

Kajian Ibu-ibu & Majelis Taklim — "Merawat Harapan di Dapur Kita"

Bismillah, assalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh. Apa kabar ibu-ibu semua pekan ini? Siapa yang minggu ini grup WhatsApp arisannya lebih ramai dari pasar Senen? Ayo ngaku. Kalau di grup WA kita lebih cepat baca pesan tetangga daripada baca pesan dari Allah, ini pertanda kita semua butuh tarbiyah lagi — termasuk saya. Hari ini kita mau ngobrol tentang sesuatu yang dekat sekali dengan kita sebagai ibu: bagaimana merawat harapan, di dalam hati kita sendiri dan di dalam hati orang-orang yang kita cintai di rumah.

Poin pertama: rumah kita adalah tempat fajar pertama menyala.

Ibu-ibu yang dirahmati Allah, kita ini sering merasa peran kita "cuma" di rumah. Padahal, dari berita yang sampai ke kita pekan ini — tentang banyaknya orang yang kehilangan pekerjaan, tentang anak-anak muda yang lelah dengan hidupnya — kita jadi sadar bahwa rumah adalah benteng pertama. Allah berfirman:

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ وَالْفَجْرِ

Demi fajar (QS. Al-Fajr: 1). Allah bersumpah dengan fajar, ibu-ibu — lambang harapan setelah malam yang panjang. Nah, di rumah kita, fajar itu sering kali dimulai dari dapur: dari sarapan yang dihangatkan, dari sapaan "gimana tidurnya, Nak?" yang tulus. Coba kita renungkan: berapa banyak anak dan suami yang memulai harinya dengan wajah masam, lalu berubah hanya karena disambut senyum dan sepiring makanan hangat di pagi hari? Itulah kuasa kecil yang Allah titipkan di tangan kita sebagai ibu — kuasa menyalakan fajar di hati orang-orang yang kita cintai. Jangan pernah kita remehkan peran ini hanya karena tidak ada gajinya, tidak ada tepuk tangannya. Di sisi Allah, ia mungkin bobotnya jauh lebih berat dari yang kita kira. Aplikasinya praktis: pekan ini, coba sediakan satu momen pagi tanpa HP — kita dan anak, ngobrol lima menit sebelum hari dimulai. Itu fajar buat dia.

Poin kedua: amal kecil yang istiqamah lebih kuat dari amal besar yang putus.

Kadang kita ibu-ibu merasa, "Ah, ibadah saya cuma segini, nggak ada apa-apanya." Coba dengar hadits ini. Rasulullah ﷺ bersabda dalam riwayat dari Abu Dzarr:

- وَهُوَ ابْنُ مَيْمُونٍ - حَدَّثَنَا عَبْدُ اللَّهِ بْنُ مُحَمَّدٍ بْنُ أَسْمَاءَ الصُّبَيْيُّ، حَدَّثَنَا مَهْدِيُّ، حَدَّثَنَا وَاصِلٌ، مَوْلَى أَبِي عُيَيْنَةَ عَنْ يَحْيَى بْنِ عُقَيْلٍ، عَنْ يَحْيَى بْنِ يَعْمَرَ، عَنْ أَبِي الْأَسْوَدِ الدَّؤَلِيِّ، عَنْ أَبِي ذَرٍّ، عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ

Bahwa setiap pagi setiap ruas tulang kita berkewajiban sedekah, dan setiap tasbih, tahmid, tahlil, takbir adalah sedekah, dan dua rakaat Dhuha mencukupinya (Sahih Muslim 720). Ibu-ibu, lihat betapa

sayangnya Allah sama kita. Mengucapkan subhanallah sambil mengulek sambal — itu sedekah. Mengucapkan alhamdulillah sambil mengangkat jemuran — itu sedekah. Dapur kita bisa jadi ladang pahala. Aplikasinya: pekan ini, tempel satu kertas kecil di kulkas berisi "subhanallah, alhamdulillah, Allahu akbar". Setiap lewat, baca satu. Itu istiqamah kecil yang besar nilainya.

Poin ketiga: jangan jadi corong fitnah, jadilah corong harapan.

Ini agak menohok, ibu-ibu. Kadang kita lebih cepat menyebarkan kabar buruk tentang orang daripada mendoakannya. Padahal, ummul mukminin 'Aisyah radhiyallahu 'anha pernah jadi korban fitnah yang sangat berat, sampai Allah sendiri yang turun membela beliau (Sahih Muslim 2770a). Bayangkan kalau pekan ini ada tetangga yang sedang digosipkan di grup — sebelum kita ikut nimbrung, ingat 'Aisyah. Aplikasi konkret: kalau ada chat gosip masuk grup pekan ini, jangan diteruskan; ganti dengan satu doa untuk yang digosipkan. Diam yang menjaga kehormatan orang lebih mulia daripada ramai yang melukai.

Poin keempat: perhatikan yang diam.

Ibu-ibu, kita ini biasanya peka. Kita tahu kalau anak kita murung walau ia bilang "nggak apa-apa". Nah, kepekaan itu pekan ini dibutuhkan lebih dari biasanya. Dari kabar yang sampai ke kita, banyak anak muda — mungkin termasuk anak, keponakan, atau anak tetangga kita — yang sedang memendam beban berat. Kadang yang paling butuh perhatian justru yang paling pendiam. Aplikasinya: pekan ini, pilih satu orang di sekitar kita yang akhir-akhir ini jadi pendiam, lalu hampiri dengan cara ibu-ibu — bawakan makanan, ajak ngobrol ringan, tanya kabarnya dengan tulus.

Sesi Tanya-Jawab:

Tanya 1: "Ustadzah, anak saya remaja, kalau ditanya selalu jawab 'nggak apa-apa' sambil main HP terus. Saya khawatir tapi takut salah ngomong. Gimana?" *Jawab:* Bu, jangan mulai dengan interogasi. Mulai dengan kehadiran. Duduk di dekatnya tanpa nuntut jawaban, bawakan

minuman kesukaannya. Anak lebih cepat buka hati ke ibu yang hadir daripada ibu yang menginvestigasi. Sabar — kepercayaan itu dibangun pelan-pelan.

Tanya 2: "Ustadzah, kalau suami tahu saya ikut kajian tapi tetap belanja online tiap malam, gimana?" (jamaah tertawa) *Jawab:* (sambil tersenyum) Bu, kajian itu bukan sertifikat kesempurnaan, ya. Kita semua masih proses. Tapi coba ganti satu malam belanja online dengan satu malam dzikir sebelum tidur. Nggak usah langsung berhenti total — mulai dari satu malam. Itu sudah hijrah kecil.

Tanya 3: "Ustadzah, saya sendiri kadang capek banget sama hidup, sampai mikir aneh-aneh. Saya dosa nggak?" *Jawab:* Bu, terima kasih sudah berani jujur — itu langkah besar. Merasa lelah bukan dosa; itu manusiawi. Yang penting kita jangan sendirian. Sampaikan ke orang yang dipercaya, dekatkan diri ke Allah dengan dzikir, dan kalau bebannya terasa terlalu berat, tidak apa-apa mencari bantuan dari orang yang ahli. Allah Maha Penyayang, dan Dia tidak membebani kita di luar kemampuan.

Tanya 4: "Ustadzah, kalau saya sudah berusaha sabar tapi keadaan ekonomi keluarga tetap susah, apa artinya doa saya nggak didengar?" *Jawab:* Bu, doa yang belum terlihat hasilnya bukan doa yang ditolak. Kadang Allah menyimpan jawabannya untuk waktu yang lebih baik, atau menggantinya dengan yang lebih baik. Tetaplah sabar dan teruslah berusaha — ikhtiar dan doa itu sepasang. Yang penting jangan putus harapan kepada-Nya.

Penutup: ibu-ibu yang saya cintai, mari kita tutup dengan doa singkat semoga Allah menjaga keluarga kita, melapangkan rezeki kita, dan menyalakan harapan di hati yang sedang gelap. Satu kalimat untuk diingat besok pagi di dapur: *setiap dzikir kecil kita adalah fajar buat hati seseorang*. Dan pekan ini, mari satu menit lebih lama menatap orang yang kita cintai sebelum kita sibuk dengan layar.

