

Majalah *hsi*

Edisi 84 | Jumada Akhir 1447 H • Desember 2025



GAGAL NIKAH

Kunjungi portal Majalah HSI majalah.hsi.id
untuk dapat menikmati edisi sebelumnya dalam versi PDF.

Daftar Isi

Dari Redaksi

Susunan Redaksi

Surat Pembaca



RUBRIK UTAMA

Bahtera yang Karam



AQIDAH

Menerima Takdir Perpishan



MUTIARA AL-QUR'AN

Ketika Suami-Istri Saling Nusyuz



MUTIARA HADITS

Penghargaan Iblis bagi Perusak Rumah Tangga



MUTIARA NASIHAT MUSLIMAH

Agar Pertenggaran Tak Berkepanjangan



FIQIH

Fiqih Talak dan Rujuk



TAUSIYAH USTADZ

Urgensi Tauhid dalam Membangun Rumah Tangga



SIRAH

Kekompakan Keluarga Abu Dahdah dalam Ketaatan



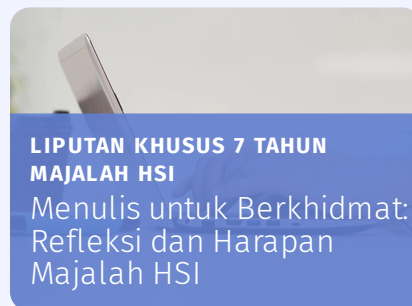
HSI BERBAGI

Fundraising: 'Jantung' yang Memompa Gerakan Kebaikan



KABAR YAYASAN

Raker HSI: Akselerasi Sinergi dan Kolaborasi Baru



LIPUTAN KHUSUS 7 TAHUN MAJALAH HSI

Menulis untuk Berkhidmat: Refleksi dan Harapan Majalah HSI



KABAR KBM

Konsisten: Kunci Sukses Belajar Online

TARBIYATUL AULAD

Jika Harus Berpisah: Perlindungan Anak dalam Perceraian

KHOTBAH JUM'AT

Tidak Ada Pasangan yang Sempurna

CATATAN SANG QAWWAM

Pagi Bapak-bapak: Antara Kopi, Ibadah, dan Amanah

SELASAR MURABBIYAH

Ibu, Saatnya Jadikan *Me Time*-mu berpahala!

GENERASI CAHAYA

Gadget Bukan Segalanya: Asyiknya Hidup Nyata Tanpa Lupa Dunia Maya

KELILING HSI

Panen Kebaikan dari Keberkahan Berbakti Kepada Orang Tua

KESEHATAN

Tulang Bisa Keropos Tanpa Rasa Sakit? Kenali Bahayanya!

DOA

Doa agar Menjadi Keluarga yang Harmonis

TANYA JAWAB

Bersama Al-Ustadz Dr. Abdullah Roy, *hafidzahullah*

TANYA DOKTER

Depresi: Gejala, Pencegahan, dan Harapan

DAPUR UMMAHAT

Comfort Food Menyambut Musim Hujan



Kuis Berhadiah Edisi 84



Surat Pembaca

Jazākumullāhu khairan telah menjadi bagian dari pembaca setia Majalah HSI. Sampaikan saran dan kritik Anda pada formulir di bawah ini. Pesan yang Anda sampaikan akan langsung ditampilkan di bawah formulir.

Isi Surat

Kirim

Daftar Surat dari Antum

- Kartinisoeripto** (ART202-02023)
*****to@gmail - 2025-11-18 18:51:01

Mohon tanya umroh hsi wsnita wsjib bersama السلام عليكم ورحمة الله وبركاته. mahrom. Benarkah. Adakah solusi jika tanpa mahrom. atas perhatiannya وبرك الله فيكم

Balas
- Arief Rachmadi** (ARN201-50038)
*****i2@gmail.com - 2025-11-08 16:31:10

Jazakumullah khayran katsiran ustadzuna
Sehat selalu wa barakallah fikum

Balas
- Muh. Aziz Syarifuddin** (ARN222-32105)
*****84@gmail.com - 2025-10-24 00:49:27

Assalamu'alaykum, untuk aplikasi majalah HSI apa bisa ditambahkan pengaturan mode baca background gelap/hitam?
Karena lumayan membantu kenyamanan mata saat membaca dengan background gelap/hitam.
Syukron wa jazakallahu khairan

Balas
- Meta Soentotoro** (ART231-50085)
*****ro@gmail.com - 2025-10-09 04:31:55

Bismillah.
Assalamualaikum ustadz, izin bertanya.

Apabila ada seorang suami, selama berumah tangga tidak pernah memberikan nafkah kepada keluarganya (istri dan anak²nya), kemudian meninggal dunia, apakah warisannya bisa dihitung sebagai pengganti nafkah yang tidak pernah diberikan? Apabila tidak memiliki warisan, apakah nafkah wajib yang tidak pernah diberikan selama



Dari Redaksi

Fenomena pernikahan di kalangan muda muslim saat ini sedang menghadapi paradoks besar. Di satu sisi, semangat menikah muda meningkat seiring tren dakwah hijrah dan ajakan untuk menjauhi zina. Di sisi lain, angka perceraian justru melonjak tajam, bahkan pada usia pernikahan yang baru seumur jagung. Di satu sisi muncul kelompok yang *ngebet* nikah karena takut dosa dan ingin segera sah; di sisi lain muncul kelompok anti nikah yang trauma melihat banyak kegagalan dan menganggap pernikahan menakutkan. Dua-duanya tumbuh dalam ruang sosial yang sama — dunia yang serba instan, penuh tekanan sosial, dan miskin pembekalan rumah tangga.

Data dari Badan Pusat Statistik menunjukkan bahwa angka perceraian di Indonesia sepanjang tahun 2024 mencapai 394.608 atau sebesar 27 persen jika dibandingkan dengan angka pernikahan yang terjadi di tahun yang sama. Dirjen Bimas Islam kemenang menyebut bahwa mayoritas perceraian terjadi pada usia pernikahan di bawah 5 tahun dengan mayoritas istri sebagai penggugat cerai. Adapun alasannya, mayoritas adalah pertengkaran terus-menerus dan alasan ekonomi

Menikah sering dibayangkan sebagai puncak kebahagiaan — berpakaian seragam, berdua dalam ibadah, membangun rumah tangga sakinah, mawaddah, warahmah. Media sosial penuh dengan konten romantis: foto prewedding, pesta megah, perjalanan bulan madu, dan kutipan-kutipan cinta islami. Namun kenyataannya, banyak rumah tangga muda tumbang justru setelah pesta usai. Tagar “#nikahmudabarokah” berganti menjadi curhatan tentang beban, kecewa, dan perpisahan. Jika dirunut, faktornya bisa jadi sangat kompleks. Ditengarai, sebagiannya adalah sebagai berikut.

- Banyak pernikahan gagal bukan karena tak ada cinta, tapi karena cinta tak siap diuji.
- Banyak pasangan menikah karena ingin bahagia, bukan karena ingin beribadah. Mereka menyiapkan segala hal untuk pesta, tetapi tidak menyiapkan diri untuk hidup setelahnya.
- Secara psikologis, remaja masa kini banyak yang belum matang secara emosi. Pola asuh yang permisif, lingkungan digital yang instan, dan rendahnya keterampilan komunikasi membuat mereka mudah tersinggung, sulit berdamai, dan cepat menyerah.
- Secara sosial, masyarakat sering menekan dengan pertanyaan “kapan nikah?”, tanpa membantu menumbuhkan kesiapan diri, ilmu, atau ekonomi.
- Secara ekonomi, biaya hidup tinggi, gaya hidup konsumtif, dan standar kebahagiaan yang materialistis menambah tekanan pada pasangan muda.
- Secara spiritual, pernikahan sering hanya dipahami sebagai solusi dari syahwat, bukan amanah yang menuntut kesabaran, tanggung jawab, dan ketundukan kepada Allah.

Semua itu diperparah oleh minimnya pendidikan pranikah dan bimbingan keluarga Islami. Banyak calon suami/istri tidak tahu hak dan kewajiban masing-masing, tidak memahami adab bertengkar, atau tidak tahu kapan dan bagaimana mencari bantuan (konseling, nasihat ulama, dsb.).

Dengan latar belakang seperti itulah Majalah HSI Edisi 84 ini kami hadirkan dengan judul Gagal Nikah. Redaksi memandang bahwa fenomena runtuhnya rumah tangga bukan sekadar kabar duka yang berlalu begitu saja, melainkan potret persoalan besar yang perlu dibaca dengan serius. Dalam edisi ini, kami mengajak pembaca masuk ke ruang-ruang yang sering luput dari perhatian: ruang kecil di balik pintu rumah tangga, tempat harapan dibangun namun juga tempat luka kerap tersembunyi.

Halaman selanjutnya →

Pembahasan ini kami susun agar menjadi renungan bagi semua — mereka yang tengah menjaga mahligai pernikahan, yang telah melalui pahit-manisnya, yang baru merencanakannya, maupun lembaga-lembaga yang turut bertanggung jawab membina keluarga. Sebab kita meyakini, ketika satu rumah tangga goyah, gelombangnya tidak berhenti di sana; masyarakat ikut bergetar, dan generasi ikut menanggung akibatnya. Perceraian bukan hanya statistik, tetapi kisah manusia yang kehilangan arah, anak-anak yang kehilangan pegangan, dan masyarakat yang kehilangan kepercayaan terhadap institusi yang seharusnya menjadi benteng pertama kehidupan.

Lebih dalam lagi, kegagalan pernikahan juga menunjukkan bahwa meskipun Islam telah memberikan panduan lengkap dalam membangun rumah tangga—mulai dari niat, memilih pasangan, adab berinteraksi, hingga cara menyelesaikan konflik—panduan itu kerap diabaikan atau disalahpahami. Kurangnya pemahaman, kesiapan, dan keteladanan menyebabkan nilai-nilai itu tidak terimplementasi dengan benar dalam kehidupan rumah tangga. Karena itulah edisi ini hadir: untuk mengingatkan kita kembali pada pedoman yang benar, memperbaiki yang lemah, dan meneguhkan kembali tujuan agung dari sebuah pernikahan.

Beberapa tulisan yang kami hadirkan di edisi ini antara lain:

- Bahtera yang karam (Rubrik Utama)
- Ketika Suami-Istri Saling Nusyuz (Mutiara Al-Quran)
- Agar Pertengkaran Tak Berkepanjangan (Mutiara Nasihat Muslimah)
- Menerima Takdir Perpisahan (Aqidah)
- Penghargaan Iblis bagi Penghancur Rumah Tangga (Mutiara Hadits)
- Urgensi Tauhid dalam Membangun Rumah Tangga (Tausiyah Ustadz)
- dan tulisan-tulisan berharga lainnya.

Kami berharap rangkaian tulisan dalam Majalah HSI Edisi 84 ini dapat menjadi cermin sekaligus bekal bagi kita semua dalam menapaki jalan rumah tangga yang penuh ujian. Semoga setiap pembahasan yang tersaji mampu membantu membuka mata, menajamkan pemahaman, dan menguatkan komitmen kita untuk membangun pernikahan yang lebih kokoh, lebih berilmu, dan lebih berdasar pada nilai-nilai syariat.

Pada akhirnya, keberhasilan sebuah rumah tangga tidak hanya ditentukan oleh indahnya akad dan meriahnya pesta, tetapi oleh kesungguhan menjaga amanah, kesiapan menghadapi ujian, serta keteguhan hati dalam berpegang pada petunjuk Allah dan tuntunan Rasul-Nya. Semoga edisi ini turut menjadi bagian kecil dari ikhtiar besar itu — ikhtiar untuk melahirkan keluarga-keluarga yang lebih sabar, lebih matang, dan lebih dekat kepada Rabb-nya.

Selamat membaca, semoga bermanfaat, dan semoga Allah memberkahi setiap langkah kita dalam meniti mahligai pernikahan. *Baarakallahu fiikum.*



Allah Subhanahu wa ta'ala berfirman:

وَتَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَالتَّقْوَىٰ ۖ وَلَا تَعَاوَنُوا عَلَى الْإِثْمِ وَالْعُدْوَانِ

“Saling tolong-menolonglah dalam kebaikan dan ketaqwaan dan janganlah saling tolong-menolong dalam dosa dan pelanggaran.” [QS. Al-Maidah: 2]

Fundraising: ‘Jantung’ yang Memompa Gerakan Kebaikan

Penulis: Leny Hasanah

Editor: Subhan Hardi

Di balik seratusan ribu santri HSI AbdullahRoy yang setiap hari membuka materi, membaca nasihat, dan mengikuti evaluasi, ada tim kecil yang bekerja tanpa henti untuk menjaga agar seluruh roda dakwah tetap bergerak.

Mereka adalah Tim Fundraising (FD), sebuah unit yang mungkin jarang disebut atau terdengar, tetapi kontribusinya terasa di setiap lini kegiatan HSI AbdullahRoy dan HSI BERBAGI.

Tim ini bukan hanya menyusun *broadcast* donasi. Tapi, menjadi salah satu penopang utama operasional lembaga, mulai dari pengembangan dan pembiayaan server, produksi materi dakwah, program sosial, hingga berbagai kegiatan dakwah lainnya yang melibatkan ribuan orang.

Apa yang terlihat di permukaan hanyalah satu poster, satu pesan singkat, atau satu link yang disematkan di setiap publikasinya. Tapi di balik itu ada proses panjang, dinamika internal, sinergi dan kerja kolektif yang terus berkembang dari tahun ke tahun.

Awal Terbentuknya Tim Fundraising

Pada mulanya, kegiatan fundraising berada langsung di bawah Ketua Yayasan HSI AbdullahRoy. Struktur saat itu masih sederhana, terdiri dari dua unit inti, yakni:

1. Tim DRM (*Donatur Relationship Management*)

Yang bertugas menjaga komunikasi langsung dengan para donatur serta mengirimkan pengingat donasi melalui pesan pribadi.

2. Tim Broadcast (BC)

Tim yang bertugas mengelola konten donasi yang disebarkan melalui grup diskusi HSI dan platform web Edu HSI.

Pada fase awal ini, Akhuna Tyo (rahimahullah) menjadi salah satu tokoh penting yang menjalankan tim BC. Beliau memegang peran tersebut, hingga akhirnya mengundurkan diri sebelum meninggal dunia. Setelah itu, tugas pendampingan FD dilanjutkan oleh beberapa pengurus HSI, salah satunya adalah Akhuna Amirul Muttaqin, yang bertindak sebagai *caretaker* sekitar tahun 2023.

“Yang paling bikin *deg-degan* itu kalau konten sudah harus tayang, tapi belum mendapat persetujuan dari ketua yayasan. Kita jadi kejar-kejaran, kejar copywriter, kejar designer, kejar revisi. Tapi semuanya terbayar kalau setelah tayang, donasi mengalir deras, *alhamdulillah*,” kenang Akhuna Amirul.

Dia menambahkan, salah satu momen penghimpunan dana paling berkesan adalah kampanye wakaf pembangunan Ma’had Ilmi HSI AbdullahRoy, yang dikenal dengan *broadcast* berwarna matahari merah, visual yang menjadi ikon tersendiri waktu itu.

Seiring berkembangnya kebutuhan dakwah, FD kemudian ditempatkan di bawah Divisi HSI BERBAGI dengan struktur yang lebih rapi di bawah komando Akhuna Angga Pratama.

Halaman selanjutnya →

Struktur dan Cara Kerja Fundraising Saat Ini

Tugas dan proses fundraising kini berjalan melalui tiga kanal utama:

1. Web Edu

Broadcast donasi ditayangkan bersamaan dengan materi pelajaran. Santri yang membuka materi atau evaluasi bisa melihat informasi FD tanpa harus keluar dari *platform*.

2. Grup Diskusi HSI AbdullahRoy

Inilah kanal yang paling dekat dengan santri. Namun karena banyaknya pesan di grup, tidak semua santri memperhatikan broadcast.

Mantan sekretaris Tim FD, Ummu Faza, mengatakan, “Kalau waktunya evaluasi, kita pasti *scroll* lewat *broadcast* dulu, jadi mau nggak mau terbaca. Tapi secara umum, santri jarang memperhatikan pesan di grup karena jumlahnya banyak,” ujarnya

3. WA Blasting (DRM)

Ini adalah jalur untuk donatur langsung. *Database* donatur HSI AbdullahRoy dan HSI BERBAGI menerima dua *broadcast* setiap bulan dengan tema yang berbeda. Isi BC biasanya berupa nasihat, pengingat waktu, dan ajakan berinfaq.

Tim yang terlibat cukup banyak, mulai dari: ketua yayasan (penentu persetujuan akhir), koordinator FD, pengawas konten, *copywriter*, *designer*, bendahara, hingga tim DRM yang mengelola ribuan kontak donatur.

Krusial dalam Menopang Dakwah

Fundraising bukan sekadar mengumpulkan dana. Ia adalah tulang punggung dari banyak aktivitas, di antaranya produksi dan distribusi materi dakwah, biaya operasional harian lembaga, bantuan sosial melalui HSI BERBAGI, kegiatan wakaf, program pendidikan santri, hingga pengembangan fasilitas seperti Ma’had Ilmi.

Meski jarang tampil di depan, *Fundraising* adalah salah satu unsur yang paling menentukan keberlanjutan dakwah. Sebagaimana sabda Nabi *Shallallahu 'alaihi wasallam*: “Sedekah itu tidak akan mengurangi harta.” (HR. Muslim)

Setiap pesan yang mereka kirim adalah bagian dari kebaikan itu. *Fundraising* adalah gerakan yang senyap, namun getir manisnya dirasakan oleh banyak orang. Ia mungkin muncul hanya sebagai poster atau pesan singkat, tetapi dampaknya menembus banyak lini: dakwah yang terus berkelanjutan, pendidikan, sosial, hingga masa depan generasi penuntut ilmu dan para penghafal Al-Qur’an.

Dan selagi dakwah membutuhkan dukungan, tim fundraising akan terus berdiri sebagai penopang yang bekerja dalam diam—menggugah semangat, menyentuh jiwa, dan menggerakkan kebaikan dari setiap hati yang merelakan hartanya di jalan dakwah yang haq.

“*Fundraising* bagi kami bukan sekadar mengumpulkan dana, tetapi menjaga agar dakwah tetap hidup. Yang kami lakukan hanyalah membuka pintu. Selebihnya, Allah yang menggerakkan hati para muhsinin,” ungkap Akhuna Angga meyakinkan.

Raker HSI: Akselerasi Sinergi dan Kolaborasi Baru

Reporter: Ridzky Aditya Saputra

Redaktur: Happy Chandraleka



إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ إِذَا عَمِلَ أَحَدُكُمْ عَمَلًا أَنْ يُثِقَنَّهُ

Sesungguhnya Allah mencintai seseorang yang apabila melakukan suatu pekerjaan, ia melakukannya dengan itqan (sebaik-baiknya) (HR. al-Baihaqi dalam Syu'ab al-Iman (4/334, no. 5312))^[1]

Sebagian orang kerap mengaitkan rapat kerja (Raker) dengan tumpukan agenda, diskusi panjang, diikuti deretan target. Namun, tampaknya tak demikian halnya dengan Raker di lingkungan Yayasan HSI AbdullahRoy. Raker itu terlihat bukan sekadar rutinitas tahunan. Forum tersebut digadang menjadi momen evaluasi dan penegasan arah, agar langkah dakwah yang dijalankan dapat memberi manfaat lebih luas bagi umat dan para santri, *insyaallah*.

Pada 31 Oktober hingga 3 November 2025 lalu, Aula Hotel Syariah Solo, Surakarta, menjadi tempat penyelenggaraan Raker HSI. Para ketua divisi (Kadiv) yang menjadi mayoritas peserta tampak hadir dengan kesiapan penuh. Laptop, berkas, dan alat tulis tersusun di meja, menggambarkan keseriusan 29 divisi yang kini berada di bawah naungan Yayasan HSI AbdullahRoy, dalam mengumumkan agenda kerja masing-masing.

Forum dibuka bukan dengan sesi laporan kerja atau paparan program, melainkan nasihat awal dari Ustadzuna Dr. Abdullah Roy, M.A. yang menjadi pemantik semangat para Kadiv sebelum rangkaian Raker dimulai.

Ketua Yayasan HSI AbdullahRoy, Akhuna Heru Nur Ihsan, menyatakan kepada Majalah HSI bahwa Ustadzuna berpesan kepada para pengurus untuk ikhlas dalam berkarya dan berkontribusi. “Ini ikhtiar kita, tetapi hasil di Tangan Allah, dan kita harus

berusaha mengambil sebab untuk mendapatkan hasil maksimal,” tutur Pak Ihsan.

Akselerasi Sinergi dan Kolaborasi

Tahun ini, Raker HSI mengambil tema “Mengakselerasi Sinergi dan Kolaborasi Menuju Transformasi HSI yang Lebih Agile dan Mandiri.”

Sesuai tema tersebut, HSI berusaha untuk mengoptimalkan kecepatan sinergi dan kolaborasi antar divisi agar terbentuk tim yang *agile* atau lincah dan adaptif serta mandiri. Semua ini dilakukan agar HSI tetap kokoh menghadapi berbagai tantangan yang terjadi.

“Yang ingin kami capai di Raker adalah akselerasi. Kami sudah ada sinergi dan kolaborasi, baik di teman-teman internal dan antar divisi. Kami ingin ada akselerasi,” ungkap Pak Ihsan. Hal ini akhirnya berdampak pada alur Raker. “Modelnya satu divisi memaparkan program utama, kemudian diberikan *feed forward* bagaimana menghadapi tantangan tersebut,” jelas Pak Ihsan.

“Jadi satu divisi itu bisa mendapat banyak masukan dari divisi lain. Sinergi dan kolaborasinya terasa sekali. Tentunya tantangan pasti ada, perubahan *enggak* bisa kita prediksi, yang bisa kita lakukan adalah mempersiapkan tim kita bersama-sama. Harapan dari sinergi ini lebih ke *impact* yang lebih baik. Fokus utama yang ingin dicapai di akhir 2026 adalah menjadi lembaga yang lebih agile

Halaman selanjutnya →

Evolusi Raker HSI

Memang berbeda dengan tahun-tahun sebelumnya yang menyuguhkan Raker berformat sederhana, tahun ini Yayasan HSI membawa pendekatan baru yang tampak lebih terstruktur. Tahapan Raker diawali jauh hari dengan program pra-Raker yang diadakan di masing-masing divisi.

“Raker tahun ini sedikit berbeda dari tahun lalu. Ada pra-Raker, persiapannya tiga bulan sebelumnya. Prosesnya ada *brainstorming* yayasan dengan setiap divisi, membuat analisis SWOT internal. Dari situ, divisi membuat proker (program kerja, *red*) yang diajukan ke yayasan. Prokernya dipresentasikan dan dihadiri semua divisi untuk diberikan *feed forward*,” ungkap Ketua Panitia Raker HSI, Akhuna Angga Pratama.

“Setelah itu, ada forum internal untuk menentukan program apa yang di-ACC (disetujui, *red*), karena HSI punya arah ke depan. Jadi program yang diajukan akan dipilih untuk kebutuhan yayasan ke depannya,” imbuh pemilik kunyah Abu Thalha ini.

Ibarat dua sisi mata uang yang tak terpisahkan, program kerja dan perencanaan bujet merupakan satu paket yang wajib disiapkan oleh setiap divisi. Keduanya saling terkait: program yang baik membutuhkan dukungan anggaran yang tepat, sementara anggaran yang tersusun rapi hanya bermakna jika didasarkan pada program yang jelas. Kombinasi inilah yang kerap menjadi tantangan bagi divisi-divisi di HSI dalam menyusun rencana kerja tahunan.

“Semua divisi diminta menyerahkan proker dan rencana bujet. Divisi lebih mengerti kondisi atau kekuatan dan kemampuan yang dimiliki. Tetapi dengan adanya analisis SWOT, ini bisa diukur peluang ke depan. Sehingga ketika membuat program ke depan, menjadi lebih siap,” kata Akhuna Angga.

“Untuk tantangannya lebih ke *timeline* yang meleset. Karena butuh waktu dan usaha menganalisis. Banyak divisi yang butuh waktu tambahan, jadi jadwalnya meleset. Tapi *alhamdulillah* semua divisi presentasi sesuai jadwal,” ia menambahkan.

Ruang Refleksi dan Prestasi

Di sisi lain, Raker adalah sebuah ruang refleksi kinerja tiap divisi dalam setahun terakhir. Ada yang sukses, tapi tak sedikit yang belum terwujud. Meski demikian, semua divisi tampak telah berupaya maksimal dalam memperbaiki hal-hal yang belum sempurna sebelumnya.

Bagi HSI GoPro refleksi 2025 ibarat lintasan panjang dengan dinamika yang padat. Sebagai *event organizer* andalan HSI, *alhamdulillah*, GoPro telah merampungkan banyak event di tahun lalu. Salah satunya melahirkan sebuah acara fenomenal yang bertajuk Pasar Cantik Muslimah 2025 di Jakarta.

Kepala Divisi HSI GoPro, Akhuna Andry Anuttama Swaputra menuturkan bahwa kesuksesan berbagai

event yang diselenggarakan HSI GoPro tak lepas dari taufik dan pertolongan Allah ‘Azza wa Jalla. “*Biidznillah* dengan taufik dari Allah, HSI GoPro telah menggelar banyak sekali kegiatan yang bermanfaat bagi dakwah dan kaum muslimin dan telah ikut berkontribusi menyumbang pemasukan bagi Yayasan HSI AbdullahRoy untuk mendukung keberlangsungan dakwah,” Akhuna Andry mengatakan.

“Salah satu tantangannya adalah menggelar dan mempersiapkan event Pasar Cantik Muslimah 2025 yang *alhamdulillah*, *biidznillah*, stand-stand yang kita jual *sold out* dan *event* berlangsung dengan sukses,” ucapnya.

Antara Peran dan Pencapaian

Baitul Maal wat Tamwil (BMT) juga memiliki refleksi yang tak kalah penting. Lembaga keuangan syariah milik HSI ini memiliki peran strategis yang memberi kebermanfaatan bagi santri HSI secara khusus, maupun kaum muslimin pada umumnya.

Manajer BMT HSI, Akhuna Muhammad Nur Wahyu mengungkapkan salah satu pencapaian terbesar BMT HSI di 2025, ialah pembukaan program pembiayaan rekomendasi penanggung jawab (PJ) Divisi HSI Abdullah Roy, di tengah kendala peralihan *software* keuangan.

“Pencapaian terbesar yang diraih oleh divisi pada tahun lalu adalah membuka program pembiayaan rekomendasi PJ divisi HSI Abdullah Roy. Serta tantangan terbesar bagi kami ialah peralihan *software* keuangan,” ungkap Akhuna Wahyu.

Selain itu, BMT juga menargetkan beberapa program lain untuk menghadapi tantangan ke depan. Salah satunya ialah kemungkinan melakukan kerja sama antar divisi dan pihak eksternal. Ide ini tercetus lewat proses Raker yang melibatkan masukan dari berbagai divisi HSI.

“Dengan mengetahui lebih lanjut kondisi atau kendala terbesar divisi lain, kami menjadi lebih mengetahui potensi kerja sama yang diharapkan oleh rekan-rekan di divisi lain. Dan beragamnya latar belakang dan ruang gerak divisi yang berbeda-beda, membuat *insight* kami menjadi lebih terbuka luas,” kata Akhuna Wahyu.

“Kami ada dua program utama yang disiapkan, yaitu kerja sama dengan yayasan eksternal untuk memperluas jaringan dan penyebaran manfaat. Serta pengembangan marketing berbasis komunitas untuk menajamkan pangsa pasar internal,” imbuh santri Angkatan 181 tersebut.

Halaman selanjutnya →

Arah Baru Kolaborasi

Bentuk refleksi dan kolaborasi dalam Raker, berporos pada arah kebijakan yang bertujuan memudahkan santri dalam mengakses ilmu dan layanan HSI. Di waktu mendatang, santri akan disuguhkan kolaborasi antar divisi yang menambah keragaman dan ilmu yang lebih luas.

Sayangnya, program-program tersebut belum bisa dibocorkan sekarang. Karena nantinya akan menjadi hadiah kejutan untuk para santri HSI, *biidznillah*, tidak akan lama lagi.

“Berangkat dari ide teman-teman divisi saat *brainstorming*, program di 2025 ada yang sudah berjalan dengan baik, dan ada perbaikan program yang bisa dimaksimalkan lagi. Ada banyak program baru yang tidak ada di 2025, tapi ada di tahun 2026,” ujar Pak Ihsan.

“Dari yayasan mendampingi teman-teman antar divisi. Sinergi dengan melempar *feed forward*, rasanya beda banget. Dari situ teman-teman idenya kami *follow up* dengan metode 5W + 1H. *Who* di situ, bisa melibatkan divisi lain,” tambahnya.

Manfaat untuk Santri

Para santri adalah cermin yang akan menunjukkan sejauh mana program divisi dalam Raker memberikan dampak nyata. Mereka adalah indikator paling jujur karena merasakan langsung manfaat semua program di HSI.

Ummu Muhammad misalnya. Ia sangat terkesan dengan Pasar Cantik Muslimah (PCM) 2025. Menurutnya, PCM 2025 merupakan program terbaik yang perlu dihadirkan secara reguler.

“Ana sangat mengapresiasi program Pasar Cantik Muslimah 2025. Karena itu wadah yang sangat bagus untuk ummahat seperti ana. Sangat memfasilitasi para ummahat, *me time*-nya para akhwat. Beberapa teman pun bilang, program ini harus ada setiap tahunnya,” ucapnya.

Ummu Muhammad menambahkan, “Selain itu, program KBM Reguler juga sudah semakin matang. Hampir tidak ada lagi kasus *server down*. Tampilan webnya juga sudah makin minimalis.”

Sedikit berbeda, Ummu Shafiyyah punya penilaian sendiri tentang beberapa program di HSI. Meski baru aktif setahun terakhir sebagai santri, ia mengaku takjub karena HSI memiliki banyak divisi yang mewadahi banyak minat para santri.

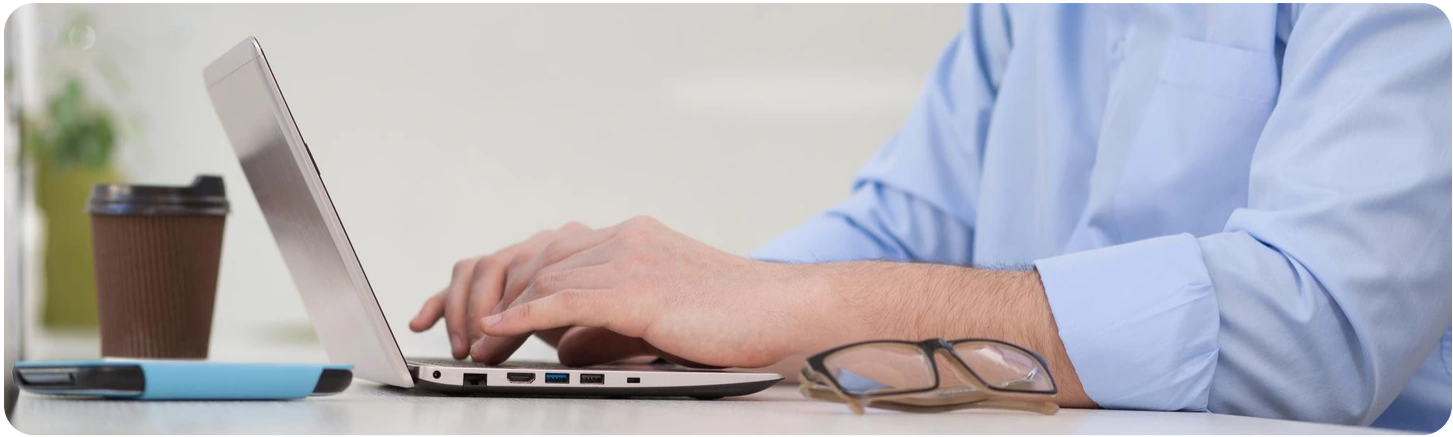
“Saat ini ana baru aktif mengikuti KBM Reguler. Ana baru tahu ternyata di HSI ini ada banyak sekali ya program menarik. Ada *event* keluarga anak, haji-umrah, bahkan sampai ada ta’aruf dan pernikahan syar’i atau Khairunnikah Walimah Syar’i. Ini sangat lengkap dan perlu diapresiasi sekali. *Insyallah*, kalau tahun depan tidak sibuk, ana mau coba beberapa program di HSI seperti Fusha,” ujarnya.

Sebuah Titik Balik

Raker bukan sekadar rutinitas tahunan atau ajang mengumpulkan dokumen. Raker adalah titik balik tempat arah dakwah HSI kembali dikukuhkan. Di sinilah niat diluruskan, strategi diperjelas, dan langkah tahun berikutnya dipertajam. Setiap divisi hadir membawa tanggung jawab untuk menghadirkan perubahan yang lebih baik bagi para santri dan umat.

Setiap ide yang muncul di forum Raker bukan hanya gagasan kerja, tetapi doa yang dipanjatkan untuk kemajuan dakwah. Dari ruang inilah pijakan baru ditetapkan, prioritas dipertegas, dan komitmen diperbaharui.

Semoga Raker HSI menjadi momentum lahirnya keputusan-keputusan yang lebih tajam, kerja yang lebih tertib, dan pelayanan yang semakin mendekatkan manfaat dakwah kepada umat. Semoga setiap upaya yang dirumuskan di dalamnya menjadi amal jariyah yang terus mengalir, menguatkan langkah HSI dalam membimbing para santri menuju kebaikan dan keberkahan, *insyaallah*.



Menulis untuk Berkhidmat : Refleksi dan Harapan 7 Tahun Majalah HSI

Reporter: Dian Soekotjo

Editor: Hilyatul Fitriyah

Tujuh tahun terasa singkat, melintas cepat, namun meninggalkan jejak yang membekas. Seolah baru kemarin edisi perdana Majalah HSI hadir, sederhana, dengan fokus menyampaikan kabar amanah para donatur yang tersalurkan. Dari sana, perjalanan bermula.

Langkah kecil di Jumadil Akhir 1440 H itu kini berlanjut dan tumbuh. Wajahnya memang berubah, ditempa waktu dan pengalaman. Kini Majalah HSI menjadi wadah ilmu, menyediakan ruang bagi para santri untuk menimba pengetahuan, mengikuti perkembangan yayasan, dan menemukan inspirasi di antara halaman-halaman.

Setiap rubrik yang terbit membawa napas perjuangan, dari ilmu yang menguatkan aqidah hingga kisah sirah teladan yang menumbuhkan semangat. Dari dapur para ummahat, hingga cerita santri di lapangan dakwah. Semua laksana mozaik yang membina perjalanan.

Karena itu, momen tujuh tahun Majalah HSI ini bukan perkara angka penanda usia. Ia adalah jeda sekejap untuk membentangkan syukur pada Sang Maha Kuasa, menata langkah dengan tekad baru, dan meneguhkan arah dakwah melalui pena. Agar cahaya ilmu dan amal setia menaungi gerak langkah.

Jejak Edisi ke Edisi

Jumadil Akhir 1440 H atau bulan Maret tahun 2019 adalah awal Majalah HSI terbit. Waktu itu, Majalah HSI hadir dengan misi yang terbilang sederhana yaitu menjadi media laporan donasi bagi para muhsinin dalam program-program divisi sosial di HSI atau divisi HSI Peduli.

Saat ini, HSI Peduli telah berganti nama menjadi HSI Berbagi. Perannya pun kian meluas. Namun, jejak awal dari edisi pertama hingga sekarang masih terekam. Majalah HSI tetap menyuguhkan satu ruang khusus berisi berbagai laporan kegiatan HSI Berbagi, berdampingan dengan kabar divisi-divisi lain.

Seiring bertambahnya jumlah santri HSI dari tahun ke tahun, kebutuhan akan pembaca ikut berkembang. Majalah HSI turut tumbuh melampaui fungsi awalnya, *biidznillah*. Majalah kini telah mempunyai dua subdivisi yakni Diniyah dan Pemberitaan.

Tim Diniyah bertugas meneruskan misi menebar dakwah sunnah melalui jurnal-jurnal ilmiah. Di edisi perdana 7 tahun lalu, Majalah telah menampilkan Rubrik Kajian dan Tanya-Jawab Ustadz. Saat ini, Tim Diniyah tercatat telah menerbitkan 12 rubrik dengan tetap membina dua ruangan yang ada.

Tantangan dan Pembelajaran

Perjalanan tujuh tahun tentu tidak pernah sunyi dari ujian dan dinamika. Tim redaksi mengalami berbagai fase adaptasi, baik dalam hal teknis, manajemen waktu, perubahan anggota, maupun peningkatan kualitas penulisan. Semakin banyak rubrik yang hadir, semakin besar pula tanggung jawab untuk memastikan setiap naskah tetap lurus dalam landasan ilmu dan sekaligus menarik untuk dibaca.

Tantangan terbesar yang sering muncul adalah menjaga konsistensi publikasi. Para kontributor dan editor yang berada di berbagai negara, zona waktu yang berbeda, dan memiliki amanah lain yang tidak ringan. Sistem koordinasi yang rapi tentu menjadi tuntutan yang tidak bisa ditawar.

Selain itu, perkembangan media digital yang serba cepat menuntut majalah untuk terus berinovasi. Mulai dari memperbaiki alur kerja, menyusun standar penulisan, hingga mengikuti gaya visual yang lebih modern, semuanya menjadi bagian dari pembelajaran berharga. Setiap edisi adalah proses perbaikan diri, sebagaimana yang menjadi cita-cita tim sejak awal.

Halaman selanjutnya →

Suara dari Dalam: Refleksi dari Tim Redaksi

Setelah tujuh tahun menulis untuk berkhidmat dalam dakwah, berikut rekaman refleksi dan harapan Tim Majalah HSI yang berhasil kami rangkum.

- Athirah – Redaktur Pelaksana Diniyah

Sejak zaman sahabat, budaya ilmiah adalah sebuah warisan yang diteruskan dari generasi ke generasi. Setiap zaman memiliki warna dan tantangan tersendiri. Di zaman kita ini, budaya instan dan "yang viral adalah yang diikuti" mulai mengikis struktur pemikiran ilmiah dalam menyerap ilmu agama. Rubrik diniyah Majalah HSI hadir untuk menjaga budaya ilmiah dari para salaf, dengan tetap adaptif melalui topik-topik faktual di sekitar kita.

- Za Ummu Raihan – Senior Editor Diniyah

Tujuh tahun (1440 - 1447 H) kebersamaan Majalah HSI Abdullah Roy adalah sebuah nikmat dan amanah besar dari Allah Ta'ala. Selama rentang waktu itu, majalah ini telah menjadi wasilah ilmu, menyebarkan cahaya dakwah dan menebarkan semangat untuk kembali kepada Al-Qur'an dan Sunnah dengan pemahaman para salafus shalih. Setiap lembar yang terbit menjadi saksi perjuangan para penulis, editor, dan pembaca dalam menjaga kemurnian ilmu dan menyebarkan kebaikan di tengah deras arus informasi. Kian hari, kami semakin merenungi betapa pentingnya terus memperbaiki niat, mengokohkan visi dakwah, dan memperluas jangkauan manfaat. Harapannya, Majalah HSI Abdullah Roy dapat terus menjadi sumber inspirasi keilmuan, memperkuat ukhuwah Islamiyah, serta melahirkan generasi muslim yang berilmu, beradab, dan istiqamah di atas jalan kebenaran hingga Allah mempertemukan kita di surga-Nya kelak.

- Ima Lestari – Kontributor Diniyah

Tidak terasa sudah 4 tahun saya menjadi anggota tim majalah HSI. Masih teringat ketika awal bergabung banyak hal yang harus saya pelajari, terutama beradaptasi dengan sistem kerja yang saat itu juga masih belum mencapai kata "sempurna". Namun, seiring berjalannya waktu, bertambahnya anggota keluarga baru, saya sadar bahwa Majalah HSI memang tidak akan pernah sempurna karena proses menuju sempurna itu justru menjadi lebih penting dibanding kesempurnaan itu sendiri. Menjadi lebih baik di setiap edisi, memberikan informasi sekaligus menjadi media yang sesuai dengan Sunnah, merupakan cita-cita dan proses tanpa henti yang kami harus lalui. Semoga majalah HSI bisa terus mengemban amanah ini dengan baik

- Leny Hasanah – Reporter Pemberitaan

Alhamdulillah, atas izin Allah Subhanahu wa Ta'ala, saya bergabung dengan Majalah HSI sejak

edisi ke-30 (Juli 2021). Banyak perubahan positif yang saya lihat, termasuk kerja di balik layar yang masyaAllah, penuh semangat dan dedikasi dari tim yang tersebar di berbagai belahan dunia. Semoga Majalah HSI terus berkembang dan menghadirkan rubrik-rubrik yang bermanfaat bagi umat sepanjang masa.

- Avie Andriyani – Redaktur Pemberitaan

Pendapat saya tentang perjalanan majalah : Alhamdulillah diberi kesempatan bergabung, berkontribusi, belajar, dan bertumbuh bersama di majalah HSI. Selama bergabung menjadi salah satu anggota tim, saya banyak belajar dari para senior, mendapat bimbingan langsung, dan berkesempatan mengamati cara kerja teman2. Alhamdulillah mendapat fasilitas belajar di tempo institute dan disediakan coaching juga bersama pimpinan redaksi. Saya merasakan komunikasi terjalin dengan baik, pendapat kita didengar, dan sistem kerjanya semakin rapi. Terkadang merasa kontribusi saya masih jauh dibanding teman-teman lain yang sudah lebih lama berkecimpung dan lebih banyak meluangkan waktu serta pikiran. Saya merasa manfaat yang saya dapat dengan bergabung di majalah HSI justru lebih banyak dibanding manfaat yang bisa saya berikan. Awalnya saya pikir saya hanya akan bertahan sebentar untuk bantu-bantu di majalah HSI, tapi biidznillah bisa bertahan sampai hari ini. People come and go tapi saya masih merasakan kekompakan dari tim majalah HSI. Harapan saya, semoga ke depannya semakin maju dan tim majalah semakin solid.

- Zico – Desainer

Semenjak bergabung di akhir tahun 2022 sebagai desainer, Alhamdulillah Majalah HSI berkembang cukup pesat. Dari mulai judul Majalah dan konten-kontennya yang mengikuti kondisi terkini. Tidak hanya Majalah kini ada E-book dengan tema bahasan tertentu, bahkan Majalah punya aplikasi sendiri jadi kalau ingin membaca tinggal buka aplikasi tanpa harus *browsing* lagi. Ke depan semoga Majalah HSI sebagai rujukan terbaik Majalah Sunnah dan bermanfaat bagi seluruh kaum muslimin di Indonesia.

- Happy Chandraleka – Redaktur Pemberitaan

Menurut saya, Majalah HSI ini adalah salah satu majalah *online* dengan navigasi yang paling baik dan nyaman. Tidak seperti portal berita pada umumnya dan juga tidak seperti majalah online yang hanya menampilkan format PDF atau paling banter model *flipping book*. Navigasi di Majalah HSI ini termasuk nyaman dan ramah untuk dibaca-baca.

[Halaman selanjutnya →](#)

Saya berharap Majalah HSI dapat mengantisipasi perkembangan media ke depannya. Yang paling pokok adalah berkurangnya minat baca masyarakat yang lebih menyukai menikmati konten dalam bentuk video. Selain itu hadirnya media sosial yang menawarkan informasi yang instan juga menjadi kompetitor media seperti Majalah HSI.

Cita-cita Menjadi Majalah Rujukan Keluarga Muslim Indonesia

Majalah HSI tumbuh bukan hanya sebagai wadah terhimpunnya ilmu dan berita. Ingin rasanya menyaksikan ia tumbuh menjadi lentera kecil yang dijaga beramai-ramai, menebarkan cahaya ilmu dan menghangatkan perjalanan keluarga muslim di Indonesia.

Tujuh tahun pertama ini, mudah-mudahan bisa menjadi batu pijakan untuk menumpu langkah berikutnya yang lebih lebar, sekaligus pengingat bahwa perjalanan masih panjang dan akan penuh peluang menebar kebaikan.

Kami bercita-cita menjadi majalah dakwah yang lurus dan terpercaya. Setiap rubrik mudah-mudahan menghadirkan taman ilmu yang teduh, menjawab kebutuhan para santri dan kaum muslim, serta menjaga amanah dakwah agar tetap berada di atas Al-Qur'an, Sunnah, dan di atas pemahaman para salaf yang hak.

Kami juga bermimpi menjadi majalah keluarga muslim yang hangat dan relevan, tempat para pembaca bertumbuh dan merawat kehidupan keluarga dengan ilmu dan teladan yang benar.

Dengan semangat islah diri, Majalah HSI ingin terus memperluas jangkauan manfaat. Hingga seluruh usia, mulai dari anak-anak, remaja, orang tua, bahkan lansia, dapat sama-sama merasa : "Ini adalah media yang layak menjadi teman perjalanan hidup."

Tujuh tahun bukan garis akhir. Ia hanyalah tanda kecil di pinggir jalan yang mengingatkan bahwa masih banyak ruang untuk disempurnakan. Di balik setiap edisi ada hasil jerih payah dari banyak tangan, ada lantunan doa para pembaca, dan yang paling utama adanya pertolongan Allah yang tidak pernah berhenti menyertai.

Semoga langkah-langkah kecil ini terus bermuara pada kebaikan yang lebih luas. Semoga setiap huruf yang dibaca menjadi amal jariyah.

Doakan kami ya.. Doakan Tim Majalah HSI. Semoga perjalanan ini terus diridhai, dan setiap huruf yang tercetak menjadi saksi amal shalih. Serta, semoga Majalah HSI tetap menjadi cahaya yang Allah izinkan tetap menerangi dan menebar manfaat bagi keluarga-keluarga muslim di Indonesia. *Baarakallahu fiikum.*

Konsisten : Kunci Sukses Belajar Online

Reporter: Gema Fitria

Redaktur: Dian Soekotjo



Dari 'Aisyah *radhiyallahu 'anha*, Rasulullah *Shallallahu 'alaihi wa sallam* bersabda,

أَحَبُّ الْأَعْمَالِ إِلَى اللَّهِ تَعَالَى أَدْوَمُهَا وَإِنْ قَلَّ

“Amalan yang paling dicintai oleh Allah *Ta'ala* adalah amalan yang kontinu walaupun sedikit.”
(HR. Muslim)^[1]

Setiap pagi, kala dunia belum sepenuhnya riuh oleh kesibukan, ribuan santri HSI serentak menerima materi pembelajaran. Audio pendek yang dibagikan sedikit demi sedikit itu menjadi pembuka hari. Ringan, terukur, tetapi rutin. Ada santri yang langsung menyimak sambil mencatat, ada pula yang memilih menunda menyimak. *Reminder* evaluasi di grup-grup diskusi maupun dari aplikasi, tak ketinggalan memenuhi kesibukan para santri HSI.

Namun, fasilitas yang banyak ternyata tidak serta-merta menjamin semangat santri selalu menyala. Di ujung silsilah, tidak sedikit santri yang terhenti karena gagal memenuhi nilai minimal syarat kelulusan. Bisa jadi bukan karena tidak paham materi, tetapi gara-gara sering menunda sampai terlewat mengerjakan evaluasi.

Tindakan mengabaikan tampaknya merupakan indikasi kegiatan belajar agama belum menjadi prioritas. Hanya mereka yang tekun, *biidznillah* akan mudah meraih kesempatan melanjutkan ke silsilah berikutnya atau meraup ilmu yang lebih dalam. Ini bukti bahwa semangat menggebu di awal tanpa upaya istiqamah, bisa saja hanya akan sia-sia.

Latar Belakang Santri yang Beragam

Santri HSI terdiri dari ribuan orang dengan latar belakang yang beragam. Mulai dari anak usia 10 tahun sampai para senior berusia 80-an tahun. Mulai dari pelajar, fresh graduate, pekerja sektor formal dan informal, hingga ibu rumah tangga. Semua memiliki

rutinitas harian, dan masing-masing berjuang menyisihkan waktu untuk belajar.

Ukhtunaa Efrida Elly dari Angkatan 211, misalnya. Selain mengurus rumah tangga, Ukhtuna Oning, panggilan akrabnya, bekerja sebagai ASN tenaga kesehatan di salah satu rumah sakit di Bangka Tengah. “Untuk membagi waktu belajar di HSI, setiap ada waktu luang, saya langsung menyimak audio materi lalu segera mengerjakan evaluasi. Kurang lebih 5 tahun, *alhamdulillah* masih Allah kasih semangat untuk terus belajar agama di HSI,” ucapnya bersyukur.

Latar kesibukan lain dilakoni Ukhtuna Khairatur Rasyidah dari Angkatan 182. Ukhtu Idha, demikian ia kerap disapa, adalah ibu 2 anak usia 7 dan 5 tahun yang juga mengelola usaha toko oleh-oleh haji dan umrah. “Seperti kebanyakan ibu-ibu, kalau Subuh itu sudah menyiapkan bekal untuk anak-anak dan makan siang keluarga. Setelah si bungsu pulang habis Dzuhur, menemani anak istirahat siang atau belajar. Jam 4 sore giliran si kakak pulang. Malam jadwal anak-anak belajar dan muraja’ah sampai jam setengah 9. Setelah anak-anak tidur, baru bisa menyempatkan diri untuk menyimak materi dan mengerjakan evaluasi,” urainya menceritakan jadwal hariannya.

Halaman selanjutnya →

Ukhtuna Idha melanjutkan, HSI telah menawarkan kemudahan untuk tetap menuntut ilmu di mana pun berada. Tampaknya, Ukhtuna Idha tak mau menyia-nyiakan kemudahan ini. Ia terlihat berupaya sesibuk apa pun, tetap semangat belajar agama. Namun, sekadar semangat tidaklah cukup. Apabila ingin mendapatkan hasil yang lebih, usaha yang dijalankan juga harus sepadan.

“Banyak kisah inspiratif dari santri yang tetap menyimak dan mengerjakan evaluasi meski kondisi tidak memungkinkan. Yang dirawat di rumah sakit, yang sedang sakit keras masih mengerjakan evaluasi dengan dibantu anggota keluarga untuk membacakan soal, dan lain-lain. Justru karena kesibukan itu, HSI menjadi wadah tepat menuntut ilmu walau dengan waktu yang sempit,” ujar Ukhtu Idha melengkapi.

Kontinu Itu Berat, Tapi Penting

Awal pendaftaran, biasanya peserta membludak hingga pengurus kewalahan. Namun, seiring waktu, seleksi alam tak terelakkan. Peserta akan tersaring sendiri. Semakin hari semakin menyusut hingga tidak ada yang bertahan, kecuali sangat sedikit.

Faktor penyebab peserta berguguran memang beragam. Bisa karena kelelahan membagi waktu. Atau, kehilangan motivasi disebabkan aktivitas yang terlalu padat. Bisa pula semangat yang mengendur karena ketiadaan pengingat spiritual.

Untuk meminimalkan faktor-faktor penghambat konsistensi, sebenarnya HSI telah merancang pembelajaran terstruktur dari Senin hingga Jum’at, diantaranya dengan menyiapkan :

- Materi dimulai dari pondasi dasar
- Audio dibagikan setiap hari di pagi hari
- Ada Admin yang mendampingi santri baik sebagai pengarah proses teknis maupun pemberi motivasi
- Komunitas belajar yang diupayakan membantu menjadi wadah bagi para santri untuk saling menguatkan atau menyemangati
- Tujuannya mungkin sederhana, yaitu agar setiap santri punya kesempatan untuk konsisten.

Tips Menjaga Kontinuitas Belajar

Dari pengalaman para santri, ada beberapa tips dan strategi yang bisa diterapkan agar kontinuitas tak mudah surut, di antaranya:

1. Tetapkan Waktu Belajar

Pilih waktu yang pasti, misalnya 30 menit setelah Subuh. Rutinitas di jam yang sama membentuk karakter disiplin.

Ukhtuna Andyamahap dari Angkatan 231 mengingatkan, “Sebagaimana shalat lima waktu mengajarkan disiplin, demikian pula belajar. Memilih waktu yang sama setiap hari berarti kita bersegera dalam kebaikan.”

2. Jangan Mengejar Banyak, Tapi Rutin

Sedikit yang dikuasai lebih baik daripada banyak yang tidak membekas.

Ia melanjutkan, “Menikmati proses adalah ibadah yang di dalamnya butuh kesabaran dan kerendahan hati memaknai setiap ilmu. Walau sedikit tapi teraktualisasi dalam perbaikan diri, itu lebih saya pilih, sebagaimana para salaf sangat bersabar dengan kondisi yang dihadapi demi satu huruf dari guru-guru mereka.”

3. Gunakan Pengingat Ilmiah dan Spiritual

Tempel kutipan motivasi di meja belajar, di buku catatan, atau di tempat-tempat yang sering terlihat.

Santri angkatan 191, Ukhtuna Sandra, membagikan kebiasaannya menempelkan kalimat-kalimat motivasi. “Saya sering menempelkan ayat atau hadits di buku catatan. Setiap kali melihat, saya merasa diingatkan untuk kembali menuntut ilmu,” ujarnya.

Ayat yang paling sering menjadi penguat baginya adalah firman Allah, ‘Niscaya Allah akan meninggikan orang-orang yang beriman di antara kamu dan orang-orang yang diberi ilmu beberapa derajat’ [QS. Al-Mujādalah: 11]. “Setiap membaca ayat itu, rasanya malu kalau malas belajar,” akunya.

Hadits Riwayat Imam Muslim dari sabda Rasulullah *Shallallahu’alaihi wasallam* ‘Barang siapa menempuh jalan untuk mencari ilmu, Allah akan mudahkan baginya jalan menuju surga’, diakui Ukhtuna Sandra, juga menjadi penghias di sudut meja tulisnya. Makna deretan kalimat yang ditulisnya di atas kertas note itu diakuinya senantiasa mendongkrak semangat belajar.

4. Temukan Teman Sejalan

Manfaatkan grup belajar sebagai sarana bersosialisasi, diskusi seputar materi HSI, menambah pertemanan, dan saling mengingatkan dalam kebaikan. Grup belajar bukan hanya tempat bertanya, tetapi juga ruang saling menguatkan.

“Jujur saja, dengan melihat capaian teman-teman dalam belajar dengan nilai di peringkat, itu lumayan membakar semangat ana,” ungkap Ukhtuna Ria, salah satu santri dari Angkatan 242. Ibu dua putri ini mengaku sesekali memberi ucapan selamat pada teman-teman satu grupnya yang meraih nilai Mumtaz Murtafi’. Baginya, cara ini ampuh menjadikannya kian semangat meniru mereka dalam memilih pola belajar. “Dari memberi selamat, kemudian sering ngobrol, dan biasanya jadi tahu tips belajar mereka,” timpalnya.

[Halaman selanjutnya →](#)

Meski tips belajar dari teman tak selamanya bisa diterapkan untuk diri-sendiri, warga Bekasi itu mengaku tetap termotivasi untuk giat belajar. “Kalau mereka bisa, seharusnya ana juga bisa. Tinggal berusaha saja semaksimal yang kita bisa dan jangan malas,” katanya berbagi semangat.

5. Jadikan Ilmu Sebagai Ibadah, Bukan Tugas

Luruskan niat hanya untuk Allah. Dengan niat yang benar, lelah pun berubah menjadi berkah.

Imam Syafi’i *rahimahullah* berkata, “*Ilmu tidak akan memberikan sebagian dirinya hingga engkau memberikan seluruh dirimu kepadanya.*”

Peran Divisi KBM dalam Menjaga Ritme Belajar Santri

Koordinator KBM ART, Ukhtuna Fauziana atau yang kerap disapa Mbak Ana, menjelaskan bahwa Divisi KBM berupaya menjadi penggerak utama dalam menjaga ritme belajar santri melalui sistem pembelajaran yang terstruktur, terukur, dan berkesinambungan.

“Terstruktur, dengan memulai materi dari dasar yang sangat penting, yaitu materi tentang pentingnya belajar tauhid dan kesyirikan. Terukur, dengan memberikan evaluasi dari setiap materi yang disampaikan. Berkesinambungan, yaitu dilaksanakan secara terus-menerus berdasarkan level-level yang telah ditetapkan dalam setiap pembelajaran,” demikian Mbak Ana memaparkan.

Selain materi wajib, lanjutnya, Divisi KBM juga memberikan materi Pengagungan Terhadap Ilmu sebagai mukadimah khusus untuk santri baru, dilanjutkan dengan materi Khulashoh Ta’zhimul ‘Ilmi setelah menyelesaikan level tertentu. Di samping itu, Divisi KBM juga mengadakan Muhadharah Kubra sebagai materi tematik, dan Muraja’ah Kubra pada akhir sebagai upaya muraja’ah materi wajib yang telah dipelajari dalam setahun.

Tak hanya itu, Divisi KBM menyiapkan syahadah dan transkrip nilai sebagai bukti belajar dan pencapaian. “*Reward* buat 3 besar setiap angkatan, juga merupakan upaya KBM dalam memberikan apresiasi bagi santri berprestasi,” ujar Mbak Ana.

Ia mengungkapkan bahwa Divisi KBM senantiasa berusaha membuat santri mendapatkan pengalaman belajar yang nyaman dan menyenangkan melalui pendampingan admin.

“Admin memiliki peran penting sebagai pendamping belajar sekaligus pengingat kedisiplinan santri. Admin secara rutin memantau keaktifan santri, baik dari sisi partisipasi dalam grup maupun hasil evaluasi. Jika ditemukan santri yang jarang aktif mengerjakan evaluasi, admin akan melakukan pendekatan personal, biasanya dengan menanyakan kendala yang dihadapi, memberikan motivasi serta mengingatkan kembali niat dan tujuan mulia menuntut ilmu,” urainya.

Untuk bisa mencapai tujuan tersebut, HSI melalui Divisi KBM memiliki sistem kaderisasi dan pelatihan khusus bagi calon admin. Dengan demikian, diharapkan setiap admin tidak hanya bekerja secara teknis, tetapi juga bisa mendampingi santri dari hati.

Di akhir wawancara, Mbak Ana berpesan agar semua santri menjaga konsistensi dalam belajar walau dengan langkah kecil, belajar setiap hari meski sebentar, dan berusaha menjadikan belajar agama sebagai kebutuhan yang tidak boleh terlewat di antara sekian banyak kesibukan yang lain.

Memang keberkahan dalam sebuah amalan membutuhkan lebih dari sekadar semangat. Yang lebih penting adalah konsisten melakukan amal tersebut agar mendapatkan keberhasilan. Ibarat bayi yang tidak menyerah ketika sedang belajar berjalan, konsistensi ialah mencoba terus meski selangkah demi selangkah. Setiap kali jatuh, ia akan segera bangkit dan berjalan kembali. Demikian pula dalam hal belajar.

Keberkahan lahir bukan dari banyaknya kelas yang diikuti, tapi lebih karena hati yang terus punya keinginan belajar yang membawa pada keistiqamahan.

Di awal mungkin terasa sulit, tetapi harus dipaksa agar terbiasa. Tak mungkin ilmu akan melekat jika belajar hanya ketika sempat. Konsistensi adalah jembatan antara niat dan hasil. Semakin konsisten, jalan menuju kesuksesan akan semakin dekat. Dan bagi santri HSI, setiap pekan yang dijalani dengan ilmu adalah langkah kecil menuju keberkahan besar dan keselamatan dunia akhirat, *insyaallah*. Semangat selalu menuntut ilmu, teman-teman. Mari konsisten belajar..

Menerima Takdir Perpisahan

Penulis: Abu Ady

Editor: Yum Roni Askosendra, Lc., M.A.

Bermula dari keinginan hati untuk memiliki pasangan, berharap mendapatkan seorang yang bisa menenangkan hati dan melangkah bersama menuju Allah *Ta'ala*. Banyak doa yang diutarakan, banyak istikharah yang dilakukan, hingga akhirnya muncul keyakinan “Dialah takdirku.”

Awalnya, prosesnya tampak baik-baik aja. Ada senyum keluarga yang ikut bahagia, ada tangan yang berjabat di akad, doa-doa yang mengiringi dan harapan yang melambung tinggi. Dua hati berjanji, bersumpah akan menjaga satu sama lain, saling menasihati dalam kebaikan.

Hari-hari pertama pernikahan dipenuhi dengan tawa dan canda. Setiap pagi terasa baru, setiap senyum menjadi penghibur hati. Tapi seiring waktu, kenyataan mulai menampilkan wajah aslinya. Perbedaan kecil menjadi besar. Cara bicara, cara menanggapi masalah, cara melihat hidup, semuanya bisa memicu perselisihan.

Di sinilah ujian muncul “Apakah cinta kepada Allah *Ta'ala* lebih diutamakan atau lebih kepada pasangan?” Ujian ini bukan hanya soal rasa sakit atau kehilangan, tapi tentang tauhid di dalam hati. Sebab, kadang perpisahan bukan hanya tentang putusnya ikatan dengan pasangan, tetapi juga menyebabkan retaknya hubungan hati dengan Allah *Ta'ala*. Tidak sedikit yang terjatuh dalam keadaan ini. Mereka marah, merasa Allah *Ta'ala* tidak adil atau menyesali doa-doa yang dulu dipanjatkan. Sebagian orang merasa dunia ini sepi dan tak berarti lagi, lalu mencari hiburan di tempat yang salah melalui maksiat, bahkan seorang wanita yang dulu menutup aurat, setelah perpisahan dia melepas jilbabnya, bahkan mengenakan pakaian yang terlihat vulgar. Sedangkan yang laki-laki memilih untuk melampiaskan kesedihan dan kesepiannya dengan mencari pengganti pasangannya yang hilang berupa wanita yang diharamkan baginya.

Setiap muslim dan muslimah hendaknya memahami bahwa kehilangan pasangan bukanlah

akhir dari segalanya. Bahkan, ia bisa menjadi sarana Allah *Ta'ala* menguatkan hati dan memperbaiki hubungan dengan-Nya. Allah Ta'ala berfirman,

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ ۗ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ

Dan sungguh Kami akan menguji kamu dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa, dan buah-buahan. Dan sampaikanlah kabar gembira kepada orang-orang yang sabar. (QS. Al-Baqarah: 155)

Banyak ujian yang diberikan Allah *Ta'ala* kepada hamba-Nya, termasuk di antaranya kehilangan pasangan berupa kematian atau berpisah hidup. Seseorang yang sabar dan kembali kepada Allah saat ruma tangganya berakhir menunjukkan iman yang kokoh. Orang yang marah, dendam atau mencari hiburan duniawi yang melanggar syariat menunjukkan hatinya bergantung kepada makhluk, bukan kepada Allah *Ta'ala*.

Perpisahan, meski pahit, adalah panggilan untuk kembali menjadi hamba Allah *Ta'ala* yang menjadikan-Nya nomor satu di dalam hati. Pasangan yang dulu menjadi pusat perhatian dan yang menemani hidup, kini telah menghilang, seringkali muncul kekosongan. Sungguh, kekosongan itu bukan untuk ditakuti, tapi untuk diisi dengan hubungan yang lebih erat dengan Allah *Ta'ala*.

Umat Islam, sejak masa sahabat hingga tabi'in pernah menghadapi kehilangan, mereka mengajarkan satu prinsip hidup yaitu hubungan di dunia ini hanya sementara, sehingga mereka meskipun sedih atas perpisahan yang mereka hadapi, mereka tetap menerimanya dengan hati yang rela sepenuhnya terhadap takdir Allah *Ta'ala*.

Di antara kisah perpisahan yang terjadi di zaman sahabat adalah apa yang terjadi pada seorang sahabat Nabi yang istrinya meminta bercerai,

[Halaman selanjutnya →](#)

جَاءَتْ امْرَأَةً ثَابِتِ بْنِ قَيْسِ بْنِ شَمَّاسٍ إِلَى النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَقَالَتْ يَا رَسُولَ اللَّهِ مَا أَنْقَمَ عَلَيَّ ثَابِتٌ فِي دِينٍ وَلَا خُلُقٍ إِلَّا أَنِّي أَخَافُ الْكُفْرَ فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَتَرَدِّينَ عَلَيْهِ حَدِيثَهُ فَقَالَتْ نَعَمْ فَزِدْتُ عَلَيْهِ وَأَمَرَهُ فَفَارَقَهَا

Istri Tsabit bin Qais bin Syammas *radhiyallahu anhum*a mengadu kepada Nabi *shallallahu 'alaihi wasallam* “Wahai Rasulullah, saya tidak mencela akhlak maupun agama Tsabit bin Qais. Tetapi saya tidak ingin berbuat kufur.” (HR.AL-Bukhari nomor 5276)

Kufur di sini maksudnya adalah tidak menunaikan kewajiban sebagai istri, sebab paras suaminya terlihat tidak menarik, sehingga ia khawatir tidak mampu memenuhi kewajibannya sebagai istri. Nabi *shallallahu 'alaihi wasallam* menanggapi “Bersediakah kamu mengembalikan kebun darinya?” Kebun itu adalah mahar pernikahan dari Tsabit untuknya.

Istri Tsabit menjawab, “Iya.”

Kemudian Nabi *shallallahu 'alaihi wasallam* memerintahkan Tsabit “Ambillah kebun yang dikembalikannya, dan ceraikan dia!” Tsabit pun menerima kebun itu dan menceraikan istrinya.

Ada pula istri yang ditinggalkan suaminya karena menemukan wanita lain, ini terdapat pada kisah 11 suami, di antaranya kisah Abu Zara'. Ummu Zara' berkata, suamiku perhatian kepadaku, aku diberi perhiasan dan dibuat gemuk karena banyak diberi makan. Ia menggembirakanku, memberikan kemewahan untukku maka akupun gembira.

Aku didapatkan Abu Zara' dalam keadaan miskin, ia menikahiku dan memindahkanku ke rumah yang mewah. Ia punya kendaraan mewah, punya banyak ternak, punya banyak pembantu dan biji-bijian. Ia sangat baik kepadaku, ia tidak pernah mencelaku, aku dimanja, aku nyaman bersama Abu Zara'.

Ibu mertuaku adalah orang kaya, ia kaya dan dermawan. Anak laki-laki suamiku adalah lelaki yang kurus dan hidup sederhana, ia makan sekadarnya saja. Sedangkan anak wanitanya adalah seorang gadis yang cantik, ia juga berbakti kepada orang tuanya. Budak wanita suami adalah wanita yang memiliki sifat mulia, tidak pernah menyebarkan aib kami, selalu menjaga amanah yang kami berikan kepadanya.

Aku sangat mencintai suamiku Abu Zara' namun sayang ia menceraikanku setelah bertemu seorang wanita yang sudah memiliki dua orang anak, ia tertarik kepadanya dan lebih memilih wanita itu daripada diriku.

Setelah aku diceraikan oleh Abu Zara', aku menikah dengan seorang laki-laki terkemuka, seorang kesatria pemberani, ia sangat baik kepadaku. Ia banyak memberiku, berapa pun banyak pemberiannya tetap sedikit dalam pandanganku dibandingkan

dengan apa yang telah diberikan oleh Abu Zara' untukku. (Disarikan dari HR.AL-Bukhari nomor 5364)

Kita juga menemukan kisah seorang laki-laki yang bersedih atas pilihan istrinya untuk berpisah, Ibnu Abbas berkata,

كَأَنِّي أَنْظُرُ إِلَيْهِ يَطُوفُ خَلْفَهَا يَبْكِي، وَذُمُوعُهُ تَسِيلُ عَلَى لِحْيَتِهِ، فَقَالَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ لِعَبَّاسٍ يَا عَبَّاسُ أَلَا تَعْجَبُ مِنْ حُبِّ مُغِيثٍ بَرِيرَةَ، وَمِنْ بُغْضِ بَرِيرَةَ مُغِيثًا. فَقَالَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ لَوْ رَاجَعْتَهُ؟ قَالَتْ يَا رَسُولَ اللَّهِ تَأْمُرُنِي قَالَ: إِنَّمَا أَنَا أَشْفَعُ، قَالَتْ لَا حَاجَةَ لِي فِيهِ

Seolah-olah aku melihat Mugits mengikuti Barirah di belakangnya sambil menangis dan air matanya mengalir hingga membasahi jenggotnya. Lalu Nabi *shallallahu 'alaihi wasallam* berkata kepada Abbas, “Wahai Abbas tidakkah kamu takjub terhadap kecintaan Mughits kepada Barirah dan kebencian Barirah kepada Mughits?

Karena merasa iba terhadap yang menimpa Mugits, Nabi pun berkata kepada Barirah “Bisakah kamu kembali kepadanya?” Barirah berkata, “Wahai Rasulullah, apakah engkau memerintahkanku untuk rujuk?” Beliau bersabda “Aku hanya kasihan pada Mugits.” Ia menjawab, “Saya tidak lagi membutuhkan dirinya.” (HR. AL-Bukhari nomor 5283)

Mugits dan Barirah dulunya adalah sepasang suami istri, mereka sama-sama berstatus sebagai budak. Ketika Barirah merdeka, Rasulullah *shalallahu 'alaihi wasallam* memberikan pilihan padanya, apakah dia tetap ingin hidup dengan Mugits yang masih budak atau berpisah dengannya, Barirah pun memilih untuk berpisah.

Mugits sangat mencintai istrinya namun Barirah tak lagi memedulikannya. Lihat, bagaimana dalamnya cinta Mugits pada Barirah. Seolah ia mengikuti mantan istrinya itu di lorong-lorong Madinah, menyusuri jejaknya sedangkan air matanya mengalir dengan sangat deras. Ia berharap Barirah kembali ke padanya, namun Barirah sedikit pun tak menginginkannya.

Masih banyak kejadian perpisahan di zaman para sahabat *radiyallahu 'anhum*, ada yang karena kematian, bahkan disebabkan penghianatan. Namun, tidak ditemukan satu pun dari mereka meratapi perpisahan itu, menyalahkan takdir, apalagi memilih jalan maksiat untuk melampiaskan emosi dan kesedihan mereka.

Bagaimana cara menghadapi perpisahan, agar urusan agama dan akhlak tetap terjaga?

Halaman selanjutnya →

Di antara cara yang baik dalam menghadapi ujian kehilangan pasangan adalah sebagai berikut:

Pertama, kembali kepada Allah dengan perbanyak zikir, shalat, dan membaca Al-Qur`an. Hati yang terhubung dengan Allah tidak akan hancur karena manusia.

Kedua, menerima takdir dengan menyadari bahwa setiap kehilangan adalah ujian dari Allah dan harus menerimanya dengan kerelaan penuh.

Ketiga, mengambil pelajaran dengan introspeksi diri, memperbaiki ibadah dan menumbuhkan ketakwaan di dalam hati.

Keempat, menjaga diri dari maksiat, jangan mencari hiburan atau pelampiasan amarah seperti .menikahi orang fasik hanya untuk membalas mantan pasangan.

Dengan cara ini, seorang muslim dapat menjadikan perpisahan sebagai sarana memperbaiki diri dan mendekatkan diri kepada Allah, bukan sebaliknya.

Dari perpisahan yang terjadi, mari kita coba memahami hidup ini, ia tidak selalu berjalan sesuai rencana kita. Ada yang menikah dengan harapan bahagia selamanya, tetapi Allah Ta'ala menakdirkan perpisahan. Ada yang menyangka pasangannya akan menjadi penghibur hatinya hingga akhir hayatnya, tapi kenyataannya ia hanyalah amanah sementara. Setiap muslim harus mamahami bahwa setiap perpisahan merupakan bagian dari ketetapan Allah Ta'ala. Siapa pun yang marah, dendam, atau mencari pengobat hati di tempat yang salah, menunjukkan kelemahan tauhidnya dan keimanannya terhadap takdir. Sebaliknya, siapa saja yang ridha dan kembali kepada Allah Ta'ala, menggambarkan kekuatan tauhid di dalam hatinya karena perpisahan mengajarkannya bahwa pasangan bukanlah segalanya. Sandaran sejati hanya kepada Allah Ta'ala.

Di akhir penjelasan ini, mari kita yakini bahwa setiap .orang yang kehilangan memiliki kesempatan untuk menemukan pengganti yang lebih baik. Allah Ta'ala berfirman,

وَمَنْ يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَلْ لَهُ مَخْرَجاً (٢) وَيَرْزُقْهُ مِنْ حَيْثُ لَا يَحْتَسِبُ وَمَنْ يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُ إِنَّ اللَّهَ بَالِغُ أَمْرِهِ قَدْ جَعَلَ اللَّهُ لِكُلِّ شَيْءٍ قَدْرًا (٣)

Barang siapa bertakwa kepada Allah, niscaya Dia akan memberikan jalan keluar bagi kesulitannya. Dan Dia memberinya rezeki dari arah yang tidak disangka-sangkanya. Dan barang siapa bertawakal kepada Allah, niscaya Allah akan mencukupkan (keperluan)nya. Sesungguhnya Allah melaksanakan urusan-Nya. Sungguh, Allah telah mengadakan ketentuan bagi setiap sesuatu. (QS. Ath-Thalaq: 2-3)

Kuncinya adalah menghadapi kehilangan itu dengan takwa dan tawakal. Semoga Allah membawa langkah kita ke jalan kebahagiaan setelah berada dalam kesedihan dan menunjukkan jalan keluar dari segala permasalahan yang dihadapi. Amin.

Referensi

- Al-Qur`an Al-Karim
- *Shahih Al-Bukhari*, Imam Al-Bukhari, .Darul Hadis, 2004, Kairo, Mesir.

Bahtera yang Karam

Penulis: Abdullah Yahya An-Najaty, Lc.
Editor: Athirah Mustadjab

Bahtera, demikian pernikahan diibaratkan. Setiap pasangan meninggikan layar bersama dengan harapan mengarungi samudra kehidupan bersama hingga akhir hayat. Namun, realitas tak selalu seindah harapan. Sebagian bahtera justru kandas dan tenggelam dihantam badai persoalan. Fenomena tingginya angka perceraian di Indonesia menjadi bukti nyata betapa banyak pernikahan gagal bertahan dari terpaan gelombang ujian. Artikel ini akan mengupas mengapa begitu banyak bahtera rumah tangga yang tenggelam, menelaah penyebab kegagalan pernikahan dari aspek sosial, psikologis, budaya, dan keagamaan, serta menawarkan solusi preventif-kuratif menurut pandangan Islam.

Tingginya Angka Perceraian di Indonesia

Angka perceraian di Indonesia mencapai level yang mengkhawatirkan. Data Badan Pusat Statistik (BPS) menunjukkan bahwa pada 2022 terjadi 516.344 kasus perceraian, naik 15% dari tahun sebelumnya^[1]. Angka perceraian pada tahun 2023 tercatat 463.654 kasus; memang turun 10%, tetapi menunjukkan adanya hampir setengah juta pasutri yang bercerai setiap tahun^[2]. Adapun berdasarkan data yang diperbarui per 14 Februari 2025, tercatat munculnya 399.921 kasus perceraian^[3]. Berdasarkan kumpulan data tersebut, secara rata-rata, lebih dari seribu pasangan berpisah setiap hari, sekitar 80% terjadi dalam kurun waktu kurang dari lima tahun pernikahan^[4], dengan 76% kasus diajukan oleh istri (cerai gugat), sementara sisanya oleh suami (cerai talak)^[5].

Provinsi berpenduduk besar seperti Jawa Barat, Jawa Timur, dan Jawa Tengah mencatat angka perceraian tertinggi, sementara jumlah pernikahan di daerah-daerah tersebut justru menurun sekitar 15% dalam lima tahun terakhir^[6]. Ini menandakan pergeseran pandangan masyarakat terhadap pernikahan: banyak yang menunda menikah, dan yang menikah pun rentan bercerai.

Pemerintah melalui Kementerian Agama berupaya menekan angka ini lewat bimbingan perkawinan

(bimwin) agar calon pengantin siap secara emosional, spiritual, dan finansial^[7]. Namun, tingginya perceraian menunjukkan perlunya pemahaman lebih dalam tentang akar persoalan rumah tangga, baik dari aspek ekonomi, komunikasi, maupun nilai-nilai keluarga yang mulai bergeser.

Faktor-Faktor Umum Penyebab Kegagalan Pernikahan

Penyebab perceraian di Indonesia umumnya berakar pada masalah internal rumah tangga yang tidak diselesaikan dengan komunikasi dan kesabaran. Beberapa faktor utamanya adalah sebagai berikut.

1. Lupa terhadap tujuan awal pernikahan.

Dengan menentukan tujuan, seseorang akan melangkah dengan lebih mantap dan terarah. Dia tahu akan menuju ke mana dan perlu melakukan apa agar bisa sampai ke tujuan dengan selamat. Pernikahan pun demikian. Tanpa niat dan tujuan yang tulus *lillahi ta'ala*, pasutri sulit untuk bertahan ketika bahtera mulai dihantam gelombang. Menikah dengan niat ibadah, menjaga kesucian diri, serta membuka pintu-pintu pahala yang baru (misalnya suami menafkahi keluarga, istri berkhidmat mengurus suami dan anak, serta saling menasihati dalam kebaikan dan takwa) merupakan faktor penguat dalam menjalani manis-pahit berumah tangga. Selain itu, kemuliaan niat tadi akan menjadi *sabab syar'i* turunnya pertolongan Allah terhadap keluarga tersebut karena tanpa bantuan dari-Nya maka sebuah rumah tangga tak mungkin tegak berdiri. Rasulullah *shallallahu 'alaihi wa sallam* bersabda,

ثَلَاثَةٌ حَقٌّ عَلَى اللَّهِ تَعَالَى عَوْنُهُمْ : الْمَجَاهِدُ فِي سَبِيلِ اللَّهِ وَ الْمَكَاتِبُ الَّتِي يُرِيدُ الْأَدَاءَ وَ التَّائِيحُ الَّذِي يُرِيدُ الْعَقَافَ

Halaman selanjutnya →



“Ada tiga golongan yang Allah mewajibkan atas diri-Nya untuk membantu mereka: orang yang berjihad di jalan Allah, budak yang berusaha menebus dirinya agar bisa merdeka, dan orang yang menikah untuk menjaga kehormatan diri.” (HR. Tirmidzi, no. 1655; hadits ini dinilai *hasan* oleh Syaikh Al-Albani)

2. Perselisihan dan kurangnya komunikasi.

Pertengkaran berulang tanpa penyelesaian dan miskomunikasi membuat pasangan lelah secara emosional. Islam menekankan kesabaran dan mencari sisi baik pasangan. Nabi *shallallahu alaihi wa sallam* menekankan pentingnya toleransi dan fokus pada kebaikan pasangan, bukan terus memperbesar konflik. Beliau *shallallahu ‘alaihi wa sallam* bersabda,

لَا يَفْرَكُ مُؤْمِنٌ مُؤْمِنَةً، إِنْ كَرِهَ مِنْهَا خُلُقًا رَضِيَ مِنْهَا آخَرَ

“Seorang mukmin janganlah membenci seorang mukminah. Jika ia tidak menyukai satu perangai istrinya, tentu ada perangai lain yang ia ridhai darinya” (HR. Muslim, no. 1469).

Al-Qur’an juga mengingatkan suami dan istri untuk tidak gegabah mengakhiri pernikahan hanya karena suatu kekurangan pasangannya karena dengan komunikasi dan kesabaran, konflik dapat dikelola dan kebaikan dalam pernikahan bisa ditemukan kembali. Allah ‘Azza wa Jalla berfirman,

وَعَاشِرُوهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ فَإِنْ كَرِهْتُمُوهُنَّ فَعَسَى أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئًا وَيَجْعَلَ اللَّهُ فِيهِ خَيْرًا كَثِيرًا

“Dan pergaulilah istri-istrimu dengan cara yang patut. Jika kamu tidak menyukai mereka, bersabarlah, karena boleh jadi kamu membenci sesuatu, padahal Allah menjadikan padanya kebaikan yang banyak” (QS. An-Nisa’: 19)

3. Masalah ekonomi.

Tekanan finansial, penghasilan rendah, atau utang sering memicu pertengkaran. BPS mencatat lebih dari 100.000 kasus perceraian di 2024 disebabkan faktor ekonomi^[8]. Islam menganjurkan tawakal, qanaah, dan kerja sama dalam menghadapi kesempitan rezeki. Bukan hanya soal usaha, tetapi juga takwa yang mengiringinya. Allah ‘Azza wa Jalla berfirman,

وَمَنْ يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَلْ لَهُ مَخْرَجًا (٢) وَيَرْزُقْهُ مِنْ حَيْثُ لَا يَحْتَسِبُ وَمَنْ يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَهُوَ

حَسْبُهُ

“Barang siapa bertakwa kepada Allah niscaya Dia akan membuka jalan keluar baginya, dan Dia memberinya rezeki dari arah yang tidak disangsangkannya. Dan barang siapa bertawakal kepada Allah, niscaya Allah akan mencukupkan (keperluan)-nya.” (QS. At-Talaq: 2–3).

4. Pernikahan usia muda.

Ketidakmatangan emosi dan ekonomi membuat pasangan muda rentan gagal. Usia pernikahan ideal tentu berbeda bagi setiap orang, tetapi kedewasaan pikiran, kemandirian ekonomi, dan kematangan iman menjadi indikator kesiapan menikah yang sebaiknya dipenuhi untuk mencegah kandasnya bahtera di kemudian hari^[9].

5. Ekspektasi yang tidak realistis.

Bayangan hidup rumah tangga sempurna, selalu romantis bak drama, hidup bergelimang harta, atau keyakinan bahwa cinta saja cukup tanpa perlu kerja sama, membuat banyak pasangan kecewa dengan realitas yang ada. Selain itu, pergeseran nilai dan peran gender pada era modern menambah tekanan tersebut. Dalam Islam, suami dan istri dianjurkan untuk menyesuaikan ekspektasi dan memperlakukan pasangannya dengan kelembutan. Rasulullah *shallallahu ‘alaihi wa sallam* mencontohkan hal tersebut dalam sabdanya,

خَيْرَكُمْ خَيْرَكُمْ لِأَهْلِهِ وَأَنَا خَيْرَكُمْ لِأَهْلِي

“Sebaik-baik kalian adalah yang paling baik terhadap keluarganya, dan aku adalah yang paling baik terhadap keluargaku.” (HR. Tirmidzi, no. 3895; dinilai *shahih* oleh Syaikh Al-Albani).

6. Pihak ketiga dan perselingkuhan.

Tak dapat dipungkiri, hadirnya orang ketiga dalam rumah tangga ibarat karamnya kapal menabrak karang. Perselingkuhan dan hubungan di luar nikah merusak kepercayaan dan kehormatan keluarga. Islam melarang keras takhbib, yaitu upaya merusak rumah tangga orang lain. Nabi *shallallahu ‘alaihi wa sallam* bersabda,

Halaman selanjutnya →

لَيْسَ مِنَّا مَنْ خَبَّبَ امْرَأَةً عَلَى زَوْجِهَا، أَوْ عَبْدًا عَلَى سَيِّدِهِ

“Bukan termasuk golongan kami orang yang men-takhhbib seorang wanita agar membenci suaminya, atau seorang hamba agar membangkang tuannya.” (HR. Abu Daud, no. 2175; dinilai *shahih* oleh Syaikh Al-Albani).

Tentunya, *takhhbib* ini berbeda dengan poligami yang dilakukan sesuai dengan rambu-rambu syariat.

7. KDRT, penyalahgunaan zat terlarang, dan kebiasaan buruk.

KDRT, kecanduan miras, narkoba, atau judi termasuk alasan perceraian yang serius. Islam secara tegas mengharamkan dharar (membahayakan orang lain) dan melarang perilaku buruk tersebut. Nabi *shallallahu ‘alaihi wa sallam* bersabda,

لَا ضَرَرَ وَلَا ضِرَارَ

“Janganlah memudaratkan (merugikan) diri sendiri dan orang lain.” (HR. Ibnu Majah, no. 2341; dinilai *shahih lighairih* oleh Syaikh Al-Albani)

Apabila salah satu pihak tidak mau berhenti melakukan kekerasan atau kecanduan meski telah dinasihati, Islam membolehkan perceraian sebagai jalan darurat untuk menghindari mudharat lebih besar.

8. Campur tangan orang tua atau mertua.

Intervensi keluarga besar sering memperparah konflik dan membuat pasangan kehilangan kendali atas rumah tangganya sendiri. Banyak rumah tangga yang mudah retak bukan semata karena ketidakcocokan suami-istri, tetapi karena tekanan dan konflik yang berawal dari pihak keluarga besar. Apalagi jika orang tua sampai memaksa anak bercerai, maka menurutnya bukanlah bentuk bakti, melainkan perbuatan yang tidak diridai Allah. Nabi *shallallahu ‘alaihi wa sallam* bersabda,

لَا طَاعَةَ فِي مَعْصِيَةِ اللَّهِ، إِنَّمَا الطَّاعَةُ فِي الْمَعْرُوفِ

“Tidak ada ketaatan di dalam kemaksiatan, taat itu hanya dalam perkara yang ma’ruf.” (HR. Bukhari, no. 7257 dan Muslim, no. 1840)

Para ulama menegaskan bahwa tidak ada hak bagi orang tua untuk membubarkan pernikahan anak hanya karena emosi atau keinginan pribadi. Tindakan seperti itu termasuk godaan setan yang menimbulkan perpecahan^[10].

Dampak Sosial dan Psikologis Perceraian

Perceraian bukan sekadar berakhirnya ikatan secara hukum, tetapi peristiwa emosional yang berdampak luas, bagi pasangan, anak, dan masyarakat. Ibarat sebuah kapal yang karam, bukan hanya nakhoda dan awak kapal yang tercebur ke laut,

tetapi ombak dan puing-puingnya dapat memengaruhi perairan sekitarnya. Berikut ini adalah beberapa dampak sosial-psikologis utama dari gagalnya pernikahan.

1. Bagi pasangan.

Perceraian menimbulkan luka batin, stres, dan rasa gagal. Banyak yang mengalami depresi, kesepian, bahkan kesulitan ekonomi, terutama pihak perempuan. Stigma sosial terhadap janda/duda juga masih ada^[11]. Islam memandang talak sebagai sesuatu yang halal namun dibenci Allah, dan mengatur adab pascacerai untuk menjaga kehormatan dan memberi ruang pemulihan (QS. Al-Baqarah: 228–232). Dukungan moral dan spiritual sangat dibutuhkan agar janda-cerai atau duda-cerai bisa bangkit.

2. Bagi anak.

Anak yang mengalami perceraian orang tua dapat menghadapi berbagai dampak psikologis dan sosial, seperti timbulnya kecemasan, ketakutan, dan trauma yang mengganggu kestabilan emosinya. Mereka cenderung mudah terpengaruh oleh hal-hal negatif, merasa tidak percaya diri, serta membawa pola hubungan yang tidak setia di masa depan. Selain itu, anak sering merasa bersalah atas perpisahan orang tuanya, menarik diri dari pergaulan sosial, dan berisiko mengembangkan gangguan mental maupun masalah fisik^[12]. Oleh karenanya, Islam menekankan tanggung jawab nafkah dan pengasuhan tetap wajib dipenuhi meski orang tua berpisah. Rasulullah *shallallahu ‘alaihi wa sallam* bersabda,

كَفَى بِالْمَرْءِ إِثْمًا أَنْ يَخْبِسَ عَمَّنْ يَمْلِكُ قُوَّتَهُ

“Cukuplah seseorang itu dianggap berdosa apabila ia menahan (tidak memberikan) nafkah kepada orang yang menjadi tanggungannya” (HR. Muslim, no. 996).

Oleh sebab itu, orang tua tetap harus bekerja sama dalam pengasuhan (*co-parenting*) demi kestabilan anak.

3. Bagi masyarakat.

Masyarakat merupakan kumpulan keluarga. Masalah yang terjadi di keluarga, apalagi jika hadir di banyak keluarga, secara tidak langsung akan berdampak bagi kehidupan masyarakat.

Perceraian masif melemahkan ketahanan keluarga dan berdampak secara sosial-ekonomi: meningkatnya kemiskinan, maraknya anak putus sekolah, dan munculnya beban sosial baru. Keluarga yang rapuh menjadi awal mula melemahnya moral masyarakat. Oleh karenanya, Islam mendorong mediasi (*ishlah*) dan peran masyarakat dalam membina keluarga sebab menjaga keutuhan rumah tangga berarti menjaga kekuatan bangsa^[13].

Halaman selanjutnya →

Singkatnya, perceraian membawa konsekuensi multidimensi, emosional, sosial, dan spiritual. Meski kadang menjadi solusi darurat, mencegah perceraian tetap lebih utama. Islam menawarkan jalan damai, kesabaran, dan komunikasi agar bahtera rumah tangga tetap kokoh hingga akhir perjalanan^[14].

Solusi Preventif dan Kuratif Menurut Perspektif Islam

Menghadapi tingginya angka perceraian, berbagai langkah pencegahan (preventif) dan penanganan (kuratif) perlu dilakukan. Perspektif Islam yang kaya akan pedoman rumah tangga dapat menjadi sumber solusi yang aplikatif. Berikut beberapa upaya yang dapat ditempuh agar bahtera pernikahan tidak mudah karam, beserta penanganan bila krisis terjadi,

1. Pendidikan pra-nikah.

Pencegahan dimulai sebelum akad. Edukasi pranikah perlu menanamkan kesiapan mental, spiritual, dan finansial bagi calon pengantin. Nabi *shallallahu 'alaihi wa sallam* menasihati agar memilih pasangan karena agama, bukan sekadar harta atau rupa. Beliau bersabda,

تُنْكَحُ الْمَرْأَةُ لِأَرْبَعٍ: لِمَالِهَا، وَلِحَسَبِهَا، وَلِجَمَالِهَا،
وَلِدِينِهَا، فَأَظْفَرُ بَدَاتِ الدِّينِ تَرَبُّثُ يَدَاكَ

“Wanita dinikahi karena empat perkara: karena hartanya, karena kedudukannya, karena kecantikannya, dan karena agamanya. Hendaklah engkau mendapatkan wanita yang baik agamanya, (niscaya engkau beruntung). (Namun, apabila engkau tidak melakukan yang demikian), maka kedua tanganmu berlumuran tanah (menyesal).” (HR. Bukhari, no. 5090 dan Muslim, no. 1466).

Pendidikan pra-nikah yang disusun oleh para pendidik maupun ahlul ilmi, dan diselenggarakan secara personal maupun kelembagaan, hendaknya menggabungkan antara landasan teoritis maupun saran-saran praktikal. Kelas pra-nikah yang menjamur di mana-mana ternyata tidak serta-merta memenuhi dahaga para calon pasutri untuk membekali diri dengan ilmu yang memadai. Kesan “teoritis tapi tak implementatif” sungguh lekat terhadap kelas pra-nikah. Ironisnya lagi, sebagian penjelasan syariat yang sebenarnya sangat layak untuk dijadikan pedoman malah terasa semata pemanis bibir akibat perilaku sebagian tokoh agama atau tokoh terpandang di masyarakat yang tidak mengamalkan syariat tersebut dengan baik.

2. Fondasi spiritual dan adab keluarga.

Rumah tangga sakinah berdiri di atas iman dan akhlak. Bentuk aplikasi agama yang nampak adalah sisi akhlak dan perangai. Suami istri harus sadar bahwa pernikahan adalah *mitsaqan ghalizha*, perjanjian suci di hadapan Allah. Rasulullah *shallallahu 'alaihi wasallam* menjadi contoh nyata perpaduan kepemimpinan yang lembut dan penuh kasih membantu istri, bermusyawarah, dan

menghormati keluarga. *Rasulullah shallallahu 'alaihi wa sallam* bersabda,

كُلُّكُمْ رَاعٍ وَكُلُّكُمْ مَسْئُولٌ،...وَالرَّجُلُ رَاعٍ عَلَى أَهْلِهِ
وَهُوَ مَسْئُولٌ، وَالْمَرْأَةُ رَاعِيَةٌ عَلَى بَيْتِ رَوْجِهَا
وَهِيَ مَسْئُولَةٌ

“Setiap kalian adalah pemimpin dan akan dimintai pertanggungjawaban Seorang suami adalah pemimpin bagi keluarganya, seorang istri adalah pemimpin di rumah suaminya dan bertanggungjawab atas kepemimpinannya.” (HR. Bukhari, no. 5188 dan Muslim, no. 1829)

Kesadaran pasangan akan tanggungjawab masing-masing dan adanya hisab menjadikan keduanya lebih lembut, adil, dan saling menjaga. Selain itu, ibadah bersama, saling menasihati, dan mengelola emosi sesuai sunnah adalah kunci keharmonisan.

3. Komunikasi dan manajemen konflik.

Sekalipun pasangan sudah dibekali ilmu pranikah dan nilai agama kuat, gesekan pasti ada. Maka, perlu ditanamkan keterampilan manajemen konflik dalam keluarga. Islam mengajarkan islah (perdamaian) dan syura (musyawarah). Apabila konflik buntu, libatkan penengah keluarga sesuai firman Allah *'Azza wa Jalla*,

وَإِنْ خِفْتُمْ شِقَاقَ بَيْنِهِمَا فَأَبْعَثُوا حَكَمًا مِّنْ أَهْلِهِ
وَحَكَمًا مِّنْ أَهْلِهَا إِنْ يُرِيدَا إِصْلَاحًا يُوَفِّقِ اللَّهُ
بَيْنَهُمَا

“Dan jika kamu khawatir terjadi persengketaan antara keduanya, maka kirimlah seorang juru damai dari keluarga laki-laki dan seorang juru damai dari keluarga perempuan. Jika keduanya (juru damai itu) bermaksud mengadakan perbaikan, niscaya Allah memberi taufik kepada suami-istri itu.” (QS. An-Nisa’ : 35)

Konseling dan mediasi, baik di tingkat keluarga maupun lembaga keagamaan, merupakan bentuk ikhtiar yang disyariatkan.

4. Peran ulama dan lembaga keagamaan.

Ulama, ustadz, dan lembaga Islam perlu aktif dalam edukasi keluarga sakinah, melalui khotbah, pengajian, dan layanan konseling Islami. Mereka harus menyeimbangkan nasihat: mencegah perceraian semaksimal mungkin, tetapi membolehkan talak atau khulu’ jika ada mudarat besar, seperti KDRT, pasangan yang meninggalkan shalat, dan semisalnya. Selain itu, para ahlul ‘ilmi dan tokoh masyarakat hendaknya membimbing pasangan untuk menjalani perceraian dengan cara yang baik, tetapi jangan memaksa mereka untuk terus bertahan dengan dalih “sabar” jika kondisi yang tepat pada saat itu adalah perceraian.^[15]

Halaman selanjutnya →

5. Peran keluarga dan masyarakat.

Orang tua dan mertua seharusnya menjadi penopang, bukan sumber konflik. Mereka bukan lagi nakhoda, melainkan pelita yang menerangi dari jauh. Tugas utama orang tua dan mertua adalah mendoakan, menasihati apabila diminta, dan memberi teladan dalam kebijaksanaan. Islam mengajarkan bahwa campur tangan orang tua dan mertua memiliki batas. Oleh karenanya, orang tua dan mertua ideal bukan yang mengatur segalanya, melainkan yang tahu kapan harus mundur dan kapan harus menasihati dengan kasih^[16].

Selain itu, dukungan sosial dari komunitas, melalui program *parenting*, konseling, hingga kegiatan keluarga, dapat memperkuat ketahanan rumah tangga. Islam mendorong masyarakat ikut menjaga keharmonisan tetangganya dan menjadi penengah yang adil^[17]. Intinya, menjaga keutuhan rumah tangga bukan semata tugas individu suami-istri, tetapi juga memerlukan dukungan keluarga dan sosial.

6. Peran negara dan kebijakan publik.

Negara berperan lewat aturan perkawinan, mediasi wajib sebelum cerai, peningkatan usia nikah, serta edukasi keluarga melalui KUA (Kantor Urusan Agama). Penegakan hukum atas KDRT dan pemberdayaan ekonomi keluarga juga bagian dari pencegahan perceraian. Pemerintah perlu mendorong kampanye nasional mengenai keluarga sakinah sebagaimana kampanye moral lainnya^[18].

Akhirnya, semua ikhtiar harus disertai doa dan tawakkal, karena Allah yang membolak-balikkan hati. Doa yang bisa jadi pedoman, semisal firman Allah,

رَبَّنَا هَبْ لَنَا مِنْ أَزْوَاجِنَا وَذُرِّيَّتِنَا قُرَّةَ أَعْيُنٍ وَاجْعَلْنَا لِلْمُتَّقِينَ إِمَامًا

“Wahai Rabb kami, anugerahkanlah kepada kami pasangan dan keturunan yang menjadi penyejuk mata kami, dan jadikanlah kami teladan bagi orang-orang bertakwa.” (QS. Al-Furqan: 74)

Penutup

Membangun rumah tangga ibarat mengemudikan bahtera di lautan kehidupan, kadang tenang, kadang diterpa badai. Keluarga yang kuat bukan yang tanpa ujian, tetapi yang mampu bertahan dan kembali tenang setelah badai berlalu. Tingginya angka perceraian hendaknya menjadi pelajaran bersama. Setiap pihak memiliki peran: suami-istri perlu memperkuat iman dan komunikasi, keluarga besar memberi dukungan positif, ulama membimbing, dan negara menegakkan kebijakan yang memperkuat ketahanan keluarga.

Islam telah memberi panduan jelas menuju keluarga *sakinah, mawaddah, warahmah*. Suami istri yang saling menghormati, bersabar, dan berdoa akan menemukan keberkahan dalam rumah tangganya. Perceraian hanya pilihan terakhir ketika semua ikhtiar gagal. Karena itulah, mari jaga bahtera rumah tangga agar tetap kokoh.

Persiapkan ilmu sebelum menikah, rawat cinta bagi yang sudah berumah tangga, dan jadilah masyarakat yang peduli, bukan penghakim. Semoga semakin sedikit bahtera yang karam, dan semakin banyak keluarga berlayar hingga ke tujuan dengan selamat, menggapai ridha Allah. Harapan kita bersama, yaitu terciptanya keluarga sakinah yang menjadi fondasi tegaknya peradaban yang diridhai Ilahi.

Demikian yang bisa penulis jelaskan tentang bahtera rumah tangga yang tenggelam, penyebab kegagalan pernikahan dari aspek sosial, psikologis, budaya, dan keagamaan, serta solusi preventif-kuratif menurut pandangan Islam. Semoga bisa menjadi ilmu yang bermanfaat untuk kita semua dan membuahkan amal di kemudian hari. Akhir kata, kami memohon kepada Allah *Subhanahu wa Ta'ala* dengan segala asma' dan sifat-Nya agar memberkahi dan meridhai tulisan ini. *Wabillahi Taufiq Ila Aqwamith Thariq*.

Halaman selanjutnya →

Referensi:

1. *Shahih Al-Bukhari*, Abu Abdillah Muhammad bin Isma'il bin Ibrahim Al-Bukhari, As-Sulthaniyah-Mesir, Cet. 1, Tahun 1422 H.
2. *Shahih Muslim*, Abul Husain Muslim bin Al-Hajjaj Al-Qusyairi, *Tahqiq* Muhammad Fuad Abdul Baqi, Mathba'ah 'isa Al-Babi Al-Halabi-Kairo, Cet. Tahun 1374 H/1955 M.
3. *Sunan At-Tirmidzi*, Abu 'Isa Muhammad bin 'Isa At-Tirmidzi, *Tahqiq* Muhammad Nashiruddin Al-Albani, Maktabah Al-Ma'arif, Riyadh-KSA, Cet. 1, tanpa menyebut tahun.
4. *Sunan Abi Dawud*, Abu Dawud Sulaiman bin Al-Asy'ats As-Sijistani, *Tahqiq* Muhammad Nashiruddin Al-Albani, Maktabah Al-Ma'arif, Riyadh-KSA, Cet. 1, tanpa menyebut tahun.
5. Jhamun, Philip. Selama 2015-2023 Tren Perceraian Secara Nasional Meningkat Signifikan -. 20 Mei 2025, <https://beritabernas.com/selama-2015-2023-tren-perceraian-secara-nasional-meningkat-signifikan/>, Diakses 1 November 2025.
6. "Perceraian Turun Hingga 10,2 Persen, Ini Kuncinya Menurut Kemenag." *Republika Online*, 20 Juli 2024, <https://khananah.republika.co.id/berita/sx05t483/perceraian-turun-hingga-102-persen-ini-kuncinya-menurut-kemenag>, Diakses 1 November 2025.
7. Valmay Putri Aberth, Wilhelmina Alexandra. Kasus Perceraian Indonesia Turun pada Tahun 2023. 29 September 2024, <https://data.goodstats.id/statistic/kasus-perceraian-indonesia-turun-pada-tahun-2023-DScNz>, Diakses 1 November 2025.
8. Sari, Diyan. Simak Faktor Utama Penyebab Perceraian di Indonesia 2024. 28 Mei 2025, https://data.goodstats.id/statistic/simak-faktor-utama-penyebab-perceraian-di-indonesia-2024-0lc0n?utm_, Diakses 1 November 2025.
9. Kemenag. "Dirjen Bimas Islam: 80 Persen Perceraian Pada Usia Perkawinan di Bawah 5 Tahun." <https://kemenag.go.id>, <https://kemenag.go.id/nasional/dirjen-bimas-islam-80-persen-perceraian-pada-usia-perkawinan-di-bawah-5-tahun-g544x8>. Diakses 9 November 2025.
10. antaranews.com. "Apa penyebab utama perceraian di Indonesia?" *Antara News*, 10 April 2025, <https://www.antaranews.com/berita/4760945/apa-penyebab-utama-perceraian-di-indonesia>, Diakses 1 November 2025.
11. Parents dislike sons wife and want him to take another. https://www.islamweb.net/en/fatwa/346372/parents-dislike-sons-wife-and-want-him-to-take-another?utm_. Diakses 16 November 2025.
12. Siregar, Dahris, dkk. "Studi hukum tentang tingkat perceraian dan efeknya terhadap anak." *Jurnal Derma Pengabdian Dosen Perguruan Tinggi (Jurnal DEPUTI)*, vol. 3, no. 2, Juli 2023, hlm. 178–85. <https://doi.org/10.54123/deputi.v3i2.276>.
13. Adira, N., Rismarini, N.A., & Nurhayati, S. R.. "Perceived marriage readiness: A cross-cultural exploration." *Psychological Research and Intervention*, vol. 7, no. 1, Juli 2024, hlm. 17-25. <https://doi.org/10.21831/pri.v7i1.76456>.
14. Khairuddin. "Fenomena Tren Perceraian di Indonesia: Apa Penyebabnya?" *Abdurrauf Science and Society*, vol. 1, no. 1, Oktober 2024, hlm. 1-8. https://journal.abdurraufinstitute.org/index.php/asoc/article/download/95/63/419?utm_
15. Ainina, Habibatul, dan Primatia Yogi Wulandari. "Dampak Psikologis terkait Relasi Individu Dewasa Awal yang Mengalami Perceraian Orang Tua." *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, vol. 3, no. 1, September 2023, hlm. 25–31. <https://doi.org/10.20473/brpkm.v3i1.46965>.
16. Ababiel, Aulia. "Peran Ulama Dayah dalam Meminimalisir Angka Perceraian di Kabupaten Bireuen". *Edu Society: Jurnal Pendidikan, Ilmu Sosial, dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, vol. 5, no. 2, Juni-September 2025, hlm. 1043-1048. <https://doi.org/10.56832/edu.v5i2.1378>.
17. Ludfi, Ludfi, dan Ana Filstina Tahtal Fina. "Dinamika Keterlibatan Orang Tua Dalam Rumah Tangga Anak: Studi Keluarga Patrilokal dan Matrilokal di Pamekasan." *Jurnal Mediasas: Media Ilmu Syari'ah dan Ahwal Al-Syakhsiyyah*, vol. 7, no. 2, Desember 2024, hlm. 508–526. <https://doi.org/10.58824/mediasas.v7i2.200>.
18. Umar, Nur Fadhilah, dkk. "PKM Peningkatan Kesejahteraan Psikologis dalam Mencegah Perceraian di Usia Anak." *Kontribusi: Jurnal Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, vol. 5, no. 1, November 2024, hlm. 157–168. <https://doi.org/10.53624/kontribusi.v5i1.504>.
19. Sururie, Ramdani Wahyu, dkk. "Strategies to Prevent Increasing Divorce Rates for Muslim Families in Indonesia." *Samarah: Jurnal Hukum Keluarga dan Hukum Islam*, vol. 7, no. 2, Mei 2023, hlm. 734. <https://doi.org/10.22373/sjhk.v7i2.14819>.



Ketika Suami Istri Saling Nusyuz

Penulis: Athirah Mustadjab

Editor: Yum Roni Askosendra, Lc., M.A.

Lafal Ayat

الرِّجَالُ قَوَّامُونَ عَلَى النِّسَاءِ بِمَا فَضَّلَ اللَّهُ بَعْضَهُمْ عَلَى
بَعْضٍ وَبِمَا أَنْفَقُوا مِنْ أَمْوَالِهِمْ ۚ فَالصَّالِحَاتُ قَانِتَاتٌ
حَافِظَاتٌ لِّلْغَيْبِ بِمَا حَفِظَ اللَّهُ ۚ وَاللَّاتِي تَخَافُونَ نُشُورَهُنَّ
فَعِظُوهُنَّ وَاهْجُرُوهُنَّ فِي الْمَضَاجِعِ وَاضْرِبُوهُنَّ ۚ فَإِنْ
أَطَعْنَكُمْ فَلَا تَبْغُوا عَلَيْهِنَّ سَبِيلًا ۚ إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلِيمًا كَبِيرًا

Kaum laki-laki adalah pemimpin bagi kaum wanita, oleh karena Allah telah melebihkan sebagian mereka (laki-laki) atas sebagian yang lain (wanita), dan karena mereka (laki-laki) telah menafkahkan sebagian dari harta mereka. Sebab itu maka wanita yang shalihah, ialah yang taat kepada Allah lagi memelihara diri ketika suaminya tidak ada, oleh karena Allah telah memelihara (mereka). Wanita-wanita yang kamu khawatirkan nusyuznya, nasihatilah mereka dan pisahkanlah mereka di tempat tidur mereka, dan pukullah mereka. Kemudian jika mereka menaatimu, janganlah kamu mencari-cari jalan untuk menyusahkannya. Sesungguhnya Allah Maha Tinggi lagi Maha Besar. (QS. An-Nisa': 34)

Di tempat lain dalam surah yang sama, Allah *Ta'ala* berfirman,

وَإِنْ امْرَأَةٌ خَافَتْ مِنْ بَغْلِهَا نُشُورًا أَوْ إِعْرَاضًا فَلَا جُنَاحَ عَلَيْهِمَا أَنْ يُصْلِحَا بَيْنَهُمَا صُلْحًا
ۚ وَالصُّلْحُ خَيْرٌ ۚ وَأُخْضِرَتِ الْأَنْفُسُ الشُّحَّ ۚ وَإِنْ تُحْسِنُوا وَتَتَّقُوا فَإِنَّ اللَّهَ كَانَ بِمَا
تَعْمَلُونَ خَبِيرًا

Dan jika seorang wanita khawatir akan nusyuz atau sikap tidak acuh dari suaminya, tidak mengapa bagi keduanya mengadakan perdamaian yang sebenar-benarnya, dan perdamaian itu lebih baik (bagi mereka) walaupun manusia itu menurut tabiatnya kikir. Dan jika kamu bergaul dengan istrimu secara baik dan memelihara dirimu (dari nusyuz dan sikap tak acuh), sesungguhnya Allah adalah Maha Mengetahui apa yang kamu kerjakan. (QS. An-Nisa': 128)

Tafsir ringkas^[1]

Ayat pertama ini (QS. An-Nisa': 34) berbicara mengenai nusyuz seorang istri terhadap suami, disertai dengan solusi yang diberikan oleh Allah *Ta'ala* untuk mengatasinya.

الرِّجَالُ قَوَّامُونَ عَلَى النِّسَاءِ

Kaum laki-laki adalah pemimpin bagi kaum wanita,

Yaitu pemimpin bagi kaum wanita dari dua sisi, pertama: dengan cara memerintah kaum wanita agar melaksanakan hak-hak Allah *Ta'ala*, semisal menjaga ibadah fardhu dan mencegah mereka dari berbagai kerusakan. Lelaki wajib memerintah wanita agar melaksanakannya. Yang kedua, menjadi pemimpin mereka karena nafkah yang diberikan berupa pakaian dan tempat tinggal.

Allah *Ta'ala* menyebutkan sebab kepemimpinan kaum lelaki atas para wanita,

Halaman selanjutnya →

بِمَا فَضَّلَ اللَّهُ بَعْضَهُمْ عَلَى بَعْضٍ وَبِمَا أَنْفَقُوا مِنْ أَمْوَالِهِمْ

Oleh karena Allah telah melebihkan sebagian mereka (laki-laki) atas sebagian yang lain (wanita), dan karena mereka (laki-laki) telah menafkahkan sebagian dari harta mereka.

Dengan sebab keutamaan lelaki atas kaum wanita dari banyak sisi, di antaranya kepemimpinan dalam wilayah yang hanya diberikan kepada lelaki, kenabian, risalah dan banyak ibadah khusus lain yang disyariatkan bagi kaum lelaki, bukan bagi wanita, semisal jihad, penyelenggaraan shalat Id serta shalat Jumat. Di samping itu kaum lelaki dilebihkan atas wanita dari sisi kekuatan akal, kesabaran serta keteguhan yang tidak didapati pada diri wanita. Demikian pula, Allah mengkhususkan kaum lelaki dalam kewajiban memberi nafkah bagi istri, bahkan banyak jenis nafkah yang khusus diwajibkan bagi kaum lelaki, bukan bagi kaum wanita. Mungkin inilah sebab Allah tidak menyebutkan objek “menafkahi” secara spesifik saat menyebutkan pemberian nafkah dari suami, supaya cakupan maknanya menjadi lebih luas.

Dari sini pula diketahui bahwa kedudukan lelaki di hadapan istri layaknya seorang pemimpin dan tuan bagi mereka. Istri pun seakan menjadi tawanan dan pelayan bagi suaminya. Kewajiban suami ialah menjaga amanah yang Allah berikan kepadanya berupa kepemimpinan. Sedangkan tugas istri ialah taat kepada Rabbnya serta kepada suaminya. Karena itu pula Allah menyebutkan dalam lanjutan ayat,

فَالصَّالِحَاتُ قَانِتَاتٌ حَافِظَاتٌ لِّلْغَيْبِ بِمَا حَفِظَ اللَّهُ

Sebab itu maka wanita yang shalihah, ialah yang taat kepada Allah lagi memelihara diri ketika suaminya tidak ada, oleh karena Allah telah memelihara (mereka).

Maksudnya, taat kepada Allah dan taat kepada suaminya, sampai pun saat suami tak berada di sisinya, istri menjaga kehormatan dirinya dan harta suaminya. Itu semua terjadi lantaran adanya penjagaan dari Allah serta taufiq (kemudahan) dari-Nya, bukan semata karena usaha mereka. Sebab, jiwa manusia selalu mendorong untuk berbuat jahat.

وَاللَّاتِي تَخَافُونَ نُشُوزَهُنَّ فَعِظُوهُنَّ وَاهْجُرُوهُنَّ فِي الْمَضَاجِعِ وَاضْرِبُوهُنَّ

Wanita-wanita yang kamu khawatirkan nusyuznya, nasihatilah mereka dan pisahkanlah mereka di tempat tidur mereka, dan pukullah mereka.

Maksudnya, pembangkangan mereka dari ketaatan terhadap suaminya, berupa ucapan atau perbuatan. Oleh karena itu, suami berkewajiban

memberi pelajaran bagi istri dari yang termudah hingga yang lebih sulit.

Pertama, berilah mereka nasihat. Suami menerangkan hukum Allah tentang masalah ketaatan istri kepada suami beserta anjurannya dan perbuatan maksiat kepada suami beserta ancamannya. Jika sudah cukup, itulah yang diinginkan.

Kedua, dipisah dari tempat tidur. Dengan cara tidak tidur bersama atau tidak menggaulinya hingga tercapai tujuan pendidikan ini.

Ketiga, jika belum berhasil, boleh dipukul dengan pukulan yang tidak melukai hingga maksud dari pendidikan ini tercapai.

Jika sudah bisa tercapai dengan salah satu cara yang disebutkan di atas, maka diterapkan hal yang terdapat dalam firman Allah,

فَإِنْ أَطَعْتَكُمْ فَلَا تَبْغُوا عَلَيْهِنَّ سَبِيلًا

Kemudian jika mereka menaatimu, janganlah kamu mencari-cari jalan untuk menyusahkannya.

Janganlah tujuanmu sudah tercapai, janganlah mengungkit-ungkit kesalahan istri yang telah berlalu. Tutupi aib masa lalu yang bisa mengusik dan membahayakan pernikahan.

إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلِيمًا كَبِيرًا

Sesungguhnya Allah Maha Tinggi lagi Maha Besar.

“Ini adalah ancaman bagi para suami jika berlaku semena-mena terhadap istri tanpa sebab. Sesungguhnya Allah Yang Maha Tinggi lagi Maha Besar, amat mudah membalas orang-orang yang berbuat zalim kepada wanita.^[2]

”Sedangkan dalam ayat kedua (QS. An-Nisa’: 128), Allah Ta’ala membicarakan nusyuz suami terhadap istri beserta solusi untuk mengatasinya. Syaikh As-Sa’di *rahimahullah* menyebutkan, “Jika seorang wanita khawatir nusyuz dari suaminya, berupa kezaliman dan kurang bergairah dengan istrinya, yang lebih baik pada keadaan ini adalah diadakan perdamaian antara keduanya. Yaitu dengan cara istri merelakan sebagian hak-hak primernya diabaikan dengan konsekuensi ia masih bisa hidup bersama suaminya. Bisa dengan cara rela dikurangi nafkah primernya, semisal pakaian dan rumah, atau dengan cara menggugurkan hak pembagian jatahnya dengan memberikan kepada madunya yang lain. Jika suami istri sepakat untuk hal ini, perdamaian bisa dilakukan. Itu lebih baik dibanding perpisahan.

’dan perdamaian itu lebih baik (bagi mereka)’

Halaman selanjutnya →

Maksudnya merasa enggan untuk memberikan sesuatu kepada orang lain serta sangat ingin mempertahankan haknya secara utuh. Tabiat jiwa manusia memanglah demikian. Maka kita harus melawannya, dengan cara bersemangat menanamkan perangai ini dan melakukan sifat yang berlawanan, yaitu kemudahan dalam memberikan sebagian hak kita serta merasa puas dengan sebagian hak yang tersisa. Jika manusia dimudahkan untuk memiliki perangai ini, niscaya akan mudah baginya berdamai dengan orang yang bertentangan dengannya dalam hal interaksi (muamalah) dan ia cepat sampai kepada tujuan yang diinginkan. Hal ini tentu berbeda bagi orang yang tidak bersungguh-sungguh untuk menghilangkan kekikiran di dalam hatinya. Ia akan merasa berat untuk berdamai dan berkompromi, sebab ia hanya ingin memperoleh haknya secara utuh."

Faedah dari ayat

1. Nusyuz secara bahasa artinya terangkat atau naik dari bumi.^[3]

a. Jika nusyuz dari pihak istri artinya lancang terhadap suaminya, meninggalkan perintahnya, berpaling dan membenci suaminya.^[4] Intinya, istri membangkang suami dan lancang meninggalkan kewajiban taat kepada suami.^[5]

b. Adapun arti nusyuz dari pihak suami, ialah ketika istri takut suaminya menghindar dan berpaling darinya. Entah karena suami menikah lagi dengan yang lebih muda sebab ingin mendapatkan anak, atau karena istri ini memang sudah tidak menarik lagi, namun istri ini masih mencintai suaminya dan tidak ingin bercerai darinya.^[6] Makna berpaling di sini bisa dengan badannya, atau dengan cara tidak memberi hak kepada istri.^[7]

Intinya, makna nusyuz antara suami dan istri berupa rasa enggan atau kebencian salah satu mereka kepada yang lain sehingga pergaulan mereka menjadi buruk. Di antaranya, istri membangkang kepada suami atau suami yang suka main tangan kepada istri.^[8]

2. Solusi dari permasalahan nusyuz antara pasutri ialah:^[9]

a. Jika istri nusyuz, maka dilakukan beberapa hal berikut: (1) nasihat yang baik, dengan cara lemah lembut menerangkan kewajiban taat kepada suami. (2) Memboikot. Ada beberapa tingkatan. Tingkatan pertama, boikot tempat tidur dengan cara tidak tidur bersama. Tingkatan kedua, boikot untuk tidak bicara. (3) Memukul istri dengan pukulan yang tak menyakiti, jika dua cara di atas tidak berhasil. Namun khusus untuk masalah memukul istri ini, para ulama memberi kriteria yang ketat. (1) Diprediksi kuat bahwa pukulan itu akan membuat istri sadar. (2) Pukulan tidak boleh menyakiti.^[10] (3) Tidak boleh memukul area wajah atau daerah yang berbahaya.

b. Jika suami nusyuz, maka dilakukan beberapa hal berikut: (1) Saat istri masih ingin hidup bersama suaminya, maka istri boleh mengalah untuk membiarkan haknya tidak dipenuhi, secara keseluruhan atau sebagiannya, semisal nafkah, jatah bermalam, tempat tinggal dan yang lainnya.^[11] (2) Jika istri sudah tidak ingin hidup bersama suami dan merasa bila itu diteruskan akan menambah dosa, perceraian bisa menjadi opsi terakhir.

3. Jika perceraian, dengan talak dari suami atau khulu' dari pihak istri, menjadi pilihan, hendaknya masing-masing mantan suami dan istri mengingat firman Allah,

وَلَا تَنْسُوا الْفَضْلَ بَيْنَكُمْ

"Dan janganlah kamu melupakan keutamaan di antara kamu." (QS. Al-Baqarah: 237)

Janganlah kalian melupakan keutamaan masing-masing pasangan. Supaya setelah perceraian pun tidak akan bertindak bodoh dengan saling mengumbar aib atau kejelekan pasangan dan menjadikan mantan sebagai musuh bebuyutan.^[12]

4. Al-Qurthubi menyebutkan sebuah faedah untuk mengingatkan para suami, "Di dalam ayat ini terdapat pelajaran untuk membantah orang-orang yang dungu dan bodoh, bahwa saat suami telah menghabiskan masa muda seorang wanita sehingga ia menjadi tua bersamanya, maka tidaklah pantas bagi suami untuk menggantikan posisinya (ditalak)."^[13] Beliau pun menyebutkan kisah Saudah *radhiyallahu 'anha* yang berdamai dengan Rasulullah *shallallahu 'alaihi wa sallam* dengan cara memberikan jatah bermalamnya kepada Aisyah *radhiyallahu 'anhuma*, dan Rasulullah menerimanya. Sehingga dengan hal itu, ketika Saudah wafat, ia masih berstatus sebagai istri Rasulullah.

Referensi:

- *Taisirul Karimir Rahman fi Tafsir Kamil Mannan*, Abdurrahman bin Nashir As-Sa'di, Dar Ibnu Hazm, KSA.
- *Tafsir Al-Qur'an Al-'Azhim*, Abul Fida' Ismail Ibnu Katsir, Ad-Dar al-'Alamiyah, Mesir, cetakan pertama, tahun 1434 H/ 2012 M.
- *Al-Jami' li Ahkamil Qur'an*, Abu Abdillah Syamsuddin Al-Qurthubi, Darul Kutub Al-Mishriyah – Mesir, cetakan kedua, tahun 1383 H (Al-Maktabah Asy-Syamilah).
- *Al-Mufradat fi Gharibil Qur'an*, Ar-Raghib Al-Ashfahani, Darul 'Ilmi – Lebanon, tahun 1412 H. (Al-Maktabah Asy-Syamilah).
- *Fiqhul Ushrah, Al-Qismul 'Ilmi Mu'assasah Ad-Durar As-Saniyah*, Mu'assasah Ad-Durar As-Saniyah – Saudi Arabia, cetakan pertama, tahun 2019 M.
- *Qawa'id Qur'aniyah*, Prof. Dr. Umar bin Abdillah Al-Muqbil, Mu'assasah Miftahil 'Ilmi Al-Waqfiyah – Saudi Arabia, cetakan keempat, tahun 2017 M.

Penghargaan Iblis bagi Perusak Rumah Tangga

Penulis: Abdullah Yahya An-Najaty, Lc.
Editor: Yum Roni Askosendra, Lc., M.A.

قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: «إِنَّ إِبْلِيسَ يَضَعُ عَرْشَهُ عَلَى الْمَاءِ، ثُمَّ يَبْعَثُ سَرَايَاهُ، فَأَذْنَاهُمْ مِنْهُ مَنْزِلَةً، أَعْظَمُهُمْ فِتْنَةً، يَجِيءُ أَحَدَهُمْ فَيَقُولُ: فَعَلْتُ كَذَا وَكَذَا، فَيَقُولُ: مَا صَنَعْتَ شَيْئًا. قَالَ: ثُمَّ يَجِيءُ أَحَدُهُمْ فَيَقُولُ: مَا تَرَكَتُهُ حَتَّى فَرَّقْتُ بَيْنَهُ وَبَيْنَ امْرَأَتِهِ. قَالَ: فَيُذْنِبُهُ مِنْهُ وَيَقُولُ: نِعَمَ أَنْتَ

Rasulullah shallallahu alaihi wasallam bersabda, “Sesungguhnya Iblis meletakkan singgasananya di atas air, kemudian ia mengutus pasukan-pasukannya, maka yang paling dekat (kedudukan)-nya dengan Iblis adalah yang paling besar fitnahnya. Datanglah seorang dari mereka dan berkata, ‘Aku telah melakukan ini dan itu.’ Ia (Iblis) berkata, ‘Engkau belum melakukan apa-apa.’ Kemudian datang seorang lagi dan berkata, ‘Aku tidak meninggalkannya (berhenti menggodanya) antara dia (suami) dan isterinya hingga aku memisahkan keduanya.’ Maka Iblis mendekatkannya kepadanya dan berkata, ‘Engkaulah yang hebat.”



Takhrij Hadits

Hadits ini shahih. Diriwayatkan Imam Muslim dalam kitab *Shahih*-nya, nomor 2813 dengan lafalnya, Ahmad dalam *Musnad*-nya, nomor 14377, dan Al-Baihaqi dalam *Syu'abul Iman*, nomor 8347, dari sahabat Jabir bin Abdullah *radhiyallahu 'anhuma*.

Syaikh Syu'aib Al-Arnauth *rahimahullah* dalam *takhrij*-nya terhadap kitab Musnad Imam Ahmad, (22:275) berkata, sanadnya kuat sesuai syarat Imam Muslim, para perawinya *tsiqah* (tepercaya).

Makna Umum Hadits

Rasulullah shallallahu 'alaihi wa sallam menjelaskan bahwa Iblis menempatkan singgasananya di atas air, lalu mengutus bala tentaranya dari kalangan jin untuk menebar fitnah dan menyesatkan manusia. Setiap setan kembali dan melapor tentang apa yang telah ia lakukan untuk menggoda manusia, Iblis menilai perbuatan mereka, namun ia tidak menganggap besar dosa-dosa seperti mencuri, minum khamar atau maksiat lainnya. Hingga datang salah satu di antara mereka dan berkata, “Aku tidak berhenti menggoda seseorang hingga aku berhasil memisahkannya dari istrinya.” Maka Iblis memujinya dan berkata, “Engkaulah yang paling hebat.”^[1]

Syarah Hadits

Kalimat (إِنَّ إِبْلِيسَ يَضَعُ عَرْشَهُ عَلَى الْمَاءِ) maknanya sesungguhnya Iblis meletakkan singgasananya di atas air. Iblis disebut demikian karena berasal dari kata *ablasa* yang berarti putus asa dari rahmat Allah. Dulu namanya ‘*azazil* dan termasuk golongan malaikat yang disebut *al-jinn*, sebagaimana dalam QS. Al-Kahf ayat 50 menurut sebagian ulama, seperti Ibnu Abbas dan Ibnu Mas’ud *radhiyallahu 'anhuma*. Setelah Iblis

durhaka, Allah melaknatnya dan menjadikannya setan.^[2]

Kalimat “meletakkan singgasananya di atas air” bisa dipahami dengan dua kemungkinan, yaitu:

1. Secara harfiah, benar-benar menandakan kekuasaannya dan keangkuhan Iblis seperti penguasa yang punya tahta.
2. Secara simbolik, menggambarkan luasnya pengaruh dan kendali Iblis dalam menyesatkan manusia.^[3]

Kalimat (يَبْعَثُ سَرَايَاهُ) maknanya Iblis mengutus pasukannya. Kata *Sariyyah* maknanya satuan kecil pasukan (maksimal sekitar 400 orang) yang dikirim pemimpin untuk menghadapi musuh. Disebut demikian sebab mereka pasukan terbaik, berasal dari kata *sariy* (mulia dan berharga).^[4]

Hal ini sejalan dengan yang Allah gambarkan tentang tekad Iblis untuk menyesatkan manusia dari semua arah, sebagaimana dalam firman-Nya,

قَالَ فِيمَا أُغْوِيْتَنِي لَأَقْعُدَنَّ لَهُمْ صِرَاطَكَ الْمُسْتَقِيمَ (١٦) ثُمَّ لَأَتِيَنَّهُمْ مِنْ بَيْنِ أَيْدِيهِمْ وَمِنْ خَلْفِهِمْ وَعَنْ أَيْمُنِهِمْ وَعَنْ شَمَائِلِهِمْ وَلَا تَجِدُ أَكْثَرَهُمْ شَاكِرِينَ

“(Iblis) berkata, ‘Karena Engkau telah menghukumku tersesat, pasti aku akan menghalangi mereka dari jalan-Mu yang lurus, kemudian aku akan mendatangi mereka dari depan, dari belakang, dari kanan, dan dari kiri mereka. Dan Engkau tidak akan mendapati kebanyakan mereka bersyukur.” (QS. Al-A’raf: 16-17)

Halaman selanjutnya →

Salah satu sasaran utama Iblis adalah rumah tangga, karena di sanalah terletak pusat persatuan, ketenangan dan pengaruh besar bagi kehidupan manusia. Rumah tangga adalah medan strategis tempat setan berupaya menghancurkan unit terkecil masyarakat. Karena itu, menjaga keutuhan rumah tangga bukan sekadar urusan sosial atau hukum, tetapi juga ibadah dan jihad melawan godaan spiritual. Allah ‘Azza wa Jalla berfirman,

إِنَّ الشَّيْطَانَ لَكُمْ عَدُوٌّ فَاتَّخِذُوهُ عَدُوًّا إِنَّمَا يَدْعُوا حِزْبَهُ لِيَكُونُوا مِنْ أَصْحَابِ السَّعِيرِ

“Sesungguhnya setan itu adalah musuh bagimu, maka jadikanlah ia benar-benar sebagai musuh. Sesungguhnya ia hanya mengajak golongannya agar mereka menjadi penghuni neraka yang menyala-nyala.” (QS. Fathir: 6)

Setan menyerang dari berbagai sisi, melalui tekanan ekonomi, pengaruh keluarga, media sosial, maupun rasa tidak puas yang dibiarkan tumbuh. Suami dan istri hendaknya memandang diri mereka sebagai satu tim yang saling menjaga, berkomunikasi dan memperkuat keimanan agar tidak terjebak dalam jebakan setan. Bila hubungan mulai goyah, jalan terbaik bukan menyerah, melainkan bertobat dan memperbaiki diri, karena memperjuangkan keutuhan rumah tangga adalah kemenangan di sisi Allah dan kekalahan bagi setan. Sebagaimana firman Allah ‘Azza wa Jalla,

إِنْ يُرِيدَا إِصْلَاحًا يُوَفِّقِ اللَّهُ بَيْنَهُمَا

“Jika keduanya bermaksud memperbaiki (hubungan), niscaya Allah akan memberi taufik di antara keduanya.” (QS. An-Nisa’: 35)

Kalimat (فَأَذْنَابُهمْ مِنْهُ مَنَزَلَةٌ، أَعْظَمُهُمْ فِتْنَةً) maknanya paling dekat kedudukannya dengan Iblis adalah yang paling besar fitnahnya.^[5] Kata fitnah berarti ujian dan cobaan dan disebut juga demikian untuk menyebut perbuatan maksiat, karena maksiat merupakan bentuk ujian bagi manusia.^[6] Kalimat (فَيَذْنِيهِ مِنْهُ وَيَقُولُ: نَعَمْ أَنْتَ) maknanya kamu hebat dan berhasil melakukan dosa besar.^[7]

Lihatlah betapa bangganya Iblis ketika salah satu pasukannya berhasil memisahkan suami dari istrinya. Dari sini, kita belajar bahwa menjaga rumah tangga bukan perkara sepele, sebab di sanalah setan berusaha menanamkan benih kebencian dan perpecahan. Karena itu, pasangan suami istri hendaknya membangun komunikasi yang terbuka dan saling memahami agar tidak memberi ruang bagi setan untuk menumbuhkan jarak di antara mereka. Suami dan istri perlu mengenali peran masing-masing serta berfokus pada kemenangan rumah tangga, bukan pada ego pribadi. Hubungan yang kokoh harus diperkuat dengan ikhtiar spiritual bersama, berdoa, beribadah, dan memohon perlindungan dari godaan setan, sebagaimana doa yang Allah ajarkan dalam firman-Nya,

رَبِّ أَغُوذُ بِكَ مِنْ هَمَزَاتِ الشَّيْطَانِ (٩٧) وَأَغُوذُ بِكَ رَبِّ أَنْ يَحْضُرُونِ

“Wahai Rabbku, aku berlindung kepada Engkau dari bisikan-bisikan setan, dan aku berlindung pula kepada Engkau wahai Rabbku, agar mereka tidak mendekati aku.” (QS. Al-Mu’minun: 97-98)

Pasangan suami istri juga hendaknya menghadapi setiap persoalan secara bijak dan bersama, bukan dengan saling menyalahkan. Perceraian seharusnya menjadi jalan terakhir setelah semua upaya perbaikan telah ditempuh dan perundingan menjadi buntu. Perceraian bukanlah solusi utama dan pertama. Sebab, mempertahankan rumah tangga adalah bentuk dakwah, kesabaran dan kemenangan sejati di sisi Allah. Nabi bersabda *shallallahu 'alaihi wa sallam*,

“Perkara halal yang paling dibenci oleh Allah adalah perceraian.” (HR. Abu Dawud, nomor 2178; Syaikh Syu’aib Al-Arnauth berkata, perawi-perawinya *tsiqah*) .

Halaman selanjutnya →

Kokohnya rumah tangga bukan sekadar urusan sosial, melainkan tanda keberhasilan menundukkan tipu daya setan. Iblis yang menempatkan singgasananya di atas air dan mengutus pasukannya paling bangga kepada yang berhasil memisahkan suami istri. Sebaliknya, pasangan suami istri yang menjaga keutuhan di tengah ujian justru merebut kemenangan sejati, baik dalam hubungan maupun dalam spiritualitas. Oleh karena itu, jangan biarkan setan tertawa atas kehancuran rumah tangga. Jadikan keluarga sakinah sebagai benteng iman dan sumber ketenangan bagi generasi dan masyarakat. Semoga Allah menjaga cinta, tanggung jawab dan kebersamaan dalam keluarga kita hingga menuju surga-Nya. *Amin*.

Faedah Hadits

1. Gambaran tentang kemampuan Iblis dalam mencapai tujuannya untuk menyesatkan manusia.
2. Iblis sangat gembira saat berhasil memisahkan pasangan suami istri.
3. Perceraian adalah ujian spiritual, bukan sekadar masalah sosial.
4. Memicu perpecahan rumah tangga termasuk dosa besar.
5. Menjaga keharmonisan adalah bentuk jihad dan ibadah.
6. Setan menyerang dari banyak arah: ekonomi, emosi dan ego.
7. Komunikasi dan saling pengertian menjadi benteng utama.
8. Keluarga sakinah adalah pelindung generasi dan umat.
9. Krisis adalah peluang memperbaiki, bukan alasan berpisah.
10. Bertahan dan memperbaiki rumah tangga berarti mengalahkan setan.

Referensi

1. *Shahih Muslim*, Abul Husain Muslim bin Al-Hajjaj Al-Qusyairi, *Tahqiq* Muhammad Fuad Abdul Baqi, Mathba'ah Isa Al-Babi Al-Halabi-Kairo, cetakan tahun 1374 H/1955 M.
2. *Sunan Abi Dawud*, Abu Dawud Sulaiman bin Al-Asy'ats As-Sijistani, *Tahqiq* dan Takhrij Syu'aib Al-Arnauth, Dar Ar-Risalah Al-Alamiah, cetakan pertama, tahun 1430 H/2009 M.
3. *Musnad Al-Imam Ahmad bin Hambal*, Al-Imam Ahmad bin Muhammad bin Hambal, *Tahqiq* Syu'aib Al-Arnauth, Mu'asasah Ar-Risalah-Beirut, cetakan pertama, tahun 1416 H/1996 M.
4. *Syu'ab Al-Iman*, Abu Bakar Ahmad bin Al-Husain bin Ali Al-Baihaqi Al-Khurasani, *Tahqiq* Dr. Abdul 'Ali Abdul Hamid, Maktabah Ar-Rusyd, Riyadh-KSA, cetakan pertama, tahun 1423 H/2003 M.
5. *Al-Kasyif 'An Haqaiq As-Sunan Syarh Misykah Al-Mashabih*, Syarafuddin Al-Husain bin Abdullah At-Thibi, *Tahqiq* Dr. Abdul Hamid Handawi, Maktabah Nizar Mushtafal Baz-KSA, cetakan pertama, tahun 1417 H/1997 M.
6. *Fath Al-Qarib Al-Mujib 'Ala At-Targhib Wa At-Tarhib*, Abu Muhammad Hasan bin 'Ali Al-Fayyumi Al-Qahiri, *Tahqiq* Prof. Dr. Muhammad Ishaq Muhammad Alu Ibrahim, Maktabah Dar As-Salam-Riyadh, cetakan pertama, tahun 1439 H/2018 M.
7. *Al-Mafatih Fi Syarh Al-Mashabih*, Mudh-hiruddin Al-Husain bin Mahmud bin Al-Hasan Al-Mudh-hiri, *Tahqiq* Nuruddin Thalib, Dar An-Nawadir-Kuwait, Cet. 1, Tahun 1433 H/2012 M.
8. Website hadeethenc.com, <https://hadeethenc.com/ar/browse/hadith/10569>. Diakses tanggal 24 Oktober 2025.



Agar Pertengkaran Tak Berkepanjangan

Penulis: Indah Ummu Halwa dan Hawwina Fauzia Aziz

Editor: Faizah Fitriah

“Kenapa rumah tangga orang lain terlihat damai, sementara kami sering bertengkar?”

Pertanyaan semacam itu barangkali sering terlintas di benak para istri. Barangkali, dalam bayangan sebagian orang, rumah tangga yang sakinah itu berwujud pada rumah yang sunyi dari perdebatan, sebatas diisi oleh gelak tawa, serta senyum dan kelembutan. Kenyataannya, tidak ada rumah tangga yang benar-benar “selamat” dari perselisihan, namun yang membedakan adalah cara masing-masing pasangan dalam menghadapi dan menyelesaikannya. *Akhawati fillah*, ketahuilah bahwa sejatinya, bukanlah syarat rumah tangga yang sakinah yang tidak pernah ada pertengkaran di dalamnya; yang cintanya kembali menjadi jauh lebih kuat, setelah badai pertengkaran itu usai.

Kehidupan di Dunia Memang Tak Luput dari Ujian

Allah ‘Azza wa Jalla berfirman,

أَحْسِبِ النَّاسَ أَنْ يُتْرَكَوْا أَنْ يَقُولُوا أَمَّا وَهُمْ لَا يُفْتَنُونَ

"Apakah manusia mengira bahwa mereka akan dibiarkan (hanya dengan) berkata, 'Kami telah beriman,' sedangkan mereka tidak diuji?" (QS. Al-Ankabut: 2)

Kehidupan di dunia memang tak luput dari ujian, termasuk darinya ujian dalam kehidupan pernikahan. Setiap pernikahan pasti akan melewati masa ujian. Dua manusia dengan latar belakang, kebiasaan, dan cara berpikir yang berbeda disatukan dalam satu atap, tak mungkin semua akan selalu berjalan mulus dan seirama. Pada ayat yang lain, Allah ‘Azza wa Jalla juga berfirman,

وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ

"Di antara tanda-tanda (kebesaran)-Nya ialah bahwa Dia menciptakan pasangan-pasangan untukmu dari (jenis) dirimu sendiri agar kamu merasa tenteram kepadanya. Dia menjadikan di antaramu rasa cinta

dan kasih sayang. Sesungguhnya pada yang demikian itu benar-benar terdapat tanda-tanda (kebesaran Allah) bagi kaum yang berpikir." (QS. Ar-Rum: 21)

Ayat ini *insya Allah* sudah tak asing di telinga kita, acapkali dilantunkan dalam rangkaian acara akad nikah, bak pengingat bahwa salah satu tujuan utama dari pernikahan adalah untuk meraih sakinah yakni ketenangan, dan itu benar adanya. Akan tetapi, sakinah, mawaddah, serta rahmah bukanlah keadaan yang terjadi otomatis setelah ijab kabul, melainkan ketiga hal tersebut adalah buah dari kesungguhan dua insan dalam menata niat, memperbaiki akhlak, dan saling menundukkan ego masing-masing di hadapan Rabb-nya ‘Azza wa Jalla.

Akhawati fiddin, barangkali, tak banyak yang menyadari bahwa pertengkaran bukan berarti gagalnya cinta. Ia sering kali justru menjadi cermin bagi masing-masing pasangan untuk memperlihatkan bagian diri yang masih perlu diperbaiki. Di saat-saat seperti ini, rasanya kita perlu untuk selalu mengambil jeda sejenak untuk merenungkan kembali: niat dan tujuan awal kita dahulu saat masuk ke jenjang pernikahan, kemudian memulai untuk membina rumah tangga.

Ketika seseorang mendasari pernikahannya karena mengharapkan Wajah Allah ‘Azza wa Jalla, maka tatkala menghadapi setiap lika-liku yang ada di dalam kehidupan pernikahannya, termasuk setiap “permasalahan” yang terjadi seyogianya yang akan selalu tumbuh dalam hatinya ialah prasangka baik kepada Allah, bahwa itu semua adalah bentuk “ujian level keimanan” seorang hamba dari Rabb-nya. Pernikahan merupakan suatu anugerah dan kenikmatan yang besar dari Allah untuk para hamba-Nya. Akan tetapi, mampukah kita terus bersabar, berprasangka baik, dan bertahan karena Allah dalam menghadapi setiap ujian di dalam kenikmatan yang besar ini?

[Halaman selanjutnya →](#)

Akhawati fillah, dalam sebuah riwayat, diceritakan bahwa setelah selesai dari shalat *kusuf* (shalat gerhana), Nabi *shallallahu ‘alaihi wa sallam* bersabda menceritakan surga dan neraka yang diperlihatkan kepada beliau ketika shalat,

وَرَأَيْتُ النَّارَ فَلَمْ أَرَ كَالْيَوْمِ مَنْظَرًا قَطُّ وَرَأَيْتُ أَكْثَرَ أَهْلِهَا النِّسَاءَ. قَالُوا: لِمَ يَا رَسُولَ اللَّهِ؟ قَالَ: يَكْفُرْنَ بِاللَّهِ؟ قَالَ: يَكْفُرْنَ الْعَشِيرَ وَيَكْفُرْنَ الْإِحْسَانَ، لَوْ أَحْسَنْتَ إِلَى إِحْدَاهُنَّ الدَّهْرَ ثُمَّ رَأَتْ مِنْكَ شَيْئًا قَالَتْ: مَا رَأَيْتُ مِنْكَ خَيْرًا قَطُّ

“Dan aku melihat neraka. Aku belum pernah sama sekali melihat pemandangan seperti hari ini. Dan aku lihat ternyata mayoritas penghuninya adalah para wanita.” Mereka bertanya, “Kenapa para wanita menjadi mayoritas penghuni neraka, wahai Rasulullah?” Beliau menjawab, “Disebabkan kekufuran mereka.” Ada yang bertanya kepada beliau, “Apakah para wanita itu kufur kepada Allah?” Beliau menjawab, “(Tidak, melainkan) mereka kufur kepada suami dan *mengkufuri* kebaikan (suami). Seandainya engkau berbuat baik kepada salah seorang istri kalian pada suatu waktu, kemudian suatu saat ia melihat darimu ada sesuatu (yang tidak berkenan di hatinya) niscaya ia akan berkata, ‘Aku sama sekali belum pernah melihat kebaikan darimu.’” (HR. Bukhari no. 5197 dan Muslim no. 907)^[1]

Wahai saudariku, tidakkah hadits ini cukup membuat bulu kita bergidik ngeri? Hadits ini adalah sebuah pengingat untuk kita para wanita manakala terjadi konflik. Saat ego dan amarah menguasai, seringkali kita hanya terfokus pada satu kesalahan dan kekurangan pasangan yang ada di depan mata, berlarut-larut di dalamnya, sehingga mendadak “buta” dan lupa berjuta kebaikan yang masih ada pada diri suami, juga kebaikan-kebaikan lainnya yang selama ini telah diusahakan olehnya untuk kita.

Hadits tersebut adalah peringatan besar sekaligus petunjuk untuk kita para wanita. Boleh jadi, memang tabiat dari kebanyakan wanita adalah mudah melupakan kebaikan-kebaikan suami saat menemukan padanya suatu kesalahan, sehingga kita harus benar-benar waspada akan sifat ini. Jangan sampai kita menjadi bagian dari wanita yang dikabarkan oleh Rasulullah *shallallahu ‘alaihi wa sallam* dalam hadits tersebut. Jangan sampai kita menjadi bagian dari wanita yang mudah kufur akan kebaikan suami setiap kali terjadi konflik dalam rumah tangga kita, bahkan pada setiap terjadinya konflik kecil sekali pun.

Bertengkar Itu Wajar, Namun Jangan Salah Ambil Tindakan

‘*Ala kulli hal*, dalam perjalanan kehidupan rumah tangga, ada kalanya pertengkaran tak bisa dielakkan. Pada saat itu, poin pentingnya bukan tentang siapa yang benar dan siapa yang salah, tetapi ini tentang

bagaimana seorang istri yang baik dapat terus berusaha menjaga adab di dalamnya, dan selalu berusaha untuk lebih dahulu kembali kepada suaminya. Seorang istri yang shalihah tidak akan membiarkan dirinya larut dalam konflik terlalu lama dengan suaminya. Ketahuilah duhai para istri shalihah, pada situasi yang demikian, *insya Allah* kita bisa menempuh beberapa hal, di antaranya:

1. Selalu mengingat dan memohon pertolongan Allah ‘*Azza wa Jalla* dalam setiap langkah.

Tanamkan dalam benak kita, hanya Allah-lah satu-satunya yang mampu membimbing, memberi taufik, dan melunakkan dua hati yang sedang keras. Selain itu, ketika kita memiliki pemahaman akidah yang benar, maka kita akan menyadari bahwa memang setiap makhluk (termasuk manusia) itu memiliki kehendak dalam berbuat segala sesuatu yang diinginkannya. Akan tetapi, setiap perbuatan, setiap gerak-gerik yang terjadi dan dilakukan oleh manusia, sejatinya diciptakan oleh Allah, begitu pula dengan pasangan kita.

Dengan demikian, tatkala terjadi konflik atau suatu kesalahan, maka ingatkan diri kita bahwa yang mengizinkan kesalahan itu terjadi, yang mengizinkan setiap gerak-gerik perilaku dari pasangan kita itu terjadi adalah (juga) karena kehendak Allah. Ingatlah, bahwa di dunia ini, adanya interaksi dengan pasangan, orang tua, anak, kawan, sejatinya hanya variabel yang menghubungkan kita untuk mendapatkan keridhaan Allah *Subhanahu wa Ta’ala*, sebab yang mengizinkan seluruh makhluk untuk berbuat sesuatu, tak lain juga karena kehendak Allah ‘*Azza wa Jalla*. Dalam memahami yang demikian ini, diharapkan kita bisa lebih banyak bersabar dan mengurangi “*baper*” dalam berinteraksi dengan seluruh makhluk Allah ‘*Azza wa Jalla*.

2. Ingat posisi sebagai istri.

Seorang istri yang baik dan wanita yang shalihah, akan berusaha semaksimal mungkin untuk senantiasa menjaga adab dan tidak mengangkat suara di hadapan suaminya. Maka ketika seorang istri merasa sakit hati atau emosi mulai terasa mulai memuncak, hendaknya kita berusaha sekuat tenaga untuk beristighfar dan berwudhu, untuk meredakan segala emosi negatif yang ada. Ingatlah kembali mimpi, harapan dan tujuan di awal pernikahan untuk terus saling merawat cinta dan berkasih sayang hingga akhir hayat. Ingatlah bahwa pernikahan adalah rezeki dari Allah yang harus disyukuri dan dijaga. Ingatlah bahwa iblis pun sangat menyukai ketika sepasang suami istri berselisih, dan mereka tidak akan berhenti berusaha sampai sepasang suami istri berpisah, *wal ‘iyaadzu billah*.

Halaman selanjutnya →

3. Ambil waktu dan ruang untuk menenangkan diri dan introspeksi diri.

Tidak saling mendiamkan sampai lebih dari 3 hari, karena Nabi *shallallahu ‘alaihi wa sallam* bersabda,

وَلَا يَحِلُّ لِمُسْلِمٍ أَنْ يَهْجُرَ أَخَاهُ فَوْقَ ثَلَاثِ لَيَالٍ

“Tidak halal bagi seorang muslim melakukan hajr (boikot dengan tidak mengajak bicara) lebih dari tiga hari” (HR. Bukhari no. 6076 dan Muslim no. 2559)^[2]

4. Berusaha membuka kesempatan untuk berkomunikasi yang baik dengan suami

Untuk mengurai permasalahan dan menemukan solusinya bersama-sama, di kala suasana hati sudah mulai tenang dan dengan hati yang lapang.

5. Berusaha menyelesaikan setiap masalah dalam rumah tangga berdua (hanya antara suami istri saja)

Tanpa campur tangan pihak lain sekecil apapun. Sehingga hendaknya seorang istri yang shalihah dan bijak tidak terburu-buru untuk bercerita ke orang lain, meski kepada orang tua sendiri, apalagi curhat atau menyebarkannya di media sosial. Kenyataannya, tak semua orang tua dapat bersikap objektif, sehingga cenderung akan membela anak masing-masing yang menyebabkan makin rumitnya permasalahan, apalagi jika sampai tersebar di media sosial, tentu itu sama sekali bukanlah suatu perbuatan yang bijak. Saudariku, ketahuilah bahwa Allah Ta’ala menyebutkan suami-istri bak pakaian, yang mana fungsi pakian semestinya untuk saling menutupi kekurangan (aib) satu sama lain, serta senantiasa menjaga kehormatan diri dan keluarganya.

6. Jika merasa dibutuhkan, jangan ragu untuk meminta nasihat

Mintalah nasihat dari kalangan orang yang alim, bijak, dan dipercaya, yang juga sesuai dengan bidangnya. Semisal seorang ustadz, psikolog, dan lain sebagainya.

7. Wanita shalihah tidak bermudah-mudahan meminta cerai tanpa alasan yang jelas.

Rasulullah *shallallahu ‘alaihi wa sallam* bersabda,

أَيُّمَا امْرَأَةٍ سَأَلَتْ زَوْجَهَا طَلَاقًا فِي غَيْرِ مَا بَأْسٍ فَحَرَامٌ عَلَيْهَا رَائِحَةُ الْجَنَّةِ

“Wanita mana saja yang meminta talak (cerai) tanpa ada alasan yang jelas, maka haram baginya mencium bau surga.” (HR. Abu Daud no. 2226, Tirmidzi no. 1187 dan Ibnu Majah no. 2055). Dinilai *shahih* oleh Al-Albani dalam Sunan Abi Daud)^[3]

Jangan Pernah Bosan untuk Saling Memaafkan

Ada sebuah ungkapan hikmah yang begitu indah, pernahkah kita mendengarnya?

ما كان لله يبقى

“Apapun yang diniatkan karena Allah, niscaya akan kekal.”

Sungguh alangkah indahnya jika sepasang suami istri, masing-masing senantiasa mengingat akan hal ini. Tidak sedikit dari mereka yang telah menikah bertahun-tahun, mungkin bisa jadi sudah mulai meluntur di benaknya bahwa pernikahan sejatinya adalah ibadah kepada Allah. Apa-apa yang ada di dalamnya memang harus senantiasa diorientasikan kepada Allah. Sebagai istri, melayani dan menghormati suami karena Allah adalah ibadah. Sebagai suami, menafkahi istri dan anak-anaknya, membimbing istri dan anak-anaknya, serta bersabar atas kekurangan-kekurangan yang mungkin ada pada istrinya, diniatkan karena Allah, tentu itu semua juga bernilai ibadah. Sudah sepatutnya bagi setiap insan yang menikah agar senantiasa mengingat hal ini, agar bahtera rumah tangganya tak karam, hingga *bi’idznillah* berlabuh kelak di surga-Nya.

Maka setelah pertengkaran mereda, jangan biarkan setan memasang jarak antara suami dan istri. Ulurkan kembali tangan untuk meminta maaf dan terus berusahalah untuk mencari rida suami.

Diriwayatkan dari Anas bin Malik *radhiyallaahu ‘anh*, dari Nabi *shallallahu ‘alaihi wa sallam* bersabda,

أَلَا أُخْبِرُكُمْ بِبِسَائِكُمْ فِي الْجَنَّةِ؟ قُلْنَا بَلَى يَا رَسُولَ اللَّهِ كُلُّ وَدُودٍ وَلُودٍ، إِذَا غَضِبْتَ أَوْ أُسِيءَ إِلَيْهَا أَوْ غَضِبَ زَوْجُهَا، قَالَتْ: هَذِهِ يَدَيَّ فِي يَدِكَ، لَا أَكْتَحِلُ بِغَمُضٍ حَتَّى تَرْضَى

“Maukah kalian aku beritahu tentang istri-istri kalian di dalam surga?” Mereka menjawab: “Tentu saja wahai Rasulullah!” Nabi *shallallahu ‘alaihi wa sallam* menjawab: “Wanita yang penyayang lagi subur. Apabila ia marah, atau diperlakukan buruk atau suaminya marah kepadanya, ia berkata: “Ini tanganku di atas tanganmu, matakut tidak akan bisa terpejam hingga engkau rida.” (HR. Ath-Thabarani dalam *Mu’jamul Kabir*. Lihat Ash-Shahihah no. 3380)^[4]

Selain itu, dalam sebuah riwayat, disebutkan bahwa ‘Abdullah bin ‘Umar *radhiyallahu ‘anhuma*, beliau berkata,

جاء رجل إلى النبي صلى الله عليه وسلم فقال: يا رسول الله كم نغفو عن الخادم؟ فصمت، ثم أعاد عليه الكلام فصمت، فلما كان في الثالثة قال: اعفوا عنه في كل يوم سبعين مرة .

Halaman selanjutnya →

Seorang laki-laki datang kepada Nabi *shallallahu ‘alaihi wa sallam*, lalu ia berkata: “Wahai Rasulullah *shallallahu ‘alaihi wa sallam*, berapa kali kita memaafkan (kesalahan) pembantu?” Lalu beliau pun diam. Kemudian orang itu mengulang perkataannya. Dan Nabi pun masih terdiam. Lalu yang ketiga kalinya beliau *shallallahu ‘alaihi wa sallam* bersabda, “Maaafkanlah dia (pembantu) setiap hari tujuh puluh kali.” (HR. Abu Daud no. 5164)^[5]

Dari hadits tersebut, tentu bisa kita bayangkan, jika Rasulullah *shallallahu ‘alaihi wa sallam* saja memerintahkan kita untuk memaafkan pembantu 70 kali dalam sehari, maka bagaimana dengan pasangan hidup kita, orang yang sangat-sangat dekat dengan kita? Tentu lebih ditekankan lagi agar kita membukakan pintu maaf dengan lebih lebar, serta tak jemu dalam memberikan *udzur* baginya.

Akhawati fillah, jangan terburu-buru menyimpulkan bahwa rumah tanggamu gagal hanya karena sering berselisih. Bisa jadi dari sanalah Allah sedang mengajarkan kita makna cinta sejati. Cinta yang sabar, cinta yang memperbaiki diri, dan cinta yang tetap memilih bertahan karena Allah. Pada akhirnya, cinta yang sejati bukan yang tak pernah bertengkar, tapi yang selalu menemukan jalan untuk kembali berpegangan tangan, karena Allah *‘Azza wa Jalla*.

Kehidupan pernikahan memang sangatlah indah, tetapi di dalam menjaganya juga dibutuhkan kekuatan dan keberanian, kekuatan untuk berlapang dada, keberanian untuk meminta maaf, kemampuan untuk menghadapi perbedaan dengan bijak, dan lain sebagainya, selama masih dalam hal-hal yang tidak menyimpang dari syari’at. Kehidupan pernikahan ibarat menaiki kapal, mengarungi lautan, terkadang ombaknya tenang, pemandangannya indah. Namun, bersamaan dengan itu, terkadang juga ombaknya menjelma badai, disertai petir dan awan hitam. Ingatlah, bahwa sepasang suami istri seharusnya punya tujuan akhir yang sama, tujuan akhir dari perjalanan di dunia, yakni berlabuh di tempat yang indah lagi abadi, yakni bersama-sama menuju surga-Nya.

Referensi:

- *Al-Qur’anul Karim*.
- Imam Bukhari, *Shahihul Bukhari*, Maktabah Syamilah.
- Imam Abu Daud, *Sunan Abi Daud*, Maktabah Syamilah.
- Nashiruddin al-Albani, *Silsilatul Ahaditsish Shahihah*, Maktabah Syamilah.



Urgensi Tauhid dalam Membangun Rumah Tangga

Ditranskrip oleh: Avrie Pramoyo
Editor: Faizah Fitria

Mengetahui Pengertian Tauhid

Secara singkat, tauhid adalah mengesakan Allah *Subhanahu wa Ta'ala* di dalam *rububiyah* Allah, nama dan juga sifat-Nya, serta di dalam *uluhiyah* Allah.

Tauhid *rububiyah* yakni mengesakan Allah dalam hal penciptaan, pemberian rezeki, dan pengaturan seluruh urusan alam semesta. Seorang hamba meyakini bahwa hanya Allah satu-satunya yang menciptakan, menguasai, dan mengatur segala sesuatu.

Tauhid juga mencakup makna mengesakan Allah dalam nama-nama dan sifat-sifat-Nya, yaitu dengan meyakini bahwa Allah memiliki seluruh sifat kesempurnaan, dan sifat-sifat tersebut mencapai puncak kesempurnaan yang tidak dimiliki oleh makhluk mana pun.

Tidak ada satu pun makhluk yang serupa dengan Allah dalam nama dan sifat-Nya, sebagaimana firman Allah *Ta'ala*:

لَيْسَ كَمِثْلِهِ شَيْءٌ وَهُوَ السَّمِيعُ الْبَصِيرُ

"Tidak ada sesuatu pun yang serupa dengan Dia, dan Dia-lah Yang Maha Mendengar lagi Maha Melihat." (QS. Asy-Syura: 11)

Tauhid *rububiyah* serta tauhid *asma' wa sifat* menuntut seseorang untuk menauhidkan Allah dalam *uluhiyah*-Nya. Dengan kata lain, tauhid *uluhiyah* merupakan puncak dari seluruh bentuk tauhid. Oleh karena itu, tidak mengherankan ketika disebutkan istilah tauhid secara umum, sering kali yang dimaksud adalah tauhid *uluhiyah*.

Kita juga telah memahami betapa agungnya kedudukan tauhid dalam agama Islam. Tauhid adalah inti ajaran Islam, fondasi seluruh ibadah, dan tujuan utama diutusnya para rasul serta diturunkannya kitab-kitab Allah.

Melalui tauhid, seseorang dapat memperoleh syafaat pada hari kiamat, diampuni dosa-dosanya,

dan dimasukkan ke dalam surga oleh Allah *Tabaraka wa Ta'ala*.

Tauhid yang benar akan menghasilkan buah-buah manis di dalam kehidupan rumah tangga, berikut di antaranya:

1. Kebahagiaan di Dunia bagi Orang yang Bertauhid

Allah memberikan kebahagiaan di dunia bagi keluarga yang bertauhid. Mereka akan merasakan kehidupan yang penuh ketenangan, ketenteraman, dan keharmonisan.

Allah *Ta'ala* berfirman:

مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِّنْ ذَكَرٍ أَوْ أَنَّىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ
فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيَاةً طَيِّبَةً

"Barang siapa yang mengerjakan amal *shalih*, baik laki-laki maupun perempuan, dalam keadaan beriman, maka Kami akan berikan kepadanya kehidupan yang baik." (QS. An-Nahl: 97)

2. Tauhid dan Kebahagiaan Keluarga di Surga

Setiap ayah dan ibu tentu menginginkan kebahagiaan bersama keluarganya. Tak hanya di dunia, tetapi juga di akhirat. Seorang ayah yang masuk ke dalam surga pasti ingin agar istrinya, anak-anaknya, dan orang tuanya juga bersamanya di sana.

Namun, tidak mungkin mereka dapat berkumpul di surga kecuali semuanya dalam keadaan bertauhid. Ayahnya bertauhid, ibunya bertauhid, anak-anaknya pun bertauhid, barulah mereka dapat dikumpulkan bersama di surga yang penuh kebahagiaan.

Allah *Ta'ala* berfirman:

وَالَّذِينَ آمَنُوا وَاتَّبَعَتْهُمْ ذُرِّيَّتُهُمْ بِإِيمَانٍ أَلْحَقْنَا
بِهِمْ ذُرِّيَّتَهُمْ وَمَا أَلَتْنَاهُمْ مِنْ عَمَلِهِمْ مِنْ شَيْءٍ كُلُّ
أَمْرٍ إِيمًا كَسَبَ رَهِيْنٌ

Halaman selanjutnya →

“Dan orang-orang yang beriman, dan anak cucu mereka mengikuti mereka dalam keimanan, Kami hubungkan anak cucu mereka dengan mereka, dan Kami tidak mengurangi sedikit pun dari pahala amal mereka. Tiap-tiap manusia terikat dengan apa yang dikerjakannya.” (QS. At-Tur: 21)

Ayat ini menunjukkan bahwa keluarga yang sama-sama beriman dan bertauhid akan dikumpulkan bersama di surga, mendapatkan kebahagiaan sejati berupa kebersamaan abadi dalam kenikmatan yang kekal.

3. Fondasi Keluarga yang Bertawakal kepada Allah

Keluarga yang bertauhid akan senantiasa bertawakal kepada Allah dalam seluruh urusan mereka, baik urusan dunia maupun urusan agama. Mereka yakin bahwa manfaat dan mudarat hanya ada di tangan Allah.

Seorang ayah ketika bekerja, bertawakal kepada Allah.

Seorang anak ketika belajar, bertawakal kepada Allah.

Seorang ibu ketika mengurus rumah tangga dan mendidik anak-anaknya, bertawakal kepada Allah.

Mereka semua memahami bahwa tawakal harus dengan mengambil sebab, kemudian tetap berusaha, dan hanya bergantung sepenuhnya kepada Allah.

Allah Ta’ala berfirman:

وَمَنْ يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُ إِنَّ اللَّهَ بَالِغُ أَمْرِهِ

“Dan barang siapa bertawakal kepada Allah, niscaya Allah akan mencukupkan keperluannya. Sesungguhnya Allah melaksanakan urusan yang dikehendaki-Nya.” (QS. At-Talaq: 3)

Mereka pun yakin bahwa rezeki datang dari Allah, bukan dari pekerjaan atau bisnis semata. Maka meskipun manusia berusaha menghalangi rezekinya, jika Allah telah menetapkannya, tidak ada yang dapat mencegahnya. Inilah buah indah dari tauhid *uluhiyah*, yaitu ketenangan hati, kebahagiaan keluarga, kecukupan rezeki, dan akhirnya kebersamaan abadi di surga.

4. Lahirlah Kebahagiaan dalam Keimanan dan Rasa Syukur yang Menambah Nikmat

Terkadang, seorang suami telah seharian berusaha keras mencari rezeki, namun pulang tanpa membawa hasil. Dalam keadaan seperti ini, istri yang bertauhid tidak akan marah atau mengeluh. Ia tidak akan menyalahkan suaminya karena ia paham bahwa manfaat dan mudarat semata-mata datang dari Allah. Sebaliknya, ia akan menenangkan dan menguatkan hati suaminya dengan ucapan yang lembut, penuh keimanan dan kesabaran.

Kata-kata lembut dan penuh iman dari seorang istri yang bertauhid akan menjadi penghibur besar bagi suami yang lelah seharian berjuang. Lelah yang ia rasakan bisa hilang seketika karena ketenangan yang terpancar dari keimanan istrinya. Inilah buah dari tauhid dan tawakal yang benar.

Ketika suatu hari suaminya pulang membawa rezeki yang banyak, istri yang bertauhid pun tidak akan sombong atau lalai. Ia akan mengingatkan suaminya dengan penuh syukur.

Inilah gambaran seorang istri shalihah yang bertauhid. Ia bukan hanya bersabar di saat kekurangan, tetapi juga bersyukur di saat kelapangan. Dengan ketulusan dan keimanannya, ia membantu suaminya untuk tetap mengingat Allah dalam setiap keadaan.

Sikap seperti ini membawa kebaikan besar bagi rumah tangga. Rasa syukur akan menambah kebahagiaan, memperkuat cinta, dan menjadi sebab bertambahnya nikmat yang Allah limpahkan kepada keluarga tersebut.

Sebagaimana firman Allah Ta’ala:

لَئِنْ شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ

"Jika kamu bersyukur, niscaya Aku akan menambah (nikmat) kepadamu." (QS. Ibrahim: 7)

Halaman selanjutnya →

Makna Tawakal dalam Kehidupan Seorang Istri

Seorang istri yang bertauhid dan memahami makna tawakal akan menyadari bahwa suaminya hanyalah sebab, sedangkan Allah-lah yang menentukan hasilnya. Ketika suaminya keluar rumah untuk mencari nafkah, ia memahami bahwa rezeki datang dari Allah. Bukan semata-mata dari usaha manusia.

Mungkin suatu hari suaminya sudah berusaha seharian, namun pulang tanpa membawa uang. Istri yang bertauhid tidak akan marah, mengeluh, atau menyalahkan suami. Sebaliknya, ia akan menenangkan dan menasihati suaminya dengan penuh kasih.

Ia akan berkata dengan lembut,

"Ini semua sudah takdir Allah. Mungkin hari ini belum rezekinya. Insyaallah esok Allah akan memberikan rezeki yang lebih baik." Ucapan seperti ini akan menghibur hati suami. Lelahnya bekerja seharian bisa hilang hanya karena kata-kata penuh iman dan kesabaran dari istrinya yang shaliha.

Begitu pula ketika suami pulang membawa rezeki yang banyak, seorang istri yang bertauhid akan tetap sadar bahwa semua itu adalah karunia Allah. Ia tidak merasa bangga berlebihan, tapi justru bersyukur dan mengingatkan suaminya untuk bersyukur.

Ia bisa berkata, "Alhamdulillah, ini semua dari Allah. Yuk, kita sisihkan sebagian rezeki ini untuk bersedekah — kepada tetangga, anak yatim, atau orang tua. Sebagai wujud syukur kita kepada Allah."

Begitu pula ketika suami pulang membawa rezeki yang banyak, seorang istri yang bertauhid akan tetap sadar bahwa semua itu adalah karunia Allah. Ia tidak merasa bangga berlebihan, tapi justru bersyukur dan mengingatkan suaminya untuk bersyukur.

Ia bisa berkata, "Alhamdulillah, ini semua dari Allah. Yuk, kita sisihkan sebagian rezeki ini untuk bersedekah — kepada tetangga, anak yatim, atau orang tua. Sebagai wujud syukur kita kepada Allah."

Sikap seperti ini akan membuat suami semakin mencintainya. Ia merasa didampingi oleh istri yang bukan hanya setia, tetapi juga menguatkan imannya dan menjaga keluarganya dalam ketaatan.

Istri yang bertauhid akan menumbuhkan ketenangan dan kebahagiaan dalam rumah tangganya. Ia membantu suaminya untuk bersabar saat sulit, dan bersyukur saat lapang. Dengan tawakal dan syukur, Allah akan menambah nikmat dan kebahagiaan bagi keluarga tersebut.

Teladan Wanita Bertauhid dan Bertawakal

1. Kisah Ibunda Nabi Ismail, Hajar ‘alaihimassalam

Beliau adalah potret wanita shalihah, wanita yang bertakwa dan bertauhid, yang bertawakal hanya kepada Allah. Wanita seperti inilah yang melahirkan anak-anak yang berani, tegar, dan memiliki keyakinan yang teguh kepada Rabb-nya.

Anak yang tumbuh dalam asuhan tauhid tidak akan menjadi anak yang pengecut atau penakut. Ia akan tumbuh menjadi pribadi yang tangguh — karena sejak kecil diajarkan untuk bergantung kepada Allah, bukan kepada makhluk. Maka tanamkan dalam hati anak-anak kita firman Allah:

مَا أَصَابَ مِنْ مُصِيبَةٍ إِلَّا بِإِذْنِ اللَّهِ

“Tidak ada suatu musibah pun yang menimpa seseorang kecuali dengan izin Allah.” (QS. At-Taghabun: 11)

Dan juga sabda Rasulullah shallallahu ‘alaihi wa sallam:

وَاعْلَمَنَّ أَنَّ الْأُمَّةَ لَوْ اجْتَمَعَتْ عَلَى أَنْ يَنْفَعُوكَ بِشَيْءٍ لَمْ يَنْفَعُوكَ إِلَّا بِشَيْءٍ قَدْ كَتَبَهُ اللَّهُ لَكَ، وَإِنْ اجْتَمَعُوا عَلَى أَنْ يَضُرُّوكَ بِشَيْءٍ لَمْ يَضُرُّوكَ إِلَّا بِشَيْءٍ قَدْ كَتَبَهُ اللَّهُ عَلَيْكَ.

“Ketahuilah, seandainya seluruh umat berkumpul untuk memberi manfaat kepadamu, mereka tidak akan dapat memberimu manfaat, kecuali dengan sesuatu yang telah Allah tetapkan untukmu. Dan seandainya mereka berkumpul untuk menimpakan bahaya kepadamu, mereka tidak akan dapat membahayakanmu kecuali dengan sesuatu yang telah Allah tetapkan atasmu.” (HR. at-Tirmidzi, hadits *hasan shahih*)

Halaman selanjutnya →

Jika kalimat-kalimat ini terus diperdengarkan kepada anak-anak kita, mereka akan tumbuh menjadi pribadi yang percaya diri, tegar, dan bertawakal kepada Allah. Bukan menjadi anak yang mudah takut atau putus asa.

Sebagaimana halnya kisah Abdullah bin Umar *radhiyallahu ‘anhuma*. Di usia 14 tahun, ia datang kepada Rasulullah *shallallahu ‘alaihi wa sallam* untuk ikut berperang di jalan Allah. Saat itu Perang Uhud. Nabi *shallallahu ‘alaihi wa sallam* belum mengizinkannya karena masih muda. Ketika Perang Khandaq terjadi dua tahun kemudian, barulah beliau diizinkan ikut berjihad.

Di usia yang masih belasan tahun, ia sudah memiliki keberanian menawarkan diri untuk berperang bersama kaum muslimin. Dari mana datangnya semangat dan keberanian itu?

Dari tauhid yang tertanam kuat di hatinya. Dari tawakal yang diajarkan sejak kecil — keyakinan bahwa tidak ada yang bisa memberi manfaat atau mudharat, kecuali Allah.

2. Kisah Ibunda dari Imam Al-Bukhari *rahimahumullah*

Kisah ini menjadi contoh yang sangat indah. Ketika kecil, Imam Al-Bukhari pernah kehilangan penglihatannya. Sang ibu sangat sedih, tetapi beliau tidak berputus asa. Ia terus-menerus berdoa dan merengek kepada Allah agar penglihatan putranya dikembalikan.

Doa itu tidak sia-sia Allah mengabulkannya. Penglihatan putranya kembali, dan kelak anak itu menjadi salah satu ulama terbesar dalam sejarah Islam, penyusun kitab Shahih Al-Bukhari, kitab hadits paling shahih setelah Al-Qur’an.

3. Kisah Syaikh Abdurrahman As-Sudais, Imam Masjidil Haram

Dikisahkan bahwa doa ibunya sangat berperan besar dalam perjalanan hidup beliau. Dari doa seorang ibu yang tulus, lahirlah seorang imam di masjid paling mulia di muka bumi.

Kisah-kisah ini mengajarkan bahwa doa seorang ibu yang bertauhid, yang benar-benar menggantungkan harapannya kepada Allah, bisa menjadi sebab besar datangnya keberkahan dan kemuliaan bagi anak-anaknya.

Jadikanlah Diri Kita Keluarga yang Rajin Berdoa

Ada pula seorang ibu yang dikenal memiliki anak-anak yang rajin menjaga shalatnya. Ketika ditanya rahasianya, beliau menjawab:

Aku sering membaca doa Nabi Ibrahim di dalam Al-Qur’an:

رَبِّ اجْعَلْنِي مُقِيمَ الصَّلَاةِ وَمِنْ ذُرِّيَّتِي ۖ رَبَّنَا وَتَقَبَّلْ دُعَاءِ

"Ya Tuhanku, jadikanlah aku dan sebagian anak cucuku orang yang tetap melaksanakan salat. Ya Tuhan kami, perkenankanlah doaku." (QS. Ibrāhīm: 40)

Perbandingan dengan Keluarga yang Tidak Bertauhid

Pada akhirnya, akan jelas perbedaan antara keluarga yang bertauhid dengan keluarga yang tidak bertauhid. Keluarga yang tidak bertauhid, mereka tidak memohon kepada Allah, tetapi justru berdoa kepada selain Allah, mendatangi dukun, perbuatan seperti ini adalah kesyirikan, dosa terbesar yang membatalkan iman dan Islam. Sedangkan keluarga yang bertauhid akan melakukan hal-hal sebaliknya. Mereka menjauhi kesyirikan dan mendekatkan diri kepada Allah.

Sungguh tidak dapat dipungkiri akan pentingnya peran tauhid di dalam segala aspek kehidupan, tanpa terkecuali di dalam kehidupan rumah tangga. Semoga Allah menjadikan bagi kita kekokohan dalam tauhid dan keimanan, sehingga lahirlah buah-buah manis yang dapat senantiasa dipanen dalam kehidupan rumah tangga yang kita jalani. Demikian beberapa hal yang dapat disampaikan. Semoga bermanfaat. *Hadza wallahu a’lam*.



Fiqih Talak dan Rujuk

Penulis: Ja'far Ad-Demaky
Editor: Athirah Mustadjab

Perceraian adalah terlepasnya ikatan perkawinan antara suami-istri, baik karena ungkapan talak sang suami yang disadari maupun tidak disadarinya, maupun karena gugatan sang istri melalui meja pengadilan. Dalam syariat, perceraian merupakan perkara yang diperbolehkan. Akan tetapi, selama perkawinan masih bisa dipertahankan, seharusnya perceraian dihindari. Alasannya, tak sedikit dampak negatif yang ditimbulkan akibat perceraian, baik bagi keluarga, anak-anak, maupun masyarakat secara umum.

Seluk-Beluk Talak

Talak, secara bahasa, berasal dari kata *ath-thalaq* (الطلاق) yang artinya *melepaskan*. Dikatakan طَلَقَتِ الْنَاقَةَ (unta itu lepas) yaitu bila unta itu lepas ke mana pun arah yang dikehendakinya.

Syaikh Zakaria Al-Anshari *rahimahullah* mendefinisikan *talak* sebagai berikut,

وَشَرْعًا حُلُّ عَقْدِ النِّكَاحِ بِوَجْهِ مَخْصُوصٍ

“(Adapun secara istilah syariat), talak adalah melepaskan ikatan pernikahan dengan ketentuan khusus.” (*Asnal Mathalib*, 7:103)

Hukum Talak

Syaikhul Islam Ibnu Taimiyyah *rahimahullah* berkata,

إِنَّ الْأَصْلَ فِي الطَّلَاقِ الْحُظْرُ، وَإِنَّمَا أُبِيحَ مِنْهُ قَدْرُ الْحَاجَةِ

“Sesungguhnya hukum asal perceraian/talak adalah terlarang. Talak boleh dilakukan sesuai kadar kebutuhan.” (*Majmu’ Fatawa*, 32:293)

Dalam sebuah hadits, yang diriwayatkan dari Tsauban *radhiallahu ‘anhu*, disebutkan bahwasanya Rasulullah *shallallahu ‘alaihi wasallam* menjelaskan jika seorang wanita meminta talak tanpa alasan yang

benar, hukumnya haram. Nabi *shallallahu ‘alaihi wasallam* bersabda,

أَيُّمَا امْرَأَةٍ سَأَلَتْ زَوْجَهَا طَلَاقًا فِي غَيْرِ مَا بَأْسٍ؛
فَحَرَامٌ عَلَيْهَا رَأِيحُ الْجَنَّةِ

“Wanita mana saja yang meminta kepada suaminya untuk diceraikan tanpa kondisi mendesak, maka haram baginya bau surga.” (HR. Abu Daud no. 2226 dan Tirmidzi no. 1187; dinilai *shahih* oleh Al-Albani)

Jumhur ulama berpendapat bahwasanya hukum asal talak adalah mubah, tetapi yang terbaik adalah menjauhinya dan keluar dari hukum asal dalam beberapa kondisi. (*Shahih Fiqih Sunnah*, 3:210)

Syaikh Shalih Fauzan *hafizhahullah* mengatakan, “Hukumnya berbeda satu dengan yang lainnya sesuai dengan kondisi: terkadang mubah, terkadang makruh, terkadang disunnahkan, terkadang wajib, dan terkadang haram; padanya dapat berlaku hukum yang lima.” (*Al-Mulakhash Al-Fiqhi*, hlm. 490)

Hikmah Disyariatkannya Talak

Talak disyariatkan karena di dalamnya terkandung solusi untuk menangani masalah suami-istri manakala diperlukan, khususnya ketika tidak ada keharmonisan, tiada lagi rasa cinta di antara keduanya, serta jeleknya akhlak istri yang tidak mau menaati suaminya dalam masalah kebaikan.” (*Al-Fiqh Al-Muyassar*, hlm. 313)

Hukum yang sama juga berlaku jika akhlak suami buruk, misalnya suka menganiaya dan memperlakukan istri secara tidak adil atau tidak mampu menunaikan kewajibannya. Begitupula halnya jika kedua belah pihak sama-sama bermaksiat, yang menyebabkan diperlukan adanya perceraian.

Halaman selanjutnya →

Macam-Macam Talak

A. Menurut bilangannya, talak terbagi dua, yaitu talak *raj'i* dan talak *ba'in*.

Pertama, talak *raj'i*, yaitu mentalak istri yang sudah dicampuri tanpa adanya tebusan harta (dari pihak istri), dan belum didahului dengan talak sebelumnya sama sekali atau baru didahului dengan talak satu kali. Allah *Ta'ala* berfirman,

الطَّلَاقُ مَرَّتَانٍ ۖ فَإِمْسَاكَ بِمَعْرُوفٍ أَوْ تَسْرِيحٍ
بِإِحْسَانٍ

“Talak (yang dapat dirujuk) adalah sebanyak dua kali. Setelah itu boleh rujuk lagi dengan cara yang ma'ruf atau menceraikan dengan cara yang baik.” (QS. Al-Baqarah: 229)

Dalam *Al-Wajiz fi Fiqhis Sunnah wal Kitabil 'Aziz*, hlm. 382 disebutkan bahwa jika seorang wanita ditalak *raj'i*, maka terdapat konsekuensi sebagai berikut:

- Statusnya masih sebagai istri, selama dia masih dalam masa 'iddah.
- Suami berhak untuk rujuk kapan saja ia berkehendak, selama istri masih dalam masa 'iddah.
- Tidak disyaratkan adanya keridhaan istri atau izin dari walinya atas rujuk tersebut.

Allah *Ta'ala* berfirman,

وَالْمُطَلَّاقَاتُ يَتَرَبَّصْنَ بِأَنْفُسِهِنَّ ثَلَاثَةَ قُرُوءٍ ۚ وَلَا
يَحِلُّ لَهُنَّ أَنْ يَكْتُمْنَ مَا خَلَقَ اللَّهُ فِي أَرْحَامِهِنَّ إِنْ
كُنَّ يُؤْمِنُ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ ۚ وَبُعُولَتُهُنَّ أَحَقُّ
بِرَدِّهِنَّ فِي ذَلِكَ إِنْ أَرَادُوا إِصْلَاحًا

“Wanita-wanita yang ditalak hendaklah menahan diri (menunggu) selama tiga kali *quru'*. Mereka tidak boleh menyembunyikan sesuatu yang diciptakan oleh Allah dalam rahimnya, jika mereka beriman kepada Allah dan hari akhirat. Dan suaminya berhak merujuknya dalam masa 'iddah jika mereka (para suami) itu menghendaki *ishlah*. Dan para wanita mempunyai hak yang seimbang dengan kewajibannya menurut cara yang ma'ruf.” (QS. Al-Baqarah: 228)

Kedua, talak *ba'in*, yaitu talak yang menyebabkan hubungan pernikahan terputus secara langsung dan tegas, sehingga suami tidak memiliki hak untuk merujuk istrinya kembali selama masa 'iddah. Talak *ba'in* terbagi menjadi dua:

a. Talak *ba'in shughra*, yaitu talak yang menjadikan hubungan pernikahan terputus, tetapi tetap memberi peluang bagi mantan suami dan istri untuk menikah kembali selama disertai dengan akad baru dan mahar yang sah. Talak jenis ini terjadi jika talak terjadi kurang dari tiga kali.

b. Talak *ba'in kubra* adalah bentuk talak yang lebih berat. Ia terjadi ketika suami telah menjatuhkan talak sebanyak tiga kali kepada istrinya, baik secara

terpisah maupun sekaligus. Dalam kondisi ini, Islam tidak memperkenankan suami menikahi kembali mantan istrinya, kecuali jika si istri telah menikah dengan laki-laki lain dalam pernikahan yang sah, telah berhubungan badan, lalu bercerai secara alami, dan menyelesaikan masa 'iddah dari pernikahan tersebut.

B. Dari sisi lafaznya, talak terbagi dua:

Pertama, talak *sharih*, yaitu talak yang dapat dipahami tatkala diucapkan dan tidak mengandung kemungkinan makna lain. Contoh lafaz talak yang *sharih* adalah, “*Anti muthallaqah*,” atau, “Engkau adalah wanita yang tertalak.” Demikian juga berlaku untuk setiap lafaz yang serupa dengan talak, misalnya kata “cerai”.

Jika suami mengatakan kalimat tersebut kepada istrinya, maka talak jatuh atasnya, meskipun suami melafazkannya dalam keadaan bercanda atau tanpa niat talak. Dalilnya adalah hadits Abu Hurairah radhiallahu 'anhu, bahwasanya Rasulullah *shallallahu 'alaihi wasallam* bersabda,

ثَلَاثٌ جِدُّهِنَّ جِدٌّ، وَهَزْلُهُنَّ جِدٌّ: التَّكَاحُ وَالطَّلَاقُ،
وَالرَّجْعَةُ

“Tiga hal, yang apabila diucapkan secara serius maka dinilai sah, dan apabila dikatakan secara main-main pun tetap dinilai sah: nikah, talak, dan rujuk.” (HR. Abu Daud no. 2196 dan Tirmidzi no.1184 Dinilai *hasan* oleh Syaikh Al-Albani dalam *Irwau'ul Ghalil* no. 1826)

Kedua, talak *ghairu sharih (kinayah)*, yaitu ucapan yang ambigu – antara mengandung kemungkinan talak atau tidak, misalnya, “Pulanglah ke rumah orang tuamu!”

Talak dengan lafaz *kinayah* harus disertai niat talak oleh seorang suami, tatkala dia mengucapkannya, agar talaknya dinilai sah. Hal itu disebabkan oleh lafaznya yang mengandung kemungkinan talak dan selainnya. (*Shahih Fiqhi Sunnah*, 3:228)

C. Berdasarkan langsung atau tidaknya, talak terbagi menjadi dua:

Pertama, talak *munajazah (langsung)*, yaitu suatu kalimat yang diucapkan dengan disertai niat menjatuhkan talak pada saat itu juga oleh suami yang mengucapkan lafaz talaknya, contoh, “Aku mentalakmu!” maka talaknya jatuh saat itu juga.

Kedua, talak *mu'allaqah (menggantung)*, yaitu suatu kalimat talak yang dilontarkan oleh suami kepada istrinya dengan diiringi syarat tertentu, misalnya suami berkata kepada istrinya, “Kalau kamu pergi ke rumah Fulanah, maka engkau tertalak.”

Halaman selanjutnya →

Talak semacam ini jatuh/sah jika syaratnya terpenuhi. Namun, jika suami mengucapkan syarat talak tersebut agar istri melakukan hal tertentu atau meninggalkan hal tertentu, maka ucapan tersebut tergolong sumpah. Pada kondisi itu, jika hal yang dipersyaratkan oleh suami itu tidak terjadi maka suami tidak terkena kewajiban apa pun. Sebaliknya, jika hal yang dipersyaratkan itu terjadi, dia harus membayar kafarah sumpah.” (*Al-Wajiz fi Fiqhis Sunnah wal Kitabil ‘Aziz*, hlm. 379)

D. Menurut sah atau tidaknya, talak terbagi dua,

Pertama, talak *sunni*, yaitu seorang suami menceraikan istri yang telah digaulinya dengan satu talak, dalam keadaan si istri sedang suci (tidak dalam kondisi haid), dan istri tidak digauli oleh suami pada waktu suci tersebut. Si suami berhak untuk rujuk kembali selama istri masih dalam masa ‘iddahnya yang berjangka tiga *quru*’ (tiga kali haid/tiga kali suci).

Kedua, talak *bid’i*. Nabi *shallallahu ‘alaihi wasallam* menafsirkan ayat berkenaan dengan talak *bid’i* ini, yaitu tatkala ‘Umar *radhiallahu ‘anhuma* mentalak istrinya yang sedang dalam keadaan haid, kemudian Umar bin Al-Khaththab *radhiyallahu ‘anhu* menanyakan perihal itu kepada Rasulullah *shallallahu ‘alaihi wasallam*, lalu beliau *shallallahu ‘alaihi wasallam* bersabda,

مُرَّةٌ فَلْيُرَاجِعْهَا ثُمَّ لِيُمْسِكْهَا حَتَّى تَطْهَرَ ثُمَّ تَحِيضَ ثُمَّ تَطْهَرَ ثُمَّ إِنْ شَاءَ أَمْسَكَ بَعْدُ
وَإِنْ شَاءَ طَلَّقَ قَبْلَ أَنْ يَمْسَ فَبِكَ الْعِدَّةِ الَّتِي أَمَرَ اللَّهُ أَنْ تُطَلَّقَ لَهَا النِّسَاءُ

“Perintahkan agar ia kembali pada istrinya, kemudian tetap memperistrinya hingga istrinya melalui masa suci, lalu haid, lalu suci lagi. Setelah itu, apabila ia menghendaki maka ia tetap boleh memperistrinya, atau menceraikannya sebelum dia sempat bersetubuh lagi dengannya. Itu adalah masa ‘iddah yang diperintahkan Allah untuk menceraikan istri.” (HR. Muslim no.1471)

Talak *bid’i* terbagi menjadi:

- Bid’ah terkait waktu, misalnya ketika menceraikan istri yang dalam keadaan haid, nifas, atau sudah suci dan telah disetubuhi lagi sesudah masa suci itu tetapi belum ada kejelasan mengenai hamil atau tidaknya.
- Bid’ah terkait jumlah, misalnya menjatuhkan talak-tiga dalam satu kalimat, atau menceraikan istri sebanyak tiga kali secara beruntun dalam satu majelis, seperti perkataan, “Aku ceraikan kamu! Aku ceraikan kamu! Aku ceraikan kamu!”

***) Faedah Tambahan**

- Pertanyaan: Apakah talak yang diucapkan oleh suami dalam kondisi marah tetap sah?
- Jawaban: Diriwayatkan dari Abu Hurairah dari Nabi *shallallahu ‘alaihi wasallam*; beliau *shallallahu ‘alaihi wasallam* bersabda,

كُلُّ طَلَاقٍ جَائِزٌ إِلَّا طَلَاقَ الْمَغْلُوبِ عَلَى عَقْلِهِ

“Setiap talak (yang dijatuhkan oleh suami) adalah sah, kecuali talak (oleh suami) yang tertutup akalanya.” (HR. Tirmidzi no. 1112)

Dalam hal ini, talak yang dijatuhkan suami harus memenuhi ketentuan syar’i, yaitu lengkap dalam hal rukun dan syarat-syaratnya.

Seluk-Beluk Rujuk

Secara bahasa, kata الرجعة adalah bentuk mashdar dari kata الرجوع yang artinya *kembali*. Secara syariat, rujuk adalah mengembalikan istri yang ditalak dengan talak *ba’in* ke dalam statusnya yang semula yaitu sebagai istri sah, sebelum terjadinya talak, tanpa akad baru.

Halaman selanjutnya →

Syarat Rujuk

Adapun syarat sahnya rujuk, di antaranya:

1. Talak yang terjadi kurang dari batas maksimal talak.
 - Laki-laki merdeka boleh rujuk jika mentalak kurang dari tiga kali.
 - Laki-laki budak boleh rujuk jika mentalak kurang dari dua kali.

2. Rujuk atas perceraian boleh dilakukan jika istri sudah pernah digauli oleh suaminya tersebut. Apabila istri yang ditalak tersebut belum pernah digauli, maka tidak ada rujuk bagi pasangan suami-istri tersebut. Dalilnya adalah firman Allah *Ta'ala*,

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِذَا نَكَحْتُمُ الْمُؤْمِنَاتِ ثُمَّ طَلَقْتُمُوهُنَّ مِنْ قَبْلِ أَنْ تَمْسُوهُنَّ فَمَا لَكُمْ عَلَيْهِنَّ مِنْ عِدَّةٍ تَعْتَدُونَهَا فَمَعَّوَهُنَّ وَسَرَخُوهُنَّ سَرَاحًا جَمِيلًا

“Wahai orang-orang yang beriman, apabila kamu menikahi perempuan-perempuan mukminat, kemudian kamu ceraikan mereka sebelum kamu mencampurinya, tidak ada masa ‘iddah atas mereka yang perlu kamu perhitungkan. Maka, berilah mereka *mut'ah* (pemberian) dan lepaskanlah mereka dengan cara yang sebaik-baiknya.” (QS. Al-Ahzab: 49)

3. Hendaknya talak dilakukan tanpa imbalan. Maksudnya, perempuan tidak perlu membayar kompensasi apa pun atas talak yang dijatuhkan oleh suaminya. Jika ada imbalan yang harus dia berikan pada suaminya atas talak tersebut, maka rujuk tersebut tidak halal baginya, kecuali dengan akad yang baru. Alasannya, perempuan tidak wajib memberikan imbalan (kompensasi) kepada suaminya kecuali dalam rangka menebus dirinya (agar lepas) darinya (pihak laki-laki), baik melalui *khulu'* maupun *fasakh*.

4. Hendaknya terjadi pada nikah yang sah. Adapun pada nikah yang tidak sah, tidak ada rujuk.

5. Rujuk dilakukan selama masa ‘iddah. Apabila telah lewat masa ‘iddah, menurut kesepakatan para ulama, tidak ada rujuk. Sebagaimana firman Allah *Ta'ala*,

وَبُعُولَتُهُنَّ أَحَقُّ بِرَدِّهِنَّ فِي ذَلِكَ

“Dan suami-suami mereka lebih berhak untuk kembali kepada mereka dalam (masa) itu.” (QS. Al-Baqarah: 228)

6. Rujuk ini terjadi pada talak *munajazah*. Dengan demikian, rujuk tidak terjadi pada talak *mu'allaqah*, misalnya ucapan, “Kalau terjadi demikian dan demikian, aku akan merujukmu.” (Diringkas dari *Al-Mulakhash Al-Fiqhi*, hlm. 498-499)

Cara Rujuk

Rujuk bisa terjadi dengan perkataan maupun perbuatan.

- Contoh rujuk dengan perkataan adalah ketika suami berkata, “Saya telah merujuk istriku,” atau, “Saya telah mengambilnya kembali.”
- Contoh rujuk dengan perbuatan adalah terjadi persetubuhan antara suami-istri tersebut dengan niat melakukan rujuk.

Hal yang Disunnahkan pada Rujuk

Disunnahkan untuk mendatangkan saksi dua orang yang adil ketika mentalak maupun merujuk. Kendati demikian, keduanya tetap sah meski tanpa adanya saksi. Oleh sebab itu, wanita yang ditalak *raj'i* masih berstatus istri selama dia masih dalam 'iddah. Selain itu, waktu rujuk akan berakhir jika masa 'iddah telah berakhir.

Perlu pula diperhatikan bahwa rujuk tidak membutuhkan adanya wali dan mahar, tidak pula mempersyaratkan bahwa istri ridha atas rujuk tersebut atau dia mengetahui perihal rujuk itu.

Penutup

Talak dan rujuk adalah permasalahan yang tidak bisa dipisahkan dari pembahasan rumah tangga. Calon pasangan yang hendak menikah wajib mempelajari ilmu perihal talak dan rujuk sebagaimana mereka mempelajari ilmu lain seputar pernikahan. Selain itu, pasangan yang telah menikah pun tak boleh abai dari ilmu ini; jika memang belum memahaminya, hendaknya suami maupun istri belajar agar rumah tangganya berjalan di atas pedoman yang shahih.

Demikian pembahasan yang bisa penulis ketengahkan pada edisi kali ini. Semoga menambah wawasan kita semua. *Wallahu a'lam bishshawab*.

Referensi:

- *Al-Wajiz fi Fiqhis Sunnah wal Kitabil 'Aziz*.
- *Al-Mulakhash Al-Fiqhi*.
- *Al-Fiqh Al-Muyassar*.
- *Asnal Mathalib*.
- *Majmu' Fatawa Ibnu Taimiyyah*.
- *Shahih Fiqhis Sunnah*.



Jika Harus Berpisah: Perlindungan Anak dalam Perceraian

Penulis: Hawwina Fauzia Aziz
Editor: Za Ummu Raihan

Wahai Ayah dan Bunda, Aba dan Umma, bukankah kita sepakat bahwa tidak ada orang tua yang menginginkan anak-anaknya tumbuh dalam keluarga yang berantakan? Sebagai orang tua muslim, kita pun memahami bahwa setiap pernikahan dibangun dengan cita-cita menghadirkan rumah tangga yang sakinah, mawaddah, dan rahmah, serta menghadirkan keturunan yang salih-salihah, beriman, dan bertakwa kepada Allah ‘Azza wa Jalla.

Namun terkadang, *qaddarallah*, dua orang dewasa yang dahulu bertekad untuk hidup bersama hingga akhir hayat harus berpisah karena kondisi yang tidak lagi memungkinkan untuk mempertahankan kehidupan bersama.

Pada tahap inilah ujian besar muncul; bukan hanya bagi suami dan istri, tetapi juga bagi anak-anak yang telah menjadi amanah di antara keduanya. Sebab perceraian bukan sekadar berakhirnya hubungan suami-istri, melainkan juga dimulainya tanggung jawab baru untuk menjaga fitrah anak agar tetap tumbuh dengan mental yang sehat dan iman yang kuat, apa pun situasinya.

Cerai adalah Jalan Terakhir, Bukan Pelarian

Allah ‘Azza wa Jalla berfirman,

وَأِنْ خِفْتُمْ شِقَاقَ بَيْنِهِمَا فَابْعِثُوا حَكَمًا مِّنْ أَهْلِهِ
وَحَكَمًا مِّنْ أَهْلِهَا إِنْ يُرِيدَا إِصْلَاحًا يُّوقِّقِ اللَّهُ
بَيْنَهُمَا إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلِيمًا خَبِيرًا

"Jika kamu (para wali) khawatir terjadi persengketaan di antara keduanya, utuslah seorang juru damai dari keluarga laki-laki dan seorang juru damai dari keluarga perempuan. Jika keduanya bermaksud melakukan islah (perdamaian), niscaya Allah memberi taufik kepada keduanya. Sesungguhnya Allah Maha Mengetahui lagi Maha Teliti." (QS. An-Nisa': 35)

Cukuplah ayat ini menunjukkan bahwa perceraian bukanlah pelarian dari suatu masalah, melainkan pilihan terakhir ketika semua upaya perbaikan telah ditempuh. Maka, sebelum memutuskan berpisah, sebagai orang tua hendaknya bertanya pada diri

sendiri, apakah keputusan ini sudah benar-benar matang? Apakah sudah meminta petunjuk dari Allah, atau hanya karena kelelahan dan emosi sesaat? Sebab di balik setiap keputusan, ada jiwa-jiwa kecil yang menanggung akibatnya.

Hak Anak yang Wajib Ditunaikan Kedua Orang Tua Meski telah Berpisah

1. Pendidikan dan Penjagaan yang Terbaik

Memberikan pendidikan yang baik serta menjaga anak agar tetap berada dalam ketaatan kepada Allah merupakan salah satu hak utama yang wajib dipenuhi oleh kedua orang tua. Siapa pun yang menjalankan amanah ini dengan sungguh-sungguh karena mengharap rida-Nya akan memperoleh balasan dan karunia besar dari Allah ‘Azza wa Jalla, baik di dunia maupun di akhirat, bi idznillah. Sebab, mendidik anak dengan benar dan berbuat ihsan kepada mereka adalah bagian dari amal kebaikan yang dicintai oleh Allah ‘Azza wa Jalla. Oleh karena itu, Nabi *shallallahu ‘alaihi wa sallam* mendorong umatnya untuk melaksanakan amal salih ini, yaitu mendidik dan menjaga anak-anak dengan sebaik-baik pendidikan dan penjagaan untuk mereka.^[1]

Terkait hal ini pula, sehingga beliau *shallallahu ‘alaihi wa sallam* bersabda,

من ابتلي بشيءٍ من هذه البنات، فرباهن فأحسن
تربيتهن، وأدبهن فأحسن تأديبهن إلا كنَّ له سترًا
أو حجاباً من النار

"Barang siapa yang diuji dengan sesuatu dari anak-anak perempuan ini, lalu ia membesarkan mereka dengan baik, dan mendidik mereka dengan sebaik-baiknya, melainkan mereka akan menjadi penutup atau penghalang baginya dari api neraka." (HR. Bukhari no. 1418 dan Muslim no. 2629).^[2]

Halaman selanjutnya →

Hadits ini menunjukkan besarnya keutamaan dalam mendidik dan menjaga anak perempuan. Mengapa yang disebutkan secara khusus adalah anak perempuan? Para ulama menjelaskan bahwa penyebutan tersebut bukan berarti anak laki-laki tidak memiliki keutamaan, tetapi karena anak perempuan kelak akan memegang peranan penting sebagai pendidik bagi generasinya, serta akan menjalankan berbagai kewajiban dalam rumah tangga, termasuk memenuhi hak-hak suaminya dan tugas-tugas lainnya.

Oleh sebab itu, perhatian dan pendidikan yang baik kepada anak perempuan memiliki dampak jangka panjang yang sangat besar. Akan tetapi, tentu keutamaan ini tentu juga diberikan kepada siapapun yang melakukan pendidikan dan penjagaan terhadap anak laki-laki dengan baik.^[3]

Nabi shallallahu ‘alaihi wa sallam juga bersabda,

إِذَا مَاتَ الْإِنْسَانُ انْقَطَعَ عَمَلُهُ إِلَّا مِنْ ثَلَاثَةٍ مِنْ
صَدَقَةٍ جَارِيَةٍ وَعِلْمٍ يُنْتَفَعُ بِهِ وَوَلَدٍ صَالِحٍ يَدْعُو
لَهُ

“Jika seseorang meninggal dunia, maka terputuslah amalannya kecuali tiga perkara (yaitu): sedekah jariyah, ilmu yang dimanfaatkan, atau doa anak yang salih” (HR. Muslim no. 1631)^[4]

2. Rasa Aman dan Kasih Sayang yang Tidak Berubah

Ayah dan Bunda, rumah dan kedua orang tua adalah “dunia” bagi anak-anak. Maka dari itu, tak heran jika anak-anak memiliki kepekaan yang tinggi terhadap perubahan suasana di rumah. Ketika kedua orang tua pada akhirnya memutuskan untuk berpisah, mungkin anak belum mengerti apa yang sebenarnya telah terjadi di antara ayah dan ibunya. Akan tetapi, anak-anak dapat merasakan kehilangan, kebingungan, dan kecemasan^[5], jika mereka tidak dibimbing dengan baik dalam melewati fase tersebut.

Anak yang tumbuh dalam keluarga yang tidak lagi utuh mungkin saja merasakan kecemasan, takut ditinggalkan, menurunnya kepercayaan diri, serta berbagai perasaan negatif lainnya. Namun, perceraian tidak serta-merta membuat seorang anak menjadi “broken”. Sesungguhnya yang paling sering melukai anak bukanlah perpisahan itu sendiri, tetapi cara kedua orang tua bersikap dan menjalani kehidupan setelah perceraian terjadi. Dengan cara yang benar dan penuh tanggung jawab, anak tetap dapat tumbuh sehat secara emosional dan tetap memiliki kekuatan mental.

Peran pola asuh pasca perceraian sangat menentukan kesejahteraan emosional anak. Pola asuh otoritatif yang ditandai dengan kehangatan, komunikasi terbuka, dan kontrol yang proporsional mampu membantu anak menghadapi situasi perubahan dengan lebih adaptif (Koenig & Vaisarova, 2022). Sebaliknya, pola asuh otoriter, permisif, maupun abai cenderung menimbulkan ketidakstabilan emosional dan perasaan kehilangan dukungan. Dukungan sosial dari orang tua maupun keluarga

besar terbukti berperan sebagai faktor protektif terhadap dampak negatif perceraian (Kolodziej-Zaleska & Przybyla-Basista, 2016). Anak yang memiliki sistem dukungan sosial yang kuat akan lebih mampu mengembangkan ketahanan psikologis dan hubungan sosial yang sehat di masa depan.^[6]

Anak membutuhkan kepastian bahwa ia tetap dicintai oleh kedua orang tuanya meskipun tidak lagi tinggal bersama. Rasa aman itu dapat terjaga melalui komunikasi yang sehat dan perhatian yang konsisten dari keduanya. Karena itu, jangan menghalangi anak untuk bertemu ayah atau ibunya tanpa alasan syar’i. Biarkan ia tumbuh dengan kasih sayang yang utuh dari kedua orang tuanya, sebab kehilangan salah satu figur dapat berdampak panjang terhadap perkembangan kepribadiannya hingga ia dewasa.

3. Tidak Menyeret Anak dalam Konflik atau Menjadikannya Sebagai Pelampiasan

Salah satu kekeliruan besar yang kerap terjadi setelah perceraian adalah menjadikan anak sebagai tempat melampiaskan rasa sakit. Anak disuguhi cerita negatif tentang salah satu orang tua, dijauhkan dari salah satu pihak, atau dijadikan ajang pembuktian siapa yang lebih pantas dicintai. Padahal, setiap anak berhak mencintai ayah dan ibunya tanpa tekanan.

Berpisah dengan cara yang baik berarti menjaga kehormatan satu sama lain, tidak membuka aib, tidak menanamkan kebencian, dan tidak menjadikan anak sebagai saksi yang terluka oleh konflik orang tuanya. Cara orang tua menghadapi perpisahan akan menjadi pelajaran penting bagi anak: tentang bagaimana bersikap dewasa, berlapang dada, serta menjaga adab ketika menghadapi konflik apa pun di masa depannya.

Allah ‘Azza wa Jalla berfirman,

وَسَرِّحُوهُمْ سَرَاحًا جَمِيلًا

“..dan lepaskanlah mereka dengan cara yang sebaik-baiknya.” (QS. Al-Ahzab: 49)

4. Tetap Menunaikan Nafkah dan Mencukupi Kebutuhannya

Ketika orang tua berpisah, hal pertama yang harus dijaga di hadapan anak adalah akhlak. Jika setelah berpisah kedua orang tua tetap mampu saling menghormati, tidak saling menjatuhkan, serta menunaikan hak-hak sesuai syariat (termasuk kewajiban nafkah dari ayah dan kasih sayang dari keduanya) maka anak dapat tetap tumbuh dengan rasa aman. Bahkan, dengan izin Allah, ia bisa merasa tercukupi tanpa merasakan kekurangan apa pun.. Perihal ini, Rasulullah shallallahu ‘alaihi wa sallam juga sudah memberi peringatan kepada para ayah, beliau shallallahu ‘alaihi wa sallam bersabda,

Halaman selanjutnya →

كفى بالمرء إثماً أن يضيع من يقوت

“Seseorang dianggap melakukan dosa, jika dia menyia-nyiakan orang yang orang yang wajib dia nafkahi.” (HR. Abu Daud no. 1692, dinilai sahih oleh Syaib al-Arnauth)^[7]

Selain dalam aspek materi, bentuk penelantaran juga mencakup kurangnya kasih sayang, perhatian, dan kehadiran orang tua. Karena itu, dalam syariat Islam, perceraian tidak berarti bebas dari tanggung jawab. Anak tetap menjadi amanah yang harus dijaga, dan hak-haknya tetap wajib dipenuhi oleh kedua orang tua sepanjang hidup mereka.

Dalam Al-Mughni, disebutkan bahwa Imam Ibnul Mundzir *rahimahullah* mengatakan, “Ulama yang kami ketahui sepakat bahwa seorang lelaki wajib menanggung nafkah anak-anaknya yang masih kecil, yang tidak memiliki harta. Karena anak seseorang adalah darah dagingnya, dia bagian dari orang tuanya. Sebagaimana dia berkewajiban memberi nafkah untuk dirinya dan keluarganya, dia juga berkewajiban memberi nafkah untuk darah dagingnya.”^[8]

Menghadirkan Rida Allah dalam Bingkai Perpisahan

Perceraian mungkin menutup satu pintu dalam kehidupan sebuah keluarga, yaitu pintu “kebersamaan”. Namun, hal itu tidak berarti menutup kesempatan untuk meraih rida Allah ‘Azza wa Jalla. Orang tua yang mampu menjaga akhlak dan adab, menunaikan hak serta tanggung jawab, dan tetap melindungi fitrah anak meskipun telah berpisah, insyaallah tetap termasuk orang tua yang berhasil di sisi Rabb-nya ‘Azza wa Jalla.

Dengan memberikan pendidikan agama, bimbingan, dan penjagaan yang baik, anak-anak akan memahami bahwa kehidupan tidak selalu berjalan sesuai harapan. Akan tetapi Allah selalu Maha Bijaksana dalam setiap ketetapan-Nya. Melalui tarbiyah yang benar, *insyaallah* anak akan belajar bersabar, berbaik sangka kepada Allah, serta mensyukuri berbagai nikmat lain yang Allah anugerahkan kepada mereka.

Setelah perceraian, orang tua hendaknya membimbing anak untuk tetap mencintai ayah dan ibunya sebagai bentuk *birrul-walidayn*. Dengan menunaikan hak-hak anak sebagaimana telah disebutkan, insyaallah mereka dapat tumbuh menjadi pribadi yang berbakti, penuh kasih sayang, dan meraih kesuksesan di dunia maupun akhirat, *bi idznillah*.

Semoga Allah ‘Azza wa Jalla menguatkan hati, langkah, dan sikap setiap orang tua agar tetap bijaksana, serta menjadikan setiap keluarga baik yang utuh maupun yang telah berpisah sebagai tempat tumbuhnya anak-anak yang beriman, tangguh, salih, dan bertakwa kepada Rabb mereka.

Referensi:

1. Al-Qur’anul Karim.
2. Muslim, Imam. *Shahih Muslim*. Maktabah Syamilah.
3. Abu Dawud, Imam. *Sunan Abi Dawud*. Maktabah Syamilah.
4. Ibnu Qudamah, Imam. *Al-Mughni*. Maktabah Syamilah.
5. Asy-Syinqithy, Muhammad bin Muhammad al-Mukhtar. *Fiqhul Ushrah*. Diakses melalui: <https://shamela.ws>
6. Ningrum, A., dkk. (2025). “Pola Asuh Orang Tua terhadap Anak Pasca Perceraian.” *Jurnal Kesehatan Keluarga dan Pendidikan*, 12(2). <https://doi.org/10.21009/JKKP.122.05>

Tidak Ada Pasangan yang Sempurna

Penulis: Abu Ady

Editor: Yum Roni Askosendra, Lc., M. A.

Khotbah Pertama

الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي جَعَلَ الزَّوْاجَ سَكِينَةً لِلْقُلُوبِ، وَرَحْمَةً لِلرُّوحِ، وَمَوَدَّةً بَيْنَ الْأَزْوَاجِ. نَحْمَدُهُ سُبْحَانَهُ عَلَى النُّعْمَةِ الزَّوْجِيَّةِ الَّتِي بِهَا تَسْتَقِرُّ الْحَيَاةُ، وَبِهَا تُحْفَظُ الْأَنْسَابُ، وَتَكْثُرُ الْأُمَمُ الْمُحَمَّدِيَّةُ. نَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ، وَنَشْهَدُ أَنَّ مُحَمَّدًا عَبْدُهُ وَرَسُولُهُ، صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَعَلَى آلِهِ وَصَحْبِهِ وَمَنْ تَبِعَهُمْ بِإِحْسَانٍ إِلَى يَوْمِ الدِّينِ.

أَمَّا بَعْدُ، فَيَا أَيُّهَا النَّاسُ، أَوْصِيكُمْ وَنَفْسِي بِتَقْوَى اللَّهِ، فَإِنَّهَا زَادُ الْمُتَّقِينَ وَسَبَبُ السَّعَادَةِ فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ.

Jamaah shalat Jum'at *rahimakumullah*.

Nikmat pernikahan merupakan nikmat terbesar Allah *Ta'ala* untuk hamba-Nya, karena pernikahan bukan sekadar penyatuan dua fisik manusia, tetapi penyatuan dua jiwa yang berbeda agar saling melengkapi untuk meraih kebahagiaan di dunia dan akhirat. Dalam rumah tangga, Allah mengajarkan kita makna sabar, syukur dan saling menerima pasangan. Allah *Ta'ala* berfirman,

وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً ۚ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ

“Dan di antara tanda-tanda kekuasaan-Nya ialah Dia menciptakan untukmu pasangan dari jenismu sendiri agar kamu merasa tenteram kepadanya, dan Dia menjadikan di antaramu rasa kasih dan sayang. Sungguh, pada yang demikian itu terdapat tanda-tanda bagi kaum yang berpikir.” (QS. Ar-Rum: 21)

Allah *Ta'ala* menjelaskan bahwa sumber ketentraman dan kebahagiaan bukanlah kesempurnaan pasangan, melainkan rasa kasih dan sayang yang Allah tanamkan dalam hati suami dan istri. Oleh karena itu, wahai hamba Allah, jika engkau telah diberi pasangan, ketahuilah itu adalah nikmat besar. Mungkin tidak sempurna, tapi ia adalah takdir hidup yang Allah *Ta'ala* pilihkan dan titipkan untukmu. Jadikanlah sebagai pasangan yang harus dicinta dan disayang agar kalian berdua mencapai tujuan yang diinginkan dalam pernikahan yang telah ditunaikan.

Jamaah shalat Jum'at *rahimakumullah*.

Betapa banyak rumah tangga yang hancur bukan karena adanya kesalahan, tetapi karena ketidakmampuan menerima kekurangan kecil dari pasangannya sendiri. Ada suami yang menuntut istri tanpa menyadari tuntutan itu mustahil untuk dipenuhi. Ada istri yang menuntut suami tanpa memahami keadaan suaminya. Padahal Rasulullah *shalallahu 'alaihi wasallam* telah memberikan arahan untuk umatnya dalam sabda yang berbunyi,

لَا يَفْرَكَ مُؤْمِنٌ مُؤْمِنَةً، إِنْ كَرِهَ مِنْهَا خُلُقًا رَضِيَ مِنْهَا آخَرَ

“Janganlah seorang mukmin membenci seorang mukminah. Jika ia tidak menyukai satu perangnya, ia akan ridha dengan sifatnya yang lain.” (HR. Muslim nomor 1469)

Imam An-Nawawi menjelaskan makna hadis ini. Hendaknya seorang suami tidak membenci istrinya. Sebab, jika ia mendapati pada istrinya satu akhlak yang tidak ia sukai, pasti ia juga akan menemukan akhlak lain yang ia ridhai, misalnya istri memiliki sifat keras, tetapi ia adalah wanita yang taat beragama, ia wanita yang cantik, seorang yang menjaga kehormatan, lembut kepada suaminya, atau sifat baik lainnya. (*Al-Minhaj* 10/58)

Halaman selanjutnya →

Ini adalah kunci penting untuk kelanggengan rumah tangga. Jangan jadikan satu kekurangan menutupi seribu kelebihan. Lihatlah sisi baiknya, sebagaimana engkau juga ingin dilihat dari sisi baikmu. Rumah tangga yang baik adalah tentang sikap menjadi pasangan yang saling menutupi kekurangan dan saling memperbaiki diri untuk meraih kebahagiaan di dunia dan akhirat.

Jamaah shalat Jum'at *rahimakumullah*.

Ketahuiilah bahwa setiap kekurangan yang engkau temui pada pasanganmu adalah ujian keimanan untukmu. Mengharapkan rumah tangga tanpa ujian dan kekurangan adalah sebuah kemustahilan yang tidak akan pernah tercapai. Syukurilah apa yang engkau dapatkan dari pasanganmu agar Allah tambah nikmat-Nya untuk dirimu dan keluargamu. Allah *Ta'ala* berfirman,

لَئِنْ شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ

“Jika kalian bersyukur, niscaya Aku akan menambah (nikmat) kalian.” (QS. Ibrahim: 7)

Adapun kekurangan yang ada pasanganmu, bersabarlah menghadapinya karena Rasulullah *shalallahu ‘alaihi wasallam* bersabda,

إِنَّ الْمَرْأَةَ خُلِقَتْ مِنْ ضِلْعٍ لَنْ تَسْتَقِيمَ لَكَ عَلَى طَرِيقَةٍ، فَإِنْ اسْتَمْتَعْتَ بِهَا اسْتَمْتَعْتَ بِهَا وَبِهَا عَوْجٌ، وَإِنْ ذَهَبَتْ ثَقِيمُهَا كَسَرَتْهَا وَكَسَرُهَا طَلَاقُهَا

“Sesungguhnya wanita diciptakan dari tulang rusuk. Ia tidak akan bisa lurus denganmu dalam segala hal. Jika engkau ingin menikmati kebersamaan dengannya, nikmatilah dia sebagaimana adanya, meskipun padanya ada kekurangan. Namun jika engkau berusaha meluruskannya secara paksa, engkau akan mematahkannya dan mematahkannya berarti menceraikannya.” (HR. Muslim, nomor 1468)

Imam An-Nawawi berkata, “Dalam hadis ini terdapat anjuran untuk memperlakukan wanita dengan lemah lembut, berbuat baik kepada mereka, bersabar terhadap kekurangan akhlak mereka, menerima kelemahan akal mereka, membenci sikap menceraikan mereka tanpa alasan, serta memahami bahwa tidak mungkin mereka menjadi sempurna sepenuhnya. *Wallahu a’lam*.” (Al-Minhaj 10/57)

Bila seorang suami menemukan kekurangan pada istrinya, ia jangan tergesa-gesa berpisah dengannya, sebab bisa jadi apa yang tidak ia sukai itu mengandung banyak kebaikan. Sebagaimana Allah *Ta’ala* berfirman,

فَإِنْ كَرِهْتُمُوهُمْ فَعَسَى أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئًا وَيَجْعَلَ اللَّهُ فِيهِ خَيْرًا كَثِيرًا

“Kemudian bila kamu tidak menyukai mereka, (maka bersabarlah) karena mungkin kamu tidak menyukai sesuatu, padahal Allah menjadikan padanya kebaikan yang banyak.” (QS. An-Nisa: 19)

Syaikh As-Sa’di berkata, wahai para suami, kalian hendaknya tetap mempertahankan istri-istri kalian meskipun kalian membenci mereka, karena di dalam hal itu terdapat banyak kebaikan. Di antaranya adalah melaksanakan perintah Allah dan menerima wasiat-Nya yang mengandung kebahagiaan dunia dan akhirat.

Termasuk dalam hal ini adalah memaksa diri untuk bersabar, meskipun tidak mencintai istri, merupakan bentuk mujahadah (usaha) bagi jiwamu dan berakhlak dengan akhlak mulia. Bisa jadi kebencian itu hilang dan berganti dengan cinta, sebagaimana hal ini sering terjadi. Bisa jadi Allah memberi dari istri tersebut seorang anak yang shalih yang memberi manfaat bagi kedua orang tuanya di dunia dan akhirat. Semua ini berlaku selama masih memungkinkan untuk mempertahankan pernikahan dan tidak membahayakan. Namun, jika perpisahan sudah tidak bisa dihindari dan tidak ada tempat lagi untuk mempertahankannya, maka mempertahankan pernikahan tidaklah wajib. (*Tafsir As Sa’di*, 154)

Halaman selanjutnya →

Jamaah shalat Jum'at *rahimakumullah*.

Cinta dalam berumah tangga bukan tentang sempurna, tetapi tentang saling menyempurnakan. Maka jangan jadikan rumah tangga sebagai ajang siapa yang menang dan lebih hebat dari yang lain, tetapi bagaimana setiap pasangan bisa menerima kekurangan pasangannya dan mudah memaafkan. Sebab, cinta sejati tumbuh dari dua jiwa yang saling merendah, bukan saling menundukkan.

Khutbah Kedua

الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي جَعَلَ الْمَوَدَّةَ بَيْنَ الْأَزْوَاجِ، وَالْجَلَمَ سَبَبًا لِسَعَادَةِ الْحَيَاةِ، وَالْعَفْوَ دَرَجَةً مِنْ دَرَجَاتِ الْمُتَّقِينَ. أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ، وَأَشْهَدُ أَنَّ مُحَمَّدًا عَبْدُهُ وَرَسُولُهُ

Jamaah shalat Jum'at *rahimakumullah*.

Rumah tangga adalah amanah besar dalam kehidupan kita. Allah *Ta'ala* tidak menuntut kita memiliki pasangan tanpa cela, tetapi menuntut kita untuk saling memperbaiki dengan iman dan cinta. Ketika dua insan saling bersabar dan bersyukur, rumah mereka akan menjadi surga untuk mereka di dunia sebelum memasuki surga yang sesungguhnya di akhirat.

Maka, wahai para suami dan istri, jangan berhenti untuk saling memahami. Jangan cepat berkata, “Kita sudah tidak cocok lagi,” tapi berusaha untuk menerima kekurangan pasanganmu dan perbaiki kesalahan secara bersama. Terkadang, masalah bukan pada pasanganmu, tetapi pada hatimu yang kurang sabar atau pada sudut pandangmu yang selalu saja mencari kekurangan istri.

Di akhir khutbah ini, mari kita bershalawat untuk Nabi Muhammad *shalallahu ‘alaihi wasallam* dan kita lanjutkan dengan doa untuk diri kita dan seluruh kaum muslimin. Tak lupa, kita doakan para pemimpin kita agar diberi petunjuk oleh Allah *Subhanahu wa Ta'ala*, dimudahkan dalam mengurus urusan umat dan diberi kemampuan untuk menegakkan keadilan serta menjaga kemaslahatan rakyat.

اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِ مُحَمَّدٍ، كَمَا صَلَّيْتَ عَلَى إِبْرَاهِيمَ وَعَلَى آلِ إِبْرَاهِيمَ، إِنَّكَ حَمِيدٌ مَجِيدٌ، اللَّهُمَّ بَارِكْ عَلَى مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِ مُحَمَّدٍ، كَمَا بَارَكْتَ عَلَى إِبْرَاهِيمَ وَعَلَى آلِ إِبْرَاهِيمَ، إِنَّكَ حَمِيدٌ مَجِيدٌ

اللَّهُمَّ أَصْلِحْ لَنَا دِينَنَا الَّذِي هُوَ عِصْمَةُ أَمْرِنَا، وَأَصْلِحْ لَنَا دُنْيَانَا الَّتِي فِيهَا مَعَاشُنَا، وَأَصْلِحْ لَنَا آخِرَتَنَا الَّتِي إِلَيْهَا مَعَادُنَا

اللَّهُمَّ اجْعَلْ بُيُوتَنَا سَكِينَةً وَمَوَدَّةً وَرَحْمَةً، اللَّهُمَّ بَارِكْ لَنَا فِي أَزْوَاجِنَا وَذُرِّيَّاتِنَا وَاجْعَلْنَا مِنْ عِبَادِكَ الصَّالِحِينَ الشَّاكِرِينَ الصَّابِرِينَ

اللَّهُمَّ لَا تَجْعَلْ لِلشَّيْطَانِ نَصِيبًا فِي بُيُوتِنَا وَلَا فِي قُلُوبِنَا، اللَّهُمَّ اجْعَلْنَا مِنْ أَهْلِ الْجَنَّةِ بِرَحْمَتِكَ يَا أَرْحَمَ الرَّاحِمِينَ
آمِينَ يَا رَبَّ الْعَالَمِينَ

أَقُولُ قَوْلِي هَذَا وَأَسْتَغْفِرُ اللَّهَ لِي وَلَكُمْ، فَاسْتَغْفِرُوهُ، إِنَّهُ هُوَ الْعَفُورُ الرَّحِيمُ

Referensi

- *Tafsir As Sa'di*, Syaikh As-Sa'di, Dar Ibn Hazm, Beirut, cetakan pertama, tahun 2003.
- Sahih Muslim, Imam Muslim, *Al-Maktabah Asy-Syamilah*.
- Al-Minhaj, Imam Nawawi, *Al-Maktabah Asy-Syamilah*.



Kekompakan Keluarga Abu Dahdah dalam Ketaatan

Penulis: Azhar Abi Usamah

Editor: Athirah Mustadjab

Setiap orang memiliki panutan yang dapat dijadikan teladan dalam hidup. Darinya, ia mendapat inspirasi dan contoh nyata. Termasuk di dalamnya keteladanan dalam kehidupan rumah tangga kaum muslimin yang pada akhir-akhir ini banyak sekali terlihat mengalami masalah dan ketimpangan di sana-sini. Dimulai dari maraknya praktik *nusyuz* antara suami dan istri, hingga ketidakpahaman terhadap tujuan dilakukannya pernikahan itu sendiri. Oleh karena itu, kita perlu membaca acuan konkret, untuk mengaktualisasikan nilai-nilai ajaran Islam dalam kehidupan rumah tangga, dari kisah generasi terbaik umat ini.

Di antara kisah yang layak dijadikan sebagai teladan kekompakan kehidupan rumah tangga dalam hal ketaatan ialah keluarga Abu Dahdah Al-Anshari *radhiyallahu 'anhu*.

Namanya ialah Tsabit bin Dahdah bin Nu'aim Al-Anshari. *Abu Dahdah* nama panggilannya, Madinah asalnya. Dia termasuk salah satu sahabat Anshar yang pertama kali beriman dengan risalah yang dibawa oleh Nabi *shallallahu 'alaihi wa sallam*. Istrinya biasa dipanggil dengan sebutan *Ummu Dahdah*.

Disebutkan dalam sebuah kesempatan, Abu Dahdah ikut serta dalam Perang Uhud yang fenomenal. Ketika kaum kafir telah berhasil membalikkan keadaan atas kaum muslimin, sebagian sahabat lari dari kancah pertempuran. Sebagian lagi melindungi Rasul. Abu Dahdah yang mendengar desas-desus dari pihak lawan, bahwa Rasulullah telah terbunuh, mencoba mengingatkan cita-cita awal kaum muslimin agar mereka tak melemah, “Wahai orang-orang Anshar, jika Muhammad benar-benar terbunuh, sesungguhnya Allah adalah Yang Maha Hidup dan tak pernah mati! Karena itu, berjuanglah demi membela

agama kalian!” Saat mengucapkannya, tubuh Abu Dahdah juga sudah terluka parah.

Abu Dahdah adalah seorang pejuang sekaligus dermawan. Tidak mengherankan sama sekali karena ia terdidik oleh madrasah Nabi yang secara nyata mencontohkan hal itu semua. Sepeninggal Rasulullah, para sahabat adalah orang-orang yang paling bersemangat mencontoh nilai-nilai yang ditanamkan dalam pembelajaran beliau. Mereka semua benar-benar telah mencerminkan gambaran sekumpulan yang telah berjanji kepada Allah *Ta'ala* untuk membeli akhirat dengan dunia yang mereka miliki.

Rasanya tepat sekali ungkapan, “Jodoh itu akan sejiwa,” tercermin seutuhnya saat melihat kehidupan keluarga Abu Dahdah. Mereka tahu bahwa tujuan pernikahan adalah untuk mencari ridha Allah *Ta'ala* dan saling menguatkan dalam ketaatan. Secara otomatis, pasti akan ada banyak halangan dan rintangan di sepanjang jalannya. Namun, justru dari banyaknya rintangan itulah, tatkala sepasang insan menghadapinya bersama sembari mengharapakan pahala, maka momen perjuangan itu 'kan menjejakkan memori indah.

Disebutkan oleh banyak ulama sejarah, ahli tafsir, serta para penulis biografi mengenai kekompakan Abu Dahdah dan Ummu Dahdah. Siluetnya tergambarkan dalam firman Allah *Ta'ala*,

مَنْ ذَا الَّذِي يُقْرِضُ اللَّهَ قَرْضًا حَسَنًا فَيُضَاعِفَهُ لَهُ أَضْعَافًا كَثِيرَةً وَاللَّهُ يَقْبِضُ وَيَبْسُطُ وَإِلَيْهِ تُرْجَعُونَ

“Siapakah yang mau memberi pinjaman kepada Allah, pinjaman yang baik (menafkahkan hartanya di jalan Allah), Allah akan melipatgandakan pembayaran kepadanya dengan lipat ganda yang banyak. Dan Allah

Halaman selanjutnya →

Sewaktu ayat di atas turun, hampir semua ahli tafsir menyebutkan kejadian yang dialami oleh Abu Dahdah *radhiyallahu 'anhu* berkenaan dengan ayat itu. Disebutkan bahwa suatu ketika ada seorang sahabat sedang membuat pagar untuk kebun kurmanya. Di tengah-tengah pembangunan, ia terhalangi oleh kurma milik sahabat lainnya. Ketika sahabat pemilik kurma diminta kesediaannya untuk mengikhlaskan pohonnya, ternyata ia menolak untuk memberikan kurmanya. Sahabat yang membangun pagar itu lalu mengadu kepada Rasulullah, “Wahai Rasulullah, sesungguhnya si Fulan memiliki pohon kurma, sedangkan aku ingin membangun pagar di sana. Mohon perintahkan kepadanya agar ia sudi memberikan kurma itu padaku sehingga aku bisa membangun pagarku.” Rasulullah berkata pada sahabat pemilik kurma, “Berikanlah pohon itu untuknya, kau akan mendapat gantinya di surga!” Namun, ternyata sahabat itu pun tetap menolak. Itu manusiawi, sama seperti perbuatan sebagian kita saat ini.

Ketika Abu Dahdah mendengar kejadian itu, ia teringat dengan firman Allah dalam surah Al-Baqarah ayat 245 di atas. Dirinya mendatangi Rasulullah seraya berkata, “Wahai Rasulullah, apakah Allah menginginkan pinjaman dari kita, padahal Dia Maha Kaya dan tidak butuh pinjaman?” Rasulullah menjawab, “Duhai, Abu Dahdah. Allah ingin memasukkan kalian ke dalam surga dengan pinjaman itu.” Abu Dahdah menyahut, “Jika demikian, berikanlah tanganmu, wahai Nabi!” Rasul pun menjulurkan tangan beliau dan Abu Dahdah berikrar, “Sesungguhnya jika aku telah meminjamkan bagi Allah sebuah pinjaman, apakah Dia akan menjamin diriku serta putraku bisa hidup bersama sekeluarga di surga?” “Ya,” jawab Nabi. Abu Dahdah melanjutkan, “Sesungguhnya aku memiliki dua kebun. Kebun pertama di daerah rendah, sedangkan yang kedua di tempat yang lebih tinggi. Demi Allah, aku tidak lagi memiliki selain dari keduanya. (Mulai saat ini) aku berikan untuk Allah *Ta’ala*.” Rasulullah lalu memberikan arahan yang lebih bijak, “Tidak. Berikanlah satu kebun untuk Allah, sedangkan yang lainnya kau gunakan untuk menafkahi dirimu serta keluargamu.” Setelah itu, Abu Dahdah meralat akadnya, “Maka demi Allah, persaksikanlah, wahai Nabi, bahwa aku telah menjadikan kebun terbaikku untuk Allah *Ta’ala*. Kebun itu berisi 600 batang pohon kurma.” Rasulullah berucap bangga disertai haru kepada sahabatnya itu, “Jika demikian, Allah pasti akan memberikan balasan surga buatmu!”

Abu Dahdah pulang dengan bahagia, lantaran ia telah meminjamkan kebunnya dengan surga. Pertama kali ia pergi ke kebun yang dia sedekahkan, sebelum pulang ke rumah. Dia tahu di sana ada anak dan istrinya yang belum tahu tentang peristiwa menggembirakan ini. Abu Dahdah sangat yakin bahwa anak dan istrinya pasti akan mendukung keputusan

yang telah dia ambil. Belum sampai memasuki kebun itu, Abu Dahdah sudah tak sabar memanggil istrinya yang ada di dalam, “Ummu Dahdah! Ummu Dahdah!” Istrinya dengan bersegera menjawab panggilan akrab itu, “Iya, suamiku!”

“Keluirlah sekarang! Aku sudah meminjamkan (menyedekahkan) kebun yang berisi 600 pohon kurma ini untuk Allah ‘Azza wa Jalla!” ujar Abu Dahdah dengan gembira.

Sesuai prediksi kita bersama, jawaban istri shalihah tersebut bagaikan gayung bersambut, “Semoga Allah memberkahimu dan hal yang engkau beli.” Setelah itu Ummu Dahdah menyenandungkan syair berisi kebahagiaan atas limpahan rezeki berupa kurma dan suami yang shalih. Tak lupa, Ummu Dahdah juga menyuruh anak mereka untuk memuntahkan kurma yang belum selesai dikunyah juga mengeluarkan buah kurma yang disimpan di dalam bajunya. Kebahagiaan itu berlangsung hingga mereka semua sampai ke kebun kurma yang lain.

Ini bukan kegilaan. Ini juga bukan cerita fiksi yang kerap dijadikan bahan hiburan. Namun, ini adalah iman yang diperindah dengan ketaatan, yang kian indah tatkala dipraktikkan oleh suami-istri yang memiliki hasrat manusiawi, tetapi memilih untuk mengenyampingkannya demi ridha Ilahi. Seindah apa pun perkumpulan di dunia, masih lebih indah lagi jikalau itu terjadi di surga.

Abu Dahdah wafat setelah Perang Uhud akibat luka yang beliau derita. Ada juga yang mengatakan, bahwa Abu Dahdah wafat setelah Perjanjian Hudaibiyah tahun 6 Hijriah. Semoga Allah meridhai Abu Dahdah sekeluarga dan membimbing kita semua untuk bisa meniru sirahnya. Amin.

Referensi:

- *Tafsir Ibnu Katsir*. Al-Maktabah Asy-Syamilah.
- *Tafsir Al-Qurthubi*. Al-Maktabah Asy-Syamilah.
- Al-Maktabah Asy-Syamilah. Al-Maktabah Asy-Syamilah.
- *Al-Ishabah fi Tamyiz Ash-Shahabah*. Al-Maktabah Asy-Syamilah.



Pagi Bapak-Bapak: Antara Kopi, Ibadah, dan Amanah

Reporter: Ridzky Aditya Saputra
Redaktur : Hilyatul Fitriyah

Pagi itu datang lagi. Langit masih basah oleh sisa hujan semalam, tatkala Irfan menyapu wajahnya dengan selimut. Sayup-sayup ia mendengar suara adzan Subuh berkumandang. Menandakan hari baru telah dimulai. Setelah berwudhu dan memakai gamis, ia pun membuka pintu rumahnya. Aroma bekas hujan yang menyatu dengan aspal, menjadi perpaduan sempurna. Rasa kantuknya hilang bersamaan dengan langkah kaki yang menerobos jalanan becek itu.

Setibanya di masjid, ia sudah disambut pemandangan menakjubkan. Ada kakek tua yang sedang shalat qobliyah subuh di shaf pertama. Ada pula seorang ayah muda yang baru datang dengan berbonceng tiga di atas motornya. Tak ketinggalan gelak tawa bocah kecil yang berlarian di atas karpet masjid. "Dunia begitu sibuk. Luar biasa Allah mengatur aktivitas di pagi ini," Irfan bergumam.

Bagi para bapak seperti Irfan, pagi hari bukanlah sekadar rutinitas. Ia merupakan lembaran baru yang menuliskan tentang kehidupan, tanggung jawab, dan ibadah dalam satu tarikan napas. Jika ia mau, Irfan bisa tetap menarik selimut hangatnya seperti sebagian orang meninggalkan sholat Subuhnya. Bila berkehendak, ia pun bisa saja sholat di rumah untuk sekadar menuntaskan kewajibannya. Namun, Irfan memilih untuk ikut terlibat dalam hiruk-pikuk pagi yang mulai bising dengan suara knalpot kendaraan.

Di Balik Secangkir Kopi Hangat

Jam di tangannya menunjukkan pukul 05.12 WIB. Sembari mengaduk gelas kopinya, Irfan mengetuk pintu kamar Tiara, putrinya yang berusia 7 tahun. "Nak, sudah sholat Subuh?" tanya Irfan pelan. Tiara pun menjawab, "Alhamdulillah sudah Abi, tadi berjamaah dengan Umi."

Sebenarnya Irfan sudah tahu, rutinitas sholat berjamaah istrinya dan sang putri tercintanya, Tiara. Namun, pertanyaan itu selalu disampaikan berulang, agar buah hatinya tahu betapa pentingnya perkara sholat. Gelas kopinya masih hangat. Aromanya menyebar menerobos pintu dapur. "Umi sedang apa? Ada yang perlu Abi bantu?" ucap Irfan sembari menatap istrinya yang sibuk memasak. Sang istri pun mengangguk, menandakan butuh bantuan Irfan dalam menuntaskan pekerjaan rumahnya.

Pagi itu terasa lebih dingin dari biasanya. Embun malam yang menyatu dengan sisa gerimis membuat tangan Irfan reflek bersedekap. Ia sudah selesai membantu istrinya mencuci piring dan menyiapkan sarapan. Ia juga telah memastikan keluarganya untuk tak ketinggalan berdzikir pagi. Kini Irfan memantik starter motornya untuk dipanaskan, sembari meletakkan gelas kopinya yang tinggal separuh di meja teras.

[Halaman selanjutnya →](#)

Sambil menunggu putrinya siap berangkat sekolah, pikiran Irfan mulai menerawang jadwal kegiatannya hari ini. Di hadapannya sudah ada bayang-bayang hari itu sejak pagi hingga pulang bekerja. Bagi sebagian orang, pagi hari mungkin hanyalah sebuah rutinitas. Tapi bagi para bapak, pagi adalah momen paling sakral. Dia adalah titik dimulainya putaran waktu bersama keluarga yang tidak akan pernah bisa kembali.

Antara Amanah dan Ibadah

Sembari menarik gas motornya, Irfan berpamitan dengan sang istri, "Abi berangkat dulu ya Mi, jaga diri di rumah. Doakan Abi ya." Anggukan istrinya, mengisyaratkan sebuah harapan sekaligus tawakalnya kepada Allah, agar Irfan dapat kembali pulang.

Pagi itu, kajian Ustadz Nuzul Dzikri ia dengarkan melalui *earbud* kecil di telinga kirinya. Menurutny, macet Jakarta terlalu "sadis" untuk sekadar dilalui sambil melamun di atas motor. "Supaya perjalanan *enggak* terasa lama, saya suka setel kajian atau murottal pas naik motor. Ceramah umum saja. Yang penting *enggak* jenuh dengan macet, dan pastinya diniatkan ibadah menambah ilmu supaya berpahala," ungkap Irfan.

Tiga puluh menit berlalu, ia sampai ke sebuah kios parfum. Sudah tiga tahun terakhir, Irfan berikhtiar mencari rezeki lewat usaha parfum dekat sebuah pasar. Pintu teralis digeser, Irfan memasukinya sambil mengucapkan salam. Waktu menunjukkan pukul 08.45 WIB, kios itu 15 menit lagi harus buka. "Allahu akbar," Irfan membuka dua rakaat Sholat Dhuha.

Empat rakaat Dhuha sudah rutin ia lakukan selama setahun terakhir. Sebagian besar, dikerjakan di tempat usahanya sebelum waktu buka. Ia meyakini, amalan sederhana ini dapat membuka pintu keberkahan dari usaha parfumnya. Jika tidak berlebih, namun pasti tercukupi.

"Saya meyakini Sholat Dhuha ini 'membawa keberkahan rezeki'. Entah kenapa, sejak rutin setahun terakhir, saya *enggak* pernah merasakan kekurangan. Pasti cukup, pasti," santri ARN 220 ini yakin menjawab.

Menjalani Pagi dengan Tenang

Pagi yang sama di Kota Bandung. Ketika waktu *syuruq* menyapa Iqbal dan keluarganya. Mereka duduk melingkar di meja makan. Di hadapan Iqbal ada istrinya, Farah, serta dua buah hatinya, Uwais dan Rumaysho. Mereka bercengkerama sembari sarapan. Sebelum kesibukan datang untuk memisahkan mereka pagi itu.

"Pah, Ruma jorok tuh. Ambil makanan yang jatuh barusan terus langsung dimakan," kata si sulung Uwais. Rumaysho berdecak kesal. Dia merasa apa yang dilakukan sudah benar. "Adek Ruma sudah benar, kata Nabi Muhammad, kalau ada makanan yang jatuh, kita bersihkan lalu makan saja. Ini sunnah," Iqbal menengahi.

Ruma pun menghentak sendoknya ke piring. Mengisyaratkan ia sedang di atas kebenaran, "Tuhkan. Weeek aku benar." Keributan kecil itu terhenti ketika suara ponsel Iqbal berdering cukup keras. Sebuah pesan singkat masuk dari rekan kerjanya. "Jangan lupa bawa dokumen Pak Adi, tadi kamu ditanyain di grup. Tapi kayaknya belum baca ya?" bunyi isi pesan tersebut.

Iqbal sontak bergegas mengecek ulang ke meja kerja. Ia memasukkan beberapa lembar kertas ke dalam tas, dan bersiap pergi bekerja. "Yuk, anak-anak kita berangkat, sudah siap semua?" seru Iqbal sembari mengambil kunci mobilnya.

[Halaman selanjutnya →](#)

Ketenangan pagi bukan berarti tanpa wara-wiri. Ia hadir di tengah-tengah kesibukan untuk mencairkan dinginnya batasan antara anak dan orangtua. Seorang bapak mungkin lelah dan tergesa, tapi di balik itu semua ada sebuah niat yang kokoh: menjadi sosok pelindung keluarga dan pengemban amanah dari Allah 'Azza wa Jalla.

Tips Memulai Pagi

Dari kisah Irfan dan Iqbal, dua bapak-bapak muda, terbingkai banyak pelajaran berharga. Bahwasanya, dunia begitu sibuk namun tidak berarti melalaikan. Ada banyak upaya yang bisa dilakukan agar dunia kita bernilai akhirat. Tidak sulit, tetapi perlu sedikit usaha meraihnya.

Bagi Irfan, memulai pagi sama seperti memasuki wahana bermain Dufan atau Disneyland. Kita akan menghadapi keriuhan dan antrean. Namun, ada sebuah akses VIP yang bisa diperoleh tanpa antre, tanpa lelah dan hanya sedikit usaha.

"Memulai pagi yang indah itu bagi saya adalah Sholat Subuh berjamaah ke masjid. Kalau subuh dan qobliyah subuhnya aman, rasanya akan lebih mudah melalui hari. Ibarat masuk Dufan atau Disneyland kita itu jalur super VIP kalau sudah Sholat Subuh berjamaah. Sebaliknya, kalau subuhnya telat atau berantakan, hari itu rasanya jadi berat dan terjal," ujarnya.

"Oh iya, jangan lupa kopi hangat, doa istri dan anak. Pahitnya rasa kopi hilang, tiap kali melihat senyuman mereka, *mood booster* banget," Irfan menambahkan.

Pun begitu dengan Iqbal. Menurutnya, memulai pagi dengan hati berbinar dapat memberi efek positif pada ibadah maupun pekerjaan. Selain itu, *quality time* bersama keluarga di meja makan selama 10 menit, mampu menumbuhkan kenangan hingga sepuluh tahun ke depan.

"*Bounding* dengan keluarga itu penting. Makan bareng sebelum aktivitas kerja atau sekolah, itu menjadi penyemangat ketika kita mau memulai hari yang terasa berat," kata Iqbal.

"Dan usahakan juga jangan marah di pagi hari. Walau kadang kita lihat anak atau istri yang tidak sesuai, coba tahan jangan marah. Kalau sudah marah pagi, duh, efek negatifnya bisa melekat sampai sehabis penuh," ia mengakhiri.

Tangan Bekerja, Hati Beribadah

Pagi memang selalu kembali, namun ia tidak pernah sama. Setiap hari para bapak akan memulainya dengan niat dan hati yang penuh harap akan keberkahan. Karena di balik setiap pagi yang sibuk, ada jutaan bapak yang sedang menjemput cintanya Allah lewat sebuah tanggung jawab. Ada tangan yang bekerja, tetapi juga hati yang beribadah. Tak lupa, di sana pula, ada doa-doa dari para istri yang terucap lirih di setiap kepergianmu di pagi hari dan menanti menyambutmu dengan raut bahagia di sore hari.

Semoga Allah 'Azza wa Jalla memudahkan langkahmu untuk menjemput rezeki yang baik dan halal, wahai Sang Qowwam. Engkaulah penjaga pagi dan pengemban amanah keluarga.



Ibu, Saatnya Jadikan *Me Time*-mu berpahala!

Reporter: Loly Syahrul
Redaktur : Hilyatul Fitriyah

Seorang ibu mempunyai peran sentral dalam biduk rumah tangga, di mana kesibukannya lebih banyak untuk mengurus keperluan anak-anak, suami, dan rumah. Bagi para ibu, mengurus rumah tangga bukan sekadar aktivitas fisik, tetapi juga pengabdian yang melibatkan seluruh jiwa.

Bayangkan, seharian penuh seorang ibu menjalani rutinitas tanpa henti. Tentu semua itu menguras energi. Tidak jarang, rutinitas yang padat membuat para ibu mengalami kelelahan fisik maupun psikis.

***Me Time* : Rehat yang Penuh Makna**

Setelah menjalankan peran yang begitu luas sepanjang hari, banyak ibu merasakan perlunya jeda kecil untuk memulihkan tenaga. Ukhtuna Mari, santriwati HSI Angkatan 212, mengaku membutuhkan jeda istirahat itu atau yang kini populer disebut *me time*.

Ketika diwawancarai Majalah HSI, ia menuturkan, “Ana kalau sudah lelah di rumah, rasanya butuh *me time*. Dan tidur adalah *me time* paling efektif bagi ana, karena setelah bangun tidur, badan segar dan pikiran kembali jernih.”

Tampaknya ini bukan suara hati satu orang ibu saja, karena tentu kaum perempuan banyak yang setuju.

Istilah *me time* tentu tidak asing terdengar. Istilah tersebut senantiasa dihubungkan dengan kegiatan yang dapat memperbaharui kesehatan fisik dan mental. Waktu bersendirian tersebut biasanya dilakukan untuk merelaksasi jiwa dari kejenuhan akibat rutinitas yang menumpuk.

Me time sejatinya dibutuhkan setiap jiwa. *Me time* bukanlah sebuah pelarian akan tetapi jalan keluar berkualitas yang dibutuhkan sebagai cara ampuh mengembalikan energi yang hilang.

Lelah Menjadi Sinyal Untuk Istirahat

Majalah HSI berkesempatan mewawancarai beberapa santriwati mengenai *me time*-nya para ibu. Kebanyakan mereka sepakat bahwa rasa lelah sejatinya adalah sinyal bahwa tubuh membutuhkan istirahat. “Kadang jeda dibutuhkan bukan saja untuk mengembalikan kekuatan secara fisik, akan tetapi juga mengembalikan kesegaran pikiran,” Ukhtuna Dewi santriwati Angkatan 231 menegaskan.

Jeda bukan tanda kelemahan. Ini adalah hal manusiawi yang bisa dirasakan oleh siapa saja. Kita

tidak perlu memaksakan diri untuk tetap melakukan sesuatu jika badan sudah menunjukkan tanda-tanda kelelahan.

Namun, sayangnya para ibu umumnya hanya fokus mengabdikan tenaga dan waktunya untuk keluarga, sampai-sampai lupa mengurus diri. Ibarat lilin yang menerangi sekitar, tapi apinya membakar tubuh sendiri hingga habis.

Padahal Rasulullah *Shallallaahu ‘alaihi wassallam* berpesan bahwa, “Tubuhmu punya hak atasmu” (HR.Bukhari)^[1]. Jadi kita harus peka terhadap sinyal-sinyal yang ditunjukkan oleh tubuh ketika sudah mulai lelah, sebelum terlambat.

***Me Time* dalam Berbagai Versi**

Sebagian besar menginterpretasikan *me time* persis makna per katanya yakni memanfaatkan waktu untuk diri sendiri. Akan tetapi, ternyata artinya tidak harus selalu bersendirian.

Ukhtuna Evi, santriwati Angkatan 222, memberikan pendapat. “Buat ana, *me time* adalah ketika ana keluar dari kegiatan rutin mengurus rumah. Misalnya, kadang ana bertemu dengan teman-teman yang sefrekuensi,” ungkapnya. “Kami bisa berbincang apa saja. Ini adalah *booster* yang membebaskan ana dari kelelahan mengurus rumah tangga dan mengembalikan kejernihan pikiran,” sambungnya. “Kadang hal ini malah meningkatkan motivasi ana untuk selalu bersyukur kepada Allah *Subhanahu wa ta’ala* dan bertekad untuk mengurus rumah tangga lebih baik lagi,” pungkas Ukhtuna Evi sejurus kemudian.

Lain halnya dengan Ukhtuna Martini yang lebih memilih mengisi *me time*-nya dengan kegiatan menyulam. “Menyulam membuat ana merasa produktif. Di dalam menyulam ada ketenangan,” ungkap santri Angkatan 221 tersebut.

Adalagi *me time* yang multi faedah karena selain memperhatikan kesehatan jiwa juga berdampak kepada kesehatan fisik, “*Me time* ana adalah ketika olahraga lari. Selama lari itulah ana bisa fokus ke diri ana sendiri,” tutur Ukhtuna Fera.

Halaman selanjutnya →

Tampaknya Ukhtuna Fera bukan sekedar berolahraga lari, tetapi ia mengaku kerap sembari berdzikir. “Kadang sambil dzikir pagi jika dilakukan di pagi hari, atau sambil dzikir petang jika ana lari di sore hari,” imbuhnya. Pantas saja ia menemukan ketenangan, mungkin dari hati yang senantiasa diupayakan terhubung dengan Rabbul ‘alamin.

Memang tidak ada standar baku dalam melakukan *me time*. Semua subjektif alias kembali pada pilihan masing-masing. Selama bisa menenangkan hati dan tidak melalaikan dari kewajiban kita sebagai hamba-Nya, *me time* sah-sah saja menjadi sarana positif menyalurkan kegiatan yang dilakukan.

Saat *Me Time* Jadi Pelarian

Me time bisa menjadi waktu luang yang berkah jika dipergunakan sebagai sarana untuk mendukung ibadah kepada Sang Khalik. Misalnya dengan meniatkan *me time* untuk *recharge* energi agar tubuh kembali segar dan bugar menjalankan aktivitas-aktivitas ibadah dan segala yang Allah ridhoi.

Akan tetapi sebaliknya, *me time* bisa berubah menjadi malapetaka jika kita lalai dari mengingat Allah atau kita pergunakan untuk melakukan kegiatan yang bertentangan dengan syari'at. *Me time* rentan menjadi *wasting time* alias aktivitas membuang-buang waktu kalau seperti itu kondisinya.

Beberapa santri berbagi pengalaman. “Pernah ana niatnya mau rehat sebentar, tapi malah keasyikan nonton film sampai lupa waktu. Sesaat rasanya seperti hilang rasa lelah, tapi setelah dirasa, sebenarnya mata dan badan ikut capek dan yang paling *nggak* enak adalah rasa sesudahnya. *Nyesel banget* sudah membuang-buang waktu sia-sia,” sesal Ukhtuna Fitri, santriwati Angkatan 201.

“Yang sering *nggak* ada rem kalau sudah *me time* jalan dengan teman-teman. Ujungnya menghabiskan waktu sampai setengah hari karena nuruti teman ingin ke sana, ingin ke sini, dan tidak enak mau nolak,” ujar Ukhtuna Linda. Warga Jakarta Barat ini berbagi pengalamannya sekaligus tips. Menurutnya, sekarang ia memilih menyepakati lebih dulu dengan para sahabat jika ingin keluar jalan-jalan bersama. “Saya ajak teman-teman janji dulu, mau kemana, *ngapain*, dan pulang jam berapa. Agar jelas agendanya dan tidak berlarut-larut,” tuturnya.

Sejatinya, *me time* yang benar adalah yang dapat mengembalikan kesegaran badan, yang mampu menyalurkan energi baru, dan menjadikan hati penuh semangat. Bukan menjadikan hati justru lalai atau badan lelah sesudahnya.

Tips *Me Time* Berpahala

Bagaimanapun *me time* adalah salah satu ikhtiar para ibu dalam mengisi waktu istirahat dengan kegiatan yang bermanfaat. Tips awal yang paling jitu adalah memulai dengan meluruskan niat hanya karena Allah. Dengan meniatkan *me time* demi memperbaharui energi untuk ibadah, *insyaallah*, ini bernilai pahala.

Selanjutnya, dalam *me time* kita harus tetap memperhatikan batasan waktu yang telah dibuat agar tidak kebablasan hingga meninggalkan kewajiban. Sebagai muslim, kita harus bisa mengelola waktu menjadi produktif. Bila perlu, kita bisa menggunakan alarm untuk mengingat diri.

Hal yang tak kalah penting adalah memilih jenis kegiatan dalam *me time*. Pilih yang sekiranya benar-benar dapat menjernihkan pikiran. Bersendirian di rumah, sekadar berbaring di kamar, sambil mendengar murotal atau kajian, bisa jadi efektif mengusir penat, *biidznillah*.

Melakukan *journaling* mungkin bisa jadi alternatif pilihan. Selain menata buku jurnal yang cantik akan menyegarkan pikiran, kegiatan *journaling* bisa menjadi penakar kegiatan sehari-hari. Ada-tidaknya kemajuan yang berhasil kita capai, dapat kita ukur melalui kegiatan *journaling*.

Me time juga bisa menjadi momen refleksi diri agar kita menjadi ibu yang lebih baik dalam keluarga dan tentu agar menjadi hamba-Nya yang lebih taat.

Kita tidak perlu merasa bersalah telah jeda sejenak dari kegiatan rutin dengan mengambil *me time* untuk istirahat bagi kepentingan sendiri. Karena ibu yang beristirahat sejenak dari penatnya kegiatan sehari-hari dengan niat *lillah*, demi Allah, *insyaallah*, akan kembali berjuang melakukan kegiatan dengan hati lebih lapang.

Ibu dengan hati lapang, akan mampu menjalankan aktivitas untuk keluarga dengan lebih ringan *biidznillah*. Mudah-mudahan semua agenda ibu terlaksana dengan baik serta membawa ketentraman dalam keluarga.



Gadget Bukan Segalanya: Asyiknya Hidup Nyata Tanpa Lupa Dunia Maya

Reporter: Dian Soekotjo
Editor : Hilyatul Fitriyah

Pernah *nggak sih*, kamu keasyikan main gadget sampai lupa waktu dan segalanya? *Scroll* media sosial, nonton video, atau main *game* rasanya seru banget, ya. Sekarang memang hampir semua hal bisa dilakukan lewat si layar tipis. Mulai dari belajar, ngobrol, bahkan *ngaji* pun bisa *online*. Wajar kalau gadget jadi “*bestie*” bagi banyak anak dan remaja.

Tapi, pernah terpikir tidak, kalau hidup itu *nggak* cuma soal layar, notifikasi, dan validasi teman? Ada dunia nyata yang jauh lebih seru, riil, penuh warna, dan bisa bikin hati lebih tenang.

Nah, banyak teman santri HSI yang punya cerita menarik soal ini. Mereka tetap meleak teknologi, tapi juga tahu cara menikmati dunia nyata tanpa terus-menerus *nempel* sama gadget.

Saat Layar Jadi Teman

Tak bisa dipungkiri, dunia digital membuat segalanya seperti terasa lebih mudah. Mau cari jawaban tugas? Tinggal *googling*. Mau ngobrol? Tinggal chat. Mau tahu apa yang lagi viral? *Scroll* aja medsos.

“Bener banget! Ana lumayan sering cari resep di internet,” ujar Shifa, santri HSI angkatan 242 yang sekarang duduk di kelas XI atau tahun kedua SMA. Remaja asal Bandung ini hobi *banget* masak. “Banyak makanan viral di medsos yang *pengen* dicobain. Kadang nemu tips dan trik masak yang lucu-lucu juga,” tuturnya lewat *chat* WhatsApp.

“Yep, aku lumayan sering pegang gadget sih, Kak. Soalnya dipakai buat ngobrol sama teman-teman,” cerita Auliasya, santri yang baru setahun belajar di HSI. Siswi kelas IX asal Depok ini menambahkan, “Soalnya seru aja, bisa *chat* kapan pun. Kadang ngobrolnya *nggak* selesai-selesai.”

Sementara ukhtuna Saffana dari Bogor, punya juga pengalaman serupa. Santri Angkatan 251 itu mengaku pernah kelamaan main HP hingga berlarut-larut tanpa tahu waktu. “Pernah banget. Apalagi saat sedang asyik nonton video-video pendek, atau baca cerita. Kadang waktu terasa sangat cepat dan menyesal di akhir,” ujarnya pada Majalah HSI.

Ada lagi Arini dari Bandung, mengaku paling suka baca novel online atau nonton YouTube. Meskipun sebenarnya ia sadar yang dilakukannya kurang manfaat. “Sering banget ngerasa terlalu lama main hp. Terkadang sadar buang-buang waktu,” sebutnya.

[Halaman selanjutnya →](#)

Padahal, waktu yang dihabiskan untuk menatap layar (*screen time*) yang berlebih saat bermain HP, akan berdampak negatif terhadap kehidupan seperti membuat kita melewatkan banyak momen berharga, meskipun kadang kelihatannya sederhana atau sepele. Lupa nyapa Abi atau Umi yang lewat di depan kamar, *nggak* ada waktu ngobrol sama mereka, *nggak* bantuin di dapur, *nggak* ada waktu bantu rapikan rumah sampai orang tua harus capek beresin rumah sendirian, atau cuek sama saudara, misalnya *nyuekin* adik yang *pengen* diajak main demi bisa main HP.

Kadang bilang, “Sebentar Bu, Adek mau istirahat dulu,” tapi ternyata malah main HP di kamar sampai larut malam. Mata *udah* dibuat lelah seharian, tapi masih juga dipaksa menatap layar. Niatnya cuma lima menit lagi, tahu-tahu sudah tengah malam.

Rasulullah *Shallallahu'alaihi wasallam* pernah bersabda bahwa ada dua nikmat yang banyak manusia tertipu karenanya, yaitu kesehatan dan waktu luang. Ini sebuah hadits shahih riwayat Imam Al Bukhari. Kelamaan main hp, alih-alih bisa memasukkan kita ke dalam golongan yang tertipu ini... Ngeri.. *naudzubillahi min dzalik*.

Coba deh kita renungkan. Keasyikan di dunia maya ternyata rentan bikin kita lupa sama dunia nyata yang harusnya kita perjuangkan mati-matian. Betul *nggak*?

Asyiknya Dunia Nyata

Nggak bisa disangkal, gadget dan internet juga punya banyak manfaat. Tapi kalau terlalu sibuk sendiri di depan layar, kita bisa kehilangan dunia nyata kita. Lebih parahnya kita bisa jadi anti sosial sama lingkungan di sekitar kita.

Coba deh taruh sejenak HP kita. Luangkan waktu untuk ngobrol langsung sama teman, pasti akan beda rasanya daripada lewat chat. Atau kalau sedang bosan, pilih olahraga daripada main game. Bisa lari, jalan santai, naik sepeda, atau coba olahraga yang disukai Rasulullah *Shallallahu 'alaihi wasallam* seperti memanah, berkuda, atau berenang. Badan makin sehat, *biidznillah*, pikiran segar, dan tidur pun lebih nyenyak.

Ilham yang sekarang duduk di kelas XI, seratus persen setuju gantiin main game dengan olahraga. “Valid! Mending futsal,” katanya waktu disuruh memilih antara sejam buat *nge-game* atau sejam buat main futsal. Santri yang sudah dua tahun belajar di HSI ini sempat kecanduan satu *game* tertentu. Tapi sejak pindah rumah dan tinggal bersebelahan dengan lapangan futsal, Ilham malah kecanduan futsal.

“Sederhana itu... Tapi kata Bunda, itu cara Allah mengalihkan saya dari kebiasaan buruk,” ujarnya. Kata Ilham, Sang Bunda ternyata memang rajin mendoakan agar dirinya berhenti dari kecanduan *game*. Alhamdulillah, doa seorang ibu mustajab. Allah kabulkan dengan cara sederhana *nggak* terduga.

Selain olahraga, banyak kegiatan seru lain yang bisa dilakukan tanpa gadget. Misalnya masak seperti yang dilakukan Shifa, berkebun, baca buku, merajut, atau belajar berbagai bahasa seperti yang Arini lakukan. Kalau kamu suka kegiatan sosial, bisa *banget* bikin komunitas bareng teman-teman untuk hal-hal positif. Jadi pemuda masjid yang rajin bantu kebersihan, atau *bikin* gerakan peduli lingkungan. Itu keren banget dan lebih bermanfaat buat sesama pastinya. Kegiatan seperti itu bukan cuma *bikin* hati kita senang, tapi juga bisa jadi ladang pahala dari amalan orang-orang yang *ngikutin* ajakan kebaikan kalian.

Belajar Bijak di Era Digital

Zaman sekarang, hidup tanpa gadget hampir mustahil kelihatannya. Tapi bukan gadgetnya yang salah. Cara kita memakainya yang perlu dijaga. Bijak di era digital berarti bisa menggunakan teknologi tanpa dikuasai olehnya.

Kalau lagi cari konten video, pilih yang bermanfaat, bukan cuma asal viral. Kalau lagi main medsos, ikuti akun yang menambah ilmu, bukan yang bikin lalai. Dan yang paling penting, jangan lupa waktu dan kewajiban kita.

Rayhan, salah satu santri HSI yang sudah kelas X, mengaku dulu sering banget main game. Tapi setelah ikut kajian tentang kematian yang pasti datang, hari kebangkitan, dan hari perhitungan, ia mulai mengatur diri. “Sekarang aku pakai HP cuma buat hal penting aja, kaya ngerjain tugas sekolah atau jaga hafalan Al-Qur'an,” katanya.

Halaman selanjutnya →

Rayhan memang sempat belajar di pesantren, tapi hanya setahun dan sekarang belajar di sebuah SMA Negeri. Dari pesantren itu juga, Rayhan mulai menghafal Al-Qur'an. Sempat berhenti waktu ia keluar pesantren. Atas izin Allah kini Rayhan semangat lagi muraja'ah dan nambah hafalan. Alhamdulillah, ia sudah punya hafalan 12 juz sekarang.

Saffana yang dari Bogor tadi dan sekarang sedang siap-siap daftar ke LIPIA Jakarta, punya cara jitu supaya *nggak* kecanduan gadget. "Cara sederhana untuk tidak kecanduan hp menurut aku itu membuat jadwal penggunaan hp dan pembatasan sehari itu hanya boleh berapa jam pemakaian. Kemudian menyibukkan diri dengan hal-hal yang disukai di luar hp, yang bermanfaat," ungkapnya.

Sedangkan Auliasya, yang dulu hampir *nggak* bisa lepas dari HP, sekarang mulai mengurangi *screen time*. "Jadi sempat bantuin Umi *packing* gamis untuk dikirim," katanya. Ia bahkan dapat uang jajan tambahan karena bantu bisnis gamis milik Uminya. Kata Auliasya, Uminya menjanjikan uang jajan ekstra kalau ia mau ngurangin main hp dan bantu jualan gamis. Seru, kan?

Gadget Itu Teman, Bukan Tuan

Gadget cuma alat bantu dan bukan pengatur hidup. Kalau setiap beberapa menit kita buka HP, artinya tanpa sadar kita sudah memberi kendali waktu ke gadget. Padahal seharusnya, kita yang mengatur kapan waktunya ibadah, belajar, bermain, beristirahat, atau pegang gadget.

Shifa punya cara unik buat mengatur waktu penggunaan gadget. "Aku kasih batas sendiri. Kalau udah lewat jam sembilan malam, HP aku simpen. Jadi bisa tidur lebih cepat dan bangun lebih segar," katanya. Awalnya susah, tapi lama-lama malah terbiasa. Waktu terasa lebih panjang, hati juga lebih tenang kata Shifa.

Sementara Raya, santri Angkatan 242 yang sekarang sekolah di kelas XI di Subang, tegas menjawab, "Manajemen waktu." Menurutnya itu kunci agar pemakaian gadget terkendali. Ia nambahin, "Gunakan gadget untuk hal bermanfaat karena dunia kita bukan cuma gadget. Luangkan waktu dengan orang lain, menikmati alam, dan melakukan kegiatan positif lainnya."

Gadget bisa jadi teman terbaik kalau kita tahu batasannya. Dengan bijak menggunakan teknologi, kita bisa tetap produktif tanpa kehilangan kendali diri. Pada akhirnya, gadget memang penting dan menyenangkan, tapi bukan segalanya. Kebahagiaan sejati bukan datang dari *like*, *view*, atau notifikasi, tapi dari ketaatan, hati yang khusyu, dan waktu yang bermanfaat. Yuk, seimbangkan dunia maya dan dunia nyata, biar kalian jadi generasi muda yang bukan hanya cerdas digital, tapi juga beradab, berilmu, serta utamanya dekat dengan Allah. *Baarakallahu fiikum*.



Tanya Jawab

Bersama Al-Ustadz
Dr. Abdullah Roy, M.A. hafidzahullāh



01.



Assalamu’alaikum, Ustadz. bagaimana berprasangka baik kepada Allah ketika kita diberi suami yang tidak mampu memimpin anak dan istrinya untuk beribadah kepada Allah? Sebenarnya sudah dinasihati, namun belum ada perubahan. Mohon nasihatnya, Ustadz.

Jawab:

Ini pertanyaan yang bagus. Bagaimana cara kita berhusnudzan kepada Allah ketika pasangan hidup kita belum istiqamah shalatnya, belum disiplin, atau masih banyak melakukan kemaksiatan?

Bentuk husnudzan kepada Allah adalah meyakini bahwa Allah ingin membuka pintu dakwah bagi pasangan kita, membuka pintu nasihat, serta memberi kesempatan kepada kita untuk beramal ma’ruf nahi mungkar. Allah ingin memberikan pahala dakwah di jalan-Nya, serta pahala kesabaran dalam proses tersebut.

Husnudzan lainnya adalah meyakini bahwa suatu saat Allah akan memberikan hidayah kepada pasangan kita. Banyak kejadian seperti ini, misalnya seseorang bekerja bertahun-tahun di tempat yang haram. Pasangannya tidak pernah putus menasihati, hingga akhirnya ia berkata, “Kami lebih sabar hidup miskin daripada engkau berada di sana dan memberi kami uang yang banyak.” Pada akhirnya, pasangan itu pun meninggalkan pekerjaan yang haram.

Maka perbanyaklah berhusnudzan kepada Allah. Semoga ini menjadi jalan dakwah bagi kita. *Allahu a’lam*.

02.

Assalamu’alaikum. Beberapa tahun lalu ada anak perempuan yang kabur dari rumah dan menikah dengan lelaki non-muslim, sedangkan seluruh keluarganya tidak meridainya apalagi Allah. Ketika kami hendak membawanya kembali kepada keluarganya, ia menolak dan mengancam akan bunuh diri. Bagaimana nasib kedua orang tuanya di akhirat kelak?

Halaman selanjutnya →



Jawab:

Sebagai orang tua, kita harus melakukan kewajiban kita. Apabila hal ini sudah terjadi, maka kita berusaha semaksimal mungkin untuk mengembalikan anak tersebut. Alasannya karena ia menikah dengan cara yang tidak sah, yaitu menikah dengan orang kafir dan tanpa wali.

Kita memberi nasihat agar ia kembali kepada Islam. Berikan harapan bahwa jika ia kembali, dosa-dosanya akan diampuni oleh Allah. Sampaikan ancaman bahwa jika ia tetap dalam kekafirannya, maka kehidupan yang sengsara akan ia hadapi di dunia dan akhirat.

Berikan nasihat dengan cara yang baik dan penuh kesabaran, berbicara dari hati ke hati, serta iringi dengan doa agar Allah mengembalikan anak tersebut ke dalam Islam. *Allahu a'lam.*

03.

Assalamu'alaikum. Bagaimana jika Allah menakdirkan saya tidak menikah? Mohon nasihatnya, Ustadz.

Jawab:

Jodoh akan datang jika memang sudah ditulis oleh Allah *'Azza wa Jalla*. Jika takdirnya seseorang tidak mendapat jodoh, yang penting ia sudah berusaha. Ketika ia berdoa meminta jodoh, ia tetap mendapatkan pahala.

Yakinlah bahwa dalam setiap takdir Allah terdapat kebaikan. Masuk surga tidak disyaratkan seseorang harus menikah.

Mungkin di antara hikmahnya, dengan tidak menikah ia bisa lebih fokus beribadah kepada Allah *'Azza wa jalla*. Bisa jadi setelah menikah, ia justru menjadi lalai. Maka tetaplah berhusnudzan kepada Allah jika hal itu terjadi. *Allahu a'lam.*

04.

Assalamu'alaikum. Sebagai ibu rumah tangga, mana yang harus didahulukan antara olahraga, mengurus anak, atau beribadah kepada Allah?

Jawab:

Insya Allah semuanya bisa dijamak. Tidak ada pertentangan antara hal-hal tersebut. Kita tetap dapat mendidik anak, mengurus rumah tangga, sekaligus menyisihkan waktu untuk berolahraga.

Orang yang diberi taufik adalah orang yang dituntun oleh Allah *'Azza wa Jalla*. Buatlah jadwal untuk membagi waktu: untuk anak, olahraga, menuntut ilmu, dan ibadah. Semuanya bisa diatur. Semoga Allah memudahkan. *Allahu a'lam.*



Berlabuh Bersama Ilmu

Reporter: Loly Syahrul
Editor: Hilyatul Fitriyah

Tak ada yang tahu di mana dan kapan takdir Allah mempertemukan dua hati yang saling mencari. Kadang pertemuan itu tampak begitu sederhana, tanpa isyarat apa pun. Namun, justru menjadi awal dari takdir yang luhur. Jodoh misalnya, hanya Allah yang Maha Mengetahui kapan dan bagaimana ia akan terwujud.

Allah Ta'ala berfirman,

وَمِنْ ءَايَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا
لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً

“Dan di antara tanda-tanda (kebesaran)-Nya ialah Dia menciptakan untukmu pasangan-pasangan dari jenismu sendiri supaya kamu cenderung dan merasa tenteram kepadanya, dan dijadikan-Nya di antara kamu rasa kasih dan sayang.” [QS. Ar-Rum: 21]

Akhuna Rachmat dan Ukhtuna Nita tak pernah menyangka bahwa keputusan sederhana untuk belajar tauhid di HSI akan menjadi titik awal yang mengantarkan ke gerbang pernikahan mereka. Pada bulan Desember tahun lalu, menjadi momen yang tak akan pernah terlupa, keduanya pun resmi menjadi sepasang suami istri. Dari yang awalnya sama-sama menuntut ilmu di HSI, kini mereka belajar bersama dan melangkah seiring dalam ikatan yang suci.

Belajar Bersama, Tumbuh Bersama

Sejak awal, keduanya sepakat bahwa ilmu adalah fondasi utama dalam membangun keluarga. Rumah tangga bagi mereka bukan sekadar tempat bernaung, melainkan ladang untuk terus saling mengingatkan dalam kebaikan serta mengumpulkan bekal di akhirat kelak. Itulah sebabnya, setelah menikah, Akh Rachmat dan Ukh Nita tidak lantas berhenti menuntut ilmu. Mereka tetap aktif belajar di HSI bahkan rajin menghadiri berbagai daurah.

Meski mengaku lebih sering belajar sendiri-sendiri, semangat keduanya tidak pernah surut. Justru, pernikahan menjadi penyemangat baru agar kobaran bara api menimba ilmu tak padam. “Masih sendiri-sendiri dan jarang kerja sama muraja’ah. Pernah

sharing catatan, tapi biasanya setelah kajian,” ujar Akh Rachmat.

Ukhtuna Nita menambahkan, “Iya, kami memang lebih sering belajar masing-masing. Kadang saling mengingatkan, tapi untuk *sharing* catatan itu biasanya setelah kajian atau habis ikut daurah bareng.”

Bagi keduanya, belajar bersama pasangan adalah kenikmatan tersendiri. “Setuju, karena makin semangat, juga tambah senang. Ke mana-mana ada barengannya, dan bisa jadi topik pembahasan saat berdua,” kata Akh Rachmat.

“Setuju banget,” sambung Ukh Nita. “Belajar bareng bikin semangat, jadi lebih bahagia juga. Kalau ada yang belum paham, bisa saling bantu. Jadi sama-sama belajar, yang satu mungkin sudah tahu, yang lain kurang paham, jadi saling melengkapi dan begitu sebaliknya,” sambungnya kemudian.

Ketika salah satu merasa lelah atau kehilangan semangat dalam belajar, ternyata pernikahan mereka menghadirkan pasangan yang siap menjadi penguat. Ketika ditanya apa ada saat-saat futur hingga malas menuntut ilmu, Akhuna Rachmat dan Ukhtuna Nita menceritakan pengalamannya. “Ada, ketika ana sedang down, istri mengingatkan dan memotivasi dengan sihir halal, yaitu rayuan,” seloroh Akh Rachmat.

Ukhtuna Nita tak mau kalah. Ia menimpali, “Kalau ana lagi malas belajar, suami suka mengingatkan, bahkan ngajak belajar bareng biar ikut termotivasi juga. Kadang dirayu, ditanya mau apa, nanti dibeliin. Siapa yang bisa nolak? Selain dapat sesuatu, jadi ikut senang dan semangat lagi.”

Di balik canda mereka, tersimpan kesungguhan untuk saling bahu-membahu menjaga bara ilmu agar tetap berkobar dalam kehidupan mereka. Rutinitas halaqah, kajian, dan belajar menjadi jembatan yang mempererat kebersamaan mereka dalam menimba ilmu.

[Halaman selanjutnya →](#)

Awal Bertemu HSI

Setiap perjalanan memiliki awalnya sendiri. Bagi Akhuna Rachmat, kisahanya dimulai dari keluarga. “Dulu, ana tahu HSI dari kakak ipar yang memberitahu abang ana. Jadi abang ana menjelaskan ke keluarga sampai ke orang tua. *Alhamdulillah* ana terus tertarik dan ikut mendaftar. Ana Angkatan 202,” kenangnya.

Sementara Ukhtuna Nita menemukan HSI lewat unggahan teman di media sosial. “Kalau ana bisa tahu HSI itu dari story teman di IG. Waktu itu, reminder pembukaan angkatan ke berapa gitu, masih Covid, ana lupa tahun 2020 atau 2021. Sebenarnya ana belum tahu HSI itu *platform* belajarnya akan seperti apa. Hanya karena memang lagi ingin menimba ilmu agama, lagi haus banget ilmu, fase-fase awal hijrah begitu. Jadinya pas pembukaan itu, ana langsung daftar,” tuturnya. Ukhtuna Nita tercatat sebagai santri Angkatan 221.

Sejak itu, keduanya menapaki jalan ilmu masing-masing, tanpa saling mengenal sebenarnya. Siapa sangka, atas izin Allah HSI menjadi wadah yang akhirnya mempertemukan mereka dalam sebuah biduk rumah tangga dan semoga Allah ridhoi rumah tangga keduanya hingga akhir hayat. *Aamiin*.

Jalan Ta’aruf melalui Program Sakinah

Setelah bergabung dengan HSI, Allah menuntun keduanya bertemu dalam program Sakinah, sebuah program ta’aruf yang diselenggarakan Divisi HSI Sakinah khusus bagi santri HSI yang ingin mencari pasangan dengan cara syar’i.

Bagi Akhuna Rachmat, keputusan ikut Sakinah sudah ia niatkan sejak awal untuk mencari pasangan hidup yang sejalan terutama dalam beragama. “Tujuannya jelas yaitu mencari jodoh yang satu manhaj dan satu pemahaman dalam beragama, lewat jalan yang Allah ridhai tentunya, yaitu ta’aruf,” ujarnya.

Sementara Ukhtuna Nita menyambut program itu sebagai bentuk ikhtiar. “Sebelum ikut Sakinah, memang sudah niat ingin sekali menikah. Eh, pas banget waktu itu Sakinah buka pendaftaran. Ana anggap ini jalan dari Allah buat menemukan jodoh yang sevisi,” ungkapnya terdengar penuh syukur.

Proses ta’aruf pun berlangsung sederhana. Dengan panduan tim dari Divisi Sakinah, mereka berdua melakukan tanya jawab dalam proses mediasi untuk lebih saling mengenal. Mereka berdiskusi seputar prinsip hidup, visi keluarga, hingga kesiapan berumah tangga. Setelah kian mantap dan atas tuntunan Allah dari doa-doa yang mereka panjatkan, terutama dalam shalat-shalat istikharah, mereka sepakat untuk melaju ke jenjang pernikahan.

“*Alhamdulillah* semuanya berjalan dengan adab. Tidak ada obrolan berlebihan, tidak ada pertemuan tanpa tujuan. Jadi lebih tenang, lebih berkah, *biidznillah*,” tutur sang istri.

Jangan Menunda Menikah

Di akhir obrolan, pasangan ini menitipkan pesan untuk para santri HSI lainnya terutama yang masih jomblo alias belum menikah.

Akh Rachmat menuturkan pesannya, “Motivasinya dengan ingat tujuan penciptaan manusia juga melihat banyaknya fitnah yang membuat kita bisa goyah iman, maka menikahlah segera dengan cara yang baik dan juga mempunyai tujuan yang mulia, yaitu masuk surga bersama pasangan.”

Sementara Ukh Nita mengatakan, “Motivasi belajar tauhid bukan hanya untuk mengenal Allah tapi juga mengenal diri kita sendiri. Karena di sanalah kita belajar bahwa segala yang kita cari sebenarnya sudah ada dalam genggaman Allah. Saat hati mengenal-Nya, ia akan mengerti arah hidupnya, ingin dijaga, disucikan, dan diridhai. Dari sanalah lahir keinginan untuk menjemput pernikahan agar terhindar dari zina, menjaga pandangan, dan menempuh jalan menuju surga dengan cara yang Allah cintai.”

Rumah Tangga dari Majelis Ilmu

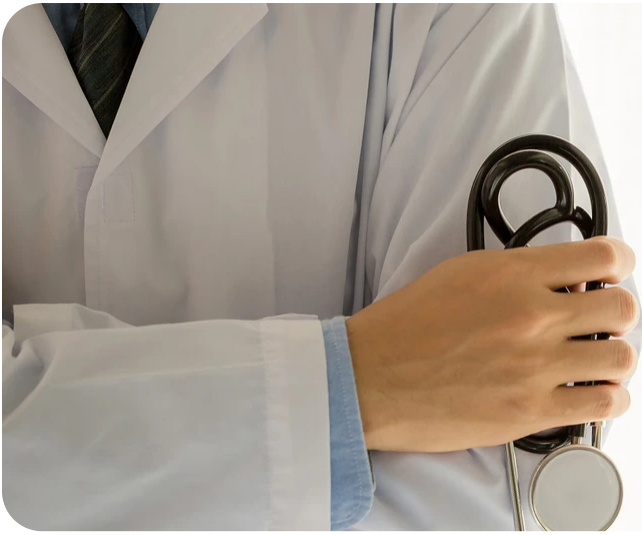
Setelah perjalanan ta’aruf dan pernikahan yang saat ini mereka jalani, kini keduanya mantap untuk menatap masa depan dengan semangat yang sama, yaitu semangat menuntut ilmu dan berkhidmat kepada Allah.

Dalam pandangan keduanya, keluarga yang kokoh berawal dari majelis ilmu. HSI bukan hanya tempat belajar, tapi juga ruang tumbuh dan menemukan arah hidup. “Kalau bukan karena sama-sama belajar di HSI, mungkin kami *nggak* akan saling mengenal,” ujar Ukh Nita.

Akh Rachmat menimpali, “Ana berharap semoga keluarga kami bisa menjadi keluarga pembelajar. Dari HSI, semoga terus berlanjut ke halaqah-halaqah nyata di rumah, mudah-mudahan bisa bersama anak-anak nanti, *biidznillah*.”

Mereka yakin, ilmu bukan hanya untuk diri sendiri, tetapi juga bekal untuk menyiapkan dan mendidik generasi berikutnya agar tumbuh dalam cahaya tauhid.

Bagi pasangan ini, menuntut ilmu bukan sekadar kewajiban, tetapi nafas kehidupan yang ingin mereka jaga bersama hingga akhir. Karena bagi mereka, berlabuh bersama ilmu adalah cara terindah untuk menjemput ridha Allah, *biidznillah*..



Tes Kesehatan Pranikah : Langkah Hikmah Menuju Nikah Barakah

Kontributor: Nurul Hikmah Ilyas, S.Ft., Ftr.
Redaktur: dr. Avie Andriyani

Kemajuan teknologi kesehatan saat ini menawarkan berbagai sarana untuk mendeteksi penyakit yang berpotensi menular kepada pasangan maupun diturunkan kepada calon anak.

Lalu, penyakit apa saja yang perlu diperiksa? Bagaimana Islam memandang prosedur pemeriksaan kesehatan sebelum menikah?

Bagi para calon pengantin yang tengah mempersiapkan pernikahan, mari simak ulasan berikut mengenai tes kesehatan pranikah.

Aturan Pemerintah tentang Skrining Kesehatan Pranikah

Pernikahan adalah ibadah kepada Allah ‘Azza wa Jalla untuk menyempurnakan separuh agama sekaligus menjaga kehormatan diri. Untuk melaksanakan pernikahan, calon pengantin (catin) laki-laki maupun perempuan wajib memenuhi rukun dan syarat nikah, serta mendaftarkan pernikahan di Kantor Urusan Agama (KUA) agar sah secara hukum dan agama.

Salah satu persyaratan administrasi yang diperlukan untuk mendaftarkan pernikahan di KUA, adalah sertifikat layak kawin, yang didapatkan setelah melakukan skrining kesehatan atau pemeriksaan kesehatan di fasilitas pelayanan kesehatan, seperti puskesmas.

Pelaksanaan skrining kesehatan bagi catin di wilayah DKI Jakarta telah diatur dalam Peraturan Gubernur DKI Jakarta Nomor 185 Tahun 2017 tentang Konseling dan Pemeriksaan Kesehatan bagi Calon Pengantin.

Kini, program tersebut telah diterapkan secara nasional sejak tahun 2024, melalui Peraturan Pemerintah Nomor 28 Tahun 2024 tentang Pelaksanaan Undang-Undang Kesehatan, yang mewajibkan pemeriksaan kesehatan bagi calon pengantin di seluruh daerah, hingga pelosok tanah air.

Persyaratan ini harus dipenuhi sebelum mengajukan permohonan pernikahan ke KUA.

Skrining Kesehatan Pranikah

Skrining atau pemeriksaan kesehatan pranikah bertujuan untuk mendeteksi penyakit yang berisiko menular kepada pasangan maupun keturunan di masa depan. Melalui pemeriksaan ini, calon pengantin dapat

mengetahui risiko berbagai penyakit berbahaya, baik penyakit darah keturunan maupun infeksi menular.

Beberapa jenis pemeriksaan yang umumnya dilakukan dalam tes kesehatan pranikah antara lain:

1. Pemeriksaan darah
2. Tes golongan darah dan rhesus
3. Pemeriksaan HIV/AIDS (*Human Immunodeficiency Virus/Acquired Immunodeficiency Syndrome*)
4. Deteksi hepatitis B
5. Tes TORCH (*Toxoplasma, Other, Rubella, Cytomegalovirus, Herpes*)
6. Tes urin
7. Tes gula darah
8. Skrining penyakit menular seksual (PMS)
9. Tes kesuburan
10. Konsultasi genetik
11. Vaksinasi pranikah (vaksin tetanus toksoid/TT)
12. Pemeriksaan tambahan sesuai kebutuhan

Apabila hasil pemeriksaan menunjukkan kondisi yang tidak sehat atau memerlukan penanganan lanjutan, dokter akan memberikan surat rujukan untuk menjalani pengobatan hingga sembuh. Hal ini demi kebaikan diri sendiri, pasangan, serta keturunan kelak.

Sebaliknya, jika hasil pemeriksaan dinyatakan layak untuk menikah dari sisi kesehatan, maka akan diterbitkan surat rekomendasi KUA atau surat layak kawin untuk melanjutkan proses pernikahan.

Manfaat Tes Kesehatan Pranikah

Tes kesehatan pranikah menyimpan banyak manfaat, baik bagi pasangan maupun bagi calon keturunannya, antara lain:

- Mencegah berbagai penyakit pada calon bayi, seperti talasemia, diabetes melitus, dan penyakit menular lainnya.
- Membantu mengenali riwayat kesehatan diri sendiri dan pasangan, sehingga dapat menghindari penyesalan di kemudian hari, terutama terkait penyakit keturunan.

[Halaman selanjutnya →](#)

- Membangun keterbukaan, kejujuran, dan saling percaya antara calon suami dan istri, sehingga keduanya semakin mantap melangkah ke jenjang pernikahan.

Kapan Sebaiknya Tes Pranikah Dilakukan?

Tes pranikah sebaiknya dilakukan minimal tiga hingga enam bulan sebelum pernikahan, agar jika ditemukan kondisi kesehatan tertentu, dapat segera ditangani.

Apabila ada penyakit menular atau masalah kesuburan, waktu tersebut cukup untuk melakukan konsultasi dengan dokter serta menjalani pengobatan atau tindakan pencegahan yang diperlukan.

Tes pranikah penting bukan hanya untuk menjaga kesehatan pasangan, tetapi juga sebagai langkah awal dalam mempersiapkan kehamilan yang sehat di masa depan.

Hukum Tes Kesehatan Pranikah Menurut Islam

Pemeriksaan kesehatan pranikah memang menimbulkan pro dan kontra. Sebagian pihak berpendapat bahwa hal ini bisa menimbulkan rasa tidak percaya kepada pasangan dan berpotensi menimbulkan keretakan hubungan jika hasilnya menunjukkan adanya penyakit atau kemandulan.

Namun, pihak yang mendukung berargumen bahwa pemeriksaan ini justru penting untuk menghindari penyesalan di kemudian hari. Sebagaimana dijelaskan oleh Syaikh Muhammad Shalih Al-Munajjid *hafizahullah*, “Diperbolehkan melakukan pemeriksaan kesehatan sebelum menikah jika terdapat sangkaan kuat adanya penyakit keturunan dalam keluarganya (atau ada indikasi lainnya).”

Sementara Syaikh Masyhur bin Hasan Alu Salman *hafizahullah* menyampaikan, “Seorang laki-laki yang menikahi seorang wanita karena agamanya tanpa mengecek keadaan fisik (kesehatannya) secara detail, maka hal ini baik. Akan tetapi, jika ia ingin memeriksa kesehatannya, terutama bila ada tanda-tanda atau indikasi penyakit keturunan, maka hal itu tidak mengapa.”

Dengan demikian, Islam tidak melarang pemeriksaan kesehatan pranikah selama dilakukan dengan niat baik dan dalam koridor syar’i. Tujuannya bukan untuk menolak takdir, tetapi untuk ikhtiar menjaga kesehatan dan keturunan yang shalih.

Calon pengantin perlu memiliki pemahaman yang baik mengenai status kesehatan diri dan pasangannya sebelum menapaki kehidupan rumah tangga. Pemeriksaan ini mencakup aspek kesehatan fisik, reproduksi, dan potensi penyakit yang dapat memengaruhi masa depan keluarga.

Setelah hasil tes kesehatan pranikah keluar, keputusan untuk melanjutkan atau menunda pernikahan sepenuhnya berada di tangan calon pasangan. Hendaknya keputusan itu diambil dengan bijak, dengan mempertimbangkan kebaikan diri, pasangan, dan keturunan yang akan lahir kelak.

Tes kesehatan pranikah bukanlah bentuk keraguan terhadap jodoh yang telah ditetapkan Allah, tetapi bagian dari ikhtiar dan tanggung jawab untuk membangun keluarga yang sehat, kuat, dan diberkahi.

Referensi

- Bahraen, Raehanul. (2012). *Hukum Periksa Kesehatan (Kesuburan) Sebelum Menikah*.
- Gubernur Provinsi DKI Jakarta. (2017). *Konseling dan Pemeriksaan Kesehatan Bagi Calon Pengantin*.
- Hervianto, Enrico. (2025). *Cek Pranikah*.
- Humas Kemenag Jakarta Pusat. (2018). *Wajib Pemeriksaan Kesehatan Bagi Calon Pengantin Untuk Kebaikan Keturunannya*.
- Idris, Muhammad. (2022). *Fikih Nikah (Bag.1–2): Hukum, Rukun, dan Syarat Pernikahan*.
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). *Pentingnya Pemeriksaan Kesehatan Pranikah*.
- Ramadhani, Nabilah et al. (2023). *Konsep Pemeriksaan Kesehatan Pranikah Bagi Calon Pengantin Dalam Perspektif Hukum Islam*.
- Ranggawari, Gisyasya et al. (2025). *Menakar Kesiapan Daerah Membumikan Tes Kesehatan Calon Pengantin*.
- Presiden RI. (2024). *Peraturan Pelaksanaan UU Nomor 17 Tentang Kesehatan*.

Doa agar Menjadi Keluarga yang Harmonis

Penulis: Fadhila Khasana
Editor: Athirah Mustadjab



LAFAL DOA

رَبَّنَا هَبْ لَنَا مِنْ أَزْوَاجِنَا وَذُرِّيَّتِنَا قُرَّةَ
أَعْيُنٍ وَأَجْعَلْنَا لِلْمُتَّقِينَ إِمَامًا

“Wahai Rabb kami, anugerahkanlah untuk kami pasangan-pasangan dan anak keturunan yang menjadi penyejuk mata untuk kami. Dan jadikanlah kami imam bagi orang-orang yang bertakwa.”(Q.S Al-Furqan: 74)^[1]

MAKNA LAFAL:

(رَبَّنَا هَبْ لَنَا مِنْ أَزْوَاجِنَا وَذُرِّيَّتِنَا قُرَّةَ أَعْيُنٍ):

Meminta kepada Allah agar Dia mengaruniai kita pasangan dan anak keturunan yang mudah melakukan ketaatan untuk mencari ridha-Nya semata, yang mana hal tersebut dapat menyejukkan mata kita.^{[2][3]}

(وَأَجْعَلْنَا لِلْمُتَّقِينَ إِمَامًا):

Memohon agar kita dijadikan contoh yang baik untuk orang lain, baik dalam ucapan dan perbuatan.^[4]

ULASAN DOA:

1. Allah menggunakan kata هَبْ dalam mengajarkan doa kepada hamba karena Allah adalah Dzat yang memberi semua hamba sesuai dengan haknya.^[5]
2. Salah satu sebab pasangan dan anak turun menjadi penyejuk mata adalah ketaatan mereka kepada Allah.^[6]
3. Di antara bentuk kesempurnaan cinta kepada Allah adalah mencintai pasangan dan anak-anak ketika mereka beribadah hanya kepada Allah dan tidak menyekutukan-Nya dengan suatu apa pun.^[7]
4. Hamba-hamba Allah yang shalih tidak menginginkan anak turun yang bagus parasnya. Mereka hanya ingin keturunan yang taat kepada Allah saja.^[8]
5. Hamba-hamba Allah menginginkan keturunan mereka bisa menjadi perantara orang lain mendapatkan hidayah, termasuk menjadi perantara hidayah anak turun mereka pula.^[9]

Referensi:

- Al-Qur'anul Karim.
- *Tafsir Al-Qurthubi*, Al-Quthubi.
- *Aisarut Tafasir*, Al-Jaza'iri.
- *Taisiru Karimir Rahman*, Abdurrahman As-Sa'di.
- *Al-Mufradat fi Gharibil Qur'an*, Muhammad Sayyid.
- *Ad-Durrul Mantsur*, As-Suyuthi.
- *Al-Anwarus Sathi'at*, Hamid bin Muhammad Ali Qudus.



Tanya Dokter

Depresi: Gejala, Pencegahan, dan Harapan

dijawab oleh dr. Agus Sofyan Syawaludin, Sp.KJ (K)

Pertanyaan dari Cindy Lestari – Gresik, Jawa Timur

Izin bertanya, Dok. *Qadarullah* ana didiagnosis depresi ringan saat konsultasi dengan psikolog. Hal ini disebabkan oleh pengalaman masa lalu. *Alhamdulillah* sudah mendapat solusi. Namun, yang ingin ana tanyakan, bagaimana pasangan sebaiknya menyikapi hal ini? Ketika stres berlebihan, ana masih cenderung menyakiti diri, emosional, dan mudah tersinggung. Pasangan merasa kesulitan menghadapinya.

Jawaban:

Barakallahu fiik atas pertanyaan Ibu Cindy.

Ibu sudah didiagnosis depresi ringan dan telah mendapat terapi. Kondisi sudah lebih baik, hanya saja masih mudah terpicu dan terkadang menyakiti diri sendiri. Ini menunjukkan bahwa masih ada sumber stres yang belum selesai.

Perlu dinilai kembali, apa yang membuat Ibu masih menyakiti diri. Apakah karena pengalaman masa lalu yang belum benar-benar berdamai, ataukah karena faktor lingkungan terdekat?

Di awal saya menyebutkan bahwa depresi dipengaruhi oleh empat faktor, yaitu biologis, psiko edukatif, sosial-budaya, dan nilai keagamaan.

1. Faktor Kepribadian

Orang dengan kepribadian narsisistik biasanya agak sulit menerima nasihat, merasa dirinya paling benar, cara berpikir, cara pandang, dan cara bersikapnya paling benar. Pada orang narsistik yang sulit untuk menerima nasihat dan sulit untuk berubah, ketika dia berhadapan dengan orang yang narsis juga, maka tergantung mana yang lebih kuat narsisnya. Ketika salah satu kalah, maka yang kalah dapat mengalami depresi.

Oleh karena itu, harus ada yang berubah. Apa yang berubah? Penerimaan. Ketika dia menerima permasalahan yang dihadapi, ada kecenderungan mengalah untuk kehidupan yang lebih baik karena dia bisa menemukan nilai-nilai kehidupan dalam sikap mengalahnya atau penerimaannya. Sehingga biasanya depresi akan segera membaik. Ini dari sisi faktor kepribadian.

2. Faktor Pola Pikir

Dari sisi faktor cara berpikir, ada kaitannya dengan pendidikan. Cara berpikirnya perlu diperbaiki lagi. Apa yang sering dipikirkan ketika menghadapi permasalahan hidup? Ketika seseorang menjalani kehidupan, biasanya memiliki ciri khas cara berpikir.

Contoh ada yang cara berpikirnya selalu merasa dirinya *worthless*, merasa dirinya tidak berharga, “Ah apalah aku ini”, “Aku kan orangnya biasa saja”, “Aku kan orangnya pengalah”, “Aku orangnya apa kata bos aja lah”. Ini harus diperbaiki juga. Jangan sampai kita ada kecenderungan menjadi orang yang selalu menerima, selalu merasa rendah.

[Halaman selanjutnya →](#)

Kita harus memiliki sikap maju, produktif, dan mau belajar agar kita terhindar dari keadaan-keadaan seperti di atas, yaitu cenderung mengkritik diri sendiri. Salah satu gejala depresi seperti itu, sering mengkritik diri sendiri. Ini perlu diubah!

3. Faktor Lingkungan

Kemudian, dari faktor lingkungan. Budaya di Indonesia, laki-laki masih sering dianggap lebih tinggi daripada perempuan. Banyak kejadian laki-laki merasa lebih tinggi sehingga sering melakukan kekerasan, baik kekerasan verbal maupun kekerasan fisik.

Paling sering laki-laki melakukan *silent treatment* kepada pasangan, mendiamkan pasangan sebagai bentuk hukuman. Ini sebenarnya tidak baik. Kalau ada masalah lebih baik segera diselesaikan, ada komunikasi aktif.

4. Faktor Nilai Keagamaan

Faktor yang lain yaitu fenomena nilai-nilai agama. Saya yakin teman-teman yang di sini semua belajar di HSI, ya. Namun, jangan merasa cukup belajar ilmu agama saja.

Ketika ada seorang sahabat yang menanam kurma bertanya kepada Rasulullah, Rasulullah menjawab, "Kamu lebih paham tentang duniamu!"

Artinya kita diajarkan untuk berpikir dan mencari ilmu-ilmu yang mendukung kehidupan manusia lebih baik. Rasulullah tidak mengajarkan secara langsung cara menanam kurma yang baik. Tapi kita disuruh berpikir. Begitu juga kita perlu mencari ilmu untuk mendukung kesehatan mental kita.

Oleh karena itu, ada dokter spesialis kedokteran jiwa, psikolog, konselor terkait kesehatan mental. Mereka dianugerahi Allah kemampuan untuk menilai hal-hal apa saja yang mungkin belum selesai. Mungkin dari faktor terapi yang belum optimal, segi kepribadian yang masih belum bisa menerima, cara berpikir kita yang mungkin masih kurang tepat dari faktor edukasinya, lingkungan yang masih bermasalah, budaya yang tidak mendukung, atau nilai-nilai dan pemahaman agama kita yang mungkin masih kurang. Hal-hal ini nanti akan dinilai oleh psikiater atau psikolog yang perlu didiskusikan bersama-sama.

Pertanyaan dari Niken Budi Setiati – Bekasi

Ayah saya menderita sakit jiwa. Ayah saya mempunyai lima anak, kemudian kakak saya yang nomor tiga sepertinya juga mengalami hal yang sama dengan ayah saya.

Menurut cerita ibu saya, kakak saya dari kecil sudah mudah tersinggung, mudah marah, mudah emosi. Dikarenakan dulu mungkin ibu tidak tahu harus berobat kemana, jadi ibu saya memperlakukan kakak saya agar jangan sampai terpicu marah.

Tetapi seiring waktu, saat kuliah, kakak saya yang sebenarnya secara kecerdasan bagus, dia mengalami semacam pem-bully-an oleh teman-teman kuliahnya. Hal ini terjadi mungkin karena dia terlihat aneh, mudah tersinggung dan kadang kalimatnya kurang bisa dipahami oleh orang sekitarnya. Akhirnya kakak saya mengalami depresi, Dok!

Kuliah berhenti di tengah jalan dan kakak saya dibawa berobat ke rumah sakit jiwa. Kakak saya sudah mendapat obat-obatan dan sampai saat ini kakak saya masih bergantung dengan obat-obatan tersebut. Obat tidur yang diberikan ini memberikan efek pada kakak saya yaitu mulut menjadi seperti miring, bicara pelo.

Namun apabila dosis obat tidurnya dikurangi, kakak saya tidak bisa tidur, bisa sampai 3 hari tidak tidur. Tertawa sendiri, bicara sendiri. Yang ingin saya tanyakan, apakah penyakit yang diderita kakak saya ini keturunan atau memang karena kelainan mental dan kurangnya terapi, Dok?

[Halaman selanjutnya →](#)

Jawaban:

Fenomena seperti ini banyak sekali terjadi di masyarakat. Seseorang yang perilakunya sangat jauh dari layaknya orang normal, dianggap sesuatu yang mengganggu, dianggap aib, atau kelemahan. Saya mengingatkan kembali bahwa masalah kesehatan mental dipengaruhi oleh empat faktor, yaitu faktor biologi, psiko edukatif, sosial budaya dan spiritual religi. Pertanyaannya, apakah sebuah masalah mental itu ada faktor keturunan? Berdasarkan penelitian, bisa iya bisa tidak.

Perlu saya tekankan bahwa empat faktor tadi bukan penyebab tunggal, tetapi saling berkaitan satu sama lain. Apakah orang-orang yang memiliki riwayat keturunan permasalahan kesehatan mental, semua keturunannya pasti akan sakit juga? Jawabannya, tidak. Tergantung kondisi biologisnya.

Dari segi faktor biologis, kalau hormon pengontrol cara berpikir dan cara berperilaku seimbang, maka seberat apapun permasalahan kehidupannya, *insyaallah*, Allah jaga. Tetapi kalau ada kecenderungan faktor biologinya tidak seimbang, maka apabila tertimpa masalah sedikit saja, dia bisa mengalami sakit atau gangguan mental.

Pada kasus ini, Bapak sudah didiagnosis dengan skizofrenia. Kakaknya juga sudah tegak diagnosis dan ternyata ketika diberikan obat menunjukkan tanda-tanda perbaikan dan kestabilan. Namun, sayangnya ketika diberikan obat tersebut muncul efek lidahnya menjadi pelo. Inilah pentingnya pengetahuan atau pendidikan tentang tata cara minum obat dan pengetahuan tentang obat itu sendiri.

Pengobatan pasien dengan masalah mental terutama pada penderita skizofrenia memang unik obatnya. Pasien yang satu dengan pasien yang lain dengan diagnosis yang sama bisa jadi obatnya berbeda walaupun protokolnya sama. Misalnya, standar protokol obat skizofrenia yaitu obatnya A B C D. Maka obat yang akan diberikan adalah yang rekomendasi pertama (atas) yaitu obat A dulu, baru turun ke bawah B, dan seterusnya sampai D. Uniknya, pada orang-orang dengan masalah kejiwaan, ketika diberikan obat A, belum tentu cocok. Sehingga dia harus lompat ke obat C, misalnya. Oleh karena itu, pasien perlu kontrol ulang.

Jadi tidak perlu takut, hal ini lumrah terjadi. Lanjutkan pengobatannya dan segera konsultasi lagi dengan psikiater yang memberikan obat tersebut agar pasien, ketika mendapatkan pengobatan, merasa nyaman. Karena yang terpenting adalah ketika diberikan obat, pasien nyaman, supaya pasien mau rutin berobat dan tidak sampai putus obat. Keluarga juga ikut tenang karena melihat pasien selama pengobatan menjadi tenang.

Pertanyaan dari Mukhlisin, 30 tahun

Dok, bagaimana cara membedakan depresi klinis yang memerlukan penanganan medis dengan kesedihan atau ujian hidup biasa yang sering dialami oleh manusia?

Jawaban :

Dikatakan depresi apabila menetap selama 2 minggu berturut-turut, terus, dan menyebabkan produktivitas atau fungsi perannya terganggu. Ciri khas orang depresi adalah ada gangguan pada fungsi perannya. Ketika seseorang sedih ditinggal pasangan hidupnya yang meninggal dunia, tetapi dia masih bisa makan, sedihnya kadang hilang kadang muncul lagi, tidak menetap sepanjang hari, maka ini adalah fenomena normal.

Bisa saja ada gangguan fungsi peran pada orang yang sedih biasa. Akan tetapi belum tentu semua fungsi peran terganggu. Misalnya, dia sedih kehilangan pasangan hidupnya tapi dia tetap masih bisa menjalani tugasnya. Meskipun sedih, dia masih bisa melakukan aktivitas hariannya. Masih mau makan, menjalankan tugas-tugasnya. Pada orang depresi, hilang semuanya. Nafsu makannya hilang, tidak mau melakukan aktivitas apa-apa dan berlangsung sepanjang hari. Jadi waktunya itu 24 jam sampai sehari-hari bahkan sampai 2 minggu.

Demikian cara membedakan fenomena normal dengan fenomena depresi. Kalau fenomena depresi maka harus diberikan terapi. Terapinya ada dua, tidak harus obat. Bisa dengan teknik konseling, kalau kondisi sudah berat baru pakai obat. Jadi perlu konsultasi untuk membedakan ini fenomena normal atau fenomena depresi.

Comfort Food Menyambut Musim Hujan

Kontributor: Rythma Febiyanti Baha Rizky
Redaktur: Luluk Sri Handayani

Memasuki musim penghujan di Indonesia, perubahan cuaca sering kali memengaruhi kondisi tubuh. Tak sedikit yang mulai merasakan gejala kurang fit seperti meriang, batuk, atau pilek. Ini ialah sinyal tubuh membutuhkan asupan makanan yang menghangatkan, menenangkan, sekaligus membantu menjaga daya tahan.

Pada edisi kali ini, Dapur Ummahat menghadirkan dua pilihan *comfort food* yang bukan hanya lezat, tetapi juga *insyaallah* bermanfaat untuk menjaga stamina menyambut musim penghujan. Ada resep **Sup Ayam Hainan** dan **Sup Telur Jagung Jamur**. Keduanya mudah dibuat, bergizi, dan cocok disajikan hangat untuk menemani aktivitas harian antum-antunna.



INFO GIZI

Sup Ayam Hainan Ala Dapur Ummahat

| | |
|--------------|-------------|
| Energi: | 961.91 kkal |
| Lemak | 31.21 gr |
| Karbohidrat: | 155.88 gr |
| Protein: | 17.07 gr |
| Serat: | 4.53 gr |

Sup Ayam Hainan

Bahan Taburan :

- 4 siung bawang putih (cincang halus, tumis, sisihkan)

Bahan Sup :

- 1 liter air
- 600 gr paha ayam fillet
- 3 siung bawang putih
- 1 bawang bombay ukuran sedang
- 2 ruas jahe (sekitar 2 cm)
- 2 batang daun bawang
- 1 sdt garam
- ½ sdt lada bubuk
- 1 sdm kaldu bubuk
- 2 sdm kecap asin
- 1 sdm minyak wijen

Cara Membuat :

1. Tumis bawang putih untuk bahan taburan. Tumis dengan api kecil sambil terus diaduk agar tidak gosong dan matang merata, lalu sisihkan.

2. Masih menggunakan minyak yang sama (dari sisa menumis bawang), tumis ayam hingga matang.
3. Setelah ayam matang dan berubah warna, masukkan air, tambahkan jahe, bawang bombay, daun bawang, dan semua bumbu-bumbu yang ada di daftar bahan-bahan di atas.
4. Aduk rata dan masak hingga semua bahan matang dan tidak ada bau langu dari bumbu bawangnya.
5. Tes rasa masakan, jika rasanya sudah sesuai, matikan api.
6. Sajikan hangat dengan taburan bawang putih goreng, nasi hangat, serta sambal favorit atau *chilli oil*. Semoga bisa menjadi salah satu menu *comfort food* disaat musim penghujan. Selamat mencoba.

Halaman selanjutnya →



Sup Telur, Jagung, dan Jamur

Bahan :

- 50 gr telur
- 25 gr jamur
- 175 jagung pipil
- 52 gr wortel
- 8 gr bawang putih
- 500 ml air
- 1 sdt garam
- 1/2 sdt kecap asin
- 1/2 sdt saus tiram
- 1/2 sdt merica bubuk
- 1/2 sdt kaldu bubuk



INFO GIZI

Sup Telur, Jagung, dan Jamur Ala Dapur Ummahat

| | |
|--------------|-------------|
| Energi: | 393.07 kkal |
| Lemak | 12.24 gr |
| Karbohidrat: | 58.51 gr |
| Protein: | 15.32 gr |
| Serat: | 3.13 gr |

Cara Membuat :

1. Potong-potong jamur sesuai selera, sisihkan. Potong wortel kotak-kotak kecil, sisihkan.
2. Cincang halus bawang putih, kemudian tumis hingga harum dengan api kecil saja.
3. Tambahkan jagung, wortel, dan air. Masak dengan api sedang hingga air mendidih dan jagung serta wortel mulai melunak.
4. Selanjutnya kecilkan api kompor, masukkan jamurnya. Tutup panci kira-kira 1-2 menit untuk mematangkan jamurnya. Lalu tambahkan semua bumbu yang ada di bahan-bahan diatas. Aduk rata serta koreksi rasa. Jika rasa sudah pas, matikan api kompor, dan sup siap disajikan.
5. Sup bisa dimakan langsung atau disantap bersama roti. Sajikan hangat lebih nikmat.
6. Apabila menginginkan kuah sup lebih kental, tambahkan 1 sdt tepung maizena yang dicampur dengan air (pada step no. 3).
7. Selamat mencoba.

KUIS



Pemenang KUIS Edisi 83:

Kami ucapkan jazaakumullahu khairan kepada Ikhwan dan akhawat yang telah mengerjakan Kuis Majalah HSI Edisi 83.

Berikut adalah peserta yang beruntung mendapatkan bingkisan dari majalah HSI:

- Cholil Ubaidillah (ARN242-16066)
- Riyanto (ARN241-19170)
- Rika Herawaty Fitrian (ART242-36203)
- Rosita Hardwianti Imam (ART242-24195)

Bagi peserta yang terpilih, silakan melakukan konfirmasi alamat untuk pengiriman hadiah via Whatsapp ke nomor resmi Majalah HSI [08123-27000-61/08123-27000-62](https://api.whatsapp.com/send?phone=081232700061). Sertakan *screenshoot* profil dari web edu.hsi.id. Baarakallahu fiikum

Bismillah.. Sahabat HSI fillah, Majalah HSI kali ini akan membagikan hadiah menarik. Isi kuisnya melalui halaman belajar edu.hsi.id.

✕✔ Isi Kuis melalui edu.hsi.id

Pastikan antum telah membaca Majalah HSI Edisi 84, agar dapat menjawab seluruh pertanyaan dengan baik dan benar.

Kuis ini hanya berlaku bagi peserta aktif HSI. Peserta yang menjawab pertanyaan dengan lengkap dan benar semua berkesempatan mendapatkan **hadiah menarik** dari Majalah HSI.

Penentuan penerima hadiah dilakukan dengan cara diundi menggunakan situs random.org.

Konfirmasi Pemenang:

- Pemenang kuis berhak atas hadiah dari Majalah HSI.
- Hadiah akan dikirim oleh Tim Majalah HSI ke alamat pemenang masing-masing. Ongkos kirim hadiah ditanggung oleh Majalah HSI.
- Pemenang akan mendapatkan konfirmasi dari Tim Majalah HSI terkait pengiriman hadiah.

Kunci jawaban kuis Edisi 83

1. a. Bersabar dan mengharap pahala dari Allah.
2. c. Banyak beraktifitas fisik akan menyebabkan rentan terkena osteoporis.
3. a. Meminum Khamr
4. d. AFK
5. d. anak yang durhaka kepada orang tua
6. b. Berbakti pada orang tua
7. b. Imam Asy Syafi'i
8. c. Cikembar
9. c. Ma'ruf
10. d. Tidak ada sistem drop out.

Pembina

Al-Ustadz Dr. Abdullah Roy, M.A.

Penanggung Jawab

Heru Nur Ihsan

Pemimpin Umum

Ary Abu Khonsa

Pemimpin Redaksi

Ary Abu Ayyub

Sekretaris

Rahmadita Fajri Indra

Ulfa Dwiyanti

Litbang

Kurnia Adhiwibowo

Redaktur Pelaksana

Dian Soekotjo

Athirah Mustadjab

Editor

Athirah Mustadjab

Faizah Fitriah

Happy Chandraleka, S.T.

Hilyatul Fitriyah

Luluk Sri Handayani

Yum Roni Askosendra, Lc.

Zainab Ummu Raihan

Reporter

Anastasia Gustiarini

Gema Fitria

Loly Syahrul

Reza Firdaus

Rizky Aditya Saputra

Kontributor

Abdullah Yahya An-Najaty, Lc.

Abu Ady

Athirah Mustadjab

Avrie Pramoyo

Azhar Rizki, Lc.

Dody Suhermawan

dr. Avie Andriyani

Fadhilatul Hasanah

Fadzla Al-Mujaddid, Lc.

Hawwina Fauzia

Indah Ummu Halwa

Leny Hasanah

Ja'far Ad-Demaky, Lc.

Rhytma

Subhan Hardi

Tim dapur Ummahat

Yudi Kadirun

Penyelaras Bahasa

Ima Triharti Lestari

Chania Maulidina

Pemeriksa Akhir

Gilang Ramdhan Huda

Meta Soentoro

Desain dan Tata Letak

Tim Desain Majalah HSI


Alamat Kantor Operasional


Jl. RM. Said No. 74C, Ketelan, Kec.

Banjarsari, Kota Surakarta Jawa Tengah

57132

Contact Center (Hanya Whatsapp)

 08123-27000-61

 08123-27000-62

Kirim pesan via email:

 majalah@hsi.id



Unduh rilisan pdf majalah edisi
sebelumnya di portal kami:
majalah.hsi.id