

أسرتي
Usroti

Majalah Keluarga Muslim, Upaya Memperbaiki Generasi Muslimin

Semoga
Kita Menjadi
Lebih Baik

**Edisi Spesial Tahun ke-IV
Ramadan dan Idul Fitri 1442 H**

- Nilai-Nilai Tauhid di Dalam Ibadah Puasa
- Hiasan di Pakaian Wanita
- Tetap Jaga Adab ketika Bermain Bersama
- 10 Resep dari Dapur Shofiyyah Soleh

SUSUNAN REDAKSI

Penerbit	: Kelompok Bermain “Tarbiyatul Athfal”
Pemimpin Umum	: Ustadz Abu Muhammad Nur Hadioanto
Keuangan	: Ummu Muhammad Siti Jumilah
Sirkulasi	: Tim Majalah Usroti/KBTA
Layout	: Iis Nur Siamil Laila
Staf Redaksi	: Ummu Inas Y. Erawati, Amd.Keb. dr. Avie Andriyani Ummu Shofiyyah Athirah Mustadjab
Kontributor Tetap	: Ustadz Aris Munandar, M.P.I. Ustadzah Ummu Ishaq S. Nuryani Ummu Alifa, B.A. drg. Nirmala Ayuningtyas dr. Anaviati Annisa F. W. Damarsya Khusnul Rofiana Lilis Mustikaningrum Suci Istiqomah
Editor ahli	: Ustadz Abu Muhammad Nur Hadioanto

ALAMAT REDAKSI

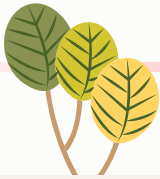
KB “Tarbiyatul Athfal”
Ds. Glondong, RT. 04, Wirokerten, Banguntapan, Bantul,
Yogyakarta.

Redaksi	: 081 375 602 187
Sirkulasi	: 081 215 784 22
Email	: majalahusroti@gmail.com
Situs	: http://usrotijannati.com

DAFTAR ISI

●	Sapa Redaksi	3
●	Aqidah	4
●	Fikih Wanita	11
●	Keluarga	15
●	Kisah Penuh Hikmah	18
●	Pendidikan Anak	27
●	Kesehatan	32
●	Merawat Gigi	35
●	Remaja	39
●	Muslim Kecil	42
●	Bonus (Resep)	46





SAPA REDAKSI



السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

Alhamdulillah, segala puji bagi Allah Ta'ala yang masih memberi kita nikmat hidayah di atas Islam dan sunnah. Semoga setelah rangkaian ujian demi ujian, kita bisa menjalani bulan Ramadan tahun ini jauh lebih baik daripada Ramadan tahun sebelumnya.

Kita, yang mungkin sebelumnya belum maksimal dalam mengerjakan amal shalih, semoga tahun ini bisa lebih maksimal dalam amal shalih. Kita, yang mungkin sebelumnya belum maksimal dalam meninggalkan dosa, semoga tahun ini bisa lebih teguh dalam meninggalkan dosa dan segala hal yang sia-sia.

Majalah Usroti Edisi Spesial Tahun ke-IV mengusung tema “Semoga Kita Menjadi Lebih Baik”, yang menyimpan harapan agar kesempatan berharga pada bulan mulia ini benar-benar memberi manfaat besar bagi diri kita. Salah satu persiapan terbaik untuk mewujudkan harapan tersebut adalah dengan membekali diri dengan ilmu syar’i.

Mudah-mudahan Majalah Usroti, dengan beragam rubrik, bisa menjadi teman setia para pembaca untuk menambah perbekalan ilmu dan wawasan.

Semoga Usroti yang sederhana ini bisa bermanfaat bagi kaum muslimin. *Barakallahu fikum.*

والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته

Tim Redaksi

Nilai-Nilai Tauhid di Dalam Ibadah Puasa



Allah Ta'ala menciptakan manusia untuk tauhid. Allah Ta'ala mengutus para rasul untuk kalimat tauhid. Allah Ta'ala menurunkan kitab-kitab untuk tauhid. Allah Ta'ala menurunkan syariat juga untuk tauhid. Ibnul Qayyim berkata, "Seluruh perintah di dalam Al-Qur'an kembali kepada tauhid. Seluruh larangan di dalam Al-Qur'an untuk menjadi penyempurna tauhid. Seluruh isi Al-Qur'an adalah tauhid."

Di dalam ibadah puasa terdapat beberapa nilai tauhid. Berikut ini ulasannya.

Melatih Keikhlasan

Rasulullah shallallahu 'alaihi wasallam bersabda,

قَالَ اللَّهُ: كُلُّ عَمَلٍ ابْنِ آدَمَ لَهُ إِلَّا الصِّيَامَ فَإِنَّهُ لِي وَأَنَا أَجْزِي بِهِ

"Allah berfirman, 'Semua amal anak Adam untuknya kecuali puasa. Puasa tersebut untuk-Ku dan Aku yang akan membalasnya.'" (HR. Bukhari dan Muslim)

Balasan ibadah puasa tidak disebutkan oleh Allah Ta'ala. Salah satu metode di dalam syariat ini adalah: **ganjaran yang sangat besar tidak disebutkan pahalanya.**

Contoh:

1. Bersabar. Dalilnya:

إِنَّمَا يُوقَى الصَّابِرُونَ أَجْرَهُمْ بِغَيْرِ حِسَابٍ

"Sesungguhnya hanya orang-orang yang bersabarlah Yang dicukupkan pahala mereka tanpa batas." (QS. Az-Zumar: 10)

2. Memaafkan. Dalilnya:

فَمَنْ عَفَا وَأَصْلَحَ فَأَجْرُهُ عَلَى اللَّهِ

“Maka barang siapa yang memaafkan dan berbuat baik, pahalanya atas (tanggungan) Allah.” (QS. Asy-Syura: 40)

3. Shalat malam. Dalilnya:

تَتَجَافَى جُنُوبُهُمْ عَنِ الْمَضَاجِعِ يَدْعُونَ رَبَّهُمْ خَوْفًا
وَطَمَعًا وَمِمَّا رَزَقْنَاهُمْ يُنفِقُونَ (*) فَلَا تَعْلَمُ نَفْسٌ مَّا
أُخْفِيَ لَهُم مِّن قُرَّةٍ أَعْيِنَ جَزَاءِ يَمَّا كَانُوا يَعْمَلُونَ

“Lambung mereka jauh dari tempat tidurnya dan mereka selalu berdoa kepada Rabbnya dengan penuh rasa takut dan harap, serta mereka menafkahkan rezeki yang Kami berikan kepada mereka. Tak seorang pun mengetahui berbagai nikmat yang menanti nan indah dipandang, sebagai balasan bagi mereka atas amal shalih yang mereka kerjakan.” (QS. As-Sajdah: 16-17)

Yang menjadi perhatian kita, Allah mengatakan “puasa adalah milik-Ku” karena dalam puasa tampak keikhlasan. Amalan lain mudah tersusupi riya’ dari segala sisi. Misalnya, umrah bisa membuat riya’ dengan tampaknya baju umrahnya, sedekah bisa membuat riya’ jika dilihat oleh orang lain ketika memberikan sedekah, dan shalat bisa membuat riya’ jika gerakan shalatnya dilihat oleh orang lain. Berbeda dengan hal tersebut, orang yang sedang berpuasa

sekilas tidak diketahui bahwa sedang berpuasa, kecuali jika dia sendiri yang mengatakannya.

Demikianlah ibadah puasa melatih diri kita untuk beribadah tanpa perlu diketahui oleh orang lain. Oleh sebab itu, pada hari kiamat, orang-orang yang suka berpuasa selama di dunia akan dijadikan tenar oleh Allah Ta’ala pada hari kiamat karena selama di dunia mereka menjaga diri dari ketenaran.



Nabi shallallahu 'alaihi wasallam mengatakan, “Barang siapa yang berpuasa Ramadan karena beriman dan mengharap pahala (*imanan wa ihtisaban*)” “*Imanan*” maksudnya “beriman bahwa pintu surga dibuka dan pintu neraka ditutup”, sedangkan “*ihtisaban*” maksudnya “berharap mendapat pahala”. Salah satu makna *ihtisaban* adalah: *ikhlasun lillah* (dilakukan ikhlas karena Allah Ta’ala).

Yang paling berat bagi seseorang adalah menyembunyikan amalannya. Jika di dalam hati kita muncul *riya'*, kemudian hati kecil kita mulai merasa tidak nyaman dengan *riya'* itu, inilah “*nafsun lawwamah*” (jiwa yang baik). Adapun jika *riya'* mulai muncul dan kita justru menikmatinya, maka inilah “*nafsun 'ammaroh bis su*” (jiwa yang memerintahkan kepada keburukan). Latihlah diri kita untuk tidak suka menceritakan amal shalih kita kepada orang lain, melalui momentum puasa, baik itu puasa Ramadan maupun puasa sunnah.

Mengumpulkan Tiga Kesabaran

Sabar ada dalam tiga hal: sabar dalam menjalankan ketaatan kepada Allah, sabar dalam meninggalkan kemaksiatan, dan sabar dalam menghadapi musibah.

Tatkala kita berpuasa, kita sedang berada di dalam ibadah yang agung. Tubuh kita juga berpuasa. Bukan hanya lapar dan dahaga, tetapi juga meninggalkan hal-hal yang bernilai dosa, misalnya meninggalkan ghibah, meninggalkan namimah, dan sebagainya.

Jabir bin Abdillah berkata, “Seandainya kamu berpuasa maka hendaknya pendengaranmu, penglihatanmu, dan lisanmu turut berpuasa dari dusta dan hal-hal haram serta janganlah kamu menyakiti tetangga. Bersikap tenang dan berwibawalah di hari puasamu. Janganlah kamu jadikan hari puasamu dan hari tidak berpuasamu sama saja.”

Tentang ayat **إِنَّمَا يُؤَقِّي الصَّابِرُونَ أَجْرَهُمْ بِغَيْرِ حِسَابٍ**, terdapat salah satu tafsir ulama bahwa ayat tersebut bercerita tentang orang yang berpuasa karena orang yang berpuasa mengumpulkan tiga kesabaran.



Betapa sabarnya orang yang berpuasa. Jangankan perkara yang haram, bahkan perkara yang pada asalnya halal dia tinggalkan, misalnya makan, minum, dan menggauli istri.

Menyelisihi Ahlul Kitab

Allah Ta'ala berfirman,

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى
الَّذِينَ مِنْ قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ

“Wahai orang-orang yang beriman, diwajibkan atas kalian berpuasa sebagaimana diwajibkan atas orang-orang sebelum kalian agar kalian bertakwa.” (QS. Al-Baqarah: 183)

Dari ayat tersebut tergambar bahwa puasa bukan merupakan syariat bagi umat Islam saja, tetapi juga merupakan syariat orang-orang yang terdahulu. Orang Yahudi juga berpuasa dan orang Nasrani juga berpuasa. Akan tetapi, Nabi shallallahu 'alaihi wasallam tidak ingin puasa kita sama dengan puasa orang Yahudi dan Nasrani.

Untuk membedakan puasa kaum muslimin dengan ahlul kitab, Nabi shallallahu 'alaihi

wasallam menyuruh umatnya untuk bersahur karena ahlul kitab juga berpuasa tetapi mereka tidak melakukan sahur. Oleh sebab itu, makan sahur bukan sekadar masalah “kuat-kuatan”. Andai kita kuat berpuasa seharian tanpa makan sahur sekalipun, kita selayaknya tetap bangun untuk makan sahur karena makan sahur tersebut sangat ditekankan oleh Rasulullah shallallahu 'alaihi wasallam, yaitu menjadi pembeda puasa kita dengan puasa ahlul kitab.

Hal lain yang menjadi pembeda puasa kaum muslimin dengan puasa ahlul kitab adalah “segera berbuka ketika magrib sudah tiba”, sebagaimana sabda Nabi shallallahu 'alaihi wasallam,

لَا يَزَالُ النَّاسُ بِخَيْرٍ مَا عَجَّلُوا الْفِطْرَ



“Manusia akan senantiasa berada dalam kebaikan selama mereka segera berbuka.” (HR. Al-Bukhari dan Muslim)

Ulama sepakat bahwa yang dimaksud menyegerakan berbuka adalah apabila telah terbenam matahari hendaklah segera berbuka, jangan ditunda-tunda. (Fathul Bari, 4:199)

Kebaikan yang dimaksud dalam hadits ini adalah peneladanan terhadap sunnah Rasulullah shallallahu ‘alaihi wasallam. (Taysirul ‘Allam, hlm. 335)

Hadits yang mulia ini juga sebagai bantahan terhadap golongan sesat Syiah dan ahlul kitab (Yahudi dan Nasrani) yang menunda-nunda waktu berbuka sampai

munculnya bintang-bintang. (Fathul Baari, 4:199)

Berdasarkan dalil-dalil tersebut, kita selayaknya bersemangat untuk makan sahur dan segera berbuka ketika waktu buka puasa sudah tiba, untuk membedakan puasa kita sebagai ahlut tauhid dengan puasa ahlul kitab.

Nabi shallallahu ‘alaihi wasallam meminta kita menyelisihi ahlul kitab agar tampak bedanya (antara ahlut tauhid dengan golongan selainnya) dari segi kepribadian, apalagi dari segi akidah.

Banyak Berdoa

Bulan Ramadan adalah bulan dikabulkannya doa. Sepanjang waktu berpuasa adalah waktu dikabulkannya doa. Nabi shallallahu ‘alaihi wasallam bersabda,

ثَلَاثَةٌ لَا تُرَدُّ دَعْوَتُهُمُ الصَّائِمُ حَتَّى يُفْطِرَ وَالْإِمَامُ الْعَادِلُ
وَدَعْوَةُ الْمَظْلُومِ

“Tiga orang yang doanya tidak tertolak, yaitu orang yang berpuasa sampai ia berbuka, pemimpin yang adil, dan doa orang yang dizalimi.” (HR. Ahmad)

Ketika berbuka puasa juga merupakan waktu dikabulkannya doa. Rasulullah shallallahu ‘alaihi wasallam bersabda,



ثَلَاثَةٌ لَا تُرَدُّ دَعْوَتُهُمُ الْإِمَامُ الْعَادِلُ وَالصَّائِمُ حِينَ يُفْطِرُ وَدَعْوَةُ الْمَظْلُومِ

“Ada tiga orang yang doanya tidak ditolak, yakni pemimpin yang adil, orang yang berpuasa ketika dia berbuka, dan doa orang yang terzalimi.” (HR. Tirmidzi dan Ibnu Majah)



Kita lihat di Masjid Nabawi orang-orang berdoa kepada Allah Ta'ala dengan khushyuk menjelang waktu berbuka meski makanan sudah tersaji di depannya. Dia tidak tergoda untuk sibuk memperhatikan hidangan yang sebentar lagi akan disantapnya. Inilah yang mungkin hilang di tanah air kita; ketika menjelang waktu berbuka puasa, kita malah lebih sibuk melengkapi menu apa saja yang kurang.

Allah Ta'ala berfirman,

وَإِذَا سَأَلَكَ عِبَادِي عَنِّي فَإِنِّي قَرِيبٌ أُجِيبُ دَعْوَةَ الدَّاعِ إِذَا دَعَانِ

“Dan apabila hamba-hamba-Ku bertanya kepadamu tentang Aku, maka (jawablah) bahwasanya Aku dekat. Aku mengabulkan permohonan orang yang berdoa apabila ia memohon kepada-Ku.”

Ayat ini memotivasi kita untuk berdoa kepada Allah. Jika kita perhatikan lebih saksama, ayat tersebut terletak di sela-sela ayat tentang puasa: surah Al-Baqarah 183-185 adalah tentang puasa, ayat 186 adalah tentang doa, dan ayat 187 adalah tentang puasa.

Ibnu Katsir mengatakan, “Allah Ta'ala memunculkan ayat doa di sela-sela ayat puasa sebagai isyarat bahwa doa orang yang berpuasa itu dikabulkan.”



Perbanyaklah berdoa pada bulan Ramadan ini, terutama doa memohon ampunan, terlebih lagi ketika malam lailatul qadar.

Umar berkata,

إِنِّي لَا أَحْمِلُ هَمَّ الْإِجَابَةِ، وَإِنَّمَا أَحْمِلُ هَمَّ الدُّعَاءِ، فَإِذَا
أُلْهِمْتُ الدُّعَاءَ فَإِنَّ الْإِجَابَةَ مَعَهُ

“Saya tidak memikirkan masalah terkabulnya doa, tetapi yang saya pikirkan adalah apakah saya berdoa. Jika saya sudah dimudahkan untuk berdoa, ijabah (terkabulnya doa) pasti akan menyertainya.” (Iqtidha’ Shiratal Mustaqim)

Hamba yang sering berdoa adalah orang yang diberi taufik oleh Allah. Semoga Allah Ta’ala memberi kita hidayah untuk menghidupkan bulan Ramadan dengan banyak berdoa, bersemangat dalam beramal shalih, dan bersemangat dalam meninggalkan maksiat.

- * Dirangkum dari *Nilai-Nilai Tauhid dalam Ibadah Puasa* - Ustadz Dr. Firanda Andirja, M.A. di tautan <https://www.youtube.com/watch?v=jhagpYYPr4k>.
- * Penambahan beberapa dalil pelengkap dari artikel *Adab Sunnah saat Berbuka Puasa* oleh Ustadz Sofyan Chalid bin Idham Ruray di tautan <https://taawundakwah.com/madrasah-ramadhan/adab-sunnah-saat-berbuka-puasa-2/>.

Hiasan di Pakaian Wanita

Oleh: Ustadz Dr. Aris Munandar, M.P.I.

Tujuan utama syariat berpakaian bagi muslimah itu bukan hanya menutup aurat – apalagi sekadar membungkus aurat – tetapi juga untuk menutupi daya tarik wanita bagi lawan jenisnya. Allah Ta’ala berfirman,

وَلَا يُبْدِينَ زِينَتَهُنَّ

“Janganlah wanita menampakkan zinaH-nya.” (QS. An-Nur: 31)

Dalam ayat ini Allah melarang muslimah untuk menampakkan *zinaH* kepada laki-laki ajnabi (bukan suami, bukan mahram). *ZinaH* dalam bahasa Arab segala sesuatu yang menjadikan seorang wanita tampak cantik, indah, serta menarik; dan sesuatu itu bukan fisik wanita.¹ Hal ini diperkuat dengan kebiasaan Al-Qur’an dalam penggunaan kata *zinaH*. Kata-kata *zinaH* itu berulang dalam Al-Qur’an di berbagai surat. Kata *zinaH* dalam semisal QS. Al-A’rāf: 31 dan 32, QS. Al-Kahfi: 7 bermakna hal-hal yang

membuat indah dan menarik yang posisinya di luar hal yang mengandung *zinaH*.

ZinaH dalam potongan ayat di atas bersifat ‘umum karena kaidah mufrad mudhaf itu menghasilkan makna keseluruhan cakupannya. Oleh karena itu, di dalam pandangan Syaikh Al-Albani, ketentuan yang terkandung dalam potongan ayat di atas mencakup pakaian luaran yang dipakai oleh seorang muslimah manakala pakaian tersebut diberi hiasan-hiasan yang menarik pandangan lawan jenis.²

¹ Mustofa al-‘Adawi, *at-Tashīl li Ta’wīl at-Tanzīl Tafsīr Sūrah an-Nūr*, cet. Ke-2 (Thantha Mesir: Maktabah Makkah, 2002), 187.

² Muhammad Nāshiruddīn al-Albānī, *Jilbāb al-Mar’ah al-Muslimah (Riyāḍ: Maktabah al-Ma’ārif, 2002), 119.*

Hal-hal yang menarik pandangan lawan jenis termasuk dalam kategori tabarruj.

Definisi Tabarruj

Mengenai makna tabarruj secara etimologi (bahasa), di Lisān Al-'Arab disebutkan bahwa tabarruj adalah tindakan seorang wanita menampakkan *zīnah* dan hal-hal yang membangkitkan syahwat laki-laki. Ada juga yang menjelaskan bahwa para wanita pada masa jahiliah berjalan dengan lenggak-lenggok. Jadi, tabarruj adalah tindakan seorang wanita menampakkan *zīnah* kepada laki-laki ajnabi. Inilah yang tercela. Adapun jika hal ini dilakukan di hadapan suami tidak tercela.³

Adapun secara terminologi (istilah), dalam pandangan Syaikh Shālih Al-'Ushaimi, tabarruj adalah tindakan seorang wanita yang menampakkan *zīnah* yang banyak jiwa laki-laki ingin melihatnya, padahal *zīnah* tersebut diperintahkan untuk disembunyikan.⁴ Pengertian *zīnah* dalam konteks istilah tabarruj mencakup anggota badan seorang wanita atau hal-hal yang diupayakan oleh seorang wanita agar dirinya bisa terlihat cantik dan menarik dalam pandangan lawan jenis (*zīnah*

muktasabah), sebagaimana penjelasan Syaikh Bakr Abu Zaid.

Syaikh Bakr Abu Zaid mendefinisikan tabarruj sebagai tindakan seorang wanita yang memperlihatkan dan menampakkan sebagian dari anggota tubuhnya atau *zīnah muktasabah* (hal-hal yang menjadikannya dirinya nampak cantik dan menarik) di hadapan laki-laki ajnabi (bukan suami bukan mahram).⁵ Termasuk dalam kategori *zīnah muktasabah* hiasan-hiasan yang ada pada pakaian wanita.

³ Ibnu Manzhūr, *Lisān al-'Arab*, cet. Ke-3, vol. 2 (Beirūt: Dār Shādir, 1414 H), 212.

⁴ Shālih Al-'Ushaimi, *Tathrīz At-Tabbaruj*, hlm. 9.

⁵ Bakr Abu Zaid, *Hirāsah Al-Fadhīlah*, cet. ke-8 (Riyāḍ: Muassasah Al-Juraisi, 1421 H), hlm. 88.

Kesimpulan yang bagus mengenai pengertian tabarruj disampaikan oleh seorang penulis wanita bernama Az-Zahrā' Fāthimah binti Abdullah. Menurut Az-Zahrā' Fāthimah tabarruj itu tindakan seorang wanita yang menampakkan lima hal:

1. Anggota tubuh yang wajib ditutupi.
2. Zinah berupa perhiasan gelang, cincin, dan lain-lain.
3. Lenggak-lenggok ketika berjalan dan melakukan berbagai gerakan.
4. Daya tarik kewanitaannya dengan cara apa pun (membunyikan gelang kaki, dan lain-lain).
5. Pakaianya yang menarik pandangan.



Ini semua tergolong tabarruj yang terlarang manakala dilakukan bukan di hadapan suami atau mahramnya.⁶

Bagaimana dengan Emboss dan Bordir di Pakaian Wanita?

Berdasarkan uraian di atas, emboss/bordir pada pakaian wanita yang dikenakan ketika beraktivitas di luar rumah adalah terlarang karena dua alasan.

Pertama: Bertolak belakang dengan tujuan pakaian wanita muslimah yaitu menutupi *zīnah* (daya tarik wanita). Bagaimana mungkin bisa syar'i pakaian seorang muslimah yang semestinya menutupi *zīnah* akan tetapi malah menjadi *zīnah* itu sendiri?

Kedua: Termasuk ke dalam larangan tabarruj, tepatnya termasuk dalam tabarruj jenis kelima yaitu menampilkan daya tarik pakaian kepada laki-laki ajnabi.

⁶Az-Zahrā' Fāthimah, *Al-Mutabarrijāt*, cet-3 (Kairo: Maktabah As-Sunnah, 1989), hlm. 38.



Tolok ukur bordir yang terlarang adalah yang menarik pandangan lawan jenis. Ketentuan ini ditetapkan berdasarkan 'urf atau budaya. Budaya yang dimaksudkan dalam hal ini bukanlah budaya semua orang, tetapi budaya dan cara pandang umumnya orang-orang shalih di masyarakat tersebut. Hal ini karena orang yang jauh dari agama itu parameter cara pandangnya sangat tidak terukur.

Dengan demikian, bisa disimpulkan bahwa bordir pada pakaian wanita muslimah yang bermasalah adalah bordir yang terlalu "ramai". Idealnya, pakaian wanita muslimah itu cenderung polos atau ada hiasan, renda-renda, atau bordir tetapi tidak "ramai".

Warna yang Ngejreng (Mencolok)

Demikian pula warna ideal pakaian wanita muslimah ketika beraktivitas di luar rumah adalah warna yang kalem dan tidak mencolok, tetapi tidak harus hitam atau warna gelap. Oleh karena itu, warna yang ngejreng itu bermasalah karena dua alasan di atas.

Tolok ukur warna mencolok atau ngejreng adalah budaya

atau cara pandang umumnya anggota masyarakat. Warna yang rata-rata laki-laki normal menilainya sebagai warna mencolok semestinya tidak dipakai oleh seorang muslimah yang ingin taat kepada Allah dan rasul-Nya semaksimal mungkin.

Penutup

Demikian penjelasan ringkas ini. Semoga menjadi ilmu yang bermanfaat.



Ujian ketika Mendakwahi Diri dan Keluarga

Oleh: Athirah Mustadjab



Orang yang mendakwahkan al-haq (kebenaran) pasti diuji. Mengajak anak untuk berbuat baik belum tentu mudah. Mendakwahi keluarga juga belum tentu selalu lancar. Berdakwah di tengah masyarakat pun tidak selamanya mulus.

Berikut ini adalah dalil-dalil yang bisa menjadi penguat jiwa dan penghibur hati bagi setiap muslim yang ingin meraih pahala dakwah ilallah.

1. Ingatlah nasihat Luqman Al-Hakim.

يَا بُنَيَّ أَقِمِ الصَّلَاةَ وَأْمُرْ بِالْمَعْرُوفِ وَانْهَ عَنِ الْمُنْكَرِ وَاصْبِرْ
عَلَىٰ مَا أَصَابَكَ إِنَّ دَلِكَ مِنْ عَزْمِ الْأُمُورِ

“Duhai anakku, dirikanlah shalat dan perintahkanlah (manusia) mengerjakan yang baik dan cegahlah (mereka) dari perbuatan yang mungkar dan bersabarlah terhadap apa yang menimpa kamu. Sesungguhnya yang demikian itu termasuk hal-hal yang diwajibkan (oleh Allah).” (QS. Luqman: 17)

2. Dengan ujian itu, Allah melihat keimanan da'i tersebut.

Allah Ta'ala berfirman,

أَحْسِبَ النَّاسُ أَنْ يُتْرَكُوا أَنْ يَقُولُوا آمَنَّا وَهُمْ لَا يُفْتَنُونَ

“Apakah manusia mengira bahwa mereka dibiarkan (saja) mengatakan, ‘Kami telah beriman,’ sedangkan mereka tidak diuji lagi?” (QS. Al-Ankabut: 2)



3. Ujian yang menimpa da'i yang ikhlas akan menghapus dosanya.

Rasulullah shallallahu 'alaihi wasallam,

فَمَا يَتْرُخُ الْبَلَاءُ بِالْعَبْدِ حَتَّى يَتْرُكَهُ
يَمْشِي عَلَى الْأَرْضِ مَا عَلَيْهِ
خَطِيئَةٌ

“Seorang hamba senantiasa akan mendapatkan cobaan hingga dia berjalan di muka bumi dalam keadaan bersih dari dosa.” (HR. Tirmidzi, Ibnu Majah, Ad-Darimi, dan Ahmad)

4. Besarnya pahala sesuai dengan besarnya ujian.

Rasulullah shallallahu 'alaihi wasallam bersabda,

إِنَّ عِظَمَ الْجَزَاءِ مَعَ عِظَمِ الْبَلَاءِ وَإِنَّ اللَّهَ إِذَا
أَحَبَّ قَوْمًا ابْتَلَاهُمْ

“Sesungguhnya balasan terbesar dari ujian yang berat. Jika Allah mencintai suatu kaum, maka Allah akan memberikan cobaan kepada mereka. (HR. Tirmidzi)

5. Rasulullah dan para sahabat juga diuji.

Jika kita sedang diuji dalam dakwah kita, hiburilah diri kita bahwa Rasulullah shallallahu 'alaihi wasallam dan para sahabat juga diuji. Allah berfirman,

وَكَذَلِكَ جَعَلْنَا لِكُلِّ نَبِيٍّ عَدُوًّا مِّنَ الْمُجْرِمِينَ وَكَفَى
بِرَبِّكَ هَادِيًا وَنَصِيرًا

“Dan seperti itulah, telah Kami adakan bagi tiap nabi, musuh dari orang-orang yang berdosa. Dan cukuplah Rabbmu menjadi Pemberi petunjuk dan Penolong.” (QS. Al-Furqan: 31)

6. Pentingnya kesabaran dan ketakwaan.

Allah Ta'ala berfirman,

وَإِنْ تَصْبِرُوا وَتَتَّقُوا لَا يَضُرُّكُمْ كَيْدُهُمْ شَيْئًا

“Jika kamu bersabar dan bertakwa, niscaya tipu daya mereka sedikit pun tidak mendatangkan kemudharatan kepadamu. (QS. Ali Imran: 120)

Penutup

Orang yang beriman akan mengingat rahmat Allah Ta'ala di akhirat kelak bagi orang-orang yang berdakwah. Inilah yang menjadi angan-angan mereka. Inilah yang menghilangkan rasa takut mereka.

Referensi:

- * Ujian Ketika Mendakwahi Diri Dan Keluarga - Ustadz Aunur Rofiq bin Ghufroon, Lc. diakses di tautan https://www.youtube.com/watch?v=IAyO_YEAPw4
- * <https://rumaysho.com/678-seseorang-akan-mendapat-ujian-sebanding-kualitas-imannya.html>

BIOGRAFI SINGKAT SYAIKH MUHAMMAD BIN SHALIH AL-UTSAIMIN

Oleh: Ustadzah Ummu Ishaq S. Nuryani

Pembaca yang semoga dirahmati Allah, dalam edisi kali ini kita akan berkenalan dengan ulama era masa kini, yang kefaqihan dan keilmuannya tidak diragukan lagi. Sosok beliau sangat menginspirasi para penuntut ilmu untuk tetap bersemangat dan kokoh di jalan ilmu. Siapakah beliau?

Nama dan Nasab Beliau

Beliau bernama Muhammad bin Shalih bin Sulaiman bin Abdurahman bin Utsman bin Abdullah bin Abdurrahman bin Ahmad bin Muqbil, dari keluarga besar Al-Wahbah dari Bani Tamim. Kakek beliau yang keempat, yaitu Utsman, biasa dipanggil dengan sebutan “Utsaimin”. Akhirnya, keluarga tersebut populer dengan sebutan Al-Utsaimin.

Beliau sendiri lebih dikenal sebagai Ibnu Utsaimin, anak Utsaimin. Maksudnya, anak keturunan Utsaimin. Dalam adat Arab penasaban langsung kepada kakek dan melewati ayah adalah hal yang biasa. *Kun-yah* beliau ialah Abu Abdillah.

Tumbuh Kembang dan Masa Belajar

Beliau terlahir di kota Unaizah, sebuah kota setingkat kabupaten yang termasuk dalam wilayah *manthiqah* (setingkat provinsi) Al-Qashim. Unaizah termasuk kota tertua di Manthiqah Al-Qashim, kota yang sangat bersejarah bagi Kerajaan Arab Saudi. Letaknya juga memiliki posisi strategis, yakni di tengah-tengah wilayah Kerajaan Arab Saudi, tepatnya di sebelah timur laut pegunungan Najed.

Beliau lahir pada 27 Ramadhan 1247 H. Beliau tumbuh dalam keluarga yang sederhana. Ayahnya bekerja sebagai



pedagang yang menjalankan bisnisnya antara Unaizah dan Riyadh, lalu pekerjaannya menetap di Unaizah. Sebelum ayahnya wafat, ayahnya bekerja di Darul Aitam di Unaizah.

Syaikh Ibnu Utsaimin pernah ditanya, “Apakah Anda berdagang di samping kegiatan belajar Anda?” Beliau menjawab, “Tidak, karena keadaan ekonomi ayah dalam keadaan lancar di Riyadh.”

Di samping itu, keluarga tersebut dikenal dengan keistiqamahan dan perhatian mereka terhadap urusan agama. Kakek beliau dari pihak ibu, yaitu Syaikh Abdurahman bin Sulaiman Al-Damigh rahimahullah, adalah seorang guru dan imam Masjid Al-Khazirah di kota Unaizah. Oleh karena itu, ayah Syaikh Ibnu Utsaimin mempercayakan pendidikan anaknya kepada sang kakek. Jadi, beliau terhitung sebagai guru pertama Syaikh Ibnu Utsaimin.

Dari sang kakek ini beliau belajar Al-Qur'an sampai selesai menghafalnya dalam usia yang sangat muda, yaitu sebelum genap 14 tahun. Dari

beliau pula, Ibnu Utsaimin kecil belajar beberapa bidang ilmu yang lain, seperti menulis, berhitung, dan dasar-dasar bahasa.

Semua itu terjadi sebelum beliau melanjutkan thalabul ilmi (menuntut ilmu) di Madrasah Asy-Syaikh Ali bin Abdullah Asy-Syuhaitan. Allah Subhanahu wa Ta'ala mengaruniai beliau kecerdasan, kesucian fitrah, dan semangat yang tinggi untuk mendapatkan ilmu dari para ahlinya. Dengan itu, ayahnya pun mengarahkan beliau untuk konsentrasi belajar agama.

Beliau pun belajar langsung dari seorang ulama besar di negeri itu, yakni Syaikh Abdurrahman bin Nashir As-Sa'di, penulis kitab Taisir Al-Karimir Rahman dan berbagai karya lain yang agung nan bermanfaat.

Kegiatan belajar-mengajar Syaikh Abdurrahman As-Sa'di dilakukan di Masjid Al-Jami' Al-Kabir di kota Unaizah dan perpustakaan. Beliau memercayakan pengajaran anak-anak kepada dua orang muridnya: Syaikh Ali Ash-Shalihi dan Syaikh



Muhammad bin Abdul Aziz Al-Muthawwa'. Dari keduanya, Ibnu Utsaimin belajar kitab Mukhtashar Al-Aqidah Al-Wasithiyyah dan Minhajus Salikin (keduanya adalah karya Syaikh As-Sa'di), kitab Al-Ajurrumiyah, dan Al-Alfiyah dalam bidang nahwu, serta ilmu sharaf.

Setelah itu, Ibnu Utsaimin mulai duduk di majelis Syaikh Abdurrahman As-Sa'di dan belajar dari beliau beberapa bidang ilmu, di antaranya: tafsir, hadits, tauhid, fikih, ushul fiqih, sirah nabawiyah, faraidh (ilmu waris), dan nahwu. Beliau pun menghafal matan-matan dalam bidang-bidang ilmu tersebut.



As-Sa'di dianggap sebagai syaikh besar pertama yang berpengaruh pada manhaj (metode) Ibnu Utsaimin dalam hal mengikuti dalil dan tata cara mengajar. Ibnu Utsaimin juga sempat belajar dari Syaikh Abdurrahman bin Ali bin 'Udan dalam bidang faraidh, yaitu saat Syaikh Abdurrahman bin Ali bin 'Udan menjabat sebagai qadhi (hakim) di Unaizah.

Selain itu, Ibnu Utsaimin juga pernah menimba ilmu nahwu dan balaghah dari Syaikh Abdurrazzaq Afifi, yaitu saat Syaikh Abdurrazzaq berada di kota Unaizah sebagai guru.

Kepindahan ke Riyadh

Ketika dibuka Al-Ma'had Al-'Ilmi (jenjang setara SMA) di kota Riyadh, Ibnu Utsaimin melanjutkan thalabul ilmi di sana pada 1372 H setelah mendapat izin dari sang guru (Syaikh Abdurahman As-Sa'di). Beliau berkisah, "Aku masuk ke Al-Ma'had Al-'Ilmi langsung di kelas dua. Aku melanjutkan belajar di sana setelah bermusyawarah dengan Syaikh Ali Ash-Shalihi dan setelah memohon izin dari guruku (Syaikh Abdurahman As-Sa'di). Saat itu, Al-Ma'had Al-ilmi dibagi menjadi dua: bagian umum dan bagian khusus. Aku saat itu berada di bagian khusus.



Saat itu juga, murid yang ingin melompat (ke jenjang berikutnya) dipersilakan. Artinya, dia diperbolehkan mempelajari kurikulum tahun berikutnya pada saat liburan, lalu mengikuti ujian pada awal tahun berikutnya. Apabila dia lulus, dia bisa mengikuti kelas berikutnya lagi. Dengan demikian, aku mempersingkat waktu. Setelah itu, aku melanjutkan di jurusan syariah di Riyadh dengan sistem intisab, sampai lulus.”

Dengan demikian, beliau belajar di kelas dua, lalu pada liburan musim panas beliau mempelajari kurikulum kelas tiga, kemudian diuji pada awal tahun, dan beliau lulus. Kemudian, pada tahun ajaran baru, beliau sudah masuk ke kelas empat.

Keberadaan beliau di Al-Ma'had Al-'Ilmi memberikan kesempatan bagi beliau

untuk menimba ilmu dari sebagian ulama terkemuka yang mengajar di sana, di antaranya: Syaikh Muhammad Al-Amin Asy-Syinqithi (penulis kitab tafsir Adhwa'ul Bayan). Beliau mengisahkan perjumpaan awalnya dengan Syaikh Muhammad Al-Amin Asy-Syinqithi yang berpenampilan tidak meyakinkan. Ibnu Utsaimin menuturkan, “Aku tinggalkan guruku (Syaikh As-Sa'di), lalu aku duduk di depan Arab badui ini? Akan tetapi, ketika beliau memulai pelajaran, bertaburanlah mutiara-mutiara faedah ilmiah dari lautan ilmunya yang mendalam. Saat itulah kami tahu, kami sedang berada di hadapan salah seorang dari ulama besar dan kokoh. Kami pun dapat mengambil manfaat dari ilmu, penampilan, akhlak, kezuhudan, dan sifat wara' beliau.”

Selain belajar kepada Syaikh Muhammad Asy-Syinqithi, beliau juga belajar dengan beberapa guru lain, di antaranya:

1. Syaikh Abdul Aziz bin Nashir Ar-Rasyid (penulis At-Tanbihat As-Saniyyah Syarah Al-Aqidah Al-Washitiyyah) yang juga seorang qadhi. Beliau juga belajar kepada seorang syaikh ahli hadits, Abdurrahman Al-Ifriqi.

- 
2. Syaikh Ibnu Baz. Beliau belajar dari Syaikh Ibnu Baz tentang kitab Shahih Al-Bukhari, buku-buku karya Syaikhul Islam Ibnu Taimiyah, kitab-kitab hadits, dan pendapat-pendapat para ahli fikih serta perbandingan mazhab. Sedemikian besarnya pengaruh Syaikh Ibnu Baz terhadap diri Ibnu Utsaimin, sampai-sampai Syaikh Ibnu Baz dianggap sebagai syaikh besar kedua yang berpengaruh terhadap beliau dalam bidang ilmu agama dan manhaj Ibnu Utsaimin. Ibnu Utsaimin membenarkan hal tersebut, “Sungguh, aku sangat terpengaruh oleh Syaikh Abdul Aziz bin Baz hafizhahullah dalam hal perhatian terhadap hadits, akhlak, dan kelapangan dadanya terhadap orang lain.”

Setelah itu, beliau pulang ke Unaizah dan kembali berguru dengan syaikh beliau (Syaikh Abdurahman As-Sa'di). Pada saat yang sama, dibukalah Al-Ma'had Al-'Ilmi di Unaizah pada tahun 1373 H. Beliau ikut mengajar di ma'had tersebut. Pada saat yang sama pula beliau melanjutkan belajar di jurusan syariah di Fakultas Syariah di Riyadh – kelak menjadi bagian dari Universitas Islam Al-Imam Muhammad bin Su'ud – dengan sistem intisab (semacam sistem kejar paket), yakni hanya mengikuti ujian saat diadakannya ujian, sampai beliau lulus dan mendapatkan ijazah *'aliyah*.

Terjun Berdakwah

Sang guru, Syaikh Abdurahman As-Sa'di rahimahullah, menangkap kecerdasan Ibnu Utsaimin dan perolehannya yang besar dalam mencari ilmu, sehingga beliau memotivasi sang Ibnu Utsaimin untuk mulai mengajar.

Beliau pun mulai mengajar di Masjid Al-Jami' Al-Kabir di Unaizah pada tahun 1370 H, walaupun beliau masih berstatus sebagai murid Syaikh As-Sa'di di masjid yang sama.

Setelah beliau lulus dari Al-Ma'had Al-'Ilmi Riyadh, beliau ditunjuk menjadi pengajar di Al-Ma'had Al-'Ilmi di Unaizah pada tahun 1374 H. Pekerjaan ini terus berlangsung sampai 1398 H.

Saat itulah beliau pindah mengajar di Fakultas Syariah dan Ushuluddin di kota Al-Qashim, cabang Universitas Islam



Muhammad bin Su'ud. Beliau menjadi dosen di universitas tersebut sampai beliau wafat.

Pada 1376 H sang guru besar, Syaikh Abdurrahman As-Sa'di rahimahullah, meninggal. Setelah itu, beberapa Syaikh dicalonkan untuk menggantikan Syaikh As-Sa'di mengimami masjid. Namun, hal itu berjalan sangat singkat. Akhirnya, ditunjuklah beliau sebagai pengganti Syaikh di masjid tersebut, sebagai imam dan khatibnya.

Selain itu, beliau juga menggantikan posisi Syaikh As-Sa'di sebagai pengajar di perpustakaan Al-Wathaniyah, yang secara struktural masuk ke dalam kepengurusan masjid. Perpustakaan tersebut didirikan oleh Syaikh As-Sa'di pada 1359 H.

Ketika para penuntut ilmu semakin banyak, perpustakaan tidak lagi menampung mereka, beliau memindahkan pelajarannya di masjid sehingga terkumpul banyak penuntut ilmu. Jumlah mereka semakin banyak dengan datangnya para penuntut ilmu dari dalam Kerajaan Arab Saudi dan mancanegara. Duduklah ratusan orang di majelis ilmu tersebut. Pelajarannya berlangsung pada waktu pagi, setelah asar, dan setelah maghrib. Pelajaran setelah maghrib terus

berlangsung dan tidak pernah berhenti sepanjang tahun, kecuali saat beliau safar. Keistimewaan dari pelajaran beliau adalah pembekalan ilmu yang serius, bukan sekadar mendengar uraian *mau'izhah*.

Syaikh Al-Abbad mengatakan, "Total masa mengajar beliau di Masjid Al-Jami' Al-Kabir ialah 45 tahun. Adapun total masa mengajar beliau di Al-Ma'had Al-'Ilmi dan universitas ialah 47 tahun."

Di sela-sela kegiatan beliau, ketika datang bulan Ramadan, beliau menyempatkan diri untuk menghabiskan mayoritas waktu Ramadan di Makkah, yaitu mengajar di Masjidil Haram. Apabila beliau datang ke Madinah untuk memberikan ceramah atau keperluan yang lain,



beliau juga mengajar di Masjid Nabawi. Para penuntut ilmu pun senang dengan kehadiran beliau di Madinah. Mereka menghadiri pelajaran dan mengambil faedah dari ilmu beliau.

Beliau mulai mengajar di Al-Masjidil Haram dalam kesempatan-kesempatan tersebut sejak 1402 H sampai beliau meninggal.

Syaikh Ibnu Utsaimin memiliki beberapa gaya khas ketika mengajar di Masjidil Haram. Yaitu:

- Majelis yang sangat hidup. Pelajaran beliau tidak terlepas dari pertanyaan-pertanyaan beliau kepada pendengar di sela-sela pelajaran. Hal ini tentu menggugah konsentrasi para penuntut ilmu terhadap pelajaran yang beliau sampaikan dan membuat mereka bersiap menjadi sasaran pertanyaan.
- Membahas sebagian ayat yang dibaca oleh imam dalam shalat. Sebagaimana diketahui, di Masjidil Haram beliau memberikan pelajaran usai shalat tarawih dan usai shalat subuh. Bacaan surat imam menjadi bahan pembahasan. Biasanya beliau memulai pelajaran setelah pembukaan dengan mengatakan, “*Qara’a imamuna ...*” (imam kita membaca ...), lalu beliau membahasnya. Hal ini tentu menunjukkan beberapa hal. Paling tidak, konsentrasi dalam shalat terhadap bacaan imam dan keluasan ilmu beliau, karena beliau bisa menjabarkan ayat-ayat secara langsung tanpa persiapan. Hal ini karena ilmu sudah berada di dada beliau sehingga tinggal menyampaikan.

Di samping kegiatan dakwah tersebut, beliau juga memberikan ceramah-ceramah di beberapa kota dan beberapa negara Eropa dan Amerika Serikat melalui telepon. Di antara lahan dakwah yang beliau terjuni yaitu ikut serta dalam muktamar-muktamar di Saudi Arabia dalam *tau’iyatul haj* (bimbingan haji)

Di antara lahan dakwah beliau yang lain adalah memberikan faedah kepada kaum muslimin berupa fatwa terhadap pertanyaan-pertanyaan yang sampai kepada beliau. Pertanyaan tersebut berasal dari dalam maupun dari luar Arab Saudi, baik dengan surat-menyurat, bertemu langsung, maupun melalui telepon.



Jasa dan Jabatan

Selama kiprahnya dalam berkhidmat kepada Islam dan muslimin, beliau sempat menduduki beberapa jabatan penting:

1. Anggota Hai'ah Kibar Ulama (badan ulama ulama besar) di Kerajaan Arab Saudi di Saudi Arabia sejak 1407 H sampai wafatnya.
2. Anggota Al-Majlisul Ilmi di Universitas Islam Al-Imam Muhammad bin Su'ud selama dua tahun akademik: 1398--1400 H.
3. Anggota Majlis Fakultas Syariah dan Ushuluddin, Universitas Islam Muhammad bin Su'ud cabang Al-Qashim, sekaligus sebagai Dekan Fakultas Akidah.
4. Di akhir masa mengajar di Al-Ma'had Al-'Ilmi, beliau ikut menjadi anggota panitia penyusunan kurikulum Al-Ma'had Al-'Ilmi dan sempat menulis beberapa buku paket.
5. Anggota panitia *tau'iyatul haj* pada tahun 1392 H sampai wafatnya.
6. Pimpinan Jum'iyah (organisasi) Tahfidzul Qur'an Al-Khairiyyah di kota Unaizah sejak didirikannya pada 1405 H sampai wafatnya.

Kedudukan Ilmiah

Satu hal yang tidak diragukan adalah kedudukan ilmiah beliau. Para ulama abad ini, baik yang lebih tinggi dari beliau, sepadan, atau pun yang di bawah beliau, sangat mengakui keilmuan beliau. Syaikh Al-Albani, di dalam salah satu majelisnya, menyebut beliau sebagai salah seorang faqih yang langka pada abad ini. Beliau mengatakan, "Bumi kosong dari ulama, sehingga aku tidak tahu dari ulama tersebut kecuali beberapa orang yang sedikit jumlahnya. Aku sebut secara khusus di antara mereka adalah Al-'Allamah Abdul Aziz bin Baz dan Al-'Allamah Muhammad bin Shalih Al-Utsaimin." (Fatawa Ulama Al-Akabar, hlm. 6)



Mufti Umum Kerajaan Arab Saudi (Syaiikh Muhammad bin Ibrahim rahimahullah) berulang kali meminta Syaiikh Ibnu Utsaimin beliau untuk menjabat sebagai *qadhi* (hakim), tetapi beliau menolaknya, bahkan sempat terbit surat keputusan yang menetapkan beliau sebagai pimpinan mahkamah di wilayah Al-Ahsa'. Namun, beliau momohon agar surat keputusan tersebut dibatalkan. Setelah melalui beberapa proses, akhirnya permohonan beliau dikabulkan. Ini menunjukkan sikap *wara'* yang tinggi pada beliau.

Akhir Hayat Beliau

Sakit kronis menimpa beliau, sehingga beliau pergi ke Amerika Serikat untuk berobat selama beberapa hari. Itulah satu-satunya safar beliau ke luar Arab Saudi. Beliau dalam keadaan sakit, tetapi beliau tetapi memanfaatkannya untuk berdakwah ke jalan Allah Subhanahu wa Ta'ala. *Qadarullah*, sakit beliau tidak kunjung sembuh. Ketika beliau kembali ke Arab Saudi beliau langsung menjalani perawatan di rumah sakit khusus di Riyadh. Namun, sakit beliau semakin parah sehingga hal itu mengantarkan dan menjadi sebab wafatnya beliau. Semoga Allah mencurahkan kepada beliau rahmat yang luas dan menempatkan di surga-Nya yang tinggi. Amin.

Referensi:

- * *Majalah Qudwah*, edisi 37, vol. 04, 1437 H/2016 M, Rubrik Ulama.
- * *Asy Syariah. Com*

Bolehkah Melatih Anak Berpuasa Setengah Hari?

Dalam rangka pembelajaran, anak kecil yang hendak berlatih puasa bisa berpuasa sampai zuhur. Sekalipun ini tidak terhitung berpuasa, tetapi dalam rangka latihan untuk membiasakan mereka dengan ibadah puasa. Hanya saja, jangan lupa untuk memberi pemahaman kepada anak bahwa puasa yang benar adalah puasa sampai maghrib.

Seperti ini yang dicontohkan oleh para sahabat ketika pertama kali mereka diwajibkan berpuasa. Sahabat Rubayyi binti Mu'awwidz *radhiyallahu 'anha* menceritakan, "Nabi shallallahu 'alaihi wasallam mengutus seseorang pada pagi hari 'asyura ke salah satu perkampungan Anshar dengan mengumumkan, 'Barang siapa yang tidak berpuasa pada pagi hari maka hendaklah ia sempurnakan di sisa hari ini dengan berpuasa. Barang siapa yang berpuasa pada pagi hari hendaklah ia tetap berpuasa. Kami berpuasa setelah itu dan kami mengajak anak-anak kami untuk berpuasa. Kami membuatkan untuk mereka mainan dari bulu. Jika saat puasa mereka ingin makan,

maka kami berikan pada mereka mainan tersebut. Akhirnya mereka terus terhibur sehingga mereka menjalankan puasa hingga waktu berbuka.'" (HR. Bukhari)

Ibnu Batthal menjelaskan, "Para ulama sepakat bahwa ibadah dan kewajiban lainnya, hukumnya tidak wajib kecuali jika seseorang sudah baligh. Namun, mayoritas ulama menganjurkan agar anak dilatih berpuasa dan melakukan ibadah supaya mereka mendapatkan keberkahan ibadah itu, dan agar mereka terbiasa, serta mudah melakukannya ketika sudah wajib baginya." (Syarh Al-Bukhari, 7:125)

(*) Ditranskrip dari Bolehkah Puasa Setengah Hari untuk Melatih Anak? - Poster Dakwah Yufid TV di tautan <https://www.youtube.com/watch?v=7LmPOnZJi8c>.



Mengoptimalkan Waktu Singkat bersama Si Kecil

Oleh: Suci Istiqomah

Waktu bersama anak adalah waktu yang singkat. Masa “lengketnya” mereka dengan orang tua terbatas pada usia belia. Semakin mereka besar, mereka akan semakin mandiri dan berkurang waktu bersamanya dengan kita; ia akan sibuk dengan teman-temannya atau ia akan sibuk dengan aktivitas lainnya. Oleh karena itu, optimalkan waktu bersama anak, selagi kita masih bisa. Bangunlah kenangan indah bersamanya.

Kelak kita akan merindukan masa-masa tersebut. Namun pada saat itu, tentu kita tidak bisa memutar waktu untuk kembali ke masa lalu.

Kendati demikian, kita tentu punya tugas dan tanggung jawab lain selain mendampingi si kecil. Nah, apa saja hal yang bisa kita lakukan untuk mengoptimalkan waktu yang singkat ini?

1. Berikan waktu khusus untuknya.

Bermain dan bercandalah dengan anak karena cara ini sangat jitu untuk menumbuhkan keakraban dan kedekatan anak dengan orang tua. Suasana akrab yang terbangun dan kegiatan bermain dan bercanda tersebut akan membawa perasaan hangat dalam hatinya. Inilah salah satu wujud kasih sayang yang akan melancarkan komunikasi dan mempererat hubungan batin.

Saat bermain atau bercanda dengan anak, berikan hati dan pikiran kita sepenuhnya untuknya, tanpa ada handphone atau gangguan yang lain. Setiap hari selalu luangkan waktu khusus untuk bersamanya.



Hanzhalah Al-Usayyidi, yang merupakan salah satu juru tulis Rasulullah shallallahu 'alaihi wasallam, menceritakan kisahnya, "Abu Bakar pernah menemuiku. Lalu, ia berkata kepadaku, 'Bagaimana keadaanmu, wahai Hanzhalah?'

Aku menjawab, 'Hanzhalah kini telah jadi munafik.'

Abu Bakar berkata, 'Subhanallah! Apa yang engkau katakan?'



Aku menjawab, 'Jika aku berada di sisi Rasulullah shallallahu 'alaihi wasallam, aku ingat neraka dan surga, sampai-sampai aku seperti melihatnya di hadapanku. Namun, ketika aku keluar dari majelis Rasulullah shallallahu 'alaihi wasallam dan aku berjumpa dengan istri serta anak-anakku dan aku sibuk dengan berbagai urusan, aku pun lupa akhirat.'

Abu Bakar menanggapi, 'Aku pun begitu.'

Kemudian aku dan Abu Bakar pergi menghadap Rasulullah shallallahu 'alaihi wasallam lalu aku berkata, 'Wahai Rasulullah, jika kami berada di sisimu, kami akan selalu ingat neraka dan surga, sampai-sampai surga dan neraka itu seakan benar-

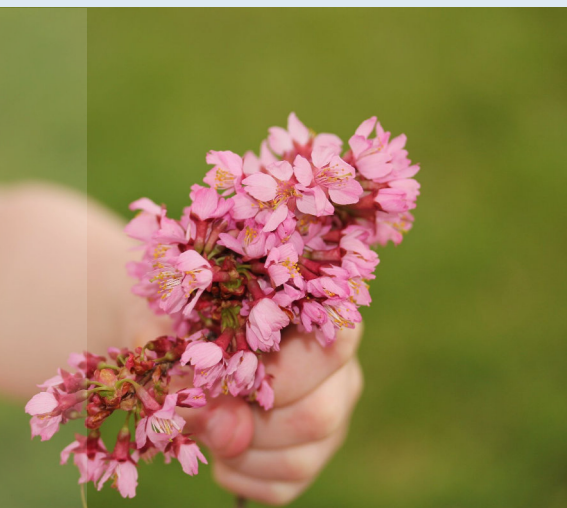
benar nyata di depan kami. Namun, jika kami meninggalkan majelismu, kami tersibukkan dengan istri, anak, dan pekerjaan kami, sehingga kami pun banyak lupa.'

Rasulullah shallallahu 'alaihi wasallam bersabda, 'Demi Rabb yang jiwaku berada di tangan-Nya. Seandainya kalian beramal terus-terusan sebagaimana keadaan kalian ketika berada di sisiku dan kalian terus mengingat-ingatnya, niscaya para malaikat akan menjabat tangan kalian di tempat tidur kalian dan di jalan. Akan tetapi, wahai Hanzhalah ... lakukanlah selangkah demi selangkah.'

Beliau mengulangnya sampai tiga kali." (HR. Muslim, no. 2750)

Jika ayah dan ibu bingung tentang kegiatan yang bisa dilakukan saat bersama anak, cukup ikuti anak dan dengarkan ucapannya. Ikutlah larut bermain bersamanya. Selain itu, ayah dan ibu bisa juga membacakan buku atau menceritakan kisah para nabi atau orang-orang shalih terdahulu.

2. Berikan cinta sesuai “bahasa cintanya”.



Temukan “bahasa cintanya”. Jika anak suka memeluk dan mencium, sering-seringlah melakukan itu untuknya.

Jika anak suka mengucapkan, “Aku sayang ibu”, sering-seringlah merespon ibu dan ayah juga mencintainya.

Perhatikan hal saja yang membuat anak senang dan bisa tertawa lepas. Lakukan

itu sesering mungkin, semisal main gelitik, bercanda bersama, kita ikut bertingkah seperti anak-anak, dan sebagainya. Perlu diingat bahwa mengikuti hal yang disenangi tentu tetap memiliki batasan, yaitu bukan hal yang merugikannya. Misalnya anak suka bermain gadget, bukan berarti kita mengikuti keinginannya. Yang harusnya kita lakukan justru mengajaknya melakukan kegiatan yang lain supaya dia lupa dengan gadget tadi.

3. Ajarkan dasar-dasar tauhid.

Contoh dasar-dasar tauhid yang bisa diajarkan kepada anak:

- * Kenalkan tentang Allah, melalui ciptaan-ciptaan Allah yang bisa dilihat oleh anak.
- * Ajarkan kalimat-kalimat thayyibah, seperti subhanallah,

alhamdulillah, Allahu akbar, masyaallah, laa haula wa laa quwwata illaa billaah, dan lain-lain.

- * Ajarkan tentang agama Islam dan Nabi Muhammad shallallahu alaihi wasallam.

4. Banyak berdoa.

Doakan anak sesering mungkin karena kita sangat membutuhkan pertolongan Allah dalam mendidiknya dan menjadikannya anak yang shalih.

5. Berikan hak-haknya.

Salah satu hak anak adalah diberi nama yang baik, dicukupi kebutuhan dasarnya, dididik, dan sebagainya.

Demikianlah beberapa hal yang bisa kita lakukan untuk mengoptimalkan waktu bersama si kecil. Praktikkanlah lima hal tersebut. Semoga Allah Ta'ala memberi kemudahan.



Jika Ibu Hamil atau Menyusui Ingin Berpuasa

Oleh: dr. Avie Andriyani Ummu Shofiyah

Bulan Ramadan hanya datang satu kali dalam setahun. Jika tahun ini seseorang bisa mendapati bulan Ramadan, dia tidak bisa memastikan apakah kita masih bisa mendapati bulan Ramadan tahun depan ataukah tidak. Oleh karena itu, sangat wajar jika kaum muslimin memacu dirinya untuk semaksimal mungkin memanfaatkan keberadaannya pada bulan Ramadan. Di antara serangkaian ibadah tersebut, puasa tentu menjadi salah satu ibadah yang utama. Kendati demikian, tidak semua orang bisa melakukannya.

Ibu hamil atau menyusui termasuk orang yang kadang tidak kuat berpuasa. Disebut “kadang” karena ada sebagian ibu hamil atau menyusui yang masih kuat untuk berpuasa.

Adakah kiat khusus bagi ibu hamil atau menyusui yang ingin berpuasa? Mari kita simak ulasan ringkas berikut ini.

1. **Konsultasikan dengan dokter** mengenai kemungkinan berpuasa dalam kondisi hamil atau menyusui. Seorang dokter akan memberikan nasihat sesuai dengan kondisi masing-masing ibu. Adakalanya tidak diperbolehkan, tetapi ada pula yang diperbolehkan dengan beberapa catatan.
2. **Mantapkan tekad terlebih dahulu** karena keyakinan akan sanggup berpuasa bisa menghilangkan was-was atau kekhawatiran akan kondisi ibu maupun anak. Mitos “makan untuk dua orang (ibu dan anak)” ketika hamil atau menyusui tidak sepenuhnya benar. Memang kebutuhan kalori dan zat gizi lainnya akan meningkat ketika hamil atau menyusui, namun bukan berarti dilipatgandakan menjadi dua kalinya. Pada dasarnya tidak ada efek buruk secara langsung bagi janin yang dikandung atau bayi yang disusui, selama ibu tetap dapat memenuhi kebutuhan gizi sehari-hari.



3. **Pada dasarnya, berpuasa bisa dikatakan hanya menggeser waktu makan**, sehingga ibu hamil atau menyusui tidak perlu khawatir akan makan lebih sedikit dari biasanya. Salah satu cara untuk memenuhi kebutuhan kalori pada saat “sedang hamil atau menyusui tetapi tetap ingin berpuasa” adalah **dengan makan lagi setelah shalat tarawih**. Tentu saja, makanan yang disantap tidak harus makanan berat, tetapi bisa juga camilan padat gizi yang menyehatkan atau kudapan berbahan sayur dan buah (misalnya salad). Dengan begitu, seorang ibu hamil atau menyusui tetap makan tiga kali sehari.
4. **Bagi ibu menyusui, menu sahur dan berbuka hendaknya ditambah makanan yang merangsang produksi ASI**, seperti daun katuk dan daun pepaya, serta usahakan banyak minum air hangat. Biasanya, pola menyusui akan berubah. ASI pada siang hari lebih sedikit dibandingkan malam hari. Usahakan menyusui setelah sahur lebih lama dan segera susui bayi setelah berbuka.
5. **Konsumsi suplemen** bagi ibu hamil dan menyusui (zat besi, kalsium, asam folat, dan lain-lain).
6. **Hendaknya mengukur kemampuan diri sendiri**. Jangan sampai hanya karena ingin seperti ibu lain yang sanggup berpuasa ketika hamil atau menyusui, kemudian memaksakan diri untuk tetap berpuasa. Jika tubuh terasa lemas, pusing, atau berkunang-kunang, segera saja batalkan puasa.
7. **Jangan lupa untuk berdoa** karena hanya Allah Ta’ala yang mampu menguatkan kita sehingga kita mampu berpuasa meskipun dalam kondisi lemah karena sedang hamil atau menyusui.





Referensi :

1. Arief Mansjoer dkk. *Kapita Selekta Kedokteran UI. Tahun 1999. Media Aesculapius, UI, Jakarta.*
2. Cunningham, Mac Donald, Gant. *Textbook Williams Obstetry Edisi 18. Tahun 1995. EGC, Jakarta.*
3. David B. Reuben, MD dkk. *Geriatrics at Your Fingertips. Tahun 2001. Excerpta Medica, Inc. USA.*
4. Departemen Kesehatan Republik Indonesia, *Buku Manajemen Laktasi*
5. Dr. C. Triwikatmani, *Petunjuk Praktis Pengelolaan DM Tipe 2. Tahun 2002. PB PERKENI, Jakarta.*



Kiat khusus bagi ibu hamil atau menyusui yang ingin berpuasa

1. Konsultasikan dengan dokter.
2. Mantapkan tekad terlebih dahulu.
3. Pada dasarnya, berpuasa bisa dikatakan hanya menggeser waktu makan, dengan makan lagi setelah shalat tarawih.
4. Bagi ibu menyusui, menu sahur dan berbuka hendaknya ditambah makanan yang merangsang produksi ASI.
5. Konsumsi suplemen.
6. Hendaknya mengukur kemampuan diri sendiri.
7. Jangan lupa untuk berdoa.



Cara Menyikat Gigi yang Benar

Oleh: drg. Nirmala Ayuningtyas



Menyikat gigi secara rutin merupakan hal yang sudah biasa dilakukan oleh banyak orang. Anak-anak maupun orang dewasa pada umumnya sudah menyadari pentingnya menyikat gigi setiap hari. Namun, terkadang banyak juga yang mengeluhkan munculnya gigi berlubang meski mereka telah merasa rajin menyikat gigi. Apakah ada sesuatu yang keliru?

Banyak hal yang menjadi faktor pendukung tercapainya kesehatan gigi. Salah satunya adalah cara menyikat gigi yang benar. Tampaknya memang sepele, tetapi pengaruhnya sangat besar terhadap kesehatan gigi dan mulut. Sehatnya gigi dan mulut seseorang dimulai dengan bersihnya gigi dan mulut.

Landasan Perawatan Gigi yang Benar

Setiap orang memiliki variasi susunan gigi, lebar rahang, dan kekentalan air ludah yang berbeda-beda. Dengan demikian, bisa jadi cara dan peralatan yang dibutuhkan masing-masing orang juga berbeda-beda. Berikut landasan perawatan gigi yang benar, yang menjadi acuan dalam perawatan gigi sehari-hari.

1. **Pilih sikat gigi yang dirasa cocok** untuk membersihkan gigi, tergantung usia dan kenyamanan masing-masing orang. Pilihlah bulu sikat yang tidak terlalu keras (supaya aman bagi gusi), serta yang tidak terlalu lembut (supaya dapat mengangkat kotoran). Gagang sikat yang nyaman dipegang juga menjadi faktor pendukung tercapainya kenyamanan dalam menyikat gigi. Ujung kepala sikat yang kecil bisa jadi lebih memudahkan penyikatan area gigi geraham paling belakang.
2. **Sikatlah gigi sekurang-kurangnya dua kali sehari.** Waktu yang direkomendasikan untuk menyikat gigi adalah pagi



hari setelah sarapan dan malam hari sebelum tidur. Sebagai catatan, jika ingin menyikat gigi setelah sarapan, tunggulah beberapa saat karena pH/kadar keasaman mulut menurun drastis setelah makan dan dapat menghilangkan mineral gigi.

3. **Gunakan pasta gigi yang ber-fluoride**, tetapi jangan ditelan. Fluoride dapat membantu mencegah gigi berlubang, tetapi dapat juga merapuhkan gigi (fluorosis) apabila ada sejumlah tertentu yang tertelan setiap harinya. Oleh sebab itu, anak-anak yang belum bisa berkumur dengan benar sebaiknya jangan menggunakan pasta gigi. Selain itu, pilihlah pasta gigi yang nyaman bagi mukosa mulut karena ada sebagian orang yang sensitif dengan bahan yang terkandung dalam pasta gigi sehingga muncul sariawan. Konsultasikan dengan dokter gigi tentang pasta gigi yang sesuai dengan kebutuhan. Apabila Anda tidak mendapati pasta gigi yang cocok, penggunaan siwak bisa menjadi pilihan karena mengandung fluoride dan bahan-bahan alami lainnya yang mendukung kesehatan gigi dan aman digunakan.
4. **Sikat seluruh permukaan gigi dengan tekanan yang tidak terlalu keras.** Gerakan sikat dapat dikombinasikan antara vertikal, horisontal, serta memutar, asalkan jangan melawan arah gusi.
5. **Upayakan penyikatan dari arah gusi ke ujung gigi dengan bulu sikat miring 45 derajat terhadap permukaan gigi** supaya kotoran tidak terdorong masuk ke gusi dan menyibak perlekatan gusi. Jangan lupa pastikan permukaan luar, dalam, serta bidang kunyah gigi tersikat dengan baik.
6. **Jangan menyikat gigi terlalu kasar dan terburu-buru** karena dapat menyebabkan gigi abrasi dan rapuh. Sikatlah perlahan dengan tekanan yang terkontrol selama kurang lebih dua menit.



7. Apabila masih ada sisa kotoran yang sulit dibersihkan, kita bisa menambahkan penggunaan alat lain seperti benang gigi, sikat gigi interdental, dan siwak. Hindari penggunaan alat-alat yang bukan difungsikan untuk membersihkan gigi, seperti jarum, kawat, dan sebagainya.
8. Gunakan obat kumur apabila diperlukan saja. Sebaiknya konsultasikan ke dokter mengenai kebutuhan akan obat kumur.
9. Cuci sikat gigi menggunakan air bersih setiap kali akan digunakan serta setelah digunakan. Lalu, sebaiknya disimpan dalam kondisi vertikal, dengan kepala sikat berada di atas.
10. Ganti sikat gigi setiap tiga atau empat bulan sekali, atau segera ketika bulu sikat sudah mulai rusak.

Bersihkan Plak dengan Menyikat Gigi

Tujuan utama dari menyikat gigi adalah membersihkan plak. Plak adalah lapisan tipis yang lengket dan tidak kasat mata. Plak senantiasa terbentuk karena rongga mulut terus memproduksi air ludah. Air ludah yang bercampur dengan zat gula dari sisa makanan akan melekat pada permukaan gigi dan menjadi media pertumbuhan bakteri plak. Ada beraneka ragam bakteri yang tumbuh di plak: ada bakteri normal dan ada bakteri berbahaya yang

dapat menyebabkan gigi berlubang.

Hal kecil yang dapat kita upayakan untuk untuk mengendalikan plak agar tidak didominasi oleh bakteri penyebab gigi berlubang dan radang gusi adalah dengan menyikat gigi secara benar. Dengan penyikatan yang benar, diharapkan plak dapat dibersihkan dari seluruh permukaan gigi termasuk sela-sela gigi. Perhatikan bulu sikat gigi, tekanan pada penyikatan, durasi, serta frekuensi menyikat gigi kita sehari-hari.



Teknik menyikat gigi yang tepat juga membantu gusi agar tetap sehat. Tekanan dan arah penyikatan yang keliru dapat menyebabkan gusi lecet dan mengalami resesi. Resesi pada gusi memang disebabkan oleh banyak faktor, tetapi salah satu hal yang dapat kita upayakan adalah dengan menyikat gigi secara baik. Pada gusi yang mengalami resesi dapat menyebabkan karies di daerah leher gigi. Oleh karena itu, penting sekali untuk memperhatikan gerakan sikat untuk tidak melawan arah gusi.

Selain memperhatikan teknik menyikat gigi yang benar, untuk menjaga gigi tetap sehat kita juga perlu cukup konsumsi air putih, makan buah dan sayur yang berserat, serta menghindari stres. Kunjungi dokter gigi apabila diperlukan, atau minimal setiap enam bulan untuk mengontrol kesehatan gigi dan mulut.

LANDASAN PERAWATAN GIGI YANG BENAR

1. Pilih sikat gigi yang dirasa cocok
2. Sikatlah gigi sekurang-kurangnya dua kali sehari
3. Gunakan pasta gigi yang ber-*fluoride*
4. Sikat seluruh permukaan gigi dengan tekanan yang tidak terlalu keras.
5. Upayakan penyikatan dari arah gusi ke ujung gigi dengan bulu sikat miring 45 derajat terhadap permukaan gigi
6. Jangan menyikat gigi terlalu kasar dan terburu-buru
7. Apabila masih ada sisa kotoran yang sulit dibersihkan, kita bisa menambahkan penggunaan alat lain seperti benang gigi, sikat gigi interdental, dan siwak.
8. Gunakan obat kumur apabila diperlukan saja.
9. Cuci sikat gigi menggunakan air bersih setiap kali akan digunakan serta setelah digunakan.
10. Ganti sikat gigi setiap tiga atau empat bulan sekali, atau segera ketika bulu sikat sudah mulai rusak.

Ramadan Tiba.

Makin Produktif, Yuk!

Oleh: Athirah Mustadjab

Tidak makan maupun minum bukan menjadi alasan untuk rebahan melulu, 'kan? Ada triknya loh supaya kamu malah bisa makin produktif selama bulan penuh berkah ini!

1. Niat menguatkan tekad.

Niat adalah alasan orang untuk maju atau berhenti. Sesehat apa pun badan, tetapi kalau niatnya lemah, sulit untuk maju dan bergerak. Akan tetapi, selema apa pun badan, tetapi kalau niatnya kuat, insyaallah dia akan berusaha sesuai kemampuannya untuk tetap melangkah.

Beriman kepada syariat Allah Ta'ala dan mengharapkan pahala dari-Nya adalah niat terbesar yang harus kamu tancapkan ke hatimu. Amal shalih yang dipacu oleh niat tersebut insyaallah akan membuahkan ampunan dari Allah Ta'ala untukmu. Rasulullah shallallahu 'alaihi wasallam bersabda tentang niat yang benar dalam berpuasa Ramadan,

مَنْ صَامَ رَمَضَانَ إِيمَانًا وَاحْتِسَابًا غُفِرَ لَهُ مَا تَقَدَّمَ مِنْ ذَنْبِهِ

“Barang siapa yang berpuasa Ramadan atas dasar iman dan mengharap pahala dari Allah, maka dosanya yang telah berlalu akan diampuni.” (HR. Bukhari dan Muslim)

2. Mohon pertolongan Allah Ta'ala.

Siapa sih kita ini, kalau Allah Ta'ala tidak menolong kita? Kita adalah makhluk yang lemah dan tak kuasa berdiri di atas kaki kita sendiri, kecuali jika Allah Ta'ala membantu kita. Nabi shallallahu 'alaihi wasallam bersabda,

إِخْرِصْ عَلَى مَا يَنْفَعُكَ وَاسْتَعِزْ بِاللَّهِ وَلَا تَعْجِزْ

“Bersemangatlah atas hal-hal yang bermanfaat bagimu, minta tolonglah kepada Allah, dan jangan lemah!” (HR. Muslim)

3. Jaga pergaulan.

Kebiasaan buruk bisa “menular” lewat pertemanan. Kebiasaan baik juga bisa “menular” lewat pertemanan. Jadi, pilah-pilih siapa saja yang kamu letakkan di lingkaran teman dekatmu.

الرَّجُلُ عَلَى دِينِ خَلِيلِهِ فَلْيَنْظُرْ أَحَدُكُمْ مَنْ يُخَالِلُ

“Seseorang itu tergantung kepada agama temannya. Oleh karena itu, kalian hendaknya memperhatikan orang yang dia jadikan teman dekat.” (HR. Abu Daud dan At-Tirmidzi. Dinilai hasan oleh Syaikh Al-Albani di *Shahih Al-Jami’ Ash-Shaghir wa Ziyadatuh*)

4. Filter medsosmu.



Medsos (media sosial, misalnya WhatsApp, Facebook, Instagram, dll.) itu diam-diam sangat “mematikan”. Siapa pun yang tidak mampu mengontrol dirinya dalam menggunakan medsos, bisa “teriris-iris” oleh sisi buruknya. Kamu perlu

mengendalikan penggunaan medsosmu, bukan kamu yang dikendalikan olehnya. Sebaiknya, minimalisir urusan *per-gadget-an* selama Ramadan. Gunakan ketika benar-benar diperlukan saja.

5. Kenali dirimu.

Dalam satu hari kondisimu belum tentu akan sama selama 24 jam. Pada suatu waktu mungkin kamu sangat bertenaga, lalu beberapa jam kemudian bisa jadi kamu mendadak sakit kepala. Pada pagi hari mungkin waktumu sangat longgar, tetapi pada sore hari mungkin aktivitasmu sangat padat.

Kamu perlu mengenali dirimu sendiri dan memilih amal ibadah yang sesuai dengan keadaanmu saat itu. Misalnya ketika badanmu sedang bugar-bugarnya, kamu bisa membaca Al-Qur'an sebanyak-banyaknya; ketika qadarullah kamu sakit

kepala, mungkin kamu perlu rebahan lebih banyak, tetapi lisanmu jangan luput dari zikir. Yang terpenting, tiada waktu yang kosong tanpa kebaikan. Sewaktu berdiri, duduk, maupun berbaring insyaallah kamu bisa tetap memanen pahala.

Referensi:

- * *Shahih Al-Bukhari*. Al-Maktabah Asy-Syamilah.
- * *Shahih Muslim*. Al-Maktabah Asy-Syamilah.
- * *Sunan Abu Daud*. Al-Maktabah Asy-Syamilah.
- * *Sunan At-Tirmidzi*. Al-Maktabah Asy-Syamilah.
- * *Shahih Al-Jami' Ash-Shaghir wa Ziyadatuh*. Al-Maktabah Asy-Syamilah.



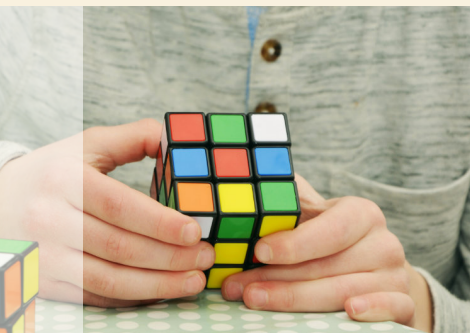
Tetap Jaga Adab ketika Bermain Bersama

Oleh: Khusnul Rofiana

Adik-adik yang saleh/salehah pasti suka bermain, 'kan? Bermain bisa membuat hati senang. Selain itu, bermain juga merupakan salah satu sarana belajar. Bermain itu jadi lebih seru jika ada temannya. Betul, tidak?

Adik-adik, bermain itu juga ada adab-adabnya, loh! Apa aja adab-adab tersebut, ya?

1. Bermain sesuatu yang bermanfaat.



Bermain dengan sesuatu yang bisa menambah keterampilan, bermanfaat untuk menguatkan tubuh dan otak, serta bisa menyenangkan hati. Misalnya bermain engklek, main lego/puzzle, main masak-masakan, bermain peran, main tebak-tebakan bersama teman dan lain sebagainya.

2. Tidak melakukan permainan yang terlarang dan tidak bermain yang membahayakan diri sendiri dan orang lain.

Contoh permainan yang dilarang adalah bermain dadu, judi, bermain yang menggunakan alat musik, membuat patung, menggambar makhluk hidup yang bernyawa, dan lain-lain. Larangan permainan ini terdapat dalam hadis Rasulullah.

Adik-adik juga jangan bermain yang berbahaya, ya. Misalnya, bermain perang-perangan sampai memukul wajah, bermain dengan benda tajam, petasan, dan yang lain karena bisa membahayakan diri sendiri dan orang lain. Rasulullah bersabda,

لَا ضَرَرَ وَلَا ضِرَارَ

“Tidak boleh melakukan sesuatu yang membahayakan diri sendiri atau pun orang lain.” (Hadits hasan, diriwayatkan oleh Ibnu Majah, Ad-Daruquthni, dan lainnya dengan sanad bersambung.)

3. Bermain tidak terlalu lama; secukupnya saja.

Bermain memang mengasyikkan dan menyenangkan. Akan tetapi, jangan terlalu lama. Ketika waktu shalat tiba, segera berhenti bermain. Kemudian shalat dulu. Shalat adalah kewajiban yang harus ditunaikan seorang muslim.

Selain itu, ketika orang tua memanggil, segera penuhi panggilan orang tua. Jangan sampai asyik bermain membuatmu melalaikan kewajiban. Jangan pula ketika bermain lalu orang tua memanggil kemudian bilang, "Ah, Ibu!" atau "Ah, ayah! Aku sedang main, nih!" Coba renungi firman Allah Ta'ala,



وَقَضَىٰ رَبُّكَ أَلَّا تَعْبُدُوا إِلَّا إِيَّاهُ وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا إِمَّا يَبُلُغَنَّ
عِنْدَكَ الْكَبَرَ أَحَدُهُمَا أَوْ كِلَاهُمَا فَلَا تَقُلْ لَهُمَا أُفٍّ وَلَا تَنْهَرُهُمَا
وَقُلْ لَهُمَا قَوْلًا كَرِيمًا

“Dan Tuhanmu telah memerintahkan agar kamu jangan menyembah selain Dia dan hendaklah berbuat baik kepada ibu bapak. Jika salah seorang di antara keduanya atau kedua-duanya sampai berusia lanjut dalam pemeliharaanmu, sekali-kali janganlah engkau mengatakan kepada keduanya perkataan “ah”, dan janganlah engkau membentak keduanya, serta ucapkanlah kepada keduanya perkataan yang baik.” (QS. Al-Isra': 23)



4. Jika main di rumah teman harus izin orang tua dahulu.

Sebelum main ke rumah teman, jangan lupa izin orang tua dulu. Agar orang tua tahu keberadaanmu dan mereka tidak bingung mencarimu ketika kamu tidak ada di rumah.

5. Ketika main di rumah teman, terapkan juga adab ketika bertamu.

Ketika kamu bermain di rumah teman, hendaknya kamu minta izin kepada teman, "Saya boleh main di rumahmu atau tidak?"

Jika kamu bermain di rumah teman, jangan mengintip atau masuk ruang kamarnya tanpa izin, ya. Setiap meminjam mainannya, kamu perlu meminta izin. Jangan lupa bergantian dengan teman lain ketika bermain.

6. Tidak curang dan tidak mengganggu teman saat bermain.

Bermain itu salah satunya untuk menyenangkan hati diri sendiri. Akan tetapi, jangan bermain curang dan mengganggu teman lain, ya. Mungkin dengan curang atau mengganggu teman, kamu bisa tertawa, tetapi itu akan membuat kecewa dan sedih temanmu. Rasulullah shallallahu 'alaihi wasallam bersabda,

الْمُسْلِمُ مَن سَلِمَ الْمُسْلِمُونَ مِنْ لِسَانِهِ وَبَدِهِ

"Orang mukmin yang paling baik (kualitas) keislamannya adalah orang yang kaum muslimin merasa aman dari (gangguan) lisan dan tangannya." (HR. Ath-Thabrani; dinilai shahih oleh Syaikh Al-Albani)

7. Bermain dengan teman yang baik.

Hendaknya adik-adik bermain dengan teman yang berakhlak baik. Rasulullah bersabda,

الْمَرْءُ عَلَى دِينِ خَلِيلِهِ فَلْيَنْظُرْ أَحَدَكُمْ مَن يُخَالِلُ

“Seseorang akan terpengaruh oleh kebiasaan teman karibnya. Oleh karena itu, perhatikanlah siapa yang akan menjadi teman karib kalian.” (HR. Abu Daud, no. 4833; Tirmidzi, no. 2378; dan Ahmad, 2:344. Al-Hafizh Abu Thahir mengatakan bahwa sanad hadits ini shahih)

Bertemanlah dengan teman yang shalih agar kamu menjadi anak yang shalih pula karena teman yang shalih insyaallah akan memberi pengaruh yang baik.

8. Merapikan mainan.

Setelah selesai bermain, jangan lupa rapikan mainanmu, ya. Itu adalah wujud tanggungjawab dan membantu orang tuamu. Jangan lupa juga, rawat mainanmu dengan baik sebagai wujud syukur atas rezeki dari Allah.

Referensi:

Anakku, Sudah Tepatkah Pendidikannya?, 2012, Musthafa Al-'Adawi, Pustaka Ibnu Katsir, Bogor.





RESEP PRAKTIS

*Insyaallah
Mudah dan Enak*

Bulan Ramadan insyaallah cocok untuk jadi ajang latihan para remaja putri di dapur. Yuk, coba resep-resep praktis ini. Pas buat anak muda, pas untuk orang tua.

Pie Susu



Bahan kulit/crust pie

- * 125 gram tepung terigu protein sedang (10 sendok makan penuh)
- * 75 gram margarin/mentega (5 sendok makan)
- * 1 butir kuning telur
- * 1 sendok makan gula halus
- * 1 sendok makan air

Bahan isian

- * 2 sachet krimer kental manis (80 gram/5 sendok makan)
- * 1 butir telur utuh
- * 1 sendok makan tepung maizena
- * 80 ml air (5 sendok makan)

Cara membuat

- * Masukkan semua bahan kulit pie (pie crust) ke dalam wadah, campur hingga menjadi adonan yang bisa dibentuk, sisihkan.
- * Campur semua bahan isian (fla Susu) di dalam, lalu saring. Sisihkan
- * Letakkan adonan kulit pie di dalam wajan lalu pipihkan menyesuaikan bentuk. Tuang bahan isian ke dalamnya
- * Masak di atas kompor, menggunakan api paling kecil
- * Tutup dan tunggu hingga matang yaitu ketika kulit pie sudah kering dan isian sudah set
- * Potong-potong dan siap dihidangkan

Resep dan hasil oleh **Shofiyyah Soleh** / Channel Youtube: **Shofiyyah Soleh**
<https://youtube.com/c/ShofiyyahSoleh>

SARANG LABA²



Bahan

- * 1 butir telur
- * 3 sendok makan gula pasir
- * ½ sendok teh vanili
- * 7 sendok makan tepung terigu
- * 4 sendok makan tepung tapioka
- * 4 sendok makan tepung beras putih
- * ½ gelas/cup (110 ml) santan/susu
- * 1,5 sendok makan minyak goreng
- * Pewarna makanan (jika ingin berwarna)

Cara membuat

- * Campur semua bahan dalam wadah
- * Masukkan adonan ke dalam botol berkulit kecil (botol Saus) atau plastik kiloan yang digunting ujung-ujungnya
- * Panaskan wajan, tuang adonan sambil dibentuk seperti jaring laba-laba
- * Masak dengan api kecil hingga matang (garing), lalu gulung atau lipat sesuai selera
- * Siap dihidangkan

Resep dan hasil oleh **Shofiyyah Soleh** / Channel Youtube: **Shofiyyah Soleh**
<https://youtube.com/c/ShofiyyahSoleh>

Mochi



Bahan kulit mochi yang kenyal

- * 200 gram tepung ketan putih
- * 50 gram gula pasir
- * 300 ml santan
- * Pasta pandan warna hijau (optional)

Bahan taburan

- * tepung maizena yang sudah disangrai secukupnya

Bahan isian

- * 100 gram kacang sangrai/goreng tanpa kulit yang sudah dihaluskan
- * 3 sendok makan gula halus
- * 2 sendok makan air

Cara membuat

- * Campur semua bahan kulit mochi, masukkan ke wadah tahan panas lalu kukus hingga matang
- * Campur semua bahan isian lalu bentuk bulat-bulat kecil
- * Sangrai tepung maizena, sisihkan
- * Siapkan alas, taburi tepung maizena yang sudah disangrai. Letakkan mochi yang sudah dikukus Di atas alas tersebut, potong kotak-kotak kecil atau sesuai selera.
- * Beri isian Di dalam potongan mochi, bentuk bulat
- * Beri taburan tepung maizena supaya tidak lengket satu sama lain
- * Siap dihidangkan

Resep dan hasil oleh **Shofiyyah Soleh** / Channel Youtube: **Shofiyyah Soleh**
<https://youtube.com/c/ShofiyyahSoleh>



MACARONI SCHOTEL



Bahan utama

- * 200 gram macaroni elbow

Cara membuat

- * Rebus makaroni, sisihkan
- * Tumis bawang bombay, masukkan daging, dan semua bahan lainnya, masak hingga matang, sisihkan
- * Masak bahan saus bechamel sampai kental, sisihkan
- * Masukkan makaroni rebus dan daging tumis ke dalam cup tahan panas (aluminium foil), tuang saus bechamel di atasnya lalu kukus hingga matang
- * Siap dinikmati

Bahan tumis daging

- * Bawang bombay
- * 50 gram kornet/daging giling
- * 30 gram keju
- * 3 butir telur
- * 500 ml susu
- * ½ sendok teh garam
- * ¼ sendok teh merica bubuk
- * ¼ sendok teh pala bubuk
- * ¼ sendok teh bawang putih bubuk

Bahan saus bechamel (saus putih)

- * 1 sendok makan margarin
- * 2 sendok makan tepung terigu
- * 90 gram keju
- * 300 ml susu cair





Salad Buah



Bahan isian

- * Strawberry
- * Kiwi
- * Pepaya
- * Melon
- * Jeruk
- * Nata de coco
- * Agar/jelly
- * Dan lain-lain sesuai selera

Bahan saus salad premium

- * 1 sachet mayonaise ukuran 100 gram
- * 1 sachet susu kental Manis putih
- * 1 botol yakult (65ml)

Topping

- * keju cheddar parut

Cara membuat

- * Potong-potong buah
- * Campur semua bahan saus salad, sisihkan
- * Masukkan buah, nata decoco, agar/jelly ke dalam mangkuk/gelas. Tuang saus salad di atasnya lalu taburi dengan keju parut
- * Siap dihidangkan





DORAYAKI



Bahan

- * 50 gram (3 sendok makan) gula pasir
- * 2 butir telur
- * 15 gram (1 sendok makan) madu
- * 60 gram (6 sendok makan) tepung terigu protein sedang/serbaguna
- * 20 gram (2 sendok makan) tepung maizena
- * $\frac{1}{2}$ sendok teh (2,5 gram) baking powder
- * 1 sendok makan air

Cara membuat



- * Campur semua bahan, kocok hingga tercampur rata
- * Diamkan 15 menit
- * Panaskan wajan, tuang 1 sendok sayur adonan, masak dengan api kecil hingga berlubang-lubang lalu tutup
- * Balik supaya kedua sisinya matang
- * Ulangi hingga adonan habis
- * Siap dihidangkan

Resep dan hasil oleh **Shofiyyah Soleh** / Channel Youtube: **Shofiyyah Soleh**
<https://youtube.com/c/ShofiyyahSoleh>

Bahan isian (unti)

- * 200 gram gula jawa/aren
- * 100 air
- * ½ butir kelapa parut

Cara membuat

- * Campur semua bahan dadar
- * Tuang 1 sendok sayur ke wajan, ratakan dan masak hingga dadar matang
- * Campur semua bahan isian, masak di wajan hingga air susut dan kelapa unti matang, sisihkan
- * Letakkan 1 sendok makan unti kelapa di atas kulit dadar. Lipat membentuk seperti amplop lalu gulung
- * Siap dihidangkan



Dadar Gulung



Bahan kulit

- * 250 gram tepung terigu
- * 1 butir telur
- * 1 sachet kecil (65 ml) santan instan
- * 400 ml air
- * ½ sendok teh garam
- * 2 sendok makan minyak goreng

Baso Aci Kuah



Bahan Baso Aci

- * bahan utama : 80 gram (8 sendok makan) tepung kanji/aci/ tapioka
- * bahan biang :
- * 150 gram (15 sendok makan) terigu
- * 250 ml air
- * 1/4 sendok teh merica
- * 1/2 sendok teh garam
- * 1/2 sendok teh kaldu
- * 1 sendok makan bawang merah goreng
- * 1 sendok teh bawang putih yang dihaluskan
- * 2 batang daun bawang

Resep dan hasil oleh **Shofiyyah Soleh**
Channel Youtube: **Shofiyyah Soleh**
<https://youtube.com/c/ShofiyyahSoleh>

Bahan Kuah

- * 3 butir bawang merah, iris tipis
- * 2 butir bawang putih, haluskan/ cincang
- * 2 batang daun seledri
- * 1/2 sendok teh merica bubuk
- * 1 sendok makan kaldu bubuk
- * garam secukupnya
- * 700 ml air

Bahan Pelengkap

- * pilus
- * jeruk limau/nipis
- * bon cabe/ cabe kering bubuk
- * taburan bawang goreng, seledri

Bahan Tambahan

- * telur puyuh, bakso sapi,
- * daging sapi rebus, suwiran ayam rebus

Cara Masak

- * campur semua bahan biang, masak dengan api kecil menggunakan wajan. Aduk-aduk hingga mengental.
- * Masukkan bahan biang yang sudah matang ke dalam tepung kanji
- * Bentuk bulat-bulat lalu rebus hingga matang (tandanya baso aci akan terapung/naik), sisihkan
- * Campur semua bahan kuah lalu Masak hingga matang
- * Masukkan baso aci ke dalam kuah
- * Siap dihidangkan dengan tambahan bahan pelengkap



OREK TEMPE



Orek Tempe Saus Tiram

Bahan

- * 1 papan tempe

Bumbu

- * 5 siung bawang merah
- * 3 siung bawang putih
- * 3 buah cabe merah
- * Daun salam, laos, daun jeruk
- * Saus tiram
- * Kecap manis, kecap asin
- * Garam, gula

Cara memasak

- * Potong-potong tempe lalu goreng, sisihkan
- * Tumis semua bumbu orek hingga harum, masukkan tempe goreng. Tambahkan saus tiram, kecap asin, dan kecap manis. Aduk hingga matang
- * Siap dihidangkan



Telur Ceplok Kecap



Bahan

- * 3 butir telur
- * 3 siung bawang putih, cincang
- * 1 sendok makan kecap Manis
- * 1 sendok makan saus tiram
- * ½ sendok makan kecap Asin
- * 3 sendok makan air putih
- * Garam, gula, dan merica bubuk secukupnya

Cara membuat

- * Panaskan sedikit minyak goreng, tumis bawang putih hingga harum
- * Ceplok telur, tambahkan merica bubuk, garam, gula pasir, kecap manis, kecap asin, dan air putih. Masak hingga matang
- * Balik supaya kedua sisi telur matang
- * Siap dihidangkan

Resep dan hasil oleh **Shofiyyah Soleh**
Channel Youtube: **Shofiyyah Soleh**
<https://youtube.com/c/ShofiyyahSoleh>

