# Sebelum Meminta Anak Berubah

*Membangun Visi, Merawat Dialog, dan Menjadi Keteladanan di Ruang Keluarga*



# PENGANTAR

Malam sudah larut.
Anak-anak sudah terlelap di kamar mereka. Suasana rumah yang sejak pagi riuh oleh suara tangisan, tawa, denting piring, dan teguran kecil, kini berubah senyap.

Di saat-saat seperti inilah, biasanya kita baru bisa duduk tenang. Memandangi wajah mungil mereka yang sedang tidur. Merapikan selimutnya. Lalu tanpa sadar, sebuah helaan napas panjang keluar.

Pernahkah kita bertanya di tengah kesunyian itu:
*Sebenarnya, mau dibawa ke mana keluarga ini?*

Sering kali, setelah bertahun-tahun menikah dan memiliki anak, kita terjebak dalam rutinitas sekadar "menjalani hari". Pagi menyiapkan sarapan, siang bekerja atau mengurus rumah, sore menyambut anak pulang, malam menyuruh mereka tidur. Esoknya, pola yang sama terulang kembali. Tanpa kita sadari, kita membesarkan anak tanpa sebuah cita-cita yang jelas, tanpa sebuah visi.

Ketidakhadiran visi di dalam rumah bukanlah hal sepele. la bisa membuat keluarga berjalan tanpa arah, rapuh terhadap konflik, dan kehilangan makna. Saat anak mulai besar, kita kebingungan menghadapi perilakunya. Saat anak tidak mau mendirikan shalat, kita hanya bisa marah tanpa tahu akar masalahnya.

Buku kecil ini tidak ditulis untuk menghakimi. Buku ini hadir sebagai kawan duduk bagi Ayah dan Bunda yang sedang merasa lelah, yang mungkin hari ini baru saja meninggikan suara kepada anak, atau yang sedang bingung harus mulai memperbaiki keluarga dari mana.

Mari kita ambil jeda sejenak. Kita buka kembali pesan-pesan dari Al-Qur'an untuk menata ulang niat, memperbaiki cara kita berdialog, dan menghadirkan kembali keteladanan di ruang keluarga kita.

# BAB 1 — Mengetahui Saja Tidak Pernah Cukup

“Bunda, bajunya kotor lagi, ya?”
“Iya. Kan tadi Bunda sudah bilang, jangan main lumpur.”
“Tapi asyik, Bunda.”

Sebuah dialog yang sangat wajar. Anak melakukan kesalahan, kita mengingatkan. Namun, mari kita jujur pada diri sendiri. Dalam urusan mendidik anak, berapa kali kita mengulangi sebuah kesalahan, padahal kita sangat sadar bahwa itu adalah sebuah kesalahan?

Kita tahu membentak anak di depan temannya akan menjatuhkan harga dirinya. Namun, saat kita lelah, bentakan itu tetap keluar.
Kita tahu membandingkan anak dengan kakaknya akan melukai hatinya. Namun, kalimat itu tetap saja meluncur.
Kita tahu menyerahkan gawai (*gadget*) berjam-jam agar anak diam itu merusak fokusnya. Namun, kita tetap melakukannya demi ketenangan sesaat.

Di dalam Al-Qur'an, ada satu peringatan keras tentang sebuah kaum yang sering diulang-ulang kisahnya: Bani Israil. Salah satu karakter paling melekat pada mereka adalah *maghdub*—mereka melakukan sebuah kesalahan atau pelanggaran, bukan karena mereka tidak tahu, melainkan mereka melakukannya di atas kesadaran penuh bahwa hal itu salah.

Karakter ini secara tidak sadar sering hadir dalam keseharian kita di rumah. Kita tahu kewajiban kita. Suami tahu perannya, istri tahu tugasnya. Kita tahu ilmu *parenting* yang baik. Namun, dalam keadaan "tahu" itu, kita tetap memilih melakukan kesalahan. Apabila keburukan ini terus-menerus dibiarkan, perlahan-lahan ia akan dianggap sebagai sebuah hal yang normal.

**Lalu, dari mana kita harus mulai berubah?**

Jika hari ini kita belum sanggup membuang kebiasaan buruk kita seratus persen, berangsur-angsurlah. Pangkas sedikit demi sedikit. Jika kita sadar sering mudah marah sepulang

kerja, tahanlah setidaknya sepuluh menit pertama saat melangkah masuk rumah.

Jangan sampai kita mewariskan sifat sengaja melanggar kebenaran ini kepada anak-anak kita. Pendidikan Islam mengharuskan orang tua ikut memperbaiki diri, setapak demi setapak, saat mereka menuntun anaknya.

# BAB 2 — Menjadi Penyejuk Mata bagi Pasangan

Setiap selesai shalat, doa ini mungkin tidak pernah absen dari lisan kita: *“Rabbana hablana min azwajina wa dzurriyatina qurrata a'yun, waja'alna lil muttaqina imama.”* (Ya Tuhan kami, anugerahkanlah kepada kami pasangan kami dan keturunan kami sebagai penyenang hati (kami), dan jadikanlah kami imam bagi orang-orang yang bertakwa).

Pernahkah kita menilik makna yang tersimpan di balik kata *qurrata a'yun*? Dalam bahasa Arab, *qurrata a'yun* sering dimaknai sebagai *bardul a'yun*, sesuatu yang mendinginkan pandangan. Orang Arab memiliki pepatah indah tentang air mata. Air mata yang keluar karena beban hidup, kesedihan, atau kemarahan, akan terasa panas di pipi. Namun, air mata yang menetes karena kebahagiaan dan keharuan yang luar biasa, akan terasa dingin.

*Qurrata a'yun* adalah kebahagiaan yang mendinginkan pandangan.

Coba perhatikan urutan doa tersebut. Al-Qur'an mendahulukan *azwajina* (pasangan kami) sebelum *dzurriyatina* (keturunan kami). Ada sebuah rahasia besar di sini. Sebelum kita menuntut anak kita menjadi penyejuk mata, anak yang taat dan manis tutur katanya, kita harus bertanya: **Sudahkah kita menjadi penyejuk mata bagi pasangan kita?**

Mendidik anak menuntut kerja sama dan keselarasan visi antara suami dan istri. Tidak jarang kita menemui keluarga di mana istrinya sangat bersemangat belajar ilmu agama dan *parenting*, tetapi suaminya tidak peduli. Atau sebaliknya, suaminya taat ke masjid, tetapi istrinya acuh tak acuh. Ketidakcocokan antara Ayah dan Bunda inilah yang ujung-ujungnya akan berdampak buruk pada anak-anak.

Kebahagiaan sejati melihat pasangan itu hadir ketika ia saling membantu kita dalam mewujudkan ketaatan kepada Allah.

**Apa yang bisa kita lakukan?** Mulailah perbaikan dari pasangan kita, dan mulailah dengan doa. Jika rasanya berat menyamakan langkah, rutinkan doa ini. Lalu, hadirkan satu tradisi kebaikan kecil yang disepakati bersama. Misalnya, setelah magrib, semua anggota keluarga mematikan televisi dan gawai, lalu duduk bersama membuka Al-Qur'an.

Anak yang menjadi penyejuk mata tidak lahir dari ruang hampa. la lahir dari kolaborasi utuh, senyum yang saling menenangkan, dan ketaatan yang diteladankan oleh Ayah dan Bundanya.

# BAB 3 — Anak Kita: Sebuah Cetakan Kebaikan

Mari kita perhatikan lanjutan dari doa di atas: *"...waja'alna lil muttaqina imama."* (...dan jadikanlah kami imam bagi orang-orang yang bertakwa).

Mungkin selama ini kita berpikir kata *imam* dalam doa tersebut berarti seorang "pemimpin" besar. Jika maknanya sebatas pemimpin negara atau pemimpin kelompok, tentu ini menjadi tidak relevan bagi semua orang. Sebab, tidak semua anak berpotensi menjadi pemimpin jabatan. Lalu bagaimana dengan anak perempuan kita?

Secara bahasa, kata *imam* pada ayat ini lebih dekat maknanya pada sesuatu yang diikuti atau sebuah "cetakan" (*qalab/qudwah*). Bayangkan sebuah cetakan pembuat kue atau cetakan batu bata. Apa pun adonan yang dimasukkan ke dalamnya, akan keluar mengikuti bentuk cetakan tersebut.

Itulah makna *imam* di sini: **Menjadi Keteladanan**.

Kita sedang meminta kepada Allah agar diri kita dan anak-anak kita kelak menjadi suri teladan bagi *muttaqin* (orang-orang yang bertakwa).

Ada sebuah prinsip mendidik yang luar biasa dari doa ini. Untuk bisa menjadi teladan bagi orang-orang baik, anak kita harus melewati tahapannya terlebih dahulu.

Level dasar keberagamaan adalah menjadi seorang Muslim. Level di atasnya adalah *Muttaqin*, yakni mereka yang dengan sungguh-sungguh menjaga kewajiban pokok (seperti shalat lima waktu dan puasa) serta menjauhi larangan secara maksimal. Level di atasnya lagi adalah *Abrar*, yaitu mereka yang tidak hanya menjaga yang wajib, tetapi juga sangat lapang dalam mengerjakan ibadah sunnah dan akhlak mulia.

**Prinsip Tarbiyah:** Jangan tergesa-gesa. Jika kita ingin menaikkan kualitas anak kita, bereskan dulu ibadah wajibnya.

Jangan paksa anak bangun untuk shalat Duha jika membangunkan mereka untuk shalat Subuh saja masih menjadi perdebatan panjang. Tuntaskan dahulu shalat lima waktunya. Jika yang wajib sudah kokoh berurat akar di hatinya, barulah kita ajak perlahan menuju yang sunnah dengan dialog yang indah.

*“Nak, shalat qabliyah itu seperti latihan pemanasan. Kalau langsung masuk ke shalat fardu, kadang pikiran kita masih ke mana-mana. Dengan shalat sunnah dulu, hati kita jadi siap menghadap Allah.”*

Inilah visi rumah tangga Muslim yang sesungguhnya. Kita sedang menyiapkan anak-anak yang kelak di mana pun mereka berada, kebaikan mereka akan "mencetak" lingkungan sekitarnya.

# BAB 4 — Membersamai, Bukan Sekadar Menunggui

Ada sebuah kejadian. Sepulang bermain di luar, seorang anak kecil tiba-tiba melontarkan kata-kata kasar dan kotor. Di hari yang lain, seorang anak dengan polosnya meniru tindakan yang tidak senonoh karena pernah melihat pemuda-pemuda di lingkungan sekitar mandi atau berbuat tidak pantas.

Mendengar dan melihat itu, apa reaksi pertama kita? Kebanyakan dari kita akan kaget, marah besar, dan mungkin langsung memvonis, *"Kamu diajari siapa ngomong begitu?!"*

Ayah dan Bunda, lingkungan anak-anak kita hari ini sedang tidak baik-baik saja. Anak kita bisa dengan mudah terpapar keburukan dari teman sebayanya, dari apa yang ia lihat di jalan, atau dari gawai yang terhubung ke internet. Jika kita hidup di lingkungan yang penuh debu, kemungkinan kita terkena penyakit tentu jauh lebih besar.

Di sinilah letak pentingnya **membersamai anak**. Membersamai anak bukan sekadar membawa mereka jalan-jalan ke pusat perbelanjaan di akhir pekan. Membersamai anak sama halnya dengan merawat tanaman. Kita harus tahu persis kondisi anak kita hari ini. Apa yang baru ia pelajari? Apa nutrisi jiwanya yang kurang? Dan jika ada "hama" penyakit yang menempel padanya, bagaimana cara kita mencabutnya perlahan tanpa merusak akar tanamannya?

Anak yang melontarkan kata kasar mungkin sebenarnya tidak mengerti apa arti kata itu. la hanya merasa hebat karena saat mengucapkannya, teman-temannya menoleh dan memberikan perhatian.

Jika kita hanya marah agar anak "jera", anak mungkin akan berhenti saat kita ada. Namun, saat kita tidak melihatnya, ia akan kembali mengulanginya. Jera bukanlah kesadaran.

**Apa yang bisa kita lakukan?** Luangkan waktu setidaknya **sepuluh menit saja** setiap harinya untuk sekadar mengobrol dengan anak, terutama bagi seorang Ayah.

Jadikan kesalahan anak sebagai pintu masuk untuk berdialog secara jernih. *"Nak, tadi Ayah dengar kamu bilang kata itu. Kamu tahu tidak itu artinya apa? Lisan kita ini berharga, Nak. Coba kita ganti dengan kata yang lebih baik, ya."*

Penyakit batin pada anak tidak bisa dihindari, layaknya tubuh fisik yang kadang terkena demam. Saat anak berbuat salah, anggaplah itu sebagai saat yang tepat bagi tubuh dan jiwanya untuk belajar menyerap antibodi baru. Tanpa kehadiran utuh kita untuk berdialog, mereka bagaikan tanaman yang dibiarkan tumbuh liar dan dikerumuni ilalang.

# BAB 5 — Mengapa Anak Bertanya, "Apa Gunanya Shalat?"

Suatu hari, seorang ibu meminta anaknya yang sudah beranjak besar untuk mendirikan shalat. Tiba-tiba anak itu menjawab dengan nada dingin:
*"Apa gunanya shalat? Emang ada gunanya buatku?"*

Hati orang tua mana yang tidak runtuh mendengar kalimat tersebut. Perasaan gagal, marah, dan bingung campur aduk. Ada orang tua yang mungkin menganggap anaknya perlu di-*ruqyah* karena berani berkata demikian.

Namun, sebelum kita menyalahkan anak, mari kita ambil cermin dan menatap diri kita sendiri. Bisa jadi, pertanyaan itu keluar karena selama ini nilai keagungan shalat belum benar-benar tertanam, bukan hanya di hati anak, tetapi di rumah kita secara keseluruhan.

Shalat adalah tiang agama (*'imaduddin*). la adalah hal terpenting dalam hidup kita. Pertanyaannya: **Sudahkah kita memperlihatkan kepada anak betapa pentingnya shalat itu bagi kita?**

Mari kita ingat-ingat kembali. Saat azan berkumandang, apakah kita menghentikan obrolan kita? Apakah kita meletakkan gawai dan mematikan televisi? Atau kita tetap sibuk mengurus pekerjaan sembari berteriak dari dapur: *"Kakak! Cepat shalat! Udah azan dari tadi!"*

Jika rutinitas yang terjadi setiap hari adalah anak hanya mendengar kata "shalat" bersamaan dengan wajah marah dan suara tinggi orang tuanya, maka yang tertanam dalam benak anak adalah: *Shalat itu beban. Shalat itu saat di mana Ayah dan Bunda berubah jadi galak.*

Di dalam diri manusia, ada *nafs* (hawa nafsu) dan *akal*. *Nafs* selalu menuntut kenyamanan dan kesenangan. Shalat jelas membutuhkan usaha fisik dan menunda kesenangan bermain. Jika akal anak tidak pernah "didialogkan" tentang makna shalat, maka *nafs*-lah yang akan menang dan menolak.

Bandingkan dengan tren anak muda hari ini. Kenapa anak-anak rela memakai celana sempit, menata rambut dengan gaya aneh, atau meniru tarian dari artis Korea?

Padahal untuk melakukan itu butuh usaha dan biaya. Karena saat mereka melakukannya, mereka mendapat apresiasi. Lingkungan mereka menyebutnya "keren". Mereka merasa diterima.

Sedangkan untuk shalat?
Pernahkah saat anak kita selesai melipat sajadahnya, kita peluk ia erat-erat, kita cium keningnya, dan kita katakan: *"Alhamdulillah, sejuk hati Ayah lihat kamu shalat, Nak. Terima kasih ya, sudah menyisihkan waktu mainmu buat Allah."*

Atau kita lebih pelit memuji urusan shalat dan hanya bersuara ketika mereka lupa mengerjakannya?

Di usia awal, anak mungkin butuh ditegasi. Namun, ketegasan tidak boleh mendominasi selamanya tanpa diimbangi dialog dan apresiasi. Bantulah akal anak untuk menyadari bahwa shalat adalah sebuah kebutuhan dan kebaikan, bukan sekadar pelarian dari hukuman rotan.

Keberanian anak mengungkapkan pikirannya (*"Apa gunanya shalat?"*) justru adalah anugerah. Setidaknya kita tahu apa yang ada di dalam kepalanya. Dari sanalah kita tahu, oh, ternyata cara kita mengenalkan shalat selama ini perlu diperbaiki.

# PENUTUP

Sebuah ungkapan hikmah menyatakan:

*Kerusakan dalam masyarakat itu turun dari atas ke bawah. Namun perbaikan, selalu dimulai dari bawah ke atas.*

Mustahil kita menunggu lingkungan luar untuk tiba-tiba berubah menjadi baik agar anak kita selamat. Perbaikan itu harus kita mulai dari tingkat paling dasar: dari ruang keluarga kita, dari meja makan kita, dari atas sajadah kita. Saat rumah-rumah kaum Muslimin absen menghadirkan keteladanan yang baik, anak-anak akan mencari teladan itu di luar, pada sosok-sosok yang sering kali jauh dari nilai agama.

Kita tidak tahu bagian mana dari pendidikan hari ini yang kelak paling menancap di hati anak. Mungkin bukan ceramah panjang kita yang ia ingat. Bisa jadi, ia akan mengenang momen saat ayahnya mendengarkannya bercerita selama sepuluh menit sepulang kerja. Bisa jadi, ia akan mengingat pelukan hangat ibunya setiap kali ia selesai mendirikan shalat.

Tugas kita hanyalah menanam dengan niat yang lurus. Menjaga nutrisinya, mencabut benalunya.

Jika kelak kita merasa kewalahan, jalan buntu, atau lelah menghadapi dinamika anak yang seakan tidak ada habisnya, angkat tangan kita ke langit. Akui kelemahan kita di hadapan Allah.

*"Ya Allah, aku sudah berusaha mengasuhnya, tetapi hatinya adalah milik-Mu. Tuntunlah anakku."*

Teruslah membersamai mereka.
Dengan ilmu. Dengan adab. Dengan dialog. Dan dengan harapan tanpa batas kepada-Nya.

# MULAI DARI RUMAH HARI INI

Untuk melangkah, kita tidak perlu memulainya dengan hal yang sangat besar. Praktikkan langkah-langkah kecil ini mulai hari ini:

1. **Jeda 10 Menit Bersama Anak**: Sisihkan 10 menit setiap hari (terutama untuk Ayah) tanpa memegang gawai, tatap mata anak, dan dengarkan cerita harinya tanpa memotong atau menghakimi.
2. **Berikan Apresiasi Setelah Shalat**: Jika anak selesai shalat, jangan dilewatkan begitu saja. Berikan pelukan, senyuman, atau kata-kata pujian, agar ia mengasosiasikan shalat dengan cinta, bukan amarah.
3. **Praktikkan *Qurrata A'yun* ke Pasangan**: Sebelum tidur malam ini, sampaikan satu ucapan terima kasih tulus kepada pasangan atas perannya hari ini. Keselarasan orang tua adalah kunci ketenangan anak.
4. **Hentikan Aktivitas Saat Azan**: Jadikan azan sebagai alarm tertinggi di rumah. Tunda obrolan, hentikan tontonan. Tunjukkan melalui tindakan

nyata bahwa panggilan Allah lebih besar dari apa pun.

5. **Jadikan Kesalahan sebagai Pintu Dialog:** Saat anak membawa kata buruk dari luar, jangan langsung membentaknya. Tanyakan darimana ia mendengarnya, jelaskan maknanya secara jernih, dan bimbing ia mencari kata pengganti yang lebih baik.