

Sekolah Akhlak | Menata Emosi

MENGASAH EMPATI DAN PEKA



Kak Erlan Iskandar, S.T., M.Psi.



Sekolah Akhlak, Menjadi Terbaik-baiknya Manusia

KITA MULAI PERBINGANGAN TENTANG KESALEHAN

Sekolah Akhlak, Menjadi Terbaik-baiknya Manusia

KITA MULAI PERBINGANGAN TENTANG KESALEHAN

Ibnu hajar rahimahullah mendefinisikan orang saleh dengan menuturkan,

الْقَائِمُ بِمَا يَجِبُ عَلَيْهِ مِنْ حُقُوقِ اللَّهِ وَحُقُوقِ عِبَادِهِ

“Orang yang punya kewajiban untuk menunaikan hak-hak Allah dan juga menunaikan hak-hak antar sesama hamba Allah.” (Fathul Bari, 2: 314)



Sekolah Akhlak, Menjadi Terbaik-baiknya Manusia

PIJAKAN DALIL

لَا يُؤْمِنُ أَحَدُكُمْ حَتَّى يُحِبَّ لِأَخِيهِ مَا يُحِبُّ لِنَفْسِهِ

*“Tidaklah sempurna kalian beriman sampai ia mencintai kebaikan untuk saudaranya
sebagaimana ia mencintai untuk dirinya sendiri.”*
(HR. Bukhari dan Muslim)



Sekolah Akhlak, Menjadi Terbaik-baiknya Manusia

A vibrant illustration in shades of red, orange, and yellow. In the foreground, three people are sitting on the ground, reading books. On the left, a man in a white cap and dark clothing. In the center, a woman in a white hijab. On the right, a smaller figure, also in a white hijab. They are surrounded by lush, stylized plants and flowers. In the background, there are rolling hills, a large mosque with multiple domes and minarets, and a bright sun or moon in the sky. The overall atmosphere is peaceful and scholarly.

ARTI PEKA DAN EMPATI

Sekolah Akhlak, Menjadi Terbaik-baiknya Manusia

ARTI PEKA DAN EMPATI

Dalam KBBI, disebutkan arti dari peka dan empati.

Peka

Peka itu artinya mudah merasa.

Empati

Empati adalah keadaan mental yang membuat seseorang merasa atau mengidentifikasi dirinya dalam keadaan perasaan atau pikiran yang sama dengan orang lain.



A vibrant illustration in shades of red, orange, and pink. In the foreground, three people are sitting on the ground, reading books. On the left, a man in a white cap and dark clothing. In the center, a woman in a white hijab. On the right, a smaller figure, also in a white hijab. They are surrounded by lush, stylized plants and flowers. In the background, there are rolling hills, a large mosque with multiple minarets and domes, and a bright sun or moon in the sky. The overall atmosphere is peaceful and scholarly.

MANFAAT PEKA DAN EMPATI

Sekolah Akhlak, Menjadi Terbaik-baiknya Manusia

MANFAAT PEKA DAN EMPATI

Peka dan Empati akan melahirkan rasa peduli dan hasrat ingin menolong orang lain.

Orang yang peka dan berempati akan pandai memahami sudut pandang orang lain, piawai dalam memvalidasi perasaan dan responsif dengan kebutuhan orang lain serta bersegera untuk membantunya.



A vibrant, stylized illustration of a mosque landscape. In the foreground, a man in a white kufi and a woman in a white hijab are kneeling in prayer on a green mat. The background features rolling green hills, a large mosque with multiple minarets and domes, and a bright sun or moon in the sky. The scene is filled with lush greenery and flowers.

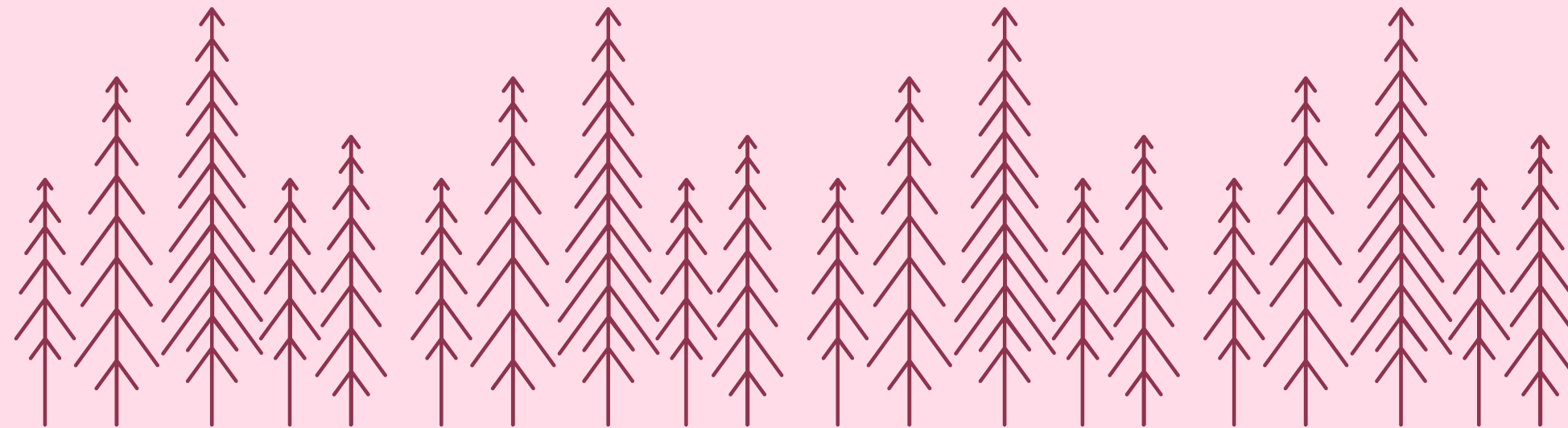
MARI CONTOH NABI SHALLALLAHU 'ALAIHI WA SALLAM

Sekolah Akhlak, Menjadi Terbaik-baiknya Manusia

MARI CONTOH NABI SHALLALLAHU 'ALAIHI WA SALLAM

إِنَّمَا بُعِثْتُ لِأَتَمِّمَ صَالِحَ الْأَخْلَاقِ

*“Sesungguhnya aku diutus untuk menyempurnakan
baiknya akhlaq.”*
(HR. Ahmad, 2:381, sahih)



Sekolah Akhlak, Menjadi Sebaik-baiknya Manusia

A vibrant, stylized illustration of a mosque landscape. In the foreground, a man in a white cap and a woman in a white hijab are kneeling and reading from a book. To the right, another woman in a white hijab is also kneeling. The background features rolling hills, a large mosque with multiple minarets and domes, and a bright sun or moon in the sky. The color palette is dominated by warm tones of orange, red, and yellow, with green foliage in the foreground.

CONTOH NABI DALAM BEREMPATI

Sekolah Akhlak, Menjadi Terbaik-baiknya Manusia

Nabi shallallahu 'alaihi wa sallam mengajari sebuah doa kepada Ummu Salamah yang ditimpa musibah,

إِنَّا لِلّٰهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ اللَّهُمَّ أَجِرْنِي فِي مُصِيبَتِي وَأَخْلِفْ لِي خَيْرًا مِنْهَا إِلَّا أَجْرَهُ اللَّهُ فِي مُصِيبَتِهِ وَأَخْلَفَ لَهُ خَيْرًا مِنْهَا

(Innaa lillahi wa innaa ilaihi roojiun, Allahumma'jurnii fii mushibatii, wa akhlif lii khairanminha)

"Segala sesuatu adalah milik Allah dan akan kembali pada-Nya. Ya Allah, berilah ganjaran terhadap musibah ang menimpaku dan berilah ganti dengan yang lebih baik."

A vibrant illustration in shades of red, orange, and yellow. In the foreground, a man in a white cap and a woman in a red hijab are sitting on the ground, reading a book together. A young girl in a red hijab is also sitting nearby, looking at the book. They are surrounded by lush green plants and flowers. In the background, there are rolling hills and a large mosque with multiple minarets and domes under a bright, hazy sky. The overall atmosphere is peaceful and educational.

PEKA KEPADA ANAK KECIL

Sekolah Akhlak, Menjadi Terbaik-baiknya Manusia

Nabi shallallahu ‘alaihi wa sallam begitu ramah dan biasa bercanda dengan seorang anak kecil bernama Abu Umair.

Suatu kali, sang anak sedang bersedih karena burungnya mati. Lantas, Nabi shallallahu ‘alaihi wa sallam responsif sembari menyapa,

يَا أَبَا عُمَيْرٍ مَا فَعَلَ النُّغَيْرُ

"Wahai Abu Umair! Apakah yang telah dilakukan oleh an-nughair"

(HR. Bukhari, no 5774)

KISAH NABI DAN PARA SAHABAT DALAM BEREMPATI

Sekolah Akhlak, Menjadi Terbaik-baiknya Manusia

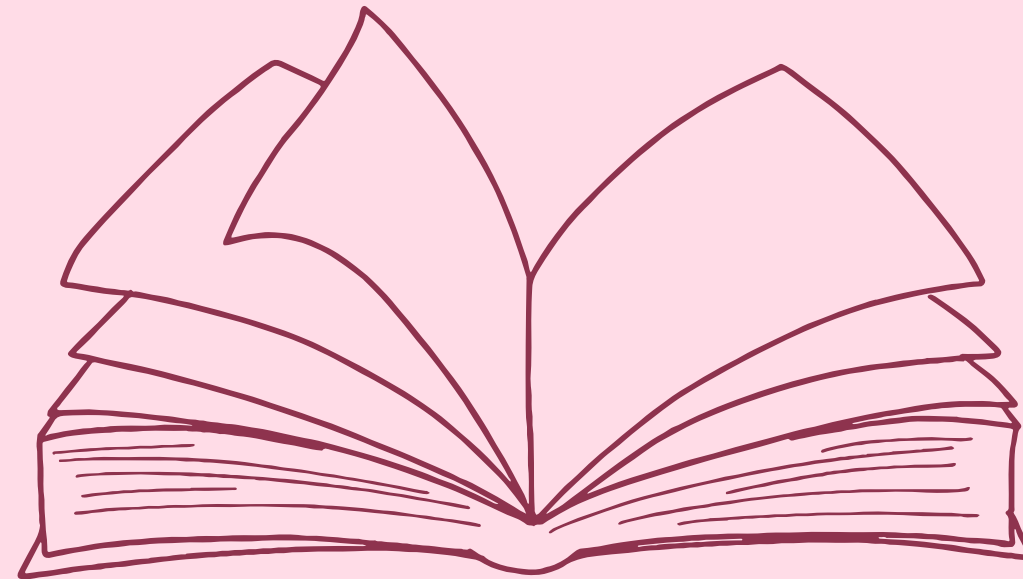


Kisah Abu Hurairah yang lapar

Kisah Aisyah yang membagi kurma kepada seorang ibu dan anaknya

KISAH ULAMA YANG PEKA

Sekolah Akhlak, Menjadi Terbaik-baiknya Manusia



Hatim Al A'sham yang pura-pura tidak mendengar

Ibrahim An Nakhai yang juling dan Sulaiman bin Mihron yang lemah penglihatannya

Abdurrahman As Sa'di dan rokok milik seorang kuli

Sekolah Akhlak, Menjadi Terbaik-baiknya Manusia

جَزَاكُمُ اللَّهُ خَيْرًا كَثِيرًا

Semoga ilmu yang didapatkan dapat diamalkan dan diberikan keistiqomahan dalam setiap langkah menuntut ilmu syar'i.

Sekolah Akhlak, Menjadi Terbaik-baiknya Manusia