

Pengajaran di Rumah — "Mengajarkan Anak Tidak Menyerah"

Tujuan sesi: Menanamkan pada anak bahwa kesulitan adalah bagian normal dari hidup, dan bahwa setiap orang boleh meminta tolong serta selalu punya harapan kepada Allah. Durasi setiap percakapan 5-10 menit, disisipkan di momen alami harian.

Materi yang dibutuhkan: Tidak ada alat khusus. Cukup waktu tenang tanpa layar dan kesediaan mendengar lebih banyak daripada bicara.

Langkah 1 — Sarapan, anak usia SD (5-10 menit). Tujuan: memperkenalkan konsep "fajar setelah malam" secara konkret. Pertanyaan pembuka orang tua: "Nak, tadi pagi sebelum terang, di luar gelap. Sekarang sudah terang, ya. Menurut kamu, kenapa gelapnya nggak selamanya?" Jika anak menjawab "karena matahari terbit": berikan respons, "Betul. Allah yang bikin begitu. Setiap malam pasti ada

paginya. Hati kita juga gitu, kalau lagi sedih, pasti ada senangnya lagi." Jika anak menjawab "nggak tahu": berikan respons singkat tanpa menggurui, "Karena Allah selalu kirim pagi. Sekarang kalau hati kamu lagi sedih, ingat ya, pasti ada terangnya lagi." Tutup dengan satu kalimat: "Kalau kamu lagi sedih, bilang ke Bunda, ya. Nggak usah dipendam sendiri."

Langkah 2 — Di mobil/perjalanan, anak usia SMP (5-10 menit).

Tujuan: membongkar mitos bahwa minta tolong itu lemah. Pertanyaan pembuka orang tua: "Kalau kamu lagi punya masalah berat di sekolah, kamu lebih milih simpan sendiri atau cerita? Kenapa?" Jika anak menjawab "simpan sendiri, malu/takut ngerepotin": berikan respons, "Bunda ngerti. Tapi tahu nggak, Nabi Muhammad ﷺ aja menjenguk dan ditolong sahabat-sahabatnya. Minta tolong itu bukan lemah, itu pintar. Yang kuat itu yang tahu kapan harus minta bantuan." Jika anak menjawab "cerita ke teman/orang tua": berikan respons, "Bagus banget. Itu tandanya kamu sehat. Ingat, pintu cerita ke Bunda selalu terbuka, kapan pun." Tutup dengan: "Di rumah ini, nggak ada masalah yang terlalu kecil atau terlalu memalukan buat diceritain."

Langkah 3 — Sebelum tidur, anak usia SMA (5-10 menit). Tujuan: mengaitkan harapan dengan dzikir, dan menormalkan perasaan berat. Pertanyaan pembuka orang tua: "Akhir-akhir ini banyak ya teman seusia kamu yang ngerasa capek banget sama hidup. Kamu pernah ngerasain yang kayak gitu juga?" Jika anak menjawab "iya, kadang": berikan respons tenang tanpa panik, "Makasih udah jujur. Itu wajar, banyak orang ngerasain. Yang penting kamu nggak ngadepin sendirian. Bunda di sini. Dan ada satu kalimat yang Nabi ajarin sebelum tidur." Bacakan terjemahan singkat: "Dengan nama-Mu ya Allah aku mati dan aku hidup." Lalu: "Artinya, hidup dan mati kita di tangan Allah, dan Dia sayang sama kita." Jika anak menjawab "nggak, biasa aja": berikan respons, "Alhamdulillah. Tapi kalau suatu saat ngerasa berat, inget kamu boleh cerita ke Bunda, dan kamu boleh sandarkan hati ke Allah." Tutup dengan: "Kamu berharga buat Bunda, dan kamu berharga buat Allah. Jangan pernah lupa itu."

Catatan untuk pelaksana: Jangan memaksa jawaban; jika anak diam, jangan ditekan — cukup tinggalkan pintu terbuka dan ulangi di kesempatan lain. Jika di Langkah 3 anak mengungkapkan keputusan yang serius atau berulang, tanggapilah dengan tenang, dampingi terus, dan pertimbangkan mencari bantuan dari pihak yang berkompeten. Jangan menjadikan momen ini ajang ceramah panjang.

Penutup sesi: Akhiri dengan doa pendek bersama anak, misalnya memohon kepada Allah agar hati yang gelap diberi cahaya dan ketenangan. Tutup dengan pelukan atau usapan, bukan dengan wejangan.