

# Majalah *hsi*



Edisi Khusus 66 | Dzulhijjah 1445 H • Juni 2024

**TAK  
MERUNDUNG,  
TIDAK  
DIRUNDUNG**

Kunjungi portal Majalah HSI [majalah.hsi.id](http://majalah.hsi.id)  
untuk dapat menikmati edisi sebelumnya dalam versi PDF.

# Daftar Isi

[Dari Redaksi](#)[Susunan Redaksi](#)[Surat Pembaca](#)**RUBRIK UTAMA**

## Perundungan dari Sudut Pandang Islam

**AQIDAH**

Balasan Setimpal bagi  
Pelaku Perundungan  
(*Bullying*)

**MUTIARA AL-QUR'AN**

Mereka yang Tidak  
Merugi

**MUTIARA HADITS**

Bolehkah Orang Tua  
Memukul Anak?

**MUTIARA NASIHAT  
MUSLIMAH**

Suka Mengejek dan Mencela  
Bukanlah Perangai Seorang  
Mukminah

**SAKINAH**

Apa Itu *Khitbah*?

**FIQIH**

Mandi Wajib dan  
Mandi Janabah

**TAUSIYAH USTADZ**

Amalan Rahasia agar  
Dicintai Allah dan Manusia

**SIRAH**

Tak Limbung  
Karena Dirundung

**KABAR KBM**

Silsilah Sisipan:  
Khulashah Ta'dzimil 'Ilmi

**HSI BERBAGI**  
Program 'Idad Lughawi

**HSI BERBAGI**  
Program Bencana Luwu

**HSI BERBAGI**  
Program Qurban

**TARBIYATUL AULAD**

Menjauhkan Anak dari Perundungan

**KHOTBAH JUM'AT**

Jangan *Bully* Anakmu!

**KELILING HSI**

Berdakwah Lewat Psikologi ala Innu  
Virgiani

**SERBA-SERBI**

Berani Sejak Dini

**KESEHATAN**

Pelaku *Bullying* Memiliki  
Gangguan Jiwa?

**DOA**

Doa agar Terhindari dari Kesengsaraan

**TANYA JAWAB**

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

**TANYA DOKTER**

Waspada, ini Dampak *Bullying* pada  
Kesehatan Mental Anak

**DAPUR UMMAHAT**

Olahan Daging Qurban Tanpa Santan

**Kuis Berhadiah Edisi 66**

# Dari Redaksi

Perundungan atau *Bullying* adalah masalah serius yang memerlukan perhatian dan tindakan kolektif dari seluruh lapisan masyarakat. Dengan memahami bentuk, penyebab, dan dampak *bullying*, serta mengambil langkah-langkah proaktif untuk pencegahan dan penanggulangan, kita dapat menciptakan lingkungan yang lebih aman dan suportif bagi semua individu.

Menilik data yang dikeluarkan berbagai pihak, termasuk UNICEF, KPAI, dan Depdiknas, diketahui kasus perundungan tidak menunjukkan tanda-tanda berkurang dari tahun ke tahun. Survey Nasional Pengalaman Hidup Anak dan Remaja oleh Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak menyebutkan bahwa 2/3 anak dan remaja di Indonesia mengalami kekerasan, dimana 3/4-nya dilakukan oleh teman atau sebayanya.

Bukan hanya perundungan langsung, survey juga menunjukkan bahwa 45% dari anak Indonesia usia 14-24 mengalami perundungan daring.

Angka-angka di atas menunjukkan bahwa perundungan masih marak di sekitar kita. Untuk menanggulangi dan menyembuhkan para pelaku dan korban dari perilaku perundungan, yang paling pertama diperlukan adalah kesadaran terhadap adanya perundungan tersebut, bahayanya, dan dampaknya. Untuk itu, Majalah HSI Edisi 66 ini terbit dengan mengusung tema: Tak Merundung, Tidak Dirundung.

Beberapa tulisan menarik kami hadirkan pada edisi ini seperti: Perundungan dari Sudut Pandang Islam (Rubrik Utama), Bolehkah Orang Tua Memukul Anak? (Mutiarahadits), Menjauhkan Anak dari Perundungan (Tarbiyatul Aulad), Pelaku Bullying Memiliki Gangguan Jiwa? (Kesehatan), dan tulisan-tulisan lainnya. Selain tema-tema utama di atas, kami hadirkan pula laporan kegiatan Yayasan HSI Abdullah Roy Khusus Majalah HSI.

Semoga terbitan ini bermanfaat bagi segenap pembaca dan umat Islam pada umumnya. *Baarakallahu fiikum.*



# 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.

Nama:

Nomor Peserta HSI:

Kirim pesan surat pembaca:

Kirim

## Kiriman surat pembaca:

Listiko

Art221-024234

Alhamdulillah.Majalah HSI sangat bermanfaat sekali Ilmunya semakin semangat dalam menuntut ilmu.

Jaz...[lengkap](#)

Dibuat tanggal: 19/6/2025

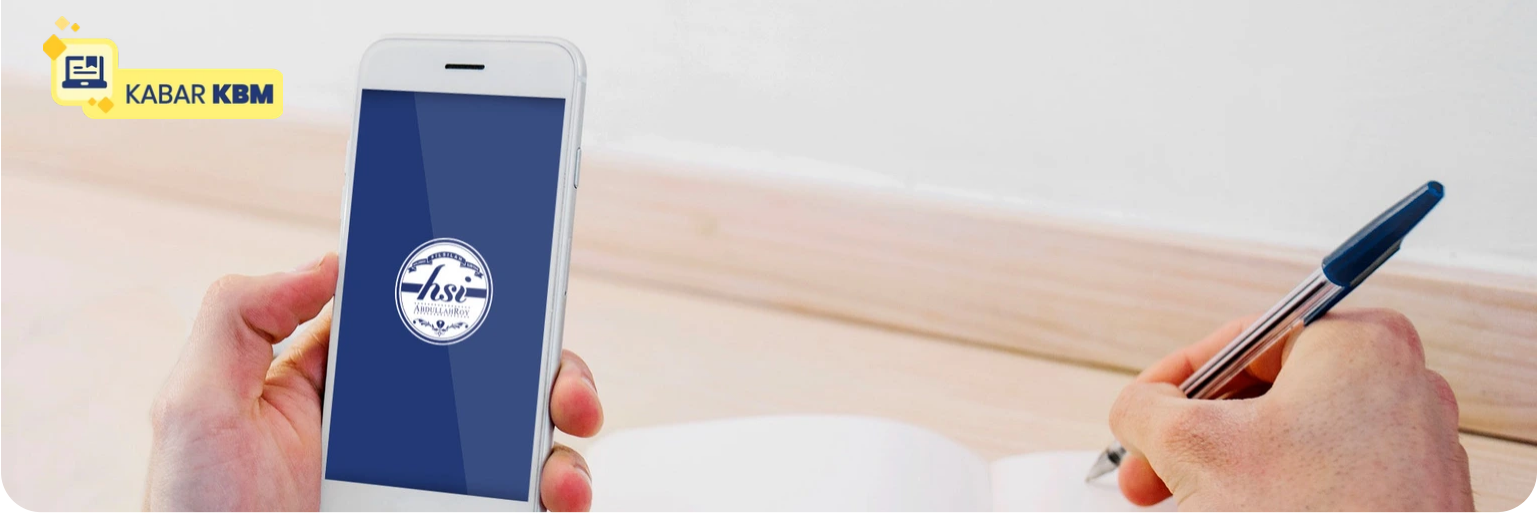
Munirah

Art231-13094

Berjamaah Yasin tahlil untuk kirim arwah kapan Sasa waktu SDH meninggal 7 hari apa tinggal khajat n...[lengkap](#)

Dibuat tanggal: 1/6/2025

Munirah



# Silsilah Sisipan : Khulashah Ta'dzimil 'Ilmi

Reporter: Loly Syahrul  
Editor: Dian Soekotjo

Masih ingatkah antum awal mula menuntut ilmu di HSI? Ingat tidak materi pertama yang dipelajari? Iya... Silsilah Pengagungan Terhadap Ilmu (PTI).

Materi PTI diberikan kepada santri angkatan baru hanya selama sepekan. Isinya tentang 20 perkara yang merupakan bentuk pengagungan terhadap ilmu. Silsilah ini ternyata mulai diajarkan kembali kepada para santri, sejak sesi pertama tahun 2024. Tentu saja dalam versi berbeda yaitu dalam 25 halaqah atau lebih lengkap dibanding 5 halaqah yang diterima santri-santri baru HSI.

Versi lengkap silsilah PTI diberi label Silsilah Sisipan. Uniknya, tidak ada sistem remove bagi santri Rasib maupun Ghayyib, khusus di akhir Silsilah Sisipan.

## Melengkapi Ilmu

Koordinator KBM HSI, Ukhtuna Fauziana, atau yang kerap disapa Mbak Ana, menjelaskan, "Silsilah PTI lanjutan, *insyaallah*, akan melengkapi pengetahuan santri tentang ilmu yang sudah didapat di awal proses pembelajaran."

Mbak Ana merinci bahwa materi PTI, dirujuk Ustadzuna Dr. Abdullah Roy dari Kitab Khulashah Ta'dzimil 'Ilmi (KKTI), karya Dr. Shalih Bin Abdilllah Bin Humaid Al-Ushaimi hafizahullahu ta'ala.

"Silsilah sisipan ini kami harapkan dapat menyegarkan ingatan dan pengetahuan santri tentang materi PTI," ungkap Mbak Ana. "Selain itu, materi sisipan *insyaallah*, bisa menjadi *charger* bagi peserta agar tidak jenuh dengan materi pokok HSI yaitu akidah," terang Mbak Ana.

## Tanpa Remove Santri Rasib

Pembelajaran Silsilah Sisipan mulai dilakukan sejak sesi pertama KBM tahun 2024. Sama dengan silsilah umumnya dalam Program Reguler, pembelajaran KKTI diberikan saat KBM aktif.

Materi KKTI dijuluki Silsilah Sisipan karena dijadwalkan menjadi jeda antar bahasan dua kitab atau setelah suatu angkatan menyelesaikan pembahasan sebuah kitab dan akan memasuki pembahasan kitab lainnya. Menurut Mbak Ana, Silsilah Pembahasan KKTI diberikan kepada angkatan-angkatan yang hendak naik level.

Mbak Ana menambahkan bahwa khusus dalam masa pembelajaran Silsilah Pembahasan KKTI, tidak diberlakukan *remove* peserta Rasib maupun Ghayyib.

"KBM HSI AbdullahRoy, materi utamanya adalah materi-materi akidah. KKTI materi pendukung saja, bukan materi utama, jadi tidak diberlakukan *remove* Rasib," Mbak Ana menjabarkan.

Halaman selanjutnya →

### Dinilai Lebih Padat oleh Sebagian Santri

Meski dijuluki Silsilah Sisipan, sebagian santri mengomentari silsilah ini sebagai materi padat dengan lebih banyak hafalan dalil. Ukhtuna Nelva Rachmawati misalnya. Ia menilai materi KKTl lumayan panjang. “Agak berat buat ana karena materinya lebih panjang dari biasanya. Lebih padat. Hafalannya lebih banyak,” akunya. Santri asal Subang ini menambahkan, “Ana pikir tidak lulus karena nilai Rasib. Alhamdulillah ternyata tidak ada *remove*”.

Senada dengan komentar Ukhuna Nelva, Ukhtuna Zilrahmi menyatakan, “Maasyaa Allah, materinya panjang sekali. Banyak hafalannya, *Qadarullah*.” Santri Angkatan 202 itu kemudian mengaku kurang puas dengan hasil belajarnya gara-gara banyak memberikan jawaban salah saat evaluasi. “Ana deg-degan ter-*remove*, tapi Alhamdulillah ternyata bisa lanjut.”

Akhuna Abu Husna yang baru menyelesaikan Silsilah KKTl pada sesi kedua tahun ini, juga berpendapat sama. “Materi terberat sejauh ini, menurut ana,” ungkapny. Bagi ayah satu putri itu, Silsilah Sisipan yang baru diterimanya, memuat lebih banyak dalil dibanding materi-materi lain yang telah dipelajarinya. “Durasinya mungkin sama, tapi dalilnya lebih banyak,” imbuhnya. “Tapi mungkin ini penilaian ana saja yang lemah hafalan,” kilah ikhwan 43 tahun itu.

### Bobot yang Sama Seperti Silsilah Lain

Meski beberapa santri menilai Silsilah Pembahasan KKTl merupakan materi berat, ada juga santri-santri yang menilai silsilah ini berbobot sama dengan materi-materi lainnya. Ukhtuna Pratiwi dari Palembang mengutarakan, “Sama seperti silsilah lain karena disampaikan dengan mudah dipahami, *biidznillah ta'ala*.”

Akhuna Khairuddin mengiyakan pernyataan tersebut. Menurutnya Silsilah Sisipan itu tak jauh beda dengan materi-materi yang telah dipelajari sebelumnya. “Menurut ana kok sama saja ya. Durasi audionya juga lebih kurang sama,” ungkap santri yang berprofesi sebagai ASN tersebut.

Ukhtuna Dolly Hermayanti yang telah menyelesaikan Silsilah Pembahasan KKTl awal tahun 2024 ini, berpendapat bahwa silsilah tersebut malah lebih ringan dari silsilah HSI umumnya dari segi materi pembahasan. Meski begitu, ia mengakui durasi audionya terasa sedikit lebih panjang. “Alhamdulillah tidak ada kendala,” ujar santri asli Kabupaten Pesisir Selatan, Sumatera Barat itu.

Terlepas dari pendapat bernada positif maupun negatif dari para santri mengenai Silsilah Sisipan, Alhamdulillah HSI memiliki jeda sekarang. Materi tambahan ini ibarat tempat istirahat sejenak bagi para santri di antara pembahasan kitab yang tidak jarang memerlukan waktu hingga beberapa silsilah. Ditambah kebijakan tanpa *remove* santri Rasib dan Ghayyib, lengkap sudah, Silsilah Pembahasan KKTl menjadi tempat *recharge* atau pengisi ulang semangat sekaligus *recharge* daya belajar para santri, seperti dikemukakan Koordinator KBM.

Semoga Allah memudahkan kita mengamalkan ilmu yang termuat dalam silsilah ini karena itu yang terpenting. Teman-teman santri yang belum mendapatkan jatah Silsilah Sisipan, siap-siap saja ya... Selamat menikmati Silsilah Sisipan, selamat menikmati ‘tempat rehat sejenak’. *Baarakallaahu fiikum*



# Siap Belajar ke Saudi, Bersama Program I'dad Lughawi Takmili

Reporter : Loly Syahrul

Redaktur : Hilyatul Fitriyah

Bahasa Arab ibarat kunci gerbang ilmu agama, karena di Tanah Arab-lah Islam kali mula tersiar melalui dakwah Rasulullah Shalallahu'alaihi wasallam. Para pencari ilmu tentu berlomba meraih kesempatan emas belajar ke negeri Sang Nabi itu, dan berusaha memahami dengan baik Bahasa Arab, laksana bekal fundamental.

Sebenarnya, kampus-kampus besar juga ma'had-ma'had di Arab Saudi sudah banyak yang menyediakan program persiapan bahasa bagi para penuntut ilmu lintas negara. Namun, menempuh program ini di Arab Saudi atau negara-negara penyelenggara pendidikan Islam lainnya, jelas memakan waktu. Belum lagi, tidak semua program persiapan bahasa diselenggarakan secara gratis.

## Program Beasiswa di Negeri Sendiri

Memandang pentingnya bekal ilmu bahasa Arab bagi para calon pelajar, HSI Berbagi coba mengasung fasilitas. Sejak Maret lalu, HSI Berbagi membuka kesempatan untuk para penuntut ilmu, mengikuti Program I'dad Lughawi Takmili.

Akhuna Agus Fadilah, Penanggung Jawab Program I'dad Lughawi Takmili, memberikan informasi seputar program tersebut kepada Majalah HSI. Menurut Akhuna Agus Fadilah, program ini dipersiapkan bagi mereka yang hendak melanjutkan pendidikan ke Timur Tengah, atau ke jenjang lanjutan di dalam negeri, yang mempergunakan bahasa Arab sebagai pengantar.

"Program ini seratus persen bebas biaya," ungkap Akhuna Agus Fadilah. Ia menambahkan bahwa selama program berlangsung, para peserta juga akan mendapatkan fasilitas tempat tinggal berupa asrama. Keuntungan lainnya, menurut santri HSI angkatan 171 itu, ialah tempat penyelenggaraan program berada di dalam negeri. "Insyaallah para peserta dapat mengikuti program ini di Ma'had Aly Riyadhushsholihiiin, Pandeglang," tambahnya.

## Bekerja Sama dengan Pesantren Riyadhushsholihiiin

Akhuna Agus Fadilah memaparkan bahwa para pengajar nantinya, adalah dosen-dosen Ma'had Aly Riyadhushsholihiiin. Ma'had ini sendiri merupakan satuan pendidikan jenjang Perguruan Tinggi yang diselenggarakan Pesantren Riyadhushsholihiiin dan bertempat di Jalan Raya Kadu Kacang, Batubantar, Kecamatan Cimanuk, Kabupaten Pandeglang, Provinsi Banten.

Menurut santri yang telah belajar di HSI lebih dari tujuh tahun itu, para peserta program akan mendapatkan pengajaran Bahasa Arab, Tahfiz, dan Ulumul Syari. Khusus untuk kajian Bahasa Arab, Akhuna Agus Fadilah menyampaikan bahwa kitab yang menjadi rujukan adalah Al 'Arabiyyah Baina Yadaika Jilid 1 hingga 4. "Program I'dad ini akan berlangsung selama satu tahun," pungkasnya.

## Kaderisasi Dai

Latar belakang penyelenggaraan Program Beasiswa I'dad Lughawi Takmili sejatinya adalah upaya kaderisasi dai.

Halaman selanjutnya →

“Diharapkan setelah lulus program takmili dan melanjutkan sarjana, peserta dapat menjadi dai HSI dan berdakwah seperti Ustadz Abdullah Roy,” papar Akhuna Agus Fadilah.

Menurutnya panitia telah menetapkan serangkaian proses seleksi untuk mendapatkan calon-calon peserta. “Tes akan dilaksanakan pada tanggal 1 Juni. Adapun, pengumuman pada akhir Juni,” ungkapnya. Ia menambahkan bahwa kuota program ini sebanyak 30 peserta saja. Proses seleksi dilakukan untuk menyaring para pendaftar.

Akhuna Agus menambahkan, “Penguji seleksi beasiswa ini langsung Al Ustadz Dr Abdulloh Roy, MA Hafidzahullah Ta’ala.” Ia memaparkan bahwa peserta akan diuji secara lisan dengan menggunakan bahasa Arab tentang pemahaman Diniyah, Aqidah, Nahwu dan Sharaf, juga Tahfizh Al-Quran.

#### Bermanhaj Salaf

Akhuna Umar Al Harits adalah salah satu santri HSI yang mendaftar pada program ini. Ia mengaku memilih Program I'dad Lughawi Takmili yang diselenggarakan HSI, karena tak perlu khawatir dengan manhaj pelaksana program, di samping alasan adanya beasiswa.

Akhuna Umar Al Harits mengikuti program ini karena keinginannya melanjutkan pendidikan ke jenjang perguruan tinggi yang mempergunakan bahasa Arab sebagai pengantar. UIM (Universitas Islam Madinah) dan STDI (Sekolah Tinggi Dirasat Islamiyah) Imam Syafi'i Jember menjadi tempat pencarian ilmu yang diidamkan ikhwan asal Bandung tersebut.

"InsyaAllah, saya akan melanjutkan ke Madinah mengambil jurusan Syari'ah atau STDI Imam Syafi'i jurusan Ilmu Hadits," jelasnya.

Sudah dua tahun lepas ia lulus dari SMA. Saat ini dirinya sedang menjalani masa pengabdian di Yogyakarta untuk mengajarkan kembali apa yang telah didapatnya selama di pondok pesantren.

Berbeda dengan Akhuna Umar yang mengetahui Program I'dad Lughawi Takmili lewat grup HSI, Akhuna Fauzan mengetahui program tersebut lewat saudaranya yang menjadi peserta aktif di HSI. Meski ia bukan peserta HSI, tetapi semangatnya dalam mengejar cita-cita untuk belajar lebih tinggi lagi menjadikannya mantap untuk mendaftar. Ketidakkampuannya dalam menguasai bahasa Arab didukung latar belakang ekonomi adalah alasan mengapa ia mengikuti program ini.

"Ana memilih program di HSI ini karena beasiswa dan ana sudah mengukur keadaan ekonomi keluarga ana. Ayah dan Ibu hanya seorang petani," tuturnya.

Menurutnya, program serupa di luar sana memiliki sistem berbayar dan terikat. Artinya, tidak boleh pindah jika sudah diterima di perguruan tinggi Timur Tengah. Belum lagi manhajnya belum tentu salaf.

"Kebetulan sekarang pendaftaran di KSU (King Saud University, red) sedang buka dan ana akan mendaftar," paparnya bersemangat.

Akhuna Fauzan paham bahwa tidaklah mudah untuk dapat lulus di KSU. Pengumumannya pun memakan waktu yang tidak sebentar. Oleh sebab itu, ia tidak mau waktunya terbuang sia-sia untuk hal yang tidak bermanfaat, hanya dengan menunggu di KSU.

"Ana berharap program HSI ini memberikan kemudahan bagi ana untuk belajar di universitas luar yang akan ana pilih, *insyaallah*," Akhuna Fauzan berharap. Ia bercita-cita impiannya dapat terwujud lewat ikhtiar mengikuti program I'dad Lughawi Takmili.

Tak hanya itu, ia pun mengaku sudah membuat daftar pilihan universitas yang akan disasanya sebagai tempatnya menimba ilmu kelak, dari mulai Prince Sattam bin Abdulaziz hingga Jazan University dengan jurusan yang berbeda-beda. Adapun di Indonesia, di antara yang menjadi pilihannya adalah STDI Imam Syafi'i Jember, LIPIA, dan STAI Al Bina Bekasi Jurusan Syari'ah.

Selain keduanya, Akhuna Yahya juga turut mendaftar Program I'dad Takmili. Ia mengetahui informasi mengenai program HSI ini melalui orang tuanya. Tekadnya untuk belajar di pusat-pusat penyebaran Islam sangat kuat. Yang teramat diinginkannya adalah masuk ke UIM (Universitas Islam Madinah).

Program I'dad Takmili ini adalah bentuk karunia Allah yang tidak terhingga bagi para pejuang muda yang memiliki impian melanjutkan pendidikan agama ke jenjang yang lebih tinggi akan tetapi terhalang kondisi ekonomi. Insya Allah lewat HSI Berbagi, terbuka jalan bagi para lulusan SLTA/ sederajat untuk melanjutkan pendidikan. Tak perlu risau lagi akan biaya pendidikan. Inilah sejatinya yang diharapkan HSI Berbagi, berbagi kebaikan berbagi kebahagiaan.



## Ketika Bencana Datang Menyergap Luwu

Penulis : Leny Hasanah  
Redaktur : Subhan Hardi

Allah Subhanahu wa Ta'ala berfirman:

مَا أَصَابَ مِنْ مُصِيبَةٍ إِلَّا بِإِذْنِ اللَّهِ وَمَنْ يُؤْمِنْ بِاللَّهِ يَهْدِ اللَّهُ قَلْبَهُ

“Tidak ada satupun musibah menimpa seseorang kecuali dengan izin Allah; Dan barang siapa beriman kepada Allah, niscaya Dia akan memberi petunjuk kepada hatinya.” [QS At-Taghabun: 11]

Musibah datang tiba-tiba. Jika Allah Subhanahu wa Ta'ala sudah berkehendak, bencana pasti terjadi, kapan pun, di mana pun, dan akan menimpa siapa pun. Tak seorang bisa mengelak, meski dirinya bersembunyi di tempat teraman sekalipun.

Seperti yang terjadi di Kabupaten Luwu, Sulawesi Selatan, pada Jumat, 3 Mei 2024, bencana banjir bandang dan tanah longsor meluluhlantakkan kehidupan warga di 13 kecamatan di Luwu, yakni di Kecamatan Suli, Suli Barat, Latimojong, Ponrang Selatan, Ponrang, Bupon, Larompong, Larompong Selatan, Bajo, Bajo Barat, Kamanre, Belopa dan Belopa Utara.

Dilansir dari pranala [bnpd.go.id](https://bnpd.go.id), banjir dan longsor terjadi karena dipicu hujan lebat yang berlangsung lama. Sehingga menyebabkan air meluap dan menggenangi seluruh permukaan jalan, fasilitas pendidikan, kesehatan, persawahan dan perkebunan di Kabupaten Luwu. Bencana alam itu telah menelan 14 korban jiwa, 61 orang mengalami luka-luka, 459 unit rumah rusak, 4.563 rumah terendam banjir, dan empat fasilitas umum rusak.

### HSI Berbagi Mengirimkan Bantuan

Melihat dampak bencana yang cukup meluas, Tim Tanggap Bencana HSI Berbagi langsung mengirimkan bantuan ke Luwu. Dalam penanganan bencana ini, HSI Berbagi berkolaborasi dengan Yayasan Anshorussunnah Mamuju untuk mengutus tiga orang relawan, serta membawa bahan logistik sebagai bantuan awal kepada para korban banjir di Luwu.

“Kami menerjunkan relawan dari Mamuju, karena daerah itu paling dekat dengan lokasi bencana. Posko relawan saat itu

berada di Desa Kadundung, Kecamatan Latimojong yang juga terdampak cukup parah,” ujar Ketua Program Tanggap Bencana HSI Berbagi, Akhuna Dovit Agususilo, kepada Majalah HSI.

### Mendahulukan Land Clearing

Akhuna Dovit menambahkan, saat hendak terjun ke lokasi tim relawan juga dibekali dana taktis sebesar Rp 10 juta. Dana itu, kemudian dimanfaatkan untuk membeli alat-alat land clearing seperti skop, cangkul, sepatu bot, sembako dan makanan ringan untuk menghibur anak-anak, serta menyuplai nasi bungkus sebanyak 400 porsi selama dua hari di Desa Kadundung yang bekerja sama dengan ponpes Habiburrahman.

HSI Berbagi memutuskan mengirim relawan dan bantuan ke Luwu karena tiga alasan penting. Pertama, dampak bencana alam yang luas dan parah. Kedua, jumlah lembaga/NGO yang terjun langsung ke Luwu sangat sedikit. Terpantau hanya ada sekitar 12 NGO.

Ketiga, masyarakat sangat memerlukan bantuan cepat, karena akses jalan yang terputus sehingga bantuan pemerintah pun tidak berjalan maksimal.

Halaman selanjutnya →

“Di lokasi dapur umum yang kami dirikan saja, ketika itu belum ada tenda BPBD, padahal sudah lebih 6 hari dari kejadian banjir,” ungkap Akhuna Dovit dengan nada prihatin.

#### Berangsur Membaik

Kondisi Luwu kini sudah berangsur-angsur membaik. Meski, HSI Berbagi sudah menarik kembali relawannya, Tim Tanggap Bencana tetap memantau perkembangan pasca musibah di Luwu.

“Alhamdulillah, daerah Kecamatan Latimojong yang terisolir sudah bisa ditembus, walaupun baru bisa dengan motor. Perbaikan infrastruktur, listrik dan jalan juga sedang berjalan. Aliran listrik di Desa Kadundung sudah ada,” jelas Akhuna Dovit.

Ketika dikonfirmasi, salah satu relawan yang juga Ketua Yayasan Anshorussunnah Mamuju, Ustadz Arman Supandi menjelaskan, dia dan dua orang rekannya memang berada sepekan di Luwu, tepatnya di Kecamatan Latimojong untuk membantu para penyintas banjir.

Saat timnya tiba di lokasi, kondisi banjir sudah berangsur surut dan masyarakat mulai merapikan rumah masing-masing yang terendam lumpur.

“Warga butuh pendampingan untuk membersihkan rumah mereka, rumah ibadah, dan fasilitas umum lainnya dari lumpur banjir. Mereka pun butuh pendampingan rohani agar mereka segera bangkit dari kesedihan ditimpa bencana,” ujar Ustadz Arman.

#### Kisah dari Seorang Penyintas

Banyak lika-liku yang harus dihadapi tim relawan ketika di Luwu, di antaranya akses Desa Kadundung yang sempat terputus disebabkan longsor. Serta, aliran air ke masjid di desa terputus, karena pipa air hanyut terseret banjir, sehingga para Ikhwan di sana tidak bisa menunaikan shalat Jumat berjamaah pada pekan pertama di Luwu.

Ustadz Arman menceritakan satu kisah dari seorang ibu korban banjir. Saat kejadian, ibu tersebut harus berpindah enam kali untuk menyelamatkan diri bersama ayahnya yang sakit. Karena panik dan sudah putus asa, sang ayah menyuruh anaknya agar menyelamatkan diri bersama buah hatinya.

“Namun ibu tersebut menolak dan bersiap mati bersama bapaknya. Alhamdulillah, semua selamat atas izin Allah,” cerita Ustadz Arman, yang terjun sebagai relawan dan menjadi kordinator dalam giat tersebut.

Sungguh, kita tidak akan pernah tahu apa yang bakal terjadi dalam kehidupan ini. Mari kita mengangkat tangan, memohon pertolongan dan bermunajat kepada Allah Subhanahu wa Ta’ala agar segera mengangkat musibah dari muka bumi. Kirimkan doa antum agar para penyintas korban bencana, di mana pun berada, dapat tabah dan sabar menghadapi musibah ini.



# Meraih Takwa dan Ketaatan dengan Ibadah Qurban

Penulis : Leny Hasanah  
Redaktur : Subhan Hardi

Berqurban pada hari *nahr* (Idul Adha) adalah disyariatkan dalam agama Islam. Allah 'Azza wa Jalla berfirman,

فَصَلِّ لِرَبِّكَ وَأَنْحِرْ

“Dirikanlah shalat dan berqurbanlah (an nahr).” [QS Al- Kautsar: 2]

Sungguh beruntung umat Islam diberikan dua hari raya dalam setahun oleh Allah Subhanahu wa Ta’ala. Hari raya yang pertama adalah Idul Fitri yang identik dengan perayaan penuh suka cita setelah berpuasa sepanjang bulan Ramadhan. Yang kedua adalah Hari Raya Idul Adha, momentum yang identik dengan prosesi penyembelihan hewan qurban sebagai pembuktian ibadah kepada Allah Subhanahu wa Ta’ala.

Alhamdulillah, HSI Berbagi kembali menyelenggarakan Program Berbagi Qurban sebagai wujud dan keinginan yang kuat berbagi kebahagiaan kepada sesama saudara muslim pada Hari Raya Idul Adha 1445 Hijriah. Tahun ini, HSI Berbagi menggandeng 17 lembaga atau mitra di berbagai daerah di Indonesia, di antaranya Jawa Barat, Jawa Tengah, Lampung, Aceh, Jambi, Lombok, Sumbawa, dan Jawa Timur.

## Layanan Web Qurban

Dalam Program Qurban tahun ini, HSI Berbagi menawarkan berbagai layanan. Fasilitas paling mutakhir berupa pemilihan paket hewan qurban yang dapat dilakukan secara online. Melalui qurban.hsi.id, shahibul qurban dapat memantau perjalanan dan perkembangan program secara online dan aktual. Para shahibul qurban akan menerima laporan *realtime* alias laporan terkini dari setiap aktivitas program.

### Paket Harga Hewan Qurban HSI Berbagi Tahun 2024:

Jenis Hewan	Berat (kilogram)	Harga (dalam rupiah)
Sapi	> 400 kg	7 orang @Rp3.750.000,00
Kambing Paket A	> 35 kg	Rp4.000.000,00
Kambing Paket B	27 kg - 35 kg	Rp3.500.000,00
Kambing Paket C	20 kg - 27 kg	Rp3.000.000,00

\*Paket sudah termasuk biaya operasional & mukafa'ah jagal

Halaman selanjutnya →

### Hingga ke Ma'had Al Ilmi

“Qurban HSI Berbagi tahun ini insyaallah, ditargetkan sebanyak 20 ekor Sapi dan 400 ekor Kambing. Kami juga akan menyalurkan qurban Sapi ke lahan ma’had ilmi AbdullahRoy di Pandeglang, Banten. Saat ini ma’had sedang dalam proses pembangunan dan membutuhkan penetrasi dakwah untuk masyarakat sekitar,” jelas Ketua Program Berbagi Qurban HSI Berbagi, Akhuna Muhammad Qadri Kunsyafiq.

Akhuna Qadri memperkirakan, jumlah penerima qurban tahun ini dengan menggandeng 17 mitra/lembaga di Indonesia bisa mencapai 3.000-an penerima manfaat. “Iya, kalau tahun lalu penerima manfaatnya mencapai 5.200 orang,” ujarnya menegaskan, sembari berharap, semoga pencapaian tahun ini dapat terpenuhi.

### Website Qurban Berikan Kemudahan

HSI Berbagi mengaplikasikan website yang simpel dan mudah digunakan secara online bagi para calon shahibul qurban. Melalui link [qurban.hsi.id](http://qurban.hsi.id), akan terlihat tampilan layar berupa hadits shahih tentang qurban, kemudian daftar harga hewan qurban beserta taksiran ukuran hewan yang ingin dipinang shohibul qurban.

Di website itu juga, shahibul qurban akan disuguhi alur qurban, mulai dari

- langkah 1 Registrasi melalui web
- Langkah 2 Melakukan pembayaran sesuai dengan biaya yang diinformasikan
- Langkah 3 Proses penyembelihan serta penyaluran hewan qurban, dan terakhir
- Langkah 4 Laporan serta dokumentasi hewan qurban.

“Web qurban HSI Berbagi ini dibuat untuk kemudahan para shahibul qurban. Setiap aktivitas qurban akan dikirimkan secara *realtime* kepada mereka melalui aplikasi WhatsApps. Setahu ana, ini pertama kalinya ada di HSI Berbagi, lalu beberapa lembaga atau organisasi lain mengadaptasi program tersebut untuk tahun ini,” ungkap Akhuna Qadri.

Menurutnya website qurban ini muncul dari gagasan semua pengurus HSI Berbagi dan mulai diluncurkan sejak tahun 1441 Hijriyah. Dalam website, shahibul qurban mendapatkan penjelasan atau bagi yang membutuhkan informasi perihal hewan qurbannya sudah disembelih atau belum, atau sudah saatnya memotong kuku, memangkas rambut, atau mencukur kumis. Semua bisa diperoleh dan dijelaskan rinci.

### Pengalaman Berqurban Bersama HSI

Kemudahan bertransaksi di website qurban.hsi.id diiyakan oleh salah seorang shohibul qurban, Ukhtuna Wina yang sudah dua kali memilih berqurban bersama HSI Berbagi. “Iya, saya dikirim dokumentasi proses penyembelihan, penyerahan, foto-foto sapinya, dan keterangan daging qurban disalurkan ke daerah mana. Kalau tak salah, saat itu penyaluran qurban saya ada di Payakumbuh, Sumatra Barat,” katanya.

“Nama yang berqurban juga dituliskan di spanduk. Sebenarnya tidak dibuatkan juga tidak apa-apa, tetapi mungkin biar lebih afdhol,” imbuh Ukhtuna Wina menjelaskan pengalamannya.

Dua kali berqurban di HSI Berbagi tentu ada kesan yang mendalam bagi ukhtuna yang tinggal di Cilegon, Jawa Barat ini. Dia yakin bahwa HSI Berbagi akan menyalurkan hewan qurban ke tempat yang benar-benar membutuhkan. Sehingga, setidaknya ada pemerataan penyaluran.

Menurutnya, kurang afdhol jika berqurban di tempat yang sudah banyak hewan qurbannya. “Saya dahulu tinggal di tempat yang minim berqurban, jadi ketika ada yang berqurban, saya sebagai anak kecil kala itu merasa senang. Mudah-mudahan melalui program HSI Berbagi, kita bisa memberikan keceriaan bagi sebagian orang. Semoga memberikan keberkahan bersama,” katanya lagi.

Ukhtuna Wina berpendapat, program berbagi qurban HSI Berbagi sudah berjalan dengan sangat baik. Dia pun berharap teman-teman yang terhubung dan belajar di HSI AbdullahRoy jumlahnya bisa terus bertambah dan juga dapat bergabung dalam program HSI Berbagi, termasuk program berbagi qurban. Allahumma Aamiin.\*

# Balasan Setimpal bagi Pelaku Perundungan (*Bullying*)

Penulis: Abu Ady

Editor: Athirah Mustadjab

## Setiap Perbuatan Pasti akan Dibalas di Akhirat

Akhir-akhir ini kita melihat maraknya kasus perundungan (*bullying*) di negara kita. Perundungan bisa terjadi secara fisik maupun secara psikologis. Dalam Islam, perundungan merupakan salah satu bentuk kezaliman yang pasti akan dipertanggungjawabkan di akhirat kelak. Allah ﷻ berfirman,

وَمَنْ يَعْمَلْ مِثْقَالَ ذَرَّةٍ خَيْرًا يَرَهُ وَمَنْ يَعْمَلْ مِثْقَالَ ذَرَّةٍ شَرًّا يَرَهُ

“Barang siapa yang mengerjakan kebaikan seberat zarrah, niscaya dia akan melihat (balasan)nya. Dan barang siapa yang mengerjakan kejahatan seberat zarrah, niscaya dia akan melihat (balasan)-nya pula.” (QS. Az-Zalzalah: 7-8)

Syaikh As Sa’di رحمه الله berkata, “Ayat ini berisi motivasi untuk melakukan kebaikan meskipun kecil dan ancaman untuk melakukan keburukan meskipun dianggap remeh.” (Tafsir As-Sa’di, hlm. 932)

Perundungan, walaupun kecil, merupakan perbuatan buruk, sehingga penting bagi kita untuk memahami pembalasan di akhirat bagi para perundung, agar kita tidak menjadi pelakunya. serta agar kita menjadi orang yang berusaha mencegah terjadinya perundungan di sekitar kita.

## Amalan akan Dihisab

Hisab adalah proses perhitungan amal perbuatan yang akan dilalui oleh setiap manusia di akhirat. Dalam proses ini, tidak ada satu perbuatan pun yang terlewatkan. Nabi ﷺ bersabda,

مَنْ نُوقِشَ الْحِسَابَ غُذِبَ، قَالَتْ عَائِشَةُ: فَقُلْتُ: أَلَيْسَ يَقُولُ اللَّهُ تَعَالَى: {فَسَوْفَ يُحَاسَبُ حِسَابًا يَسِيرًا} قَالَ: ذَلِكَ الْعَرَضُ، وَلَكِنْ مَنْ نُوقِشَ الْحِسَابَ يُهْلَكُ

“Barang siapa yang diperiksa dalam hisabnya, maka ia akan disiksa.” Aisyah berkata, “Bukankah Allah berfirman (yang artinya), ‘Maka dia akan diperiksa dengan pemeriksaan yang mudah.’”<sup>[1]</sup> Beliau ﷺ bersabda, “Itu adalah bentuk perhatian terhadap amal, tetapi barang siapa yang diperiksa secara rinci maka ia akan binasa.” (HR. Bukhari, no. 6536 dan Muslim, no. 2876)

Dalam hisab, setiap perbuatan manusia akan diperhitungkan tanpa ada yang terlewat. Pada hadits di atas

disebutkan bahwa orang yang diperiksa hisabnya dengan detail, maka ia akan disiksa. Menanggapi pernyataan beliau ﷺ, Aisyah رضي الله عنها bertanya tentang ayat dalam Surat Al-Insyiqaq yang menyebutkan adanya pemeriksaan yang mudah. Nabi ﷺ menjelaskan kepada Aisyah رضي الله عنها bahwa pemeriksaan yang mudah tersebut adalah ketika amalan hanya sekadar diperlihatkan amal perbuatan tanpa pemeriksaan rinci. Sebaliknya, pemeriksaan yang rinci akan sangat berat dan dapat menyebabkan seseorang binasa.

## Amal Perbuatan akan Ditimbang

Setelah dihisab, amal perbuatan manusia akan ditimbang di Mizan. Mizan adalah timbangan amal yang akan menentukan nasib kita di akhirat. Amal baik dan buruk akan ditimbang secara adil tanpa ada yang terlewatkan.

Allah ﷻ berfirman,

وَالْوِزْنُ يَوْمَئِذٍ الْحَقُّ فَمَنْ ثَقُلَتْ مَوَازِينُهُ فَأُولَئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ (8) وَمَنْ خَفَّتْ مَوَازِينُهُ فَأُولَئِكَ الَّذِينَ خَسِرُوا أَنْفُسَهُمْ بِمَا كَانُوا بِآيَاتِنَا يَظْلِفُونَ (9)

“Timbangan pada hari itu ialah kebenaran (keadilan), maka barang siapa berat timbangan kebaikannya, mereka itulah orang-orang yang beruntung. Dan siapa yang ringan timbangan kebaikannya, maka itulah orang-orang yang merugikan dirinya sendiri, disebabkan mereka selalu mengingkari ayat-ayat Kami.” (QS. Al-A’raf: 8-9)

Ibnu Katsir رحمه الله berkata, “Yang diletakkan pada timbangan amal perbuatan kelak pada hari kiamat – menurut salah satu pendapat ulama – adalah amal-amal perbuatan, sekalipun itu berupa sesuatu yang abstrak, tetapi Allah mengubah bentuknya menjadi jasad yang konkret kelak di hari kiamat. (Tafsir Ibnu Katsir, 3:350)

Ibnu Katsir رحمه الله juga memaparkan,<sup>[2]</sup> “Menurut pendapat yang lain, yang ditimbang adalah kitab catatan amal perbuatan, ada pula yang berpendapat yang ditimbang itu adalah diri orang yang bersangkutan. Di dalam hadits disebutkan,

Halaman selanjutnya →

إِنَّهُ لَيَأْتِي الرَّجُلَ الْعَظِيمَ السَّمِينُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ، لَا يَزِنُ عِنْدَ  
اللَّهِ جَنَاحَ بُغُوصَةٍ. وَقَالَ: اقْرَأُوا { فَلَا نُقِيمُ لَهُمْ يَوْمَ  
الْقِيَامَةِ وَزَنًا }

“Kelak pada hari kiamat didatangkan seorang lelaki yang gemuk, tetapi di sisi Allah timbangannya tidaklah seberat sebuah sayap nyamuk kecil pun. Kemudian Rasulullah membacakan firman-Nya (yang artinya), ‘Dan Kami tidak mengadakan suatu penilaian bagi (amalan) mereka pada hari kiamat.’<sup>[3]</sup> (HR. Bukhari, no. 4729 dan Muslim, no. 2785)

Kendati demikian, semua pendapat tersebut bisa digabungkan. Artinya, semuanya mungkin benar karena ada kalanya yang ditimbang adalah amal perbuatannya, kadang catatan-catatan amalnya, dan kadang orang yang bersangkutan.

Mizan ditegakkan agar setiap manusia yakin atas balasan amalnya. Dia melihat timbangan amalannya dengan mata kepalanya, sehingga ketika ia melihat amalan buruknya lebih berat kemudian dimasukkan ke dalam neraka, ia yakin bahwa Allah Mahaadil dan tidak pernah menzalimi hamba-Nya. Para pelaku kezaliman, termasuk di antaranya pelaku perundungan, akan melihat balasan atas kezaliman-kezaliman mereka selama di dunia. Mizan akan menunjukkan beban yang mereka dapatkan di akhirat akibat dosa kezaliman yang mereka perbuat di dunia. Akan tetapi, pada hari itu segala penyesalan mereka tiada berguna lagi.

#### Keadilan akan Ditegakkan dengan Qishash

Keadilan adalah salah satu sifat Allah سُبْحَانَهُ وَعَالِيَهُ yang paling utama. Setiap bentuk kezaliman akan mendapatkan balasan yang setimpal di akhirat, termasuk juga perundungan. Pelaku perundungan akan dibalas di akhirat dengan cara qishash. Abdullah bin Unais رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ berkata bahwa dia mendengar Nabi صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ bersabda,

يُخْشِرُ النَّاسُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ - أَوْ قَالَ: الْعِبَادُ - غَرَاةً غُرْلًا بَهُمَا  
" قَالَ: قُلْنَا: وَمَا بِهِمَا؟ قَالَ: " لَيْسَ مَعَهُمْ شَيْءٌ، ثُمَّ  
يُنَادِيهِمْ بِصَوْتٍ يَسْمَعُهُ مِنْ بُعْدٍ كَمَا يَسْمَعُهُ مِنْ قُرْبٍ: أَنَا  
، الْمَلِكُ، أَنَا الدِّيَّانُ

وَلَا يَنْبَغِي لِأَحَدٍ مِنْ أَهْلِ النَّارِ، أَنْ يَدْخُلَ النَّارَ، وَلَهُ عِنْدَ  
، أَحَدٍ مِنْ أَهْلِ الْجَنَّةِ حَقٌّ، حَتَّى أَقْضَهُ مِنْهُ

وَلَا يَنْبَغِي لِأَحَدٍ مِنْ أَهْلِ الْجَنَّةِ أَنْ يَدْخُلَ الْجَنَّةَ، وَلِأَحَدٍ مِنْ  
أَهْلِ النَّارِ عِنْدَهُ حَقٌّ، حَتَّى أَقْضَهُ مِنْهُ، حَتَّى اللَّظْمَةُ " قَالَ:  
قُلْنَا: كَيْفَ وَإِنَّا إِنَّمَا نَأْتِي اللَّهَ عَزَّ وَجَلَّ غَرَاةً غُرْلًا بَهُمَا؟  
" قَالَ: " بِالْحَسَنَاتِ وَالسَّيِّئَاتِ

“Manusia akan dikumpulkan pada hari kiamat -- atau beliau bersabda, ‘Para hamba ...’ -- dalam keadaan telanjang, tidak bersunat, dan tidak membawa sesuatu pun.”

Abdullah bin Unais berkata, “Kami bertanya, ‘Apa maksudnya ‘tidak membawa apa-apa’?’”

Beliau صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ menjawab, "Tidak ada sesuatu apa pun bersama mereka. Kemudian Allah memanggil mereka dengan suara yang dapat didengar oleh yang jauh seperti yang dekat, 'Aku adalah Raja, Aku adalah Pengadil. Tidak seorang pun

penghuni neraka yang boleh masuk neraka, jika dia masih memiliki hak yang harus dipenuhi oleh penghuni surga, sampai ditegakkan qishash baginya.

Tidak pula ada seorang pun penghuni surga yang boleh masuk surga, jika masih ada haknya yang harus dipenuhi oleh penghuni neraka, sampai ditegakkan qishash baginya, bahkan jika itu hanya berupa tamparan sekalipun.”

Kami bertanya, Bagaimana mungkin, padahal kami akan datang kepada Allah dalam keadaan telanjang, tidak bersunat, dan tidak membawa apa-apa?" Beliau menjawab, "Dengan amal baik dan amal buruk." (HR. Ahmad, no. 16042)

“Ditegakkan qisash” maksudnya “diberikan haknya”. Pemberian hak tersebut dijelaskan dalam sabda Rasulullah صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ berikut ini,

أَتَذَرُونَ مَا الْمُفْلِسُ؟ قَالُوا: الْمُفْلِسُ فِينَا مَنْ لَا يَرْهَمُ لَهُ وَلَا  
مَتَاعٌ، فَقَالَ: "إِنَّ الْمُفْلِسَ مِنْ أُمَّتِي يَأْتِي يَوْمَ الْقِيَامَةِ  
بِصَلَاةٍ وَصِيَامٍ وَزَكَاةٍ، وَيَأْتِي قَدْ شَتَمَ هَذَا، وَقَذَفَ هَذَا،  
وَأَكَلَ مَالَ هَذَا، وَسَفَكَ دَمَ هَذَا، وَضَرَبَ هَذَا، فَيُغْطَى هَذَا  
مِنْ حَسَنَاتِهِ، وَهَذَا مِنْ حَسَنَاتِهِ، فَإِنْ فَنِيَتْ حَسَنَاتُهُ قَبْلَ  
أَنْ يُقْضَى مَا عَلَيْهِ، أُخِذَ مِنْ خَطَايَاهُمْ فَطُرِحَتْ عَلَيْهِ، ثُمَّ  
طُرِحَ فِي النَّارِ

“Tahukah kalian siapa orang yang bangkrut itu?" Mereka menjawab, "Orang yang bangkrut di antara kami adalah orang yang tidak punya dirham dan harta benda." Beliau bersabda, "Sesungguhnya orang yang bangkrut dari umatku adalah orang yang datang pada hari kiamat dengan (pahala) shalat, puasa, dan zakat, tetapi ia juga datang dengan (dosa) mencela si A, menuduh si B, memakan harta si C, menumpahkan darah si D, dan memukul si E. (Kebaikan) dari orang tersebut akan diberikan kepada korban-korbannya tadi. Jika kebbaikannya telah habis sebelum terbayar semua dosa-dosanya, maka dosa-dosa mereka diambil dan ditimpakan kepadanya, kemudian ia dilemparkan ke dalam neraka.” (HR. Muslim, no. 2581)

Demikian bentuk qishash atau pemberian hak terhadap kezaliman seseorang di akhirat nanti. Hendaklah pelaku perundungan merasa cemas dan khawatir terhadap dirinya di akhirat nanti. Para pelaku perundungan akan dituntut di akhirat oleh korbannya, bahkan hewan pun akan menuntut manusia. Rasulullah صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ bersabda,

مَنْ قَتَلَ غُصْفُورًا عَبَثًا عَجَّ إِلَى اللَّهِ عَزَّ وَجَلَّ يَوْمَ الْقِيَامَةِ  
يَقُولُ يَا رَبِّ إِنَّ فُلَانًا قَتَلَنِي عَبَثًا وَلَمْ يَفْتُلْنِي لِمَنْفَعَةٍ

“Barang siapa yang membunuh burung pipit, bukan karena sebuah keperluan, maka pada hari kiamat burung itu akan berkata, ‘Ya Allah, si fulan dulu membunuhku untuk hal sia-sia tanpa ada manfaatnya.’” (HR. An-Nasa’i, no. 4446)

Hindarilah perundungan karena perundungan adalah bentuk kezaliman yang akan menyulitkan pelakunya di akhirat. Perundungan tidak akan “selesai” di dunia semata karena “didiamkan”. Allah عَزَّ وَجَلَّ berfirman,

Halaman selanjutnya →

وَلَا تَحْسَبَنَّ اللَّهَ غَافِلًا عَمَّا يَعْمَلُ الظَّالِمُونَ ۚ إِنَّمَا يُؤَخِّرُهُمْ  
لِيَوْمٍ تَشْخَصُ فِيهِ الْأَبْصَارُ

“Dan janganlah kamu mengira bahwa Allah lalai terhadap apa yang diperbuat oleh orang-orang yang zalim. Sesungguhnya Allah hanya menangguhkan mereka sampai suatu hari yang pada hari itu mata akan terbelalak.” (QS. Ibrahim: 42)

Allah ﷻ tidak lalai terhadap perbuatan orang-orang zalim. Mereka mungkin tampak terbebas dari hukuman di dunia, tetapi Allah ﷻ akan menangguhkan mereka hingga hari penghakiman di akhirat. Segala perbuatan akan dihisab dan dibalas dengan seadil-adilnya.

#### Segera Minta Kerelaan

Jika ada seseorang yang pernah melakukan kezaliman terhadap orang lain, baik berupa perundungan atau bentuk kezaliman lainnya, hendaklah ia meminta kerelaan dan pemaafan dari orang yang pernah dia sakiti tersebut, sebelum ajal menjemput salah satu dari keduanya. Rasulullah ﷺ bersabda,

مَنْ كَانَتْ لَهُ مَظْلَمَةٌ لِأَحَدٍ مِنْ عِزِّهِ أَوْ شَيْءٍ فَلْيَتَحَلَّلْهُ مِنْهُ الْيَوْمَ، قَبْلَ أَنْ لَا يَكُونَ دِينَارٌ وَلَا دِرْهَمٌ، إِنْ كَانَ لَهُ عَمَلٌ صَالِحٌ أَخَذَ مِنْهُ بِقَدْرِ مَظْلَمَتِهِ، وَإِنْ لَمْ تَكُنْ لَهُ حَسَنَاتٌ أُخِذَ مِنْ سَيِّئَاتٍ صَاحِبِهِ فَحُمِلَ عَلَيْهِ

“Barang siapa yang mempunyai kezaliman terhadap saudaranya, baik dalam masalah kehormatan atau lainnya, hendaklah ia meminta dihalalkan (dimaafkan) pada hari ini, sebelum datang hari kiamat yang di sana tidak ada dinar dan dirham. Jika ia mempunyai amal shalih, akan diambil darinya sesuai dengan kezaliman yang dilakukannya. Jika ia tidak mempunyai kebaikan, maka kejelekan saudaranya akan diambil dan dipikulkan kepadanya.” (HR. Bukhari, no. 2449)

Mari kita perbaiki kesalahan kita di dunia demi kebaikan kita di akhirat. Mohonlah maaf kepada orang yang pernah kita rundung, kita sakiti, atau kita zalimi agar hidup kita di dunia terasa tenang serta bebas dari rasa bersalah dan di akhirat kelak insyaallah kita akan terbebas dari tuntutan korban perbuatan buruk kita.

#### Jangan Merundung!

Dari pemaparan di atas telah kita ketahui betapa terlarangnya perundungan dalam Islam dan betapa besar bahayanya. Allah ﷻ telah memperingatkan kita,

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا يَسْخَرْ قَوْمٌ مِّنْ قَوْمٍ عَسَىٰ أَنْ يَكُونُوا خَيْرًا مِنْهُمْ وَلَا نِسَاءٌ مِّنْ نِّسَاءٍ عَسَىٰ أَنْ يَكُنَّ خَيْرًا مِنْهُنَّ وَلَا تُلْمِزُوا أَنْفُسَكُمْ وَلَا تَنَابَزُوا بِالْأَلْقَابِ ۚ بِئْسَ الْإِسْمُ الْفُسُوقُ بَعْدَ الْإِيمَانِ وَمَنْ يَفْعَلْ فَأُولَٰئِكَ هُمُ الظَّالِمُونَ

“Wahai orang-orang yang beriman! Janganlah sekumpulan orang merendahkan kumpulan yang lain, boleh jadi yang direndahkan itu lebih baik dari mereka (yang merendahkan), dan jangan pula sekumpulan perempuan merendahkan kumpulan perempuan lain. Boleh jadi yang direndahkan itu lebih baik dari mereka (yang merendahkan). Janganlah kamu saling mencela satu sama lain dan janganlah saling memanggil

dengan gelar-gelar yang buruk. Seburuk-buruk panggilan ialah (panggilan) yang buruk (fasik) setelah beriman. Dan barang siapa yang tidak bertobat, maka mereka itulah orang-orang yang zalim.” (QS. Al-Hujurat: 11)

Kita wajib menjalankan peran kita sebagai seorang muslim, yaitu melakukan kebaikan dan perbaikan, bukan malah melakukan keburukan dan kerusakan terhadap sesama. Rasulullah ﷺ menyebutkan sifat seorang muslim,

الْمُسْلِمُ مَنْ سَلِمَ مِنَ الْمُسْلِمُونَ مِنْ لِسَانِهِ وَيَدِهِ

“Seorang muslim adalah orang yang selamat muslim yang lainnya dari keburukan ucapan dan perbuatannya.” (HR. Bukhari, no. 6484 dan Muslim, no. 41)

Seorang muslim adalah orang yang tidak menyakiti atau membahayakan orang lain dengan ucapan atau perbuatannya, salah satunya perbuatan membuli.

Selain menjauhi perbuatan zalim, kita juga dianjurkan untuk mencegah kezaliman, Islam sangat menekankan pentingnya melindungi dan membantu mereka yang lemah dan teraniaya. Korban perundungan sering kali merasa sendirian dan tidak berdaya, sehingga sangat penting bagi kita untuk memberikan dukungan dan perlindungan kepada mereka. Rasulullah ﷺ bersabda,

انْصُرْ أَخَاكَ ظَالِمًا أَوْ مَظْلُومًا فَقَالَ رَجُلٌ: يَا رَسُولَ اللَّهِ، أَنْصُرُهُ إِذَا كَانَ مَظْلُومًا، أَفَرَأَيْتَ إِذَا كَانَ ظَالِمًا كَيْفَ أَنْصُرُهُ؟ قَالَ: تَحْجُزُهُ أَوْ تَمْنَعُهُ مِنَ الظُّلْمِ فَإِنَّ ذَلِكَ نَصْرُهُ

“Tolonglah saudaramu, baik yang menzalimi maupun yang dizalimi.” Seorang sahabat bertanya, “Wahai Rasulullah, kami tahu cara menolong orang yang dizalimi. Namun, bagaimana cara menolong orang yang zalim?” Rasulullah menjawab, “Mencegahnya dari melakukan kezaliman adalah bentuk pertolongan kalian kepada dirinya.” (HR. Bukhari, no. 2444)

Perundungan adalah tindakan zalim yang mendapatkan ganjaran berat di akhirat. Setiap perbuatan yang kita lakukan di dunia akan dipertanggungjawabkan di hadapan Allah ﷻ. Allah ﷻ tidak membiarkan kezaliman, sekecil apa pun itu. Oleh sebab itu, kita wajib menjaga diri dari perbuatan zalim seperti perundungan, serta berusaha mengingatkan dan membantu orang-orang di sekitar kita agar terhindar dari perbuatan buruk ini. Semoga kita semua dilindungi dari perbuatan zalim dan diberi kekuatan untuk selalu berbuat baik. Amin.

[1] QS. Al-Insyiqaq: 8.

[2] Lihat *Tafsir Ibnu Katsir*, 3:351.

[3] QS. Al-Kahfi: 105.

#### Referensi:

- *Tafsir As-Sa'di*. Syaikh As Sa'di. Al-Maktabah Asy-Syamilah.
- *Tafsir Ibnu Katsir*. Ibnu Katsir. Al-Maktabah Asy-Syamilah.
- *Shahih Al-Bukhari*. Imam Al-Bukhari. Al-Maktabah Asy-Syamilah.
- *Shahih Muslim*. Imam Muslim. Al-Maktabah Asy-Syamilah.
- *Musnad Ahmad*. Imam Ahmad. Al-Maktabah Asy-Syamilah
- *Sunan An-Nasa'i*. Imam An-Nasa'i. Al-Maktabah Asy-Syamilah.

# Perundungan dari Sudut Pandang Islam

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

Kian hari, fenomena perundungan semakin menjadi-jadi di berbagai kalangan. Ironisnya, hal ini selalu terulang, bahkan seakan menjadi budaya yang sulit dihilangkan. Oleh sebab itu, seorang muslim sangat perlu -- bahkan wajib -- mengetahui masalah ini, bukan hanya untuk menghindarkan diri dari akibat buruknya, tetapi juga ikut andil dalam pencegahan dan penanganannya. Mari simak pembahasannya pada uraian berikut ini.

## Pergaulan dalam Islam

Islam adalah agama yang mengajarkan nilai-nilai sosial, terlebih lagi dalam masalah pergaulan, sebagaimana diterangkan dalam sabda Nabi ﷺ,

الْمُؤْمِنُ الَّذِي يُخَالِطُ النَّاسَ، وَيَضِيزُ عَلَى أَذَاهُمْ، أَغْظَمُ أَجْرًا مِنَ الْمُؤْمِنِ الَّذِي لَا يُخَالِطُ النَّاسَ، وَلَا يَضِيزُ عَلَى أَذَاهُمْ

“Seorang mukmin yang bergaul dengan manusia dan bersabar atas gangguan mereka lebih besar pahalanya dibandingkan seorang mukmin yang tidak mau bergaul dengan manusia dan tidak bisa sabar atas gangguan mereka.” (HR. Ibnu Majah, no. 4032. Dinilai *shahih* oleh Syaikh Al-Albani)

Seseorang yang bergaul dengan orang lain tidak akan lepas dari tiga keadaan:

1. Berbuat baik kepada mereka baik dalam segi harta, perbuatan, maupun akhlak. Tidak terlalu mengoreksi, banyak memberikan uzur, dan tidak menyulitkan mereka sehingga menyakiti mereka.
2. Memerintahkan mereka pada yang ma'ruf dan melarang mereka dari yang mungkar.
3. Berpaling dari orang-orang bodoh dan tidak menyibukkan diri meladeni mereka.

Ketiga hal ini terkandung dalam firman Allah ﷻ,

خُذِ الْعَفْوَ وَأْمُرْ بِالْعُرْفِ وَأَعْرِضْ عَنِ الْجَاهِلِينَ

“Jadilah engkau pemaaf dan suruhlah orang mengerjakan yang ma'ruf, serta berpalinglah dari pada orang-orang yang bodoh.” (QS. Al-A'raf: 199)

Ibnu Qayyim رحمه الله berkata, “Jika semua orang mengambil kandungan ayat ini (dalam bergaul), sungguh ayat tersebut sudah cukup dan memadai.”<sup>[1]</sup>

Tipikal dan tabiat orang memang berbeda-beda. Oleh karena itu, Islam menunjukkan cara menyikapinya, sehingga yang muncul adalah kebaikan, bukan keburukan. Tidak semua keburukan disikapi dengan respon yang sama; aspek kemaslahatan perlu diperhatikan di balik tindakan tersebut, sebagaimana Allah ﷻ firmankan,

﴿ادْفَعْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ السَّيِّئَةِ﴾

“Tolaklah perbuatan buruk mereka dengan cara yang lebih baik” (QS. Al-Mukminun: 96)

## Penghormatan dalam Islam

Islam tidak mengenal istilah kasta dan hierarki karena kemuliaan dan kehormatan dalam Islam tidak terikat pada fisik, materi, keturunan, dan jabatan. Semua itu hanya penilaian yang bersifat subjektif. Oleh sebab itu, dalam Islam ditetapkan sebuah standar yang lebih objektif dan universal yang semua kalangan dapat memperolehnya, yaitu ketakwaan. Allah ﷻ berfirman,

إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتْقَىٰكُمْ ۚ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ

“Sesungguhnya orang yang paling mulia di sisi Allah adalah orang yang paling bertakwa.” (QS. Al-Hujurat: 13)

Nilai inilah yang menjadi acuan dan terbawa dalam setiap interaksi muslim, baik di keluarga, teman, tetangga, dan masyarakat pada umumnya. Nabi ﷺ juga berpesan dalam sabdanya, “Seorang muslim adalah saudara bagi muslim yang lain; dia tidak boleh menzaliminya dan membiarkannya terzalimi.” (HR. Bukhari, no. 2442 dan Muslim, no. 2580)

Prinsip di atas juga berlaku dalam interaksi seorang muslim dengan orang nonmuslim untuk perkara duniawi. Allah ﷻ berfirman,

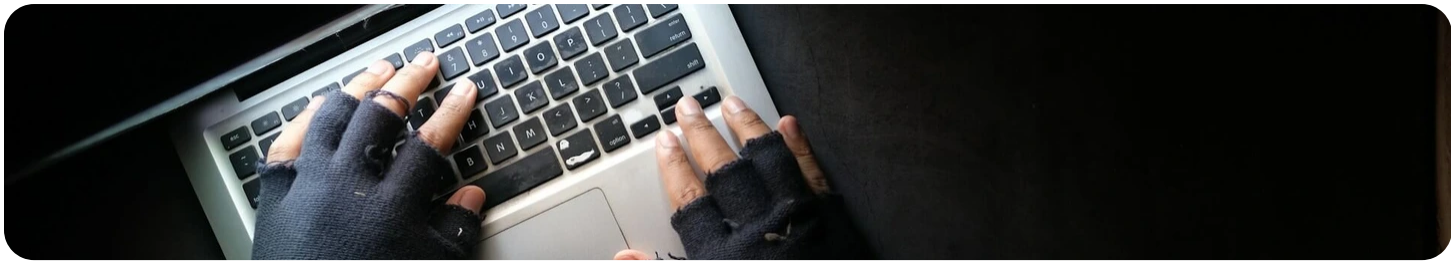
لَا يَنْهَيْكُمْ اللَّهُ عَنِ الَّذِينَ لَمْ يُقْتُلُوكُمْ فِي الدِّينِ وَلَمْ يُخْرِجُوكُمْ مِّن دِيَارِكُمْ أَن تَبَرُّوهُمْ وَتُقْسِطُوا إِلَيْهِمْ ۚ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُقْسِطِينَ

“Allah tidak melarang kamu berbuat baik dan berlaku adil terhadap orang-orang yang tidak memerangimu dalam urusan agama dan tidak mengusir kamu dari kampung halamanmu. Sesungguhnya Allah mencintai orang-orang yang berlaku adil.” (QS. Al-Mumtahanah: 8)

Dalam hal keagamaan, seorang muslim wajib berlepas diri dari berbagai ritual agama lain. Kendati demikian, seorang muslim tidak boleh mencela sesembahan atau ritual agama tersebut. Allah ﷻ berfirman,

وَلَا تَسُبُّوا الَّذِينَ يَدْعُونَ مِن دُونِ اللَّهِ فَيَسُبُّوا اللَّهَ عَدْوًا بِغَيْرِ عِلْمٍ

Halaman selanjutnya →



“Dan janganlah kamu memaki sesembahan yang mereka sembah selain Allah, karena mereka nanti akan memaki Allah dengan melampaui batas tanpa dasar pengetahuan.” (QS. Al-An’am: 108)

### Pengertian Perundungan

Menurut KBBI, perundungan adalah perbuatan mengganggu, mengusik terus-menerus, atau menyusahkan<sup>[3]</sup>. Adapun definisi perundungan menurut KPAI (Komisi Perlindungan Anak Indonesia) adalah tindakan seseorang atau kelompok yang mempunyai dorongan untuk melukai seseorang yang dilakukan berulang-ulang dan berjangka panjang terhadap seseorang yang tidak dapat mempertahankan diri.<sup>[4]</sup>

Dalam bahasa Arab, *perundungan* disebut *at-tanammur* yang bermakna “berbuat buruk kepada orang lain”<sup>[5]</sup>. Adapun secara istilah, menurut Markaz Al-Azhar Al-‘Alami Mesir, perundungan adalah salah satu bentuk berbuat keburukan, mengganggu, dan kesombongan yang ditujukan kepada personal atau kelompok yang lebih lemah menurut personal atau kelompok yang kuat secara berulang kali -- orang-orang yang merundung tersebut menggunakan kekuatan fisik untuk mencapai tujuan mereka<sup>[6]</sup>.

### Hukum Perundungan

Islam jelas mengharamkan karena termasuk kezaliman; kezaliman dalam bentuk apa pun diharamkan dalam Islam. Salah satu dalil yang menunjukkan keharaman perundungan adalah firman Allah ﷻ,

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا لَا يَسْخَرْ قَوْمٌ مِّن قَوْمٍ عَسَىٰ أَن يَكُونُوا خَيْرًا مِّنْهُمْ وَلَا نِسَاءٌ مِّن نِّسَاءٍ عَسَىٰ أَن يَكُنَّ خَيْرًا مِّنْهُنَّ ۚ وَلَا تَلْمِزُوا أَنفُسَكُمْ وَلَا تَنَابَزُوا بِاللُّغِيبِ ۚ بَغِيسَ الْأَنفُسِ الْفُسُوقُ بَعْدَ الْإِيمَانِ ۚ وَمَن لَّمْ يَتُبْ فَأُولَٰئِكَ هُمُ الظَّالِمُونَ

“Wahai orang-orang yang beriman! Janganlah suatu kaum mengolok-olok kaum yang lain, (karena) boleh jadi mereka (yang diolok-olokkan) lebih baik dari mereka (yang mengolok-olok), dan jangan pula perempuan-perempuan (mengolok-olokkan) perempuan lain, (karena) boleh jadi perempuan (yang diolok-olokkan) lebih baik dari perempuan (yang mengolok-olok). Janganlah kamu saling mencela satu sama lain, dan janganlah saling memanggil dengan gelar-gelar yang buruk. Seburuk-buruk panggilan adalah (panggilan) yang buruk (fasik) setelah beriman. Dan barang siapa tidak bertobat, maka mereka itulah orang-orang yang zalim.” (QS. Al-Hujurat: 11)

Nabi ﷺ bersabda, “Seorang muslim adalah saudara bagi muslim yang lain; dia tidak boleh menzaliminya dan membiarkannya terzalimi.” (HR. Bukhari, no. 2442 dan Muslim, no. 2580)

Dalam sabdanya yang lain disebutkan, “Seorang muslim (sejati) adalah seorang yang orang-orang muslim lainnya

selamat dari (gangguan) lisan dan tangannya.” (HR. Bukhari, no. 10 dan Muslim, no. 40)

Ibnu Rajab Al-Hanbali رحمه الله berkata,

“Semua nash ini mengandung makna bahwa seorang muslim tidak halal diberi perlakuan buruk kepadanya dengan berbagai cara, baik ucapan maupun perbuatan tanpa adanya pembenaran.”<sup>[7]</sup>

### Bentuk-Bentuk Perundungan

Perundungan memiliki beberapa bentuk, yaitu:<sup>[8]</sup>

1. Perundungan secara verbal: Berupa sebutan nama, hinaan, fitnah, kritikan kejam, menghina, perkataan yang nuansanya ejekan seksual, atau pelecehan seksual, teror, surat menyurat yang melakukan intimidasi, sangkaan yang tidak benar kasak-kusuk, tuduhan yang keji dan dusta, gosip, dan lainnya.
2. Perundungan secara fisik: Berupa pemukulan, penendangan, penamparan, mencekik, menggigit, mencakar, meludahi, dan merusak serta penghancuran barang-barang milik individu yang ditindas.
3. Perundungan secara relasional: Berupa pelemahan martabat korbannya dengan sistematis dengan cara mengabaikan, mengucilkan, atau menjauhi. Tindakan perundungan tersebut bisa meliputi tingkah laku yang disembunyikan, misalnya pandangannya yang agresif, lirikannya matanya, helaan nafas, cibiran, tawa mengejek, dan gestur tubuhnya yang mengejek.
4. Perundungan elektronik: Perundungan yang dilaksanakan tersangkanya dengan media elektronik, misalnya dengan komputer, *handphone*, internet, *website*, *chatting room*, *e-mail*, SMS, dan sebagainya.

### Faktor Perundungan

Faktor yang memicu tindakan perundungan terdiri atas faktor internal maupun eksternal.

#### 1. Faktor internal<sup>[9]</sup>

a) **Karakteristik kepribadian.** Menurut ilmu psikologi, kepribadian manusia terbagi menjadi dua; introvert (tipe kepribadian seseorang yang tertutup) dan ekstrovert (tipe kepribadian seseorang yang terbuka). Tipe kepribadian ekstrovert cenderung lebih terbuka terhadap lingkungan, aktif, bersikap lebih agresif -- bahkan bertindak tanpa berpikir panjang, dan cenderung impulsif. Sebaliknya, kepribadian introvert cenderung pasif dan tertutup terhadap lingkungan. Dengan demikian, pada umumnya perundungan dilakukan oleh individu yang memiliki tipe kepribadian ekstrovert.

Halaman selanjutnya →

b) **Kekerasan yang dialami pada masa lalu.** Tindakan kekerasan bisa berasal dari pengalaman masa lalu yang dilihat secara langsung. Penglihatan seseorang pada sekitarnya yang bertindak kekerasan membekas pada dirinya dan selanjutnya menirunya.

c) **Tingkat emosi.** Kemampuan individu dalam mengontrol emosi diri secara efektif akan menghasilkan daya tahan yang baik dan kemampuan dalam mengatasi masalah. Tingkat emosi berhubungan erat dengan pola asuh orang tua; orang tua yang menerapkan pola asuh yang kasar akan membentuk anak dengan tingkat emosi yang buruk dan memiliki tingkat agresivitas yang tinggi.

d) **Perasaan berkuasa.** Rasa berkuasa menjadikan suatu alasan siswa melancarkan perundungan. Pelaku merasa bangga jika dipandang hebat dan siswa lain menakutinya. Tindakan perundungan ini merupakan usaha untuk mencari perhatian kepada teman sebayanya yang dapat memicunya mengulangi perilaku tersebut.

## 2. Faktor eksternal<sup>[10]</sup>

a) **Keluarga.** Hubungan yang hangat dalam keluarga akan berdampak baik bagi anak. Pola Pendidikan juga berpengaruh terhadap baik atau buruknya mental anak.

b) **Sekolah.** Di sekolah, anak menghabiskan cukup banyak waktu. Hal tersebut menjadi salah satu ruang pengembangan karakter siswa. Patut disayangkan jika pihak sekolah justru sering mengabaikan fungsinya sebagai media pengembangan diri dan kematangan pribadi anak. Akibatnya, fenomena perundungan tumbuh berjamuran tanpa pencegahan dan penanganan yang memadai. Alhasil, siswa yang menjadi pelaku perundungan merasa memperoleh penguatan terhadap perilakunya dalam mengintimidasi siswa lain.

c) **Kelompok sebaya.** Teman sebaya, sebagai lingkungan sosial untuk remaja, memiliki kontribusi penting bagi tumbuh kembang karakternya. Salah satu pengaruhnya tampak dalam pengembangan identitas diri dan pengembangan kecakapan berkomunikasi antar individu dalam pergaulan dengan teman sebayanya. Sebagian anak melakukan perundungan demi menunjukkan kapabilitasnya untuk memasuki lingkaran pertemanan tertentu, walaupun terkadang mereka sebenarnya merasa tidak nyaman dan mereka paham bahwa perbuatannya itu keliru.

d) **Kondisi lingkungan sosial.** Kemiskinan adalah salah satu kondisi lingkungan sosial yang dapat memicu perundungan. Sebagian anak melakukan perundungan karena kebutuhan hidup, sehingga tindakan perundungannya juga disertai dengan perampasan atau pengambilan barang anak lain secara paksa.

### Dampak Negatif Perundungan

Perundungan membawa dampak negatif dari berbagai sisi.<sup>[11]</sup>

1) **Dampak terhadap korban.** Misalnya: kurangnya minat untuk menyelesaikan tugas sekolah, sering bolos, menurunnya prestasi, kurangnya pergaulan dengan teman-teman, emosional (labil), sering mengalami berbagai keluhan fisik (sakit kepala, sakit perut, nafsu makan menurun, atau susah tidur), sering terlihat adanya luka dan memar di tubuh, atau barang-barang pribadinya banyak yang hilang karena dirampas secara paksa atau dicuri oleh pelaku perundungan.

2. **Dampak terhadap pelaku.** Misalnya: rendahnya prestasi, senang menyendiri, merokok, memakai narkoba, dan munculnya perilaku yang mengarah pada tindakan kekerasan dan anarkis, sering bolos sekolah, sikap yang menentang orang tua atau orang dewasa, atau terlibat dalam tindak pidana.

3. **Dampak terhadap saksi.** Anak yang menyaksikan perundungan yang menimpa temannya akan merasa imbas pada mentalnya. Imbas tersebut tergantung pada intensitas perundungan yang dia lihat. Dampak tersebut tampak dalam bentuk phobia yang berlebihan, kecemasan saat akan berangkat sekolah, ketidaknyamanan apabila berada di sekolah, trauma, rasa benci terhadap tersangka bullying, dan konsentrasi yang rendah dalam mengikuti pelajaran.

### Solusi dalam Menangani Perundungan

Dalam menangani fenomena perundungan, semua pihak harus bekerja sama: keluarga, sekolah, dan masyarakat. Yang paling penting, tetapi terkadang dilupakan, adalah melibatkan pelaku, korban, dan saksi juga harus ikut andil di dalamnya.<sup>[12]</sup>

• Korban perlu memahami hal berikut ini:

1. Pada dasarnya manusia itu sama. Perbedaan dan kemuliaan mereka hanya terletak pada iman dan ketakwaan.
2. Kezaliman dalam bentuk apa pun diharamkan dalam Islam. Terlebih lagi, kezaliman tersebut terhitung sebagai “utang” yang akan harus dibayar di akhirat kelak.

Halaman selanjutnya →

- 3. Menyakiti dan merendahkan orang lain merupakan akhlak jahiliyah
- 4. Perundungan menyebabkan pelakunya menjauh dari ketaatan kepada Allah dan tuntunan Rasul-Nya menuju kemurkaan dan laknat-Nya.
- 5. Setiap muslim hendaknya memohon perlindungan Allah ﷻ dari godaan setan.
- 6. Setiap muslim selayaknya menjadi teladan baik bagi orang lain.
- 7. Tidak ada seorang pun yang maksum (terlepas dari dosa dan kesalahan) kecuali para nabi.
- 8. Pentingnya menghormati orang yang lebih tua dan menyayangi orang yang lebih muda, serta meninggalkan perkara yang bisa menyakiti orang lain tanpa disadari, misalnya bercanda berlebihan atau nge-prank.
- 9. Wajibnya menjaga hak-hak sesama muslim. Umat muslim bagaikan satu tubuh: apabila seorang muslim tersakiti maka sejatinya itu bagai menyakiti muslim yang lain. Ukhuwah islamiah perlu diperkuat, tinggalkan persaingan yang tercela, serta hilangkan kebencian dan hasad dengan sesama muslim.
- 10. Seorang muslim perlu menahan amarah dan belajar memaafkan, serta bersikap adil dan tidak membedakan orang saat bergaul.

- Korban perlu memahami hal berikut ini:
  - 1. Percaya dan tawakal kepada Allah ﷻ, bahwa tidak ada yang dapat memberi manfaat dan mudharat melainkan atas izin-Nya.
  - 2. Menjaga privasi dan rahasia; jangan mudah menyebarkannya kepada orang lain.
  - 3. Meminimalkan pergaulan sesuai kebutuhan.
  - 4. Memperkuat karakter dan mental.
  - 5. Belajar membela diri dan tidak pasrah terhadap sikap semena-mena orang lain terhadap dirinya.
- Lingkungan sekitar (keluarga, sekolah, dan masyarakat) perlu melakukan hal berikut ini:
  - 1. Berdiskusi dengan pelaku dan berusaha melakukan perubahan dengan cara yang lembut dan baik.
  - 2. Memberikan hukuman yang sesuai pada pelaku.
  - 3. Menciptakan lingkungan dan pergaulan yang baik.
  - 4. Menolong dan menopang korban perundungan.
  - 5. Memperkuat edukasi agama dalam keluarga, sekolah, dan masyarakat sekitar.

Penutup

Demikian yang dapat Penulis jelaskan tentang masalah perundungan dalam Islam. Semoga bisa menjadi ilmu yang bermanfaat untuk kita semua. Akhir kata, kami memohon kepada Allah ﷻ dengan segala asma’ dan sifat-Nya agar memberkahi dan meridhai tulisan ini. *Wabillahi taufiq ila aqwamith thariq.*

[1] Lihat *Zad Al-Muhajir Ila Rabbih*, hlm. 88.  
[2] Ini tidak menutup adanya prinsip amar ma’ruf dan nahi mungkar. Yang ditekankan adalah perlu adanya batasan ketika menjelaskan kesesatan agama lain: wajib disampaikan secara ilmiah, serta tetap menjaga ucapan dan sikap agar jangan sampai mencela karena celaan yang melampaui batas akan membangkitkan amarah umat agama tersebut, sehingga mereka akan berbalik menghina Allah D dan syariat Islam.  
[3] Situs KBBI.  
[4] *Bullying Siapa Takut?*, hlm. 12.  
[5] *At-Tanammur: Haqiqatuhu wa Adhraruhu wa Asbabuhu wa ‘Ilajuhu*, hlm. 257.  
[6] Ibid, hlm. 259.  
[7] *Jami’ Al-‘Ulum Wal Hikam*, 3:999.  
[8] *Mengatasi Bullying melalui Pendidikan Karakter*, hlm. 170.  
[9] *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Bullying pada Remaja*, hlm. 1154.  
[10] *Faktor yang Mempengaruhi Remaja dalam Melakukan Bullying*, hlm. 328.  
[11] *Bullying (Mengatasi Kekerasan di Sekolah dan Lingkungan Sekitar Anak)*, hlm. 13.  
[12] *Diringkas secara bebas dari At-Tanammur: Haqiqatuhu wa Adhraruhu wa Asbabuhu wa ‘Ilajuhu*, hlm. 320-346.

Referensi:

1. *Shahīh Al-Bukhārī*, Abu Abdillāh Muhammad bin Ismā’īl bin Ibrāhīm Al-Bukhārī, As-Sulthānīyah-Mesir, Cet. 1, Tahun 1422 H.  
2. *Shahīh Muslim*, Abul Husain Muslim bin Al-Hajjāj Al-Qusyairī, Tahqīq Muhammad Fuad Abdul Bāqī, Mathba’ah ‘Īsā Al-Bābī Al-Halabī-Kairo, Cet. Tahun 1374 H/1955 M.  
3. *Sunan Ibnī Mājah*, Abu Abdillāh Muhammad bin Yazīd Al-Qazwainī Ibnu Mājah, Tahqīq Muhammad Nashiruddin Al-Albanī dan Masyhūr bin Hasan, Maktabah Al-Ma’ārif, Cet. 1, tanpa menyebutkan tahun.  
4. *Zād Al-Muhājir Ilā Rabbih*, Abu Abdillāh Muhammad bin Abi Bakr bin Ayyūb Ibnul Qayyim Al-Jauziyyah, Tahqīq Muhammad ‘Uzair Syams, Dār ‘Athā’āt Al-Ilm, Cet. 5, Tahun 1440 H/2019 M.  
5. *Jāmi’ Al-‘Ulūm Wa Al-Hikam Fī Syarh Khamsīn Hadītsan Min Jawāmi’ Al-Kalīm*, Zainuddin Abdurrahman bin Ahmad bin Rajab Al-Hambalī, Tahqīq DR. Muhammad Al-Ahmadī, Dār As-Salām, Cet. 2, Tahun 1424 H/2004 M.  
6. *At-Tanammur: Haqiqatuhu Wa Adhraruhu Wa Asbabuhu Wa ‘Ilajuhu Fi Dhau’ As-Sunnah An-Nabawiyah*, DR. Muhammad bin Ahmad bin Mahmud bin Abdullah, Jami’ah Al-Azhar, Majalah Kuliyah Ushuluddin Wad Dakwah, Edisi 41.  
7. *Bullying Siapa Takut?*, Fitria Chakrawati, Tiga Ananda-Solo, Cet. 1, Tahun 2015.  
8. *Mengatasi Bullying Melalui Pendidikan Karakter*, Yuyarti, Jurnal Pendidikan UNNES Vol. 8, No. 2, Tahun 2018.  
9. *Bullying (Mengatasi Kekerasan di Sekolah dan Lingkungan Sekitar Anak)*, Tim Yayasan Semai Jiwa Amini (SEJIWA), PT. Grasindo, Jakarta, Tahun 2008.  
10. *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Bullying Pada Remaja*, Hertika Nanda Putri, Jurnal JOM Vol. 2, No. 2, Tahun 2015.  
11. *Faktor Yang Mempengaruhi Remaja Dalam Melakukan Bullying*, Elan Zain Zakiyah, Jurnal UNPAD Vol. 4, No. 2, Tahun 2017.  
12. Website KBBI (<https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/rundung>), diakses pada tanggal 20 Mei 2024.

# Jangan rendahkan Orang Lain

Penulis: Athirah Mustadjab

Editor: Za Ummu Raihan

## LAFAL AYAT

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا لَا يَسْخَرْ قَوْمٌ مِّن قَوْمٍ عَسَىٰ أَن يَكُونُوا خَيْرًا مِّنْهُمْ وَلَا نِسَاءٌ مِّن نِّسَاءٍ عَسَىٰ أَن يَكُنَّ خَيْرًا مِّنْهُمْ ۖ وَلَا تَلْمِزُوا أَنفُسَكُمْ وَلَا تَنَابَزُوا بِالْأَلْقَابِ ۚ بِئْسَ الْفُسُوقُ بَعْدَ الْإِيمَانِ ۚ وَمَن لَّمْ يَتُبْ فَأُولَٰئِكَ هُمُ الظَّالِمُونَ

“Wahai orang-orang yang beriman, janganlah sekumpulan orang laki-laki merendahkan kumpulan yang lain; boleh jadi yang ditertawakan itu lebih baik dari mereka. Dan jangan pula sekumpulan perempuan merendahkan kumpulan lainnya; boleh jadi yang direndahkan itu lebih baik. Dan janganlah suka mencela dirimu sendiri dan jangan memanggil dengan julukan yang mengandung ejekan. Seburuk-buruk panggilan adalah (panggilan) yang buruk sesudah iman dan barang siapa yang tidak bertobat, maka mereka itulah orang-orang yang zalim.” (QS. Al-Hujurat: 11)



## SABABUN NUZUL (PENYEBAB TURUNNYA AYAT)

- Muqatil menafsirkan firman Allah (QS. Al-Hujurat:11), “Ayat ini turun berkenaan dengan peristiwa Bani Tamim yang mengejek Bilal, Salman, Ammar, Khabab, Ibnu Fuhairah, dan Salim (mantan budak Abu Hudzaifah).<sup>[1]</sup>
- Ibnu Abbas: Ayat ini turun berkaitan dengan Tsabit bin Qais bin Syammas yang memiliki kendala pendengaran di telinganya. Jika dia mendatangi Rasulullah ﷺ dan sahabat lain telah datang lebih dahulu, mereka melapangkan tempat untuk Tsabit agar Tsabit bisa duduk di samping Rasulullah ﷺ, sehingga dia bisa mendengar ucapan beliau ﷺ dengan jelas. Tibalah suatu hari tatkala tiba waktu shalat subuh. Sewaktu Nabi ﷺ beranjak selepas shalat, setiap orang mengambil tempat duduk hingga tak ada lagi ruang kosong bagi orang yang datang belakangan. Lantas ada seseorang yang tidak mendapati tempat duduk, dia hanya bisa berdiri di tempatnya. Ketika Tsabit datang setelah mengerjakan shalat subuh, dia melihat bahwa orang-orang telah memadati area di sekeliling Nabi ﷺ. Dia pun berkata, “Bergeserlah sedikit, bergeserlah sedikit!” hingga para sahabat bergeser untuk memberinya jalan agar dia dapat sampai ke dekat Rasulullah ﷺ. Sewaktu di depannya ada seorang lelaki, Tsabit berkata, “Bergeserlah sedikit!” Lelaki itu berkata, “Kamu sudah mendapat tempat duduk. Duduklah!” Dalam keadaan marah, Tsabit akhirnya duduk di belakang lelaki itu. Dalam kondisi remang-remang, Tsabit berisyarat dengan kedua matanya pada lelaki itu, dan Tsabit berkata, “Siapa ini?” Lelaki itu menjawab, “Saya fulan.” Tsabit menanggapi, “Anak fulanah, ya?” Tsabit menyebutkan beberapa kondisi ibu lelaki tadi pada masa jahiliah, sehingga lelaki itu menundukkan kepalanya dan merasa malu.”<sup>[2]</sup>

- Adh-Dhahhak berkata, “Ayat ini turun dikarenakan oleh Bani Tamim yang telah kami sebutkan sebelumnya. Mereka mengejek para sahabat yang fakir -- misalnya Ammar, Khabbab, Bilal, Suhaib, Salman, dan Salim (mantan budak Abu Hudzaifah) – ketika mereka melihat kondisi para sahabat yang fakir tersebut. Oleh sebab itulah, Allah ﷻ menurunkan ayat tentang kaum mukminin dari kalangan para sahabat yang fakir itu.”<sup>[3]</sup>

## TAFSIR

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا لَا يَسْخَرْ قَوْمٌ مِّن قَوْمٍ<sup>[4]</sup>

- Maksudnya: seorang lelaki terhadap lelaki yang lain.
- Kaum (الْقَوْمُ): Sebuah istilah yang mencakup lelaki maupun wanita, tetapi terkadang istilah “kaum” (الْقَوْمُ) ditujukan khusus untuk lelaki.

عَسَىٰ أَن يَكُونُوا خَيْرًا مِنْهُمْ وَلَا نِسَاءٌ مِّن نِّسَاءٍ عَسَىٰ أَن يَكُنَّ خَيْرًا مِنْهُمْ<sup>[5]</sup>

- Diriwayatkan dari Anas bahwa firman Allah ini turun berkenaan dengan para istri Rasulullah ﷺ yang mengejek Ummu Salamah karena tubuhnya yang pendek.
- Diriwayatkan dari Ikrimah dari Ibnu Abbas bahwa firman Allah ini turun karena peristiwa yang dialami Shafiyyah binti Huyay bin Akhthab. Para Wanita mengejek Shafiyyah dengan ucapan, “Wanita Yahudi, anak keturunan Yahudi!”

وَلَا تَلْمِزُوا أَنفُسَكُمْ<sup>[6]</sup>

- Maksudnya: Jangan saling mengejek. Jangan saling menghina.

وَلَا تَنَابَزُوا بِالْأَلْقَابِ<sup>[7]</sup>

Halaman selanjutnya →

- *At-Tanabaz* (التَّنَابُزُ) merupakan kata yang mengikuti *wazan* التَّنَاعُلُ dari kata *an-nabzu* (النَّبْزُ) yang bermakna “julukan”, yaitu menyebut seseorang dengan panggilan yang tidak sepatasnya ditujukan untuknya.
- Ikrimah berkata, “Contohnya adalah ucapan seseorang kepada orang lain, ‘Oi, orang fasik! Hai, orang munafik! Hai, orang kafir!’”
- Al-Hasan berkata, “Ada orang Yahudi dan Nasrani yang memeluk Islam. Setelah mereka telah masuk Islam, ada yang memanggil mereka, ‘Hai, orang Yahudi! Hai, orang Nasrani!’ Panggilan semacam itu terlarang.
- Atha’ berkata, “Contohnya adalah ucapan yang engkau lontarkan kepada sesama muslim, ‘Oi, kamu anjing! Hei, keledai!, Oi, kamu babi!’”
- Diriwayatkan dari Ibnu Abbas bahwa dia berkata, “Yang dimaksud التَّنَابُزُ بِالْأَلْقَابِ adalah seseorang yang berbuat keburukan kemudian dia bertobat. Orang lain tidak boleh mengejeknya dengan mengungkit kesalahannya pada masa lalu.”

#### يُنْسِ الْأَسْمَ الْفُسُوقُ بَعْدَ الْإِيمَانِ[8]

- Maksudnya: Panggilan terburuk adalah jika seorang muslim berkata, “Oi, orang Yahudi! Hai, orang fasik!” padahal orang yang dipanggil tersebut telah memeluk Islam dan telah bertobat.
- Ada juga yang berpendapat bahwa ayat tersebut adalah tentang orang yang melakukan perbuatan terlarang, berupa mengejek, menghina, dan merendahkan karena semua perbuatan itu termasuk kefasikan. Seburuk-buruknya panggilan adalah disebut sebagai orang fasik setelah dia telah beriman. Oleh sebab itu, Seorang mukmin jangan sampai lakukan perbuatan fasik tadi (mengejek, menghina, dan merendahkan orang lain) supaya dia tidak termasuk ke golongan orang yang layak disebut fasik (karena telah berbuat fasik, pen.).

#### وَمَنْ لَمْ يَثْبُ قَاُولَيْكَ هُمْ الظَّالِمُونَ[9]

- Orang yang tidak bertobat dari kefasikan tersebut (mengejek, menghina, dan merendahkan orang lain) adalah orang yang zalim.

#### PELAJARAN YANG DAPAT DIPETIK

1. Allah سُبحانه وتعالى menyebutkan bahwa Dia melarang kaum mukminin untuk mengejek dengan julukan-julukan tertentu. Maksud “mengejek dengan julukan tertentu” adalah memanggil orang lain dengan nama/julukan atau sifat tertentu yang tidak disukainya. Jika demikian, benarlah tafsiran para ahlul ‘ilmi tentang ayat tersebut; satu sama lain tidak bertentangan; semuanya benar karena semua penjelasan mereka termasuk dalam larangan yang Allah سُبحانه وتعالى tetapkan kepada orang muslim, yaitu larangan untuk saling mengejek.[10]
2. Mencela (الهَمَز) dan mengumpat (الَلَمَز) adalah perbuatan tercela dan terlaknat, sebagaimana firman Allah سُبحانه وتعالى di surah Al-Humazah ayat 1, “ وَيْلٌ لِّكُلِّ هُمَزَةٍ لُّمَزَةٍ ” (Celakalah orang yang suka mengumpat dan mencela!). Ada dua jenis umpatan: (a) Umpatan/ejekan dengan perbuatan. Contohnya pada QS. Al-Qalam: 11 yang berbunyi (هَمَزٍ مَشَاءٍ يَنْمِيهِ), yaitu merendahkan dan

mengejek orang lain dengan celaan dan menyebar adu domba di antara manusia.

(b) Umpatan/ejekan dengan ucapan. Contohnya pada QS. Al-Hujurat: 11 yang berbunyi (وَلَا تَلْمِزُوا أَنْفُسَكُمْ)[11]

3. Suka mengejek dan mencela dengan julukan atau panggilan yang tidak enak didengar adalah salah satu tabiat jahiliah. Islam datang untuk menghapuskan kebiasaan buruk tersebut.[12]

4. Allah عَزَّوَجَلَّ melarang sikap olok-mengolok. Bentuk olokan tersebut berupa merendahkan orang lain dan mengejeknya. Rasulullah صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ bersabda, “ الْكِبْرُ بَطْرُ الْحَقِّ وَغَمْصُ النَّاسِ ” (Bentuk kesombongan adalah menolak kebenaran dan merendahkan orang lain). Maksud hadits tersebut adalah mengejek orang lain dan meremehkannya. Sikap tersebut diharamkan dalam Islam. Mungkin saja orang yang diejek tersebut jauh lebih mulia kedudukannya di sisi Allah dan lebih dicintai oleh-Nya dibandingkan si pengejek.[13]

5. Betapa menyedihkan tatkala ejekan dan panggilan dengan nama binatang dianggap sebagai sebuah gaya komunikasi kasual. Telinga yang sering mendengarnya dan mata yang sering membacanya lambat laun akan menormalisasi dan menganggap ucapan kotor semacam itu adalah hal yang tidak perlu diingkari. Oleh sebab itu, kaum muslimin wajib berpegang teguh dengan pesan yang terdapat di QS. Al-Hujurat: 11 ini. Jadikan ayat tersebut sebagai panduan utama interaksi harian, baik di dunia nyata maupun dunia maya. Berilah contoh yang baik agar orang lain bisa meniru hal yang baik pula. Warnailah dunia maya maupun dunia nyata dengan nilai-nilai islami. Seorang mukmin selayaknya mengajak orang lain untuk menjadi baik, bukan malah ikut-ikutan tren yang buruk. Wallahul Muwaffiq.

[1] Tafsir ibnu abi hatim, 10:3304 no. 18612

[2] Tafsir Al-Baghawi, 7:342-343.

[3] Tafsir Al-Baghawi, 7:343.

[4] Tafsir Al-Baghawi, 7:343.

[5] Ibid.

[6] Ibid.

[7] Tafsir Al-Baghawi, 7:343-344.

[8] Tafsir Al-Baghawi, 7:344.

[9] Ibid.

[10] Tafsir Al-Baghawi, 7:343.

[11] Tafsir Ibnu Katsir, 7:376.

[12] Disarikan dari Tafsir Ibnu Katsir, 7:376.

[13] Ibid.

#### Referensi:

- Tafsir Al-Baghawi. Al-Imam Al-Baghawi. Al-Maktabah Asy-Syamilah.
- Tafsir Ibnu Katsir. Al-Imam Ibnu Katsir. Al-Maktabah Asy-Syamilah.
- Tafsir Ibnu Abi Hatim. Al-Imam Ibnu Abi Hatim. Al-Maktabah Asy-Syamilah.

# Bolehkah Orang Tua Memukul Anak?

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

قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: مُرُوا أَوْلَادَكُمْ بِالصَّلَاةِ وَهُمْ أَبْنَاءُ سَبْعِ سِنِينَ، وَأَضْرِبُوهُمْ عَلَيْهَا وَهُمْ أَبْنَاءُ عَشْرِ سِنِينَ، وَفَرِّقُوا بَيْنَهُمْ فِي الْمَضَاجِعِ

Rasulullah ﷺ bersabda, “Perintahkanlah anak-anak kalian untuk melaksanakan shalat apabila dia sudah mencapai usia tujuh tahun. Apabila dia sudah mencapai usia sepuluh tahun, pukullah dia (jika dia tidak melaksanakan shalat), dan pisahkanlah tempat tidur mereka.”

## Takhrij Hadits

Hadits ini berderajat **hasan**, diriwayatkan oleh Abu Dawud dalam *Sunan*-nya, no. 495 (sesuai lafal Al-Bukhari dalam *At-Tarikh Al-Kabir*, no. 2358); Ahmad dalam *Musnad*-nya, no. 6756; Al-Baihaqi dalam *Sunan Al-Kubra*, Nn. 3233, 3234, dan 3235; Ad-Daruquthni dalam *Sunan*-nya, No. 887 dan 888; Al-Hakim dalam *Mustadrak*-nya, no. 708; dan Al-Baghawi dalam *Syarh As-Sunnah*, no. 505 dari sahabat Abdullah bin ‘Amr bin Al-‘Ash رضي الله عنه.

Syaikh Al-Albani menilai hadits ini *hasan shahih* dalam takhrijnya terhadap *Sunan Abi Dawud*, 1:133. Adapun Syaikh Syu’aib Al-Arnauth menilai sanadnya *hasan* dalam takhrijnya terhadap *Sunan Abi Dawud*, 1:367.

Diriwayat juga pada jalur lain oleh At-Tirmidzi dalam *Sunan*-nya, no. 407, sesuai lafalnya; Abu Dawud dalam *Sunan*-nya, no. 494; Al-Hakim dalam *Mustadrak*-nya, no. 948; Al-Baihaqi dalam *As-Sunan Al-Kubra*, no. 2253 dan 5091, serta dalam *As-Sunan Ash-Shaghir*, no. 556; Ibnu Khuzaimah dalam *Shahih*-nya, no. 1002; Ad-Darimi dalam *Sunan*-nya, no. 1471; dan Ath-Thabarani dalam *Al-Mu’jam Al-Kabir*, no. 6546 dari sahabat Sabrah bin Ma’bad Al-Juhani رضي الله عنه.

## Makna Umum Hadits

Dalam hadits ini Nabi ﷺ memerintahkan untuk mengajarkan anak-anak kecil, baik laki-laki atau perempuan, tentang shalat. Mereka mulai diperintahkan untuk melaksanakan shalat ketika mereka berusia tujuh tahun. Ketika mereka tidak mengerjakan shalat pada usia sepuluh tahun, Nabi ﷺ memerintahkan kepada orang tua untuk memukul mereka, dan pada usia tersebut pula tempat tidur mereka mulai dipisahkan untuk tidur sendiri.

## Syarah Hadits

- Makna lafal (مُرُوا أَوْلَادَكُمْ بِالصَّلَاةِ) adalah perintah untuk orang tua dan wali supaya memberikan pengajaran dan pelatihan terhadap anak-anak mereka, baik laki-laki atau perempuan tentang perkara shalat. Perintahnya tidak ditujukan secara langsung kepada anak-anak sebab mereka belum mukallaf

(terkena perintah syariat)<sup>[1]</sup>. Hadits ini juga mengandung perintah bagi lelaki untuk memerintahkan istri dan pembantu (yang bekerja di rumahnya) untuk shalat sebab perintah kepada anak-anak tidak akan sempurna terlaksana melainkan dengan turut memerintahkan penghuni rumah yang lainnya dengan perkara yang sama.

- Makna lafal (وَهُمْ أَبْنَاءُ سَبْعِ سِنِينَ) adalah jika anak menginjak usia tujuh tahun dan pada saat itu dia sudah diajari dan dilatih untuk shalat, mereka akan menjadi terbiasa<sup>[2]</sup> dengan amal shalih tersebut. Hikmah pemilihan usia tujuh tahun adalah karena usia tersebut merupakan awal terbentuknya kekuatan pada tubuh manusia, yang dikenal dengan istilah tamyiz. Semakin anak dewasa, kekuatannya akan bertambah.<sup>[3]</sup>
- Makna lafal (وَأَضْرِبُوهُمْ عَلَيْهَا) adalah ketika anak tidak melaksanakan shalat maka orang tua dan wali diperintahkan untuk memukul mereka dengan pukulan yang tidak sampai melukai dan bukan pukulan pada area wajah<sup>[4]</sup>.
- Makna lafal (وَهُمْ أَبْنَاءُ عَشْرِ سِنِينَ) adalah anak-anak yang tidak melaksanakan shalat boleh dipukul ketika usia mereka menginjak sepuluh tahun. Alasannya, jika pada usia tersebut anak dibiarkan tidak shalat maka akan semakin berat bagi mereka untuk melaksanakan shalat di kemudian hari<sup>[5]</sup>.
- Perintah memukul yang disebutkan di hadits tersebut termasuk kategori wajar sebab ada syarat yang harus dipenuhi, yaitu: tidak sampai melukai dan tidak pada area wajah. Hukuman ini merupakan jalan terakhir ketika anak sudah melampaui batas, yaitu ketika anak tidak melaksanakan shalat pada usia sepuluh tahun, padahal sebelumnya sudah diajari dan dilatih. Hal ini sama sekali bukan bentuk *bullying* (perundungan) pada anak-anak karena pemukulan tersebut dilakukan sebagai bentuk pengajaran dan untuk kemaslahatan mereka di kemudian hari. Al-Izz bin Abdus Salam رحمه الله mengatakan, “(Memukul anak) dibolehkan hanya sebagai sarana untuk mencapai kemaslahatan pengajaran. Apabila kemaslahatan

Halaman selanjutnya →

- Makna lafal (وَفَرَّقُوا بَيْنَهُمْ فِي الْمَضَاجِعِ) adalah perintah untuk memisahkan tempat tidur antara anak laki-laki dan anak perempuan karena usia sepuluh tahun merupakan masa mendekati usia baligh atau bahkan sudah baligh, sehingga pada usia tersebut bisa saja syahwatnya bangkit dan terjadi kerusakan. Atas alasan tersebutlah, Nabi ﷺ memerintahkan demikian sebagai bentuk kehati-hatian<sup>[7]</sup>. Demikian pula, sesama anak laki-laki tidak boleh ditidurkan dengan sesama anak laki-laki dalam satu tempat tidur, dan anak perempuan tidak boleh ditidurkan dengan sesama anak perempuan dalam satu tempat tidur. Adapun jika berbeda tempat tidur dalam satu ruangan, maka secara zahir situasi tersebut tidak termasuk dalam larangan hadits, meski sebaiknya kamar sesama anak laki-laki atau anak perempuan dipisahkan.
- Digabungkannya perintah mengenai menyuruh anak untuk shalat dan memisahkan tempat tidur mereka adalah sebagai bentuk pelatihan dan penjagaan perintah Allah untuk mendidik mereka mengerjakan pokok ibadah dalam Islam yaitu shalat, serta sebagai bentuk pengajaran bagi mereka tentang cara bergaul dengan manusia dan tentang pentingnya menghindari sikap yang bisa menjadi sebab datangnya tuduhan jelek, sehingga mereka pun bisa menjauhi segala larangan Allah<sup>[8]</sup>.

Faedah Hadits

1. Orang tua dan para wali wajib mengajari dan membimbing anak-anaknya tentang perkara shalat ketika anak berusia tujuh tahun. Sebelum usia tersebut, mengajari dan membimbing anak tentang perkara shalat adalah hal yang sunnah (mustahab). Apabila pada usia sepuluh tahun anak tidak mengerjakan shalat, dia boleh dihukum, meski dengan pukulan.
2. Yang dikenalkan pertama kali pada anak dalam masalah ibadah setelah perkara tauhid adalah shalat.
3. Pukulan adalah sarana pengajaran. Terlebih lagi jika tujuannya untuk kemaslahatan atau menghindari kemudarat. Namun, syaratnya tetap harus dipenuhi, yaitu: tidak sampai melukai dan harus menghindari pemukulan pada area wajah.
4. Sahnya shalat anak-anak yang sudah tamyiz.
5. Orang tua dan para wali wajib menjauhkan anak-anak dari fitnah, yaitu dengan cara menjelaskan batasan aurat dan keharaman membukanya, serta memisahkan tempat tidur mereka.
6. Hukuman berupa pukulan tidak akan membentuk karakter pem-bully (perundung) asalkan dilakukan sebagai bentuk pengajaran dan sesuai ketentuan syariat.

<sup>[1]</sup> Lihat *Al-Mafātih Syarh Al-Mashabih*, 2:12 dan *Tharh At-Tatsrib fi Syarh At-Taqhrib*, 7:87.

<sup>[2]</sup> Lihat *Al-Mafatih Syarh Al-Mashaabih*, 2:12.

<sup>[3]</sup> Lihat *Lama’at At-Tanqih*, 2:323.

<sup>[4]</sup> Lihat *Dalil Al-Falihin*, 3:132.

<sup>[5]</sup> Lihat *At-Tanwir Syarh Al-Jami’ Ash-Shaghir*, 9:550.

<sup>[6]</sup> Lihat *Qawa’id Al-Ahkam*, 1:121.

<sup>[7]</sup> Lihat *Syarh Al-Mashabih Libni Malak*, 1:362.

<sup>[8]</sup> Lihat *Mirqat Al-Mafātih Syarh Misykäh Al-Mashābīh*, 2/512

Referensi:

1. *At-Tārīkh Al-Kabīr*, Abu Abdillāh Muhammad bin Ismā’īl bin Ibrāhīm Al-Bukhārī, Tahqīq Abdurrahman bin Yahya Al-Mu’allimī Al-Yamānī, Dāirah Al-Ma’ārif Al-’Utmāniyah-Hyderabad-India, tanpa menyebut tahun cetakan. (Versi Syamilah)
2. *Sunan At-Tirmidzī*, Abu ‘Isā Muhammad bin ‘Isā At-Tirmidzi, Tahqīq Muhammad Nāshiruddīn Al-Albānī, Maktabah Al-Ma’ārif, Riyādh-KSA, Cet. 1, tanpa menyebut tahun.
3. *Sunan Abi Dāwud*, Abu Dāwud Sulaimān bin Al-Asy’ats As-Sijistāniy, Tahqīq Muhammad Nāshiruddīn Al-Albānīy, Maktabah Al-Ma’ārif, Riyādh-KSA, Cet. 1, tanpa menyebut tahun.
4. *Sunan Abi Dāwud*, Abu Dāwud Sulaimān bin Al-Asy’ats As-Sijistāniy, Tahqīq Syu’aib Al-Arnaūth, Dar Ar-Risalah Al-’Alamiyah, Cet. 1, Tahun 1430 H/2009 M.
5. *Musnad Al-Imām Ahmad bin Hanbal*, Al-Imām Ahmad bin Muhammad bin Hanbal, Tahqīq Syu’aib Al-Arnauth, Mu’asasah Ar-Risālāh, Beirut, Cet. 1, Tahun 1996 M/ 1416 H.
6. *As-Sunan Al-Kubrā*, Abu Bakr Ahmad bin Al-Husain bin ‘Alī Al-Baihaqī, Dār Al-Kutub Al-Ilmiyah-Beirut, Cet. 3, Tahun 1424 H/2003 M.
7. *As-Sunan Ash-Shaghīr*, Abu Bakr Ahmad bin Al-Husain bin ‘Alī bin Mūsā Al-Baihaqī, Tahqīq Abdul Mu’tihī Amīn Qal’ajī, Jami’ah Ad-Dirāsāt Al-Islāmiyah-Bakistan, Cet. 1, Tahun 1410 H/1989 M.
8. *Musnad/Sunan Ad-Dārimī*, Abu Muhammad Abdullah bin Abdurrahman Ad-Dārimī, Tahqīq Hasan Salīm Asad At-Dārānī, Dār Al-Mughnī-KSA, Cet. 1, Tahun 1412 H/2000 M.
9. *Al-Mu’jam Al-Kabīr*, Abul Qāsim Sulaimān bin Ahmad bin Ayūb Al-Lakhmī Ath-Thabarānī, Tahqīq Hamdī bin Abdul Majīd As-Salafī, Maktabah Ibn Taimiyah-Kairo, Cet. 2, tanpa menyebut tahun.
10. *Al-Mustadrak ‘Alā Ash-Shahīhain*, Abu Abdillāh Muhammad bin Abdullah Al-Hākīm, Tahqīq Mushtafā Abdul Qādir ‘Athā, Dār Al-Kutub Al-’Ilmiyah-Beirut, Cet. 1, Tahun 1411 H/1990 M.
11. *Shahīh Ibni Khuzaimah*, Abu Bakr Muhammad bin Ishāq bin Khuzaimah As-Silmī An-Naisābūrī, Tahqīq DR. Muhammad Mushtafā Al-A’dhzamī, Al-Maktab Al-Islamī, Cet. 3, Tahun 1424 H/2003 M.
12. *Syarh As-Sunnah*, Al-Husain bin Mas’ūd Al-Baghawī, Tahqīq Syu’aib Al-Arnāuth-Muhammad Zuhair Asy-Syāwīsy, Al-Maktab Al-Islāmī-Beirut, Cet. 2, Tahun 1403 H/1983 M.
13. *Al-Mafātīh Fī Syarh Al-Mashābīh*, Mudhhiruddīn Al-Husain bin Mahmūd bin Al-Hasan Al-Mudhhirī, Tahqīq Lajnah Khusus pimpinan Syaikh Nuruddin Thālib, Dār An-Nawādir-Kuwait, Cet. 1, Tahun 1433 H/2012 M.
14. *Tharh At-Tatsrīb Fī Syarh At-Taqrīb*, Abul Fadhl Zainuddīn Abdurrahīm bin Al-Husain bin Abdurrahmān Al-’Irāqī, Cet. Al-Mishriyah Al-Qadhīmah, Versi Maktabah Syamilah.
15. *Lama’āt At-Tanqīh Fī Syarh Misykäh Al-Mashābīh*, Abdul Haq bin Saifuddin Ad-Dahlawī Al-Hanafī, Tahqīq Prof. DR. Taqiyyuddin An-Nadwī, Dār An-Nawādir-Suria, Cet. 1, Tahun 1435 H/2014 M.
16. *Dalīl Al-Fālihīn Li Thuruq Riyādh Ash-Shālihīn*, Muhammad ‘Alī bin Muhammad bin ‘Alān Al-Bakrī Asy-Syā’ī’ī, Dār Al-Ma’rifah-Beirut, Cet. 4, Tahun 1425 H/2004 M.
17. *At-Tanwīr Syarh Al-Jāmi’ Ash-Shaghīr*, Izzuddin Muhammad bin Ismā’īl bin shalāh bin Muhammad Ash-Shan’ānī, Tahqīq DR. Muhammad Ishāq Muhammad Ibrāhīm, Maktabah Dār As-Salām-Riyadh, Cet. 1, Tahun 1432 H/2011 M.
18. *Syarh Mashābīh As-Sunnah*, Muhammad bin Izzuddin Abdullathīf bin Abdulazīz Al-Karmānī Al-Hanafī, dikenal dengan Ibnul Malak, Idārah Ats-Tsaqāfah Al-Islāmiyah, Cet. 1, Tahun 1433 H/2012 M.
19. *Mirqāh Al-Mafātīh Syarh Misykäh Al-Mashābīh*, Abul Hasan Nuruddin ‘Alī bin Muhammad Al-Mulā Al-Qārī, Dār Al-Fikr-Beirut, Cet. 1, Tahun 1422 H/2002 M.
20. *Qawā’id Al-Ahkām Fī Mashālih Al-Anām*, Abu Muhammad ‘Izzuddin Abdulazīz bin Abdussalām As-Sulamī At-Dimasyqī, Maktabah Al-Kulliyat Al-Azhariyah-Kairo, Cet. Tahun 1414 H/1991 M.



# Suka Mengejek dan Mencela Bukanlah Perangai Seorang Mukminah

Penulis: Athirah Mustadjab

Editor: Za Ummu Raihan

Selera manusia bukanlah standar kebenaran karena keterbatasan akal makhluk tidak mampu menjangkau hikmah tanpa batas yang dimiliki Allah ﷻ. Oleh sebab itu, ketetapan Allah ﷻ adalah standar baku yang pasti benar dan wajib diimani oleh setiap muslim. Dasarnya adalah keyakinan bahwa ilmu Allah ﷻ Mahaluas, sehingga ketika Dia menetapkan sesuatu, di dalamnya pasti terdapat kebaikan. Demikian pula ketika Allah ﷻ menentukan siapa saja di antara hamba-Nya yang mulia. Allah ﷻ berfirman,

يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِنْ ذَكَرٍ وَأُنْثَىٰ وَجَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ لِتَعَارَفُوا إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتْقَاكُمْ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ

“Wahai manusia, sesungguhnya Kami menciptakan kamu dari seorang laki-laki dan seorang perempuan dan menjadikan kamu berbangsa-bangsa dan bersuku-suku supaya kalian saling mengenal. Sesungguhnya orang yang paling mulia di antara kalian di sisi Allah ialah orang yang paling bertakwa di antara kalian. Sesungguhnya Allah Maha Mengetahui lagi Maha Mengenal.” (QS. Al-Hujurat: 13)

Al-Imam Asy-Syaukani رحمه الله menjelaskan makna lafal لَتَعَارَفُوا (supaya kalian saling mengenal) , “Maksudnya, Allah ﷻ menciptakan dengan cara demikian (berbangsa-bangsa dan bersuku-suku) adalah untuk tujuan ini (supaya manusia saling mengenal, bukan supaya mereka saling berbangga atas nasabnya lantas mereka menyatakan bahwa kelompok ini lebih hebat dibanding kelompok yang lain. Suku ini lebih terhormat dibanding suku yang lain atau keturunan ini lebih mulia dibandingkan keturunan yang lain.

Allah ﷻ menunjukkan standar yang melarang perasaan berbangga diri, melalui firman-Nya, إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتْقَاكُمْ (Sesungguhnya orang yang paling mulia di antara kalian di sisi Allah ialah orang yang paling bertakwa di antara kalian). Maksudnya standar keutamaan manusia adalah ketakwaannya. Dengan demikian, orang yang berhias diri dengan ketakwaan maka dia lebih layak disebut sebagai orang yang mulia, terhormat, dan lebih utama dibandingkan orang yang tidak berhias diri dengan ketakwaan. Oleh karena itu, berhentilah membangga-banggakan nasab karena nasab bukanlah tolok ukur kemuliaan, kehormatan, dan keutamaan.”<sup>[1]</sup>

Patut pula kita renungi sabda Rasulullah ﷺ,

إِنَّ اللَّهَ لَا يَنْظُرُ إِلَى صُورِكُمْ وَأَمْوَالِكُمْ وَلَكِنْ يَنْظُرُ إِلَى قُلُوبِكُمْ وَأَعْمَالِكُمْ

“Sesungguhnya Allah tidak melihat pada bentuk rupa dan harta kalian. Akan tetapi, Allah hanyalah melihat pada hati dan amalan kalian.” (HR. Muslim no. 2564)

## Ketika Menilai Orang Lain

Berkaca dari standar kemuliaan menurut syariat, masihkah kita merasa bahwa ada standar lain yang lebih baik? Masihkah kita merasa bahwa ada orang yang berhak merendahkan orang lain semata karena standarnya yang kemungkinan besar mengandung kekeliruan?

Ahibbati fillah, di tengah budaya berbangga-bangga di tengah manusia, termasuk juga para wanita, jadilah muslimah yang menjadikan standar syariat sebagai pegangan untuk menilai baik dan buruk. Jangan sampai kita terbawa arus dan menjadikan paras, harta, nasab, dan berbagai keindahan duniawi lainnya sebagai kacamata dalam menilai orang lain. Jangan sampai kita merasa berhak merendahkan orang lain hanya karena itu semua.

Di *Mausu'ah Fiqhil Qulub*, 4:3142 disebutkan, “Suka mencela dan mengejek orang lain adalah salah satu bencana lisan. Celaan bisa hadir dalam berbagai bentuk, misalnya melalui ucapan, sikap, isyarat, anggukan, dan tawa. Suka mencela adalah salah satu dosa besar yang diharamkan oleh Allah ﷻ.”

## Perundungan yang Berawal dari Celaan

Ahibbati fillah, seorang muslimah yang *kaffah* tentu bersungguh-sungguh untuk menjauhi perangai “suka merendahkan orang lain”, baik itu dalam hatinya, dalam ucapannya, maupun dalam perbuatannya. Berat atau ringannya efek yang ditimbulkan akan berbeda-beda. Sebagian orang ada yang tak terkendali lagi, sehingga sikap merendahkan orang lain terus dia kembangkan hingga menjadi sebuah perundungan *bullying*.

Halaman selanjutnya →

“*Bullying* (perundungan) adalah tindakan penggunaan kekuasaan untuk menyakiti seseorang atau sekelompok orang baik secara verbal, fisik, maupun psikologis sehingga korban merasa tertekan, trauma, dan tak berdaya.”<sup>[2]</sup>

#### Respon Rasulullah ﷺ terhadap Perundungan

Kisah para sahabat mengandung banyak faedah tersurat maupun tersirat. Di antaranya adalah tatkala Rasulullah ﷺ memperingatkan istrinya agar tidak melakukan perundungan. Dalam berbagai riwayat hadits kita bisa melihat kisah perundungan pada zaman sahabat. Akan tetapi, yang patut kita teladani adalah cara Rasulullah ﷺ menengahi masalah tersebut dan betapa pihak yang melakukan kesalahan tersebut akhirnya bertobat.

Ummul Mukminin Aisyah رَضِيَ اللهُ عَنْهَا mengisahkan, “Aku berkata kepada Nabi ﷺ, ‘Cukup sudah engkau berkata tentang Shafiyah seperti ini dan itu. Dia itu wanita yang pendek (sambil berisyarat dengan jari).’” Nabi ﷺ bersabda, ‘Sungguh engkau telah mengatakan suatu perkataan yang andai saja tercampur dengan air laut, kalimat itu akan mengotorinya’<sup>[3]</sup>.”<sup>[4]</sup>

Lain waktu, Ummul Mukminin Hafshah رَضِيَ اللهُ عَنْهَا juga pernah bersikap kurang menyenangkan terhadap Shafiyah. Telah sampai pada Shafiyah bahwa Hafshah mengatakan padanya dengan nada sinis, “Dasar anak perempuan Yahudi.” Lantas Shafiyah menemui Nabi ﷺ dalam keadaan menangis, lalu beliau bertanya, “Apa yang menyebabkan engkau menangis?” Shafiyah menjawab, “Hafshah memanggilku dengan anak perempuan Yahudi.” Nabi ﷺ lantas mengatakan, “Sesungguhnya engkau termasuk puteri Nabi, pamanmu seorang Nabi, dan sekarang berada dalam perlindungan seorang Nabi, bukankah itu sudah jadi suatu kebanggaan?” Beliau kemudian mengatakan, “Wahai Hafshah, bertakwalah kepada Allah!”<sup>[5]</sup>

#### Dari Berbagai Sudut Pandang

Merendahkan sesama wanita dapat digolongkan sebagai salah satu bentuk *bullying* (perundungan). Perundungan akan berbeda tergantung sudut pandang yang digunakan:

##### A. Sudut pandang pelaku perundungan

Sadarilah bahwa manusia dinilai mulia jika Allah ﷻ menilainya mulia, dan standar kemuliaan di sisi Allah ﷻ adalah ketakwaan.

- Jika Anda pernah melakukan perundungan, baik secara sadar maupun tidak, bertobatlah dan minta maaf kepada orang yang Anda rundung tersebut. Jika dia tidak ridha dan memaafkan Anda, betapa berat beban yang harus Anda pikul di hari kiamat kelak.
- Perbanyaklah belajar ilmu syar’i dan carilah lingkungan pertemanan yang baik. Hindari pergaulan dengan orang-orang yang memandang kemuliaan hanya dari tolok ukur duniawi, terlebih lagi jika mereka merendahkan orang lain hanya karena menurut mereka orang tersebut tidak memenuhi standar yang mereka buat.
- Ketika berkumpul dengan teman di dunia nyata atau ketika berinteraksi di dunia maya, berusaha untuk berpikir sebelum berucap dan bertindak.
- Ada pepatah bijak yang mengatakan bahwa orang yang memiliki pemikiran besar akan membicarakan ide, orang yang berpikiran sedang akan membicarakan peristiwa,

sedangkan orang yang berpikiran kerdil akan bergosip dan berbicara buruk tentang orang lain. Jika interaksi sosial Anda (di dunia nyata dan dunia maya) seringkali hanya berputar pada membicarakan orang lain dan memberi bumbu-bumbu cemoohan terhadapnya, maka sadarilah bahwa Anda perlu berubah. Bicarakanlah ide-ide kebaikan, ilmu syar’i, cara untuk menolong orang lain, atau hal bermanfaat lainnya daripada hanya berputar-putar di pembicaraan yang tidak bermutu.

##### B. Sudut pandang korban perundungan

Bela diri Anda jika Anda sanggup. Jika Anda menilai bahwa ucapan atau sikap orang lain itu merendahkan Anda, utarakan kepadanya dengan cara yang bijak, agar dia tahu bahwa Anda tidak nyaman terhadap perlakuannya.

Jika Anda tidak bisa memberi respon karena keterbatasan Anda atau Anda merasa bahwa merespon pada saat itu bukanlah hal yang bijak, maka pergilah dari tempat tersebut jika Anda ingin.

Carilah lingkaran pertemanan yang tidak merendahkan Anda.

Mohonlah kepada Allah ﷻ agar Anda diberi taufik, kesabaran, dan kekuatan hati agar tidak terpengaruh dengan ucapan atau sikap orang lain yang merendahkan Anda.

##### C. Sudut pandang orang yang menyaksikan perundungan

- Cegah atau hentikan perundungan pada saat itu juga. Anda bisa menggunakan cara terbaik yang menurut Anda sesuai dengan kondisi.
- Nasihati orang yang melakukan perundungan.
- Hiburlah korban yang dirundung.
- Jika memungkinkan untuk mendamaikan kedua belah pihak (pelaku dan korban), serta membimbing mereka berdua (utamanya membimbing pelaku) maka itu jauh lebih baik.

[1] *Fathul Qadir*, 5:79.

[2] TimSejiwa. (2008). Dikutip dari *Faktor yang Mempengaruhi Remaja dalam Melakukan Bullying*, Jurnal Penelitian & PPM, Universitas Padjajaran. <https://jurnal.unpad.ac.id/prosiding/article/viewFile/14352/6931>

[3] Saking buruknya kalimat tersebut maka air laut pun akan menjadi kotor jika dimasuki oleh kalimat tersebut.

[4] HR. Abu Daud, no. 4875 dan Tirmidzi, no. 2502. Al-Hafizh Abu Thahir mengatakan bahwa sanad hadits ini shahih. Terjemahan hadits ini dikutip dari <https://rumaysho.com/17115-faedah-sirah-nabi-10-pelajaran-dari-istri-istri-nabi.html>

[5] HR. Tirmidzi, no. 3894. Al-Hafizh Abu Thahir mengatakan bahwa sanad hadits ini shahih. Terjemahan hadits ini dikutip dari <https://rumaysho.com/17049-faedah-sirah-nabi-istri-nabi-shafiyah-binti-huyay.html>

#### Referensi:

- Faedah Sirah Nabi: 10 Pelajaran dari Istri-Istri Nabi. Ustadz Muhammad Abduh Tuasikal. <https://rumaysho.com/17115-faedah-sirah-nabi-10-pelajaran-dari-istri-istri-nabi.html>
- Faedah Sirah Nabi: Istri Nabi, Shafiyah binti Huyay. Ustadz Muhammad Abduh Tuasikal. <https://rumaysho.com/17049-faedah-sirah-nabi-istri-nabi-shafiyah-binti-huyay.html>
- *Faktor yang Mempengaruhi Remaja dalam Melakukan Bullying*. Ela Zain Zakiah, dkk. Jurnal Penelitian & PPM, Universitas Padjajaran. <https://jurnal.unpad.ac.id/prosiding/article/viewFile/14352/6931>
- *Fathul Qadir*. Al-Imam Asy-Syaukani. Al-Maktabah Asy-Syamilah.
- *Mausu'ah Fiqhil Qulub*. Muhammad bin Ibrahim bin Abdullah At-Tuwaijiri. Al-Maktabah Asy-Syamilah.

# Amalan Rahasia agar Dicintai Allah dan Manusia

Betapa bahagianya ketika dicintai Allah dan sesama manusia. Setiap manusia tentu menginginkannya. Demikian juga dengan para sahabat. Salah seorang sahabat mendatangi Nabi ﷺ mengatakan, "Wahai Rasulullah, tunjukkan kepadaku sebuah amalan yang apabila aku kerjakan maka Allah dan manusia mencintaiku."

عَنْ أَبِي الْعَبَّاسِ سَهْلِ بْنِ سَعْدٍ السَّاعِدِيِّ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ: جَاءَ رَجُلٌ إِلَى النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَقَالَ: يَا رَسُولَ اللَّهِ! ذُلِّي عَلَى عَمَلٍ إِذَا عَمِلْتُهُ أَحَبَّنِي اللَّهُ وَأَحَبَّنِي النَّاسُ؛ فَقَالَ: "ارْهَدْ فِي الدُّنْيَا يُحِبَّكَ اللَّهُ، وَارْهَدْ فِيمَا عِنْدَ النَّاسِ يُحِبَّكَ النَّاسُ"

"Dari Abul Abbās Sahl bin Sa'ad Al-Sa'idi radiyallahu 'anhu, ia berkata, "Ada seseorang datang kepada Nabi ﷺ lalu mengatakan, 'Wahai Rasulullah, tunjukkanlah kepadaku sebuah amalan yang bila kukerjakan, Allah dan manusia mencintaiku'. Beliau menjawab, 'Bersikaplah zuhud terhadap dunia, niscaya Allah akan mencintaimu dan bersikaplah zuhud terhadap apa yang ada pada manusia niscaya mereka akan mencintaimu'." (HR. Ibnu Mājah no. 4102)

Seorang muslim ketika beramal harus mengikuti sunnah Nabi ﷺ, bukan mengikuti adat istiadat, budaya, atau akal manusia. Ibadah itu *tauqifiyah* (terima jadi). Apa yang diajarkan oleh Rasulullah ﷺ, itulah yang kita amalkan.

Para sahabat menuntut ilmu untuk diamalkan, sehingga mereka meminta Rasulullah ﷺ menunjukkan sebuah amalan yang apabila dikerjakan akan mendatangkan cinta Allah. Tentunya, setiap hamba berharap dicintai Allah yang memiliki seluruh alam semesta ini. Merupakan sebuah anugerah dan kenikmatan yang besar ketika seorang hamba dicintai oleh Allah.

Apabila Allah mencintai seorang hamba, Allah akan memberi taufik, menolong, memudahkan urusannya, serta menjaga dan mengabulkan permintaannya. Maka, kerjakan amal shalih di dunia ini karena Allah, ingin melihat wajah Allah, dan ingin dicintai Allah. Bagaimana caranya agar dicintai Allah? Ikuti apa yang Allah inginkan. Siapa yang paling mengikuti apa yang Allah inginkan? Tentu saja Rasulullah ﷺ.

قُلْ إِنْ كُنْتُمْ تُحِبُّونَ اللَّهَ فَأَتَّبِعُونِي يُحِبِّكُمْ اللَّهُ وَيَغْفِرْ لَكُمْ ذُنُوبَكُمْ

"Katakanlah: 'Jika kamu (benar-benar) mencintai Allah, ikutilah aku, niscaya Allah mengasihi dan mengampuni dosa-dosamu'". (QS. Ali-Imran:31).



Diringkas oleh tim Majalah HSI dari rekaman kajian Ustadz Dr. Abdullah Roy, M.A. hafizhahullahu yang dipublikasikan melalui kanal resmi Kajian Islam, pada tanggal 09 Maret 2024

Tautan rekaman: <https://youtu.be/xjPDAX-aj3U>

Nabi ﷺ adalah orang yang paling tahu dan mengamalkan amalan/perkara-perkara yang dicintai Allah, maka Allah sangat mencintai beliau dan memberikan gelar *khalilullah* (kekasih Allah), ini adalah derajat yang paling tinggi.

إِذَا عَمِلْتُهُ أَحَبَّنِي اللَّهُ

Ini menunjukkan bahwa Allah memiliki sifat *mahabbah* (Allah cinta). Kita sebagai seorang makhluk pun punya rasa cinta, akan tetapi, sifat *mahabbah* yang dimiliki Allah tentu sesuai dengan keagungan-Nya, tidak sama dengan yang dimiliki oleh makhluk.

Allah mencintai orang-orang yang bertakwa. Allah mencintai orang-orang yang berbuat baik. Allah mencintai orang-orang yang bertobat. Allah mencintai orang-orang membersihkan diri.

Kita tidak mentakwil sifat *mahabbah* ini dengan takwil-takwil yang bathil. Misal: mengatakan bahwa maksud dari *mahabbah* di sini adalah memberikan pahala, ini keliru. Dia menolak sifat *mahabbah* bagi Allah, padahal yang mengabarkan di sini adalah Nabi Muhammad ﷺ dan Allah sendiri di dalam Al-Qur'an.

لَيْسَ كَمِثْلِهِ شَيْءٌ وَهُوَ السَّمِيعُ الْبَصِيرُ

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

Halaman selanjutnya →

Dicintai oleh manusia juga merupakan sebuah kenikmatan. Keberadaannya menjadikan seseorang bahagia dan ketidakadaannya menjadikan seseorang sedih.

Mendahulukan kecintaan Allah atas selain-Nya adalah perkara yang utama. Apabila Allah mencintai seorang hamba, maka akan dijadikan manusia yang ada di sekitarnya mencintai hamba tersebut. Sebagaimana disebutkan dalam hadits di mana Allah mengabarkan kepada Jibril bahwasanya Allah mencintai si Fulan. Allah sebutkan namanya, "Aku mencintai si Fulan, "kemudian Allah mengatakan, "Maka hendaklah engkau mencintai si Fulan, "maka Jibril pun mencintai si Fulan. Kemudian malaikat Jibril mengatakan kepada malaikat-malaikat yang lain, mengabarkan kepada mereka bahwasanya Allah mencintai si Fulan maka hendaklah kalian mencintai si Fulan, maka para malaikat pun mencintai si Fulan.

Ketika Allah mencintai seorang hamba, Allah jadikan Malaikat Jibril dan para malaikat juga mencintainya, hingga akhirnya orang tersebut juga dicintai oleh penduduk bumi. Orang-orang di sekitarnya mencintainya, bahkan terkadang orang-orang yang berbeda aqidah juga mencintainya. Ada orang-orang yang jelas bahwasanya dia adalah Ahlus Sunnah (ulama) tapi dicintai oleh kawan maupun lawan. Allah jadikan hati-hati mereka mencintai ulama tersebut. Misalnya, Syaikhul Islam Ibnu Taimiyyah, Imam Ahmad bin Hanbal, dan yang lain.

Kalau Allah telah mencintai, meridhai, maka inilah yang paling penting meskipun di awalnya terkadang manusia yang ada di sekitar kita tidak suka, tapi kalau kita melakukan sesuatu yang diridhai oleh Allah maka Allah akan menjadikan manusia setelah itu mencintai kita.

مَنْ التَّمَسَّ رِضَاءَ اللَّهِ بِسَخَطِ النَّاسِ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ وَ  
رِضَاءَ النَّاسِ

*"Barang siapa yang mencari ridha Allah tapi manusia membencinya, maka Allah akan ridha kepada orang tersebut dan akan menjadikan manusia ridha kepada dirinya."*

Keridhaan dan kecintaan itu ada di dalam hati dan hati berada di bawah kekuasaan Allah, bahkan disebutkan di antara dua jari jemari Allah. Maka, jadikanlah tujuan utama kita adalah mencari ridha Allah, jangan mencari keridhaan manusia karena ini adalah tujuan yang tidak mungkin tercapai. Jadikanlah muamalah kita ikhlas karena mencari kecintaan Allah. Ini adalah tujuan utama yang harus kita perjuangkan.

Ketika Nabi ﷺ ditanya tentang amalan ini (agar dicintai Allah dan manusia), beliau menyebutkan jawaban yang singkat "Hendaklah engkau zuhud di dunia."

Zuhud di dunia maksudnya adalah seseorang meninggalkan sesuatu yang tidak bermanfaat untuk akhiratnya. Di dunia ini ada perkara-perkara yang tidak bermanfaat untuk akhirat kita. Sedangkan ibadah dan amal shalih adalah sesuatu yang bermanfaat bagi akhirat kita.

Sesuatu yang mubah (diperbolehkan) jika diniatkan untuk mendukung ibadah, misalnya makan minum agar kuat ketika beribadah niscaya akan bermanfaat untuk akhirat kita, yang seperti ini boleh dilakukan. Sebaliknya, sesuatu yang tidak

bermanfaat baginya di akhirat, maka ditinggalkan. Inilah yang dinamakan dengan zuhud.

Para ulama menjelaskan bahwa zuhud memiliki tingkatan lebih tinggi daripada wara'. Wara' artinya meninggalkan sesuatu yang memudharatnya di akhirat. Adapun sesuatu yang mubah dan tidak memudharatnya di akhirat masih boleh dilakukan.

Ingat, jangan salah mengartikan zuhud dengan seseorang yang selalu hidup miskin. Terkadang, ada orang yang zuhud tapi ternyata dia orang kaya. Dengan kekayaan tersebut dia banyak melakukan sesuatu yang tidak bisa dilakukan oleh orang miskin. Dia meyakini bahwa dunia ini hina, sebagaimana Allah juga melihat. Dia memiliki kekayaan tetapi tidak menjadikan kekayaan itu di dalam hatinya. Dia jadikan kekayaan tersebut sebagaimana yang Allah inginkan. Allah ingin dia mengeluarkan zakat maka dia keluarkan zakat, Allah menginginkan dia menggunakan hartanya untuk haji dan umrah maka dia berhaji dan umrah, Allah menginginkan hartanya untuk wakaf maka dia wakafkan. Dia memandang ini akan bermanfaat untuk dirinya di akhirat sehingga harta tersebut dia gunakan untuk kebaikan akhiratnya. Abu Bakar Ash-Shiddiq, Utsman bin Affan mereka adalah orang-orang yang zuhud, padahal mereka adalah orang-orang kaya. Sekali lagi, jangan dipahami bahwasanya zuhud seseorang itu adalah orang yang fakir atau miskin.

Zuhudlah terhadap apa yang ada di sisi manusia, artinya jangan meminta-minta kepada mereka. Nabi ﷺ memberikan petunjuk kepada kita, agar zuhud terhadap apa yang ada di tangan manusia. Jadilah orang yang fokus dengan tujuan seorang hamba diciptakan Allah di dunia, niscaya manusia akan mencintaimu.

Fokus terhadap akhirat, merasa cukup dengan apa yang dimiliki, dan tidak meminta-minta kepada manusiadapat menjadi sebab seseorang dicintai oleh manusia. Tabiat manusia tidak suka untuk diminta, maka jangan membiasakan diri meminta-minta kepada manusia. Allah pun melarang perbuatan meminta-minta. Dalam sebuah hadits, Nabi ﷺ mengatakan,

لَا يَزَالُ الرَّجُلُ يَسْأَلُ النَّاسَ، حَتَّى يَأْتِيَ يَوْمَ الْقِيَامَةِ لَيْسَ فِي وَجْهِهِ مُزْعَةٌ لَحْمٍ

"Senantiasa seseorang datang atau meminta kepada manusia sampai datang di hari kiamat dalam keadaan dia tidak memiliki daging secuil pun di wajahnya."

Orang yang tidak punya rasa malu (selalu meminta-minta), kelak di hari kiamat akan dihukum oleh Allah seperti itu, datang dalam keadaan tidak memiliki daging di wajahnya. Hendaknya seseorang bertawakal kepada Allah, tidak membiasakan meminta-minta pada manusia, menjaga kehormatan dan muru'ahnya.

Zuhudlah pada apa yang ada pada manusia, niscaya manusia akan mencintai kita. Zuhud terhadap dunia menjadikan Allah dan manusia mencintai kita. Itulah keutamaan zuhud. Semoga Allah menjadikan kita termasuk orang yang bisa mengamalkan hadits ini dan memudahkan kita menjadi orang yang zuhud di dalam masalah dunia.

# Apa Itu *Khitbah*?

Penulis: Ustadz Fadzla Mujadid

Editor: Athirah Mustadjab

Pernikahan merupakan ibadah yang sakral bagi seorang manusia. Untuk melangkah menuju jenjang pernikahan, seorang muslim tidak boleh asal-asalan. Oleh karena itu, syariat Islam memberikan panduan demi maslahat bagi yang menjalaninya. Sebelum menjalani prosesi pernikahan, ada sebuah proses yang disebut *khitbah*. Tahukah Anda apa itu *khitbah*?

*Khitbah* dalam syariat Islam adalah proses ketika seorang laki-laki meminta perempuan yang dimaksud untuk menikah dengannya. Hal ini sebagaimana tertera dalam firman Allah ﷻ,

وَلَا جُنَاحَ عَلَيْكُمْ فِيمَا عَرَّضْتُمْ بِهِ مِنْ خِطْبَةِ النِّسَاءِ أَوْ أَكْنَنْتُمْ فِي أَنْفُسِكُمْ

“Dan tidak ada dosa bagi kamu meminang wanita-wanita itu dengan sindiran atau kamu menyembunyikan (keinginan untuk menikahi mereka) dalam hatimu.” (QS. Al-Baqarah: 235)

Dalam hadits, Nabi ﷺ memberikan arahan bahwa orang yang hendak mengkhitbah hendaknya melihat langsung calon pinangannya. Beliau ﷺ bersabda,

إِذَا خَظَبَ أَحَدُكُمُ الْمَرْأَةَ، فَإِنْ اسْتَطَاعَ أَنْ يَنْظُرَ إِلَى مَا يَدْعُوهُ إِلَى نِكَاحِهَا فَلْيَفْعَلْ

“Apabila salah satu kalian mengkhitbah seorang wanita, maka apabila dia mampu untuk melihat pada hal yang membuat dirinya untuk menikahinya maka laksanakanlah.”<sup>[1]</sup>

Pada hadits lainnya, Rasulullah ﷺ juga pernah menyinggung bab *khitbah*, yaitu tentang larangan meminang pinangan orang lain,

لَا يَخْطُبُ الرَّجُلُ عَلَى خِطْبَةِ أَخِيهِ

“Janganlah seorang laki-laki itu meminang pinangan saudaranya<sup>[2]</sup>.”<sup>[3]</sup>

Lantas rambu-rambu apa saja yang sangat penting untuk diperhatikan oleh seorang yang hendak mengkhitbah atau meminang wanita yang hendak dia jadikan istrinya?

## Rambu Pertama

Jangan meminang wanita yang sudah lebih dahulu dipinang oleh lelaki lain, kecuali jika lelaki tersebut sudah melepaskannya atau memberikan izin pada lelaki lain untuk meminang si wanita. Hal ini disepakati oleh jumhur *fuqaha* (ahli fikih) dari kalangan Hanafiyyah, Malikiyyah, Syafi’iyyah, dan Hanabilah. Umar bin Al-Khatthab رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ meriwayatkan bahwa Nabi ﷺ bersabda,

لَا يَخْطُبُ أَحَدُكُمْ عَلَى خِطْبَةِ أَخِيهِ حَتَّى يَتْرُكَ الْخَاطِبُ قَبْلَهُ أَوْ يَأْذَنَ لَهُ

“Janganlah salah satu dari kalian meminang pinangan saudaranya sampai dia meninggalkan pinangannya atau memberi izin iuntuknya.”<sup>[4]</sup>

## Rambu Kedua

Utamakan mencari calon pendamping yang memiliki agama yang baik dan memperhatikan aturan agama. Perhatikan poin ini baik-baik, wahai para pemuda yang hendak menikah!

Halaman selanjutnya →

Para ulama sangat menganjurkan para pemuda untuk memprioritaskan kebaikan agama seorang wanita sebagai kriteria utama dalam memilih pasangan hidup. Bukan sekadar pandai ilmu agama, tetapi lebih menggambarkan cara wanita tersebut dalam memuliakan agamanya dan mengamalkannya dalam perilaku sehari-hari. Arahan para ulama tersebut didasari oleh sabda Nabi ﷺ,

تُنْكَحُ الْمَرْأَةُ لِأَرْبَعٍ: لِمَالِهَا، وَلِحَسَبِهَا، وَلِجَمَالِهَا، وَلِدِينِهَا، فَاظْفَرْ بِذَاتِ الدِّينِ تَرِبْتُ يَدَاكَ

“Wanita itu dinikahi karena empat tujuan: karena hartanya, karena nasabnya, karena parasnya, dan karena keagamaannya. Oleh karena itu, pilihlah wanita karena kualitas keagamaannya, sehingga kelak kamu akan beruntung.”<sup>[5]</sup>

Acapkali laki-laki cenderung menikahi wanita karena kecantikannya atau karena kekayaannya dan abai dari kualitas keagamaannya, padahal petunjuk Rasulullah ﷺ sudah sangat jelas. Bagi Seorang muslim, menikah bukan sekadar memenuhi hawa nafsu. Paras yang memukau, tanpa kualitas agama yang memadai, hanya akan menyuguhkan rasa manis dalam sehari atau dua hari. Selebihnya, realita rumah tangga membentang di depan mata. Segala tantangan dan pahit getir kehidupan insyaallah bisa didahului dengan tegar oleh sepasang suami-istri jika sejak awal si lelaki menaruh perhatian besar terhadap kondisi agama calon mempelainya.

Alangkah indahnya gambaran yang disampaikan oleh Rasulullah ﷺ,

الدُّنْيَا مَتَاعٌ، وَخَيْرُ مَتَاعِهَا الْمَرْأَةُ الصَّالِحَةُ

“Dunia adalah perhiasan, dan sebaik-baik perhiasannya adalah wanita shalihah.”<sup>[6]</sup>

Apa sajakah ciri wanita shalihah? Simaklah sabda Rasulullah ﷺ berikut ini,

الَّتِي تَسْرُهُ إِذَا نَظَرَ، وَتُطِيعُهُ إِذَا أَمَرَ، وَلَا تُخَالِفُهُ فِي نَفْسِهَا وَمَالِهَا بِمَا يَكْرَهُ

“Yang paling menyenangkan jika dilihat suami, menaati suami jika suami memerintahnya (dengan sesuatu yang baik), dan tidak menentang suami terkait diri dan hartanya dengan sesuatu yang dibenci oleh suaminya.”<sup>[7]</sup>

## Penutup

Demikian kriteria wanita yang dipertimbangan dalam mencari pendamping hidup. Inshaallah pada edisi berikutnya kita akan melanjutkan pembahasan tentang hukum yang berkaitan dengan khitbah. Jangan lupa simak, ya!

<sup>[1]</sup> HR. Abu Dawud, Bab Nikah, no. 2082. Dinilai hasan oleh Al-Albani di dalam *Shahih Abu Dawud*, no. 1832.

<sup>[2]</sup> Maksudnya adalah saudara seiman, yaitu sesama muslim, bukan saudara karena pertalian darah/kekerabatan.

<sup>[3]</sup> HR. Al-Bukhari, no. 5144 dan Muslim, no. 1408.

<sup>[4]</sup> HR. Al-Bukhari, no. 5142.

<sup>[5]</sup> HR. Al-Bukhari, no. 5090 dan Muslim, no. 1466; dari Abu Hurairah I.

<sup>[6]</sup> HR. Muslim, no. 1467.

<sup>[7]</sup> HR. An-Nasa'i, no. 3231. Dinilai shahih oleh Syaikh Al-Albani.

## Referensi:

- *Al-Qur'an Al-Karim*.
- *Shahih Al-Bukhari*. Abu Abdillah Muhammad bin Ismail Al-Bukhari. Tahqiq oleh Musthafa Daib Al-Bugha. Dar Ibnu Katsir, Damaskus (Suriah).
- *Shahih Muslim*. Muslim bin Al-Hajjaj Al-Qusyairi. Tahqiq oleh Muhammad Fuad Abdul Baqi. Cetakan pertama, tahun 1374 H. Dar Ihya Al-Kutub Al-Arabiyyah.
- *Sunan Abu Dawud*. Abu Dawud Sulaiman Ibnul Asy'ats Al-Azadi As-Sijistani. Tahqiq oleh Syu'aib Al-Arnauth, Dar Ar-Risalah Al-Alamiyyah.
- *As-Sunan Al-Kubra (Sunan An-Nasa'i)*. Abu Abdirrahman Ahmad bin Syu'aib An-Nasa'i, Tahqiq: Hasan Abdul Mun'im Syilbi, Syu'aib Al-Arnauth, Al-Muassasah Ar-Risalah, Beirut (Lebanon).
- *Shahih Sunan An-Nasa'i*. Muhammad Nashiruddin Al-Albani. Maktab At-Tarbiyah Al-Arabi Lidualil Khali. Riyadh (Arab Saudi).
- *Shahihul jami' Ash-Shagir wa Ziyadatuhu*. Muhammad Nashiruddin Al-Albani. Al-Maktab Al-Islami.
- *Sunan Ibnu Majah*. Abu Abdillah Muhammad Ibnu Yazid Ibnu Majah. Tahqiq oleh Syuaib Al-Arnauth, Adil Mursid, Muhammad Kamil Qurah Balali, dan Abdul Lathif Harzullah. Cetakan pertama. Dar Ar-Risalah Al-Alamiyyah.



# Mandi Wajib dan Mandi Janabah

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

Suci dari hadats kecil dan hadats besar merupakan salah satu syarat sah pelaksanaan ibadah, seperti shalat, itikaf, thawaf, menyentuh mushaf, dan sebagainya. Hadats kecil dihilangkan dengan wudhu, sedangkan hadats besar dihilangkan dengan mandi wajib (yang biasa disebut dengan “mandi”).

## Definisi “Mandi”

*Mandi*, secara bahasa, berasal dari kata يغسل - غسلا - وغسلا yaitu mengalirkan air ke badan. Adapun secara syariat, *mandi* adalah mengalirkan air yang suci pada seluruh badan dengan sifat yang tertentu dalam rangka ibadah kepada Allah ﷻ.

## Penyebab Seseorang Melakukan “Mandi Janabah”

Terdapat beberapa perkara yang menyebabkan seseorang harus “mandi wajib”, di antaranya:

1. Keluarnya mani.
2. Bertemunya dua alat kelamin.
3. Berhentinya darah haid dan darah nifas.
4. Masuk islamnya orang yang kafir.
5. Kematian.<sup>[1]</sup>
6. Mandi untuk mengerjakan shalat Jumat.<sup>[2]</sup>

Poin ke-1 dan ke-2 di atas adalah penyebab seseorang mengalami junub, sehingga mandi wajib karena dua alasan tersebut disebut dengan “mandi janabah”.

### a. Mandi janabah karena keluarnya mani

Dalilnya adalah firman Allah ﷻ,

وَإِنْ كُنْتُمْ جُنُبًا فَاطَّهَّرُوا

“...Jika kamu junub maka mandilah.” (QS. Al-Ma'idah: 6)

Allah ﷻ juga berfirman,

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا لَا تَقْرَبُوا الصَّلَاةَ وَأَنْتُمْ سُكَرَىٰ حَتَّىٰ تَعْلَمُوا مَا تَقُولُونَ وَلَا جُنُبًا إِلَّا عَابِرِي سَبِيلٍ حَتَّىٰ تَغْتَسِلُوا

“Wahai orang-orang yang beriman, jangan dekati shalat, ketika kamu dalam keadaan mabuk, sampai kamu sadar apa yang kamu ucapkan, dan jangan pula (kamu hampiri masjid ketika kamu) dalam keadaan junub kecuali sekedar melewati jalan saja, sebelum kamu mandi (mandi junub).” (QS. An-Nisa': 43)

Terdapat riwayat hadits yang berbunyi,

عن أم سلمة أم المؤمنين أنها قالت : جَاءَتْ أُمُّ سَلَيْمٍ امْرَأَةً أَبِي طَلْحَةَ إِلَى رَسُولِ اللَّهِ - صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - فَقَالَتْ يَا رَسُولَ اللَّهِ ، إِنَّ اللَّهَ لَا يَسْتَحْيِي مِنَ الْحَقِّ ، هَلْ عَلَى الْمَرْأَةِ مِنْ غُسْلِ إِذَا هِيَ اخْتَلَمَتْ فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ - صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - « نَعَمْ إِذَا رَأَتْ الْمَاءَ »

Dari Ummu Salamah Ummul Mukminin bahwasanya dia berkata, “Ummu Sulaim (istri dari Abu Thalhah) datang menemui Rasulullah ﷺ dan berkata, ‘Wahai Rasulullah, sesungguhnya Allah tidak malu terhadap kebenaran. Apakah wanita wajib mandi jika ia bermimpi basah?’ Nabi ﷺ menjawab, ‘Ya, jika dia melihat air mani.’ (HR. Bukhari, no. 282 dan Muslim, no. 313)

Syaikh Muhammad bin Shalih Al-Utsaimin رحمه الله menjelaskan hadits tersebut, “Pada saat itu diwajibkan mandi ketika dia melihat keluarnya air (mani), dan tidak disyaratkan lebih dari itu. Hal ini menunjukkan bahwa mandi adalah wajib jika seseorang bangun lalu mendapat adanya air (mani yang keluar dari tubuhnya), baik ia merasakannya ketika keluar atau ia tidak merasakannya sama sekali. Begitu pula, ia tetap wajib mandi baik ia merasakan mimpi atau tidak karena orang yang tidur mungkin saja lupa (tentang kejadian sewaktu dia tidur). Yang dimaksud dengan air di sini adalah mani.”<sup>[3]</sup>

### b. Mandi janabah karena bertemunya dua alat kelamin

Dari Abu Hurairah رضي الله عنه; Nabi ﷺ bersabda,

إِذَا جَلَسَ بَيْنَ شُعْبَيْهَا الْأَرْبَعِ ثُمَّ جَهَدَهَا، فَقَدْ وَجَبَ الْغُسْلُ

“Jika seseorang duduk di antara empat anggota badan istrinya (maksudnya: menyetubuhi istrinya, pen), lalu bersungguh-sungguh kepadanya, maka wajib baginya mandi.” (HR. Bukhari, no. 291 dan Muslim, no. 348)

Halaman selanjutnya →

Di dalam riwayat Muslim terdapat tambahan,

إذا التقى الختانان وجب الغسل وإن لم يُنزل

“Jika dua alat khitan bertemu maka dia wajib mandi walaupun mani tidak keluar.” (HR. Muslim, no. 349)

Rukun Mandi Janabah

Rukun mandi janabah adalah:

- 1. Niat. Fungsi niat adalah untuk membedakan mandi janabah dengan mandi harian.
- 2. Meratakan air pada sekujur badan.

Tata Cara Mandi Janabah

a. Berdasarkan hadits dari Aisyah رَضِيَ اللهُ عَنْهَا (tentang mandi janabah)

Dari Aisyah رَضِيَ اللهُ عَنْهَا, ia berkata, “Dahulu jika Rasulullah صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ hendak mandi janabah (junub), beliau memulainya dengan membasuh kedua tangannya. Kemudian beliau menuangkan air dari tangan kanan ke tangan kirinya, lalu membasuh kemaluannya. Lantas berwudhu sebagaimana berwudhu untuk shalat. Kemudian beliau mengambil air dan memasukkan jari-jemarinya ke pangkal rambut. Hingga jika beliau menganggap telah cukup, beliau tuangkan ke atas kepalanya sebanyak tiga kali tuangan. Setelah itu, beliau guyur seluruh badannya. Kemudian beliau basuh kedua kakinya. (Muttafaqun ‘alaih)

b. Berdasarkan hadits dari Aisyah رَضِيَ اللهُ عَنْهَا tentang mandi wajib setelah selesai haid.

Dari Aisyah رَضِيَ اللهُ عَنْهَا bahwa Asma’ bertanya kepada Nabi صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ tentang mandi setelah selesai haid. Beliau صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ menjawab, “Hendaklah salah seorang dari kalian mengambil air dan bidaranya lalu bersuci<sup>[4]</sup> dengan sebaik-baiknya. Kemudian mengucurkannya ke atas kepala dan menguceknya kuat-kuat hingga ke pangkal kepalanya. Lantas mengguyur seluruh badannya dengan air. Setelah itu hendaklah ia mengambil secarik kapas yang diberi minyak *misk*, lalu bersuci dengannya.” Asma’ bertanya, “Bagaimana cara dia bersuci dengannya?” Beliau berkata, “Subhanallah, bersucilah dengannya.” ‘Aisyah رَضِيَ اللهُ عَنْهَا berkata sambil seolah berbisik, “Ikutilah bekas-bekas darah itu dengannya.” (HR. Bukhari Muslim)

Asma’ bertanya lagi kepada beliau صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ tentang mandi janabah. Beliau lalu bersabda, “Hendaklah salah seorang dari kalian mengambil air lalu bersuci (yaitu berwudhu) dengan sebaik-baiknya atau menyempurnakannya. Kemudian menuangkan air ke atas kepala dan menguceknya sampai ke dasar kepala. Setelah itu mengguyurkan air ke seluruh badannya.” (HR. Muslim, no. 500)

c. Berdasarkan hadits dari Maimunah

Berdasarkan hadits dari Maimunah bahwa Rasulullah menyiapkan air untuk mandi janabah, lalu beliau menuangkan air ke kedua tangannya. Kemudian beliau membasuh kedua tangannya sebanyak dua atau tiga kali, ber-*istinsyaq*, membasuh wajah dan kedua tangan, meratakan air ke kepala, membasuh tubuhnya. Kemudian Maimunah membawakan kain (handuk), tetapi beliau tidak menginginkannya. Lalu beliau mengibaskan air dengan kedua tangannya.” (HR. Bukhari, no. 249 dan Muslim, no. 317)

Contoh Permasalahan

- 1. Bagaimana jika seseorang berhadats (misalnya kentut) ketika sedang mandi janabah, apakah dia harus mengulang mandinya? Jawaban: Dia tidak perlu mengulang mandi janabahnya karena hadats tidak menafikan mandi. Namun, dia wajib berwudhu setelah selesai mandi; ini pendapat banyak ulama.<sup>[5]</sup>
- 2. Apabila seseorang sudah mandi janabah? Apakah dia perlu berwudhu lagi? Jawaban: Aisyah رَضِيَ اللهُ عَنْهَا menjelaskan, “Dahulu Rasulullah صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ tidak berwudhu lagi setelah selesai mandi (mandi janabah).” (HR. Ahmad, no. 24389. Tirmidzi, no. 107; An-Nasa’i, no. 252; dan Ibnu Majah, no. 579)
- 3. Apakah wanita harus melepas kepangan atau gulungan rambutnya saat mandi janabah? Jawaban: Tidak perlu karena dalam hadits Ummu Salamah dijelaskan tentang seorang wanita yang bertanya kepada Rasulullah, “Wahai Rasulullah, aku adalah wanita yang mengepang rambutku. Apakah aku harus membukanya ketika mandi janabah?” Beliau صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ menjawab, “Tidak perlu. Kamu cukup mencidukkan air ke kepalamu sebanyak tiga kali cidukan. Kemudian guyurkan air ke seluruh tubuhmu. Dengan begitu, kamu sudah suci.” (HR. Muslim, no. 330)

[1] Al-Fiqih Al-Muyassar, hlm. 28-29 dan Shahih Fiqih Sunnah, 1:140-144.  
[2] Shahih Fiqih Sunnah, 1:145.  
[3] Fiqih Al-Mar’ah Al-Muslimah, hlm. 50.  
[4] Yaitu berwudhu, menurut penafsiran sejumlah ulama, sebagaimana tata cara mandi Nabi H.  
[5] Shahih Fiqih Sunnah, 1:158.

Referensi:  
• Shahih Fiqih Sunnah. Sayyid Sabiq.  
• Fiqih Al-Mar’ah Al-Muslimah. Syaikh Muhammad bin Shalih Al-Utsaimin.  
• Al-Fiqh Al-Muyassar. Penulis: Para Ulama Arab Saudi.

# Menjauhkan Anak dari Perundungan

Penulis: Athirah Mustadjab  
Editor: Za Ummu Raihan



Perundungan/*bullying* adalah perilaku tidak menyenangkan baik secara verbal, fisik, ataupun sosial di dunia nyata maupun dunia maya yang membuat seseorang merasa tidak nyaman, sakit hati, dan tertekan, baik dilakukan oleh perorangan ataupun kelompok.<sup>[1]</sup> Indonesia sebagai negara timur dengan populasi penduduk muslim sejumlah 229 juta jiwa<sup>[2]</sup> ternyata tak lepas dari masalah perundungan. Di kalangan anak, KPAI (Komisi Perlindungan Anak Indonesia) mempublikasikan laporan<sup>[3]</sup> yang mencengangkan:

1. Dalam kurun waktu 9 tahun, dari 2011 sampai 2019, ada 37.381 pengaduan kekerasan terhadap anak.
2. Laporan kasus *bullying*, baik di pendidikan maupun sosial media, mencapai 2.473 laporan dan trennya terus meningkat.
3. Secara fisik dan daya belajar anak, semuanya dalam kondisi baik, bahkan anak memiliki prestasi. Namun, ketika menghadapi realitas, anak-anak tidak siap, sehingga terjadi gejala yang menyebabkan pelemahan mental, sehingga mereka bereaksi agresif, misalnya melakukan *bullying*. Umumnya *bullying* adalah perbuatan berulang-ulang yang dilakukan anak.
4. Salah satu pemicu maraknya perundungan di kalangan anak adalah kontrol sosial masyarakat yang berubah menjadi lebih agresif dan cepat, sangat mudah ditiru oleh anak. Begitupun sikap represif yang berulang-ulang. Contohnya adalah: tontonan kekerasan, dampak negatif *gadget*/gawai, dan penghakiman media sosial. Hal tersebut bisa terpapar ke anak secara berulang karena bisa diputar balik kapan saja oleh anak (utamanya melalui gawai).
5. Pemicu perilaku perundungan yang mengganggu anak tersebut sulit tersaring jika didapatkan oleh anak lewat media sosial, keluarga, sekolah, atau lingkungan.
6. Peran pendidik dan orang tua belum cukup kuat dalam membangun benteng “pertahanan” anak agar tidak terpengaruh oleh perilaku perundungan.

Bagaimana Islam memandang fenomena ini? Adakah tuntunan syariat untuk menjauhkan anak-anak kita dari perundungan, baik sebagai pelaku maupun korban? Mari kita simak ulasan singkatnya berikut ini!

## Pertama: Saring Ucapan

Perundungan yang tergolong berat mungkin saja berawal dari sesuatu yang ringan. Metode “termudah” untuk merundung seseorang adalah dengan ucapan. Poin pertama ini perlu dipesankan oleh orang tua maupun guru kepada anak karena acap kali tidak disadari.

Pada zaman Nabi ﷺ peristiwa pernah terjadi peristiwa yang tidak secara spesifik membicarakan perundungan secara umum, tetapi dapat menunjukkan dampak

dari ucapan yang keluar dari lisan tanpa dipikirkan terlebih dahulu. Diriwayatkan dari Ibnu Umar رضي الله عنه,

قَالَ رَجُلٌ فِي غَزْوَةِ تَبُوكَ فِي مَجْلِسٍ، مَا رَأَيْنَا مِثْلَ قُرَائِنَا هَؤُلَاءِ أَرْغَبَ بُطُونًا وَلَا أَكْذَبَ أَلْسِنَةً وَلَا أَجَبْنَ عِنْدَ اللُّقَاءِ، فَقَالَ رَجُلٌ فِي الْمَجْلِسِ: كَذَبْتَ، وَلَكِنَّكَ مُنَافِقٌ، لِأَخْبَرَنِّي رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، فَبَلَغَ ذَلِكَ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، وَنَزَلَ الْقُرْآنُ، قَالَ عَبْدُ اللَّهِ بْنُ عُمَرَ: فَأَنَا رَأَيْتُهُ مُتَعَلِّقًا بِحَقِّبِ نَاقَةِ رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، تَنْكِبُهُ الْحِجَارَةُ، وَهُوَ يَقُولُ: يَا رَسُولَ اللَّهِ إِنَّمَا كُنَّا نَحُوضُ وَنَلْعَبُ، وَرَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَقُولُ: « {أَيُّهَا} وَأَيَاتِهِ وَرَسُولِهِ كُنْتُمْ تَسْتَهْزِئُونَ لَا تَعْتَذِرُوا قَدْ كَفَرْتُمْ بَعْدَ إِيمَانِكُمْ }

Disebutkan bahwa pada suatu perjalanan perang (yaitu perang Tabuk), ada orang di dalam rombongan tersebut yang berkata, “Kami tidak pernah melihat para ahli baca Al-Qur’an ini (maksudnya adalah Rasulullah ﷺ dan para sahabatnya) kecuali sebagai orang yang paling buncit perutnya, paling dusta ucapannya, dan paling pengecut tatkala bertemu dengan musuh.”

Salah seorang sahabat yang juga berada di sana mengatakan, “Engkau dusta! Kamu orang munafik! Akan kulaporkan ucapanmu ini pada Rasulullah ﷺ.”

Abdullah bin Umar berkata, “Kami melihat lelaki tadi menggelantungkan tangannya di tali kekang unta Rasulullah ﷺ dan dia tersandung bantu, lantas dia berkata, ‘Wahai Rasulullah, kami hanya bercanda dan bermain-main.’ Namun, Rasulullah ﷺ membaca firman Allah <sup>[4]</sup> سُبْحَانَهُ وَتَعَالَى (yang artinya), ‘Apakah terhadap ayat-ayat-Nya dan rasul-rasul-Nya kalian bersenda gurau? Tidak perlu beralasan! Sungguh kalian telah kufur setelah sebelumnya kalian beriman.’”<sup>[5]</sup>

Syaikh Muhammad bin Shalih Al-Utsaimin menjelaskan firman Allah tersebut, “Orang-orang itu menyebut dirinya hanya bermain-main. Maksudnya, mereka melakukan sesuatu supaya tidak jenuh selama perjalanan. Para ulama berkata, ‘Orang yang mengatakan suatu kalimat kekafiran, meski dia hanya bercanda, maka orang tersebut telah jatuh pada kekafiran.’”<sup>[6]</sup>

Halaman selanjutnya →

Itu adalah peristiwa pada masa lampau yang pada masa kini justru semakin sering kita saksikan. Dengan budaya komunikasi via gawai, kita menjadi lebih terbuka dan agresif, sehingga seringkali kita abai untuk menyortir kalimat yang terucap secara lisan atau tertulis di media sosial. Jika dihubungkan dengan konteks perundungan, polanya pun sama: tidak berpikir terlebih dahulu, tetapi dengan santainya melontarkan ucapan terhadap orang lain, padahal ucapan tersebut mungkin menyakitkan oleh orang yang mendengarnya. Pola tersebut lambat laun berkembang menjadi perundungan, dengan maupun tanpa disadari oleh pelakunya. Oleh sebab itu, anak-anak perlu dinasihati untuk berpikir sebelum berucap.

#### Kedua: Jangan Merendahkan

Yang tinggi akan tetap tinggi, meskipun direndahkan. Sebaliknya, yang rendah tetaplah rendah, meski dia berusaha untuk meninggi. Prinsip ini akan berbuah kesadaran bahwa sedemikian apa pun seseorang merasa tinggi, dia sejatinya adalah orang yang rendah karena perilaku tinggi hati adalah sikap tercela. Terlebih lagi jika perasaan tercela tersebut diwujudkan dalam sikap merendahkan dan melecehkan orang lain.

Rasulullah ﷺ pernah menegur sebagian sahabat yang mengejek fisik Abdullah bin Mas'ud رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ. Abdullah bin Mas'ud menceritakan bahwa dia sedang mengambil ranting untuk kayu siwak. Betisnya kecil, sehingga tatkala angin bertiup, kedua betis itu tersingkap. Sebagian orang yang melihatnya lantas tertawa. Kemudian Rasulullah ﷺ menegur mereka, “Kenapa kalian tertawa?” Mereka menjawab, “Wahai Nabiullah, (kami tertawa) karena melihat betis Ibnu Mas'ud yang kecil. Rasulullah ﷺ bersabda, “Demi Dzat yang jiwaku berada di tangan-Nya, dua betisnya itu lebih berat di Al-Mizan (timbangan amal) dibandingkan Gunung Uhud.”<sup>[7]</sup>

Seorang mukmin tidak sepatutnya menertawai orang lain karena sesuatu yang dianggap kekurangan pada dirinya. Fisik, harta, kecerdasan, nasab, dan berbagai tolok ukur duniawi lainnya bisa dilihat dari dua sudut pandang:

- Mungkin itu hanyalah pandangan subjektif. Misalnya Fatimah menilai bahwa paras Aisyah tidak cantik, tetapi mungkin saja menurut Maryam tidak demikian (menurut Maryam, Aisyah itu cantik). Contoh lain, Ahmad menilai bahwa Ali tidak cerdas, tetapi menurut Umar tidak demikian (menurut Umar, Ali adalah irang yang cerdas).
- Seseorang yang secara zahir tampak rendah, mungkin saja memiliki kedudukan yang istimewa di sisi Allah ﷻ karena amal shalih dan kebaikan di dalam hatinya yang diketahui oleh Allah ﷻ semata. Pandangan manusia terbatas, sehingga tidak pantas jika seseorang merasa lebih tinggi dan boleh merendahkan orang lain, karena yang dia lihat hanya hal yang tampak, sedangkan banyak hakikat tersembunyi yang mungkin tidak dia ketahui.
- Prinsip semacam ini hendaklah ditanamkan pada anak, bahwa seorang mukmin tidak boleh bermudah-mudahan merendahkan orang lain.

#### Ketiga: Memahami Makna Kemuliaan

Allah ﷻ menetapkan standar mulia atau tidaknya seseorang. Standar ini yang perlu sering diulang-ulang agar melekat kuat di benak anak. Rasulullah ﷺ bersabda,

إِنَّ اللَّهَ لَا يَنْظُرُ إِلَى صُورِكُمْ وَأَمْوَالِكُمْ وَلَكِنْ يَنْظُرُ إِلَى قُلُوبِكُمْ وَأَعْمَالِكُمْ

“Sesungguhnya Allah tidak melihat pada bentuk rupa dan harta kalian. Akan tetapi, Allah hanyalah melihat pada hati dan amalan kalian.”<sup>[8]</sup>

Abdullah bin Umri Maktum<sup>[9]</sup> رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ adalah sahabat mulia yang menjadi sebab diturunkannya awal mula surah ‘Abasa. Suatu ketika,<sup>[10]</sup> Ibnu Umri Maktum – yang menderita kebutaan – mendatangi Rasulullah ﷺ, sedangkan saat itu beliau ﷺ sedang duduk bersama beberapa pembesar Quraisy untuk mendakwahi mereka, yaitu Utbah bin Rabi'ah, Abu Jahal bin Hisyam, Al-Abbas bin Abdul Muththalib, Ubay bin Khalaf, dan Umayyah bin Khalaf. Ibnu Umri Maktum meminta agar Rasulullah ﷺ membacakan ayat Al-Qur'an untuknya dan menjelaskan ayat tersebut. Rasulullah ﷺ yang tengah sibuk dengan pembesar Quraisy tak mengindahkan permintaan Ibnu Umri Maktum, meskipun dia berkali-kali memanggil dan memohon Rasulullah untuk mengajarnya. Tanpa sadar, Rasulullah ﷺ merespon Ibnu Umri Maktum sambil berwajah masam. Allah ﷻ pun menegurnya dengan diturunkannya beberapa ayat di awal surah ‘Abasa.

Halaman selanjutnya →

Mari kita lihat ketika Allah ﷻ mengingatkan Rasul-Nya ﷺ bahwa Ibnu Ummi Maktum, yang secara lahiriah tidak ada apa-apanya dibanding para pembesar Quraisy, mungkin saja memiliki hati yang lebih bersih, sehingga dengan itulah dia menjadi lebih mulia di hadapan Allah ﷻ. Allah ﷻ berfirman,

وَمَا يُدْرِيكَ لَعَلَّهُ يَزَكِّيَ (\*) أَوْ يَذَّكَّرُ فَتَنْفَعَهُ الذِّكْرَىٰ

“Tahukah kamu barangkali ia ingin membersihkan dirinya (dari dosa). Atau dia (ingin) mendapatkan pengajaran, lalu pengajaran itu memberi manfaat kepadanya?” (QS. ‘Abasa: 3-4)

Rasulullah ﷺ sangat mengharapkan keislaman para pembesar Quraisy karena dengan itulah maka kemungkinan besar masyarakat Quraisy juga akan ikut berbondong-bondong memeluk Islam. Kendati demikian, hal tersebut tidak layak dijadikan alasan untuk menunjukkan sikap kurang baik kepada Ibnu Ummi Maktum.

Bayangkan, jika demi tujuan mulia tersebut, Rasulullah ﷺ ditegur oleh Allah ﷻ meski respon kurang menyenangkannya kepada Ibnu Ummi Maktum itu dilakukan tanpa sengaja, maka bagaimana lagi dengan orang yang secara sengaja mengejek, merundung, menghina, bahkan menindas orang lain semata karena hawa nafsu! Laa hawla wa laa quwwata illaa billah.

#### Keempat: Orang Dewasa yang Mencontohkan

Ada tiga pihak yang terlibat dalam sebuah peristiwa perundungan: korban, pelaku, dan saksi.<sup>[1]</sup> Orang dewasa bertanggung jawab untuk mendampingi anak agar perundungan bisa dicegah (jika belum terjadi) dan bisa ditangani (jika telah terjadi), dengan secara penuh memperhatikan sudut pandang dari tiga pihak tersebut. Arahan dari orang dewasa sangat berarti bagi anak dalam posisi apa pun anak berada (korban, pelaku, atau saksi).

Perlu diingat oleh para orang dewasa bahwa sebaik-baik pendidikan adalah pendidikan melalui keteladanan. Jika kita tidak ingin anak menjadi pem-bully (pelaku perundungan), maka jangan memberi “contoh” buruk lewat ucapan dan sikap kurang pantas, baik di dunia nyata maupun di dunia maya. Di bagian awal tulisan ini telah disebutkan laporan KPAI bahwa salah satu pemicu utama perilaku *bullying* pada anak adalah bertebarannya “contoh” yang mereka lihat dari orang dewasa di sekelilingnya: di dunia nyata maupun dunia maya; di rumah, di sekolah, maupun di lingkungan sekitar.

Satu jari menunjuk anak, empat jari menunjuk ke diri kita sendiri. Jika kita memerintahkan anak untuk menyaring ucapan, tidak merendahkan orang lain, dan memahami standar kemuliaan dari kacamata syariat maka sebenarnya orang pertama yang harus mengamalkan tiga nasihat tersebut adalah diri kita sendiri. Dahului dengan teladan melalui sikap dan iringi dengan nasihat melalui lisan. Mulailah dari rumah kita masing-masing, semoga tercipta generasi yang bebas dari *bullying* (perundungan).

[1] *Stop Perundungan/Bullying Yuk!*, hlm. 6.

[2] <https://kemenag.go.id/read/menjadi-muslim-menjadi-indonesia-kilas-balik-indonesia-menjadi-bangsa-muslim-terbesar-xmo8a>

[3] <https://www.kpai.go.id/publikasi/sejumlah-kasus-bullying-sudah-warnai-catatan-masalah-anak-di-awal-2020-begini-kata-komisioner-kpai>

[4] QS. At-Taubah: 65-66.

[5] *Tafsir Ath-Thabari*, 11:543.

[6] *Tafsir Al-Utsaimin lil Fatihah wal Baqarah*, 3:334.

[7] HR. Ahmad, no. 3991 dan Ath-Thabrani di *Al-Mu’jam Al-Kabir*, no. 8452. Dinilai shahih oleh Al-Albani di *As-Silsilah Ash-Shahihah*, no. 3192.

[8] HR. Muslim, no. 2564.

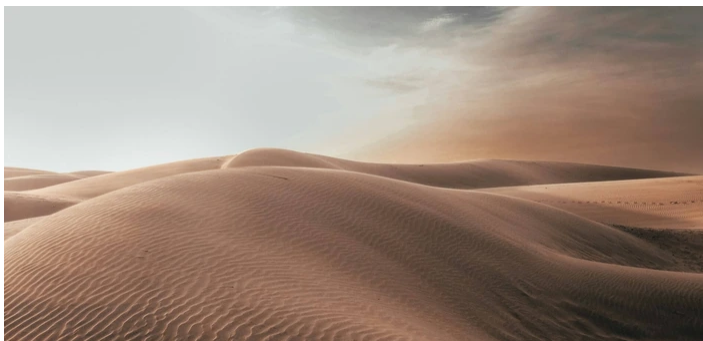
[9] Nama lengkapnya adalah Abdullah bin Syuraih bin Malik bin Rabi’ah Al-Fihri dari Qabilah Bani Amir Bin Lu’ay.

[10] Lihat *Tafsir Al-Baghawi*, 8:332.

[11] <https://ditsmp.kemdikbud.go.id/tiga-pihak-yang-terlibat-dalam-kasus-perundungan/>

#### Referensi:

- *Tafsir Al-Utsaimin lil Fatihah wal Baqarah*. Syaikh Muhammad bin Shalih Al-Utsaimin. Al-Maktabah Asy-Syamilah.
- *Tafsir Ath-Thabari*. Al-Imam Ath-Thabari. Al-Maktabah Asy-Syamilah.
- *Tafsir Al-Baghawi*. Al-Imam Al-Baghawi. Al-Maktabah Asy-Syamilah.
- *As-Silsilah Ash-Shahihah*. Muhammad Nashiruddin Al-Albani. Al-Maktabah Asy-Syamilah.
- *Al-Musnad*. Al-Imam Ahmad bin Hanbal. Al-Maktabah Asy-Syamilah.
- *Al-Mu’jam Al-Kabir*. Al-Imam Ath-Thabrani. Al-Maktabah Asy-Syamilah.
- *Stop Perundungan/Bullying Yuk!* (format E-Book). Tim Penyusun Direktorat Sekolah Dasar. Cetakan 1, Juni 2021. Jakarta: Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi Republik Indonesia. Diunduh dari <https://repositori.kemdikbud.go.id/22974/1/20210308%20Buku%20Saku-Stop%20Bullying-Spread%20Pages.pdf> pada 24 Mei 2024.
- *Kilas Balik Indonesia Menjadi Bangsa Muslim Terbesar*. Diakses dari <https://kemenag.go.id/read/menjadi-muslim-menjadi-indonesia-kilas-balik-indonesia-menjadi-bangsa-muslim-terbesar-xmo8a> pada 28 Mei 2024.
- *Sejumlah Kasus Bullying Sudah Warnai Catatan Masalah Anak di Awal 2020*. Diakses dari <https://www.kpai.go.id/publikasi/sejumlah-kasus-bullying-sudah-warnai-catatan-masalah-anak-di-awal-2020-begini-kata-komisioner-kpai> pada 28 Mei 2024.
- *Tiga Pihak yang Terlibat dalam Kasus Perundungan*. Diakses dari <https://ditsmp.kemdikbud.go.id/tiga-pihak-yang-terlibat-dalam-kasus-perundungan/> pada 24 Mei 2024.



# Tak Limbung Karena Dirundung

Penulis: Fadhilatul Hasanah

Editor: Ary Abu Ayyub

Rombongan kafilah dagang dari Syam menuju Mesir singgah di dekat sebuah sumur di Baitul Maqdis.<sup>[1]</sup> Seseorang bergegas mengambil air. Dijulurkannya timba dan diangkatnya. Tak disangka, seorang anak kecil yang tampan bergelantungan di timba. Ia pun merasa gembira dan tertarik dengan anak itu.<sup>[2]</sup> Di sisi lain, beberapa penggembala memperhatikan kejadian itu dengan waswas. Ketika mereka melihat anak itu akan dibawa oleh rombongan itu, mereka pun bergegas mencegatnya.

“Mau dibawa kemana anak itu, Tuan? Itu adalah budak kami yang melarikan diri. Tolong kembalikan kepada kami atau jika Anda bersikeras membawanya, bayarlah harganya.” Kata para penggembala itu.<sup>[3]</sup>

Kafilah itu pun bertanya kepada anak tersebut tentang kebenaran klaim para penggembala. Dengan perasaan tertekan, anak itu hanya bisa membenarkan. Akhirnya ia pun dijual sebagai budak dengan harga yang sangat murah oleh para penggembala.<sup>[4]</sup>

\*\*\*

Anak kecil itu tidak lain adalah Yusuf putera Nabiullah Ya’qub ‘alaihissalam. Para penggembala itu adalah kakak-kakaknya. Sebelum itu mereka telah merundungnya sejak lama. Tanpa rasa iba, mereka jugalah yang telah membuangnya ke dalam sumur dan membiarkannya kelaparan di dalamnya selama 3 hari.<sup>[5]</sup> Kini setelah seseorang mengangkatnya dari sumur, mereka malah tega menjualnya sebagai budak dengan harga yang sangat murah. Hal itu menunjukkan betapa besarnya tekad mereka untuk menenyapkan Yusuf dari keluarga Ya’qub dibandingkan hanya untuk mendapatkan uang.<sup>[6]</sup>

Yusuf hanyalah seorang anak kecil yang lemah dibandingkan dengan kakak-kakaknya. Ia memiliki seorang adik kandung yang bernama Benyamin. Sejak kecil, ia dan adiknya telah ditinggal mati oleh ibunya.<sup>[7]</sup> Karena itu, kasih sayang yang melimpah pun diberikan oleh ayahnya kepada mereka berdua. Besarnya kasih sayang yang diberikan Nabiullah Ya’qub ini disalahartikan sebagai pilih kasih oleh kakak-kakaknya dari lain ibu. Setan pun tidak menyia-nyiakan kesempatan itu untuk menebarkan bibit-bibit hasad kepada mereka.

Suatu hari Yusuf mendatangi ayahnya. Ia menceritakan mimpinya melihat 11 bintang, matahari, dan juga bulan yang bersujud kepadanya. Ya’qub pun mewanti-wanti agar Yusuf merahasiakan mimpinya itu dari saudara-saudaranya agar tidak timbul kedengkian pada diri mereka. Kemudian Ya’qub

berkata kepada Yusuf tentang mimpinya itu, “Demikianlah Tuhanmu, memilih kamu (untuk menjadi nabi) dan diajarkannya kepadamu sebagian dari ta’bir mimpi-mimpi dan disempurnakan-Nya nikmat-Nya kepadamu dan kepada keluarga Ya’qub, sebagaimana Dia telah menyempurnakan nikmat-Nya kepada dua orang bapakmu sebelum itu, (yaitu) Ibrahim dan Ishaq. Sesungguhnya Tuhanmu Maha Mengetahui lagi Mahabijaksana.”<sup>[8]</sup>

Dengan demikian, bertambahlah rasa cinta dan kasih sayang Nabi Ya’qub ‘alaihissalam kepada Yusuf. Hal itu semakin mengobarkan api kedengkian saudara-saudaranya. Ditambah lagi, menurut sumber-sumber Israiliyat, mereka telah mendengar tentang mimpi Yusuf dan penafsiran ayahnya entah dari mana. Mereka benar-benar tidak rela, anak kecil yang belum memberikan sumbangsih apa pun bagi kemakmuran keluarga itu dicintai sedemikian rupa oleh ayahnya. Mereka bahkan menuduh Nabi Ya’qub telah tersesat dan kehilangan pandangannya yang jernih.<sup>[9]</sup>

Rasa hasad telah berkobar di dada kakak-kakak Yusuf. Kebencian mendalam kepada Yusuf pun menguasai hati dan pikiran mereka. Maka muncullah tekad mereka untuk menghilangkan nikmat kasih sayang yang diperoleh Yusuf dari ayahnya.

“Kita bunuh saja Yusuf itu.” Kata sebagian dari mereka.

“Tidak perlu sampai membunuhnya, kita buang saja dia ke tempat yang jauh.” Usul yang lainnya

“Bukankah ini perbuatan dosa?” timpal sebagian yang lain

“Tidak mengapa. Nanti setelahnya kita bertobat dan menjalani kehidupan dengan menjadi orang-orang yang baik.”

Yang tertua dari mereka pun berkata, “Baiklah. Kita masukkan saja Yusuf ke sumur agar ditemukan dan dibawa oleh kafilah yang biasanya lewat di sana.”<sup>[10]</sup>

Demikianlah, kedengkian telah menguasai diri saudara-saudara Yusuf. Mereka bertekad untuk menjauhkan Yusuf dari ayahnya. Mereka telah membuat kesepakatan untuk membuang Yusuf ke dalam sumur di padang gembalaan yang jauh dari rumah. Mereka pun kemudian menyusun rencana untuk mengelabui ayahnya agar ayahnya mengizinkan Yusuf ikut keluar bersama mereka menggembala.

\*\*\*

Dengan muka manis, menampilkan sikap penuh cinta, dan kata-kata yang meyakinkan mereka berhasil mendapatkan izin ayah mereka untuk membawa Yusuf ikut menggembala. Mereka pun membawa Yusuf kecil dengan janji akan mengajaknya bermain, menjaganya, dan menjamin keamanannya.<sup>[11]</sup>

Halaman selanjutnya →

Di padang gembalaan itulah mereka melepaskan kekesalan dan kedengkiannya kepada Yusuf. Mereka yang jauh lebih tua itu merundung Yusuf yang masih anak-anak dengan kejam. Mereka pun melepas baju Yusuf kemudian memasukkan anak kecil itu ke dalam sumur. Kemudian mereka melumuri baju Yusuf dengan darah domba dan membawanya ketika pulang di sore hari.<sup>[12]</sup>

Dengan menjual tangisan pilu, mereka menceritakan bahwa Yusuf telah dimangsa serigala ketika mereka tengah asyik berlomba. Ditunjukkannya baju Yusuf yang berlumuran darah. Diselingi sumpah dan ratapan mereka berusaha meyakinkan Nabi Ya'qub bahwa Yusuf telah tiada. Sementara ayahnya yang memiliki bashirah kuat hanya berkata, “aku akan bersabar dengan kesabaran yang baik atas musibahku ini, yang kalian sepakat untuk menimpakannya kepadaku.”<sup>[13][14]</sup>

Demikianlah, mereka bersikap seolah-oleh Yusuf telah tiada di hadapan ayah mereka sementara di belakangnya, mereka senantiasa mengawasi sumur yang Yusuf berada di dalamnya. Mereka harap-harap cemas dengan keadaan Yusuf dan berpikir apa lagi yang harus dilakukan. Hingga akhirnya lewatlah kafilah dagang di tempat itu. Mereka mengutus seseorang untuk mengambil air dan terjadilah sebagaimana yang disebutkan di atas.

Perlakuan keras dan kasar serta permusuhan yang ditunjukkan oleh kakak-kakak Yusuf telah membuat Yusuf takut untuk mengatakan bahwa ia bukanlah budak. Ia juga khawatir akan dibunuh jika dikembalikan kepada kakak-kakaknya. Karena itulah ia mengaku saja ketika saudara-saudaranya mengatakan bahwa ia adalah seorang budak. Ia pun tidak melawan ketika dijual murah sebagai budak oleh kakak-kakaknya itu.

Namun, sebelum semua hal itu, sesungguhnya takdir Allah-lah yang mendahuluinya. Dialah yang mengatur jalan cerita kehidupan. Semua peristiwa sedih yang dialami Yusuf hanyalah sebab yang pada akhirnya mengantarkan kepada kebahagiaan, kemuliaan, dan keagungan yang telah ditakdirkan Allah atas Nabi Yusuf. Hal itu terbukti dengan dijualnya Yusuf kepada pembesar Mesir, dijadikannya sebagai anak, dan pada akhirnya ia menjadi Menteri perbendaharaan Negara Mesir yang agung dan disegani. Pada saat itulah mimpi 11 bintang, matahari, dan bulan sujud kepadanya itu terwujud. Sebelas bintang adalah perlambang dari 11 saudaranya, matahari adalah bibinya sebagai pengganti ibu, dan bulan adalah ayahnya.<sup>[15]</sup>

Dari kisah di atas dapat dipetik beberapa pelajaran sebagai berikut.

1. Sikap hasad dapat membuat seseorang gelap mata dan hatinya sehingga membuatnya tidak segan melanggar perintah dan larangan Allah.
2. Perundungan seringkali terjadi pada pihak yang lemah dan seringkali di luar jangkauan pengamatan pihak yang berwenang/orang tua.
3. Orang tua hendaknya memperhatikan kasih sayangnya kepada anak-anaknya, memberikan pengertian kepada mereka, dan tidak membedakan di antara mereka secara mencolok tanpa memperhatikan perasaan satu dan lainnya.
4. Perundungan dapat menimbulkan trauma dan ketakutan kepada korban sehingga tidak berani untuk mengatakan bahwa ia adalah korban.
5. Menjadi korban perundungan bukanlah akhir dari segalanya. Seorang korban perundungan dapat bangkit dan menjadi sosok yang kuat dan mulia di masa depan jika berada di lingkungan yang mendukung.
6. Segala yang telah ditentukan Allah pasti akan terjadi meskipun semua manusia menghalanginya.

[1] Tafsir Al-Qur'an Al-'Adhim Juz VIII hal. 17

[2] Q.S. Yusuf: 19

[3] Aisarut Tafaasir, Al Jazaairy, jilid 2, halaman 796, Ad-Darul Amaliyyah Lin Nasyri wat Tauzi'

[4] Q.S Yusuf: 20

[5] Mukhtashar Tafsir Ibnu Katsir, via <https://shamela.ws/book/21549/1385#p1>

[6] Ibnu Katsir berkata, “Mereka menukar Yusuf dengan harga yang jauh di bawah standar atau sangat murah. Selain itu mereka (saudara-saudara Yusuf) adalah orang-orang yang sangat tidak menginginkannya. Bahkan seandainya pembeli itu memintanya tanpa imbalan apa pun, niscaya mereka memberikan Yusuf kepadanya.”

[7] Al-Jami' Liahkami Al-Qur'an Juz 11 hal. 246

[8] Q.S. Yusuf: 4-6

[9] Q.S. Yusuf: 8

[10] Lihat Q.S. Yusuf: 9-10

[11] Lihat Q.S. Yusuf: 13-14

[12] Q.S. Yusuf: 18

[13] Q.S. Yusuf: 16-18

[14] Tafsir Al-Qur'an Al-'Adhim Juz VIII hal. 21

[15] Ibid, hal. 23

Daftar Referensi

- Al-Qur'an Al-Karim
- Al-Jazaairy, Abu Bakar Jabir. Aisarut Tafsir Juz II. Ad-Darul Amaliyah Lin Nasyri Wat Tauzi'
- Al-Qurtuby, Muhammad bin Ahmad. 1428 H/2006 M. Al-Jami' Liahkami Al-Qur'an Juz 11 cet. 1. Beirut: Muassaasah Ar-Risalah.
- Ibnu Katsir, Ismail Abu Al-Fida'. 1421 H/2000 M. Tafsir Al-Qur'an Al-'Adhim Juz VIII Cet. 1. Jizah: Maktabah Aulad Asy-Syeikh Litturats
- <https://shamela.ws/book/21549/1385#p1>

# Jangan *Bully* Anakmu!

Penulis: Abu Ady

Editor: Za Ummu Raihan

الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي هَدَانَا لِهَذَا وَمَا كُنَّا لِنَهْتَدِيَ لَوْلَا أَنْ هَدَانَا  
اللَّهُ لَقَدْ جَاءَتْ رُسُلٌ رَبَّنَا بِالْحَقِّ وَتُودُوا أَنْ تِلْكُمْ الْجَنَّةَ  
أُورِثْتُمْوهَا بِمَا كُنْتُمْ تَعْمَلُونَ

أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ وَأَشْهَدُ أَنَّ مُحَمَّدًا  
عَبْدُهُ وَرَسُولُهُ.

اَللّٰهُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ عَلَى مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِهِ وَأَصْحَابِهِ وَمَنْ  
تَبِعَهُمْ بِإِحْسَانٍ إِلَى يَوْمِ الدِّينِ

اَللّٰهُمَّ عَلِّمْنَا مَا يَنْفَعُنَا، وَانْقَعْنَا بِمَا عَلَّمْتَنَا، وَزِدْنَا عِلْمًا،  
وَأَرِنَا الْحَقَّ حَقًّا وَارْزُقْنَا اتِّبَاعَهُ، وَأَرِنَا الْبَاطِلَ بَاطِلًا وَارْزُقْنَا  
اجْتِنَابَهُ

Segala puji bagi Allah ﷻ. Kita memuji-Nya, memohon pertolongan dan ampunan serta berlindung kepada-Nya dari keburukan diri dan perbuatan kita. Barang siapa yang diberi petunjuk oleh Allah ﷻ maka tidak ada yang dapat menyesatkannya. Dan barang siapa yang disesatkan oleh-Nya, maka tidak ada yang dapat memberinya petunjuk. Kita bersaksi bahwa tiada Ilah yang berhak disembah selain Allah ﷻ, yang tiada sekutu bagi-Nya dan kita bersaksi bahwa Muhammad adalah hamba dan utusan-Nya.

Jamaah shalat Jumat yang dirahmati Allah ﷻ, Allah ﷻ berfirman:

يَا أَيُّهَا النَّاسُ اتَّقُوا رَبَّكُمُ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ نَفْسٍ وَاحِدَةٍ  
وَخَلَقَ مِنْهَا رَوْجَهَا وَبَثَّ مِنْهُمَا رِجَالًا كَثِيرًا وَنِسَاءً وَاتَّقُوا  
اللَّهَ الَّذِي تَسَاءَلُونَ بِهِ وَالْأَرْحَامَ إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلَيْكُمْ رَقِيبًا

“Hai manusia, bertakwalah kepada Rabb-mu yang telah menciptakan kamu dari diri yang satu dan dari padanya Allah menciptakan pasangannya. Dari keduanya Allah memperkembangbiakkan laki-laki dan perempuan yang banyak. Bertakwalah kepada Allah yang dengan (mempergunakan) nama-Nya kamu saling meminta satu sama lain dan (peliharalah) hubungan silaturahmi. Sesungguhnya Allah selalu menjaga dan mengawasi kamu.” (QS An-Nisa: 1)

Jamaah shalat Jumat yang dirahmati Allah ﷻ.

Pada kesempatan yang penuh berkah ini, khatib ingin menyampaikan sebuah tema yang sangat penting untuk kita semua sebagai orang tua, ayah, dan pemimpin dalam keluarga yaitu pembulian orang tua terhadap anak. Mengapa tema ini perlu diangkat? Karena seringkali kita tidak sadar bahwa tindakan atau ucapan bisa berdampak buruk pada anak-anak kita.

*Bullying* tidak hanya terjadi di sekolah atau di lingkungan sosial saja, tetapi juga dapat terjadi di dalam rumah, bahkan di antara orang tua dan anak. Kita tidak suka anak kita dibulli di sekolah, kita marah saat anak kita di-*bully* (dirundung) orang lain, namun sayang kadang kita sendiri telah mem-*bully* (merundung) anak kita dengan berbagai macam bentuk *bullying* (perundungan) yang menyakitkan. Apabila itu terjadi, rumah

yang harusnya menjadi tempat berlindung justru berubah menjadi penjara bagi anak.

Jamaah shalat Jumat yang dirahmati Allah ﷻ.

*Bullying* adalah tindakan menyakiti baik fisik maupun psikis yang dilakukan secara sengaja dan berulang-ulang. Ini bisa berupa kekerasan fisik, verbal, atau emosional.

Dalam sebuah hadits Abu Hurairah رضي الله عنه menyebutkan bahwa Rasulullah صلى الله عليه وسلم mencium Hasan bin Ali رضي الله عنهما. Di samping Nabi صلى الله عليه وسلم ada Al Aqra’ bin Habis yang sedang duduk. Al Aqra’ berkata “Aku memiliki sepuluh orang anak, tidak satupun yang aku cium dari mereka.” Rasulullah صلى الله عليه وسلم menoleh kepadanya kemudian bersabda:

مَنْ لَا يَرْحَمُ لَا يُرَحَمُ

“Barang siapa tidak menyayangi maka tidak akan disayangi.” (HR. Bukhari no. 5997 dan Muslim no. 2318)

Dalam hadits ini kita diingatkan oleh Rasulullah صلى الله عليه وسلم untuk menyayangi, mendidik, dan merawat anak kita dengan penuh kasih sayang. Berdasarkan hal tersebut, tampak jelas bahwa *bullying* (perundungan) bertentangan dengan ajaran Islam yang menekankan kasih sayang dan kelemah-lembutan serta kebijaksanaan. Rasulullah صلى الله عليه وسلم menyampaikan ancaman bagi orang tua yang tidak menyayangi anaknya dengan tidak adanya kasih-sayang untuknya dari Allah ﷻ Sang Maha Pengasih dan Penyayang.

Jamaah shalat Jumat yang dirahmati Allah ﷻ.

Mari kita menjadi orang tua yang memerangi *bullying* dengan tegas baik di lingkungan sekolah, sosial, terlebih lagi di dalam rumah tangga kita. Mulailah dari diri sendiri dengan menjaga lisan dan perilaku kita agar tidak menyinggung atau merendahkan orang lain. Jadilah teladan bagi anak-anak agar mereka tumbuh sebagai individu yang penuh hormat dan empati terhadap sesama.

Anak-anak adalah amanah dari Allah ﷻ yang harus kita rawat, lindungi, dan didik dengan penuh kasih sayang. Bagaimana cara kita perlakukan mereka akan kita pertanggungjawabkan di hadapan Allah ﷻ. Rasulullah صلى الله عليه وسلم bersabda:

كُلُّكُمْ رَاعٍ وَكُلُّكُمْ مَسْئُولٌ عَنْ رَعِيَّتِهِ

“Setiap kalian adalah pemimpin dan setiap kalian akan dimintai pertanggungjawaban atas kepemimpinannya.” (HR. Bukhari no. 893 dan Muslim no. 1829)

Setiap laki-laki adalah pemimpin bagi istri dan anak-anaknya. Semua yang ia perbuat terhadap mereka akan dipertanggungjawabkan di akhirat nanti dan dibalas sesuai dengan apa yang telah ia lakukan di dunia.

Halaman selanjutnya →

Jamaah shalat Jumat yang dirahmati Allah ﷺ.

Mari kita lihat bentuk-bentuk *bullying* yang mungkin terjadi di rumah kita, di antara bulian orang tua terhadap anaknya adalah **mengkritik anak secara berlebihan**.

Mengkritik anak secara berlebihan berarti memberikan kritik yang keras dan berulang-ulang terhadap kesalahan atau kekurangan yang dimiliki anak. Kritik yang berlebihan dapat merusak rasa percaya diri anak. Anak-anak yang terus-menerus dikritik mungkin mulai merasa bahwa mereka tidak mampu atau tidak cukup baik. Hal ini dapat mengurangi motivasi mereka untuk mencoba hal-hal baru dan bisa berdampak negatif pada perkembangan emosional mereka.

Misalnya, saat seorang anak mendapatkan nilai buruk dalam mata pelajaran matematika, orang tua langsung mengkritik secara berlebihan dengan mengatakan, "Kamu selalu bodoh dalam matematika. Kenapa kamu tidak pernah belajar dengan benar?"

Ketika seorang anak malu berbicara di depan umum, orang tua yang mengkritik secara berlebihan mungkin berkata, "Kenapa kamu selalu takut berbicara? Kamu harus bisa lebih berani!"

Mari kita sadari bahwa setiap anak memiliki batas kemampuan yang berbeda-beda. Kritik yang berlebihan tidak akan membantu mereka tumbuh. Sebagai gantinya, orang tua harus memberikan dukungan terhadap anaknya. Fokus pada usaha yang telah dilakukan anak dan beri dorongan untuk perbaikan dengan cara yang positif. Misalnya, "Ayah tahu kamu sudah berusaha keras. Ayo kita cari cara lain yang mungkin lebih mudah untuk kamu pahami."

Kita lihat sikap Rasulullah ﷺ bersikap terhadap seorang sahabat cilik yang menjadi pelayan beliau, Anas رضي الله عنه berkata,

حَدَّثَنَا رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ عَشْرَ سِنِينَ،  
وَاللَّهِ مَا قَالَ لِي أَفَّا قَطُّ، وَلَا قَالَ لِي لَشَيْءٍ لِمَ فَعَلْتَ كَذَا؟  
وَهَلَّا فَعَلْتَ كَذَا؟

"Dan sungguh, aku telah melayani Rasulullah ﷺ selama sepuluh tahun. Demi Allah, beliau tidak pernah berkata kepadaku 'Ah' sekalipun. Beliau tidak pernah berkata untuk sesuatu yang aku lakukan. 'Mengapa kamu melakukan ini?' atau untuk sesuatu yang tidak aku lakukan, 'Mengapa kamu tidak melakukan ini?'" (HR. Muslim no. 2309)

Rasulullah ﷺ tidak pernah langsung menyalahkan atau mencela ketika Anas رضي الله عنه melakukan kesalahan. Ini mengajarkan pada kita untuk tidak terburu-buru menyalahkan dan mengkritik anak. Sebaliknya, seharusnya yang dilakukan adalah memberikan pengertian dan bimbingan dengan cara yang baik dan penuh kasih sayang. Sikap Rasulullah ﷺ yang tidak pernah mengeluh atau mencela menunjukkan betapa beliau menghargai usaha yang telah Anas رضي الله عنه lakukan. Dari hadits di atas kita juga diajarkan untuk mendidik anak dengan cara yang penuh kasih sayang, tanpa menggunakan kekerasan dan kritikan yang menyakitkan.

Jamaah shalat Jumat yang dirahmati Allah ﷺ.

Di antara bentuk bulian terhadap anak adalah **membandingkan anak dengan orang lain**.

Sebagian orang tua terbiasa membandingkan anak mereka dengan saudara atau teman sebayanya, baik dalam hal prestasi, kemampuan atau sifat. Misalnya, "Kenapa kamu tidak bisa seperti kakakmu yang selalu mendapat nilai bagus?" atau "Lihat temanmu! Dia selalu berani berbicara di depan kelas."

Membanding-bandingkan anak dengan orang lain dapat membuat anak merasa tidak berharga, tertekan, bahkan rendah diri. Mereka merasa bahwa usaha mereka tidak pernah cukup baik karena selalu dibandingkan dengan orang lain yang dianggap lebih baik.

Sebagai orang tua, kita harus menyadari bahwa Allah ﷻ menciptakan setiap anak dengan kelebihan dan kekurangan masing-masing. Menghargai perbedaan ini berarti memahami bahwa setiap anak unik dan memiliki jalur perkembangan sendiri. Anak-anak harus dihargai atas usaha dan pencapaian mereka sendiri, bukan dibandingkan dengan orang lain.

Jamaah shalat Jumat yang dirahmati Allah ﷺ.

Bentuk bulian lain yang mungkin terjadi di rumah berupa **harapan yang tidak realistis**.

Sebagian orang tua memiliki harapan atau tuntutan yang terlalu tinggi atau tidak masuk akal yang dibebankan kepada anak mereka. Harapan ini mungkin jauh di luar kemampuan atau minat anak dan memaksakan anak untuk memenuhi harapan tersebut bisa sangat membebannya.

Misalnya, orang tua mengharapkan anak selalu mendapat nilai tertinggi di setiap mata pelajaran meskipun anak tersebut kesulitan dalam beberapa mata pelajaran. Anak dipaksa untuk mengikuti berbagai kegiatan ekstrakurikuler sementara mereka hanya memiliki minat dan bakat di salah satu bidang saja.

Hal ini dapat membuat anak merasa gagal dan stres. Anak merasa bahwa mereka selalu mengecewakan orang tua. Ini dapat mengurangi rasa percaya diri dan menyebabkan masalah kesehatan mental seperti kecemasan atau depresi.

Jamaah shalat Jumat yang dirahmati Allah ﷺ.

Ada pula bulian berupa **ucapan kasar atau merendahkan**.

Ada orang tua yang terbiasa menggunakan bahasa yang merendahkan, menghina atau menyakiti perasaan anak. Meskipun mungkin dianggap sebagai candaan, tapi bagi anak, kata-kata ini dapat terasa sangat menyakitkan dan merusak harga diri mereka.

Kata-kata kasar atau penghinaan terhadap anak dapat menyebabkan luka psikologis yang dalam. Anak-anak yang sering dihina atau dipanggil dengan nama-nama buruk dapat mengalami penurunan rasa percaya diri, merasa tidak dihargai dan tidak dicintai.

Halaman selanjutnya →

Contoh: Seorang anak yang sedikit gemuk dipanggil, "Gendut" oleh orang tuanya. Mendengarkan hal itu teman-temannya mulai ikut-ikutan memanggilnya gendut, ini bisa membuat anak merasa malu dengan tubuhnya.

Ada pula orang tua yang menggunakan kata-kata kasar saat marah, seperti "Bodoh," "Pemalas," atau "Tidak berguna." ketika anak membuat kesalahan kecil. Orang tua berkata, "Kamu ini bodoh sekali" atau "Dasar anak tidak berguna" ini bisa menghancurkan harga diri anak.

Orang tua harus menyadari pentingnya menggunakan bahasa yang positif dan membangun. Nama yang baik dan pujian yang tulus membantu anak merasa dihargai dan dicintai. Menggunakan kata-kata yang menghina tidak hanya merusak hubungan antara orang tua dan anak tetapi juga menghambat perkembangan.

Bulian lain yang sangat jelas bagi kita adalah **memukul anak secara berlebihan**.

Sebagian orang tua ada yang menggunakan kekerasan fisik seperti memukul anak terlalu keras atau terlalu sering dengan alasan mendisiplinkan. Tindakan ini bisa menyebabkan luka fisik dan emosional yang serius.

Zaman dulu, saat orang tua mendidik kita, memukul anak mungkin dianggap wajar. Namun, pemahaman saat ini tentang dampak negatif kekerasan fisik terhadap anak telah berkembang. Banyak yang menyadari bahwa metode ini dapat menyebabkan trauma psikologis dan emosional pada diri anak.

Memukul anak secara berlebihan menyebabkan kerusakan jangka panjang pada kesehatan mental dan emosional anak. Anak-anak yang sering dipukul dapat mengalami rasa takut dan rendah diri. Ini juga bisa merusak hubungan antara anak dan orang tua.

Contoh: seorang anak mendapat nilai buruk di sekolah dan orang tua memukul sebagai hukuman. Contoh lainnya seorang anak membuat adiknya menangis dan orang tua memukulnya dengan tangkai sapu. Alih-alih memahami dan mengajarkan solusi konflik, anak belajar bahwa kekerasan adalah cara untuk menyelesaikan masalah.

Jamaah shalat Jumat yang dirahmati Allah ﷻ.

Ada pula orang tua yang menghukum anak di atas kesanggupannya.

Kadang orang tua memberikan hukuman yang terlalu berat atau terlalu sulit dilakukan. Hukuman yang berlebihan ini bisa melibatkan tugas fisik, mental, atau emosional yang tidak sesuai dengan umur dan kemampuan anak.

Hukuman berlebihan dapat menyebabkan anak kewalahan dan stres. Hal ini bisa merusak rasa percaya diri, menimbulkan rasa dendam, bahkan menyebabkan trauma pada anak.

Bentuk hukuman yang berlebihan misalnya seorang anak yang mendapat nilai buruk dalam satu mata pelajaran kemudian diberi hukuman dilarang bermain atau menonton TV selama sebulan penuh dan disuruh selalu belajar di dalam rumah. Hukuman ini terlalu berat sebab anak butuh main

bersama teman-temannya, butuh hiburan dengan menyaksikan acara TV (tentunya acara yang bermanfaat).

Sebagai orang tua hendaknya kita memahami bahwa hukuman harus sesuai dengan usia, kemampuan, dan kesalahan yang dilakukan anak agar anak memahami bahwa ada konsekuensi dari perilaku mereka tanpa merasa dihukum secara tidak adil.

Selain memberikan hukuman yang sesuai, penting untuk memberikan dukungan dan pujian ketika anak berperilaku baik atau menunjukkan perbaikan. Ini membantu memperkuat perilaku positif dan memberikan motivasi bagi anak untuk terus berkembang.

#### Khutbah kedua

الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ، أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ  
لَا شَرِيكَ لَهُ وَأَشْهَدُ أَنَّ مُحَمَّدًا عَبْدُهُ وَرَسُولُهُ، اللَّهُمَّ صَلِّ  
وَسَلِّمْ عَلَى مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِهِ وَأَصْحَابِهِ أَجْمَعِينَ

Sidang shalat Jumat yang dirahmati Allah ﷻ.

Setelah mengetahui beberapa bentuk bullian yang mungkin terjadi di rumah kita tanpa kita sadari dan mengetahui dampak buruknya, mari kita ketahui pula beberapa langkah yang dapat kita ambil untuk menghindari perilaku bullying terhadap anak:

**Menghargai perasaan anak:** yaitu dengan mendengarkan sungguh-sungguh apa yang mereka rasakan dan memberikan ruang untuk mengekspresikan emosi mereka tanpa merasa takut atau tertekan.

**Memberikan dukungan dan motivasi:** yaitu dengan memuji usaha dan proses yang dilakukan anak, bukan hanya hasil akhir. Ini membantu anak memahami bahwa usaha mereka dihargai dan mendorong mereka untuk terus belajar dan berkembang.

**Bersikap lembut dan bersabar:** yaitu dengan berkata lembut untuk membantu mereka merasa dicintai dan dihargai.

**Memberikan keteladanan:** Anak-anak cenderung meniru perilaku orang dewasa di sekitar mereka. Menjadi teladan yang baik berarti menunjukkan sikap dan perilaku positif kepada anak, memberi contoh bagaimana sebaiknya bersikap terhadap kesalahan dan kekurangan orang lain.

**Menanamkan nilai-nilai Islami:** seperti kasih sayang, kepedulian, dan tolong-menolong sejak dini membantu membentuk karakter anak menjadi pribadi yang baik. Nilai-nilai ini menjadi dasar moral yang kuat bagi anak yang membuat mereka jauh dari melakukan pembulian kepada teman atau saudaranya.

Semoga hal-hal ini dapat kita pahami dan kita amalkan dalam kehidupan kita, hingga kita terhindar dari perbuatan bulli di dalam rumah kita sendiri.

Halaman selanjutnya →

Kaum mulismin yang dirahmati Allah سُبْحَانَهُ وَتَعَالَى

Mari kita bershalawat untuk Nabi Kita, Nabi Muhammad صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ dan kita lanjutkan doa untuk kita dan seluruh kaum muslimin.

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 اغْفِرْ لِلْمُسْلِمِينَ وَالْمُسْلِمَاتِ وَالْمُؤْمِنِينَ وَالْمُؤْمِنَاتِ الْأَحْيَاءِ مِنْهُمْ وَالْأَمْوَاتِ، إِنَّكَ سَمِيعٌ قَرِيبٌ مُجِيبُ الدَّعْوَةِ اللَّهُمَّ إِنَّا نَسْأَلُكَ الْهُدَى، وَالثَّقَى، وَالْعَفَاةَ، وَالْغَنَى

اللَّهُمَّ إِنَّا نَعُوذُ بِكَ مِنْ رَوَالِ نِعَمَتِكَ وَتَحَوُّلِ عَافِيَتِكَ وَفُجَاءَةِ نِقْمَتِكَ وَجَمِيعِ سَخَطِكَ

اللهم أحسن عاقبتنا في الأمور كلها، وأجزنا من خزي الدنيا وعذاب الآخرة

اللَّهُمَّ أَصْلِحْ وِلَاةَ أُمُورِنَا، اللَّهُمَّ وَفِّقْهُمْ لِمَا فِيهِ صَلَاحُهُمْ وَصَلَاحُ الْإِسْلَامِ وَالْمُسْلِمِينَ، اللَّهُمَّ أَعِنْهُمْ عَلَى الْقِيَامِ بِمَهَامِهِمْ كَمَا أَمَرْتَهُمْ يَا رَبَّ الْعَالَمِينَ. اللَّهُمَّ أَبْعِدْ عَنْهُمْ بَطَانَةَ الشُّوءِ وَالْمُفْسِدِينَ وَقَرِّبْ إِلَيْهِمْ أَهْلَ الْخَيْرِ وَالنَّاصِحِينَ يَا رَبَّ الْعَالَمِينَ اللَّهُمَّ أَصْلِحْ وِلَاةَ أُمُورِ الْمُسْلِمِينَ فِي كُلِّ مَكَانٍ

.اللَّهُمَّ وَلِّ عَلَيْنَا خِيَارَنَا وَلَا تُؤَلِّ عَلَيْنَا شَرَارَنَا

اللَّهُمَّ لَا تَسَلِّطْ عَلَيْنَا بِذُنُوبِنَا مَنْ لَا يَخَافُكَ فِيْنَا وَلَا يَرْحَمُنَا

اللَّهُمَّ انْصُرِ الْمُسْلِمِينَ الْمَظْلُومِينَ فِي كُلِّ مَكَانٍ، وَاجْعَلْ عُقُوبَةَ الظَّالِمِينَ اللَّهُمَّ عَاجِلَةً فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ

اللَّهُمَّ احْفَظْ أَهْلَ فَلَسْطِينَ وَسُورِيَا وَالْيَمَنَ وَأَهْلَ الْمَنَاطِقِ الْمَظْلُومَةِ يَا رَبَّ الْعَالَمِينَ، اللَّهُمَّ اجْعَلْ لَهُمْ سُبُلَ النَّجَاةِ وَالْخَيْرِ وَالسَّلَامَةِ

اللَّهُمَّ احْفَظْ إِنْدُونِيسِيَا مِنَ الْمَكْرِ وَالْفِتَنِ وَالْبَلَاءِ، وَاحْفَظْ شُعْبَهَا وَأَهْلَهَا مِنَ الشُّوءِ وَالْمُنْكَرَاتِ. اللَّهُمَّ اجْعَلْ بَلَدَنَا يَسُودُهُ الْعَدْلُ وَالسُّلْطَانُ، وَأَهْلُهُ يَعْيِشُونَ فِي أَمَانٍ وَسَلَامَةٍ

اللَّهُمَّ اجْمَعْ كَلِمَةَ الْمُسْلِمِينَ عَلَى الْحَقِّ وَالْهُدَى، وَاجْعَلْ قُلُوبَهُمْ مُتَّحِدَةً فِي طَاعَتِكَ. اللَّهُمَّ احْفَظْهُمْ مِنَ الْفِتَنِ وَالْبَلَاءِ، وَارْزُقْهُمْ النُّصْرَ وَالثَّمَكِينَ. اللَّهُمَّ أَلْهِمْنَا وَأَهْلَ بِلَادِ الْإِسْلَامِ وَالْمُسْلِمِينَ فِي كُلِّ مَكَانٍ الْإِخْلَاصَ فِي الْقَوْلِ وَالْعَمَلِ، وَنَجِّنَا وَجَمِيعَ الْمُسْلِمِينَ مِنَ الشَّرِّ وَالصَّرِّ

.رَبَّنَا آتِنَا فِي الدُّنْيَا حَسَنَةً وَفِي الْآخِرَةِ حَسَنَةً وَقِنَا عَذَابَ النَّارِ

عِبَادَ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يَأْمُرُ بِالْعَدْلِ وَالْإِحْسَانِ وَيَنْهَى عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ. يَعِظُكُمْ لَعَلَّكُمْ تَذَكَّرُونَ. فَادْكُزُوا اللَّهَ الْعَظِيمَ يَذْكُرْكُمْ. وَ اشْكُرُوهُ عَلَى نِعَمِهِ يَزِدْكُمْ. وَلَذِكْرُ اللَّهِ أَكْبَرُ

#### Referensi:

- *Sahih Bukhari. Imam Bukhari.* Al-Maktabah Asy-Syamilah.
- *Sahih Muslim. Imam Bukhari.* Al-Maktabah Asy-Syamilah.



# Berdakwah Lewat Psikologi ala Innu Virgiani

Penulis: Anastasia Gustiarini

Editor: Hilyatul Fitriya



أَمْ حَسِبْتُمْ أَنْ تُدْخِلُوا الْجَنَّةَ وَلَمَّا يَأْتِكُمْ مَثَلُ الَّذِينَ خَلَوْا مِنْ قَبْلِكُمْ مَسَّتْهُمُ الْبَأْسَاءُ وَالضَّرَاءُ وَزُلْزِلُوا حَتَّى يَقُولَ الرَّسُولُ وَالَّذِينَ آمَنُوا مَعَهُ مَتَى نَصْرُ اللَّهِ أَلَا إِنَّ نَصْرَ اللَّهِ قَرِيبٌ

“Ataukah kamu mengira bahwa kamu akan masuk surga, padahal belum datang kepadamu (cobaan) seperti (yang dialami) orang-orang terdahulu sebelum kamu. Mereka ditimpa kemelaratan, penderitaan dan diguncang (dengan berbagai cobaan), sehingga Rasul dan orang-orang yang beriman bersamanya berkata, "Kapanakah datang pertolongan Allah?" Ingatlah, sesungguhnya pertolongan Allah itu dekat.” [QS Al-Baqarah: 214]

Kasus perundungan atau *bullying* tak hanya menimpa orang yang notabene memiliki kekurangan, baik fisik ataupun mental. Akan tetapi *bullying* bisa saja menimpa kalangan yang dianggap memiliki kelebihan, seperti seseorang yang cerdas, memiliki harta melimpah, ataupun seseorang dengan kelebihan rupa alias rupawan. Hal tersebut diungkapkan Ukhtuna R.A. Innu Virgiani A., M. Psi, santri HSI yang adalah seorang psikolog.

Ukhtuna Innu menjelaskan bahwa sebenarnya konsep diri yang ada di balik para *pembully* atau pelaku perundungan, justru adalah mereka yang memiliki kepercayaan diri yang rendah. “Di luarnya saja mereka sok jagoan, tujuannya untuk menutupi rasa rendah dirinya mereka. Sebenarnya mereka *inferior*,” terangnya.

Menurutnya dari hasil penelitian, para *pembully* biasanya berasal dari keluarga yang kurang harmonis, misalnya anak yang kurang perhatian orang tua. Padahal perhatian paling pertama yang seharusnya seorang anak dapatkan, adalah dari keluarganya. Jika orang tua bersikap abai, maka anak akan mencari perhatian dari orang lain. Mirisnya, ketika anak-anak berlatar belakang demikian berkumpul, mereka kerap melampiaskan 'lukanya' itu lewat tindakan *bullying*. Sedangkan, anak yang mendapatkan kasih sayang cenderung memiliki kepercayaan diri yang tinggi dan dapat dengan tegas menolak melakukan perundungan kepada teman-temannya.

## Suka Mendengar Curhatan

Ukhtuna Innu menuturkan sebenarnya dirinya merupakan psikolog klinis dewasa dan tidak secara spesifik menangani kasus anak. Ia mulai jatuh hati pada ilmu Psikologi sejak duduk di bangku sekolah. Kala itu, ia sangat senang menyimak cerita atau curahan hati teman-temannya.

Selanjutnya Ukhtuna Innu menempuh pendidikan Psikologi strata satu di Universitas Indonesia, tepatnya pada tahun 2004.

Saat akan mengambil profesi psikolog, awalnya ia tertarik dengan psikologi anak. Namun, setelah mengetahui bahwa

ternyata masalah yang sering terjadi pada anak, 60% disebabkan tak lain oleh orang dewasa sendiri yaitu orang tua atau pola asuh lingkungan, ia pun akhirnya memutuskan mendalami psikologi dewasa kala melanjutkan pendidikan pascasarjana di Universitas Indonesia pada tahun 2008.

## Menerbitkan 20 Judul Buku

Kecintaan Ukhtuna Innu terhadap dunia tumbuh kembang anak dan parenting terlihat dari rekam jejak pekerjaan, aktivitas kegiatan, serta buku-buku yang telah diterbitkan olehnya.

Di tahun kelulusannya, Ukhtunna Innu mencoba menggeluti profesi sebagai guru sekaligus kepala sekolah TK Al Quran Cendekia Depok. Selain itu, pekerjaan yang pernah ia tekuni yakni menjadi konselor di Madrasah Nurul Quran Ciangsana, psikolog di RS Islam Jakarta Cempaka Putih, psikolog di UPTD Perempuan dan Perlindungan Anak (PPA) Kota Depok, serta psikolog di aplikasi Konseling Sahabatku sejak tahun 2017 sampai saat ini.

Ukhtuna Innu juga tercatat sebagai narasumber dan trainer di R & D Elhana Learning Kit dan Learning Center serta narasumber di berbagai seminar-seminar psikologi, parenting, inner child, pernikahan, dan masih banyak lainnya.

Tak berhenti disitu, kecintaannya pada dunia psikologi membawanya hingga menerbitkan berbagai buku. Ia pun telah menerbitkan kurang lebih 20 judul buku yang ditulisnya sejak tahun 2016 hingga tahun 2024 antara lain Aku dan Gunting Pertamaku (2016), Alphabet Character Activity Book, (2018), Aku Jujur Karena Allah (2019), Bye Bye Tantrum (2020), Tarik Napas, Huuf, Embuskan... (2022), Teriakan Adik (2023), juga buku berjudul Masyaallah Kakak Punya Ide (2024).

Halaman selanjutnya →

Membagi Waktu

Meski terbilang sangat produktif, sebagai seorang ibu, Ukhtuna Innu tetap memprioritaskan keluarga dan tetap meluangkan waktu demi menemani tumbuh kembang tiga buah hatinya yang berusia 11 tahun, 6 tahun, dan 5 tahun. “Anak - anak *full* masih saya yang antar jemput. jadi jadwal kerja di kantor atau klinik pun saya sesuaikan dengan jadwal antar jemput juga,” tuturnya.

Dirinya juga lebih memilih untuk bekerja secara *freelance* karena sejujurnya ia merasa tidak tega meninggalkan anak-anak di rumah terlalu lama. Seperti jadwal ke kantor, Ukhtuna Innu mengaturnya hanya satu sampai dua hari saja per pekan dengan jam kerja berkisar tiga hingga empat jam. Kemudian untuk kegiatan seminar, Ukhtuna Innu menentukan hanya akan diisinya pada hari Sabtu. Itupun ia lakukan karena sang suami berkenan membantunya menjaga anak-anak. Sedangkan layanan untuk klien psikologi online dilakukan melalui media Zoom ataupun G-meet sehingga ia tak perlu meninggalkan rumah. Sese kali ia mengambil jadwal seminar di hari kerja juga pada jam anak-anak bersekolah.

Mengenal Kajian Sunnah Saat Kuliah

Ukhtuna Innu menceritakan bahwa ia mulai bergabung dengan HSI pada tahun 2016. Namun, sesungguhnya kajian sunnah sudah diikutinya jauh sebelum itu yakni ketika ia memulai perkuliahan di Universitas Indonesia sekitar tahun 2004. “Karena di UI juga ada kajian sunnah,” sahutnya sambil membenarkan bahwa *circle* teman-teman UI tersebut yang berperan menghantarkannya mengenal HSI.

Keilmuan antara psikologi dengan Al-Qur'an serta Sunnah diterangkan Ukhtuna Innu dapat beriringan, meski tidak dipungkiri bahwa dirinya harus tetap selektif. Ia perlu memilih mana yang sesuai syariat dan meninggalkan yang bertentangan. Ukhtuna Innu memberi contoh tentang berbagai teori psikologi. "Banyak tokoh filsafat yang pemikirannya dipakai dalam ilmu Psikologi, yang sebenarnya mereka merupakan penganut atheis," ungkap nya.

Namun, ditambahkan Ukhtuna Innu ajaran Sunnah menjadikan ilmu Psikologi yang diperolehnya menjadi sempurna. Pendekatan manajemen marah, misalnya, Ukhtuna Innu memilih Sunnah sebagai rujukan. Sebagai contoh, ilmu Psikologi mengenal relaksasi, tarik nafas, untuk meredakan marah. “Saat kita tahu di Islam juga ada *loh* cara manajemen marah bagaimana, maka itu lebih oke untuk dipadukan,” jelasnya.

Di akhir wawancara, Ukhtuna Innu mengatakan bahwa sejauh perjalanan dirinya sebagai psikolog, sesungguhnya sejak mulai membuka dan menutup mata, niatnya setiap hari untuk beribadah. “Saya kerja sebagai psikolog salah satu niatnya buat dakwah juga,” tuturnya.

MasyaAllah, dari sosoknya kita bisa ambil pelajaran bahwa apapun pekerjaan yang kita geluti, selama itu halal dan

diniatkan untuk mencari ridha Allah, maka insyaallah akan bernilai ibadah dan mendapatkan pahala. Aamiin allahumma aamiin.

Biodata

Nama: R.A. Innu Virgiani A., M.Psi.

Pendidikan terakhir :

- S1 Fakultas Psikologi Universitas Indonesia
- S2 Magister Psikolog Klinis Dewasa Fakultas Psikologi Universitas Indonesia

Riwayat pekerjaan utama

- Tahun 2008–2011: Guru/ Kepala Sekolah TK Al Quran Cendekia Depok
- Tahun 2009–2012 : Konselor di Madrasah Nuurul Quran Ciangsana
- Tahun 2011–2012 : Psikolog di RS Islam Jakarta Cempaka Putih
- Tahun 2017–sekarang: Psikolog UPTD PPA Kota Depok
- Tahun 2020- sekarang: Psikolog di aplikasi konseling Sahabatku

Kegiatan lainnya:

1. R & D Elhana Learning Kit
2. Narasumber di Webinar elhana Learning Center
3. Penulis Buku Anak
4. Trainer dan Narasumber seminar psikologi parenting, inner child, pernikahan, dll.

Judul buku yang ditulis:

1. Aku dan Gunting Pertamaku, 2016
2. Buku Emosi El-Hana, 2018:
3. Aku Cinta,
4. Aku Cemas,
5. Aku Cemburu
6. Alphabet Character Activity Book, 2018
7. Kujaga Tanganku, 2019
8. Kusuka Berbagi, 2019
9. Aku Jujur Karena Allah, 2019
- 10.Aku Peduli Karena Allah, 2019
11. Yuk Belajar Kalimat Thayyibah: Basmalah-Hamdalah, 2019
- 12.Aku Disiplin Karena Allah, 2019
- 13.Aku Bertanggung jawab karena Allah, 2019
- 14.Aku Menghormati Orang Lain Karena Allah, 2019
- 15.Bye Bye Tantrum, 2020
- 16.Kujaga Diriku, 2021
17. Cinta Ibu Sepanjang Waktu, 2021
- 18.Kujaga Hatiku Kujaga Syukurku, 2021
- 19.Alhamdulillah, Ayah Gajian!, 2021
- 20.Bantu Ibu Jemur Baju, 2021
- 21.Tarik Napas, Huuf, Embuskan..., 2022
- 22.Teriakan Adik, 2023
- 23.Masyaallah Kakak Punya Ide, 2024





# Berani Sejak Dini

Penulis: Anastasia Gustiarini

Editor: Hilyatul Fitriyah

وَلْيُخَشِ الَّذِينَ لَوْ تَرَكُوا مِنْ خَلْفِهِمْ ذُرِّيَّةَ ضِعَافًا خَافُوا عَلَيْهِمْ فَلْيَتَّقُوا اللَّهَ وَلْيَقُولُوا قَوْلًا سَدِيدًا

*“Dan hendaklah takut (kepada Allah) orang-orang yang sekiranya mereka meninggalkan keturunan yang lemah di belakang mereka yang mereka khawatir terhadap (kesejahteraan)nya. Oleh sebab itu, hendaklah mereka bertakwa kepada Allah, dan hendaklah mereka berbicara dengan tutur kata yang benar.” [Q.S. al-Nisa: 9].*

Seorang muslim harus kuat baik fisik maupun ilmunya, karena bagaimana mungkin dia bisa menolong saudaranya yang tertimpa musibah, sedangkan dia enggan berlatih mempersiapkan diri.

Rangkaian kata tersebut ditegaskan Akhuna Muhammad Arif Setiawan, santri yang telah belajar di HSI sejak 2021 yang sudah berkecimpung di dunia bela diri selama dua puluh lima tahun.

Menurutnya, pada latihan beladiri, kekuatan fisik dan ilmu harus sama kuat. "Beladiri bukan hanya keterampilan fisik ataupun gerak kaki dan tangan saja," ungkapnya. Menurut Akhuna Muhammad, kekuatan komunikasi, negosiasi, menurunkan ego, meninggikan adab dan akhlak, justru menjadi hal kuat dari sekedar olah raga fisik.

Pemegang sabuk coklat ini menuturkan bahwa beladiri memiliki poin utama yaitu selamat secara penuh, bukan selamat tetapi masih menimbulkan masalah berikutnya. Mencari jalan agar selamat dari permasalahan yang sederhana maupun yang sulit sekalipun dengan hati, lisan maupun perbuatan.

“Beladiri pasti memberikan efek percaya diri, namun musti dikendalikan jika tidak ingin membuatnya condong ke hal negatif. Karena anak sejatinya belum bisa memilah hal yang baik dan buruk bagi dirinya sendiri,” ujar pria kelahiran Blunyahrejo, Yogyakarta, ini ketika ditanya apa perlunya mengajarkan bela diri pada anak.

Sering kali ketika seorang anak sudah menguasai suatu teknik justru malah membuatnya lalai dari bersyukur dan lupa bahwa semua itu tak lain adalah anugerah dari Allah. Tak sedikit masalah yang timbul ketika mereka sudah menguasai ilmu beladiri justru tangan dan kakinya pun turut semakin terampil menjahili saudaranya sesama muslim.

Akhuna Arif pernah belajar pencak silat, karate, dan saat ini yang sedang digelutinya adalah aikido. Kini, ia diamanahi mengajar kelas dewasa dan anak -anak. Amanah mengajar sebenarnya sudah pernah digelutinya tiga hingga empat tahun silam saat dirinya masih bersabuk biru.

## Ikhtiar Lepas Bully

Lain lagi kisah milik Ukhtuna Dita Mutia. Sang buah hati Khalifa Mukhlis harus mengalami kasus perundungan kala mengenyam pendidikan sekolah dasar sekitar lima tahun setengah lalu.

Perempuan kelahiran tahun 1987 ini mengisahkan perundungan bermula kala mereka berpindah ke kota baru. Tentu, sang buah hati juga turut berpindah sekolah di tempat barunya. Sebenarnya ini merupakan rutinitas keluarga kecilnya karena tuntutan pekerjaan suami.

Halaman selanjutnya →

Enam bulan pertama di sekolah baru, Khalifa selalu saja merengek meminta pindah dan merasa tidak betah. Bibir mungilnya selalu berucap bahwa ia kerap mendapatkan perlakuan tidak baik dari sekelompok anak di kelasnya yang mengatasnamakan diri mereka 'jagoan'.

“Dari mulai disuruh-suruh karena anak baru harus nurut dicontek tugasnya. MasyaAllah khalifah termasuk anak yang mudah menangkap pelajaran jadi walau pun anak pindahan sudah mendapat perhatian guru,” kenang perempuan asal Malang ini.

Inilah awal kali beberapa temannya mulai menunjukkan rasa ketidaksukaan terhadap dirinya. Puncaknya, ia pun memberanikan diri untuk melawan dan berontak. Akan tetapi, mereka membalas dengan tindakan yang lebih brutal lagi. Tak tanggung-tanggung, kakinya turut menjadi korban tendangan mereka hingga biru lebam. Tak ayal, pulang sekolah pun ukhtuna Dita kaget mendapati sang anak menangis seraya merajuk tidak mau lagi kembali ke sekolah.

Ukhtuna Dita mulai memahami apa yang terjadi pada sang buah hati. Dengan penuh kehati-hatian, ia pun memberikan pemahaman bahwa hal itu bisa terjadi di mana pun dan kapan pun sehingga kita harus menjadi orang yang kuat. Pihak sekolah pun sudah melakukan mediasi, tetapi akibat rasa trauma berat yang dialami putra Ukhtuna Dita, akhirnya pihak sekolah memberinya izin untuk beristirahat di rumah selama tiga hari.

MasyaAllah, di saat itulah Allah mempertemukannya dengan teman sang suami yang baru saja mengantar anaknya latihan karate. Kala itu, ia sedang membeli nasi goreng di malam hari.

“Ibu, mas mau ikut karate biar mas gak dihatin terus biar mas bisa jaga diri. Kata Ibu kalau sudah sangat keterlaluhan boleh lawan, boleh balas. Tapi kalau mas gak punya kemampuan gimana mas mau balas kelakuan mereka. Makanya mas mau ikut karate setidaknya mas bisa jaga diri mas sendiri,” tutur Ukhtuna Dita meniru ucapan Khalifah ketika sesampainya rumah. Sejak itu, Khalifa mengikuti karate di kelas 4 dan berlanjut hingga tahun 2010 di kelas VIII.

### Masuk Got Kering

Kisah selanjutnya disampaikan Aryatandya Kawanda Azzurra putra dari Widya Ummu AryaKhadijah. Pria kelahiran 2008 tersebut menceritakan bahwa semasa SD, ia juga sempat mendapat perlakuan bully dari anak-anak yang notabene lebih besar darinya di sekitar rumah. Kala itu, dirinya tidak berani melawan karena pelakunya lebih banyak.

“Paling parah pernah dimasukkan ke dalam got kering dengan didorong-dorong. Gak lapor ibu juga. Tapi sepertinya Ibu tau sendiri, karena tiba-tiba Ibu pulang kerja siang dan menghampiri anak-anak tersebut. Tapi Ibu bilang meskipun kita belajar beladiri, tidak boleh untuk berantem. Walaupun sebenarnya pernah juga sama satu teman karena dia yang duluan,” ungkap Arya pemilik NIP ARN212-23052.

Ukhtuna Widya mengungkapkan bahwa sejak kecil dirinya telah mengikuti Tapak Suci. Keluarga besarnya pun ada pula yang bergabung di Seni beladiri lainnya. Ia paham ketika memiliki anak lelaki yang hiperaktif, maka anak tersebut perlu aktivitas fisik sebagai penyaluran energinya. Alasan lainnya adalah agar membuat anak berani dan percaya diri.

“Dia juga akan belajar kerja sama, bersaing, memiliki target dan strategi begitu juga dengan waktu. Anaknya juga setuju. Apalagi saat kenaikan tingkat biasanya dikemas dengan acara jelajah dan semisalnya,” ucapnya.

### Pertahanan Diri

Ikhtiar agar anak lebih percaya diri juga dilakukan Chandra Marissa pemilik NIP ART181-28018 terhadap sang buah hati yang bernama Kaureen Fatimah Putri. Wanita yang kerap dipanggil chacha tersebut mengungkapkan bahwa awal mula ia memasukkan kaureen ke taekwondo dan renang karena untuk pertahanan diri dan juga kesehatan, selain sang anak memang sangat aktif

“Alasan utama juga karena saat ini marak sekali pembullian, tidak hanya sekarang, dari dulu, juga sudah ada bully. Hanya zaman sekarang lebih *extreme* dan terbilang sadis. Oleh sebab itu, sebagai ikhtiar kami selaku org tua ananda mendaftarkan kaureen di taekwondo dekat rumah. Alhamdulillah tidak jauh,” serunya.

Ukhty Chacha sendiri memiliki pengalaman pernah menjadi salah satu korban bully semasa SMA. Namun, tidak separah zaman sekarang. Tidak ada kekerasan fisik, hanya kekerasan verbal saja.

Perempuan kelahiran 1989 tersebut mengatakan bahwa dari kecil dirinya sudah diikutkan karate oleh orang tuanya sebagai benteng pertahanan diri untuk menghadapi orang sekitar jika mendapat gangguan baik verbal maupun non verbal.

Alhamdulillah, perundungan yang ia alami tidak berdampak trauma atau apapun. Bahkan, belajar dari pengalaman tersebut, ia bisa menerapkannya pada sang anak tentang bagaimana cara bersikap jika menerima gangguan dari sekitar.

Menurutnya sebagai orang tua, kita perlu memahami tentang bagaimana cara merangkul anak-anak dan berperan layaknya sebagai sahabat bagi sang anak sehingga mereka bisa lebih terbuka untuk bercerita di saat keadaan apapun. Keluarga harus menjadi yang pertama dan selalu sedia jika dibutuhkan apapun bentuknya dalam konteks positif.

### Kembali ke Pribadi Anak

Pendapat tambahan disampaikan oleh Ukhty Ummaymatul Anin, peraih medali emas JTF (Jakarta Taekwondo Festival) selama dua tahun berturut-turut serta pengajar taekwondo Tingkat TP/PAUD. Ukhtuna Anin tak memungkirinya bahwa ada korelasi antara kepercayaan diri anak dengan beladiri.

“Sedikit banyak ada, *um*. Kembali ke pribadi anak masing-masing. Ada yang masih tetap pemalu meski demikian setelah ikut bela diri rasa percaya dirinya muncul. Terlebih ketika akan mengikuti suatu kompetisi, terlihat anak yang bersangkutan rasa percaya dirinya meningkat,” ungkap Perempuan asal Bekasi kelahiran 1997 ini.

NIP ART191-21045 tersebut juga mengungkapkan bahwa dirinya sudah belajar taekwondo sejak kelas 3 SD hingga kuliah. Lebih lanjut, ia mengatakan pada latihan beladiri juga terdapat pembelajaran tentang pentingnya bersosialisasi, seperti pemanasan sebelum latihan sehingga harus bekerja sama dengan teman.

# Pelaku *Bullying* Memiliki Gangguan Jiwa?

Penulis: dr. Avie Andriyani  
Editor: Happy Chandreka



“Siapa *sih* orang tuanya, *kok* anaknya nakal banget!”

“Pasti anak *broken home* nih, kerjaannya nge-*bully* temennya!”

“Sakit mental apa ya, *kok* hobi nge-*bully*?”

Kasus *bullying* tidak hanya mengundang simpati dan dukungan untuk korbannya. Namun, perkara tersebut juga memicu kemarahan dan cemoohan untuk sang pelaku. Jika pihak yang dirundung hanyalah korban yang pasif menerima perundungan, maka pelaku *bullying* merupakan pihak yang aktif melakukan aksi perundungan. Mengapa seseorang memilih jadi pelaku *bullying*? Benarkah pola asuh dan lingkungan ikut memengaruhi? Lantas, adakah kaitannya dengan kondisi kesehatan mental?

## Pemicu Tindakan *Bullying*

*Bullying* atau sering disebut juga sebagai pembulian, perundungan, perisakan, atau penindasan diartikan sebagai tindakan kekerasan yang dilakukan oleh seseorang atau sekelompok orang kepada orang lain dengan tujuan menyakiti, dan dilakukan secara terus menerus. Perilaku ini bertujuan untuk menyakiti secara fisik, mental, ataupun seksual. Berikut ini beberapa pemicu sehingga seseorang menjadi pelaku *bullying*:

1. **Berada di lingkungan yang menganggap tindakan *bullying* adalah hal biasa.** Lingkungan *toxic* seperti ini biasanya minim pendidikan moral dan punya budaya senioritas tinggi. Orang-orang yang terlibat di dalamnya terkadang tidak sadar telah melakukan tindakan *bullying* atau menjadi korbannya. Tindakan *bullying* yang dianggap lumrah ini akhirnya justru sengaja dilakukan supaya bisa diterima di lingkungannya.
2. **Pernah menjadi pelaku pasif *bullying*.** Misal menyaksikan tindakan *bullying* atau menjadi suporter ketika sedang ada perundungan. Pengalaman tersebut bisa memicu seseorang jadi pelaku *bullying* ketika ada kesempatan.
3. **Pernah menjadi korban *bullying*.** Seorang korban *bullying* bisa beralih peran menjadi pelaku karena ingin melampiaskan dendamnya.
4. **Pola asuh orang tua yang keras atau kasar.** Seorang anak yang terbiasa menerima hukuman verbal maupun fisik memiliki kecenderungan bersikap agresif, kasar, dan mudah marah. Hal ini akan memicu keinginan melampiaskan emosi negatif pada orang lain yang dianggap lemah.
5. **Mengalami penelantaran di masa kecilnya.** Seseorang yang tidak mendapat perhatian cukup dari orang tua atau bahkan ditelantarkan memiliki kecenderungan haus akan perhatian. Salah satu cara yang dipilih biasanya dengan membuat masalah dan mengganggu orang lain.
6. **Terlahir dari keluarga yang punya kekuasaan atau harta.** Seseorang yang memegang kekuasaan cenderung lebih suka merendahkan dan menindas yang lemah. Pada akhirnya *privilege* harta dan kekuasaan justru digunakan untuk melakukan *bullying*.
7. **Kurangnya pendidikan agama dan akhlak.** Seseorang yang tidak dibekali ilmu agama dan tidak dibiasakan berakhlak baik cenderung sering melakukan *bullying*.
8. **Pengaruh *game* atau media sosial yang *toxic*.** Kebiasaan melihat *game* kekerasan dan bergaul dengan para *gamers* yang sering mengumpat, akan memengaruhi seseorang untuk mudah melakukan kekerasan fisik dan verbal pada orang lain.

Masih ada banyak alasan seseorang memiliki kecenderungan melakukan *bullying*. Namun yang harus dicatat adalah hal-hal tersebut sifatnya hanya pemicu dan bukan penyebab tunggal. Banyak anak yang menjadi korban kekerasan orang tuanya tapi memilih untuk tidak menjadi pelaku kekerasan juga. Ada pula anak pejabat yang tidak memanfaatkan jabatan orang tuanya untuk menindas orang lain.

Halaman selanjutnya →

### Apakah Pelaku *Bullying* Mengalami Gangguan Kejiwaan?

Beberapa pelaku *bullying* ternyata berasal dari keluarga baik-baik, bahkan ada juga yang berprestasi dan jago ngaji. Ketika semua pemicu yang menyebabkan seseorang jadi pelaku perundungan bisa disingkirkan, masih ada kemungkinan lain yaitu gangguan kejiwaan. Meskipun kebanyakan pelaku melakukan *bullying* bukan akibat satu pemicu saja, tapi faktor gangguan jiwa cukup menyita perhatian para ahli.

Psikolog dan psikiter anak telah mengamati dan meneliti perilaku *bullying* hingga menemukan bahwa gangguan kejiwaan memicu seseorang melakukan *bullying*. Gangguan kejiwaan ini disebut Oppositional Defiant Disorder (ODD) yaitu gangguan perilaku dengan karakteristik suka menentang dan tidak taat pada figur otoritas. Anak dengan gangguan kejiwaan ini, lebih mudah marah dan cenderung kasar bahkan kepada orang yang lebih tua atau yang seharusnya dihormati, seperti orang tua, guru, atau orang dewasa lain.

Gangguan ODD belum diketahui pasti penyebabnya. Namun, kemungkinan melibatkan perpaduan antara faktor keturunan (genetik), biologis, dan lingkungan. Penelitian menemukan bahwa faktor genetik memengaruhi 50% kemunculan ODD. Faktor biologis berupa perubahan struktur otak di area tertentu, terbukti menyebabkan gangguan perilaku. Selain itu, ketidakseimbangan zat-zat neurotransmitter otak bisa mengganggu koneksi antarsel saraf dan memunculkan gejala ODD. Perkembangan ODD turut dipengaruhi faktor lingkungan seperti pola asuh orang tua, pengaruh pergaulan dengan teman, dan kekerasan di sekitarnya.

Kriteria ODD berdasarkan Pedoman Diagnostik dan Statistik Gangguan Mental (DSM-5) yang diterbitkan oleh American Psychiatric Association, adalah sebagai berikut:

- Mudah tersulut emosi
- Tidak sabar ketika menghadapi sesuatu
- Sensitif, mudah tersinggung dan terganggu
- Suka membantah dan menantang
- Suka berdebat
- Secara aktif dan terang-terangan menolak mematuhi aturan dari orang dewasa atau pihak yang berwenang
- Sering sengaja mengganggu atau membuat orang lain tidak nyaman
- Pendendam dan suka dengki
- Menunjukkan perilaku dendam atau dengki setidaknya dua kali dalam enam bulan terakhir

### Pelaku dan Korban, Keduanya Membutuhkan Terapi

Terapi dan penanganan kasus *bullying* seringkali menyasar korban saja, padahal pelaku *bullying* juga membutuhkannya. Pelaku *bullying* yang tidak ditangani dengan baik akan terus mengulangi perbuatannya terhadap korban lama maupun baru. Hal seperti ini menyebabkan tidak efektifnya upaya memutus mata rantai *bullying* di sekitar kita. Seharusnya tidak hanya korban yang mendapatkan terapi dan pendampingan. Pelaku juga harus mendapatkan perhatian sembari mendapatkan penyelesaian secara hukum jika memang kasusnya sudah masuk ke ranah hukum.

Terapi yang diberikan kepada pelaku *bullying* meliputi terapi konseling yang sifatnya individual dengan melibatkan orang tua, keluarga, dan sekolah. Secara individual, anak dilatih untuk mengelola emosi, menyelesaikan masalah tanpa kekerasan, mengatasi tekanan (stres), dan dilatih supaya bisa berkomunikasi secara efektif. Orang tua dilibatkan supaya ada penyesuaian dalam pola asuh dan cara mendidik anak. Pihak keluarga dan sekolah juga diberikan bimbingan supaya bisa menjadi *support system* yang mendukung dan memberi pengaruh baik pada anak. Selain itu, dokter psikiatri akan memberikan terapi obat-obatan jika kondisi pelaku *bullying* benar-benar membutuhkan, terutama bagi yang mengalami depresi atau gangguan psikotik.

ODD yang tidak ditangani dengan baik di usia anak-anak bisa berlanjut hingga dewasa, bahkan menimbulkan gangguan perilaku yang lebih agresif. ODD bisa memicu seorang remaja terjerumus pada narkoba, tindak kriminal, dan dorongan untuk bunuh diri. Sebaiknya orang tua segera membawa anaknya ke dokter ahli atau psikolog jika menemukan gejala yang mengarah pada yang mengarah pada ODD, supaya gangguan kejiwaan tersebut tidak menjadi kian parah.

### Referensi:

- <https://www.psychologytoday.com/us/conditions/oppositional-defiant-disorder>
- <https://www.healthline.com/health/oppositional-defiant-disorder>
- <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/oppositional-defiant-disorder/symptoms-causes>

# Doa agar Terhindari dari Kesengsaraan

Penulis: Dody Suhermawan  
Editor: Athirah Mustadjab

## Lafal Doa

تَعَوَّذُوا بِاللّٰهِ مِنْ جَهْدِ الْبَلَاءِ ، وَدَرْكِ الشَّقَاءِ ، وَشَوْءِ الْقَضَاءِ ،  
وَشَمَاتَةِ الْأَعْدَاءِ

Dari Abu Hurairah رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ; Nabi صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ bersabda, “Mintalah perlindungan kepada Allah dari beratnya cobaan, kesengsaraan yang hebat, takdir yang jelek, dan kegembiraan musuh atas kekalahan.”<sup>[1]</sup>  
(Muttafaqun ‘alaih)



## Makna Lafal

جَهْدِ الْبَلَاءِ

Beratnya cobaan, yakni bencana yang sangat berat dan hebat yang mampu ditanggung oleh manusia.<sup>[2]</sup>

دَرْكِ الشَّقَاءِ

Kesengsaraan yang hebat, yakni ditimpa kesengsaraan yang sangat hebat dan bertubi-tubi dalam masa yang sangat panjang. Kesengsaraan yang dimaksud di sini mencakup kesengsaraan di dunia dan di akhirat.<sup>[3]</sup>

شَوْءِ الْقَضَاءِ

Takdir yang jelek, yakni takdir yang telah ditetapkan kepada seorang hamba yang membuatnya tidak senang.<sup>[4]</sup>

شَمَاتَةِ الْأَعْدَاءِ

Kegembiraan musuh kekalahan, yakni ketika musuh bergembira atas musibah yang menimpa kaum muslimin. Musuh yang sebenarnya adalah orang-orang kafir yang senang dan gembira dengan adanya pertikaian antar kaum muslimin. peperangan di antara mereka dan kehinaannya.<sup>[5]</sup>

## Ulasan Doa

- Nabi صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ memerintahkan kita untuk memohon pertolongan Allah عَزَّ وَجَلَّ (isti'adzah). Ini menunjukkan bahwa istiadzah kepada Allah سُبْحَانَهُ وَتَعَالَى tidak bertentangan dengan kewajiban seorang muslim untuk mengimani takdir yang telah ditetapkan oleh Allah سُبْحَانَهُ وَتَعَالَى. Misalnya, mungkin saja dengan sebab doa, seseorang diselamatkan dari bahaya.<sup>[6]</sup>
- Tatkala seorang hamba ber-istiadzah, dia telah menampakkan kebutuhan serta ketundukannya sebagai seorang hamba di hadapan Rabb-nya.<sup>[7]</sup>
- Imam Asy-Syaukani mengatakan bahwasanya huruf *jim* (ج) pada lafal جَهْدِ الْبَلَاءِ dapat dibaca dengan harakat *fathah* (jahdu) maupun *dhammah* (juhdu).
  - Apabila dibaca dengan harakat *fathah* (جَهْدِ), sebagian ulama menyatakan bahwa maknanya adalah segala

kesulitan dan kepayahan yang menimpa seseorang.

- Apabila dibaca dengan harakat *dhammah* (جُهِدِ), maknanya adalah segala musibah yang tidak mampu dipikul dan tak kuasa dicegah.<sup>[8]</sup>

- Cobaan dan kesengsaraan pasti membebani seseorang, membuatnya tidak maksimal dalam beribadah, dan bisa membuka pintu dosa akibat hatinya yang tak kuasa untuk bersabar dalam menghadapinya. Itulah yang menjadi alasan sehingga Rasulullah صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ mengajari umatnya untuk berlindung dari hal tersebut.<sup>[9]</sup>
- Pada dasarnya, takdir Allah pasti mengandung kebaikan, baik itu berupa keadilan maupun jalan untuk mengangkat derajat seorang hamba. Akan tetapi, jika ditinjau dari sudut pandang hamba, takdir bisa dinilai baik maupun buruk. Atas dasar itulah, doa ini diajarkan oleh Rasulullah صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ.
- Dosa adalah faktor terkuat yang mendatangkan empat hal yang disebutkan di dalam doa di atas (cobaan, kesengsaraan, takdir jelek, dan kegembiraan musuh). Lemahnya ilmu, iman, dan amal menjadi sebab turunnya keburukan. Akan tetapi, dengan rahmat Allah, seseorang akan selamat dari empat hal tersebut.<sup>[10]</sup>

[1] Bahjatun Nazhirin.

[2] <https://hadeethenc.com/id/browse/hadith/6040>

[3] Ibid.

[4] Ibid.

[5] Ibid.

[6] *Fathul Bari*, 11:49.

[7] Ibid.

[8] *Tuhfatuz Dzakirin*, hlm. 446-447.

[9] Ibid.

[10] *Thariqul Hijratin*, hlm. 185.

## Referensi:

- Bahjatun Nazhirin Syarh Riyadh Ash-Shalihin*, Syaikh Salim bin 'Ied Al-Hilali, 1430 H, Penerbit Dar Ibnul Jauzi.
- <https://hadeethenc.com/id/browse/hadith/6040>
- Fathul Bari*, Ibnu Hajar Al-Asqalani, Al-Maktabah Asy-Syamilah.
- Tuhfatudz Dzakirin*, Muhammad bin Ali Asy-Syaukani, Al-Maktabah Asy-Syamilah.
- Thariqul Hijratin*, Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah, Al-Maktabah Asy-Syamilah.



## Tanya Dokter

# Waspada, Ini Dampak *Bullying* pada Kesehatan Mental Anak

Dijawab oleh dr. Agus Sofyan Syawaluddin, SpKJ

### Penanya :

Suheri, Pekanbaru

### Pertanyaan:

Bagaimana cara kita mengedukasi anak agar tidak menjadi pelaku *bullying*? Apakah boleh kita mengedukasinya dengan memperlihatkan video tentang dampak *bullying* pada korbannya? Kalau dalam agama Islam, *kan* kita harus sabar dan boleh membalas tapi tidak melampaui batas, hanya saja batasnya ini sulit dipahami anak. Bagaimana cara kita memahamkan karena posisi anak sebenarnya korban yang membela diri tapi kebablasan?

### Jawaban:

Kita harus mempertimbangkan kondisi anak, jadi kalau kondisinya siap (12-13 tahun, akil baligh) biasanya anak sudah kritis (tandanya dia sering bertanya) maka ini boleh berdasarkan penelitian. Di usia tersebut anak sudah bisa memahami. Namun bisa juga ketika sudah jadi korban, maka nanti ketika akil baligh ada pertumbuhan hormon yang masif ditandai dengan mimpi basah pada laki-laki dan haid pada perempuan, maka nanti perasaan mereka akan sangat labil. Karena dia jadi korban *bully*, maka ketika diberikan video tentang *bullying* bisa jadi justru mengingatkan kembali dan memicu kemarahan. Jadi sebelum memperlihatkan video pada anak yang akil baligh, sebaiknya ditanya dulu apakah anak pernah menjadi korban, karena bisa reaktif dan anak jadi marah dan melawan. Jika anak bukan korban *bullying* maka tidak mengapa memberikan penjelasan dan memperlihatkan video *bullying*, sambil diajarkan dari sisi agama juga.

Untuk usia di bawah itu (sebelum akil baligh), maka tidak perlu diberi video karena usianya belum bisa memahami. Anak kecil hanya melihat video tersebut sebagai video kekerasan. Sebaiknya dijelaskan secara global tentang bagaimana berperilaku yang baik kepada orang lain, dan supaya jangan menyakiti orang lain. Tentu menyesuaikan latar belakang dan budaya masing-masing.

Jika anak adalah korban *bully*, buatlah suasana rumah menjadi suasana yang aman, hindari pola asuh otoriter, buka ruang diskusi, jangan salahkan anak karena di-*bully*, dan apresiasi keberaniannya karena sudah mengakui kejadian dia di-*bully*. Orang tua harus bisa jadi sosok yang berempati pada anak yang sedang mengalami kesedihan. Jangan sampai anak mengalami kecemasan akibat di-*bully* tapi tidak bisa atau tidak berani mengungkapkan pada orang tuanya sehingga melampiaskan pada tindakan berbahaya, seperti menggunakan narkoba misalnya.

Halaman selanjutnya →



**Penanya:**

Ainun

**Pertanyaan:**

Di sekolah anak saya ada anak yang sejak awal sekolah sampai sekarang, melakukan *bullying* seperti merusak perlengkapan sekolah teman-temannya, sering berkata kasar, marah-marah, melakukan kekerasan, mengatakan sesuatu yang menghina seperti nama-nama orang tua, warna kulit. Sekolah (guru) sudah melakukan pemanggilan terhadap anak dan orang tuanya, bahkan sudah melibatkan psikolog, tapi belum ada perubahan sikap. Apa yang harus kami lakukan sebagai orang tua?

**Jawaban:**

Dalam perspektif kedokteran jiwa, kita mengenal gangguan mental anak ADHD (Attention and Deficit Hiperactivity Disorder) ditandai perilaku anak yang tidak bisa mengontrol diri sendiri dan kurang bisa fokus (memusatkan perhatian). ADHD sering terjadi pada anak di usia awal sekolah hingga usia 10-11 tahun. Dari keterangan ibu tadi, anak tersebut sepertinya cukup mengarah pada ADHD. Saya menyarankan coba dikonsultasikan kepada psikiater (dokter jiwa) anak. Apalagi disertai perilaku impulsivitas yaitu sering berkata kasar, mengganggu anak lain, dan tidak mengerti ketika diberitahu. Mungkin karena memang ada bagian otaknya yang terganggu sehingga tidak bisa memusatkan perhatian dan tidak bisa memahami ketika dinasehati.

**Penanya:**

Durotil Mila, usia 45 tahun, Jateng

**Pertanyaan:**

Apakah kita perlu melakukan *scan* otak supaya kita bisa mengatasi dampak *bullying* pada anak kita?

**Jawaban:**

Belum perlu. Yang dibutuhkan anak adalah kelekatan antara orang tua dan anak. Jika tingkat keamanan di rumah sudah baik dan ada rasa aman, maka anak korban *bullying* bisa nyaman dan terbuka bercerita pada orang tuanya. Meski anak pernah mengalami *bullying* tapi dia bisa mengatasinya karena memiliki *support system* yang baik, sehingga fungsi otaknya yang terganggu bisa diperbaiki. Hendaknya orang tua memberikan stimulasi yang bagus, seperti penerimaan, kata-kata dukungan yang empatik, dan mau mengerti kondisi anak. Semua dukungan ini akan memperbaiki otak anak yang sempat rusak akibat *bullying*. Inilah yang dalam dunia medis disebut dengan teori 'neuroplastisitas'. Hal yang berbahaya adalah ketika anak korban *bullying* tidak mendapat *support system* yang baik sehingga pengaruh ke otaknya tidak bisa diperbaiki.



# Tanya Jawab

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



01.



*Assalammu’alaikum Ustadz.* Bila kita berkurban namun disertai maksud agar anak terjauh dari kenakalan apakah hal ini diperbolehkan?

## Jawab

Kita semua menginginkan anak yang sholeh/sholehah. Berkurban merupakan sebuah amalan sunnah muakadah yang besar. Ini harus karena Allah semata, sebagai sebuah bentuk mendekatkan diri kepada-Nya, mengikuti sunnah Nabi ﷺ. Amalan ini termasuk sedekah. Amalan ini juga menunjukkan bahwa seseorang tidak mencintai dunia secara berlebihan sehingga dia rela mengorbankan sebagian hartanya untuk membeli kambing atau sapi, hanya karena Allah عزوجل. Adapun niatan seperti yang disampaikan penanya tadi agar anaknya tidak nakal ini merupakan niat yang tidak pas.

Semoga setelah berniat ikhlas berkurban karena Allah semata, Allah akan menerima ibadahnya dan memberikan balasan di antaranya adalah menjaga anak-anaknya, diberikan taufik anak-anaknya agar menjadi anak yang sholeh/sholehah, berbakti kepada kedua orang tuanya. *Allahu a’lam.*

02.

*Bismillah, Ustadz ijin bertanya.* Bagaimana hukum pengajian yang biasanya diadakan H-1 jelang pernikahan? Apakah ini termasuk perbuatan bid’ah?

## Jawab

Dalam Islam tidak ada kegiatan seperti ini. Acara ini dijadikan rutinitas acara yang dilakukan sebelum akad. Dikhawatirkan ini menjadi sesuatu yang mengada-ada dalam agama. Bermula dari perbuatan seseorang lalu diikuti oleh orang banyak dan menjadi sebuah ritual. Seseorang yang tidak melakukannya dianggap ada yang kurang dalam pernikahan tersebut, padahal tidak demikian adanya. Sepatutnya seseorang berhati-hati untuk mengadakan hal atau kegiatan tersebut. *Allahu a’lam.*

03.

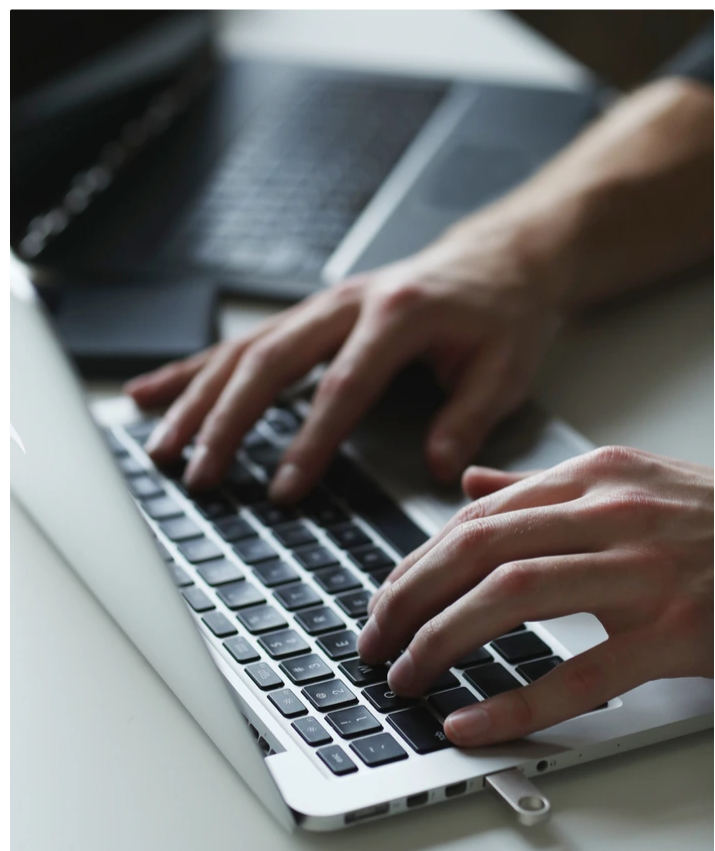
*Assalamu’alaikum.* Ana ingin bertanya perihal *qona’ah*. Sebagaimana kita ketahui saat ini, saat ingin memasukkan anak ke pondok pesantren sebagian besar membutuhkan biaya yang tidak sedikit. Sementara, gaji kita orang tuanya tidak mencukupi untuk memenuhi biaya tersebut dalam waktu yang singkat. Bolehkah kita mencari pekerjaan tambahan agar bisa mendapatkan penghasilan lebih banyak? Apakah ini termasuk tidak *qona’ah*, Ustadz?

## Jawab

Apabila tujuan seseorang mencari rezeki atau pekerjaan tambahan agar bisa menyekolahkan anak di pondok atau sekolah terbaik agar anaknya bisa menuntut ilmu agama di pondok atau sekolah terbaik yang dikehendaki, maka ini bukan termasuk tidak *qona’ah* atas pemberian Allah. Dalam hal ini, dia hanya sekadar berusaha untuk mencukupi biaya masuk tersebut, daripada dia berutang.

Maksud tidak *qona’ah* ialah ketika seseorang telah diberikan kecukupan oleh Allah, namun dia masih merasa kurang. Saat dilihat dia telah berkecukupan hartanya, tempat tinggal sudah dimiliki sendiri, biaya sekolah anaknya telah terpenuhi, tetapi dia masih memikirkan supaya uang yang dimiliki ini semakin berlipat-lipat, maka ini yang tercela.

Semoga Allah memberikan pahala sesuai atas niat yang ada di dalam diri kita. *Allahu a’lam.*



# Olahan Daging Qurban Tanpa Santan

Oleh: Tim Dapur Ummahat

Editor: Luluk Sri Handayani

Musim haji telah tiba, pertanda Hari Idul Adha di depan mata. Hampir semua orang pasti akan mengolah masakan berbahan daging di hari Raya Idul Adha nanti. Baik itu olahan daging sapi, ataupun olahan daging kambing. Sebagian besar diolah dengan tambahan santan, karena dengan tambahan santan akan menambah rasa gurih dan lezat masakan. Ada juga sebagian kecil orang yang mengolah daging sapi atau pun daging kambing tanpa santan, dikarenakan mereka menghindari lemak berlebih dari daging-dagingan. Edisi Majalah HSI kali ini menyajikan olahan resep daging Qurban tanpa santan.



## Gorengan Kambing/Sapi

### Bahan:

- 500 gr daging kambing/sapi
- Cuci bersih buang lemak agar tidak bau..

### Bumbu:

- 10 siung bawang putih cacah
- 10 siung bawang merah iris
- 1 butir bawang Bombay iris kasar
- 1 bungkus ladaku
- 5 gr asam
- Garam secukupnya
- Penyedap rasa secukupnya
- 3-4 sendok makan kecap manis
- Minyak secukupnya untuk menumis sedikit aja

### Cara Membuat :

1. Tumis bawang merah, bawang putih, dan bawang Bombay sampai harum
2. Masukkan daging yang sudah dibersihkan, kasih air kira kira 500 ml
3. Masukkan kecap, lada, garam, dan penyedap
4. Masak sampai daging empuk.
5. Jika pakai presto, masukkan semua bumbu yang sudah ditumis ditambah kecap, lada, garam penyedap dan air 350 ml
6. Presto sampai empuk. Baiknya kurangi dari waktunya, misal 45 menit jadi 30 menit, karena akan dimasak lagi sampai asat airnya

Halaman selanjutnya →



## Hindustan Kambing/Sapi

### Bahan:

- Siapkan 500 gr daging kambing/sapi. Cuci bersih dan buang lemaknya. Bisa dicampur hati

### Bumbu halus :

- 150 gr cabai merah besar
- 50 gr cabai merah keriting, blender halus
- 50 gr bawang putih iris bulat
- 1 butir bawang Bombay ukuran besar iris bulat
- 2 butir tomat ukuran besar iris bulat
- 4-5 batang kayu manis ukuran 2 ruas jari
- 8-10 butir cengkeh
- Garam secukupnya penyedap rasa (optinal) secukupnya
- 1 sendok makan gula pasir

### Cara Membuat :

1. Tumis semua bumbu sampai matang dengan minyak secukupnya (jangan terlalu banyak) tumis sampai harum
2. Setelah ditumis masukkan daging kambing, aduk-aduk masukkan air 350 ml terlebih dahulu masak sampai empuk dan jika air kurang, bisa tambah sedikit demi sedikit

Catatan: jika mau di presto lakukan sama seperti gorengan.



## Beef Bulgogi

### Bahan:

- 300 gr daging sapi
- Biji wijen secukupnya

### Bumbu halus :

- 2 sdm kecap asin
- 2 sdm kecap manis
- 1 sdm saos tiram
- 2 sdm madu
- 2 sdm minyak wijen
- 1 ruas jahe, parut halus
- 4 siung bawang putih, parut halus
- 1/2 sdt merica bubuk
- Daun bawang secukupnya

### Cara Membuat :

1. Iris tipis daging sapi kemudian campurkan dengan bumbu marinasi.
2. Diamkan daging selama kurang lebih 3 jam hingga bumbu meresap sempurna.
3. Setelah bumbu marinasi meresap pada daging, selanjutnya panaskan wajan dengan api kecil.
4. Masukkan daging bersama bumbu-bumbu lainnya
5. Masak daging sambil terus membolak-baliknya agar matang merata.
6. Setelah matang, angkat dan sajikan
7. Beef bulgogi siap dinikmati

Halaman selanjutnya →



Sumber ilustrasi: food.detik.com

## Sop Tulang Kambing

### Bahan:

- 1 kg tulang kambing
- 250 g lemak atau tetelan kambing
- 2 lembar daun salam
- 5 lembar daun jeruk purut
- 5 butir cengkih
- 3 cm kayu manis
- 5 butir biji kapulaga
- 2 batang serai, memarkan
- 2 sdm minyak samin/margarin

### Bumbu Halus:

- 7 siung bawang putih
- 1 cm jahe
- 1 sdt merica butiran
- 2 sdt garam

### Taburan:

- bawang merah goreng
- daun bawang, iris kasar

### Cara Membuat :

1. Cuci tulang dan tetelan kambing hingga bersih.
2. Didihkan air secukupnya dalam panci, rebus tulang dan tetelan/lemak kambing hingga mendidih dan bisa mengapung di permukaan.
3. Angkat tulang dan tetelan kambing dan tiriskan.
4. Didihkan kembali air bersih dan rebus kembali tulang dan tetelan/lemak kambing dengan api kecil.
5. Tambahkan daun salam, daun jeruk, serai, cengkeh, kapulaga, dan kayu manis.
6. Lelehkan minyak samin. Tumis bumbu halus hingga matang. Angkat dan masukkan ke dalam rebusan tulang.
7. Rebus terus hingga kuah sedikit menyusut dan tetelan empuk.
8. Angkat dan sajikan dengan taburan daun bawang dan bawang merah goreng.
9. Untuk 10 porsi

# KUIS



## Pemenang KUIS Edisi 65:

Alhamdulillah, Jazaakumullahu khairan atas apresiasi para peserta kuis Majalah HSI edisi 65. Berikut satu peserta yang terpilih:

- Hanang Dewantoro (ARN232-28202)
- Panca (ARN222-26096)
- Elis Parwati (ART232-48035)
- Hardiani Quartini Dew (ART211-61135)

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://wa.me/08123-27000-61). Sertakan *screenshot* 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](https://edu.hsi.id)

Pastikan antum telah membaca Majalah HSI Edisi 66, 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 65

1. b. Mengubah nama atau sifat yang telah ditetapkan dalam dalil shahih.
2. d. Tidak ittiba'us sunnah
3. c. Mendapatkan, mengamalkan, dan mendakwahkan ilmu diperlukan kesabaran, maka bersabar di sana hukumnya wajib.
4. c. Tayammum hanya digunakan untuk sekali sholat.
5. d. QS. Al Furqon : 34
6. a. 18 Maret 2024
7. b. 2.095
8. d. Al Utsul Sittah
9. a. Pegagan
10. b. Dua bulan

**Pembina**

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

**Penanggung Jawab**

Heru Nur Ihsan

**Pemimpin Umum**

Ary Abu Khonsa

**Pemimpin Redaksi**

Ary Abu Ayyub

**Sekretaris**

Rista Damayanti

**Litbang**

Kurnia Adhiwibowo

**Redaktur Pelaksana**

Dian Soekotjo

Athirah Mustadjab

**Editor**

Athirah Mustadjab

Fadhilatul Hasanah

Happy Chandraleka, S.T.

Hilyatul Fitriyah

Luluk Sri Handayani

Pembayun Sekaringtyas

Zainab Ummu Raihan

**Reporter**

Anastasia Gustiarini

Gema Fitria

Loly Syahrul

Leny Hasanah

Ratih Wulandari

Risa Fatima Kartiana

Subhan Hardi

**Kontributor**

Athirah Mustadjab

Avrie Pramoyo

Dody Suhermawan

dr. Avie Andriyani

Fadhilatul Hasanah

Indah Ummu Halwa

Rahmad Ilahi

Tim dapur Ummahat

Zainab Ummu Raihan

Yudi Kadirun

Yahya An-Najaty, Lc

**Penyelaras Bahasa**

Ima Triharti Lestari

**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](http://majalah.hsi.id)