

Kajian Ibu-ibu & Majelis Taklim — "Amanah Bumi Mulai dari Dapur Kita"

Bismillahirrahmanirrahim. Assalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh, ibu-ibu yang dirahmati Allah. Sebelum kita mulai, izinkan saya tanya dulu: siapa di sini yang pekan ini lihat berita tentang banjir di Pantura Jawa? Yang bikin saya geleng-geleng, ada berita yang menyebut banjir-banjir itu sebenarnya bukan murni bencana alam — itu bencana buatan manusia. Mangrove yang dulu jadi tembok alami banyak yang ditebang. Sampah plastik di pantai makin menumpuk. Drainase tertutup karena kita semua malas pilah sampah. Pertanyaan kita ibu-ibu hari ini sederhana saja: apa peran kita dalam semua ini? Kalau Allah menitipkan bumi pada manusia sebagai amanah, di

mana posisi dapur kita dalam amanah itu? Mari kita renungkan bersama selama satu jam ke depan.

● Talking Point 1 — Bumi yang Kita Pijak adalah Amanah

Ibu-ibu, mari kita mulai dari kerangka besarnya dulu. Allah berfirman dalam Al-Qur'an tentang apa yang terjadi ketika manusia lupa pada amanahnya menjaga bumi. Mari kita simak ayat berikut.

QS. Ar-Rum: 41

ظَهَرَ ۞ لَفْسَادُ فِي ۞ الْبَرِّ ۞ وَ ۞ لُبْخَرٍ بِمَا كَسَبَتْ أَيْدِي ۞ النَّاسِ ۞ لِيُذِيقَهُمْ بَعْضَ ۞ الَّذِي ۞ عَمِلُوا ۞ لَعَلَّهُمْ ۞ يَرْجِعُونَ

"Telah tampak kerusakan di darat dan di laut disebabkan karena perbuatan tangan manusia, supaya Allah merasakan kepada mereka sebagian dari (akibat) perbuatan mereka, agar mereka kembali (ke jalan yang benar)."

Subhanallah, ibu-ibu. Ayat ini turun lebih dari 1400 tahun yang lalu, tapi cocok sekali dengan headline pekan ini. Pantura Jawa, daerah pesisir yang dulu kaya mangrove, sekarang menderita banjir rob berulang-ulang. Bukan karena Allah tiba-tiba marah, melainkan karena tangan manusia mencabuti pohon-pohon yang seharusnya menjaga garis pantai. Kita ibu-ibu mungkin merasa jauh dari urusan ini — "saya kan di kompleks, bukan di pantai." Tapi mari kita jujur: setiap kantong kresek yang kita lempar sembarangan, setiap saluran air di depan rumah yang kita biarkan tertutup, setiap pohon di pekarangan yang kita tebang tanpa ganti — semua itu satu paket dengan kerusakan di Pantura. Aplikasi praktis pekan ini: coba kita ibu-ibu bareng-bareng cek lingkungan RT kita sendiri. Apa drainase di gang masih lancar? Ada pohon yang ditebang tanpa diganti? Sungai kecil di belakang kompleks ada sampah menumpuk? Kumpulkan 5-6 ibu di grup WhatsApp, dokumentasikan, dan kirim ke pengurus RT. Itu langkah pertama yang bisa kita lakukan dari posisi kita — bukan langkah besar, tapi nyata.

- **Talking Point 2 — Sampah Rumah
Tangga, Wilayah Kekuasaan Ibu-ibu**

Sekarang kita masuk ke wilayah yang paling kita kuasai: dapur. Allah memberi banyak ayat tentang nikmat air yang tercurah dari langit. Salah satunya:

QS. Al-Waaqia: 31

وَمَا آتَاكَ مِنْ شَيْءٍ

"Dan air yang tercurah."

Pendek ayatnya, tapi dalam pesannya, ibu-ibu. Air tercurah itu nikmat. Tapi air yang tercurah deras di musim hujan sekarang sering bukan nikmat, melainkan banjir — karena drainase kita penuh sampah plastik bungkus mi instan, botol shampoo, kresek belanjaan. Pengelolaan sampah rumah tangga itu langsung di tangan kita ibu-ibu. Dan jujur saja — kadang kita beli plastik untuk membungkus plastik untuk membungkus plastik, sampai kita lupa apa yang sebenarnya kita bawa pulang dari pasar. Tertawa sebentar, lalu kita renungkan. Aplikasi praktis: mulai pekan ini, sediakan dua kantong di dapur — satu untuk sampah organik (sisa sayur, kulit buah, ampas kopi), satu untuk anorganik. Yang organik bisa jadi kompos sederhana dalam ember bekas cat dengan lubang-lubang kecil di bawahnya, taruh di pojok pekarangan atau balkon. Tiga minggu jadi pupuk yang bisa kita pakai untuk tanaman cabai di pot. Untuk belanja, mulai bawa tas kain sendiri ke pasar — pasar Senen, pasar minggu, supermarket, sama saja. Awalnya canggung, kedua kalinya biasa, ketiga kalinya jadi kebiasaan. Insyaallah dalam sebulan, sampah plastik dari dapur kita berkurang setengah. Itu kontribusi nyata kita terhadap drainase RT, terhadap Pantura, terhadap amanah.

- **Talking Point 3 — Adab Konsumsi sebagai
Dakwah Lingkungan yang Senyap**

Ibu-ibu, ada satu kitab klasik yang sering luput dari pembahasan kita di majelis: Bidayatul Hidayah karya Imam Al-Ghazali rahimahullah. Beliau menulis bab khusus tentang adab makan dan adab perut.

Bidayatul Hidayah — Adab al-Batn

Inti bab itu mengajarkan kita bahwa muslim makan dengan kesadaran — bukan makan karena lapar mata, bukan makan karena tren, bukan makan karena kesepian. Makan secukupnya, syukur kepada Allah, dan tidak berlebihan. Hubungannya dengan lingkungan? Sangat dekat, ibu-ibu. Setiap kali kita beli makanan instan yang dibungkus tiga lapis plastik, kita sedang melanggar adab al-batn dua kali — sekali karena makanannya bukan yang terbaik untuk badan, sekali lagi karena plastiknya jadi beban bumi selama 400 tahun. Allah berfirman dalam Al-Qur'an:

QS. Al-A'raf: 31

وَكُلُوا وَشَرِبُوا وَلَا تُسْرِفُوا

"Makan dan minumlah, dan janganlah berlebih-lebihan."

Aplikasi praktis untuk dapur kita: tetapkan satu hari dalam seminggu sebagai hari menu sederhana zero-waste. Tahu, tempe, sayur lokal yang dibungkus daun atau kertas, bumbu segar dari pasar tradisional bukan saset pabrik. Boleh hari Jumat, boleh hari Senin, terserah ibu-ibu. Selain itu, ajak suami duduk sekali seminggu untuk diskusi belanja: apa yang benar-benar dibutuhkan keluarga, apa yang sebenarnya cuma keinginan sesaat karena lihat iklan. Diskusi 15 menit ini bisa menghemat anggaran, mengurangi sampah, dan yang lebih penting — melatih anak yang menonton dari pinggir dapur untuk memahami arti syukur dan adab makan. Kadang kita pikir dakwah lingkungan itu kerjaan aktivis, padahal dakwah lingkungan yang paling efektif terjadi di meja makan keluarga, lewat keputusan kecil yang ibu ambil setiap pagi.

● Talking Point 4 — Mewariskan Cinta Bumi kepada Anak-Anak

Kita masuk poin terakhir yang paling personal, ibu-ibu. Anak-anak kita. Allah berfirman tentang gambaran apa yang terjadi kalau air, nikmat yang paling kita butuhkan, dicabut oleh-Nya:

QS. Al-Kahf: 41

أَوْ يُضَيِّحَ مَآؤَهَا غُؤًى ۖ فَلَنْ تَسْتَطِيعَ لَهُ ۖ طَلَّاءُ ۖ

"Atau airnya menjadi surut ke dalam tanah, maka sekali-kali kamu tidak dapat menemukannya lagi."

Anak-anak kita lahir di zaman yang berbeda dari kita. Mereka tidak pernah lihat sungai bersih yang bisa diminum airnya. Mereka kira plastik itu memang bagian alami dari pemandangan pantai. Mereka beli jajan plastik di kantin sekolah setiap hari dan tidak pernah bertanya — sampah ini ke mana ya setelah dibuang? Tugas kita ibu-ibu bukan menceramahi mereka, melainkan mengajak mereka melihat. Aplikasi praktis: minggu depan, ajak satu anak (kalau punya beberapa, ajak yang paling tua dulu) ke titik pembuangan sampah di RT kita, atau ke TPA kalau memungkinkan. Tidak usah lama, 30 menit cukup. Tunjukkan tumpukan plastik yang menggunung. Tanya pelan, "Nak, kira-kira yang ini siapa yang buang ya?" Biarkan anak menjawab sendiri. Lalu di akhir pekan, mulai komposter sederhana bareng anak di pot besar — biarkan dia yang masukkan kulit pisang, ampas teh, sisa nasi. Tiga minggu kemudian, ajak dia melihat hasilnya jadi tanah hitam yang subur. Itu pelajaran sains, agama, dan akhlaq sekaligus. Lalu belikan satu buku anak bertema lingkungan — sekarang banyak yang terjemahan bagus dan harganya terjangkau. Bacakan sebelum tidur. Anak yang dibesarkan dengan cerita tentang bumi akan tumbuh menjadi orang dewasa yang menjaga bumi.

● Sesi Q&A

Tanya: Ustadzah, suami saya bilang "satu rumah aja yang buang sampah sembarangan, ngaruh ke apa?" Saya kasih argumen apa?

Jawab: Hangat-hangat saja, ibu. Bilang ke suami: "Kalau satu RT 200 rumah, dan satu rumah buang 1 kg plastik per minggu sembarangan, dalam sebulan RT kita menyumbang 800 kg sampah ke saluran air." Bukan satu rumah yang merusak, melainkan asumsi "saya kan cuma satu" yang merusak. Tambahkan: ini bukan soal efek, ini soal amanah pribadi di hadapan Allah.

Tanya: Saya jualan online, packing plastik banyak. Apa hukumnya?

Jawab: Niat halal, ibu, jangan khawatir. Tapi kalau bisa pelan-pelan pindah ke kemasan kertas atau plastik daur ulang yang sekarang sudah banyak di marketplace dengan harga bersaing. Mulai dari satu jenis produk dulu, jangan langsung semua. Pembeli yang sadar lingkungan akan menghargai dan jadi pelanggan setia.

Tanya: Anak saya bilang "di sekolah disuruh bawa tumbler, tapi semua teman pakai plastik. Saya bawa tumbler malah dianggap aneh." Saya gimana?

Jawab: Pelukin anak dulu, ibu. Bilang: "Nak, justru itu yang bikin kamu istimewa. Kalau semua orang ikut arus, siapa yang mengubah arus?" Beli tumbler yang lucu desainnya supaya dia bangga membawanya. Dua minggu lagi insyaallah ada teman yang ikut.

Tanya: Saya tinggal di kontrakan, tidak punya kebun untuk kompos. Bagaimana?

Jawab: Bisa pakai ember plastik bekas cat ukuran sedang, lubangi bagian bawah sedikit, taruh di pojok kamar mandi atau balkon. Tutup rapat. Tiga minggu sekali kompos jadi. Atau cari grup "Bank Sampah" terdekat — biasanya ada di tiap kecamatan, mereka terima sampah pilah dan kadang dikasih insentif kecil.

● Penutup

Ibu-ibu yang dirahmati Allah, mari kita tutup kajian ini dengan satu kalimat yang bisa dibawa pulang ke dapur kita masing-masing: amanah

bumi dimulai dari dapur kita. Bukan dari kementerian lingkungan hidup, bukan dari aktivis internasional, bukan dari konferensi iklim — dari tangan kita ibu-ibu yang setiap pagi memutuskan apa yang masuk dan keluar dari rumah. Tugas kita pekan ini sederhana saja: satu perubahan kecil yang konsisten, lebih baik daripada sepuluh tekad besar yang tidak jalan. Pilih satu — pilah sampah, bawa tas kain, atau mulai komposter — dan jalankan selama 7 hari. Mari kita berdoa: Ya Allah, jadikan kami penjaga bumi yang Engkau titipkan, sucikan dapur kami dari ishraf, lindungi anak-anak kami dari kerusakan yang dibuat tangan manusia, dan bukakan jalan rezeki yang berkah. Aamiin ya rabbal 'alamin. Wassalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh.