

Kajian Ibu-ibu & Majelis Taklim — "Menjaga Hati di Genggaman Layar"

Pembuka

Bismillah, assalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh. Ibu-ibu yang dirahmati Allah, sebelum kita mulai, saya mau tanya dulu: siapa di sini yang pekan ini lebih sering pegang HP daripada pegang sapu? Hayo, jujur. Termasuk saya sendiri, jangan khawatir. Kadang kita niatnya cuma mau cek satu pesan, eh keluar-keluar sudah satu jam, sudah tahu kabar tetangga sebelah RT, sudah lihat aib orang yang tidak kita kenal. Nah, hari ini kita ngobrol santai tapi penting: bagaimana kita, ibu-ibu, menjaga hati kita dan hati anak-anak kita di tengah layar yang tidak pernah berhenti bicara.

Poin Pertama — Malu itu Penjaga, Bukan Beban

Ibu-ibu, kita semua tahu betapa rasa malu itu penting. Dari media pekan ini, kita dapatkan kabar bahwa banyak sekali konten yang beredar berisi

hal-hal yang seharusnya membuat kita risih — kekerasan, aib rumah tangga, hal-hal yang dulu tabu tapi sekarang jadi tontonan biasa.

Nabi kita ﷺ mengajarkan bahwa malu itu bagian dari iman. Dalam sebuah riwayat disebutkan:

إِنَّ اللَّهَ يَعَارُ وَإِنَّ الْمُؤْمِنَ يَعَارُ

Sahih Muslim 2761a — "Sesungguhnya Allah Maha Pemalu dan seorang mukmin juga pemalu." Maksudnya, ibu-ibu, ketika kita masih merasa risih melihat sesuatu yang buruk, itu pertanda hati kita masih hidup, masih sehat. Yang bahaya justru kalau kita sudah biasa, sudah tidak terasa apa-apa.

Saya cerita sedikit. Ada seorang ibu yang bercerita ke saya, anaknya yang SMP sekarang kalau lihat konten kekerasan di layar cuma bilang, "Ah biasa, Bu." Kata "biasa" itulah yang bikin kita harus waspada. Sebab kalau anak sudah menganggap yang buruk itu biasa, berarti rasa malunya sudah mulai terkikis.

Apa yang bisa kita lakukan di rumah? Pertama, jangan menonton konten yang memalukan di depan anak, sekecil apa pun. Kedua, kalau tidak sengaja muncul, jangan diam — beri komentar singkat: "Ini tidak baik, Nak, kita geser ya." Ketiga, jadikan diri kita contoh: kalau kita sendiri masih suka nonton drama gunjing tetangga, susah minta anak menjaga matanya. Keempat, sesekali ajak anak mengobrol: "Menurut kamu, kenapa sih orang suka nyebarin aib orang lain?" Biarkan mereka berpikir.

Poin Kedua — Jari yang Cepat, Hati yang Perlu Direm

Ibu-ibu, ini poin yang paling kena buat kita semua: kebiasaan cepat membagikan. Kadang kita lebih cepat baca pesan WA dari sebelah daripada baca surat An-Nisa — padahal An-Nisa itu untuk kita. Betul tidak?

Pekan ini ramai dibicarakan kabar-kabar yang menyebar begitu cepat — ada yang benar, ada yang belum tentu benar, ada yang aib orang lain.

Kita sering jadi mata rantai penyebarannya tanpa sadar. Allah mengingatkan kita:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا لَا تَخُونُوا ءَلَّهَ وَٱلرَّسُولَ وَتَخُونُوا أَمْنِيَكُمْ وَأَنْتُمْ تَعْلَمُونَ

QS. Al-Anfaal: 27 — "Hai orang-orang yang beriman, janganlah kamu mengkhianati Allah dan Rasul, dan janganlah kamu mengkhianati amanat-amanat yang dipercayakan kepadamu, sedang kamu mengetahui." Perhatikan, ibu-ibu, "sedang kamu mengetahui" — artinya kita sering tahu itu belum benar, tapi tetap kita sebar.

Ada cerita nyata dari fiqh muamalah kita: menjaga rahasia orang itu amanah. Dulu kalau tetangga cerita masalah rumah tangganya ke kita, itu titipan yang harus kita simpan. Sekarang bedanya apa? Sama saja, cuma sekarang "menyimpan" itu berarti tidak meneruskan ke grup.

Praktiknya di dapur dan di grup WA: Pertama, buat aturan pribadi — tidak forward kabar apa pun sebelum yakin benar dan bermanfaat. Kedua, kalau ragu, tanya diri sendiri: "Kalau ini tentang anak saya, saya mau tidak disebar orang?" Ketiga, kurangi grup gunjing; kalau perlu, mute. Keempat, ganti kebiasaan share aib dengan share yang baik — resep, doa, kabar gembira.

Poin Ketiga — Anak Kita dan Layar yang Merebut Waktunya

Para ibu, waktu adalah amanah, dan anak-anak kita menghabiskan begitu banyak waktu di layar. Berita yang sampai ke kita pekan ini tentang curhat anak-anak muda soal keluarga dan makna hidup itu sebetulnya menyentuh: banyak anak merasa kesepian justru karena terlalu banyak di layar, kurang ditatap orang tuanya.

Nabi ﷺ mengajarkan pentingnya kejujuran dan kebaikan sebagai jalan hidup. Dalam sebuah riwayat, Rasulullah ﷺ bersabda:

عَلَيْكُمْ بِالصِّدْقِ، فَإِنَّ الصِّدْقَ يَهْدِي إِلَى الْبِرِّ

Bulugh al-Maram 1717 — "Hendaklah kalian berpegang teguh pada kebenaran, karena kebenaran menuntun kepada amal shaleh." Anak yang tumbuh dengan kejujuran dan perhatian akan lebih kuat menghadapi kebisingan layar daripada anak yang dibiarkan sendiri dengan gadgetnya.

Cerita ringan: ada ibu yang bilang, "Ustadzah, anak saya lebih dengar YouTuber daripada dengar saya." Saya jawab, "Bu, YouTuber itu menatap mata anak Ibu lewat kamera setiap hari; Ibu berapa kali sehari menatap mata anak Ibu sambil ngobrol?" Beliau terdiam.

Praktik di kamar tidur dan meja makan: Pertama, sepakati satu jam bebas layar untuk seluruh keluarga — misalnya saat makan malam. Kedua, sebelum tidur, tatap mata anak satu menit lebih lama, tanya kabar hatinya, bukan cuma PR-nya. Ketiga, jadi tempat curhat yang aman, supaya anak tidak lari ke layar untuk mencari telinga. Keempat, dampingi, bukan sekadar melarang.

Poin Keempat — Rumah yang Bersih dari Aib dan Fitnah

Ibu-ibu yang dirahmati Allah, rumah kita adalah benteng pertama. Pekan ini, di tengah kabar yang berat, kita diingatkan bahwa menjaga rumah dari fitnah adalah tugas kita bersama. Allah menyifati hamba yang beruntung sebagai yang menjaga amanah:

وَالَّذِينَ هُمْ لِأَمْتِنِهِمْ وَعَهْدِهِمْ رُءُوفُونَ

QS. Al-Ma'aarij: 32 — "Dan orang-orang yang memelihara amanat-amanat (yang dipikulnya) dan janjinya." Anak-anak kita, kepercayaan mereka, kesucian hati mereka — itu semua amanah yang dititipkan Allah kepada kita.

Kadang kita lebih rajin membersihkan lantai daripada membersihkan tontonan di rumah. Padahal debu di lantai hilang dengan pel; debu di hati anak susah dibersihkan.

Praktik: Pertama, letakkan pengisi daya HP di ruang bersama, bukan di kamar anak. Kedua, ajak anak menonton bersama sesekali, supaya kita tahu apa yang mereka lihat. Ketiga, biasakan doa dan dzikir di rumah, supaya suasananya tidak melulu suara layar. Keempat, jadikan rumah tempat yang lebih hangat daripada layar mana pun.

Sesi Q&A

Tanya: "Ustadzah, kalau saya sudah larang anak main HP, tapi saya sendiri tidak bisa lepas dari HP, bagaimana?" **Jawab:** Ini pertanyaan paling jujur dan paling banyak. Ibu, anak belajar dari yang dilihat, bukan yang didengar. Mulai dari kita dulu, satu langkah kecil — misalnya letakkan HP saat makan. Tidak harus sempurna, yang penting anak lihat kita berusaha.

Tanya: "Kalau di grup keluarga ada yang suka nyebarin aib orang, saya harus keluar atau diamkan saja?" **Jawab:** Tidak perlu keluar dan bikin ramai. Cukup kita sendiri yang tidak ikut menyebar, dan sesekali beri komentar lembut: "Kasih ya, kita doakan saja." Kadang satu komentar teduh mengubah suasana grup.

Tanya: "Ustadzah, suami saya yang malah lebih parah main HP-nya, bagaimana dong?" (Ibu-ibu tertawa) **Jawab:** Sabar ya, Bu. Jangan ceramahi, itu bikin makin keras. Ajak dengan cara halus — "Ayah, yuk taruh HP dulu, temani anak-anak sebentar." Doa juga penting; hati manusia di tangan Allah.

Tanya: "Bagaimana kalau anak sudah terlanjur lihat konten yang tidak baik?" **Jawab:** Jangan panik, jangan marah besar — itu malah bikin anak takut cerita. Peluk dulu, lalu ngobrol tenang: "Kamu boleh cerita ke Bunda apa pun." Yang penting anak tahu rumah adalah tempat aman untuk jujur.

Penutup

Ya Allah, jaga hati kami dan hati anak-anak kami, jadikan rumah kami penuh cahaya dan bersih dari fitnah. Ibu-ibu, satu kalimat untuk dibawa

ke dapur besok pagi: layar boleh menyala terus, tapi hati kita jangan sampai padam rasa malunya. Pekan ini, mari kita coba satu hal — tatap mata anak satu menit lebih lama sebelum kasih HP.