

Kajian Ibu-ibu & Majelis Taklim — "Merawat Hati di Tengah Rumah"

Bismillahirrahmanirrahim. Assalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh, ibu-ibu yang dirahmati Allah. Sebelum kita mulai, saya mau tanya dulu — siapa di sini yang pekan ini grup WhatsApp-nya lebih ramai daripada dapurnya sendiri? Hayo, jujur. Kita ibu-ibu ini kadang lebih cepat baca notifikasi grup daripada baca zikir pagi, ya kan? Termasuk saya sendiri, jadi jangan tersinggung. Nah, pekan ini kita baru saja melewati momen besar: musim haji selesai, banyak jemaah pulang, dan ramai juga kabar tentang orang yang menemukan hidayah. Tapi ada satu pertanyaan yang mau kita obrolkan santai malam ini: kalau ibadah kita selesai, apa yang tersisa di hati kita? Yuk kita bahas bareng-bareng.

Poin pertama: Ibadah itu harus menyisakan bekas, bukan cuma capek.

Ibu-ibu, dari media kita dapatkan kabar bahwa jemaah haji sudah pulang hampir semua, ada yang disambut haru, ada juga keluarga yang menerima kabar duka karena anggotanya wafat di Tanah Suci. Ini mengingatkan kita: ibadah itu bukan soal seberapa jauh kita pergi atau seberapa capek badan kita, tapi seberapa berubah hati kita sesudahnya.

Rasulullah ﷺ bersabda:

الصَّلَاةُ نُورٌ، وَالصَّدَقَةُ بُرْهَانٌ، وَالصَّبْرُ ضِيَاءٌ

"Shalat itu cahaya, sedekah itu bukti, dan sabar itu sinar yang terang."
(Riyad as-Salihin 25)

Lihat, Nabi ﷺ menyebut sholat itu **cahaya**. Artinya kalau sholat kita benar, hidup kita jadi lebih terang — lebih sabar sama anak, lebih lembut sama suami, lebih jujur waktu belanja. Kalau habis sholat kita masih gampang ngomel, berarti ada yang perlu kita perbaiki, bukan di jumlah rakaatnya, tapi di hatinya.

Cerita konkret: dulu ada seorang ibu shalihah zaman sahabat, kalau habis sholat wajahnya berubah tenang, tidak buru-buru. Bandingkan dengan kita yang kadang salam belum selesai sudah pegang HP lagi. Nah, ibu-ibu, sebenarnya rahasianya sederhana: bukan soal berapa lama kita sholat, tapi berapa hadir hati kita saat sholat. Ibarat masak, kalau kita masak sambil pikiran ke mana-mana, garamnya bisa kebanyakan atau malah lupa dimasukkan. Sama juga sholat — kalau hati kita tidak hadir, hasilnya jadi hambar, tidak berbekas.

Aplikasi praktisnya di rumah: **satu**, setelah salam, tahan dulu lima tarikan napas sebelum ambil HP. **Dua**, biasakan zikir "subhanallah" sambil masak — dapur pun bisa jadi tempat ibadah. **Tiga**, ajak anak lihat kita zikir, biar mereka tahu ibunya dekat sama Allah. **Empat**, catat satu perubahan akhlak yang mau kita perbaiki pekan ini, tempel di kulkas biar setiap buka kulkas kita ingat lagi.

Poin kedua: Hati kita perlu "detox" juga, bukan cuma badan.

Ibu-ibu, pekan ini lagi ramai dibicarakan soal "detox hati" dan membersihkan jiwa. Sebenarnya ini bukan tren baru — para ulama kita sudah bahas ratusan tahun lalu. Kadang kita sibuk detox tubuh, minum jus seledri, tapi hati kita penuh dengki sama tetangga yang baru beli mobil. Iya nggak?

Para ulama mengingatkan tentang tiga penyakit hati yang berbahaya. Rasulullah ﷺ bersabda bahwa tiga perkara yang membinasakan adalah: kikir yang ditaati, hawa nafsu yang diikuti, dan kekaguman seseorang terhadap dirinya sendiri (Bidayatul Hidayah — الرياء). Kikir, ibu-ibu, itu bukan cuma pelit uang — tapi juga pelit senyum, pelit memaafkan, pelit mendoakan orang lain. Ujub atau bangga diri itu waktu kita merasa "kajian saya paling rajin" atau "anak saya paling sopan" — padahal semua itu titipan Allah.

Kadang kita lebih cepat baca chat gosip di grup daripada baca surat An-Nisa — padahal An-Nisa itu justru untuk kita, para perempuan. Nah, aplikasi praktisnya: **satu**, kalau ada niat ngomongin keburukan tetangga di grup, ganti dengan mendoakannya diam-diam. **Dua**, seminggu sekali coba "puasa gosip" — sehari penuh tidak membicarakan keburukan siapa pun. **Tiga**, kalau dengki muncul lihat pencapaian orang, langsung ucapkan "masya Allah, semoga berkah" — melawan dengki dengan doa. **Empat**, sebelum tidur, maafkan satu orang yang bikin kita kesal hari itu.

Poin ketiga: Jaga anak-anak kita, jaga juga tempat mereka belajar agama.

Ibu-ibu, ada kabar yang bikin hati kita perih pekan ini — dugaan kekerasan dan pelecehan berkedok agama di sebagian pesantren, sampai lembaga keagamaan daerah harus bikin aturan tegas soal pemisahan tempat tinggal pengasuh dan santri. Sebagai ibu, wajar kalau kita khawatir. Tapi jangan sampai kekhawatiran ini membuat kita antipati sama pesantren — sebagian besar pesantren itu tempat mulia yang menjaga anak-anak kita.

Yang penting kita lakukan adalah waspada dengan cara yang sehat. Islam mengajarkan kita mengembalikan rasa takut hanya kepada Allah. Allah Ta'ala berfirman:

وَقَالَ اللَّهُ لَا تَتَّخِذُوا إِلَهَيْنِ إِلَّا هُوَ إِلَهُ وَجِدْ فَإِنِّي فَارَهُبُونَ ﴿٥١﴾

"Janganlah kamu menyembah dua tuhan; sesungguhnya Dialah Tuhan Yang Maha Esa, maka hendaklah kepada-Ku saja kamu takut." (QS. An-Nahl: 51)

Ayat ini mengingatkan agar kita hanya menyembah Allah Yang Maha Esa dan takut hanya kepada-Nya. Artinya, ibu-ibu, tidak ada manusia — sehebat apa pun gelarnya — yang boleh kita takuti melebihi Allah, dan tidak ada seorang pun yang boleh kita anggap suci tanpa cela. Rasa hormat kepada guru dan kiai tetap kita jaga, tapi rasa takut dan penyerahan diri hanya untuk Allah.

Cerita konkret: dulu para sahabat mendidik anak dengan keterbukaan. Anak berani cerita apa saja ke orang tuanya, tidak ada yang ditutup-tutupi karena takut dimarahi. Itu kuncinya, ibu-ibu — anak yang berani bicara adalah anak yang terlindungi. Sebaliknya, anak yang takut cerita justru paling rentan, karena kalau ada apa-apa ia memilih diam. Jadi tugas kita bukan cuma menjaga dari luar, tapi membuka pintu supaya anak mau bercerita dari dalam.

Nah aplikasi praktisnya: **satu**, bangun komunikasi terbuka — biasakan tanya anak "hari ini ada yang bikin kamu nggak nyaman nggak, Nak?" tanpa menghakimi. **Dua**, ajari anak tentang batas tubuh — bagian mana yang tidak boleh disentuh siapa pun, sekalipun orang yang dihormati. **Tiga**, kalau titip anak di lembaga agama, kenali pengasuhnya, jangan sungkan tanya soal aturan keamanan. **Empat**, tetap doakan para guru dan kiai yang tulus — jangan sampai ulah oknum bikin kita suudzon ke semua.

Poin keempat: Sambut yang baru berhijrah dengan hangat.

Ibu-ibu, pekan ini juga ramai kabar gembira: ada orang yang baru menemukan hidayah, anak-anak dari keluarga terkenal yang masuk Islam. Ini kabar yang menyejukkan. Tapi tahukah ibu, seringkali orang yang baru berhijrah itu justru merasa sendirian setelah euforia selesai? Sudah diucapkan selamat, difoto, lalu ditinggal.

Nabi ﷺ mengajarkan kita untuk memperbanyak amal ringan yang berdampak besar. Beliau bersabda:

يُسَبِّحُ مِائَةَ تَسْبِيحَةٍ فَيُكْتَبُ لَهُ أَلْفٌ حَسَنَةٍ

"Bertasbihlah seratus kali, maka dicatatlah seribu kebaikan untuknya."
(Sahih Muslim 2698)

Nah, amalan seringan ini bisa kita ajarkan ke saudara yang baru belajar Islam — mereka bisa langsung praktik dan merasakan dekat dengan Allah. Cerita konkret: seorang mualaf zaman dulu diajari sahabat pelan-pelan, tidak dipaksa langsung sempurna. Aplikasi praktisnya: **satu**, kalau ada tetangga atau kenalan yang baru berhijrah, ajak ke majelis kita, temani dia. **Dua**, ajari hal sederhana dulu — wudhu, bacaan sholat — dengan sabar. **Tiga**, bikin grup kecil "teman hijrah" yang saling menyemangati. **Empat**, jangan pamer ilmu, cukup jadi teman yang hangat.

Sesi Tanya-Jawab:

Tanya: Ustadzah, saya sudah rajin sholat dan ngaji, tapi kok hati saya masih gampang dengki lihat orang lain sukses? Berarti ibadah saya sia-sia ya? **Jawab:** Nggak sia-sia, Bu. Justru ibu bisa merasakan dengki itu salah, artinya hati ibu masih hidup dan sensitif. Yang mati itu yang dengki tapi merasa biasa aja. Terus lawan dengan doa: setiap muncul dengki, doakan kebaikan buat orang itu. Lama-lama hati jadi lapang.

Tanya: Ustadzah, kalau saya ikut kajian rajin tapi tetap suka belanja online tiap malam sampai boros, gimana? (Ibu-ibu tertawa) **Jawab:** (Sambil senyum) Nah, ini pertanyaan jujur yang kita semua butuh dengar. Kajian itu bukan tempat sempurna, Bu, tapi tempat berproses.

Coba mulai kecil: satu malam dalam seminggu, ganti waktu scroll belanja dengan baca Al-Qur'an sepuluh menit. Nggak usah langsung berhenti total, tapi geser pelan-pelan. Yang penting arahnya benar.

Tanya: Ustadzah, anak saya sekarang takut saya titipkan ngaji karena berita-berita itu. Saya harus gimana? **Jawab:** Kekhawatiran ibu wajar. Tapi jangan sampai anak jadi jauh dari agama karena takut. Solusinya: pilih tempat ngaji yang transparan, kenali gurunya, dan jaga komunikasi terbuka dengan anak. Ajari anak berani cerita. Insya Allah, dengan kewaspadaan yang sehat, anak tetap bisa belajar agama dengan aman.

Tanya: Ustadzah, saya merasa ibadah saya naik-turun. Ramadhan semangat, sebulan kemudian kendor lagi. Apa saya munafik? **Jawab:** Bukan munafik, Bu — itu manusiawi. Iman memang naik-turun, itu sunnatullah. Yang penting kita punya "jangkar" yang tidak kita lepas: satu amal kecil yang tetap kita jaga walau lagi kendor, misalnya zikir pagi. Amal kecil yang konsisten itu penjaga kita saat iman lagi turun.

Tanya: Ustadzah, kalau saya lihat tetangga rajin ke majelis tapi kelakuannya sama saja, saya jadi ikut malas ikut kajian. Salah nggak? **Jawab:** Wajar kalau kita kecewa, Bu, tapi jangan sampai kelakuan orang lain jadi alasan kita meninggalkan kebaikan. Kita ke majelis bukan buat menilai tetangga, tapi buat memperbaiki diri sendiri. Anggap saja itu ujian: apakah kita ke kajian karena Allah, atau karena ikut-ikutan? Kalau karena Allah, kelakuan siapa pun tidak akan menggoyahkan kita.

Penutup:

Ibu-ibu yang dirahmati Allah, mari kita tutup dengan doa singkat: semoga Allah menyucikan hati kita, menjaga anak-anak kita, dan menjadikan ibadah kita berbekas dalam keseharian. Satu kalimat yang bisa kita ingat besok pagi di dapur: **ibadah yang benar itu menyisakan cahaya, bukan cuma capek.** Dan ajakan praktis pekan ini — coba

tetapkan satu zikir pagi yang tidak kita tinggalkan, walau cuma satu menit sambil menjerang air. Aamiin.