingkatan yang sangat tinggi dan sangat sedikit orang yang mampu mencapainya.

Jadi, ketika diuji, ada yang marah, ada yang sabar, ada yang ridha, dan ada yang tetap bersyukur kepada Allah.

SABAR TERLIHAT PADA HANTAMAN PERTAMA

Jamaah sekalian, mungkin ada yang bertanya:

Sabar itu seperti apa?

Pernah terjadi pada zaman Nabi Shallallahu 'Alaihi wa Sallam, seorang wanita kehilangan suaminya.

Ketika berada di dekat kuburan, wanita tersebut menangis dan mengeluh.

Nabi Shallallahu 'Alaihi wa Sallam menasihatinya:

اصْبِرِي

"Bersabarlah."

Wanita tersebut tidak mengetahui bahwa orang yang menasihatinya adalah Rasulullah Shallallahu 'Alaihi wa Sallam.

Dia mengatakan kurang lebih:

"Engkau tidak merasakan apa yang aku rasakan."

Setelah kemudian diberitahu bahwa yang menasihatinya tadi adalah Nabi Shallallahu 'Alaihi wa

Sallam, wanita tersebut merasa malu dan datang menemui Nabi.

Lalu Nabi Shallallahu 'Alaihi wa Sallam bersabda:

إِنَّمَا الصَّبْرُ عِنْدَ الصَّدْمَةِ الْأُولَى

"Sesungguhnya kesabaran itu adalah pada saat hantaman pertama."

Artinya, kalau kita ingin melihat seseorang benar-benar sabar atau tidak, lihatlah bagaimana reaksinya ketika pertama kali mendapatkan musibah.

Bukan setelah seminggu.

Bukan setelah sebulan.

Tetapi ketika pertama kali dihantam oleh ujian.

Di situlah terlihat kesabarannya.

SABAR BISA DILATIH

Jamaah sekalian, setiap orang memang memiliki tingkat kesabaran yang berbeda.

Tetapi sabar bukan sesuatu yang hanya dimiliki oleh orang tertentu.

Sabar bisa diraih. Sabar bisa dilatih.

Kita bisa melatih diri agar semakin sabar.

Dan kunci utama kesabaran adalah:

percaya dan yakin kepada Allah Subhanahu wa Ta'ala.

Apa pun yang Allah berikan kepada kita, pasti mengandung hikmah.

Ada seorang ulama salaf yang berdoa:

"Ya Allah, ketika aku meminta sesuatu kepada-Mu kemudian Engkau memberikannya kepadaku, aku bersyukur kepada-Mu.

Ketika aku meminta sesuatu kemudian Engkau tidak memberikannya, maka aku lebih bersyukur lagi."

Orang yang mendengarnya heran.

"Kalau permintaanmu dikabulkan, engkau bersyukur. Tetapi mengapa ketika permintaanmu tidak dikabulkan justru engkau lebih bersyukur?"

Beliau menjawab:

"Ketika aku meminta sesuatu kepada Allah, itu adalah keinginanku. Tetapi ketika Allah tidak memberikannya, itu adalah kehendak Allah. Dan kehendak Allah lebih baik daripada kehendakku."

Ini adalah iman yang luar biasa.

Ini adalah **husnuzhan kepada Allah**.

Berbaik sangka kepada Allah.

Orang yang memiliki keyakinan seperti ini akan lebih tenang dalam hidupnya.

SABAR BERAKAR DARI IMAN DAN KEYAKINAN

Para ulama mengatakan:

الصَّبْرُ هُوَ الْإِيمَانُ الْكَامِلُ وَالْيَقِينُ الَّذِي لَيْسَ فِيهِ شَكٌّ

Sabar merupakan bagian dari kesempurnaan iman dan keyakinan yang tidak disertai keraguan.

Kalau seseorang masih ragu terhadap kebaikan Allah, rahmat Allah, keadilan Allah, maka keraguan tersebut akan membuat jiwanya gelisah.

Sebaliknya, ketika seorang hamba benar-benar yakin kepada Allah, keyakinan itu akan menggiringnya menjadi orang yang lebih tenang dan lebih tangguh.

Rasulullah Shallallahu 'Alaihi wa Sallam pernah memberikan nasihat kepada Abdullah bin Abbas radhiyallahu 'anhuma:

وَأَعْلَمْ أَنَّ مَا أَصَابَكَ لَمْ يَكُنْ لِيُخْطِئَكَ، وَمَا أَخْطَأَكَ لَمْ يَكُنْ لِيُصِيبَكَ

"Ketahuilah, apa yang telah ditetapkan menimpamu tidak akan meleset darimu, dan apa yang tidak

ditetapkan untukmu tidak akan pernah sampai kepadamu."

Apa yang menimpa kita tidak mungkin meleset.

Apa yang meleset dari kita tidak mungkin mengenai kita.

Semuanya sudah dalam ketetapan Allah.

Karena itu, orang yang memahami takdir akan memiliki hati yang lebih kokoh.

IMAN KEPADA TAKDIR MENGUATKAN KESABARAN

Jamaah sekalian, sabar itu berakar dari iman dan keyakinan. Semakin kuat iman seseorang, insya Allah semakin kuat kesabarannya.

Di antara hal yang menguatkan kesabaran adalah iman kepada takdir Allah:

al-imanu bil-qadari khairihi wa syarrihi.

Beriman kepada takdir Allah, baik dan buruknya.

Tidak ada sesuatu yang benar-benar terjadi secara kebetulan.

Semuanya berada dalam ilmu dan ketetapan Allah.

Karena itu, ketika sesuatu sudah terjadi, jangan terus-menerus menyiksa diri dengan mengatakan:

"Seandainya tadi saya begini..."

"Seandainya tadi saya begitu..."

Kalimat-kalimat seperti ini sering kali justru menjadi pintu waswas dan melemahkan hati.

Kita boleh mengevaluasi kesalahan untuk perbaikan.

Tetapi jangan menjadikan kata "seandainya" sebagai alat untuk menyiksa diri setelah sesuatu yang telah terjadi dan tidak bisa diubah.

Kita yakin:

Apa yang Allah tetapkan bagi kita tidak akan luput.

Dan apa yang Allah tidak tetapkan bagi kita tidak akan pernah mengenai kita.

Keyakinan seperti ini akan membantu menutup pintu stres berlebihan, iri, hasad, dan kekecewaan yang merusak.

Hati menjadi lebih tenang.

Dan dari sinilah kita memahami:

Sabar itu sadar.

Sadar bahwa kita adalah hamba.

Sadar bahwa Allah adalah Rabb kita.

Sadar bahwa hidup ini adalah ujian.

Sadar bahwa semua yang terjadi berada dalam ilmu dan takdir Allah.

Dan sadar bahwa tugas kita adalah merespons ujian dengan iman dan ketaatan.

SABAR ADALAH JALAN KESELAMATAN

Jamaah sekalian, orang-orang yang sabar disebut sebagai bagian dari **ahlul yamin**, golongan kanan yang akan mendapatkan keselamatan di akhirat.

Allah Subhanahu wa Ta'ala berfirman dalam Surah Al-Balad:

ثُمَّ كَانَ مِنَ الَّذِينَ آمَنُوا وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ وَتَوَاصَوْا بِالْمَرْحَمَةِ

"Kemudian dia termasuk orang-orang yang beriman, saling berwasiat dengan kesabaran, dan saling berwasiat dengan kasih sayang."

Jadi, orang-orang yang selamat bukan hanya orang yang sabar untuk dirinya sendiri. Mereka juga **saling mengingatkan dalam kesabaran dan saling menguatkan dalam kasih sayang.**

Allah juga berfirman:

وَاسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ ۚ وَإِنَّهَا لَكَبِيرَةٌ إِلَّا عَلَى الْخَاشِعِينَ

"Jadikanlah sabar dan salat sebagai penolongmu. Sesungguhnya yang demikian itu sungguh berat, kecuali bagi orang-orang yang khusyuk."

Perhatikan, Allah menyebutkan **sabar terlebih dahulu, kemudian salat.**

Artinya, ketika kita ingin mendapatkan pertolongan Allah, di antara bekal yang sangat penting adalah kesabaran dan salat.

ORANG YANG SABAR ADALAH ORANG YANG BERUNTUNG

Syekh al-Wada'i mengatakan:

وَأَهْلُ الصَّبْرِ هُمُ الْفَائِزُونَ فِي كُلِّ مَكَانٍ وَزَمَانٍ

"Orang-orang yang sabar adalah orang-orang yang mendapatkan keberuntungan di setiap tempat dan zaman."

Allah Subhanahu wa Ta'ala berfirman:

وَالْعَصْرِ ﴿١﴾ إِنَّ الْإِنْسَانَ لَفِي خُسْرٍ

"Demi masa. Sesungguhnya manusia benar-benar berada dalam kerugian."

Perhatikan ayat ini.

Allah tidak hanya mengatakan:

الْإِنْسَانُ فِي خُسْرٍ

"Manusia berada dalam kerugian."

Tetapi Allah memberikan penekanan:

إِنَّ الْإِنْسَانَ لَفِي خُسْرٍ

Ada **inna** sebagai penegasan, kemudian ada **lam** pada kata **lafī**, juga sebagai penegasan.

Sehingga maknanya benar-benar:

"Sesungguhnya manusia benar-benar berada dalam kerugian."

Kata **al-insān** menggunakan bentuk ma'rifah dengan alif lam, sehingga mencakup manusia secara umum.

Artinya, asal manusia adalah berada dalam kerugian.

Tetapi Allah memberikan pengecualian.

Siapa yang tidak rugi?

إِلَّا الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَتَوَّصَوْا بِالْحَقِّ وَتَوَّصَوْا بِالصَّبْرِ

"Kecuali orang-orang yang beriman, beramal saleh, saling menasihati dalam kebenaran, dan saling menasihati dalam kesabaran."

EMPAT PERKARA KESELAMATAN

Imam Asy-Syafi'i rahimahullah pernah mengatakan, kurang lebih:

"Seandainya Allah tidak menurunkan hujah kepada manusia selain surah ini, niscaya surah ini sudah cukup sebagai hujah bagi mereka."

Karena dalam Surah Al-'Ashr terdapat empat perkara yang menjadi kunci keselamatan.

Para ulama menyebutnya sebagai **al-masā'il al-arba'** – empat perkara pokok:

1. **Ilmu**
2. **Mengamalkan ilmu**
3. **Mendakwahkan ilmu**
4. **Bersabar atas gangguan dan kesulitan dalam menjalankan semua itu**

Pertama, **ilmu**.

Kenapa ilmu?

Karena iman harus dibangun di atas ilmu.

Kita tidak boleh membangun keimanan berdasarkan perasaan, khayalan, fantasi, tahayul, atau sesuatu yang tidak memiliki landasan. Iman harus dibangun berdasarkan dalil dan hujah. Maka kita belajar dahulu.

Setelah mengetahui dalil, kita beriman dan mengamalkannya. Inilah salah satu perbedaan metode Ahlus Sunnah dengan pengikut hawa nafsu dan kebid'ahan. Ahlus Sunnah mempelajari dalil terlebih dahulu, kemudian meyakini dan mengamalkannya.

Sedangkan orang yang mengikuti hawa nafsu sering kali menetapkan keyakinannya terlebih dahulu, kemudian mencari-cari dalil untuk membenarkannya.

Padahal dalil bisa saja dicari untuk mendukung berbagai macam keyakinan.

Persoalannya bukan sekadar: **"Ada dalilnya atau tidak?"**

Tetapi: **"Benar atau tidak cara menggunakan dalil tersebut?"**

Karena itu, dalam agama kita harus belajar bagaimana melakukan **istidlal**, bagaimana memahami dan menggunakan dalil dengan benar.

SABAR: CIRI ORANG YANG SELAMAT

Dari sini kita bisa mengambil beberapa faedah.

Pertama

Sabar merupakan salah satu ciri **ahlul yamin**, golongan kanan yang selamat.

Kedua

Sabar merupakan karakter orang-orang yang menegakkan salat.

Ketiga

Sabar merupakan sifat orang-orang yang **al-fā'izūn**, orang-orang yang mendapatkan keberuntungan.

Keempat

Sabar bukan hanya urusan pribadi.

Kita diperintahkan untuk **saling berwasiat dalam kesabaran**.

Kita membutuhkan orang lain untuk mengingatkan kita.

Kadang-kadang kita kuat, tetapi orang lain sedang lemah.

Kadang-kadang orang lain kuat, tetapi kita yang sedang lemah.

Karena itu kita saling menguatkan.

Dan kesabaran yang benar akan melahirkan **rahmah**, kasih sayang.

TIGA TANDA KEBAHAGIAAN

Jamaah sekalian, dalam mukadimah **Al-Qawā'id Al-Arba'**, Syaikh Muhammad bin Abdul Wahhab rahimahullah menjelaskan tentang tanda-tanda kebahagiaan.

Kalau antum ingin bahagia, ada tiga hal yang harus diperhatikan.

1. Ketika mendapatkan nikmat, bersyukur

Ketika Allah memberikan karunia, kita tidak lupa kepada Allah.

2. Ketika mendapatkan ujian, bersabar

Ketika mendapatkan musibah, kita menahan diri dan tetap berada di atas ketaatan.

3. Ketika terjatuh dalam dosa, segera beristighfar dan bertobat

Karena kita adalah manusia.

Rasulullah Shallallahu 'Alaihi wa Sallam bersabda:

كُلُّ بَنِي آدَمَ خَطَّاءٌ، وَخَيْرُ الْخَطَّائِينَ التَّوَّابُونَ

"Setiap anak Adam banyak melakukan kesalahan, dan sebaik-baik orang yang banyak melakukan kesalahan adalah mereka yang banyak bertobat."

Jadi jangan merasa bahwa kita harus menjadi manusia yang tidak pernah salah.

Tidak mungkin.

Yang harus kita lakukan adalah ketika salah, segera kembali kepada Allah.

SABAR ADALAH KEPALA BAGI TUBUH

Jamaah sekalian, ada perkataan yang dinisbatkan kepada Ali bin Abi Thalib radhiyallahu 'anhu:

الصَّبْرُ مِنَ الْإِيمَانِ بِمَنْزِلَةِ الرَّأْسِ مِنَ الْجَسَدِ

"Sabar dalam iman kedudukannya seperti kepala bagi tubuh."

Antum kalau kehilangan tangan, masih hidup?

Masih.

Kehilangan kaki?

Masih bisa hidup.

Tetapi kalau kepala terputus?

Selesai.

Maka beliau memberikan perumpamaan:

Sabar bagi iman seperti kepala bagi tubuh.

Kalau sabar hilang, rusaklah banyak urusan manusia.

Karena itu sabar bukan perkara kecil.

LIMA MACAM SABAR

Jamaah sekalian, sabar ternyata memiliki beberapa hukum.

Sabar tidak selalu hukumnya wajib.

Para ulama menjelaskan bahwa sabar dapat terbagi menjadi lima:

- 1. Sabar yang wajib**
- 2. Sabar yang dianjurkan**
- 3. Sabar yang haram**
- 4. Sabar yang makruh**
- 5. Sabar yang mubah**

Pembagian ini mengikuti pembagian hukum taklifi:

- wajib,
- sunnah,
- haram,
- makruh,
- mubah.

Ini merupakan hasil **istiqrā' dan tatabbu'**, yaitu para ulama mempelajari berbagai dalil Al-Qur'an dan Sunnah, kemudian melakukan klasifikasi untuk memudahkan umat memahami hukum.

Tidak harus ada satu hadis yang berbunyi:

"Hukum taklifi ada lima."

Tidak ada redaksi seperti itu.

Tetapi para ulama mengambil kesimpulan tersebut setelah mempelajari keseluruhan dalil.

Demikian pula ketika kita mengatakan bahwa iman menurut Ahlus Sunnah mencakup keyakinan hati, ucapan lisan, dan amal anggota badan; iman bertambah dengan ketaatan dan berkurang dengan kemaksiatan.

Redaksi persis seperti klasifikasi tersebut mungkin tidak terdapat dalam satu hadis.

Namun dalil-dalil yang menunjukkan makna tersebut sangat banyak.

Maka yang penting adalah memahami metode ilmiahnya.

1. Sabar yang Wajib

Sabar yang wajib di antaranya adalah:

Sabar dalam melaksanakan ketaatan

Contohnya salat lima waktu.

Kita harus sabar mengerjakan salat meskipun terkadang berat.

Sabar dalam meninggalkan kemaksiatan

Kemaksiatan kadang menyenangkan hawa nafsu.

Maka kita membutuhkan kesabaran untuk meninggalkannya.

Sabar ketika mendapatkan musibah

Ketika Allah menguji kita dengan sesuatu yang tidak kita sukai, kita wajib bersabar.

2. Sabar yang Dianjurkan

Sabar juga ada yang hukumnya sunnah.

Contohnya sabar dalam melakukan **amal-amal sunnah**.

Misalnya seseorang melaksanakan salat duha.

Salat duha hukumnya sunnah, maka kesabaran yang diperlukan untuk menjaga amal sunnah tersebut juga mengikuti hukum amalnya.

Demikian pula sabar dalam meninggalkan perkara-perkara makruh.

Ada pula bentuk kesabaran yang dianjurkan ketika seseorang mendapatkan perlakuan buruk.

Misalnya seseorang dimaki.

Secara hukum, seseorang boleh membalas dengan sesuatu yang setara, selama tidak melampaui batas.

Namun apabila dia memilih untuk menahan diri dan tidak membalas, itu merupakan kesabaran yang lebih utama.

3. Sabar yang Makruh

Ada pula sabar yang makruh.

Contohnya ketika seseorang melihat orang lain melakukan kezaliman, tetapi dia hanya mengatakan:

"Sudahlah, sabar saja."

Misalnya ada seseorang yang sedang menzalimi orang lain, kemudian kita melihatnya tetapi tidak berusaha mencegahnya dengan alasan:

"Ya sudah, sabar saja."

Padahal Rasulullah Shallallahu 'Alaihi wa Sallam bersabda:

انصُرْ أَخَاكَ ظَالِمًا أَوْ مَظْلُومًا

"Tolonglah saudaramu, baik dia sedang menzalimi maupun sedang dizalimi."

Para sahabat bertanya:

"Ya Rasulullah, kalau dia dizalimi, kami memahami bagaimana menolongnya. Tetapi bagaimana kami menolong orang yang zalim?"

Nabi Shallallahu 'Alaihi wa Sallam menjawab bahwa caranya adalah **mencegahnya dari melakukan kezaliman.**

Jadi, membiarkan kezaliman dengan alasan "sabar" adalah pemahaman yang keliru.

Namun dalam kondisi tertentu, seseorang mungkin memilih tidak melakukan tindakan tertentu karena mempertimbangkan mudarat yang lebih besar.

Karena itu, masalah ini perlu dilihat secara proporsional.

4. Sabar yang Mubah

Ada pula sabar yang mubah.

Contohnya ketika seseorang memiliki pilihan untuk melakukan atau tidak melakukan suatu perkara yang hukumnya mubah.

Dalam transkrip kajian ini dicontohkan dengan puasa Senin-Kamis.

Rasulullah Shallallahu 'Alaihi wa Sallam pernah bertanya kepada keluarganya apakah ada makanan. Ketika dijawab tidak ada, beliau mengatakan bahwa beliau akan berpuasa.

Ini menunjukkan adanya ruang pilihan dalam perkara tersebut.

5. Sabar yang Haram

Jamaah sekalian, ini yang penting.

Ada sabar yang justru **haram**.

Bagaimana mungkin sabar menjadi haram?

Karena sabar bukan berarti membiarkan diri berada dalam kemaksiatan atau membiarkan diri dizalimi tanpa batas.

Misalnya seseorang mengatakan:

"Saya sabar melakukan maksiat."

Ini jelas keliru.

Atau:

"Saya sabar meninggalkan kewajiban."

Ini juga keliru.

Sabar tidak boleh dijadikan alasan untuk meninggalkan kewajiban.

Sabar Bukan Membiarkan KDRT

Ini penting, terutama bagi para ibu.

Ada wanita yang mengalami kekerasan dalam rumah tangga.

Suaminya memukulnya.

Menendangnya.

Menyakitinya.

Bahkan sampai tubuhnya mengalami luka.

Kemudian ketika dia bercerita kepada temannya, justru dijawab:

"Sabar, ya."

"Terima saja."

"Ihtisab, minta pahala kepada Allah."

Ini pemahaman yang keliru.

Kalau sudah sampai pada tingkat membahayakan fisik, itu bukan sesuatu yang harus diterima begitu saja atas nama sabar.

Sabar bukan berarti pasrah terhadap kezaliman.

Seorang wanita memiliki hak untuk menjaga tubuhnya.

Tubuh kita pada hakikatnya adalah amanah dari Allah.

Bukan milik kita secara mutlak.

Dan bukan pula milik suami sehingga suami boleh memperlakukannya sesuka hati.

Maka tubuh harus dijaga dari kezaliman.

Memukul, menendang, atau menyakiti tubuh istri secara zalim adalah perbuatan haram.

Ketika seorang istri membela dirinya dari kekerasan fisik, itu bukan berarti dia tidak sabar.

Justru bisa menjadi bagian dari upaya menjaga dirinya dari kezaliman.

Membela Diri Bukan Nusyuz

Kalau seorang suami melakukan kekerasan fisik terhadap istrinya, kemudian sang istri berusaha menyelamatkan dirinya, meminta bantuan keluarganya, atau bahkan melapor kepada pihak berwenang untuk menghentikan kekerasan tersebut, itu bukan otomatis berarti dia nusyuz.

Kita jangan salah memahami konsep ketaatan kepada suami.

Ketaatan kepada suami tidak berarti menaati suami dalam segala sesuatu tanpa batas.

Ketaatan hanya dalam perkara yang ma'ruf dan tidak bertentangan dengan syariat.

Karena itu, jangan menggunakan kata "**sabar**" untuk membenarkan kezaliman.

Hak Istri atas Harta

Jamaah sekalian, demikian pula dalam masalah harta.

Harta suami adalah milik suami.

Harta istri adalah milik istri.

Tidak benar mengatakan bahwa seluruh gaji suami otomatis menjadi milik istri.

Ketika suami memberikan sebagian hartanya kepada istrinya, maka bagian yang diberikan tersebut menjadi milik istri.

Tetapi harta suami tetap merupakan milik suami.

Sebaliknya, apabila istri memiliki harta, tabungan, atau usaha sendiri, maka itu adalah hak miliknya.

Suami tidak boleh mengambil harta istrinya secara zalim tanpa hak.

Kalau seorang istri ingin mengikhlaskan hartanya, tentu itu boleh.

Tetapi harus benar-benar ikhlas, bukan karena dipaksa atau karena merasa tidak punya pilihan.

Maka dalam mempertahankan haknya pun seseorang membutuhkan kesabaran.

Hak Istri untuk Belajar

Demikian pula dalam masalah ilmu.

Seorang istri memiliki hak untuk belajar.

Kalau suaminya tidak mampu mengajarnya, bukan berarti otomatis dia boleh dilarang belajar di tempat yang aman dan sesuai syariat.

Jangan mengatakan:

"Sudahlah, sabar saja."

Padahal dia sedang menuntut haknya untuk mendapatkan ilmu.

Menuntut hak dengan cara yang benar juga membutuhkan kesabaran.

Jadi sekali lagi:

Sabar bukan berarti pasrah terhadap segala sesuatu.

Sabar juga bisa berarti:

- sabar mempertahankan diri;
- sabar memperjuangkan hak;
- sabar mencari jalan keluar;
- sabar mengambil tindakan yang benar;
- sabar tetap berada di atas syariat ketika menghadapi kezaliman.

Sabar dan Bullying pada Anak

Jamaah sekalian, kita sekarang hidup di zaman ketika bullying juga banyak terjadi.

Di sekolah ada.

Di pondok ada.

Di lingkungan bermain ada.

Bahkan orang dewasa pun bisa mengalami bullying.

Kalau anak kita mengalami bullying, kita harus memahami jenisnya.

Misalnya **bullying verbal**.

Anak kita dikatakan:

"Eh, gendut!"

Atau:

"Eh, kurus!"

"Kerempeng!"

Dan sebagainya.

Anak tentu bisa sedih.

Bisa marah.

Itu manusiawi.

Namun kita perlu membangun **self-worth** pada diri anak.

Ajarkan kepada anak:

"Kamu adalah makhluk yang Allah ciptakan dengan sempurna."

"Kamu berharga."

"Kamu tidak ditentukan oleh perkataan orang lain."

Dengan demikian, ketika ada orang yang mengejeknya, dia tidak mudah hancur hanya karena perkataan tersebut.

Ajarkan Anak untuk Tidak Mudah Terprovokasi

Dalam bullying verbal, salah satu keterampilan yang bisa diajarkan kepada anak adalah **tajāhul** – tidak mengambil pusing atau tidak terlalu menghiraukan.

Bukan berarti anak harus selalu diam dalam semua keadaan.

Tetapi dia belajar untuk tidak memberikan reaksi berlebihan terhadap provokasi.

Kalau seseorang mengatakan:

"Eh, gendut!"

Anak bisa saja menjawab dengan ringan:

"Kamu juga."

Tetapi jangan sampai kemudian berkembang menjadi:

"Kamu gendut, pesek, keriting, hitam, dan seterusnya."

Ini justru berubah menjadi saling menghina.

Anak-anak memang masih impulsif.

Karena itu, kita harus melatih mereka.

Bagaimana Jika Bullying-nya Fisik?

Nah, kalau bullying-nya sudah berupa kekerasan fisik, maka pendekatannya berbeda.

Jangan mengatakan:

"Sudahlah, sabar saja."

"Biarkan saja."

"Kalau dipukul, diam saja."

Tidak.

Anak harus diajarkan **membela dirinya**.

Membela diri bukan berarti setiap kali dipukul harus membalas memukul.

Membela diri bisa berarti:

- berani mengatakan "berhenti";
- menjauh dari pelaku;
- berteriak meminta pertolongan;
- melapor kepada guru;
- melapor kepada orang tua;
- mencari orang dewasa yang dapat melindungi dirinya.

Dalam kondisi tertentu, membela diri secara fisik juga bisa dilakukan untuk menghentikan serangan.

Yang penting adalah proporsional dan tidak melampaui batas.

Sabar Bukan Karena Lemah

Ini penting.

Jangan sampai anak kita memahami:

"Sabar berarti saya harus diam karena saya lemah."

Bukan.

Sabar ketika seseorang **mampu membalas tetapi memilih tidak membalas karena Allah**, itulah kesabaran yang memiliki kemuliaan.

Tetapi kalau seseorang tidak mampu melakukan apa-apa karena memang lemah, kemudian disebut "sabar", belum tentu itu sabar.

Bisa jadi itu hanya kelemahan.

Karena itu, kita ingin anak-anak kita memiliki dua hal:

kemampuan untuk membela diri dan kemampuan untuk mengendalikan diri.

Dia kuat, tetapi tidak zalim.

Dia mampu membalas, tetapi mampu menahan diri.

Dia berani, tetapi tidak brutal.

Itulah karakter yang perlu dibangun.

SABAR ITU BISA DILATIH

Jamaah sekalian, dalam Al-Qur'an penggunaan kata yang berkaitan dengan sabar disebutkan dalam beberapa bentuk.

Ada **ash-shabr**, kemudian **at-tasabbur**, **al-istibār**, dan **al-mushābarah**.

Apa perbedaannya?

1. Ash-Shabr الصَّبْرُ

Sabar adalah menahan diri dari syahwat dan dorongan yang tidak semestinya, sebagaimana yang sudah kita bahas sebelumnya.

Sabar pada hakikatnya adalah **habsun-nafs**, menahan diri.

2. At-Tasabbur التَّصَبُّرُ

Dalam bahasa Arab, tambahan huruf pada sebuah kata sering memberikan tambahan makna.

Karena itu, antara **ishbir** dan **istabir**, misalnya, terdapat perbedaan makna.

Tasabbur mengandung makna **melatih diri untuk bersabar**.

Artinya, seseorang melakukan *mujāhadatun-nafs* — bersungguh-sungguh melawan dirinya sendiri dengan latihan dan ketahanan.

Misalnya seseorang berpuasa sampai Maghrib.

Awalnya mungkin berat.

Tetapi dia menahan dirinya sampai selesai.

Demikian pula ketika seseorang membiasakan diri berzikir kepada Allah, menahan dirinya untuk tetap konsisten dalam ketaatan.

Itulah salah satu bentuk **tasabbur**.

Jadi, kalau kita belum memiliki kesabaran yang kuat, jangan mengatakan:

"Saya memang orangnya tidak sabar."

Tidak **Kesabaran itu bisa dilatih**.

3. Al-Istibār **الاصْطِبَارُ**

Istibār berkaitan dengan kemampuan seseorang untuk tetap teguh dan tidak mudah gelisah atau panik ketika menghadapi keadaan yang berat.

Dia memiliki kemampuan untuk mengendalikan dirinya.

Dia tetap teguh di atas kebenaran.

Dia tidak mudah goyah.

Jadi, ada orang yang ketika mendapatkan masalah langsung panik.

Ada yang langsung gelisah.

Ada yang langsung bereaksi secara emosional.

Tetapi orang yang memiliki *istibār* berusaha mengendalikan dirinya dan tetap kokoh.

4. Al-Mushābarah ^{الْمُصَابِرَةُ}

Adapun **mushābarah** adalah bersabar menghadapi pihak lain dalam medan kesabaran.

Orang yang melakukan *mushābarah* adalah orang yang mampu bertahan lebih lama dan lebih kuat dalam kesabaran dibandingkan pihak lain.

Karena itu, istilah **mushābarah** sering digunakan dalam konteks menghadapi lawan atau peperangan.

Allah Subhanahu wa Ta'ala berfirman:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اصْبِرُوا وَصَابِرُوا وَرَابِطُوا وَاتَّقُوا اللَّهَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ

"Wahai orang-orang yang beriman, bersabarlah kalian, kuatkanlah kesabaran kalian, tetaplah bersiap siaga, dan bertakwalah kepada Allah agar kalian beruntung."

Jadi ada **ṣabr** dan ada **muṣābarah**.

Keduanya sama-sama berkaitan dengan kesabaran, tetapi memiliki konteks yang berbeda.

Sabar dalam Mendidik Anak

Jamaah sekalian, mari kita lihat penerapan konsep ini dalam pendidikan anak.

Allah Subhanahu wa Ta'ala berfirman:

وَأْمُرْ أَهْلَكَ بِالصَّلَاةِ وَاصْطَبِرْ عَلَيْهَا

"Perintahkanlah keluargamu untuk melaksanakan salat dan bersabarlah dalam mengerjakannya."

Perhatikan kata yang Allah gunakan:

وَاصْطَبِرْ عَلَيْهَا

"Bersabarlah dengan kesabaran yang sungguh-sungguh dalam melaksanakannya."

Ini menunjukkan bahwa mendidik keluarga untuk salat membutuhkan **kesabaran yang ekstra**.

Bukan hanya sekali.

Bukan dua kali.

Bukan tiga kali.

Tetapi berulang-ulang dan terus-menerus.

Mengajarkan Anak Salat Membutuhkan Konsistensi

Rasulullah Shallallahu 'Alaihi wa Sallam bersabda:

مُرُوا أَوْلَادَكُمْ بِالصَّلَاةِ وَهُمْ أَبْنَاءُ سَبْعِ سِنِينَ، وَاضْرِبُوهُمْ عَلَيْهَا وَهُمْ أَبْنَاءُ عَشْرِ

"Perintahkan anak-anak kalian untuk salat ketika mereka berusia tujuh tahun dan pukullah mereka apabila meninggalkannya ketika mereka berusia sepuluh tahun."

Jamaah sekalian, ini sering kali disalahpahami.

Ada orang tua yang anaknya sudah berusia sepuluh tahun, kemudian dia baru mulai serius mengajarkan salat.

Ketika anak tidak salat, langsung dipukul.

Ini **salah kaprah**.

Mengapa?

Karena untuk sampai kepada tahap hukuman fisik, ada proses dan prasyarat yang harus dipenuhi.

Hukuman fisik bukan langkah pertama.

Bahkan walaupun diterapkan, ia merupakan **solusi terakhir** dan memiliki berbagai ketentuan.

Lalu apa yang dilakukan sebelumnya?

Perintah untuk salat diberikan sejak usia tujuh tahun.

Artinya ada **tiga tahun proses pendidikan**.

Tiga Tahun untuk Membangun Kebiasaan

Bayangkan, jamaah sekalian.

Seorang anak berusia tujuh tahun.

Kita mengatakan:

"Ayo, Nak, salat."

Anak menjawab:

"Nanti dulu, Mi."

Kemudian orang tua membiarkan.

Besoknya diingatkan lagi.

Lusa diingatkan lagi.

Dan seterusnya.

Jangan sampai baru ketika anak berusia sepuluh tahun kemudian kita berkata:

"Ayo salat!"

Anak menjawab:

"Nanti dulu."

Kemudian langsung dipukul.

Bukan seperti itu cara mendidiknya.

Nabi memberikan kita waktu yang sangat panjang untuk membangun kebiasaan.

Dalam sehari ada lima waktu salat.

Dalam satu bulan sekitar 150 kali kesempatan untuk mengingatkan dan membimbing anak.

Dalam tiga tahun, secara kasar:

$150 \times 36 = 5.400$ kali.

Artinya, ada ribuan kesempatan bagi orang tua untuk mengajak anak salat.

Kalau ribuan kesempatan tersebut digunakan dengan intensif, konsisten, penuh kasih sayang, dan dengan cara yang benar, insya Allah akan terbentuk **habit**, kebiasaan.

Sehingga ketika anak memasuki usia sepuluh tahun, dia tidak lagi harus terus-menerus disuruh, apalagi baru kemudian diberikan hukuman.

Sebelum Tujuh Tahun: Bangun Fondasi

Sementara itu, sebelum usia tujuh tahun, Nabi belum memerintahkan anak untuk diwajibkan melaksanakan salat sebagaimana perintah tersebut.

Maka ini adalah fase untuk **membangun fondasi ibadah**.

Apa fondasinya?

Pertama, kita fokus kepada **akidah dan keimanan**.

Kemudian yang tidak kalah penting adalah membangun **mahabbah**, kecintaan anak kepada Allah, kepada Rasulullah, dan kepada amal-amal ketaatan.

Jangan hanya membangun:

"Anak harus salat."

Tetapi bangun juga:

"Anak mencintai salat."

Karena kita ingin anak beribadah bukan hanya karena takut dipukul.

Kita ingin anak beribadah karena dia mengenal Allah dan mencintai Allah.

FAKTOR-FAKTOR YANG MEMBANTU KESABARAN

Jamaah sekalian, kita lanjutkan sedikit dari nasihat Syaikh Al-Wada'i tentang faktor-faktor yang dapat membantu seseorang untuk bersabar.

Di antaranya:

مَعْرِفَةُ أَصْلِ الدَّاءِ لِمَعْرِفَةِ الدَّوَاءِ

"Mengetahui akar penyakit agar kita mengetahui obatnya."

Ibarat orang sakit.

Sebelum memberikan obat, seorang dokter harus mengetahui:

Apa penyakitnya?

Karena tidak mungkin seseorang memberikan obat yang tepat kalau dia tidak mengetahui penyakitnya.

Misalnya:

الْكِبَرُ عِلَاجُهُ التَّوَاضُّعُ

Kesombongan, obatnya adalah tawadu'.

الْبُخْلُ عِلَاجُهُ الْكَرَمُ

Kekikiran, obatnya adalah kedermawanan.

Demikian seterusnya.

Maka kalau kita ingin memperbaiki kesabaran kita, kita harus mengetahui terlebih dahulu:

Apa yang membuat kita tidak sabar?

Apa akar masalahnya?

Apa pemicunya?

Apa kelemahan kita?

Setelah itu baru kita mencari obatnya.

Jangan Mengobati Diri dengan Hawa Nafsu

Dalam menghadapi penyakit, seseorang bisa berada dalam beberapa keadaan.

Pertama, dia sudah berusaha mengobati dirinya dengan benar, tetapi karena prosesnya panjang dia merasa bosan.

Kedua, dia mencari *second opinion*—mencari orang yang lebih berilmu untuk mendapatkan nasihat atau pandangan lain.

Ini tidak masalah.

Yang ketiga, dia mengobati dirinya sendiri berdasarkan hawa nafsunya.

Ini yang berbahaya.

Misalnya seseorang sakit **GERD**.

Dokter sudah mengatakan:

"Jangan terlalu banyak makan makanan tertentu."

"Kurangi makanan yang memicu sakit."

"Perhatikan pola makan."

"Minum obat sesuai petunjuk."

Dia menjalankannya, tetapi kemudian bosan.

"*Wah, saya ingin makan ini.*"

Padahal dia tahu makanan tersebut bisa memperparah penyakitnya.

Kalau dia tetap mengikuti hawa nafsunya, penyakitnya justru bisa semakin berat.

Demikian pula dengan penyakit hati.

Kita tahu bahwa sifat buruk memiliki obat.

Tetapi obat itu kadang membutuhkan proses.

Kita harus sabar menjalani proses tersebut.

Inilah yang disebut:

مُجَاهَدَةُ النَّفْسِ

Jihad melawan diri sendiri.

Obat Harus Sesuai Takaran

Jamaah sekalian, obat juga harus sesuai dosis.

Ada tiga kemungkinan.

Pertama

Seseorang mengonsumsi obat **melebihi dosis**.

Ini bisa menyebabkan overdosis dan berbahaya.

Kedua

Dia mengonsumsi obat **kurang dari dosis yang seharusnya**.

Akibatnya, obat tersebut tidak efektif.

Ketiga

Dia menggunakan obat **sesuai dosis dan takaran yang benar** menurut orang yang ahli.

Begitu pula ketika kita menghadapi masalah dalam hidup.

Ketika tertimpa musibah, kita boleh meminta nasihat kepada ustaz, ulama, atau orang yang memiliki ilmu dan pengalaman.

Tujuannya agar kita mendapatkan cara yang tepat untuk memperkuat kesabaran kita.

Jangan mengambil "obat" berdasarkan hawa nafsu sendiri.

Mengganti yang Haram dengan yang Halal

Faktor kedua yang membantu seseorang bersabar adalah:

تَعْوِضُ النَّفْسِ بِالْحَلَالِ الْمُبَاحِ الْمُعَوِّضِ عَنِ الْحَرَامِ

"Memberikan kepada diri sesuatu yang halal dan mubah sebagai pengganti dari sesuatu yang haram."

Allah tidak mengharamkan sesuatu tanpa memberikan jalan keluar.

Contohnya zina.

Apa penggantinya?

Pernikahan.

الرِّبَا عِلَاجُهُ الزَّوْاجُ

Zina, obatnya adalah pernikahan yang halal.

Riba?

Allah memberikan jalan yang halal berupa jual beli dan perdagangan yang sesuai syariat.

Maka ketika kita meninggalkan sesuatu yang haram, jangan hanya mengatakan:

"Saya harus meninggalkan ini."

Tetapi pikirkan juga:

"Apa alternatif halal yang Allah sediakan?"

Ini akan membantu seseorang untuk bersabar.

Yang Halal Jauh Lebih Banyak

Jamaah sekalian, terkadang ada orang yang mengatakan:

"Kenapa Islam banyak sekali larangannya?"

Padahal sebenarnya yang halal jauh lebih banyak daripada yang haram.

Dalam urusan dunia, kaidah dasarnya adalah:

الأَصْلُ فِي الْأَشْيَاءِ الْإِبَاحَةُ

"Hukum asal segala sesuatu dalam perkara dunia adalah boleh."

Sampai datang dalil yang menunjukkan keharamannya.

Jadi dalam urusan dunia, ketika seseorang mengatakan:

"Ini tidak boleh."

Maka kita boleh bertanya:

"Apa dalil yang melarangnya?"

Contohnya:

"Kamu tidak boleh minum air."

Kita bertanya:

"Mana dalil yang melarang minum air?"

Atau:

"Kamu tidak boleh duduk seperti ini."

"Mana dalil yang melarangnya?"

Karena dalam urusan dunia, hukum asalnya adalah boleh sampai ada dalil yang menunjukkan larangan.

Berbeda dengan Ibadah

Adapun dalam urusan ibadah, prinsipnya berbeda.

Dalam ibadah, kita membutuhkan dalil yang menunjukkan bahwa ibadah tersebut memang disyariatkan.

Misalnya ada seseorang yang mengatakan:

"Saya membaca zikir tertentu 1.111 kali, setiap pukul 11 siang dan pukul 11 malam."

Kemudian ketika ditanya:

"Kenapa 1.111 kali?"

"Kenapa pukul 11?"

"Kenapa lafaznya seperti itu?"

Dia menjawab:

"Saya diajarkan oleh seseorang."

Maka persoalannya bukan:

"Apa dalil yang melarang zikir?"

Itu cara berpikir yang keliru.

Pertanyaannya adalah:

"Apa dalil yang mensyariatkan zikir dengan jumlah tersebut, waktu tersebut, dan tata cara tersebut?"

Kalau seseorang diperintahkan untuk banyak berzikir, silakan berzikir sebanyak-banyaknya.

Tetapi ketika ditentukan:

- jumlah tertentu;
- waktu tertentu;
- tempat tertentu;
- tata cara tertentu;
- keutamaan tertentu;

maka membutuhkan dalil.

Karena ibadah itu **tawqīfiyyah**.

Allah Memberikan Banyak Jalan yang Halal

Jamaah sekalian, kembali kepada pembahasan kita.

Yang haram itu lebih sedikit daripada yang halal.

Kalau seseorang merasa hampir jatuh kepada zina, ingat:

Ada jalan halal: menikah.

Kalau belum mampu menikah, ada pula jalan untuk menjaga diri, di antaranya berpuasa.

Masih banyak jalan halal lainnya.

Jadi jangan sampai seseorang mengatakan:

"Saya tidak punya pilihan."

Tidak.

Allah telah memberikan banyak pilihan yang halal.

Kita hanya perlu belajar menemukannya dan bersabar menjalaninya.

Pikirkan Akibat dari Maksiat

Faktor ketiga yang membantu seseorang bersabar adalah:

memikirkan akibat dan dampak dari maksiat.

Ketika seseorang ingin melakukan kemaksiatan, dia jangan hanya melihat kenikmatan sesaat.

Pikirkan:

Apa akibatnya?

Apa dampaknya?

Apa hukumnya?

Apa yang akan terjadi jika saya terus melakukannya?

Allah bisa memberikan hukuman di dunia.

Allah juga bisa menangguhkan hukuman tersebut hingga akhirat.

Dan salah satu bentuk yang sangat berbahaya adalah **istidrāj**.

Jangan Tertipu dengan Dunia

Kadang-kadang ada orang berkata:

"Lihat tuh, dia tidak salat, tetapi kaya."

"Lihat tuh, orang itu hidupnya foya-foya, tetapi hartanya banyak."

Kemudian dia berpikir:

"Berarti tidak perlu salat juga tidak apa-apa. Toh mereka kaya."

Ini cara berpikir yang keliru.

Jangan menjadikan ukuran dunia sebagai ukuran keridhaan Allah.

Kekayaan bukan otomatis tanda bahwa Allah ridha.

Kemiskinan bukan otomatis tanda bahwa Allah murka.

Karena bisa jadi seseorang mendapatkan kelapangan dunia sebagai **istidrāj**.

Dia terus diberi kenikmatan sementara dia semakin jauh dari Allah.

Itulah yang berbahaya.

Hukuman Terbesar Bukan Selalu Kehilangan Harta

Jamaah sekalian, hukuman terbesar bagi seseorang bukan selalu ketika Allah menahan rezekinya.

Allah sudah menentukan rezeki setiap hamba.

Allah sudah menakur dan menetapkan.

Tugas kita adalah **berikhtiar** dan berusaha semampu kita.

Namun hukuman yang lebih besar adalah ketika seseorang mendapatkan dunia tetapi kehilangan **ketaatan**.

Dia semakin kaya, tetapi semakin jauh dari Allah.

Dia semakin nyaman, tetapi semakin meninggalkan salat.

Dia semakin mendapatkan dunia, tetapi kehilangan iman dan ketakwaan.

Ini jauh lebih berbahaya.

Karena pada hakikatnya, yang paling kita butuhkan bukan dunia.

Kita membutuhkan Allah.

Allah tidak membutuhkan kita.

Allah tidak membutuhkan ibadah kita.

Tetapi **kita yang membutuhkan Allah.**

Kita yang Membutuhkan Allah

Ibnul Qayyim rahimahullah memiliki ungkapan yang sangat indah.

Beliau menjelaskan bahwa tidak mengherankan ketika seorang **mamlūk**, seorang hamba, berkhidmat kepada tuannya.

Karena memang dia adalah hamba.

Yang mengherankan justru ketika **al-Malik**, sang Raja dan Penguasa, tetap berbuat ihsan kepada hambanya.

Allah tidak membutuhkan kita.

Tetapi Allah tetap memberikan kepada kita:

- rezeki;
- kesehatan;
- keluarga;
- ilmu;

- kesempatan bertobat;
- kesempatan beribadah;
- dan begitu banyak nikmat yang tidak mampu kita hitung.

Maka sungguh, yang mengagumkan adalah kemurahan Allah kepada kita.

Kita berbuat baik kepada Allah karena kita membutuhkan-Nya.

Tetapi Allah berbuat baik kepada kita bukan karena Allah membutuhkan kita.

SABAR BISA DIPERLUAS

Jamaah sekalian, dari sini kita mengambil pelajaran:

Sabar adalah sesuatu yang bisa diupayakan.

Sabar bisa dilatih.

Mungkin hari ini kesabaran kita masih sempit.

Tetapi kalau terus dilatih, insya Allah akan semakin luas.

Yang tadinya mudah marah, perlahan menjadi lebih tenang.

Yang tadinya mudah panik, menjadi lebih mampu mengendalikan diri.

Yang tadinya mudah mengeluh, mulai belajar mengadu kepada Allah.

Yang tadinya mudah menyerah, mulai belajar bertahan di atas kebenaran.

Jadi jangan mengatakan:

"Saya memang orangnya tidak sabar."

Katakan:

"Saya sedang belajar menjadi orang yang sabar."

Karena sabar adalah bagian dari **sayap keimanan**, bersama dengan syukur.

SABAR DAN SYUKUR: DUA KAKI MENUJU AKHIRAT

Bayangkan seseorang sedang berjalan.

Dia membutuhkan kaki kanan dan kaki kiri.

Demikian pula seorang mukmin.

Dia berjalan menuju Allah dengan dua bekal:

syukur dan sabar.

Ketika mendapatkan nikmat:

bersyukur.

Ketika mendapatkan ujian:

bersabar.

Syukur.

Sabar.

Syukur.

Sabar.

Terus melangkah sampai akhirnya kita bertemu dengan Allah Subhanahu wa Ta'ala.

Semoga Allah menjadikan kita orang-orang yang sabar dan bersyukur.

TANYA JAWAB

Pertanyaan 1 : Bagaimana agar Orang Tua Lebih Sabar dalam Mendidik Anak?

Pertanyaan:

"Bagaimana nasihat bagi para orang tua dalam mendidik anak? Karena sering kali kita sebagai orang tua kurang sabar menghadapi anak. Sedikit-sedikit kita maki, kita hukum, bahkan kita pukul. Ibaratnya kita banyak melakukan kezaliman kepada anak karena pendeknya kesabaran kita."

Jawaban:

Jamaah sekalian, salah satu hal yang membuat seseorang bisa bersabar adalah setelah dia belajar tentang **ma'rifatullah**—mengetahui Allah Subhanahu wa Ta'ala.

Termasuk mengetahui Nabi yang mulia Shallallahu 'Alaihi wa Sallam dan mengetahui agama ini.

Namun ada satu ilmu yang juga sangat bermanfaat, yaitu:

مَعْرِفَةُ الْعَبْدِ نَفْسَهُ

Seorang hamba mengenali dirinya sendiri.

Kita harus mengenali diri kita.

Karena ketika seseorang mengenal dirinya, dia akan memahami:

"Untuk apa Allah menciptakan saya?"

Jawabannya:

Untuk beribadah kepada Allah.

Dengan demikian kita memiliki tujuan hidup dan orientasi hidup yang jelas.

Allah Memberikan Kita Berbagai Instrumen

Allah juga telah memberikan kepada kita berbagai instrumen untuk menjalani kehidupan.

Allah memberikan **fitrah**.

Fitrah yang mengarahkan kepada Islam, iman, tauhid, dan kebaikan.

Allah memberikan **gharīzah**, naluri atau insting.

Allah memberikan berbagai **adawāt li at-ta'allum**, instrumen untuk belajar.

Awalnya kita tidak mengetahui apa-apa.

Kemudian Allah memberikan pendengaran, penglihatan, dan kemampuan memahami.

Dengan itu kita bisa belajar.

Allah juga memberikan kepada kita: **وَجَدَانَا وَمَشَاعِرَ**
Perasaan dan emosi.

Kita bisa:

- sedih;
- kecewa;
- bahagia;
- marah;
- takut;
- gelisah;
- dan seterusnya.

Nah, di sinilah pengetahuan tentang emosi dan perasaan menjadi penting.

Karena ketika kita mengenal emosi kita, kita bisa belajar mengelolanya.

Dan kemampuan mengelola diri inilah yang berkaitan erat dengan **akhlak**.

Emosi Tidak Selalu Buruk

Jamaah sekalian, Allah memberikan kepada kita emosi.

Kita bisa bahagia.

Kita bisa senang.

Kita bisa kecewa.

Kita bisa sedih.

Kita bisa gelisah.

Semuanya bagian dari kehidupan manusia.

Allah juga memberikan kemampuan **tamyīz** – kemampuan memilah dan membedakan.

Kita bisa membedakan:

- mana yang baik;
- mana yang buruk;
- mana yang bermanfaat;
- mana yang berbahaya.

Demikian pula kita dapat mengenali emosi.

Ada emosi yang terasa menyenangkan:

- bahagia;
- tenang;
- senang.

Ada pula emosi yang terasa tidak menyenangkan:

- marah;
- kecewa;
- gelisah;
- kesal;
- sedih.

Emosi itu sendiri bukan otomatis dosa.

Yang perlu kita perhatikan adalah bagaimana kita merespons emosi tersebut.

Emosi Adalah Bagian dari Ujian

Ketika Allah memberikan cobaan yang sulit, biasanya kita merasa:

- sedih;
- kecewa;
- gelisah.

Ketika Allah memberikan nikmat, biasanya kita merasa:

- bahagia;
- senang.

Namun semua emosi di dunia ini **berubah-ubah**.

Hari ini bahagia, besok mungkin sedih.

Hari ini sedih, besok bisa bahagia.

Hari ini kecewa, besok mungkin mendapatkan kegembiraan.

Tidak ada emosi dunia yang kekal.

Berbeda dengan kehidupan akhirat.

Allah akan menjadikan penghuni surga mendapatkan kebahagiaan yang kekal.

Dan penghuni neraka mendapatkan kesengsaraan yang kekal.

Maka selama kita masih di dunia, ketika sedang sedih, jangan merasa bahwa kesedihan itu akan selamanya.

Tidak.

Kita masih memiliki kesempatan untuk berubah.

Masih ada kesempatan untuk bertobat.

Masih ada kesempatan untuk memperbaiki keadaan.

Masih ada kesempatan untuk mendapatkan kebahagiaan.

Emosi Bersifat Subjektif

Secara praktis, kita perlu memahami bahwa emosi bersifat **subjektif**.

Artinya, setiap orang bisa memberikan respons emosional yang berbeda terhadap peristiwa yang sama.

Misalnya ada beberapa anak sedang bermain dan berisik.

Anak yang satu melihatnya sebagai sesuatu yang lucu.

Anak yang lain merasa terganggu.

Ada yang tertawa.

Ada yang kesal.

Ada yang marah.

Satu peristiwa, respons emosinya bisa berbeda-beda.

Mengapa?

Karena setiap orang memiliki pengalaman, ilmu, pengetahuan, karakter, dan cara memaknai peristiwa yang berbeda.

Karena itu, jangan mudah mengatakan:

"Kalau menghadapi kondisi seperti ini, semua orang seharusnya merasa begini."

Tidak selalu demikian.

Emosi Juga Memunculkan Respons Fisiologis

Emosi juga merupakan respons fisiologis.

Artinya, emosi memiliki kaitan dengan respons tubuh.

Ketika seseorang takut, misalnya, tangannya bisa gemetar.

Ketika seseorang marah, suaranya bisa meninggi.

Matanya bisa melotot.

Ketika seseorang bahagia, dia bisa tertawa.

Tubuh memberikan respons terhadap emosi.

Karena itu kita perlu belajar memahami **bahasa emosi**.

Terutama bagi para ibu, karena bahasa emosi ini banyak ditangkap oleh anak.

Anak belajar bukan hanya dari apa yang kita katakan.

Mereka juga belajar dari:

- ekspresi wajah;
- intonasi suara;
- bahasa tubuh;
- sentuhan;
- cara kita merespons masalah.

Maka orang tua perlu mempelajari hal ini.

Emosi → Respons Tubuh → Perilaku

Jamaah sekalian, setelah respons fisiologis, ada yang namanya **respons behavior**, yaitu respons perilaku.

Di sinilah akhlak kita akan terlihat.

Bukan sekadar:

"Saya sedang marah."

Tetapi:

"Apa yang saya lakukan ketika saya marah?"

Ini yang menjadi persoalan.

Karena itu, ketika emosi muncul, langkah pertama adalah:

1. Terima dan Validasi Emosi

Misalnya:

"Saya sedang marah."

"Saya sedang sedih."

"Saya sedang kecewa."

Terima dahulu.

Jangan melakukan **denial**.

Jangan mengatakan:

"Saya tidak marah."

Padahal sebenarnya marah.

Akui:

"Ya, saya sedang marah."

Menerima emosi **bukan berarti membenarkan semua tindakan yang muncul akibat emosi tersebut.**

Emosi yang muncul di dalam diri tidak otomatis membuat kita berdosa.

Yang menjadi persoalan adalah ketika emosi tersebut diwujudkan dalam ucapan atau perbuatan yang diharamkan.

Bahkan kalau seseorang mampu menahan dirinya ketika marah, dia bisa mendapatkan pahala.

2. Cari Tahu Penyebabnya

Setelah menerima dan mengenali emosi, langkah berikutnya:

Cari tahu penyebabnya.

Tidak mungkin seseorang tiba-tiba marah tanpa ada sebab.

Tidak mungkin seseorang tiba-tiba sedih tanpa ada sesuatu yang melatarbelakanginya.

Tidak mungkin seseorang tiba-tiba kecewa tanpa ada pemicunya.

Maka cari tahu:

Apa yang membuat saya marah?

Apa yang menjadi pemicunya?

Apa yang sebenarnya sedang terjadi?

Inilah yang kemudian berkaitan dengan sabda Nabi Shallallahu 'Alaihi wa Sallam: لَا تَغْضَبْ "Jangan marah."

Para ulama seperti Imam An-Nawawi dan Al-Khattabi rahimahumallah menjelaskan bahwa salah satu makna dari larangan tersebut adalah agar seseorang tidak menempatkan dirinya pada keadaan atau situasi yang dapat mencetuskan kemarahannya.

Jadi jangan sampai kita sengaja masuk ke dalam situasi yang kita tahu akan memancing emosi kita.

Kenali pemicu emosi, kemudian hindari dan kelola dengan ilmu.

Kenali Pemicu Kemarahan

Jamaah sekalian, kita harus mengetahui apa yang membuat kita marah.

Apa yang menjadi pemicu kita?

Kalau kita sudah mengetahui pemicunya, kita bisa berusaha menghindarinya atau mengelolanya.

Jangan sampai ketika emosi sudah muncul, kemudian kita membiarkan kemarahan itu diwujudkan dalam ucapan atau perbuatan yang mendatangkan kemurkaan Allah Subhanahu wa Ta'ala.

Jadi, emosi itu ada *trigger*-nya.

Tidak mungkin seseorang tiba-tiba marah tanpa sebab.

Tidak mungkin tiba-tiba sedih.

Pasti ada sesuatu yang menjadi pemicu.

Maka cari tahu:

Apa trigger saya?

Setelah kita mengetahui pemicunya, Allah memberikan kepada kita **akal**.

Salah satu fungsi akal adalah untuk menimbang dan memilah.

Dengan akal, kita bisa bertanya:

"Layakkah saya marah karena masalah ini?"

"Layakkah saya sedih karena masalah ini?"

"Apakah masalah ini memang sebesar itu?"

Di sinilah akal membutuhkan **ilmu**.

Ilmu adalah nutrisi bagi akal.

Contoh: Anak Usia Dini yang Banyak Bergerak

Jamaah sekalian, misalnya ada seorang bapak melihat anak kecil usia tiga, empat, atau lima tahun.

Anak tersebut lari-lari.

Berteriak-teriak.

Banyak bergerak.

Akhirnya bapaknya terganggu.

Kemudian marah:

"Sudah! Diam kamu!"

"Jangan banyak bergerak!"

Kenapa bapaknya marah?

Karena dia terpicu oleh perilaku anak yang banyak bergerak.

Tetapi bagaimana kalau bapak tersebut belajar?

Ternyata anak usia dini memang secara tabiatnya:

- banyak bergerak;
- aktif;
- senang bermain;
- memiliki kebutuhan untuk mengeksplorasi lingkungan.

Artinya bukan kemudian anak dibiarkan tanpa aturan.

Tetap ada **batasan dan aturan**.

Ada **nizham**, ada tata tertib.

Tetapi jangan setiap gerakan anak dianggap sebagai kesalahan.

Anak perlu difasilitasi untuk bergerak dan beraktivitas sesuai dengan kebutuhannya.

Ketika kita mengetahui hal tersebut, maka ilmu masuk ke dalam diri kita.

Akal kita mendapatkan nutrisi.

Akhirnya ketika anak banyak bergerak, kita tidak perlu langsung marah.

Kita bisa mengatakan:

"Oh, ternyata ini memang bagian dari karakter anak usia dini."

Kemudian kita tinggal memberikan batasan yang sesuai.

Ilmu Mengubah Respons Kita

Ini yang menarik.

Peristiwa yang sama bisa menghasilkan respons yang berbeda setelah kita mendapatkan ilmu.

Sebelum belajar:

Anak berlari → saya marah.

Setelah belajar:

Anak berlari → saya memahami kebutuhannya → saya memberikan batasan → saya tidak perlu marah.

Maka ilmu bukan sekadar menambah informasi.

Ilmu mengubah **cara kita memandang sesuatu**.

Dan ketika cara pandang berubah, respons kita juga bisa berubah.

Inilah salah satu bentuk **sabar yang dilatih**.

Bahasa Kasih Sayang Setiap Orang Berbeda

Jamaah sekalian, ini juga bisa dilatih dalam hubungan suami dan istri.

Ada seorang perempuan yang sejak kecil terbiasa mendapatkan kasih sayang dari keluarganya melalui sentuhan.

Kalau bertemu orang tua, dipeluk.

Diberikan perhatian.

Didekap.

Kemudian dia menikah dengan seorang laki-laki yang tidak terbiasa menunjukkan kasih sayang melalui sentuhan.

Ketika dipeluk, suaminya justru merasa kikuk.

Akhirnya sang istri merasa:

"Kok saya tidak disayang oleh suami saya?"

Padahal belum tentu suaminya tidak menyayanginya.

Bisa jadi **bahasa kasih sayang mereka berbeda**.

Ada pasangan yang menunjukkan kasih sayang melalui sentuhan.

Ada yang melalui ucapan.

Ada yang melalui pelayanan dan perhatian.

Kasus Suami yang Tidak Banyak Bicara

Ada seorang istri yang bahkan sempat berkonsultasi karena merasa suaminya tidak menyayanginya.

Alasannya:

"Suami saya tidak pernah mengatakan, 'Aku sayang kamu.'"

Tidak pernah mengatakan:

"Aku kangen kamu."

Tidak terbiasa memeluk.

Kemudian suaminya dipanggil.

Ternyata suaminya memang tipe orang yang pendiam.

Bahkan ketika bertemu dengan orang tuanya, justru ibunya yang lebih banyak berbicara.

Namun ibunya menceritakan bahwa anaknya sebenarnya sangat perhatian, termasuk kepada istrinya.

Buktinya?

Ketika pulang ke rumah, dia sering:

- membersihkan rumah;
- menyapu;
- mengepel;
- mencuci piring;
- membantu berbagai pekerjaan.

Bagi sebagian orang:

"Wah, suaminya baik sekali."

Tetapi sang istri tidak merasakan hal tersebut sebagai bentuk kasih sayang karena bahasa kasih sayangnya berbeda.

Suaminya menunjukkan kasih sayang melalui **khidmah** – pelayanan dan tindakan nyata.

Sementara istrinya lebih membutuhkan:

- sentuhan;
- ucapan kasih sayang;
- ungkapan rindu;
- perhatian secara verbal.

Kalau hal ini tidak dipahami, hubungan bisa rusak.

Bahkan bisa menjadi persoalan besar dalam rumah tangga.

Emosi dan Perasaan Bisa Dikenali dan Dilatih

Jamaah sekalian, dari sini kita memahami bahwa emosi dan perasaan kita adalah sesuatu yang bisa:

dikenali dan dilatih.

Jangan mengatakan:

"Saya memang seperti ini."

"Saya memang orangnya keras."

"Bapak saya juga keras."

Tidak.

Karakter dan respons kita bisa dilatih.

Ada bapak-bapak yang ketika dinasihati:

"Pak, jangan terlalu keras kepada anak."

Dia menjawab:

"Saya memang tipikalnya keras, Ustaz."

Bukan berarti harus selamanya seperti itu.

Kalau kita menyadari bahwa ada sesuatu yang perlu diperbaiki, maka kita berusaha memperbaikinya.

Jangan Sampai Anak Membenci Al-Qur'an

Jamaah sekalian, ini menjadi sangat penting ketika kita mendidik anak dengan Al-Qur'an.

Ada orang tua yang sangat ingin anaknya menjadi penghafal Al-Qur'an.

Niatnya baik.

Tujuannya baik.

Tetapi terkadang caranya salah.

Anak dipaksa sejak kecil:

"Kamu harus hafal Al-Qur'an!"

Karena merasa anak sedang berada pada masa yang baik untuk belajar, akhirnya anak terus-menerus **di-drill** menghafal.

Masalahnya bukan pada Al-Qur'annya.

Masalahnya pada **cara orang tua menyampaikannya**.

Anak bisa merasa bahwa Al-Qur'an adalah beban.

Lebih berbahaya lagi kalau dalam proses tersebut anak selalu mengalami:

- bentakan;
- kemarahan;
- omelan;
- tekanan;
- hukuman yang tidak tepat.

Kemudian dalam benak anak terbentuk asosiasi:

"Gara-gara Al-Qur'an, ayah saya marah."

Kalau yang dibenci hanya ayahnya, mungkin masih bisa diperbaiki.

Tetapi kalau sampai anak membenci Al-Qur'an, **wal'iyādzubillāh**, ini jauh lebih berbahaya.

Karena itu, membangun kecintaan kepada Al-Qur'an harus diiringi:

kelemahlembutan, kasih sayang, dan kesabaran.

Ingin Anak Belajar Al-Qur'an? Bangun Cinta

Bagi para ibu dan bapak yang ingin mengajarkan Al-Qur'an kepada anak:

Jangan hanya berpikir:

"Bagaimana anak saya cepat hafal?"

Tetapi pikirkan juga:

"Bagaimana anak saya mencintai Al-Qur'an?"

Ini jauh lebih penting.

Karena ketika anak mencintai Al-Qur'an, insya Allah proses belajar akan menjadi lebih mudah.

Kita ingin anak memiliki hubungan yang baik dengan Al-Qur'an.

Bukan anak yang ketika melihat mushaf langsung teringat:

"Ayah akan marah."

Tetapi ketika melihat Al-Qur'an, dia merasa:

"Ini kitab yang saya cintai."

Sabar Harus Diikuti Regulasi Emosi

Jamaah sekalian, kesabaran dalam mendidik anak harus diikuti dengan kemampuan **meregulasi emosi**.

Kalau kita ingin anak sabar, kita sebagai orang tua juga harus belajar mengelola emosi.

Karena tidak mungkin kita terus-menerus berkata:

"Sabar, Nak."

Sementara kita sendiri mudah meledak.

Anak akan belajar lebih banyak dari **contoh nyata** yang dia lihat.

Maka ketika emosi kita muncul:

berhenti sejenak.

Kenali.

Akui.

Atur.

Kemudian pilih respons yang benar.

Pembelajaran Membutuhkan Muroja'ah

Jamaah sekalian, kalau anak masih belum bisa melakukan sesuatu, jangan cepat menyerah.

Ulangi.

Ulangi lagi.

Ulangi lagi.

Karena kunci pembelajaran, terutama pembelajaran Al-Qur'an, terletak pada: مُرَاجَعَةٌ *Muroja'ah*.

Dan juga: تَكَرَّرٌ *Tikrar* – pengulangan.

Serta: اِسْتِمْرَارٌ *Istimrar* yaitu terus-menerus dan berkesinambungan.

Jadi ada tiga kata penting:

Muroja'ah – Tikrar – Istimrar.

Mengulang – mengulang – dan terus berlanjut.

Manusia itu mudah menghafal, tetapi juga mudah lupa.

Karena itu membutuhkan muroja'ah.

Dan muroja'ah sering kali melelahkan.

Maka dibutuhkan **kesabaran ekstra**.

Ketika Orang Tua Terlanjur Marah

Jamaah sekalian, bagaimana kalau suatu ketika kita terjatuh dalam emosi?

Kita marah.

Kita membentak anak.

Kita kemudian sadar bahwa kita salah.

Apa yang dilakukan?

Segera beristighfar.

Kemudian:

minta maaf kepada anak.

Jangan gengsi.

Katakan:

"Maaf ya, Nak. Tadi Ummi marah-marah sama kamu."

Atau:

"Maaf ya, Nak. Tadi Abi membentak kamu."

Mengakui kesalahan kepada anak bukan berarti kehilangan wibawa.

Justru kita sedang mengajarkan kepada anak:

orang yang baik adalah orang yang berani mengakui kesalahan dan memperbaikinya.

Kita manusia biasa.

Kita bisa salah.

Kita bisa terpancing emosi.

Tetapi setelah itu kita kembali kepada Allah dan memperbaiki hubungan dengan anak.

Dan yang Terakhir: Banyak Berdoa

Jamaah sekalian, yang terakhir:

banyaklah berdoa kepada Allah.

Doakan anak-anak kita.

Doakan kebaikan mereka.

Mohon kepada Allah agar Allah memberikan hidayah kepada mereka.

Terutama ketika kita mengajarkan Al-Qur'an secara langsung kepada anak-anak.

Berdoalah kepada Allah.

Karena doa orang tua kepada anak merupakan sesuatu yang sangat kita harapkan keberkahannya.

Jangan hanya mengandalkan kemampuan kita.

Kita mendidik, tetapi Allah yang memberikan hidayah.

Kita berusaha, tetapi Allah yang memberikan taufik.

Maka:

**didik dengan ilmu,
dengan kasih sayang,
dengan kelemahlembutan,
dengan kesabaran,
dan dengan doa.**

Pertanyaan 2 : Apakah Anak Harus Dipindahkan dari Sekolah yang Tidak Lagi Bermanhaj Salaf?

Pertanyaan:

"Anak-anak kami sekolah di sebuah yayasan yang dahulu dikenal dengan manhaj yang baik. Namun sekarang pengelola atau manajemennya sudah tidak lagi berjalan di atas manhaj tersebut. Sekarang sekolah itu berada di bawah naungan organisasi kami sebagai orang tua. Apakah kami harus memindahkan anak kami ke sekolah yang jelas, Ustadz?"

Jawaban:

Barakallahu fikum.

Jamaah sekalian, yang pertama perlu dipahami:

Tidak ada kewajiban bagi kita untuk menyekolahkan anak di sekolah yang berlabel "Sunnah".

Tidak ada kewajiban bahwa anak harus masuk sekolah yang memiliki label tertentu.

Tetapi yang menjadi kewajiban kita adalah:

Mendidik anak-anak kita di atas Al-Qur'an dan Sunnah.

Ini harus dipahami dengan baik.

Kalau kita mengatakan bahwa sekolah berlabel Sunnah adalah sebuah kewajiban, maka seolah-olah setiap orang tua yang tidak menyekolahkan anaknya di sekolah tersebut menjadi berdosa.

Padahal bukan itu persoalannya.

Kewajiban utama ada pada **pendidikan anak di atas Al-Qur'an dan Sunnah.**

Sekolah Tidak Ada yang Sempurna

Yang kedua, kita harus memahami bahwa **tidak ada sekolah yang sempurna.**

Sekolah yang menggunakan label Sunnah pun tetap dikelola oleh manusia.

Pasti ada kekurangan.

Ada kelemahan.

Ada hal-hal yang perlu diperbaiki.

Demikian pula sekolah yang tidak menggunakan label Sunnah.

Bukan berarti semua sekolah tersebut buruk.

Bisa saja terdapat berbagai kebaikan yang dapat diambil.

Maka jangan hanya melihat label.

Lihat:

- akidah;
- manhaj;
- visi pendidikan;
- lingkungan;
- guru;
- sistem pendidikan;
- dan sejauh mana sekolah tersebut membantu kita mencapai tujuan pendidikan anak.

Sekolah adalah Partner, Bukan Tempat Menitipkan Anak

Yang ketiga, ketika kita menyekolahkan anak, tujuan kita adalah **bersinergi dengan sekolah**.

Sekolah bukan tempat untuk:

"Saya titip anak saya. Terserah sekolah mau bagaimana."

Ini keliru.

Orang tua dan sekolah harus **bekerja sama** dalam mendidik anak.

Karena itu, carilah partner pendidikan yang:

- seakidah;
- sevisi;
- semisi;
- dan sebisa mungkin sejalan dalam prinsip pendidikan.

Kalau suatu ketika kita merasa sebuah lembaga sudah tidak lagi sevisi, tidak lagi semisi, atau tidak lagi sejalan dengan prinsip pendidikan yang ingin kita bangun, maka kita boleh mencari partner pendidikan yang lain.

Tidak ada masalah.

Tetapi mindset dasarnya harus benar:

Sekolah adalah partner pendidikan, bukan pengganti orang tua.

Rumah Tetap Madrasah Pertama

Ada seorang teman saya yang anak-anaknya sejak SD bersekolah di sekolah negeri.

Ketika ditanya:

"Kenapa tidak menyekolahkan anak di sekolah Sunnah?"

Dia menjawab beberapa alasan, di antaranya karena biaya dan jarak.

Tetapi ada satu alasan yang menarik.

Dia mengatakan bahwa anaknya disekolahkan untuk mendapatkan sesuatu yang belum mampu dia berikan sendiri.

Misalnya:

- fisika;
- kimia;
- bahasa Inggris;
- dan ilmu-ilmu lainnya.

Sedangkan untuk urusan agama, dia sendiri yang berusaha mengajarkannya.

Ini prinsip yang perlu dipahami.

Sekolah bukan pengganti orang tua.

Rumah adalah tempat pendidikan yang pertama.

Orang tua adalah guru pertama.

Sekolah berfungsi sebagai **pendukung dan penopang** pendidikan yang sudah dibangun di rumah.

Jangan semua pendidikan kita titipkan kepada sekolah.

Pertanyaan 3 : Berapa Kali Anak Harus Diingatkan untuk Salat?

Pertanyaan:

"Ustaz, berapa kali kita harus mengingatkan anak untuk salat sehingga nanti menjadi hujah di hadapan Allah?"

Jawaban:

Kita ingatkan **berulang-ulang**.

Tidak ada angka tertentu yang bisa kita katakan:

"Kalau sudah 100 kali, selesai."

Tidak seperti itu.

1. Kita terus mengingatkan.
2. Kita terus menasihati.
3. Kita terus mengajarkan.

Karena pendidikan membutuhkan pengulangan.

Kalau anak sudah kembali dan mau salat, kita tetap membimbingnya.

Kalau sudah kita nasihati, kita sudah berusaha, tetapi ternyata anak tetap tidak mau salat, maka kita terus melakukan kewajiban kita, mendoakan anak, dan menyerahkan urusannya kepada Allah.

Yang penting kita sudah berusaha:

- mengajarkan salat;
- memerintahkan salat;
- mengingatkan;
- membimbing;
- dan mendoakannya.

Jangan mudah menyerah.

Pertanyaan 4 : Bagaimana Ibu Rumah Tangga Menghadapi Kelelahan dan Suami yang Kurang Mendukung?

Pertanyaan:

"Saya seorang ibu rumah tangga yang 24 jam bersama anak. Saya sangat lelah dan terkadang berharap suami memvalidasi kelelahan saya. Namun suami juga

merasa sama-sama lelah dan kurang memberikan dukungan. Bagaimana agar saya tetap sabar? Apakah saya tidak boleh mengeluh sama sekali?"

Jawaban:

Jamaah sekalian, manusia memang memiliki tabiat suka mengeluh.

Allah menyebutkan bahwa manusia memiliki kelemahan.

Adanya tabiat tersebut **tidak otomatis berarti dosa**.

Tetapi kita belajar untuk mengurangi dan mengendalikannya.

Jadi tidak berarti seorang ibu tidak boleh sama sekali mengatakan:

"Saya capek."

"Saya lelah."

Yang penting adalah **kepada siapa kita mengeluh dan bagaimana cara kita mengeluh**.

Mengeluh kepada Allah

Kalau kita sedang lelah, kita bisa mengatakan:

"Ya Allah, aku capek."

"Ya Allah, aku lelah."

"Ya Allah, kuatkan aku."

Kita mengadukan kelemahan kita kepada Allah.

Ini jauh lebih bermanfaat daripada menjadikan media sosial sebagai tempat utama untuk mencurahkan semua keluhan.

Tentu kita boleh meminta nasihat kepada teman atau orang yang kita percaya.

Tetapi ujungnya tetap:

kembali kepada Allah.

Minta pertolongan kepada Allah.

Menangis di hadapan Allah.

Mengadu kepada Allah.

Karena Allah mengetahui keadaan kita.

Hidup Ini untuk Allah

Jamaah sekalian, jangan lupa:

Anda hidup untuk Allah.

Bukan hidup hanya untuk suami.

Bukan hidup hanya untuk anak.

Bukan hidup hanya untuk orang tua.

Kita adalah **hamba Allah**.

Maka jadikan seluruh kehidupan kita untuk Allah.

Ketika kita lelah bersama anak, kita bisa mengatakan:

"Ini karena Allah."

"Saya sedang menjalankan amanah dari Allah."

"Saya ingin mendapatkan pahala dari Allah."

Dengan demikian, kelelahan tidak menjadi sia-sia.

Lelah dengan Lillah, Fillah, dan Billah

Lelah itu kita terima.

"Ya, saya lelah."

Tetapi jangan berhenti di situ.

Jadikan lelah itu sebagai jalan mendapatkan pahala:

Lillāh

Karena Allah.

Fillāh

Berada di jalan Allah dan dalam perkara yang diridhai Allah.

Billāh

Dengan pertolongan Allah.

Kita membutuhkan Allah.

لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ

"Tidak ada daya dan kekuatan kecuali dengan pertolongan Allah."

Fokus pada Amanah yang Menjadi Tanggung Jawab Kita

Seorang ibu juga perlu memahami:

Fokuslah pada kewajiban yang menjadi tanggung jawab kita.

Kita tidak mungkin mengendalikan semua orang.

Kita tidak bisa memaksa suami berubah sesuai keinginan kita.

Tetapi kita bisa berusaha memperbaiki diri dan menjalankan amanah kita kepada anak.

Maka fokuskan energi pada hal-hal yang memang menjadi tanggung jawab kita.

Bagaimana Menasihati Suami?

Dalam menghadapi suami, jangan hanya menggunakan keluhan:

"Kok kamu tidak bertanggung jawab?"

"Kenapa saya dibiarkan capek?"

"Kenapa kamu tidak membantu?"

Terkadang laki-laki memiliki ego dan merasa sebagai pemimpin.

Ketika terus-menerus dinasihati secara verbal, sebagian laki-laki justru menjadi defensif.

Karena itu, salah satu cara yang dapat dilakukan adalah **menasihati dengan hal**, yaitu melalui tindakan dan akhlak.

Lebih santun.

Lebih lembut.

Lebih baik.

Menunjukkan sikap yang menyenangkan.

Dan menaati suami dalam perkara yang ma'ruf, bukan dalam kemaksiatan.

Taat kepada Suami Karena Allah

Ketaatan seorang muslimah kepada suami dibangun di atas dasar **ketaatan kepada Allah**.

Bukan karena suaminya sempurna.

Bukan karena suaminya selalu menyenangkan.

Bukan pula karena kita mengharapkan imbalan dari suami.

Kita taat karena **Allah yang memerintahkan**.

Selama suami tidak memerintahkan kemaksiatan, maka seorang istri menaati suaminya dalam perkara yang ma'ruf.

Dengan akhlak yang baik dan pelayanan yang baik, seorang istri dapat lebih mudah mendapatkan hati suaminya.

Ketika hati sudah dekat, nasihat juga lebih mudah diterima.

Maka jangan hanya berpikir:

"Bagaimana saya menasihati suami?"

Tetapi pikirkan juga:

"Bagaimana saya mendekati hati suami sehingga nasihat lebih mudah diterima?"

Ini membutuhkan ilmu, kesabaran, dan akhlak.

Pertanyaan 4 : Bagaimana Menumbuhkan Mahabbah Anak kepada Al-Qur'an?

Pertanyaan:

"Saya seorang ibu yang menemani anak belajar dari rumah, belajar Al-Qur'an dan menghafalnya. Anak saya berusia lima tahun. Bagaimana cara menumbuhkan *mahabbah* – kecintaan – kepada Al-Qur'an?"

Jawaban:

Masya Allah, barakallahu fiki.

Apa yang antunna lakukan adalah sesuatu yang sangat mulia.

Antunna sedang menjalankan fungsi utama sebagai **murabbiyah** dan **mudarrisah** bagi anak.

Apalagi antunna sendiri yang mengajarkan:

- akidah;

- Al-Qur'an;
- dan ilmu agama.

Ini adalah amal yang sangat mulia.

Dan yang lebih penting, penanya sudah memahami bahwa:

Mengajarkan Al-Qur'an bukan sekadar membuat anak bisa membaca dan menghafal Al-Qur'an.

Fondasinya adalah:

membangun kecintaan anak kepada Al-Qur'an.

Kenalkan Sebelum Menuntut

Kalau kita ingin anak mencintai Al-Qur'an, maka **kenalkan dia dengan Al-Qur'an.**

Karena cinta dibangun di atas pengenalan.

Ada ungkapan:

مَنْ عَرَفَ رَبَّهُ أَحَبَّهُ

"Siapa yang mengenal Rabb-nya, niscaya dia akan mencintai-Nya."

Maka urutannya:

kenal → cinta → taat.

Kita kenalkan anak kepada Allah.

Kita kenalkan anak kepada Rasulullah ﷺ.

Kita kenalkan anak kepada amal ketaatan.

Dan kita kenalkan anak kepada Al-Qur'an.

Dengan demikian, kita berharap dia mencintai Al-Qur'an dan kemudian mau taat kepada Al-Qur'an.

Al-Musāhabah: Membersamai Anak dengan Al-Qur'an

Bagaimana cara mengenalkan Al-Qur'an?

Salah satunya dengan: **المُصَاحَبَةُ**

Al-musāhabah — **membersamai**.

Jadikan Al-Qur'an hadir dalam kehidupan sehari-hari anak.

Bukan hanya ketika:

"Sekarang waktunya menghafal."

Tetapi Al-Qur'an menjadi bagian dari kehidupan keluarga.

Mulai dari:

- *talqin*;

- *tasmi'*;
- mendengarkan Al-Qur'an;
- membaca Al-Qur'an;
- dan menghadirkan suasana yang dekat dengan Al-Qur'an.

Pembiasaan ini dimulai sedini mungkin.

Dalam kajian juga disampaikan pentingnya seorang ibu memperbanyak membaca dan mendengarkan Al-Qur'an selama masa kehamilan dan setelah melahirkan, sebagai bagian dari upaya menghadirkan suasana Al-Qur'an dalam kehidupan anak.

Anak Merekam Apa yang Sering Didengarnya

Ada contoh menarik.

Seorang anak yang mengalami keterlambatan bicara akhirnya mulai berbicara.

Kata pertama yang keluar justru: **"Paket."**

Kenapa?

Karena setiap hari dia sering mendengar kata tersebut.

Banyak paket datang ke rumah.

Artinya, anak sangat mudah merekam apa yang sering dia dengar.

Maka orang tua perlu memperhatikan:

Apa yang paling sering didengar anak di rumah?

Kalau yang sering didengar:

"Allah..."

"Bismillah..."

"Alhamdulillah..."

"Masya Allah..."

"Ayo membaca Al-Qur'an..."

Maka insya Allah anak akan terbiasa dengan bahasa tersebut.

Ajarkan Al-Qur'an dengan Kelembutan

Terutama pada usia dini, mengajarkan Al-Qur'an harus dilakukan dengan:

kelemahlembutan, kasih sayang, dan kesabaran.

Jangan menggunakan cara keras dan paksaan.

Karena cara yang keras dapat memberikan dampak buruk terhadap hubungan anak dengan Al-Qur'an.

Ada ulama yang memberikan peringatan keras terhadap para pengajar Al-Qur'an yang justru dengan akhlaknya membuat anak-anak menjauh dan membenci Al-Qur'an.

Karena itu, tujuan kita bukan sekadar:

"Anak saya harus hafal."

Tetapi:

"Anak saya harus mencintai Al-Qur'an."

Kalau cinta sudah tumbuh, insya Allah proses menghafal, membaca, memahami, dan mengamalkan akan lebih mudah dibangun.

Inti Jawaban Tanya Jawab

Dari sesi tanya jawab ini, ada beberapa pesan besar yang sangat kuat:

1. **Rumah adalah madrasah pertama; sekolah adalah partner, bukan pengganti orang tua.**
2. **Pendidikan anak membutuhkan pengulangan dan kesabaran.**
3. **Ibu boleh mengakui kelelahan; yang penting belajar mengelolanya dan mengadukannya kepada Allah.**

4. Bangun hubungan dengan suami melalui akhlak, kelembutan, dan pendekatan yang tepat.
5. Ajarkan Al-Qur'an dengan membangun mahabbah, bukan sekadar mengejar hafalan.
6. Kenalkan anak kepada Al-Qur'an melalui kebersamaan (*musāhabah*), talqin, tasmi', dan keteladanan.
7. Kelembutan adalah bagian penting dari keberhasilan tarbiyah.
8. Jika orang tua terlanjur marah, jangan gengsi untuk meminta maaf kepada anak.
9. Kesabaran membutuhkan ilmu, latihan, regulasi emosi, pengulangan, dan doa.

PENUTUP

Jamaah sekalian, mungkin ini yang bisa saya sampaikan. Kurang lebihnya saya mohon maaf apabila ada hal-hal yang kurang berkenan, yang keliru, ataupun yang salah.

Semoga apa yang kita pelajari dapat memberikan manfaat bagi kita semua.

Semoga Allah memberikan taufik kepada kita untuk menjadi orang tua-orang tua yang saleh.

Semoga Allah mengaruniakan kepada kita anak-anak yang saleh.

Dan semoga Allah mengumpulkan kita semua di dalam surga-Nya.

بَارَكَ اللَّهُ فِيكُمْ جَمِيعًا.

أَقُولُ قَوْلِي هَذَا، وَأَسْتَغْفِرُ اللَّهَ لِي وَلَكُمْ.

وَالسَّلَامُ عَلَيْكُمْ وَرَحْمَةُ اللَّهِ وَبَرَكَاتُهُ.