

Narasi Self-Development Karya Civitas Akademika IDN Boarding School

Impactful Growth



A Little Child in Every Adult
Kenali Sedihmu, Pilih Bahagiamu
Chasing Dreams, Finding Direction
Habit dan Nilai Spiritual untuk Batin
Butterfly Effect: Small Acts, Infinite Impact

Atlas Impian
Installing Faith and Knowledge
Hidup dengan Self-Management
Self-Love & The Art of Being Different
Bukan Tutorial Memiliki Rumput Lebih Hijau



IMPACTFUL GROWTH

Narasi Self-Development Civitas Akademika
IDN Boarding School

Yayasan IDN (Islamic Development Network)

Rickar Aryel, S.Psi, dkk.

IMPACTFUL GROWTH

Narasi Self-Development Civitas Akademika IDN Boarding School

Penulis:

Rickar Aryel, S.Psi., dkk.

Editor:

Husnul Raja

Desainer Cover:

Fitri Yulia Ningsih

Penerbit:

Yayasan IDN

Jl. Raya Jonggol-Dayeuh, Sukanegara, Jonggol, Kab. Bogor 16830

Telp. 02122949998

Penerbit.yayasanidn.or.id

ISBN :

Cetakan Pertama Februari 2026

Ukuran : 13 x 19 cm; 126 hlm

Hak cipta oleh Penulis dan Dilindungi Undang-Undang Republik Indonesia Pasal 72 Nomor 28 Tahun 2014 Tentang Hak Cipta.

Dilarang keras menerjemahkan, menyalin, atau memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini tanpa izin tertulis dari Penerbit.

Daftar Isi

Kata Pengantar.....	iii
Sambutan.....	iv
Mengenal Yayasan IDN.....	v
Butterfly Effect: Small Acts, Infinite Impact.....	2
Rickar Aryel, S.Psi.	
A Little Child in Every Adult.....	16
Yuli Yuliyanti	
Murid Menatap, Guru Menunduk.....	31
Mr. Kokoh	
Habit dan Nilai Spiritual untuk Batin.....	42
Suhendra, S.E.	
Chasing Dreams, Finding Direction.....	48
Syelvi Amelia Suryana	
Kenali Sedihmu, Pilih Bahagiamu.....	53
Amelia Gustiana	
Self-Love and Art Being Different.....	62
Muhammad Ifam Adrian, B.A. (Hons)	
Bukan Tutorial Memiliki Rumput Lebih Hijau.....	68
Ezra Salwa Wahyu Zarkasyi, S.H	
Atlas Impian.....	77
Toha Fakhrudin	
Hidup dengan Self-Management.....	84
Waliyuddin Ritonga, M.Pd.	
Installing Faith and Knowledge.....	90
Deni Aditya	
IDN Boarding School Muda Mendunia.....	99
3 Continents, 20 Countries, Countless Lessons.....	100
Prestasi Para Santri IT.....	108
IDN Students GO Internasional!.....	113
Campus Life After IDN.....	120
Leading The Future.....	123

Kata Pengantar

Bagaimana jika kepaikan sayap seekor kupu-kupu justru menjadi penentu hidup di masa depan?

Bagaimana mengelola jiwa anak-anak yang masih tinggal dalam raga manusia dewasa?

Dan bagaimana membaca bisa menjadi bahan bakar untuk menghadapi dunia yang terus bergerak cepat?

Pertanyaan-pertanyaan tersebut akan terjawab di dalam buku ini. Judul *Impactful Growth* dipilih sejalan dengan filosofi yang dipegang di Yayasan IDN, yaitu Teman Kami: Tumbuh, Expert, Manfaat, Karya, dan Mimpi Besar. Dari filosofi inilah makna *impactful* dan *growth* dirumuskan—bertumbuh agar memberi manfaat, dan memberi manfaat sebagai hasil dari bertumbuh.

Ada sebelas topik menarik yang mengajak pembaca memahami arti bertumbuh: menumbuhkan iman, mengenali diri, mengelola emosi, membangun habit dan disiplin, hingga menata arah hidup dengan lebih bermakna dan bertanggung jawab. Karena itu, buku ini relevan bagi para pemuda yang sedang berproses, maupun mereka yang ingin memulai perjalanan pertumbuhan dirinya.

Di bagian akhir buku, setelah sepuluh topik tersebut dibahas, pembaca akan diajak melihat benang merahnya dengan perjalanan IDN Boarding School, sebuah lembaga pendidikan yang tegap berdiri, bertumbuh, dan berdampak dengan visinya: Muda Mendunia.

Selamat membaca.

Sambutan

Assalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh.

Segala puji bagi Allah Subhanahu wa Ta'ala atas segala karunia-Nya, utamanya nikmat iman yang kita rasakan hingga saat ini. Shalawat dan salam semoga tercurah kepada Nabi Muhammad ﷺ, sang teladan sepanjang zaman.

Dengan penuh rasa syukur, kami menyambut baik hadirnya buku terbitan kedua Penerbit Yayasan IDN, karya kolaboratif akademika IDN yang menggambarkan dedikasi untuk menjadi insan yang bertakwa, berilmu, dan mengaplikasikan nilai-nilai kebaikan dalam kehidupan.

IDN sebagai sebuah lembaga pendidikan berusaha membangun kecakapan literasi pegawai IDN agar menjadi teladan di lingkungan IDN sendiri maupun masyarakat, salah satunya lewat program menulis buku. Program menulis adalah upaya IDN dalam ini memfasilitasi dan mendukung pengembangan diri dan potensi pegawainya. Dengan menulis pula, ilmu dapat terwariskan dan menjadi amal jariyah bagi penulisnya.

Selamat kepada seluruh penulis dan pihak yang terlibat dalam penerbitan buku ini. *In syaa Allah*, IDN akan terus menggerakkan semangat literasi melalui Komunitas Literasi IDN, seminar, dan kegiatan lainnya.

Wassalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh.

Ketua Yayasan IDN

Doddy Rachman, M.Pd., M.Kom.

Mengenal Yayasan IDN

Yayasan IDN (Islamic Development Network) adalah lembaga yang menggabungkan nilai-nilai Islam dengan teknologi yang didirikan oleh Dedi Gunawan, MT., CCIE. pada tahun 2016. Di bawah kepemimpinan Ketua Yayasan saat ini, Doddy Rachman, M.Pd. M.Kom, IDN terus berkembang sebagai lembaga pendidikan yang produktif dan menghasilkan banyak lulusan berkualitas.

Hingga kini, Yayasan IDN membawahi berbagai jenjang pendidikan mulai dari TK, SD, SMP-SMK Boarding School yang tersebar di Jonggol, Sentul, Pamijahan, Solo, IDN Mesir dan Madinah, Politeknik IDN, serta Ma`had Tahfidz IDN.

IDN menghadirkan beragam program pendidikan yang kerap mendapat perhatian. Program-program IDN yang inovatif dan aktif dilaksanakan bertujuan membina santrinya menjadi individu yang tangguh, mandiri, terampil, dan kompetitif. Di antara program unggulannya adalah program Backpacker keliling dunia, Edurace, IDN Mengajar, Business Survival, Mission Impossible, dan lainnya.

Untuk lebih mengenal IDN, pembaca dapat menelusuri website **idn.sch.id** dan media sosial **@IDNBoardingSchool**. Dan untuk dapat mengakses lebih banyak tentang kegiatan Komunitas Literasi IDN serta buku-buku yang dihasilkan dari IDN, dapat mengakses website **penerbit.yayasanidn.or.id**.

“

*Kita mungkin tidak akan bisa menyelamatkan dunia seorang diri,
tetapi kita pasti akan mengubah dunia bagi seseorang, somewhere,
dengan kebaikan kecil yang kita pilih.*

Butterfly Effect: Small Acts, Infinite Impact

Rickar Aryel, S.Psi.

Direktur Humas Media dan Sosial

Pernahkah Anda menganggap remeh sebuah senyuman yang Anda tahan untuk diberikan? Atau menunda sedekah receh karena merasa jumlahnya terlalu tidak berarti untuk mengubah apa pun? Kita sering terlena dalam pikiran bahwa untuk menciptakan perubahan besar, diperlukan aksi yang besar dan spektakuler. Namun, bagaimana jika justru dalam kesederhanaan itulah tersembunyi kekuatan yang paling dahsyat? Bagaimana jika setiap keputusan 'kecil' yang kita anggap sepele itu sebenarnya dapat memberi dampak yang tidak pernah kita duga?

Prinsip ini dalam istilah modern dikenal dengan teori *butterfly effect* yang dicetuskan oleh Edward Norton Lorenz, seorang meteorolog dan matematikawan. Pada 1961, Lorenz secara tidak sengaja menemukan konsep ini saat menjalankan simulasi prediksi cuaca. Ia memasukkan nilai 0.506127 sebagai data awal, namun suatu hari hanya memasukkan 0.506—mengabaikan 0.000127 yang dianggapnya terlalu kecil untuk berpengaruh. Awalnya, hasil simulasi terlihat identik, namun seiring waktu, grafiknya menyimpang drastis hingga menghasilkan prediksi cuaca yang sama sekali berbeda. Dari situlah lahir pertanyaan legendaris: "*Does the Flap of a Butterfly's Wings in Brazil Set Off a Tornado in Texas?*"

Istilah *butterfly effect* pun populer sebagai ungkapan betapa sedikit perbedaan saja bisa mempengaruhi sistem di alam semesta, termasuk cuaca, ekonomi, bahkan segala aspek kehidupan manusia. Setiap tindakan, sekecil apapun memiliki potensi untuk menciptakan perubahan besar, bahkan jauh lebih besar dari yang kita bayangkan. Ibarat kecap sayap kupu-kupu yang bisa memicu badai di belahan

dunia lain (*butterfly effect*), kebaikan sekecil apapun bisa menjadi awal dari perubahan besar. Sebaliknya, kelalaian atau kejahatan yang tampak remeh juga bisa berujung pada bencana.

Sejarah mencatat beberapa peristiwa besar yang diawali oleh hal kecil. Awal mula World War I adalah tewasnya Franz Ferdinand (pewaris tahta Kerajaan Austria-Hungaria). Meskipun benar bahwa tewasnya tokoh besar tersebut adalah sesuatu yang memicu perang, namun dibalik itu dikisahkan bahwa Franz Ferdinand dengan mudahnya dibunuh oleh Gavrilo Princip dari jarak dekat karena saat itu sopir yang mengemudikan mobil Franz Ferdinand salah mengambil rute jalan. Sopir yang memutar balik mobil ternyata berhenti tepat di depan Gavrilo Princip, seorang anggota Young Bosnia yang awalnya memang mengincar Franz Ferdinand. Lalu terjadilah momen yang mengawali perang dan dampaknya dirasakan jutaan orang saat itu.

Siapa yang tidak tahu Adolf Hitler? Kanselir Jerman tahun 1933-1945 ternyata pernah ditolak oleh Akademi Seni Rupa Wina dua kali, yaitu pada tahun 1907 dan 1908. Alasan penolakan tersebut adalah karena pihak akademi menganggap bahwa karya seni yang ia hasilkan tidak memenuhi standar yang diharapkan. Akhirnya ia menjadi pengungsi yang tinggal di lingkungan yang multi-etnis, lalu ke dunia militer dengan sukarela hingga terjun ke dunia politik. Rangkaian peristiwa yang dipicu oleh penolakan kecil itu, akhirnya ia menemukan panggung yang sesungguhnya dan mewujudkan mimpi buruk bagi jutaan orang. Ia termasuk salah satu tokoh yang memicu World War II melalui invasi ke Polandia tahun 1939. Banyak yang berangan, bagaimana jika dulu Hitler muda diberikan kesempatan di Akademi Seni?

Contoh lain yang lebih kontemporer dan menggambarkan dahsyatnya *butterfly effect* adalah tragedi George Floyd. Peristiwa yang awalnya terlihat sebagai sebuah insiden seorang warga kulit hitam, George Floyd, diperlakukan dengan cara yang tidak manusiawi oleh oknum polisi kulit putih hingga tewas, ternyata menjadi kepanikan sayap kupu-kupu yang memicu badai perubahan global. Kematianannya yang tragis bukan hanya memicu kerusuhan besar-besaran di Amerika Serikat, yang disebut-sebut sebagai yang terbesar dalam beberapa dekade, tetapi juga menyulut gelombang solidaritas dan amarah yang melintasi batas benua. Gerakan ini mendorong percakapan serius tentang kesetaraan ras, reformasi kepolisian, dan keadilan sosial di seluruh penjuru dunia, dari Eropa hingga Asia. Sebuah tindakan yang berlangsung hanya dalam hitungan menit, telah menghasilkan dampak yang tak terhitung, membuka mata dunia bahwa isu rasisme belum usai, dan menginspirasi jutaan orang untuk tidak lagi tinggal diam. Satu peristiwa kecil, yang meskipun kelam, mampu menggetarkan kesadaran umat manusia dan menggerakkan arus perubahan yang masif.

Jika kita melihat di dalam negeri, tragedi akhir Agustus 2025 yang merenggut nyawa Affan Kurniawan, seorang driver ojol yang tewas setelah terlindas Kendaraan Taktis (Rinitis) Brimob di lokasi demonstrasi, menjadi sebuah potret pilu. Pemicu utamanya barangkali adalah kesulitan ekonomi dan kebijakan pemerintah yang memberatkan. Namun, kemarahan publik justru disebabkan aksi-aksi kecil yang dianggap provokatif dari para oknum. Aksi beberapa anggota dewan yang dengan "*enjoy*"-nya berjoget dalam suatu acara rapat bersama Presiden RI di tengah himpitan ekonomi rakyat, serta ucapan-ucapan mereka yang dinilai menyinggung dan tak empatik, menjadi percikan api yang menyulut emosi kolektif.

Dari percikan kecil itulah, kobaran demonstrasi besar pun tak terhindarkan. Peristiwa tewasnya sang driver ojol kemudian memicu chaos yang meluas, berupa demonstrasi di berbagai daerah, merusak fasilitas umum, hingga penjarahan rumah anggota DPR. Bahkan dampaknya melintasi batas negara. Tidak berapa lama kemudian, terjadi kerusuhan dengan pola serupa, bahkan lebih parah, di Nepal, yang oleh banyak pihak dianggap terinspirasi dari kejadian di Indonesia.

Saya teringat dua kisah nyata yang menjadi bukti akan dampak tak terduga dari sebuah perbuatan sederhana. Pertama, adalah cerita seorang rekan saat mengajar di IDN Pamijahan. Di lingkungan yang masih asri, ia sering menemui semut atau serangga kecil di kamar mandi. Alih-alih membunuhnya, dengan rasa kasih ia selalu menyelamatkan dan menyingkirkan mereka terlebih dahulu sebelum menggunakan kamar mandi. Yang menakjubkan, pada hari-hari ia melakukan rutinitas kebaikan kecil itu, ia merasakan kemudahan yang luar biasa dalam berbagai aktivitasnya, seolah kebaikan kecilnya terbalas dengan aliran kemudahan.

Kisah kedua adalah pengalaman pribadi saya. Suatu kali, saya melihat seekor anak kucing hendak menyeberang jalan yang ramai. Tanpa pikir panjang, saya berhenti dan mengangkatnya ke tempat yang aman, meski harus menahan kendaraan di belakang. Peristiwa itu terlupakan, hingga beberapa waktu kemudian, *qadarullah*, saya mengalami kecelakaan di sebuah turunan curam. Motor yang saya kendarai terpelanting, namun terhalang oleh pembatas jalan besi. Padahal di baliknya terbentang jurang dalam yang bisa mengakhiri hidup dan mungkin saja, tulisan ini tidak akan bisa sampai kepada pembaca karena sebuah 'pembatas' takdir yang Allah ﷻ hadirkan.

Dua pengalaman ini mengingatkan saya pada sabda Rasulullah ﷺ. Ketika para sahabat bertanya, "Apakah berbuat baik kepada hewan mendapatkan pahala?" Beliau menjawab, "Di setiap makhluk yang memiliki 'jantung yang basah' (yang hidup) terdapat pahala." (HR. Bukhari & Abu Dawud).

Rasulullah ﷺ juga bersabda, "Kasihanilah siapa yang ada di bumi, niscaya Dzat yang di langit akan mengasihanimu." (HR. At-Tirmidzi).

Kedua dalil tersebut tidak hanya menjelaskan tentang pahala, namun juga menyiratkan hubungan sebab akibat.

Inilah *butterfly effect* dalam perspektif keimanan. Sebuah keputusan sepele untuk tidak menginjak semut, atau rasa iba untuk menolong seekor kucing, adalah "kepakkan sayap" kebaikan. Kepakan itu mungkin tidak langsung menimbulkan badai, tetapi ia menggerakkan rantai kausalitas dalam catatan takdir yang pada akhirnya bisa kembali kepada kita dalam wujud yang tak terduga. Bisa berupa kemudahan hidup, atau bahkan sebuah pembatas yang menyelamatkan nyawa di tepi jurang. Kita tidak pernah benar-benar tahu bentuk balasan-Nya; tugas kita hanyalah konsisten berbuat baik, sekecil apa pun, dan mempercayakan sepenuhnya dampaknya kepada Sang Maha Pengatur.

Mungkin kebaikan tak langsung terbalas hari ini, besok, atau bertahun-tahun kemudian. Tak mesti kebaikan terbalas oleh pihak yang diberikan kebaikan, karena seringkali yang diberikan kebaikan keadaannya lebih lemah daripada yang memberikan kebaikan. Bukan urusan kita tentang bagaimana kebaikan kita dibalas. Selama meyakini bahwa hidup kita diatur oleh Rabb Yang Maha Adil, kita tidak perlu risau. Cukup fokus untuk melakukan yang terbaik.

Prinsip yang mudah kita pahami adalah sebuah analogi navigasi. Bayangkan sebuah pesawat atau kapal yang menetapkan koordinat tujuan. Jika arah haluannya melenceng hanya satu derajat saja dari jalur yang benar, kekeliruan yang tampak "kecil" dan hampir tak terdeteksi di awal perjalanan ini, setelah menempuh ribuan kilometer, akan membawa ke tempat yang puluhan bahkan ratusan kilometer menyimpang dari tujuan semula.

Dalam konteks kehidupan beriman, setiap dosa sekecil apapun adalah bentuk "penyimpangan arah" dari koordinat utama kita, yaitu surga Allah Subhanahu wa Ta'ala. Dosa-dosa yang kita anggap remeh seperti bohong, ghibah, atau hasad adalah seperti penyimpangan satu derajat itu. Sekilas, ia tampak tidak signifikan. Namun, jika tidak segera dikoreksi dengan taubat, seiring dengan panjangnya "perjalanan" hidup dan terus bertumpuknya dosa "satu derajat" lainnya, penyimpangan itu akan semakin melebar. Pada akhirnya, di titik tujuan (akhirat), jarak penyimpangan itulah yang menentukan nasib, yaitu terhalangnya seseorang dari masuk surga dan terjerumus ke dalam neraka.

Di sinilah letak keadilan Allah yang Maha Sempurna. Siksa neraka yang pedih untuk sebuah dosa "kecil" bukanlah bentuk ketidakadilan, melainkan konsekuensi logis dan proporsional dari sebuah penyimpangan yang dibiarkan terus menerus. Allah tidak mengazab hamba-Nya karena satu kesalahan kecil yang dia sesali, tetapi mengazab karena sikap konsisten dalam penyimpangan dan penolakan untuk kembali ke jalur yang benar. Sebagaimana sabda Rasulullah ﷺ, "Jauhilah dosa-dosa kecil, karena apabila dosa-dosa kecil itu berkumpul pada seseorang, niscaya akan membinasakannya." (HR. Ahmad).

Konsep *butterfly effect* dalam sains modern menemukan resonansi yang dalam dan bermakna ketika diselaraskan dengan lensa keimanan, khususnya melalui Rukun Iman yang keenam: percaya kepada Qada dan Qadar. Sains melihatnya sebagai sensitivitas ketergantungan pada kondisi awal di mana sebuah kepakakan sayap kupu-kupu dapat memicu tornado. Sementara itu, iman memandangnya sebagai bukti dari Maha Sempurnanya Penciptaan dan Ilmu Allah ﷻ. "Sesungguhnya Kami menciptakan segala sesuatu menurut qadar/ukuran (ketentuan)" (QS. Al-Qamar: 49). Ayat ini menegaskan bahwa tidak ada satu pun peristiwa, sekecil apapun, yang luput dari skenario Ilahi yang sempurna. "Dan tidaklah sehelai daun pun gugur melainkan Dia mengetahuinya, dan tidak pula sebutir biji dalam kegelapan bumi..." (QS. Al-An'am: 59).

Keyakinan ini menjadi pondasi kokoh bagi seorang Muslim dalam memandang *butterfly effect*. Andaipun Hitler, Franz Ferdinand, atau George Floyd tidak menjadi pemicu, peristiwa besar seperti Perang Dunia atau gelombang protes tetaplah akan terjadi melalui *wasilah* (perantara) lain, karena itulah ketetapan (Qadar) Allah. Oleh karena itu, konsep ini bukanlah alat untuk menyesali masa lalu—"seandainya aku melakukan ini, pasti hasilnya akan begitu"—karena penyesalan semacam itu adalah pintu yang dibuka setan untuk meragukan hikmah di balik setiap takdir. Sebaliknya, pemahaman ini justru harus menjadi pendorong untuk senantiasa berusaha melakukan yang terbaik pada setiap kesempatan, dengan penuh kesadaran bahwa amal kecil yang ikhlas—sebuah senyuman, sedekah ringan, atau satu kalimat yang memotivasi—bisa menjadi "kepakakan sayap" yang dampaknya diabadikan oleh Allah.

Sebagaimana sabda Rasulullah ﷺ, "Jagalah (dirimu) dari api Neraka, walau hanya dengan (sedekah) kurma." (HR. Bukhari-Muslim).

Bahkan, doa adalah senjata utama yang dapat mengubah takdir, sebagaimana sabdanya, "Tidak ada yang dapat menolak takdir selain doa." (HR. Tirmidzi).

Dengan demikian, *butterfly effect* dari kacamata iman bukanlah ajang kekhawatiran, melainkan ajakan untuk aktif menjadi agen kebaikan, yakin bahwa setiap usaha kecil yang dilandasi iman, dapat menghasilkan dampak yang tak terhingga dalam ketetapan-Nya yang Maha Bijaksana.

Dalam Islam, tidak ada yang namanya "hal sepele" dalam ketaatan. Agama ini mengajarkan kita untuk tidak pernah meremehkan hal kecil, karena justru dalam detail-detail tersebut terletak ujian keimanan dan cermin ketundukan kita yang sesungguhnya. Bukankah Nabi ﷺ pernah mengisahkan tentang seorang penghuni kubur yang diadzab hanya karena lalai membersucikan diri dari bekas kencingnya? Bahkan dalam ibadah sholat yang paling agung pun, Islam mengatur hal yang tampaknya "kecil": dimakruhkan (dibenci) untuk memakan bawang sebelum sholat, semata-mata untuk menjaga kekhusyukan dan kenyamanan jamaah lainnya. Dari sini kita belajar sebuah prinsip agung: jika untuk sekadar aroma bawang yang bisa mengganggu muslim lain saja diperhatikan, apalagi perbuatan yang secara substansi jelas mendatangkan mudarat.

Ritual bersuci, belas kasih kepada hewan, hingga etika sosial dalam beribadah, semuanya adalah cerminan dari keimanan yang hidup dan utuh. Inilah yang membedakan sistem nilai Islam; sebuah kebaikan tidak hanya diukur dari besarnya pengorbanan, tetapi dari ketulusan dan konsistensi dalam menjalankan yang kecil, karena dari sanalah dampak-dampak besar dari *the butterfly effect* akan dimulai.

Seringkali, sebuah peristiwa yang kita alami seperti penolakan, kegagalan, kehilangan, atau hal-hal yang tidak menyenangkan itu kita benci dan anggap sebagai malapetaka. Namun, peristiwa yang dibenci itu bisa jadi telah Allah rancang untuk menyelamatkan kita dari bahaya yang lebih besar yang tidak kita ketahui atau membawa kita pada kesempatan yang jauh lebih baik. Atau bisa juga untuk menguatkan hati, membersihkan dosa, atau meningkatkan derajat iman kita.

Allah Berfirman: “Boleh jadi kamu membenci sesuatu, padahal ia amat baik bagimu, dan boleh jadi (pula) kamu menyukai sesuatu, padahal ia amat buruk bagimu. Allah mengetahui, sedang kamu tidak mengetahui.” (QS. An-Nisa: 19) Ayat ini adalah panduan utama bagi seorang mukmin dalam menyikapi *butterfly effect* dalam hidupnya.

Keputusan yang "salah" menurut perhitungan kita, bisa menjadi sebab terbukanya pintu rezeki, jodoh, atau hidayah yang tidak pernah terbayangkan. Inilah mengapa seorang muslim diajarkan untuk *husnuzhan* (berprasangka baik) kepada Allah pada setiap ketetapan-Nya. Kita tidak perlu paham seluruh peta *butterfly effect* yang teramat rumit; kita hanya perlu yakin bahwa Sang Maha Pengatur telah menetapkan kebaikan dalam setiap detilnya.

Hal yang dianggap kecil bukan berarti remeh dan tidak penting. Allah mengabadikan dialog koloni semut yang saling memperingatkan agar tidak terinjak oleh pasukan Nabi Sulaiman sebagai bukti abadi bahwa dalam perspektif Islam, tidak ada satupun makhluk atau peristiwa yang "kecil" dan remeh. Seekor semut, makhluk yang sering diabaikan, justru menjadi subjek dalam firman-Nya bahkan dijadikan nama Surah dalam Al-Qur'an: Surah An-Naml, menunjukkan bahwa kepedulian terhadap hal yang tampak sepele memiliki tempatnya sendiri dalam skema alam semesta.

Jika Allah mengabadikan perkataan seekor semut dalam Al-Quran, maka bagaimana kita bisa mengabaikan isyarat tersebut? Bukankah setiap perkara yang diceritakan dalam Al Quran memiliki makna dan hikmah yang begitu dalam? Bagaimana pula kita bisa meremehkan setiap kebaikan yang dengan sengaja kita lakukan? Sebuah senyuman tulus untuk meredakan sedih saudara kita, sepotong roti yang diberikan kepada saudara kita yang rumahnya hancur terbawa arus bencana, atau bahkan menyingkirkan duri dari jalanan, semua itu adalah "semut-semut" dalam kehidupan kita. Perbuatan "kecil" yang ikhlas itulah yang meski tak diabadikan dalam kitab suci, akan diabadikan dalam catatan malaikat-Nya.

Tak ada satupun perbuatan manusia yang sia-sia. Kebaikan sekecil biji sawi akan dibalas, demikian pula dengan kelalaian dan dosa. Konsekuensi besar seringkali berawal dari tindakan yang dianggap remeh, bagai kepak sayap kupu-kupu yang memicu badai.

Dalam kehidupan muslim, kesadaran ini bukan untuk menciptakan kecemasan, tetapi untuk membangun ketawadhuan dan kehati-hatian (wara') dalam setiap langkah.

Sebuah hadis yang diriwayatkan oleh Imam Bukhari dan Muslim mengisahkan tentang seorang wanita yang masuk neraka hanya karena seekor kucing. Wanita itu mengurung kucingnya tanpa memberinya makan dan minum, bahkan tidak melepaskannya untuk mencari makan sendiri hingga binatang itu mati kelaparan. Rasulullah ﷺ bersabda, "Sungguh, seorang wanita disiksa karena seekor kucing yang dia kurung sampai mati. Disebabkan perbuatannya itulah, dia masuk neraka." (HR. Bukhari & Muslim).

Dalam kisah di atas, tidak ada unsur syirik, pembunuhan, atau dosa besar lainnya. Namun, satu tindakan kejam yang mungkin dianggap "sepele" seperti tidak memberi makan hewan peliharaan

ternyata berakibat fatal di akhirat. Ini adalah pelajaran nyata bahwa belas kasihan kepada makhluk Allah, betapapun kecilnya, adalah cerminan dari iman.

Rasulullah ﷺ pernah bersabda, "Tidak akan masuk surga orang yang dalam hatinya ada kesombongan sebesar biji sawi." (HR. Muslim).

Dalam lanjutan hadis tersebut, seorang sahabat bertanya, "Bagaimana dengan seorang yang suka bajunya bagus dan sandalnya bagus?" Nabi ﷺ menjelaskan bahwa itu bukanlah kesombongan, lalu Beliau mendefinisikan kesombongan sebagai: "Kesombongan adalah menolak kebenaran dan merendahkan orang lain." (HR. Muslim). Sifat sombong dalam hati, yang mungkin tidak terlihat secara fisik, dapat membuat seseorang menolak nasihat, merendahkan saudaranya, dan akhirnya menolak kebenaran yang datang dari Allah. Ancaman untuk tidak masuk surga ini menunjukkan betapa seriusnya dampak dari penyakit hati yang dianggap "kecil" ini.

Salah satu pelajaran sejarah terbesar tentang konsekuensi dari kelalaian terhadap perintah pemimpin terjadi dalam Perang Uhud. Saat itu, Rasulullah ﷺ menempatkan sekelompok pemanah di sebuah bukit dengan perintah yang tegas dan jelas: "Jangan sekali-kali kalian tinggalkan posisi ini. Jika kalian melihat kami menang, janganlah kalian turut bergabung; dan jika kalian melihat kami kalah, janganlah kalian datang menolong kami." (H.R. Bukhari)

Namun, ketika pertempuran berlangsung dan kaum Muslimin hampir memenangkan pertempuran, sebagian besar pemanah ini meninggalkan posnya karena tergoda untuk mengambil harta rampasan perang (ghanimah) yang ditinggalkan musuh yang lari. Mereka menganggap perintah Nabi sudah tidak relevan lagi karena

kemenangan hampir diraih. Kelalaian yang nampaknya "kecil" dan wajar ini yakni meninggalkan pos untuk mengambil harta dimanfaatkan musuh dengan sempurna. Khalid bin Walid, yang saat itu belum masuk Islam, memimpin pasukan berkuda menyerang dari belakang melalui bukit yang telah ditinggalkan, sehingga berbalik mengalahkan pasukan Muslim dan menyebabkan syahidnya banyak pahlawan, termasuk Hamzah bin Abdul Muthalib.

Semua kisah ini mengajarkan kita untuk tidak pernah memandang remeh suatu dosa atau pelanggaran. Sebagaimana sabda Rasulullah ﷺ, "Jauhilah dosa-dosa kecil, karena apabila dosa-dosa kecil itu berkumpul pada seseorang, niscaya akan membinasakannya." (HR. Ahmad). Maka, mari kita bersikap hati-hati, menjaga lisan, dan senantiasa membersihkan hati, karena dampak dari sebuah perbuatan kecil bisa jadi tak terhitung, baik ke arah kebaikan maupun, na'udzubillah, ke arah keburukan.

"Jangan meremehkan kebaikan sekecil apapun, walau hanya dengan senyum kepada saudaramu." (HR. Muslim no. 2626).

Jangan remehkan kebaikan yang ingin kita lakukan hanya karena ia terlihat kecil. Mungkin sapaan ramah kita hari ini bisa mengubah mood orang di sekitar, atau bahkan mencegah seseorang dari perbuatan buruk.

Mungkin sedekah kita yang sedikit membantu mereka untuk survive dan optimis dalam menjalani hidup. Gangguan atau duri yang kita singkirkan dari jalan dapat menghindarkan kecelakaan bagi orang lain. Atau hewan yang kita bantu menjadi sebab diri kita diampuni dan dimasukkan ke surgaNya.

Konsep *butterfly effect* ini bukan berarti kita jadi hanya memperhatikan hal kecil saja, selagi bisa mengusahakan kebaikan dan dampak yang besar, itu lebih baik. Bukankah Nabi memotivasi

kita bahwa manusia yang paling baik adalah yang paling bermanfaat? Semakin besar kebermanfaatan seseorang, menjadi salah satu indikasi kebbaikannya ia di sisi Allah selama ia bertauhid. Namun demikian, dampak baik itu lebih mudah terwujud dengan 3M yaitu mulai dari diri sendiri, mulai dari hal yang kecil, dan mulai saat ini.

Kabar baiknya bagi kita yang berkecimpung atau berkarir di dunia pendidikan, peluang untuk berimpact besar dari usaha yang simpel, sangatlah terbuka. Karena pendidikan adalah tempat dimana mindset dibangun, sehingga ilmu yang diajarkan, keteladanan yang ditunjukkan, karakter yang dibentuk, mental yang ditempa, nasehat yang masuk ke dalam hati dan ibadah yang dibiasakan akan melekat dan menentukan kualitas para generasi masa depan yang tentunya mereka menjadi pemimpin.

Sejarah bukan hanya milik para raja dan pahlawan. Sejarah bisa ditulis oleh orang-orang biasa seperti kita, yang setiap harinya punya pilihan-pilihan kecil untuk melakukan kebaikan atau sebaliknya. Kita mungkin tidak akan bisa menyelamatkan dunia seorang diri, tetapi kita pasti akan mengubah dunia bagi seseorang, *somewhere*, dengan kebaikan kecil yang kita pilih. Itulah kekuatan sejati kita.

Maka barangsiapa yang mengerjakan kebaikan seberat zarrah, dia akan melihat (balasannya).

Dan barangsiapa yang mengerjakan kejahatan seberat zarrah, dia akan melihat (balasannya)."

(QS. Az-Zalzalah: 7-8)

“

Ternyata, usia dan pendidikan tidak selalu berbanding lurus dengan kedewasaan emosi. Ada banyak hal yang membuat seseorang terlihat kuat dari luar, namun sebenarnya masih rapuh di dalam.

A Little Child in Every Adult

Yuli Yuliyanti

HC Training and Development Staff

Ketika Guru TK Mengelola Staf Dewasa

Terkadang, dalam menghadapi orang dewasa, kita perlu mengingat bagaimana cara memperlakukan anak kecil: menurunkan ekspektasi, meningkatkan kesabaran dan apresiasi, serta menciptakan komunikasi yang sederhana.

Semula saya hanya guru TK yang biasa mengajar anak-anak. Selang beberapa tahun di bawah naungan yayasan yang sama, tiba-tiba diminta oleh pimpinan untuk bergabung dalam tim Human Capital Training & Development IDN. Banyak pihak yang meragukan keputusan ini.

“Kenapa bukan lulusan psikologi atau manajemen SDM?”

“Guru TK kan hanya bisa mengajar anak-anak, cuma tau kegiatan bermain dan bernyanyi, apakah mampu mengelola staf yayasan yang diisi oleh pegawai usia dewasa?”

Selain diragukan oleh orang lain, saya pun sempat meragukan dengan kesempatan ini. Ada rasa tidak percaya diri yang begitu kuat, karena individu yang harus saya “urus” bukan lagi anak-anak, melainkan orang-orang dewasa, seyayasan pula. Mereka adalah orang-orang dengan gelar pendidikan tinggi yang mentereng, jiwa-jiwa muda yang produktif, serta orang-orang yang tumbuh dalam lingkungan *out of the box*.

Sementara saya, hanyalah seorang guru TK yang terbiasa bermain di zona nyaman, berhadapan dengan tawa polos anak-anak. Dalam hati saya bertanya, apakah saya mampu menjalankan dan mengelola berbagai kebijakan untuk mereka? Apakah saya bisa diterima di dunia kerja baru yang ritmenya jauh berbeda?

Pada akhirnya, saya menerima kesempatan ini dengan hati yang penuh syukur. Saya yakin, tidak ada yang terjadi tanpa izin Allah. Pimpinan hanyalah perantara, sedangkan keputusan sejatinya datang dari-Nya. Mungkin bukan karena saya yang paling mampu, tapi karena Allah ingin saya belajar lebih banyak dan tumbuh melalui amanah ini. Maka saya sambut kesempatan ini dengan semangat baru, menyelesaikan kuliah dengan sungguh-sungguh, menambah ilmu, dan berusaha menjalankan setiap tugas dengan niat ibadah. Semoga langkah ini selalu dalam ridha dan bimbingan Allah.

Sangat menantang. Ini yang saya pikirkan setelah melihat kondisi di lapangan. Posisi baru saya adalah sebagai staf Human Capital (HC) yang sebelumnya disebut HRD. Semua pasti familiar dengan tugas HRD di suatu manajemen: mengelola sumber daya manusia. Tugas staf HC adalah untuk memaksimalkan produktivitas karyawan agar dapat mencapai tujuan lembaga serta sejalan dengan nilai, prinsip, dan budaya lembaga. Tugas untuk posisi ini juga mencakup perekrutan, pengembangan diri, manajemen kinerja pegawai. Belum lagi tugas untuk menjadi mediator masalah yang terjadi antar pegawai dan maupun pegawai dengan pihak-pihak lainnya.

Langkah Awal: Observasi Karakter Manusia

Saya menyadari bahwa orang dewasa tidak selalu lebih mudah diatur daripada anak-anak TK. Justru terkadang, mereka bisa jauh lebih “rewel” dengan caranya sendiri, dengan berbagai alasan-alasan yang dapat dipahami hingga terkadang ada juga motif dan argumen yang unik. Namun begitulah manusia, kita hidup saling berdampingan dan terkadang saling bersilangan pendapat dan ekspektasi. Dari beberapa pengalaman dan komunikasi dengan para pegawai, saya belajar, bahwa bilangan usia tidak selalu sejalan dengan kedewasaan. Ada yang usianya sudah tua tapi masih ingin dimengerti, ada yang berpendidikan tinggi tapi sulit menerima arahan, dan ada pula yang lembut hatinya meski terlihat keras di luar. Saya akhirnya memahami bahwa tugas ini bukan hanya tentang mengatur individu, tapi juga tentang memahami manusia.

Bekerja di lingkungan boarding school menghadirkan dinamika yang unik. Karakter para staf yang beragam sering kali menjadi tantangan tersendiri. Ada staf kebersihan yang sederhana, penjaga keamanan yang tegas, hingga tukang kebun yang setia dengan rutinitasnya. Sebagian besar dari mereka memiliki latar pendidikan dasar, yang tentu mempengaruhi cara mereka berpikir dan merespons sebuah peraturan. Kadang, bukan karena mereka menolak, tapi karena pemahaman terhadap kalimat dan maksud dari aturan yang diterapkan yang belum sepenuhnya sampai. Di titik inilah saya belajar bahwa menyampaikan pesan bukan hanya soal kata, tapi juga soal cara, hati, dan kesabaran dalam memahami perbedaan.

Tantangan berikutnya datang dari para guru dan pengampu. Mereka masih muda, sedang dalam eranya menemukan jati diri, namun sudah diamanahi tanggung jawab besar untuk mengasuh dan membimbing puluhan anak. Di usia yang seharusnya mereka banyak belajar, justru mereka juga sudah harus menjadi teladan. Saya bisa

merasakan betapa berat beban yang mereka pikul, bukan hanya beban kerja, tapi juga beban mental dan emosional. Dalam situasi seperti ini, peran orangtua siswa dan lingkungan kerja sangat dibutuhkan, bukan untuk menghakimi, tetapi untuk mendampingi dengan empati dan doa, agar mereka tumbuh menjadi pendidik yang tangguh namun berhati lembut.

Bagi mereka yang menduduki jabatan tinggi, tantangannya sering kali terletak pada rasa ego. Tanggung jawab besar kadang membuat seseorang lupa untuk mendengar, karena merasa sudah tahu arah yang benar. Sementara di sisi lain, mereka yang tumbuh dan terbiasa dengan dunia teknologi, sering kali menghadapi kesulitan lain yaitu kemampuan bersosialisasi di dunia nyata. Terlalu lama berinteraksi lewat layar membuat kepekaan terhadap perasaan dan situasi nyata menjadi berkurang. Dari dua sisi ini, saya menangkap kesimpulan tentang kecerdasan dan posisi bukanlah jaminan kematangan diri. Justru keseimbangan antara hati, akal, dan kerendahan dirilah yang menentukan seberapa dewasa seseorang menyikapi perannya.

Perbedaan latar belakang inilah yang sering kali menjadi akar dari kesalahpahaman dalam komunikasi. Ada kalanya staf merasa tidak dihargai, tidak didengarkan, atau bahkan disalahpahami, bukan karena atasan tidak peduli, tetapi karena cara pandang dan bahasa yang digunakan berbeda. Atasan berbicara dengan data dan target, sementara mereka berharap untuk dimengerti dan diajak bicara dengan hati. Akibatnya, peraturan yang sebenarnya sederhana terasa rumit, dan kebijakan yang baik pun tampak membingungkan. Semua ini terjadi bukan karena niat yang salah, melainkan karena komunikasi dan persepsi yang belum berjalan seirama.

Ternyata, usia dan pendidikan tidak selalu berbanding lurus dengan kedewasaan emosi. Ada banyak hal yang membuat seseorang

terlihat kuat dari luar, namun sebenarnya masih rapuh di dalam. Sebagian staf hanya butuh didengar, dipahami, dan diberi arahan yang jelas. Mereka bukan tidak mau berubah, hanya sedang belajar memahami ritme dan tanggungjawabnya, seperti anak kecil yang perlahan belajar berjalan. Dan di situlah pentingnya kesabaran, empati, serta kemampuan untuk melihat manusia dari sisi hati, bukan hanya dari jabatan atau gelarnya.

Saat mereka marah, protes, atau tidak sejalan dengan ketentuan yang ada, saya sering teringat pada anak-anak di TK yang saya ampu, dulu menangis dan tantrum karena belum mampu mengungkapkan keinginannya dengan kata-kata. Bedanya, kini tubuhnya saja yang dewasa, sementara jiwanya masih belajar memahami diri. Kedewasaan bukan soal usia, melainkan kemampuan mengelola emosi dengan bijak.

Di sini saya akan melalui proses berelasi, bukan dengan anak-anak kecil di ruang kelas melainkan dengan “anak-anak besar” di dunia kerja. Karena ternyata, di setiap situasi, Allah selalu punya cara lembut untuk mendidik hati.

Little Child in Every Adult

Berapapun usianya, setiap orang dewasa menyimpan sisi anak kecil di dalam dirinya sisi inner child yang ingin dimengerti, dihargai, dan dibimbing dengan lembut. Ketika sisi itu terabaikan, ia sering muncul dalam bentuk reaksi yang kekanak-kanakan, bahkan di tengah situasi dan urusan orang dewasa. Memimpin bukan hanya tentang memberi instruksi, tapi juga tentang menyentuh sisi batin seseorang. Karena sejatinya, di balik setiap sikap keras, ada hati yang sedang mencari pemahaman.

Mengapa hal ini relevan di tempat kerja? Karena pada kenyataannya, staf yang sulit diatur sering kali bukan karena bodoh atau tidak mampu, melainkan karena mereka merasa tidak dipedulikan. Mereka butuh didengar sebelum diarahkan, butuh dihargai sebelum diminta patuh. Saat hati mereka tersentuh, instruksi apa pun menjadi lebih mudah diterima. Kepemimpinan yang efektif bukan sekadar hanya mengelola sistem dan aturan, tetapi juga mengelola hubungan manusia dengan manusia, tentang bagaimana kita memperlakukan hati, bukan hanya mengatur perilaku.

Aturan yang terlalu rumit justru bisa membuat mereka bingung, seperti anak yang baru belajar membaca, terbata-bata memahami makna dari setiap huruf. Mereka butuh arahan yang sederhana, jelas, dan disampaikan dengan kesabaran. Lembaga itu tidak dilihat dari banyaknya aturan yang membuat sistem berjalan, tapi dari seberapa baik aturan itu bisa dipahami dan dijalankan dengan hati yang rela. Karena pada akhirnya, komunikasi yang mudah dimengerti jauh lebih bermakna daripada peraturan yang terdengar hebat tapi sulit diterapkan.

Untuk hal yang sedari tadi saya bahas ini banyak diambil dari pengalaman saya berinteraksi dengan pegawai dari Direktorat Sarana dan Prasarana (General Affairs), khususnya pegawai kebersihan, keamanan, hingga dapur, yang mungkin tidak terlihat di permukaan lembaga berbasis pendidikan ini namun kehadirannya juga sangat fundamental.

Contohnya, ketika seorang staf kebersihan sering datang terlambat. Jika menggunakan cara biasa, mungkin saya akan langsung memberi teguran keras. Hasilnya, ia bisa merasa tersinggung dan semakin enggan memperbaiki diri. Tapi ketika saya mencoba pendekatan layaknya sikap saya saat menjadi seorang guru TK, hasilnya jauh lebih baik. Saya mulai dengan bertanya lembut,

mencoba memahami alasannya, lalu memberi pengertian dengan bahasa sederhana. Kami pun membuat jadwal yang mudah diikuti bersama. Perlahan, ia mulai datang tepat waktu, bukan karena takut ditegur, tapi karena merasa dihargai dan diperhatikan. Oleh karena itu, disiplin bisa tumbuh bukan karena tekanan, tapi karena kasih dan komunikasi yang baik.

Pengalaman saya sebagai guru TK ternyata menjadi bekal yang sangat berharga dalam berkomunikasi dengan para pegawai. Dari dunia anak-anak, saya belajar bahasa kesabaran, ketulusan, dan empati, hal yang kini juga sangat saya butuhkan di dunia kerja orang dewasa. Saya bisa memahami ketika mereka mulai merajuk meminta kenaikan gaji, karena sejatinya mereka hanya ingin dihargai. Saya juga bisa mengerti saat mereka “tantrum” karena tekanan tugas, karena di balik reaksi itu ada lelah yang belum tersampaikan. Dan saya belajar untuk tetap mencintai mereka dengan tulus, sebagaimana saya mencintai “teman-teman” kecil saya di TK. Cinta, sabar, dan kasih sayang kini menjadi modal utama saya dalam menjalankan amanah baru ini karena ternyata, memimpin juga tentang membimbing hati, bukan sekadar mengatur perilaku.

Banyak keterampilan yang saya bawa dari pengalaman kerja sebelumnya. Saya terbiasa sabar menghadapi anak-anak yang tantrum, menjelaskan konsep dengan bahasa sederhana, memberi pujian atas pencapaian kecil, membiasakan rutinitas harian yang jelas, dan tentu saja bermain sambil belajar.

Semua itu kini saya terapkan dalam peran saya di bidang Human Capital. Saya dapat tetap sabar menghadapi staf yang sedang emosi atau marah, menyusun SOP dan aturan dengan bahasa yang mudah dipahami semua orang, serta berusaha menumbuhkan motivasi bagi staf yang kerap merasa diremehkan. Saya juga membuat sistem kerja yang rapi dan terstruktur, serta merancang pelatihan yang

menyenangkan dan mudah diterima karena saya percaya, belajar akan lebih bermakna ketika dilakukan dengan hati yang gembira.

Dari dunia anak-anak, saya belajar bahwa pendekatan yang lembut bisa menghasilkan perubahan besar. Dan di dunia kerja, saya membuktikan bahwa prinsip yang sama tetap berlaku: bahwa manusia, berapapun usianya, selalu butuh dihargai, diarahkan, dan dicintai dengan tulus.

Saya juga membiasakan diri untuk memulai hari dengan mengucapkan salam setiap kali datang ke kantor. Dengan senyum, saya menyapa orang yang paling awal kita dapati ketika masuk lingkungan kantor: security.

“Assalamu’alaikum, Pak, kumaha damang?”

Selanjutnya saya masuk ke lobi utama dan menyapa staf informasi yang biasanya menyambut tamu dan orang tua siswa. “Assalamu’alaikum, Kak, apa kabar hari ini?”

Lanjutlah saya memasuki ruang kantor dan menyapa rekan-rekan seruangan dengan kalimat yang sama. Sederhana memang, tapi bagi saya salam bukan sekadar kata pembuka, ia adalah doa, tanda kepedulian, dan bentuk penghormatan.

Harapan saya kebiasaan kecil ini tidak hanya menjadi slogan yang tertempel di dinding, tetapi benar-benar hidup dalam keseharian kami. Saya ingin menumbuhkan budaya saling menghargai, karena dari sapaan yang tulus, lahir rasa hangat, persaudaraan, dan semangat kerja yang ikhlas. Semoga salam ini menjadi kebiasaan yang menular, menjadi teladan kecil yang membawa keberkahan besar.

Membiasakan untuk selalu mengucapkan terima kasih mungkin terdengar sepele, tapi saya percaya ucapan tulus bisa menjadi bahan bakar luar biasa bagi semangat dan motivasi seseorang. Begitu pula dengan senyuman dan pujian kecil yang tulus, keduanya mampu mencairkan suasana dan menumbuhkan rasa dihargai. Dan ketika melakukan kesalahan, tak perlu ragu meminta maaf.

Semua kebiasaan kecil dilakukan bukan sebagai formalitas, tapi sebagai upaya menjaga hubungan antar pegawai agar tetap hangat dan saling menghormati. Yang terpenting dalam bekerja bukanlah jabatan, melainkan bagaimana kita sebagai manusia yang berusaha memperlakukan orang lain dengan hormat, kasih, dan keikhlasan.

Strategi Komunikasi ala Guru TK untuk Staf Dewasa

Dalam perjalanan berinteraksi dengan berbagai karakter staf, ternyata pendekatan komunikasi yang sederhana justru seringkali paling efektif. Prinsip-prinsip yang dulu saya pakai di kelas TK ternyata masih sangat relevan untuk dunia kerja orang dewasa.

1. Gunakan bahasa yang jelas dan sederhana

Tidak semua orang terbiasa dengan istilah teknis atau kalimat panjang. Menyampaikan pesan dengan bahasa yang mudah dipahami membuat orang merasa lebih nyaman dan tidak takut salah.

2. Pahami masalah sebenarnya, bukan hanya di permukaan

Seperti anak-anak yang menangis bukan karena mainannya rusak, tapi karena butuh perhatian, begitu pula dengan orang dewasa. Kadang masalah utamanya bukan tugas, tapi perasaan yang belum tersampaikan.

3. **Hindari istilah teknis yang rumit**

Bahasa yang terlalu formal atau penuh istilah sering menciptakan jarak. Gunakan kata yang sederhana, agar pesan tidak hanya sampai ke telinga, tapi juga ke hati.

4. **Gunakan kalimat pendek dan langsung ke inti**

Kalimat yang singkat membantu fokus dan menghindari salah tafsir. Pesan yang jelas lebih mudah diingat dan dilaksanakan.

5. **Sertakan visual seperti gambar, warna, atau simbol**

Sama seperti di kelas TK, visualisasi membantu orang memahami dan mengingat informasi lebih baik. Warna dan simbol bisa menjadi penguat yang menyenangkan tanpa harus banyak bicara.

Apresiasi pada Pencapaian Kecil

Banyak staf yang merasa bahwa pekerjaannya hanyalah hal sepele. Mereka jarang mendapat pengakuan, padahal di balik tugas yang sederhana tersimpan upaya dan keikhlasan yang luar biasa. Karena itu, memberi apresiasi menjadi hal penting bukan untuk formalitas, tetapi bentuk penghargaan yang bisa menumbuhkan semangat.

Pujian kecil bisa berdampak besar, terutama jika disampaikan dengan tulus dan di depan orang lain. Misalnya, ketika lorong kamar mandi tampak bersih dan harum di pagi hari, saya menyampaikan apresiasi kepada salah satu pegawai kebersihan:

“Terima kasih, Bu Endah. Lorong kamar mandi pagi ini bersih sekali. Saya sangat menghargai kerja kerasnya.”

Ucapan sederhana itu membuat mata Bu Endah berbinar. Bukan karena mendapatkan materi, tapi karena ia merasa dihargai. Sejak itu, saya semakin yakin apresiasi yang tulus adalah pupuk terbaik bagi semangat kerja.

Mengajarkan Aturan dengan Pendekatan Bertahap

Sama seperti anak-anak TK yang belajar mengenal huruf satu per satu, para staf pun perlu dibimbing secara bertahap. Tidak bisa langsung diberikan banyak aturan sekaligus, karena hal itu justru membuat mereka bingung dan kewalahan. Pembiasaan membutuhkan waktu, kesabaran, dan pendampingan yang konsisten.

Dalam proses ini, kelembutan menjadi kunci utama. Saat terjadi konflik atau kesalahpahaman, langkah pertama bukanlah menegur atau mencari siapa yang salah, tetapi mendengarkan. Dengan mendengarkan, kita memberi ruang bagi mereka untuk menenangkan diri dan merasa dipahami. Setelah itu barulah solusi dapat ditemukan dengan hati yang lebih tenang.

Mengelola orang dewasa sebenarnya sama seperti membimbing anak-anak: bukan dengan suara keras, tapi dengan hati yang lembut. Karena kelembutan tidak melemahkan wibawa, justru menguatkan hubungan dan menumbuhkan rasa hormat yang tulus.

Terapkan prinsip

Dalam setiap interaksi, saya berusaha menerapkan prinsip sederhana namun bermakna, tidak langsung menyalahkan, fokus pada memvalidasi perasaan staf, dan mengarahkan mereka pada perilaku yang benar. Pendekatan ini saya pelajari dari dunia anak-anak, di mana setiap emosi memiliki makna dan setiap tangisan menyimpan pesan yang ingin dipahami.

Saya mulai melihat kemarahan bukan sebagai musuh, melainkan sebagai sinyal bahwa ada kebutuhan yang belum terpenuhi. Bisa jadi mereka lelah, butuh pengakuan, atau hanya ingin didengarkan. Maka ketika ada staf yang marah atau kecewa, saya tidak terburu-buru menegur, tapi mencoba mendengarkan dengan hati.

Ajaibnya, ketika mereka merasa didengar, suasana hati mereka perlahan melunak. Mereka lebih mudah menerima arahan, lebih tunduk pada aturan, dan lebih santun dalam menyampaikan pendapat. Kelembutan dalam mendengar bisa lebih kuat daripada kerasnya suara dalam memerintah.

Perubahan Nyata di Lingkungan *Boarding School*

Perlahan tapi pasti, saya mulai melihat perubahan yang indah di lingkungan *boarding school* kami. Konflik antar staf berkurang, suasana kerja menjadi lebih tenang dan bersahabat. Mereka yang dulu mudah tersinggung kini mulai belajar saling memahami. Staf merasa lebih dihargai, lebih termotivasi, dan mulai menemukan makna baru dalam pekerjaannya.

Aturan yang dulu terasa rumit kini lebih mudah dipahami dan dijalankan. Semua orang tahu apa yang harus dilakukan tanpa merasa terbebani. Pimpinan pun mulai merasakan dampaknya: kualitas pelayanan meningkat, pekerjaan berjalan lebih tertib, dan semua itu terjadi tanpa banyak drama.

Ungkapan staf pun membuat hati saya terasa hangat.

“Dulu saya sering malas kerja karena merasa tak ada yang peduli. Sekarang, saya merasa punya peran penting.”

“Sekarang aturannya lebih jelas. Saya jadi tahu apa yang harus dilakukan.”

Kalimat-kalimat sederhana itu menjadi bukti nyata bahwa pendekatan lembut bukan berarti lemah. Justru dengan kelembutan, hati-hati yang keras bisa luluh, dan sistem kerja bisa berjalan dengan penuh kesadaran.

Tantangan dan Pembelajaran

Tentu, perjalanan ini tidak selalu mulus. Masih ada beberapa staf yang memerlukan waktu lebih lama untuk memahami arah perubahan. Memang tidak semua orang bisa berubah secepat yang kita harapkan bahkan nasihat yang baik pun kadang perlu diulang dengan sabar, seperti guru TK yang terus menuntun anak-anaknya mengeja huruf pertama.

Rekan kerja di awal juga sempat ragu. Mereka mungkin mengira pendekatan saya terlalu lembut untuk dunia kerja yang keras. Namun, perlahan mereka mulai melihat hasilnya. Hubungan antar staf membaik, pekerjaan berjalan lebih lancar, dan suasana kantor menjadi lebih tenang.

Memimpin bukan hanya duduk di balik meja dan membuat aturan. Memimpin berarti turun ke bawah, mendengarkan, dan hadir di tengah mereka. Karena perubahan besar selalu dimulai dari hati yang disentuh dengan kasih.

Orang dewasa pun sesungguhnya tetap membutuhkan perlakuan yang lembut, sebagaimana anak-anak. Banyak di antara mereka membawa luka masa kecil yang belum sembuh, luka karena pernah diremehkan, tidak didengarkan, atau tidak dipercaya. Luka itu terbawa hingga dewasa dan kadang muncul dalam bentuk kemarahan, sikap menentang, atau keengganan bekerja sama.

Dengan pendekatan yang lembut, penuh empati, dan sabar, luka itu perlahan bisa pulih. Bukan karena kata-kata besar, tetapi karena

kehadiran yang tulus dan hati yang mau memahami. Dalam Islam, Rasulullah ﷺ memberi teladan agung dalam hal ini. Beliau memanggil sahabat-sahabatnya dengan panggilan penuh kasih, menegur dengan kelembutan, dan tidak pernah memermalukan di depan orang lain. Allah ﷻ pun menegaskan:

“Maka disebabkan rahmat dari Allah-lah kamu berlaku lemah lembut terhadap mereka.” (QS. Ali Imran: 159)

Dari sinilah saya belajar, bahwa kekuatan seorang pemimpin tidak terletak pada ketegasan suara atau kewibawaan jabatan, tetapi pada kemampuan memahami manusia. Menjadi pemimpin bukan hanya tentang memberi perintah, tetapi tentang menumbuhkan jiwa. Memimpin bukan tentang siapa yang paling tinggi jabatan atau paling keras suara, tetapi siapa yang paling lembut hatinya dalam memahami manusia. Setiap teguran yang dibalut kasih sayang akan lebih bermakna daripada seribu instruksi tanpa empati.

Dan ketika semua dilakukan karena Allah, setiap langkah kecil menjadi ibadah, setiap kesabaran menjadi pahala, dan setiap hubungan yang membaik menjadi jalan menuju ridha-Nya.

“

Murid yang menatap penuh harap dan guru yang menunduk bersembunyi adalah ironi yang seharusnya tak pernah terjadi.

Murid Menatap, Guru Menunduk

Mr. Kokoh

English Teacher IDN Boarding School Jonggol

Dalam sebuah rekaman dokumenter, seekor induk bangau tertangkap kamera sedang mengangkat salah satu anaknya dengan paruh, lalu dengan sengaja melemparkannya keluar dari sarang. Begitu pula aku pernah menyaksikan perilaku beberapa induk kucing yang kedapatan memakan bayinya sesaat setelah dilahirkan. “Kejam,” pikirku. Mungkin saja, jika diukur dari kacamata manusia, bahkan saat itu aku merasakan kesedihan karena tidak mampu berbuat apa-apa. Namun aku belajar satu hal, bahwa hewan tidak memiliki akal yang cukup untuk berpikir kompleks, mereka berperilaku mengikuti naluri, melindungi dan bertahan. Menyingkirkan anak-anak yang tidak berkembang dan dianggap beban adalah salah satu cara hewan untuk melindungi dan mempertahankan kelompoknya. Sang induk tahu, mana yang bisa bertahan, dan mana yang hanya akan jadi beban koloni.

Dalam kehidupan nyata, tanpa disadari kita juga mungkin melakukan hal yang sama. Seringkali menganggap anak-anak sebagai “tidak normal” hanya karena mereka berbeda, kurang pandai, pendiam, lamban, urakan, atau bahkan terlalu aktif. Ironi serupa terjadi ketika aku mengajar di suatu Sekolah Menengah. Seorang siswa yang dicap “nakal” dan kurang pandai dikeluarkan dari sekolah. Sayangnya tidak seorang guru pun yang berdiri membela atau mempertahankan meski orangtua dan siswa tersebut sudah memohon. Rumor yang beredar bahwa harus bisa terus mempertahankan prestasi dan reputasi yang berturut-turut mendapat penghargaan sebagai sekolah dengan kelulusan seratus persen dan peringkat terbaik nasional, salah satu cara yang ditempuh ialah

dengan menyingkirkan siswa yang dianggap sulit berkembang dan sulit diarahkan.

Alih-alih digali potensinya, anak-anak seperti itu kerap dilabeli sebagai pengganggu, pemalas, atau penghambat. Sering terdengar suara yang mengatakan:

“Kalau dari awal sudah lemah, biasanya sampai akhir juga akan tetap seperti itu, sulit untuk bersaing.”

Kalimat senada juga pernah aku dengar dari mulut seorang guru, “Dia mah bandel, biarin aja, anaknya susah diatur.” Bisa diakui memang yang terjadi demikian, sehingga mereka dibiarkan begitu saja, diabaikan bahkan dieliminasi agar tidak mengganggu fokus siswa lainnya lalu tetap tak terarah selamanya.

Namun, kemudian timbul banyak pertanyaan dalam pikiranku. Mengapa harus selalu terjadi demikian? Mengapa kita sebagai guru, dan sebagai orangtua kerap memilih menunduk menutup mata tak mau tahu, daripada menghadirkan diri membantu anak-anak untuk tumbuh meski perlahan. Apakah anak-anak itu tidak pernah punya harapan? Apakah tugas guru hanya sebatas mengajar?

Andrea Hirata dalam novelnya yang berjudul *Guru Aini* menuliskan: “*Guru adalah mereka yang berani mengasuh anak-anak yang lemah hingga kuat.*” Tulisan tersebut menjadi pengingat bagiku bahwa tugas seorang pendidik bukan hanya mengawal anak-anak pintar agar semakin cemerlang, tetapi juga mengulurkan tangan pada mereka yang tertatih agar terlatih.

Aku mengajar sejak lulus SMA, mulai dari pengabdian di pesantren, mengajar di Madrasah Diniyah sekaligus Sekolah Dasar hingga akhirnya memutuskan untuk merantau ke negeri tetangga

demikian membantu meringankan masalah pendidikan anak-anak bangsa yang terancam buta huruf dan keterbatasan.

Dari pengalaman-pengalaman tersebut, aku sering menemui siswa dengan karakter, bakat dan keunikan yang beragam. Respons guru dan orang-orang terhadap keunikan anak-anak juga beragam. Anak-anak yang menunjukkan kecerdasan dan bakat yang luar biasa, baik peragawan, baik tutur kata bahkan nyaris tak ditemukan kekurangannya, biasanya akan menjadi kebanggaan guru-guru di sekolah, dan dijuluki “gacok” yang akan mengharumkan nama baik sekolah. Namun, ada pula anak-anak yang biasa-biasa saja, tidak terlalu mencolok kelebihan maupun kekurangannya. Sisanya adalah anak-anak aktif yang kritis dan urakan, lalu anak pendiam dan pasif, anak yang lemah dan selalu menjadi korban bullying, ada pula anak yang tidak unggul dalam pelajaran apapun plus selalu menimbulkan masalah di sekolah seperti Andrikas.

Sebagai guru, aku tidak ingin tebang pilih siswa. Yaitu mengambil yang pandai dan menolak yang berpotensi menyulitkan, aku bukan bangkai atau kucing yang mengeliminasi anak-anaknya karena dianggap beban, aku berharap bahwa aku adalah seorang guru yang berakhlak lurus. Salah satu pengalaman berharga ku ketika menghadapi bocah superaktif yang terkenal “bandel” bernama Andrikas. Laporan kenakalannya datang hampir setiap hari. Bajunya selalu dekil, seragam berantakan, biang onar dan “bodoh” menurut orangtuanya. Bahkan sejak awal orang tuanya sudah mewanti-wanti, “Kalau dia nakal, pukul saja, Pak Guru.” Aku hanya tertawa mendengarnya.

Namun benar saja, setelah berhadapan langsung dengan Andrikas, rasanya tidak ingin hanya sekedar memukul, tapi juga mengikat tangan jahilnya agar tidak lagi membuat siswa perempuan menangis, atau paling tidak melatihnya untuk duduk diam dan fokus

belajar. Masalahnya dia melakukannya hampir setiap hari, banyak aduan yang datang tentang anak nakal ini.

“Pak Guru, Andrikas pukul aku,” lapor Nora sambil menangis.

“Pak Guru, dia merusak pintu kamar mandi!”

“Pak Guru dia patahkan pensilku!”

Terus berdatangan laporan-laporan lainnya yang membuatku berang. Tak sampai di situ, pernah suatu hari anak itu kembali membuat salah satu siswa ku menangis, Nora siswi pendiam yang selalu menjadi target kenakalan Andrikas. Saat aku hendak menghampiri Andrikas untuk meminta penjelasan, anak itu melompat keluar jendela dan kabur entah kemana.

Menjadi guru tunggal di tengah hutan Sawit Kinabalu, dan menghadapi anak yang liar membuatku hampir frustrasi. Dalam keresahan menghadapi liarnya Andrikas, terbersit keinginan untuk memanggil orang tuanya saja, lalu mengeluarkannya dari sekolah. Mungkin dengan begitu proses belajar mengajar akan lebih kondusif, tidak ada lagi siswa pengganggu dan tidak ada lagi yang menangis mengadu karena diganggu dan aku bisa bernapas lega. Anak-anak potensial lainnya akan lebih cepat berkembang dan cemerlang tanpa si biang kerok. Aku bisa fokus menyemangati Nora agar lebih percaya diri, sambil membimbing yang lainnya agar semakin cemerlang.

Dan Andrikas? Bagaimana dengan Andrikas? Bagaimana jika ia kecewa dan menjadi semakin liar karena tidak mendapat pendidikan sama sekali? Bagaimana jika anak itu tetap menjadi beban dan biang onar seumur hidupnya? Tega kah aku membiarkan seorang siswa tetap berada dalam kebodohan selamanya? Apakah aku masih pantas menjadi guru?

Aku teringat misi yang kubawa saat pertama kali mengajar di pedalaman Malaysia. “Education for all” adalah tajuknya. Bukankah semua anak memiliki hak yang sama atas pendidikan? Bukankah Andrikas dan anak-anak spesial lainnya juga berhak untuk sekolah? Aku kembali tersadarkan bahwa mendidik anak-anak spesial tidak cukup hanya dengan pembelajaran di ruang kelas dengan waktu yang terbatas. Aku bimbang dan menutup mata memikirkan ruang kelas yang dihuni berbagai macam karakter yang sulit dikendalikan sendirian. Rasanya ingin menyerah namun di saat yang sama, wajah-wajah itu, anak-anak yang lamban, anak pendiam, anak-anak biasa saja yang kerap kuabaikan, dan juga Andrikas yang liar, seolah menatapku penuh harap dan berkata: “Pak guru, bimbing kami, kami belum tahu apa-apa.” Sejak saat itu aku memutuskan untuk menatap balik.

Dalam buku *The Theory of Multiple Intelligences*, Howard Gardner memperkenalkan teori 8 kecerdasan majemuk (*Multiple Intelligences*). Ada anak yang dianugerahi kecerdasan Linguistik, Logis-Matematis, Visual-Spasial, Kinestetik, Audio-Musikal, Interpersonal, Intrapersonal dan naturalis. Bahkan ia juga membuka kemungkinan adanya kecerdasan kesembilan yaitu Kecerdasan Eksistensial. Mungkin aku harus mulai membantu murid-muridku menemukan jati diri dan menggali potensinya. Aku percaya setiap anak memiliki keunikan dan kecerdasan masing-masing, dan akan mudah terarah jika mereka dapat mengenali dirinya.

Memang seringkali menjadi tantangan bagi guru. Inginnya hanya berbagi pengetahuan saja tanpa perlu peduli pada karakter siswa yang kompleks, belum lagi beban administrasi yang menyita banyak waktu sehingga guru tidak sempat menggali problematika kelas secara utuh dan mendalam. Namun aku ingin memilih untuk menemani proses anak-anak didikku hingga menjadi pribadi yang utuh dan penuh kesadaran.

Saat pertama kali aku membuka sekolah di pedalaman Malaysia dan menjadi guru tunggal untuk tiga puluh siswa dengan berbagai usia dan level kecerdasan, seseorang pernah bertanya: “Bagaimana kamu membagi waktu untuk mengajar semua anak-anak ini sendirian?”

Saat itu aku hanya menjawab dengan gurauan sambil tertawa, “Aku membelah diri seperti amoeba.” Sebenarnya aku tidak tahu pasti jawabannya, tapi aku yakin pasti akan ada caranya.

Hari berikutnya, aku tidak jadi memanggil orangtua dan mengeluarkan Andrikas dari sekolah. Namun mengatur strategi, merombak kembali posisi duduk, anak-anak potensial dan anak-anak biasa-biasa saja diberi tanggung jawab untuk mendampingi siswa lemah yang membutuhkan bantuan. Andrikas secara khusus kupindahkan duduk di sampingku, dekat meja guru.

“*We are team!*” Kuberikan semangat dan pengertian pada Andrikas agar tak merasa dibedakan dari teman-temannya.

“Di kelas ini, tidak boleh ada yang pintar sendirian.” Aku memberikan tatapan terkhusus kepada anak-anak yang kuanggap paling cerdas di kelas.

“Kita bodoh jika hanya pintar sendirian, kita lemah jika hanya kuat sendirian. Setiap siswa bertanggung jawab untuk membantu temannya dalam belajar, memberi semangat, mendukung, tidak boleh ada ejekan dan perundungan. Kita belajar bersama, maju bersama.”

Aku mulai mengajar seperti biasa, beberapa menit pertama kutujukan untuk anak-anak yang mudah menangkap pelajaran. Setelah itu mereka harus menjelaskan kembali pada temannya yang masih sulit memahami. Strategi ini dilakukan sebagai metode praktik atau mengulas kembali pemahaman dan diharapkan dapat

menumbuhkan simpati serta empati sehingga siswa cerdas terhindar dari sifat sombong.

Menit berikutnya aku mulai melakukan mentoring terhadap siswa-siswa tertentu, termasuk menggali potensi Andrikas secara mendalam. Sekilas tampak seperti menganak-emaskan siswa tertentu, namun perlahan kelas menjadi lebih tenang, Andrikas tidak bisa menjangkau teman-temannya untuk diusili.

Hari berikutnya, aku melibatkan anak-anak pasif dalam kegiatan interaktif di kelas dengan tema “Show Your Talent”. Pesertanya hanya mereka yang masih pasif dalam belajar, Andrikas turut serta, sedangkan anak-anak aktif lainnya bertugas sebagai penyelenggara. Setiap anak harus memilih topik atau materi dari pelajaran yang paling mereka sukai, lalu maju ke depan untuk menunjukkan bakat mereka.

Nora memilih topik bercerita, Andrikas memilih hitung-hitungan, lainnya memilih topik alam, dan sisanya membaca.

“Sekecil apapun perkembangan teman kalian, kita beri penghargaan,” pesanku sebelum kegiatan dimulai.

Nora berdiri di depan teman-temannya dengan ragu, kepalanya menunduk, berulang kali memijit-mijit jemarinya, bicaranya gugup. Andrikas dan teman-teman lainnya bersorak memberi semangat. Nora mulai membuka suara, bercerita tentang kegiatan sehari-hari, mulai mengalir, seisi kelas kembali bersorak-sorai bangga karena akhirnya salah satu teman mereka yang dikenal sering menangis dapat bercerita di depan kelas.

Satu per satu siswa lainnya maju ke depan untuk menunjukkan kebolehannya. Akhirnya mereka mendapat ruang untuk membuktikan bahwa dalam keterbatasan, mereka juga punya

kelebihan. Masih ada sesuatu yang dapat mereka tunjukkan dan berkata: “Aku Bisa!”

Tiba giliran Andrikas, dengan gaya khas cengengesan dan seragam berantakan, dia memegang spidol dan menatap soal-soal hitungan sederhana, tambahan dan pengurangan. Anak itu berpikir, menghitung dengan jemarinya, lalu menuliskan jawabannya di papan tulis. Siswa lain menonton dan siap memberi pujian untuk siswa paling usil di sekolah. Ia menjawab dengan pelan-pelan, menulis hasil berhitungnya secara lambat-lambat. Apakah ia bisa? Ya! Serempak kami bersorak saat Andrikas menjawab semua soal dengan benar.

Sederhana soal-soalnya. Lima tambah dua, enam tambah empat, sembilan kurang lima, dan seterusnya. Sederhana pula bagi anak-anak, namun cukup membuat Andrikas bangga dan merasa diapresiasi. Bukan lagi dimarahi, dijengkei, dan dilaporkan oleh kawan sejawatnya. Ia melihat wajah-wajah teman yang menganggapnya hebat hari ini.

Mendidik itu bisa dengan memberi ruang berekspresi yang lebih banyak bagi anak-anak dan melibatkan mereka pada setiap kegiatan kelas. Guru juga dapat berperan memberi pujian atas pencapaian sekecil apapun dan mengajak warga sekolah untuk ikut membantu mereka tumbuh bersama. Dan yang paling penting, aku menyadari bahwa sebagai guru aku harus mau mengorbankan kenyamanan duduk di kursi dengan membaur di antara peserta didik, mengenali karakter mereka dari dekat, memahami kesulitan, memberi dukungan, dan membantu mereka tumbuh hingga mandiri.

Perlahan sekolah menjadi lebih damai, setiap orang terbiasa memberi support dan tidak lagi merundung. Nora tidak lagi menangis, malah menjadi lebih cerewet, suka bercerita apa saja.

Andrikas mulai mampu mengendalikan diri, tidak lagi mengganggu, mulai terlihat bakatnya dalam matematika, dan mulai merasa diakui. Penulis buku *On Becoming a Person* Carl R. Rogers mengatakan, “Ketika seseorang bebas secara batin, sadar diri, dan terbuka terhadap pengalaman, ia menjadi lebih utuh dan efektif dalam hidupnya.”

Andrikas dan Nora telah membuktikannya. Memang belum sempurna, proses mereka masih panjang, namun telah menunjukkan kemajuan secara bertahap. Kita sebagai orang tua, sebagai pendidik, harus hadir dan terlibat dalam proses itu.

Kenyataan sering terjadi sebaliknya. Orang tua terlalu sibuk dengan rutinitasnya sendiri termasuk bekerja dan mengurus rumah saja, sampai-sampai tidak sempat melihat perkembangan anak-anaknya. Akibatnya, tanggung jawab pendidikan sepenuhnya dilimpahkan kepada guru dan sekolah dengan dalih telah membayar sekian-sekian. Ironisnya, di sekolah pula para guru sibuk dengan tanggung jawab administrasi yang berkelanjutan dan tak ada habisnya, sehingga mereka tidak lagi sempat menggali potensi dan menemani proses belajar dan tumbuh setiap siswanya.

Namun, seorang guru yang sadar diri tidak akan mudah menyerah dan mendidik seadanya, asal mengajar, asal hadir, lalu pulang. Sementara anak didiknya dibiarkan tertatih-tatih setiap hari menunggu sosok yang mau menemani proses belajar mereka, menunjukkan arah yang benar, jika tak ditemukan, siswa cenderung mencari informasi dan menyimpulkan sendiri, dan pada akhirnya tersesat tak terarah, atau tetap dalam kebingungan, hingga selanjutnya dihukumi bodoh, lemah, tidak mandiri, susah diatur, dan label buruk lainnya.

Murid yang menatap penuh harap dan guru yang menunduk bersembunyi adalah ironi yang seharusnya tak pernah terjadi. Mungkin di mata dunia, mereka hanyalah anak biasa, anak orang lain. Asal sudah mengajar, maka lepas sudah kewajiban sebagai pekerja sekolah. Nyatanya, tak ada yang benar-benar mengajar, bahkan seorang guru pun belajar banyak hal dari siswanya: belajar sabar, belajar menyelesaikan persoalan, belajar cara mengajar dan mendidik.

Seorang guru sejati, tidak mungkin membiarkan muridnya berakhir tragis seperti anak bangau atau kucing lemah yang dieliminasi demi mempertahankan koloni. Hewan yang tersingkirkan mungkin saja segera mati, namun anak manusia akan terus tumbuh mencari arah. Mereka adalah bagian dari generasi yang harus dirangkul dan dibimbing bersama, meski sayapnya patah atau kakarnya tumpul. Sekalipun lelah, guru adalah nakhoda yang tak boleh pilih-pilih penumpang. Tugas kita bukan hanya mengajar, tapi memastikan setiap anak sampai ke pelabuhan yang tepat, bukan terombang-ambing hingga hilang di lautan.

“

Melihat anak muda yang berani dan optimis menyampaikan ide-idenya yang inovatif, kita patut bertanya, berapa buku yang telah ia lahap?

Habit dan Nilai Spiritual untuk Batin

Suhendra, S.E.

Staff Administrasi IDN Boarding School Jonggol

Habit adalah suatu aktivitas yang biasa dilakukan secara terus menerus atau secara berkala. Habit akan membentuk kepribadian seseorang, bila habit itu baik atau bagus hal itu akan memberikan manfaat atau kebaikan bagi dirinya dan bila habit itu buruk atau tidak baik habit tersebut akan memberikan dampak negatif pula bagi dirinya. Contoh dari habit baik yang masih sangat disepelkan adalah membaca buku.

Di zaman sekarang banyak orang yang mulai melupakan kebiasaan membaca buku. Orang lebih banyak berinteraksi dengan gadgetnya dibandingkan dengan buku, atau aktivitas yang lain seperti bersosialisasi dengan orang sekitar. Sekarang cenderung lebih banyak orang yang berinteraksi dengan orang lain menggunakan ponsel atau gadgetnya. Bagaimana jika kita menantang diri untuk mengurangi penggunaan ponsel yang terus-menerus dengan membaca buku atau bersosialisasi tanpa memegang ponsel untuk sesaat atau untuk beberapa jam saja?

Awal mula saya suka membaca buku yaitu ketika saya mulai jenuh dengan penggunaan handphone yang cukup lama. Efek samping yang paling mengganggu adalah merasa pusing melihat layar dalam waktu yang lama. Setelah dialihkan dengan membaca buku, saya merasakan pikiran saya menjadi lebih relaks dan tenang, apalagi buku yang dibaca adalah buku yang saya sukai.

Bangun Habit Baca Buku dengan Cara Ini

Cara membangun habit membaca buku yaitu pertama mencari buku yang kita sukai, bisa dari genrenya, dari topiknya, dari sampul dan ilustrasinya, dari siapa penulisnya. Kedua baca buku jangan terlalu mengejar target bacaan yang banyak karena dapat membuat cepat bosan dan jenuh, cukup membaca buku yaitu 5 - 10 lembar per hari. Itu pun jika masih sanggup. Ada yang baru selembarnya sudah mulai terkantuk-kantuk. Namun begitulah proses membangun habit. Dan ketiga yang paling penting yaitu konsisten, karena bila kita tidak konsisten dalam membaca buku, lama kelamaan habit itu akan hilang dan tergantikan dengan aktivitas lain.

Nah bila kita sudah terbiasa dalam membaca buku efek yang akan kita rasakan yaitu hati kita akan menjadi senang, karena kita terbawa akan alur cerita dari buku yang kita baca. Ada kebanggaan dan kepuasan tersendiri yang ketika berhasil menamatkan satu buku, dan perasaan ini tidak didapatkan pada aktivitas selain membaca buku. Percayalah!

Membaca buku setidaknya 5-10 halaman setiap hari akan dapat berdampak besar untuk diri di masa depan. Entah dampaknya pada skill kita, perilaku, pemikiran, mentalitas, bahkan berpengaruh pada kesempatan menempuh pendidikan dan berkarir. Buku juga dapat menjadi candu. Habit yang telah terbangun itu akan membuat jiwa kita haus akan bacaan. Tiba saatnya ketika kita tidak baca buku sehari saja akan seperti ada yang kurang dan terasa bersalah.

Modal Baca Buku Efeknya Bisa Sampai Begini

Siapa sangka, seorang pembicara yang mahir bercerita di atas panggung, dan seorang pemimpin yang mampu memberikan arahan dengan pemilihan kata yang bijak, lahir dari buku-buku yang telah ia selami selama bertahun-tahun. Bahkan anak muda yang berani dan

optimis menyampaikan ide-idenya yang inovatif, kita patut bertanya, berapa buku yang telah ia lahap?

Kebiasaan membaca benar-benar akan memicu perbedaan pada diri kita, seperti meningkatnya kemampuan berkomunikasi, pengetahuan yang luas, dan pembendaharaan kosakata lebih bervariasi. Kemudian terbangunlah mental yang lebih tangguh, percaya diri, dan kritis.

Meningkatkan kualitas diri (*self-improvement*) memang bisa melalui apa saja seperti mengikuti seminar, kelas, pelatihan, atau hal yang lainnya. Namun salah satu cara paling mudah untuk meningkatkan daya diri adalah membaca buku. Kini buku dapat diperoleh di mana saja, toko buku dan perpustakaan telah menjamur. Bebaslah kita ingin baca buku fisik atau e-book. Bahkan kita dapat mengakses ribuan buku secara cuma-cuma, misalnya melalui aplikasi Ipusnas. Akses terhadap buku tidak lagi sesulit zaman dulu, zaman di mana bahkan membaca buku sempat dianggap aktivitas yang dilarang, dan harus sembunyi-sembunyi jika ingin membaca atau membeli buku-buku tertentu.

Adapun pilihan membaca buku sungguhan (fisik) ataupun digital itu tergantung minat sang pembaca. Namun di era teknologi ini, esensi membaca buku sungguhan tidak dapat terkikis. Membaca buku fisik punya sensasi tersendiri dan bebas dari segala distraksi pun notifikasi. Namun setiap orang punya cara belajarnya masing-masing. Kita bebas menentukan pilihan itu selama kita tetap membaca buku.

Buku Memperkuat Aspek Spiritual

Membaca buku dapat memperkuat batin dalam aspek spiritual. Dengan ilmu dari buku-buku yang saya baca, saya merasa lebih dekat dengan Allah Al-Alim. Tidak ada yang lebih menenangkan

untuk batin seseorang selain mendekat kepada Allah sebagaimana yang termaktub dalam al-Qur`an. Seperti di keheningan malam menunaikan sholat Tahajjud, saat yang lainnya tidur dan terhanyut, tak pernah saya merasakan suatu ketenangan yang sama seperti saat melaksanakan ibadah nan mahal itu. Shalat tahajjud memiliki keistimewaan yang penting kita ketahui. Seseorang yang senantiasa mengamalkannya akan mendapatkan 4 hal dalam hidup yaitu:

1. Allah bimbing ia dalam aktivitasnya,
2. Allah angkat derajatnya ke tempat paling mulia,
3. Allah mudahkan dan lancarkan segala urusannya,
4. Dan bila ada yang ingin jahil terhadapnya, Allah langsung yang akan turun untuk menjaganya.

Setelah melaksanakan rutin sholat sunnah tahajjud, saya merasakan hal tersebut, banyak urusan yang menjadi mudah dan terselesaikan.

Buku menjadikan saya pribadi yang lebih haus akan ilmu, lebih *mindful*, dan lebih fokus. Dan itu berdampak pada aktivitas saya lainnya. Saya rutin kajian rutin di masjid tempat saya tinggal, yang diadakan setiap malam Ahad. Pernah saya di titik hidup yang penuh tekanan hingga hampir menjadi berputus asa dan bingung bagaimana caranya untuk dapat menghilangkan perasaan tersebut. Dari kajian-kajian rutin inilah saya memperoleh ketenangan spiritual.

Saya tahu untuk menghilangkan hal negatif dalam diri itu tidak mudah, butuh proses, butuh waktu, butuh berdamai dengan diri sendiri. Saya mencoba bertahun-tahun mencari bagaimana caranya untuk dapat menghilangkan hal-hal yang mengganggu batin saya. Rasa sakit hati, merasa direndahkan, merasa tidak didengar, dan merasa dikucilkan. Dari buku yang pernah saya baca, shalat sunnah menjadi salah satu amalan untuk menenangkan hati. Lantas se usai

shalat, saya memanjatkan doa kepada Allah agar ditenangkannya jiwa ini karena saya tidak ingin kelak di akhirat bertemu dengan-Nya, batin saya masih menyimpan hal-hal yang tidak disukai-Nya.

Dan Bacaan Terbaik adalah Al-Qur`an

Saya sempat merasakan banyak tekanan yang yang hampir membuat saya berputus asa dan ingin menyerah. Semasa menjadi mahasiswa tingkat akhir, saya dihadapkan oleh skripsi dan persyaratan sidang, tugas organisasi, belum lagi tekanan dari keluarga dan orang-orang yang berada di sekitar saya. Waktu itu saya masih mengemban amanah di 3 organisasi kampus yaitu Himpunan Mahasiswa Islam, Lembaga Dakwah Kampus, dan Dewan Perwakilan Mahasiswa. Kesibukan begitu menyita waktu dan tenaga di mana saya harus bolak-balik berangkat dan pulang lintas kota dan kabupaten, lanjut mengerjakan skripsi sampai subuh.

Rupanya obat yang paling ampuh untuk menenangkan batin adalah dengan membaca Al-Qur'an. Bacaan terbaik itu adalah kalam-Nya. Perasaan yang tak terungkapkan itu berangsur-angsur pulih sedikit demi sedikit mulai menghilang. Apa lagi ketika saya sudah menyelesaikan amanah di organisasi, tugas akhir, dan sebentar lagi wisuda. Semua beban seketika menghilang, seperti mendapatkan kehidupan baru yang lebih baik merasakan hidup yang seutuhnya. Benarlah Al-Qur'an adalah asy-Syifa, penyembuh untuk penyakit baik untuk raga maupun jiwa.

“

*Goal hidup bukan hanya untuk tiba di puncak, melainkan
tentang menjadi versi terbaik dari diri kita di sepanjang
jalan itu.*

Chasing Dreams, Finding Direction

Syelvi Amelia Suryana

Guru Asrama & Tahfidz IDN Boarding School Akhwat

Impian tanpa arah ibarat layang-layang tanpa benang, sebentar mengudara, lalu hilang terbawa angin. Ada impian yang begitu tinggi, hingga terdengar mustahil di telinga kita, layaknya B.J. Habibie pernah dicibir ketika memiliki impian membuat pesawat di negeri yang kala itu masih tertinggal. Banyak yang meragukannya. Namun dari impian yang dianggap terlalu besar itu, lahirlah pesawat N-250 Gatotkaca, bukti bahwa impian yang diarahkan dengan ilmu, keyakinan, dan kerja keras dapat benar-benar terbang di langit.

Impian, seindah apapun, butuh jalan, butuh kompas, butuh pijakan untuk bisa hidup di dunia nyata. *Dreams wander, but direction leads.* Banyak orang memiliki impian besar, tetapi tak sedikit yang akhirnya kelelahan di tengah jalan. Mereka berlari kencang, namun tanpa arah yang jelas, hingga tersesat.

Impian adalah tujuan; sesuatu yang kita cita-citakan, harapkan, dan idamkan. Sedangkan arah adalah cara; jalan yang menuntun langkah menuju tujuan itu. Impian tanpa arah ibarat perahu tanpa nahkoda, terombang-ambing di tengah samudra luas.

Mengejar impian semata sering kali menjebak orientasi kita pada hasil akhir, pada gelar, pencapaian, atau pengakuan. Dan ketika gagal, kekecewaan terasa menyesak. Menemukan arah yang berbeda mengajarkan kita bahwa perjalanan sama berharganya dengan hasil. Kegagalan bukanlah musuh, melainkan tanda untuk mencari jalan lain.

Dalam Islam, arah ini sejalan dengan firman Allah: *“Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah nasib suatu kaum hingga mereka mengubah apa yang ada pada diri mereka sendiri.”* (Terj. QS. Ar-Ra’d: 11)

Artinya, impian hanya bisa terwujud jika kita berani menempuh arah perubahan, dengan usaha, doa, dan kesabaran. Mengejar impian itu ibarat berlari ke arah cahaya di kejauhan. Kita tahu ada sesuatu yang berkilau di sana, kita ingin meraihnya, bahkan rela berlari tanpa henti. Namun tanpa arah, langkah itu hanya membuat kita berputar dalam lingkaran, lelah namun tak sampai ke mana-mana.

Untuk itu, impian butuh pijakan. Pijakan itu lahir dari tujuan. Tujuan umum kita sama; menjadi manusia yang bermanfaat. Namun tujuan khusus berbeda pada setiap orang; ada yang ingin menjadi guru, ada yang bercita-cita menjadi dokter, ada yang menulis kata-kata untuk menghidupkan jiwa, ada pula yang bermimpi menuntaskan hafalan tiga puluh juz Al-Qur’an. Dari tujuan itulah arah akan terlahir.

Arah untuk melangkah tidak selalu hadir dalam lompatan besar, melainkan dalam langkah-langkah kecil yang setia diulang setiap hari. Ia tumbuh dalam disiplin, dalam konsistensi, dalam keberanian untuk bangkit setelah jatuh. Dan ketika jalan yang ditempuh ternyata salah, arah tidak menghukum. Recalculating route. Seperti GPS di ponsel kita yang akan menunjukkan jalur baru yang lebih tepat.

Begitulah “arah” bekerja. Ia membuat impian yang tadinya samar menjadi mungkin dicapai. Karena pada akhirnya, arah bukan hanya tentang sampai di tujuan, melainkan tentang bagaimana kita memilih untuk terus berjalan.

Some dreams are whispered in the silence of the night, some are shouted loudly to the universe.

Menulis Sebagai Kompas

Menulis adalah salah satu cara untuk memberi arah pada impian. Ketika pena menyentuh kertas, kata-kata menjadi peta, kalimat menjadi jalan, dan paragraf menjadi jembatan menuju masa depan. Posisikan dirimu sedang duduk di hadapan selembar kertas kosong. Di sanalah segala kemungkinan dimulai. *You are not just writing your dreams, you are planting seeds. Seeds of ambition, seeds of hope, seeds of becoming.*

Ketika kita menuliskan impian, rencana, atau langkah kecil, tulisan itu berubah menjadi kompas yang menuntun jalan kita menjadi lebih jelas, apa yang tadinya hanya di kepala menjadi terlihat.

Menulis juga memberi ruang refleksi. Saat menulis, kita diajak berhenti sejenak, menengok ke dalam diri, siapa kita, apa yang benar-benar kita inginkan, dan bagaimana kita mencapainya. Tanpa menulis, impian mudah hanyut dan terkikis oleh waktu, dan akhirnya terlupakan.

Sesederhana ketika seseorang ingin meraih prestasi maka target belajarnya setiap hari; seorang penghafal Qur'an menulis target setoran hafalannya sebagai pengingat; seorang penulis mengirim draft karyanya ke penerbit meski ditolak berkali-kali. Dari menulis itulah arah menjadi jelas, konsistensi terjaga, dan impian perlahan berubah menjadi kenyataan.

Ketika kita berusaha meraih impian, sering kali dipenuhi ambisi. Ambisi kerap dianggap rakus, seolah hanya tentang keinginan untuk memiliki lebih. Padahal, ambisi sejati adalah api kecil di dalam dada yang berbisik: *"You can be more. You can grow. You can move forward."*

Mungkin ada saatnya ketika mimpi terasa terlalu jauh, seakan kita hanya berlari mengejar bayangan. Menulis menjadi cara untuk melepaskan beban itu.

Hidup adalah perjalanan panjang yang tak selalu mudah. Ada hari dimana mimpi terasa begitu dekat, dan ada pula hari di mana kita merasa hilang arah. Namun dalam setiap kejatuhan, ada kesempatan untuk bangkit; dalam setiap kehilangan, ada ruang untuk menemukan kembali.

“*Chasing dreams*” bukan sekadar berlari menuju sesuatu yang jauh, melainkan keberanian untuk terus berjalan meski berat. Dan “*finding direction*” bukan sekadar menemukan jalan, tetapi menemukan alasan mengapa kita masih terus melangkah.

Kita tidak selalu tiba di tempat yang kita bayangkan. Tetapi *goal* hidup bukan hanya untuk tiba di puncak, melainkan tentang menjadi versi terbaik dari diri di sepanjang jalan itu.

Suatu hari, kita akan menoleh ke belakang dan tersenyum. Semua air mata, semua luka, semua tawa, ternyata adalah bagian dari peta yang membawa kita ke titik ini. Kita mungkin belum benar-benar sampai pada semua mimpi, namun kita telah menemukan arah. Dan itulah yang membuat perjalanan ini berharga.

Mungkin, kita tidak pernah benar-benar menemukan semua yang kita cari. Namun justru dalam pencarian itu, kita menemukan diri kita sendiri. Dan ketika kita berdiri di satu titik, menatap langit yang luas, kita akan sadar bahwa kita tidak lagi hanya mengejar bintang, tetapi kita sudah menjadi cahaya bagi diri kita sendiri.

“

*Tak semua luka harus disembuhkan dengan terburu-buru.
Ada yang perlu dibiarkan sembuh perlahan, karena di sela sakitnya,
kita belajar menjadi manusia.*

Kenali Sedihmu, Pilih Bahagiamu

Amelia Gustiana

Guru Asrama & Tahfidz IDN Boarding School Akhwat

Pernahkah kamu merasa kepalamu penuh sesak oleh pikiran yang tidak ada habisnya? Seolah-olah ada suara kecil di dalam diri yang terus bertanya:

“Kalau nanti gak bisa, aku gimana ya?”

“Kalau gagal kedua kalinya aku harus apa?”

Aku pernah berada di fase itu. Rasanya lelah sekali meskipun tubuh hanya diam. Pikiran terus berputar tanpa henti dan mengganggu tidur. Lambat laun semangatku ikut memudar. Ternyata itu namanya *overthinking*. Kondisi ini berujung menjadikanku *burnout* atau kelelahan mental, istilah psikologi yang digunakan untuk menggambarkan perasaan kegagalan dan kelesuan akibat tuntutan yang terlalu membebankan tenaga dan kemampuan seseorang.

Awalnya, aku menganggap itu hal yang wajar jika aku sering khawatir atau memikirkan kemungkinan-kemungkinan buruk terhadap suatu hal. Namun, lama-kelamaan aku pun mulai menyadari ada yang janggal. Jelas, hal ini buruk dan tidak sehat.

Aku mulai sulit menikmati waktu-waktu santai. Ini menyita pikiran, fisik, serta peranku sebagai guru. Bahkan ketika waktu mengajar itu datang yang mana harus membutuhkan fokus yang penuh, aku kesulitan. Ada masa di mana saat itu aku merasa sangat tidak berdaya. Setiap kali mengalami kegagalan, aku sering berpikir negatif.

“Mengapa hal semudah ini, aku tidak bisa?”

“Mengapa aku tidak bisa menyelesaikan ini dengan baik?”

“Aku merasa menjadi manusia yang sangat menyedihkan sekarang.”

Pikiran-pikiran negatif seperti ini kerap kali muncul, lalu tanpa sadar menjadi beban tambahan yang membuatku lelah dengan keadaan. Parahnya lagi, aku mulai meragukan diriku sendiri.

“Apakah aku cukup potensial dalam melakukan hal ini?”

“Apa aku sudah benar dalam menjalankannya?”

Pertanyaan-pertanyaan itu semakin membuatku kehilangan kepercayaan diri. Aku mulai menyerah, melupakan apa yang menjadi tekad dan impianku sebelumnya. Aku sadar, aku mulai kehilangan arah. Aku sadar ini adalah kesalahan yang tidak bisa kubiarkan begitu saja.

Suatu hari, perasaan yang tertahan dalam diriku akhirnya meledak. Aku seketika histeris di bilik di dalam kamar asrama siswi. Aku menangis sejadi-jadinya usai menatap layar ponselku dengan lama. Aku masih sedikit mendengar suara amarah dari perempuan setengah paruh baya itu dari panggilan telepon. Ia tidak lain adalah ibuku, masih berbicara dengan lantang dan terus meninggi dengan ledakan emosinya. Aku pun kalut, dan tidak kalah emosinya. Tangan ini gemetar, kepalaku seketika pusing, dan ada sesak di dada. Aku tahu ini tidak benar, namun sesaat aku membalas telepon itu dengan kasar dan mematikannya secara sepihak karena seperti telah kehilangan akal sehat. Sampai sebuah suara menyadarkanku.

“*Ustadzah? Are you okay?*” Murid yang kuampu, mengetuk pintu dari depan kamar.

“Yes, i’m sorry... I’m okay, thank you.” Hanya itu kata-kata yang mampu keluar dari mulutku dan menangis dalam diam.

Tak kusangka hari itu menjadi awal bersejarah bagiku. Aku melampiaskan emosi dan tangisan itu di depan anak-anak binaanku, di kamar khusus musyrifah itu. Aku lemah di hadapan anak-anak yang selama ini aku bimbing untuk selalu kuat. Ironis, bukan?

Sampai akhirnya aku belajar arti keberanian. Berani rapuh di hadapan orang yang kita sayangi. Lantas, saat kejadian itu berlalu aku masih mengingat betul ada perhatian dari mereka. Mereka mendekapku dengan erat mencoba memberikanku semangat lagi.

Mereka mengerti kecemasanku saat itu. Ketika aku mulai kembali duduk dan berbicara dengan mereka, salah seorang dari mereka ada yang bersuara, “Gak apa-apa kalau mau nangis ustadzah, luapin aja biar lega dulu. Kita harus lepasin dulu semua emosinya, supaya damai supaya tenang.”

Aku masih muda. Usiaku tak jauh dari mereka. Rasanya memang ini bukan hanya hubungan antara guru dan murid, namun kakak-adik atau teman sendiri.

“Gak dong, masa ustadzah kalian cengeng. Ustadzah nggak apa-apa, kok. Maaf ya udah jadi contoh yang gak baik dan maaf udah buat kalian mendengar hal-hal yang mungkin kurang pantas untuk didengar,” jelasku dengan sedikit malu.

“Bukan cengeng ustadzah. Kan ustadzah juga manusia. Manusia ada yang namanya emosi. Rasa sedih, marah, kecewa, bahagia, itu semua boleh untuk kita ekspresikan. Bukan untuk dipendam atau kita tahan. Dan dengan kita memendam itu bukan berarti kita jadi pribadi yang kuat.” Dari lisan anak yang masih sangat belia membuatku tersadar.

Menyadari emosi adalah langkah pertama untuk mengendalikan hidup. Untuk mengontrol segalanya agar tetap berjalan baik-baik saja. Kita bukan dipaksa untuk selalu kuat; kita hanya perlu jujur terhadap perasaan diri sendiri. Menekan emosi atau membohongi perasaan malah akan memperburuk keadaan atau suasana hati.

Saat kita sudah mulai merasa tidak baik-baik saja, kita perlu untuk mencari solusinya, memperbaiki keadaannya. Bukan malah melakukan hal yang sebaliknya, menutupi semua dibalik senyum atau kebahagiaan palsu belaka.

Memendam hanya akan mengalihkan masalah sejenak. Sementara dengan kita sadar dan memahami perasaan diri sendiri kita akan lebih mengerti langkah apa yang perlu kita ambil, jalan apa yang perlu kita pilih, juga menemukan solusi masalah dari akar yang sebenarnya terjadi. Ini akan menjadikan kamu lebih berani untuk menghadapinya sekalipun harus berjuang dengan diri sendiri.

Menangis ternyata bukan kelemahan, tapi merupakan bagian dari proses penyembuhan. Tadinya, aku berpikir bahwa jika ini kuhadapi dengan tangisan alangkah buruknya itu? Cengeng banget! Ibuku selalu berpesan hadapi semua dengan diri yang kuat, dilarang keras untuk menangis. Menangis itu tanda lemah dan artinya sudah kalah di medan pertempuran. Semenjak mendengar itu, aku selalu jadi pribadi yang berusaha kuat, tidak mau menangis di kala sendiri maupun di hadapan orang lain. Jangan sampai menjatuhkan air mata. Namun, selama itu aku lakukan, Selama itu pula aku menggali jurang tak berperasaan. Lambat laun kehilangan sosok diri sendiri.

Kekurangan harus bisa kita terima. Kegagalan bukan untuk disesali, tapi dievaluasi. Tidak ada pencapaian tanpa melalui kesulitan. Maka dari itu, sedihmu punya pundak, bahagiamu punya tempat.

Merangkainya Kembali

Pemulihan itu tidak instan. Aku tidak mungkin merasa lebih baik dalam waktu semalam. Setelah banyaknya *sharing* dan mendapat penyemangat dari murid yang kupanggil anak-anakku, aku mulai memperbaiki emosi ini perlahan-lahan dan mencari solusi terbaik dari masalah yang datang itu. Belajar mengenali ragam emosi dan bagaimana mengatasinya dengan benar adalah langkah yang tepat. Mulai dari hal yang paling sederhana namun seringkali diabaikan: mengakui bahwa diri sedang lelah.

Aku mulai menulis setiap emosi yang sedang kurasakan. Setiap perasaan dan pikiran yang sedang menggajal, aku uraikan. Aku belajar untuk menekan tombol “pause” dalam hidupku untuk berhenti sejenak.

“Aku gagal hari ini, tapi aku sedang belajar.”

“Aku lelah, tapi aku sedang berproses.”

Lambat laun, aku mulai menemukan zona nyamanku kembali. Tenang, tertawa lepas bersama anak-anak, serta lebih terasa ringan saat mengajar tanpa pikiran yang mengganggu.

Bahagia itu Bisa Kamu Yang Tentukan

Percaya tidak, jika bahagia bisa kita *setting* sendiri. Aku mengerti satu hal lagi: bahagia bukan tentang keadaan yang sempurna, tetapi tentang cara kita memilih berdamai dengan keadaan yang tidak sempurna.

Lima hal yang kini jadi prinsipku untuk bahagia:

1. Kenali sedihmu. Jangan ditolak, jangan dihindari. Dekati, pahami, lalu lepaskan perlahan. Kamu bisa mencoba bercerita kepada seseorang yang dapat kamu percaya.
2. *Setting* ulang cara bahagia-mu. Jika kondisi ponsel atau laptop sedang bermasalah, kadang cara cepatnya adalah membuat *settingan* ulang. Begitu juga kita. Jangan tunggu keadaan membaik untuk bahagia. Cari yang kecil, sederhana, yang saat ini ada di hadapanmu. Kamu bisa mencoba dari hal-hal yang dapat kamu syukuri hari ini.
3. Bangun dirimu lagi. Bukan untuk menjadi sosok yang tak pernah salah, tapi mau belajar dari kesalahan. Bukan untuk menjadi yang sempurna, tapi untuk menjadi pribadi lebih kuat dari yang sebelumnya.
4. Klik tombol *pause* ketika *overthinking* mulai mendominasi. Beri jeda. Istirahatlah.
5. Belajar berkata pada diri sendiri:
“*Lelah adalah bagian proses.*”
“*Bukan tidak bisa, tetapi belum waktunya. Coba dan lakukan sekali lagi.*”

Sebagai musyrifah, aku punya cara untuk mensyukuri hidup dari hal-hal kecil juga, seperti melihat senyum anak-anakku, dapat menyelesaikan hafalan al-Qur`an satu halaman, atau sekadar bisa tidur nyenyak malam itu.

Lakukan ini sebelum menutup harimu:

Pertama, jika mulai merasakan emosi yang tak terkendali atau merasa sesak, lakukan exhale-inhale, tarik dan hembuskan napas.

Kedua, setiap malam sebelum tidur, mari memaafkan kesalahan orang-orang di hari itu dan berusaha memberikan udzur terhadap mereka yang mungkin tidak sengaja melakukan hal yang kurang berkenan di hati.

Ketiga, pahami bahwa menghadapi sesuatu dengan kesabaran adalah kebaikan, setiap kesulitan akan ada kemudahan, dan Allah senantiasa bersama orang yang bersabar. Hal ini sudah tercermin dalam kalam-Nya pada surah Al-Insyirah yang menjadi ayat favorit banyak orang.

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ۖ إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا

“Maka sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan.
Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan.” (QS.
Al-Insyirah: 5-6)

Dan juga satu lagi ayat yang tak kalah menenangkaninya.

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ

"Hai orang-orang yang beriman, mohonlah pertolongan (kepada Allah) dengan sabar dan salat. Sesungguhnya Allah beserta orang-orang yang sabar." (QS. Al-Baqarah: 153)

Hari ini, aku ingin kamu bertanya pada dirimu sendiri:

- Sudahkah aku jujur dengan perasaanku?
- Sudahkah aku memberi waktu untuk sembuh?
- Dan, sudahkah aku memberi diriku kesempatan untuk kembali mencoba?

Kini aku paham, bahagia bukan berarti hidup tanpa masalah, tetapi memiliki kendali untuk tidak berlarut-larut di dalamnya. Aku belajar bahwa setiap luka punya cerita, setiap cerita punya hikmah, dan setiap hikmah bisa menjadi kekuatan. Dan sedih yang diterima dengan lapang akan melahirkan bahagia yang lebih dalam.

“

Mencintai diri sendiri adalah cara menunjukkan kepada Tuhan bahwa kamu bersyukur dengan pemberian-Nya dan mau merawat diri dengan sebaik-baiknya.

Self-Love and Art Being Different

Muhammad Ifam Adrian, B.A. (Hons)

Kepala Unit IDN Boarding School Pamijahan

Ada satu buku karya Seth Godin yang memberikan satu motivasi yang tak terlupakan untukku. Meskipun ini adalah buku bisnis, namun buku ini menjelaskan bahwa untuk menjadi luar biasa dan diingat orang, seseorang harus tampil berbeda dan *remarkable*. Buku ini bercerita tentang si penulis ketika dia dan keluarga pergi ke *countryside*, daerah pedesaan di Amerika Serikat dan ia menemukan sapi berwarna ungu. Sapi itu sangat diingatnya. Warna ungunya membuat sapi itu sangat mencolok dari sapi-sapi yang lain bahkan jika dibandingkan dengan sapi yang ada di seluruh dunia sekali pun. Mata pasti akan mengikat seluruh perhatian pada yang satu itu. Jadilah karyanya berjudul “Purple Cow”. Tentang menjadi berbeda dan selalu diingat.

Setelah membaca buku ini, aku bertanya pada diri sendiri: Bukankah dalam hidup kita pun, “berbeda” bisa menjadi kekuatan? Kenapa tidak mencoba saja untuk menjadi otentik?

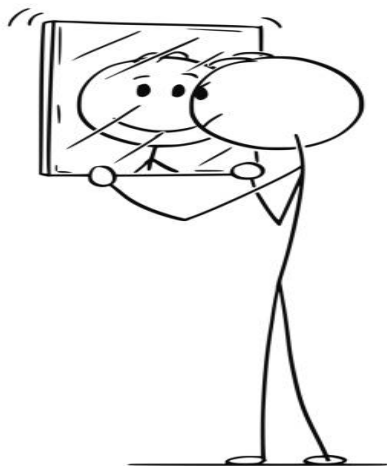
Dalam pekerjaan, pendidikan, atau perjalanan hidup pribadi, keberanian untuk tampil otentik bisa lebih berarti daripada sekadar berusaha menjadi “sedikit lebih baik”. Namun, perjalanan menjadi berbeda tidak pernah instan. Sama seperti proses menurunkan berat badan, kita tidak bisa langsung turun 10 kg dalam sehari, sepekan, bahkan sebulan. Ada rasa tidak percaya diri, kegagalan kecil yang menggores, dan keraguan yang datang berkali-kali. Semua adalah bagian dari proses.

Sampai akhirnya aku menyadari satu hal yang sangat penting: *Seseorang tidak akan pernah benar-benar berani menjadi berbeda sebelum ia mencintai dirinya sendiri.*

Inilah fondasi dari semua keberanian. Tanpa *self-love*, kita mudah tumbang oleh komentar orang lain. Tanpa *self-love*, mudah terkikis oleh ekspektasi yang tidak pernah kita pilih. Tanpa *self-love*, mudah tersesat dalam standar yang tidak kita pahami.

Sebaliknya, ketika kita mulai menerima diri dengan semua luka, kekurangan, dan mulai mencintai diri sendiri dengan sepenuh hati, maka di situlah, keberanian untuk hidup otentik menemukan tempatnya.

Self-love adalah langkah pertama. Karena sejatinya, kebahagiaan bukan tentang menjadi orang lain yang luar biasa, tapi tentang pulang dan berdamai dengan siapa dirimu sebenarnya.



2 LANGKAH MENCINTAI DIRI SENDIRI

1. Sampaikan Perkataan Positif kepada Dirimu

Tahu, nggak? Menurut Dr. Fred Luskin, kita punya sekitar 50.000 hingga 70.000 pikiran setiap harinya. Sekitar 80% adalah pikiran negatif dan yang lebih parah lagi, 95% pikiranmu itu repetitif (berdasarkan Studi National Science Foundation). Artinya, hampir semua pemikiran yang kamu muncul di kepalamu hari ini adalah pemikiran yang kamu pikirkan kemarin. Maka dari itu, kalau kemarin kamu berpikir penampilanmu tidak menarik, atau merasa tidak berguna, atau selalu bernasib buruk, kemungkinan besar hari ini kamu pun akan berpikiran yang sama. Besok kamu juga akan berpikir sama dan tahun depan bahkan hingga akhir hayat jika tidak berpikir untuk mengubahnya, maka kamu akan selalu berpikir demikian terus-menerus.

Ketika kamu suka berpikir negatif, mari kita *break through* dan mengubah sistem otak kita. Cara yang pertama adalah dengan berkata hal-hal baik kepada diri sendiri. Kita akan menggunakan "metode terbalik" setiap kamu berbicara negatif kepada diri sendiri di dalam hati, secara lantang lawanlah dengan ucapan sebaliknya!

Misalnya, ketika kamu sedang bercermin, di dalam hati berkata, "Aduh, jelek." Langsung ganti dan balikkan perkataanmu menjadi, "*Maasyaa Allah*, aku cakep."

Sounds so silly. Memang awalnya terdengar konyol. Tidak apa-apa. Itu hanya karena kamu belum terbiasa. Terbiasa meremehkan diri sehingga aneh ketika memuji diri sendiri. Namun percayalah, lama-lama akan terbiasa. Di luar sana, ada banyak orang yang bahkan senang memberikan afirmasi positif kepada dirinya dan orang lain karena itu hal yang normal baginya, senormal menikmati

kopi hangat di pagi hari. Itulah bentuk orang-orang yang sudah mengenal *self-love*.

Hindari mengatakan kalimat-kalimat negatif tentang diri sendiri begitu pun kepada orang lain. Terkadang, kita suka bercanda tentang diri sendiri di depan orang lain namun tidak tahu caranya menerima pujian. Akhirnya, tanpa sengaja kita mengatakan sesuatu yang negatif tentang diri sendiri. Itu hanya akan menunjukkan betapa kamu tidak menghargai dirimu di depan orang lain. *Huge No!*

Ketika ada yang memujimu, "Wah, kamu pintar banget ya." Kemudian kamu jawab, "Ah, nggak kok. Itu kebetulan aja. Aslinya males belajar." Sering sekali aku mendapati orang sedang dipuji dan responsnya mirip. Ia tidak bisa menerima pujian dan akhirnya justru merendahkan diri sendiri. Cobalah menerima pujian tanpa berlebihan. Cukup mengamini pujian tersebut tanpa perlu merendahkan apapun alasannya.

2. Tunjukkan Dirimu Peduli Padamu

Saat kamu sayang pada sesuatu, kamu pasti akan merawatnya. Ketika kamu peduli pada tanaman yang kamu beli bibitnya sendiri, kamu akan menanamnya di tempat terbaik dan memastikannya tetap segar dan subur dengan menyiramnya setiap hari. Ketika kamu peduli pada hewan peliharaanmu, kamu akan berikan makanan setiap hari, memandikannya, dan membawanya ke dokter hewan jika sakit.

Bayangkan dirimu adalah seorang ibu yang memiliki bayi. Segala perhatian tertuju kepadanya. Ditimang pelan, diberi asupan terbaik, diasuh dengan kasih sayang. Tak peduli walau harus melakukannya 24 jam sehari.

Sama denganmu. Jika kamu menyayangi dirimu, kamu pasti akan peduli. Kamu berikan yang terbaik bahkan terkadang dengan cara yang menantang. Jus sayur mungkin tidak kamu sukai namun

kamu memilihnya untuk tubuh tetap terpenuhi vitamin. Belajar mungkin tidak kamu senangi namun hanya dengan itu kamu akan mencapai tujuanmu. Kamu percaya hanya dengan melakukan hal-hal tersebut, kamu akan mendapatkan hasil yang berbeda dibanding dengan orang yang tidak melakukan apa-apa. Jika dengan bermalas-malasan bisa mendapatkan apa saja, semua orang pun akan memilih itu. *But it's not how it works.* Semua ada hukum tabur tuai.

Mencintai diri sendiri adalah cara menunjukkan kepada Tuhan bahwa kamu bersyukur dengan pemberian-Nya dan mau merawat dengan sebaik-baiknya. Maka salah satu pertanda tidak menyayangi diri adalah dengan menelantarkan diri dari melakukan hal-hal yang akan berdampak baik. Kamu akan selalu jatuh cinta pada apa yang kamu rawat. Dan yang utama, rawat dirimu, raga dan jiwa.

Kamu tidak sendiri. Ada ruang di dunia ini untuk mereka yang ingin menjadi versi terbaik dari dirinya sendiri tanpa harus kehilangan jati diri. Dunia mungkin menuntut keseragaman, tapi kamu punya hak untuk menjadi otentik.

“

Kita terlalu fokus pada rumput tetangga yang lebih hijau tanpa tahu upaya yang tersembunyi di balik dinding dan pagar tetangga.

Bukan Tutorial Memiliki Rumput Lebih Hijau

Ezra Salwa Wahyu Zarkasyi, S.H

Guru Asrama & Tahfidz IDN Boarding School Akhwat

Aku bisa pastikan kamu pernah mendengar ungkapan ini: *“Rumput tetangga lebih hijau”*. Tapi kenapa tidak ada istilah: *“Rumput tetangga lebih kering”* atau *“Rumput tetangga sudah meninggi dan tidak pernah dicabut”*? Pernah tidak kamu berpikir tentang narasi tersebut? Kenapa harus *“lebih hijau”*?

Ketika seseorang melihat rumput tetangganya tampak lebih hijau, ia hanya melihat permukaan dari kenyataan tersebut. Ia melihat tetangganya menyiram pagi dan sore hari, tetapi tidak mengetahui bagaimana tetangga itu memilih benih terbaik, meneliti jenis tanah, membeli pupuk yang sesuai, atau memperbaiki sistem saluran air ketika hujan merusak tanaman. Semua kerja keras itu tersembunyi di balik dinding dan pagar, tak terlihat oleh mata orang luar.

Untuk memaknai ungkapan ini lebih dalam, mari kita bayangkan dua halaman rumah. Ketika kita melihat rumput di halaman tetangga dari kejauhan, rumput itu sering tampak lebih hijau, rapi, dan subur dibanding rumput di halaman kita sendiri. Kita melihat dari sudut pandang terbaik sehingga warnanya tampak lebih cantik. Sementara rumput kita terlihat lebih kering karena kita melihatnya dari dekat, tahu apa yang menjadi masalahnya, lengkap dengan kekurangannya.

Begitu pula dalam kehidupan. Kita sering segala pencapaian orang lain. Sukses dalam mewujudkan semua rencana, mendapat pasangan sempurna, karirnya mapan, hingga memiliki ketenangan dalam emosional yang membuat mereka selalu tampak baik-baik saja. Ada yang tidak kita lihat: kegagalan, air mata, dan keputusan terberat yang tidak pernah diceritakan.

Secara literal, rumput bisa tumbuh hijau dan subur karena faktor-faktor biologis yang kompleks: tanah yang kaya, air yang cukup, sinar matahari yang pas, jenis rumput yang tepat, dan perawatan teratur. Rumput tidak mungkin tumbuh indah hanya karena disiram dua kali sehari. Ada sistem yang bekerja dan proses yang panjang sebelum kita melihatnya tumbuh subur. Sama halnya dengan kehidupan orang lain, kita hanya melihat hasil akhirnya, bukan perjalanannya. Agar pembahasan tentang ‘rumput subur’ ini lebih kompleks; tidak hanya melihatnya sebagai sesuatu yang indah dipandang mata, tertarikkah kamu untuk mengikuti alur “perumputan duniawi” ini?

Jenis Rumput: Berbeda itu Wajar

Jenis rumput tidak semua bisa dibandingkan, karena memang pada dasarnya berbeda. Dalam botani, ada banyak jenis rumput, ada yang cepat tumbuh, ada yang tahan panas, ada yang butuh banyak air, ada yang sangat sensitif. Jika jenis rumputnya berbeda, tentu hasil akhirnya tidak bisa dibandingkan secara adil. Rumput yang cocok di daerah tropis belum tentu bisa tumbuh di dataran tinggi, meskipun disiram dan dipupuk sama. Maka analogi ini menggambarkan manusia. Kita tidak berasal dari “jenis” yang sama dalam hal bakat, minat, latar belakang, keadaan ekonomi, kepribadian, kemampuan berpikir, maupun kapasitas mental. Setiap orang punya potensi dan jalur pertumbuhan yang berbeda. Maka, membandingkan diri dengan orang lain tanpa melihat perbedaan dasar ini hanya akan menimbulkan rasa tidak puas. Kita memaksakan perbandingan padahal “jenis rumput”-nya saja berbeda.

Tanah: Di Mana Kita Tumbuh

Rumput yang tumbuh di tanah subur tentu lebih mudah hijau dibanding rumput yang tumbuh di tanah keras dan tandus. Ada rumput yang ditanam di lahan yang telah diolah: tanahnya gembur,

penyiraman penuh unsur hara, saluran airnya baik. Di tanah seperti ini, apapun yang ditanam cenderung tumbuh subur. Inilah analogi latar belakang kehidupan. Ada orang yang lahir dari keluarga berkecukupan, bahkan dari *old money*. Ia pewaris, bukan perintis. Akses pendidikan, jaringan sosial, modal, dan rasa aman yang ia dapat sejak kecil membuat pertumbuhannya jauh lebih mudah. “Tanah” tempat ia hidup sudah subur sejak awal. Namun ini pun tidak dapat digeneralisir. Pada beberapa kejadian, ada juga yang akhirnya “layu” walau di tengah hidup yang nyaris sempurna itu.

Ada juga yang tumbuh di “tanah keras”: keluarga sederhana, lingkungan yang tidak tersaring, minim akses pendidikan, atau bahkan pengalaman hidup yang berat. Rumput di tanah seperti ini tentu membutuhkan usaha ekstra untuk tumbuh. Garis *start*-nya saja sudah berbeda. Namun, bukankah kita juga berhasil mendengar kabar segar tentang mereka yang berhasil tumbuh berbuah dan panen raya walau dari kehidupan yang nyaris membuatnya gugur sebelum musim kering tiba?

Penyiraman: Nutrisi dari Kasih

Rumput tidak hanya bergantung pada tanah, ia butuh air yang konsisten dan sesuai kebutuhan. Penyiraman yang terlalu sedikit membuat rumput kering. Air yang terlalu banyak pun akan merusak. Ada seni dalam menyiram rumput seperti mengetahui kapan waktunya, seberapa banyak, dan seberapa sering. Dalam kehidupan manusia, penyiraman bisa diartikan sebagai pendidikan, bimbingan, dan pola asuh. Ada yang sejak kecil mendapat orang tua yang fokus dan mendukung, guru yang tulus membimbing, fasilitas belajar yang memadai, lingkungan yang turut mendidik. Ada pula yang besar dengan minim arahan, kondisi emosional yang tidak stabil, atau kurang perhatian dan kasih sayang. Cara seseorang tumbuh sangat dipengaruhi oleh kualitas “penyiraman” yang ia terima.

Pemupukan: Tumbuh Lebih Baik

Rumput yang baik juga memerlukan pupuk. Pupuk memberikan nutrisi tambahan yang tidak didapat dari tanah asli. Tanpa pupuk, rumput bisa hidup, tetapi sulit untuk tumbuh lebih hijau, lebih padat, atau lebih kuat menghadapi cuaca ekstrem. Dalam hidup, pemupukan adalah pengembangan diri seperti ilmu baru, pengalaman, keterampilan, lingkungan yang sehat, kegiatan yang membentuk karakter, dan kebiasaan berpikir. Seseorang yang terus “memupuk diri” akan tumbuh lebih cepat, lebih kuat, dan lebih stabil. Sementara orang yang tidak mendapat pupuk kehidupan tentu akan mengalami pertumbuhan yang lebih lambat.

Dalam kehidupan nyata, manusia memang cenderung melihat kelebihan orang lain lebih jelas dibandingkan kelebihan dirinya sendiri. Melalui media sosial, kita disuguhi pencapaian, kebahagiaan, kekayaan, dan hubungan ideal orang lain. Didukung dengan komentar-komentar kagum hingga iri dan keluh netizen yang semakin mengamini segala kekurangan. Perlahan pandangan itu berubah menjadi rasa iri kemudian muncul pertanyaan, “Kok hidupku begini-begini saja?”

Dari rasa iri tersebut, muncul keinginan untuk memiliki kehidupan yang sama seperti orang lain. Kita ingin “rumput” yang kita miliki juga hijau, tanpa benar-benar memahami proses panjang menghijaukan rumput. Padahal, ketika dicermati lebih dalam, kehidupan tidak sesederhana hasil akhir yang terlihat. Apa yang tampak hijau sering kali dirawat dengan kerja keras, pengorbanan, kegagalan berulang, hingga doa dan kesabaran yang panjang.

Mengelola Rasa Ingin Seperti Orang Lain

Dalam Islam, iri atau hasad memiliki batasan yang jelas. Iri yang tercela adalah ketika seseorang tidak hanya ingin memiliki nikmat yang sama, tetapi juga berharap nikmat orang lain hilang. Ini adalah iri yang merusak hati dan dilarang. Namun, Islam mengenal konsep *ghibthah*, yaitu keinginan untuk memiliki kebaikan yang sama tanpa mengharap orang lain kehilangan nikmatnya. Misalnya, iri pada ilmu, akhlak, ibadah, atau usaha seseorang dalam meraih keberhasilan.

Dalam konteks ungkapan ini, yang seharusnya kita “irikan” bukanlah hijaunya rumput orang lain, melainkan usaha, kedisiplinan, konsistensi, dan ketekunan orang lain dalam merawat rumput tersebut. Dengan demikian, iri bisa berubah menjadi motivasi, bukan racun batin.

Perlu diingat rasa iri tidak muncul begitu saja. Ada beberapa akar permasalahan yang sering melatarbelakanginya. Pertama, bisa jadi kurangnya rasa syukur. Ketika seseorang lebih fokus pada apa yang tidak dimiliki, ia lupa melihat nikmat yang sudah ada. Kedua, standar hidup yang berbeda. Kita sering membandingkan diri dengan orang yang latar belakang, kesempatan, dan sumber dayanya tidak sama. Ketiga, kebiasaan membandingkan diri secara terus-menerus, terutama melalui media sosial, yang membuat kita terjebak dalam ilusi kesempurnaan hidup orang lain. Perbandingan yang tidak sehat ini membuat seseorang merasa tertinggal, gagal, tidak cukup. Nyatanya setiap orang memiliki takdir dan garis waktu kehidupan yang berbeda.

Islam mengajarkan untuk mengelola iri dengan memperbanyak syukur, memperbaiki niat, dan menyadari bahwa rezeki setiap manusia telah diatur oleh Allah dengan penuh hikmah. Fokus pada amanah dan potensi diri adalah bentuk syukur yang nyata. Rasulullah

ﷺ juga mengajarkan untuk melihat kepada orang yang berada di bawah kita dalam urusan dunia, agar hati lebih mudah bersyukur.

Dari sisi psikologi, mengelola iri dapat dilakukan dengan evaluasi diri yang sehat. Tanyakan pada diri sendiri, Apa yang sebenarnya aku inginkan? Apakah keinginan itu realistis dengan kondisiku saat ini? Psikologi juga menekankan pentingnya *self-compassion* yaitu bersikap lembut pada diri sendiri dan menerima keterbatasan tanpa merendahkan nilai diri.

Ketika berada dalam keterbatasan namun merasa ingin memiliki apa yang dimiliki orang lain, langkah terbaik adalah mengubah fokus dari hasil ke proses. Alih-alih terus membandingkan diri, kita bisa mulai merawat “rumput” kita sendiri dengan cara yang sesuai dengan kondisi tanah, cuaca, dan kemampuan kita.

Berdamai dengan Batas

Dalam novel “Kau, Aku, dan Sepucuk Angpau Merah”, tokoh utamanya bernama Borno, pengemudi sepih berusia dua puluh dua tahun. Ia adalah pemuda yang penuh rasa ingin tahu dan hidup di tengah perkampungan di atas sungai. Borno pernah dinasehati Pak Tua, sosok yang seolah menjadi pengganti mendiang ayahnya, “Terkadang dalam banyak keterbatasan, kita harus bersabar menunggu rencana terbaik datang sambil terus melakukan apa yang bisa dilakukan.”

Hidup manusia memang penuh keterbatasan. Entah ia manusia paling miskin, kalangan menengah, bahkan miliarder, mereka hidup dalam keterbatasan. Siapa yang mengatakan hidup manusia tanpa batas kalau mati adalah hal pasti, kalau waktu pasti habis.

Seberapa banyak pun harta manusia, bahkan mirip seperti Qarun, yang kunci-kunci pembendaharaannya mesti dipikul banyak manusia sekalipun, tidak dapat membeli waktu. Kita sepakat bahwa dalam hitungan masa hidup manusia terbatas dan mari lakukan apa yang bisa kita lakukan.

Bagi penyintas disabilitas atau difabel mungkin mereka pernah merasa terjebak, tidak mampu, tidak adil, terbatas. Bagi mereka yang harus hidup di atas kursi roda merasa tidak akan bisa menjelajahi dunia seperti manusia yang bisa berjalan utuh. Dalam buku “Seorang Wanita yang Ingin Menjadi Pohon Semangka di Kehidupan Selanjutnya” kita akan bertemu dengan sosok Lalin. Sosok wanita yang memilih untuk pulih, memilih untuk tidak terbatas, memilih untuk tidak dikasihani, memilih sudut pandang yang berbeda. Bagi Lalin, justru kursi roda adalah cara dirinya tidak terjebak, dengan kursi roda justru Lalin mampu berpindah dari satu tempat ke tempat lainnya. Sudut pandang Lalin tidak mampu berjalan adalah bagi mereka yang menggunakan kaki sebagai alat berjalan. Tapi bagi Lalin, kursi roda adalah alat bagi dirinya. Sama sama menjelajahi dunia, hanya saja dengan alat yang berbeda dan, ya, tidak ada yang bisa menentukan mana alat yang lebih ‘normal’ bagi manusia. Lalin hanya menjalankan tugasnya sebagai manusia yaitu melakukan apa yang bisa dia lakukan.

Pada topik seni menjalani hidup, manusia diminta untuk fokus pada lingkaran kendali dan abai pada selainnya. Aku pernah membaca tulisan pada laman instagram yang ditulis oleh akun @luluknailufar tentang hal-hal yang tidak bisa dikontrol dan hal-hal yang bisa dikontrol. Luluk menulis berbagai hal yang tidak bisa dikontrol yaitu sesuatu yang sudah terjadi (masa lalu),

usia, cuaca, hasil dari usaha, opini orang lain, penilaian orang, perkataan dan perasaan orang lain, bagaimana orang bertindak.

Luluk juga menulis berbagai hal yang bisa dikontrol oleh manusia yaitu proses mengelola emosi, perilaku dalam keseharian, respon dan reaksi, batasan dalam pergaulan, informasi yang diserap, cara berpikir, perkataan, keputusan, dan keyakinan yang kita pilih.

Pada akhirnya, ungkapan ini seharusnya tidak berhenti pada rasa iri atau perbandingan yang melelahkan. Sebaliknya, ia dapat menjadi cermin untuk refleksi diri. Daripada terus menatap rumput orang lain, kita perlu menunduk dan melihat rumput kita sendiri. Apakah sudah dirawat dengan sungguh-sungguh? Apakah tanahnya sudah diolah dengan baik? Dan apakah kita cukup sabar menunggu hasilnya tumbuh?

Kebahagiaan bukanlah tentang memiliki rumput yang sama hijaunya dengan milik orang lain, melainkan tentang mensyukuri dan merawat apa yang Allah berikan kepada kita. Ketika fokus kita berpindah dari membandingkan menjadi memperbaiki, dari iri menjadi bersyukur, maka rumput kita pun perlahan akan tumbuh lebih hijau, bukan karena ingin menyaingi, tetapi karena dirawat dengan penuh kesadaran, keikhlasan, dan kesabaran.

“

*Dreams are maps. Without a map, we don't
know where to go.*

Atlas Impian

Toha Fakhruddin

English Teacher IDN Boarding School Pamijahan

Kabut pagi menggantung rendah, menyelimuti atap-atap genting dan puncak-puncak pohon pinus yang mengelilingi asrama IDN Boarding School. Udara di Bogor selalu lembab, ditemani aroma khas tanah basah dan dedaunan segar. Dari jendela kamar yang kecil, Pak Rudi menyaksikan pelan-pelan asrama itu terbangun. Hawa dingin yang menyelimuti itu membuat cangkir kopinya mengepul, menemani kesunyiannya sebelum hari dimulai.

Di atas mejanya yang sederhana, terselip di antara buku-buku pelajaran Grammar dan Vocabulary, sebuah map kulit yang sudah usang. Itu adalah peti harta karunnya. Sebuah "Atlas Impian". Di dalamnya, bukan peta biasa, melainkan kolase hiruk-pikuk tentang dunia yang dirindukan. Guntingan-guntingan koran, *print-out* berwarna, dan coretan-coretan tangannya sendiri memenuhi setiap lembar.

Dia membukanya dengan hati-hati. Jemarinya yang panjang membalik halaman demi halaman. Matanya tertuju pada gambar Masjidil Haram yang megah, dengan Ka'bah sebagai titik pusatnya, dikelilingi lautan jamaah yang tak terhitung jumlahnya. Lalu, dia membalik ke halaman berikutnya, lukisan Taj Mahal yang memutih di bawah sinar bulan, diiringi sketsa tangan sendiri tentang istana-istana Mughal di Lahore. Gambar deretan lampu gantung megah di Masjid Biru Istanbul tak mau kalah, serta pasar suq di Riyadh yang ramai dan penuh warna.

"*Assalamu`alaika, Yaa Baladallah,*" bisiknya pelan, menatap foto Masjidil Haram. Dalam imajinasinya, dia bukan lagi seorang guru Bahasa Inggris di sebuah pesantren IT di Bogor. Dia adalah

seorang peziarah, tak ada hawa dingin melainkan keringatnya mengalir di Tanah Suci, mendengar lantunan adzan yang menggema. Air matanya tumpah saat pertama kali memandang Baitullah. Dia bisa merasakan debu halus yang terbawa angin dari tanah tandus di balik bukit, mendengar doa-doa yang bergumam dalam ratusan bahasa, merasakan panggilan spiritual yang menghanyutkan. Di sebelah Pak Rudi, seorang pria paruh baya duduk sambil melantunkan doa dalam gumanan yang tidak ia pahami, namun Pak Rudi merasa tertular dengan keintiman pria yang berdoa itu. Pak Rudi termenung beralih melafalkan doa-doa yang dihafalnya dalam Bahasa Arab ke doa-doa dalam bahasanya sendiri. Lalu ia sadar, betapa banyak yang ingin ia adukan saat ini.

Suara adzan Subuh dari Masjid Al-Mukhlisin di pondok menghentikan lamunannya. Suara itu seperti jembatan yang menghubungkan khayalannya di Timur Tengah dengan realitanya di kaki Gunung Salak. Bekerja sebagai seorang teman belajar siswa untuk menggapai cita-cita mulia mereka. Dia pun segera menutup Atlas Impiannya dan menyimpannya dengan rapi. Wajahnya yang tadi penuh kerinduan kini berubah menjadi senyum sabar khas seorang guru. Impian-impian itu ia simpan untuk memberinya kekuatan di hari yang panjang. Baginya, hari selalu terasa panjang bukan karena ia benci, tetapi karena beban dan tanggung jawab sebagai pendamping siswa tak pernah benar-benar ringan. Setiap pagi ia harus memastikan kelas-kelas siswa rapi, mengecek absensi, mengingatkan siswa yang menggunakan selain bahasa inggris, bahkan menenangkan siswanya yang sedang rindu rumah hingga sesekali menjadi penengah kecil dari konflik sepele antar teman sekelas.

Kelas siang itu membahas tentang *descriptive text*. Hujan rintik-rintik mulai mengetuk atap seng, menciptakan irama yang

menenangkan. Para santri, dengan kemeja putih dan celana abu-abu yang rapi, duduk dengan buku di hadapan mereka.

“Alright, class. Today we will describe a place. Not just an ordinary place. But a place that feels like... magic,” ujar Pak Rudi, mencoba memancing rasa ingin tahu mereka.

Beberapa santri langsung saling pandang, sebagian tersenyum kecil, sebagian lagi mengernyit seperti mencoba memahami apa yang dimaksud.

“Magic like.. Harry potter, Sir?” celetuk seorang siswa di barisan tengah, membuat beberapa temannya tertawa kecil sambil memberi isyarat kebingungan. Dia memperhatikan sekeliling. Mereka belum menangkap maknanya. *Magic* bagi mereka mungkin hanya di film.

Pak Rudi tak akan menjelaskan secara teori. Ia mengambil spidol dan mulai berbicara dengan penuh gairah. *“Alright, Students! Close your eyes for a moment,”* pintanya. Suaranya lembut tetapi berwibawa. *“Forget the rain outside. Now, imagine... the heat of Delhi. The smell of spices like turmeric, cardamom, and cumin hanging in the air. You hear the chaotic, yet beautiful sound of rickshorns, prayers from a nearby mosque, and Bollywood music from a small shop.”*

Para santri memejamkan mata, beberapa tersenyum seolah berhasil membawa dirinya ke tempat yang dideskripsikan sang guru.

“Now... You are standing in front of the Taj Mahal. Its white marble is so pure, it almost glows. It’s not just a building, it’s a poem written in stone, a symbol of eternal love. How does it make you feel? What words can we use? Majestic? Breathtaking? Serene?”

Dia bukan sedang mengajar tata bahasa, dia sedang membawa mereka melakukan perjalanan dengan imajinasi. Dia lanjut bercerita tentang kesibukan Chandni Chowk, tentang kemegahan Istana Topkapi di Istanbul yang menghadap ke Selat Bosphorus, dan tentang keheningan yang luar biasa di dalam Masjid Nabawi di Madinah.

“Now, open your eyes,” ujarnya. *“Describe it. Use your adjectives. Use your five senses.”*

Tangan-tangan segera mengacung. Mereka tidak lagi mencari kata-kata untuk memenuhi tugas, namun mereka berlomba-lomba untuk menuangkan gambaran indah yang baru saja ada di kepala mereka. Ahmad, seorang santri yang biasanya pendiam, bahkan dengan berani berkata, *“It feels like... peace, Sir. Even with the crowd, it feels peaceful.”* Rupanya ia membayangkan kunjungan ke Masjidil Haram.

Pak Rudi tersenyum lega. Inilah caranya. Dia mungkin tidak bisa membawa mereka secara fisik, tetapi dia bisa membuka jendela dunia untuk mereka. Bahasa Inggris bukan sekadar subjek, itu adalah kunci. Kunci untuk memahami, untuk terhubung, untuk suatu hari nanti mungkin bisa berdiri di tempat-tempat itu dan berkata, *“I’ve dreamed of this.”*

Malam semakin larut. Hujan deras masih mengguyur, menderu dan bergemuruh seperti orkestra yang tak henti-hentinya. Para santri telah tidur di asrama, dan kelas-kelas pun sepi. Pak Rudi duduk di ruang guru, hanya ditemani lampu meja dan secangkir kopi yang sudah dingin. Teringat suatu hari, ketika larut malam, sering ayahnya memanggil Rudi kecil, kemudian menyalakan lilin dan bercerita tentang kota-kota Islam di masa lalu: Baghdad, Andalusia, Kairo. Cahaya lilin memantul di halaman buku membuat foto-foto itu tampak seperti hidup. Dari situlah benih “Atlas Impian” tumbuh.

Atlas Impian terbuka lebar di hadapannya. Kali ini, halamannya menunjukkan panorama Istanbul: Hagia Sophia yang megah dengan gereja dan masjid dalam satu tubuh, dan Galata Tower yang menjulang di kejauhan.

Dia memejamkan mata. Dan dalam heningnya malam, khayalannya menjadi sangat nyata. Dia bisa mendengar suara azan dari keempat menara Masjid Biru, bergema dalam duel suara yang indah dengan lonceng dari sebuah gereja tua. Dia bisa mencium aroma kuat teh Turki yang manis dan aroma simit yang hangat dari pedagang kaki lima. Dia bisa merasakan dinginnya marmer di bawah kakinya saat berjalan menuju Aya sofya (sebutan lain dari Hagia Sophia), merasakan decak kagum yang tak terucapkan menyaksikan mosaik Kristus berdampingan dengan kaligrafi Allah. Itu bukan lagi sekadar gambar. Itu adalah sebuah perasaan. Sebuah keyakinan bahwa suatu keindahan yang agung, warisan peradaban, sedang menunggu untuk disentuh, untuk dialami.

Keesokan harinya, langit cerah. Pak Rudi berjalan menuju kelas dengan langkah yang mantap. Ada penerimaan baru dalam dirinya. Mungkin dia tidak akan pernah naik unta di gurun Arab, atau berfoto di depan Badshahi Mosque di Lahore, atau bernegosiasi di pasar karpet Turki. Tanggung jawabnya sebagai seorang guru, pengasuh, dan seorang anak yang harus menafkahi orang tuanya, adalah rantai yang mengikatnya erat di tanah ini.

Tetapi, saat dia berdiri di depan kelas, melihat wajah-wajah 20 santri yang adalah tanggung jawab dan harapannya, dia tersadar. Perjalanannya mungkin berbeda. Kali ini ia tidak membuka buku pelajaran. Ia mengeluarkan Atlas Impian dan meletakkannya di atas papan tulis putih.

“Boys,” ujarnya, suaranya bergetar penuh keyakinan. “Today, we are not going to learn about past tense. We are going to travel. We are going to India, to Turkey, to the Land of the Two Holy Mosques.”

Dia mulai bercerita. Dan saat dia bercerita tentang kemilau emas di Dome of the Rock, tentang kemeriahan warna di bazar Istanbul, tentang hangat spiritual di Masjidil Haram, dia bisa melihat api yang sama menyala di mata setiap santrinya. Mereka melihatnya. Mereka mendengarnya. Mereka, melalui kata-katanya, sedang berpetualang di sana bersamanya.

Usai kelas, Pak Rudi berkata *“Boys, do you know why do i own this Atlas?”*

“No, Sir.” Sebagian siswa menjawab.

“Because it’s cool?” Satu siswa berani jawab berbeda.

Pak Rudi melanjutkan, *“Because dreams are maps. Without a map, we don’t know where to go.”*

Petualangannya tidak dicatat di paspor, tetapi di hati dan pikiran murid-muridnya. Dia menyadari bahwa mimpinya untuk keliling dunia tidaklah mati, itu hanya berevolusi. Mimpi itu kini hidup setiap kali dia berhasil menyalakan percik keingintahuan seorang siswanya tentang dunia yang luas. Dia adalah seorang navigator bagi para penjelajah masa depan. Dan dalam peran itu, dengan cara yang jauh lebih abadi, setiap kali ia menanamkan mimpi di hati para siswa, mereka berpetualang bersama.

“

Manusia suka sekali tertipu dengan dua hal ini: kesehatan dan waktu luang.

Hidup dengan Self-Management

Waliyuddin Ritonga, M.Pd.

Wakil Direktur Pendidikan 2 IDN

Gagal lagi!

Pernah tidak merencanakan ingin berubah lebih baik namun selalu gagal? Hari ini semangat, besok hilang *mood*. Hari ini bikin *to-do list*, besok lupa dikerjain. Hari ini niat bangun tahajud, tapi malah bangun subuh kesiangan.

Kalau kamu pernah ngerasain itu, aku mau bilang satu hal dulu: kamu nggak sendirian. Banyak dari kita punya niat dan keinginan yang baik. Tapi entah kenapa, hasilnya sering kali nol besar. Aku pun pernah ada di titik itu. Sampai-sampai, aku pernah membeli papan tulis besar lalu memasangnya di ruang tamu di rumah. Tujuannya sederhana: supaya setiap kali lewat, aku ingat bahwa ada tanggung jawab yang harus aku kerjakan.

Awalnya aku yakin, “Ini dia solusinya.” Tapi yang terjadi justru sebaliknya. Papan tulisnya penuh tulisan. Targetnya jelas. Tapi eksekusinya tetap jalan di tempat.

Aku lihat. Aku baca. Lalu aku lewat begitu saja. Papan tulis itu akhirnya lebih mirip dekorasi, daripada pengingat perubahan. Dari situ aku sadar, masalah kita sering kali bukan karena tidak tahu apa yang harus dilakukan, tapi karena **tidak punya self-management** untuk melakukannya.

Kenapa Kontrol Diri Terasa Sulit?

Kita mungkin sudah lelah dengan kondisi sekarang yang tidak mengalami perubahan atau target-target yang semakin jauh dari jangkauan. Tapi kenapa masih saja *stuck*? Jawabannya sering kali

bukan karena kurang motivasi. Justru karena terlalu mengandalkan motivasi. Yang kita butuhkan sebenarnya bukan lagi motivasi, melainkan *self-management* yang baik, kemampuan mengontrol diri secara perlahan yang dijaga tanpa henti. Ya, cukup disiplin kecil saja. Disiplin itu terdengar sederhana, tapi dampaknya luar biasa. Disiplinlah yang membuat hafalan Al-Qur'an bisa selesai 30 juz. Disiplinlah yang membuat usaha bertahan saat masa sulit. Disiplinlah yang membuat hidup terasa lebih tenang dan tertata.

Coba renungkan sebentar. Kenapa Allah mewajibkan shalat lima waktu dengan waktu yang sangat spesifik? Dan kenapa Rasulullah ﷺ begitu teliti soal urutan dan waktu amal?

Allah ﷻ berfirman:

إِنَّ الصَّلَاةَ كَانَتْ عَلَى الْمُؤْمِنِينَ كِتَابًا مَوْقُوتًا

“Sesungguhnya shalat itu adalah kewajiban yang ditentukan waktunya atas orang-orang yang beriman.” (QS. An-Nisā': 103)

Karena Islam tidak hanya mengajarkan kebaikan, tetapi membentuk karakter yang teratur, terarah, dan tangguh. Tanpa *self-management*, kita akan mudah kalah oleh hawa nafsu, rasa malas, dan godaan dunia.

Disiplin dalam Islam

Dalam Islam, disiplin dibangun di atas tonggak-tonggak penting yaitu sebagai berikut.

1. Iltizām (الالتزام) - Komitmen

Inilah akar dari semua perubahan. Komitmen artinya tetap melangkah meski *mood* berubah. Tetap taat meski tidak ada yang melihat. Seperti melaksanakan shalat subuh walau masih

terkantuk-kantuk karena telah berkomitmen untuk melaksanakan kewajiban sebagai umat Islam.

2. Istiqāmah (الاستقامة) - Konsistensi

Komitmen adalah niatnya. Istiqamah adalah buktinya. Istiqamah bukan hanya berbicara hal besar, tapi tentang hal kecil yang diulang terus-menerus.

Rasulullah ﷺ bersabda:

أَحَبُّ الْأَعْمَالِ إِلَى اللَّهِ أَدْوَمُهَا وَإِنْ قَلَّ

“Amalan yang paling dicintai Allah adalah yang paling terus-menerus meskipun sedikit.” (HR. Bukhari dan Muslim)

Tips Menerapkan Self-Management

Mulailah dari hal sederhana. Tak perlu yang berat-berat, tapi yang bisa dijaga.

1. Tidur Lebih Awal

Dalam Islam, tidur bukan sekadar istirahat. Ia bisa bernilai ibadah jika diniatkan dengan benar. Rasulullah ﷺ tidak suka begadang tanpa kebutuhan. Beliau tidur setelah Isya, dan bangun di sepertiga malam terakhir. Masalah kita sering kali bukan tidak bisa bangun, tetapi tidur terlalu larut. Sering kali penyebabnya bukan untuk urusan yang penting melainkan hanya *scrolling* media sosial tak kenal waktu.

Telah jelas dalam al-Qur`an, Allah berfirman: “*Dialah yang menjadikan malam untukmu (sebagai) pakaian dan tidur untuk istirahat. Dia menjadikan siang untuk bangkit berusaha.*” (QS. Al-Furqan: 47)

Selain itu, secara ilmiah, tubuh yang aktif di siang hari lebih mudah tidur nyenyak di malam hari. Islam dan sains selalu menunjukkan kesamaan dan bukti: siang produktif, sore aktif, malam tenang.

2. Bangun Sebelum Subuh

Aku pernah berkali-kali gagal untuk bangun subuh tepat waktu. Alarm bunyi, tangan refleks mematikan, lalu tidur lagi. Sampai akhirnya aku sadar, yang perlu diubah bukan alarmnya, tapi jam tidurnya. Aku mulai dari satu langkah kecil: memajukan waktu tidur 30 menit. Tidak ekstrem namun konsisten. Dari situlah, bangun pagi mulai terasa mungkin. Tidak selalu mudah. Tapi tidak mustahil.

3. Baca Satu Halaman Al-Qur'an

Satu halaman terlihat sepele. Tapi kalau dijaga setiap hari, itu 365 halaman setahun. Banyak orang menunggu waktu luang untuk dekat dengan Al-Qur'an. Padahal waktu luang itu sering kali tidak datang namun disiapkan secara khusus apalagi untuk ibadah. Orang yang dekat dengan Al-Qur'an bukan karena hidupnya gabut tidak punya kesibukan, tapi karena mengutamakan Al-Qur'an di tengah kesibukan.

4. Kerjakan Sebelum Deadline

Kita sering menggunakan Sistem Kebut Semalam (SKS) dalam menyelesaikan segala sesuatu. Padahal kebiasaan ini pelan-pelan membentuk karakter buruk seperti terbiasa menunda, meremehkan waktu, dan baru bergerak saat panik. Menunda bukan tanda sibuk. Sering kali itu tanda tidak disiplin.

Rasulullah ﷺ bersabda:

نِعْمَتَانِ مَغْبُورٌ فِيهِمَا كَثِيرٌ مِنَ النَّاسِ: الصَّحَّةُ وَالْفَرَاغُ

“Dua nikmat yang banyak manusia tertipu dengannya: kesehatan dan waktu luang.” (HR. Bukhari)

Kalau Gagal Lagi, Bagaimana?

Kamu bisa jadi gagal. Aku pun pernah gagal. Semua orang pernah. Yang membedakan bukan siapa yang tidak jatuh, tapi siapa yang mau bangkit lebih cepat. Dalam Islam, kegagalan bukan akhir. Jatuh hari ini? Besok mulai lagi.

Disiplin tidak seperti bakat yang dibawa sejak lahir. Ia dibangun terus-menerus. Bukan dengan upaya yang besar, tapi dengan kebiasaan kecil yang diulang setiap hari. Kalau hari ini kamu masih berantakan, aku tidak ingin kamu putus asa. Aku ingin kamu percaya: kamu masih bisa berubah.

Mulailah dari lima menit hari ini. Satu langkah kecil. Satu komitmen sederhana. Karena dengan izin Allah, yang berat akan terasa ringan.

وَالَّذِينَ جَاهَدُوا فِينَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا

“Dan orang-orang yang bersungguh-sungguh di jalan Kami, pasti Kami tunjukkan jalan-jalan Kami.” (QS. Al-‘Ankabūt: 69)

“

Ilmu itu seperti lentera di tengah malam dalam hutan gelap. Tanpa lentera itu, jangankan untuk menghindari lubang dan duri, untuk berjalan saja sulit.

Installing Faith and Knowledge

Deni Aditya

Bendahara IDN Boarding School Solo

Iman Itu Seperti Pohon

Ada satu perumpamaan yang sangat indah, “Iman itu seperti pohon yang subur. Kuat akarnya menghujam bumi. Tinggi ranting-rantingnya mencakar langit.”

Satu hal yang harus kita yakini adalah bahwa keimanan yang baik jika tertanam di hati seseorang dengan baik, maka ter-*install* pula segala tindak-tanduk baiknya. Tanpa perintah. Tanpa diminta. Tanpa aturan sekalipun. Baiknya ia, tidak hanya untuk dirinya sendiri melainkan untuk semua yang ada di sekitarnya.

Seperti halnya pohon yang subur. Dari kejauhan, ia sudah sejuk dipandang. Akarnya kokoh, menjaga kebaikan kepadatan tanah agar tak longsor. Rantingnya yang rimbun dan rindang, nyaman untuk berteduh. Daunnya menjadi sumber oksigen dan buahnya menjadi sumber nutrisi untuk manusia.

Saya ingat sekali di masa lima tahunan lalu, saat bercerita dengan anak-anak di suatu rumah qur'an sederhana di kabupaten saya tinggal. Waktu itu, berbekal ilmu yang saya peroleh dari buku dan guru, saya sampaikan kepada mereka bahwa sebagai orang yang beriman –dengan iman yang baik– maka sudah pasti perangai pun baik. Dimana pun ia berada, kapan pun ia bercengkrama dengan sesama, bagaimana pun pelik persoalan yang dihadapinya.

Ketika seseorang mengaku beriman, tetapi masih melukai hati orang lain entah dengan lisan atau tangannya, maka iman yang ada di dalam dirinya belum sempurna. Bukan tanpa dasar, hal ini adalah

perumpamaan yang Allah Ta'ala sampaikan melalui firman-Nya di dalam Al-Qur'an Surah Ibrahim ayat 24-25,

أَلَمْ تَرَ كَيْفَ صَرَبَ اللَّهُ مَثَلًا كَلِمَةً طَيِّبَةً كَشَجَرَةٍ طَيِّبَةٍ أَصْلُهَا ثَابِتٌ وَفَرْعُهَا
فِي السَّمَاءِ

تُؤْتِي أَكْلَهَا كُلَّ حِينٍ بِإِذْنِ رَبِّهَا وَيَضْرِبُ اللَّهُ الْأَمْثَالَ لِلنَّاسِ لَعَلَّهُمْ يَتَذَكَّرُونَ

“Tidakkah kamu memperhatikan bagaimana Allah membuat perumpamaan kalimat yang baik seperti halnya pohon yang baik? Akarnya kokoh dan ranting-rantingnya menjulang ke langit (24). Pohon itu menghasilkan buah yang dapat dimakan setiap waktu dengan izin Rabbnya. Dan Allah membuat perumpamaan-perumpamaan untuk manusia supaya mereka selalu ingat (25).”

Sebagai penguat, Buya Hamka melalui Tafsir Al-Azhar menjelaskan mengenai ayat ini. Kalimat yang baik di dalam ayat ini ialah kalimat tauhid di mana kalimat tauhid bukanlah sekadar ucapan lisan, melainkan pondasi keyakinan yang akan membersihkan hati. Kalimat ini menjadi pemahaman seseorang yang akan mengubah dan menentukan orientasi kehidupannya.

Lalu, seperti apa tanda iman itu ter-*install* dengan sukses? Seperti istilah yang sering kita dengar yaitu *inner beauty*, maka demikianlah seseorang yang beriman ada pada dirinya keindahan secara zahir maupun batin. Mulai dari bagaimana ia bertutur kata, berakhlak, hingga menunaikan amanah-amanahnya, adalah tanda *the faith has been installed successfully*.

Rasulullah *shalallahu ‘alaihi wassallam* pernah mengatakan suatu nasehat singkat,

لَا إِيمَانَ لِمَنْ لَا أَمَانَةَ لَهُ

“Tidaklah beriman bagi siapa yang tidak amanah.”

Begitulah hendaknya manusia yang beriman itu menjalani kehidupan. Karena iman adalah *kalimat thoyyibah*, maka bagi siapapun yang menanamkan kebaikan itu akan menjadi baik. Baik bagi dirinya maupun untuk orang-orang sekitarnya.

Prinsip Faidza Faraghta Fanshab

Namun tidak mudah untuk selalu beramal sebaik mungkin secara konsisten. Maka satu hal yang dapat membantu untuk berpegang teguh kepada kebaikan ialah dengan menerapkan prinsip *faidza faraghta fanshab* yang bermakna “apabila engkau telah selesai (dari suatu urusan), tetaplah bekerja keras (untuk urusan yang lain)”.

Siapa yang tidak hafal ayat ini di luar kepala? Ini adalah dua ayat terakhir dari surah Al-Insyirah. Dalam beberapa mushaf disebut Asy-Syarh karena merujuk kepada kandungan surah ini berupa “melapangkan”. Kedua ayat tersebut mengingatkan kita untuk tidak berleha-leha setelah tuntas melakukan sesuatu.

Mengapa prinsip ini penting? Karena orang-orang yang bermalas-malasan akan lebih dekat kepada kegagalan. Sedangkan orang yang rajin akan lebih dekat kepada kesuksesan. Mereka adalah orang-orang yang selalu mengisi waktunya dari kebaikan satu kepada kebaikan-kebaikan berikutnya. Orang-orang yang berpegang pada prinsip tersebut selalu punya energi untuk menuntaskan hal-hal mendatang.

“Tidak ada keberuntungan yang murni, yang ada ialah keberuntungan yang diusahakan.”

Demikian prinsip dari *Owner Paragon Group*, Nurhayati Subakat, yang beliau sampaikan melalui bukunya yang *Mengusahakan Pertolongan Ilahi*. Untuk menjadi salah satu bisnis kecantikan terbesar, terpopuler, dan tertua di Indonesia, hidupnya diisi dengan segala ikhtiar yang menjadi jalan bertemu dengan keberuntungan. Praktik hidupnya bukan hanya duduk santai menunggu keberuntungan itu datang. Namun ia menjemput keberuntungan itu dengan satu ikhtiar ke ikhtiar selanjutnya.

Gita Wirjawan pun menegaskan hal serupa dengan kisah pasangan badminton Indonesia, Owi-Butet, peraih medali emas dalam beberapa olimpiade tingkat internasional. Kalau sedang berlatih, mereka memukul *shuttlecock* seribu hingga dua ribu kali sembari memastikan *shuttlecock* yang mereka pukul itu melewati net dan jatuh sebelum garis luar lapangan. Karena usaha ribuan kali itulah, **keberuntungan** mereka menempatkan *shuttlecock* dengan benar setiap kali pertandingan itu **meningkat**.

Bukan alasan lagi bahwa keberhasilan adalah hanya milik mereka yang berbakat dari lahir dan sekadar beruntung saja, atau peringkat satu hanya milik mereka yang jenius, atau bahkan kesuksesan hanya milik mereka yang punya warisan. Bukan. Setiap pencapaian adalah buah dari ribuan kali percobaan dan kegagalan.

Jadi, apa *goals* yang hendak kamu capai? Sudah sejauh apa kamu berlatih? Seribu kali? Dua ribu kali? Atau baru satu dua kali dan kamu sudah merasa tidak mampu mencapai apa-apa, tak memiliki keberuntungan, dan tak ada jalan meraih tujuan?

Filosofi Mobil Merah

Mengenai tujuan, jangan-jangan selama ini yang membuat sebagian dari kita merasa terombang-ambing di perjalanan karena tujuan hidup yang belum jelas. Bayangkan jika kita sudah keluar rumah, berpakaian rapi dan memakai sepatu, tetapi belum tau mau ke mana. Hampir-hampir tidak mungkin bukan?

Bahkan jika memang belum jelas hendak ke mana, kamu sebenarnya sudah menyiapkan *plan A* bahkan *plan B* walaupun masih abu-abu. Jika keluar rumah dalam satu hari saja sudah punya tujuan, bagaimana dengan hidup yang luas dan dijalani selama bertahun-tahun ini? Tidak mungkin tanpa tujuan. Betul bahwa kehidupan dunia ini adalah sementara. Namun, bukanlah pemahaman yang tepat jika kita memilih hidup biasa-biasa saja tanpa memaksimalkan potensi yang ada, tanpa arah, tanpa cita-cita.

Jerome Polin, *public figure* yang terkenal dengan konten edukatif dan entertaining pernah membahas tentang filosofi mobil merah. “Saat kita keluar rumah, kita bertemu dengan banyak kendaraan. Motor, mobil, dan kendaraan lainnya. Dan kita pasti tidak pernah menghitung jumlahnya. Namun, berbeda cerita ketika kita diberi tantangan di mana setiap mobil merah yang kamu temui, maka kamu akan mendapatkan uang 10 juta rupiah. Maka, jangankan untuk menghitung. Mungkin, kita juga akan mencari sampai ke ujung dunia untuk menemukan sebanyak-banyaknya mobil berwarna merah.”

Seperti itulah pentingnya tujuan. Ada sesuatu yang harus dilakukan untuk karena tujuan yang ingin dicapai. Adanya tujuan yang jelas akan membuat kita paham apa yang perlu dilakukan dan apa yang tidak perlu dilakukan. Dan dengan cita-cita, kamu akan menghargai kehidupan yang diisi perjuangan dan asa.

Belajar Itu Harga Mati!

Apapun yang kita hendak tuju, kunci utamanya adalah belajar dan memiliki kesiapan untuk menjadi gelas kosong yang mau dan mampu untuk menyerap ilmu. Namun sayangnya, dewasa ini kita lihat bersama bahwa tidak semua orang tahu bahwa belajar adalah suatu kebutuhan bukan formalitas di sekolah saja. Lebih daripada itu sebagai seorang muslim, belajar adalah suatu kewajiban. Dimana makna wajib ialah berpahala bagi yang mengerjakannya, dan berdosa bagi yang tidak mengerjakannya. Banyak ulama mengatakan,

ظَلَبُ الْعِلْمِ مِنَ الْمَهْدِ إِلَى اللَّحْدِ

“Menuntut ilmu itu dari buaian hingga liang lahat”

Terkait pentingnya ilmu, ada satu perumpamaan indah. “Ilmu itu seperti lentera di tengah malam dalam hutan gelap. Tanpa lentera itu, jangankan untuk menghindari lubang dan duri, untuk berjalan saja sulit.”

Karakter sederhana dari seorang penuntut ilmu adalah dekat dengan buku. Membaca, menulis, dan belajar ialah bagian dari kehidupan mereka. Ini bukan aktivitas seorang yang cupu dan tertutup dari dunia luar. Membaca buku justru bentuk kemajuan daripada mereka yang tidak membaca. Ini juga adalah gaya hidup para ulama terdahulu.

Kota Baghdad di masa kejayaan Islam menjadi rumah dari ilmu pengetahuan, tempat berkumpulnya para pembaca, penulis, dan cendekiawan. Bagaimana tidak? Di sanalah berdiri Baitul Hikmah (Rumah Kebijakan) sebagai pusat intelektual terkemuka pada Zaman Keemasan Islam era Abbasiyah, berfungsi sebagai perpustakaan, pusat penerjemahan karya kuno (Yunani, Persia, India) ke bahasa Arab, serta pusat penelitian dan pengembangan ilmu pengetahuan (matematika, astronomi, kedokteran, dan sebagainya).

Di masa itu, Baghdad telah terang benderang tidak hanya fisiknya saja, tetapi namanya pun menjadi bintang di tengah era kegelapan bangsa Eropa. Lalu perlahan bangsa Eropa mulai tertarik untuk belajar dari kemegahan kota Baghdad. Mereka membelah lautan menuju daratan Asia, menyambangi kota Baghdad (yang kini menjadi ibukota Irak), tidak lain karena kemajuan ilmu pengetahuan di sana.

Namun setelah masa kejayaan, terjadilah masa keruntuhan. Salah satu penyebab keruntuhan pusat peradaban Islam dan ilmu pengetahuan tersebut adalah karena melemahnya kekuatan internal Khalifah Abbasiyah yang memicu keretakan politik dan pengkhianatan. Muncullah kesempatan besar bagi Bangsa Mongol yang ingin melakukan ekspansi kekaisaran.

Dari segala bentuk penyerangan yang dilakukan, salah satu yang diincar bangsa Mongol ketika meluluhlantahkan Baghdad ialah buku. Tatla darah mengubah warna daratan menjadi merah, sungai Tigris menjadi hitam karena tinta dari buku-buku yang dibuang oleh pasukan tersebut.

Bukan tanpa alasan, bangsa Mongol memusnahkan buku-buku itu karena mereka paham bahwa yang menjadi obor majunya peradaban Abbasiyah ialah karena ilmu, ulama, dan buku. Bayangkan betapa diseganinya suatu negara, suatu kota, bahkan suatu individu karena ia lekat dengan buku.

Walaupun membaca buku bukan menjadi jaminan kesuksesan, tetapi hampir semua orang yang telah berada di puncak karirnya adalah mereka yang gemar membaca buku. Mereka yang telah menempatkan buku menjadi teman hidupnya.

Bung Hatta, sang proklamator kemerdekaan Indonesia adalah penggemar berat buku. Saat beliau dipenjara oleh pemerintah kolonial Belanda pada tahun 1934 karena aktivitas politiknya, beliau pernah berkata, “Biarlah saya dipenjara, asalkan dengan buku. Karena dengan buku, saya bebas.”

Beliau membuktikan bahwa salah satu kenikmatan dan bahagiannya seseorang yang mencintai buku adalah ketika ia dapat merasa bebas bersama dengan buku, bahkan walaupun di balik dinginnya jeruji besi.

Bacalah buku. Paksalah sedikit demi sedikit jika terlalu berat. Baca apapun yang bisa kita baca hingga cinta akan membaca itu hadir, hingga kecintaan itu membuat kita tidak bisa lagi lepas dari buku. Dan dengan begitu, hidup kita tidak lepas dari ilmu.

Red String: What Connects It All

10 judul narasi dalam buku ini memiliki benang merah satu sama lain. Di samping itu, ada benang merah yang juga membentang antara narasi ini dengan nilai nilai yang hidup di lembaga pendidikan IDN. Terlihat dari bagaimana program dan prestasi di idn yang bukanlah dicapai dengan cara instan. Hasil yang dicapai adalah wujud nyata dari *butterfly effect*, pendewasaan diri, meniti habit dan nilai spiritual, prinsip mengejar mimpi, kemampuan mengelola emosi, mencintai diri dan berani beda, melatih disiplin, dan pastinya menyalakan iman dan pengetahuan dalam diri.

IDN Boarding School, sekolah yang berdiri di bawah naungan Yayasan IDN menjadi bentuk nyata dari kisah-kisah sebelumnya. Mari mengenali IDN Boarding School, sekolah dengan visi barunya: **Muda Mendunia.**

IDN Boarding School Muda Mendunia

*Program Internasional, Character Building, Prestasi,
Kontribusi, dan Output Siswa*

3 Continents, 20 Countries, Countless Lessons

IDN Satu-Satunya Sekolah dengan Program Backpacker School

Muda mendunia! Inilah misi backpacker 20 negara sebelum usia 20 tahun! IDN Boarding School punya gebrakan tersendiri yang bikin beda dari sekolah Islam berbasis teknologi di Indonesia bahkan dunia. Sebuah program yang mewujudkan sosok muslim muda yang tangguh dan mandiri lewat pengalaman yang tidak didapatkan banyak orang seusia mereka bahkan di atas mereka. IDN Backpacker, program dari IDN Boarding School ini meluncurkan kembali program andalannya: IDN Backpacker 20 Negara.

Alhamdulillah, program ini sukses dilaksanakan tiap tahun. Tepat pada Juni 2025, rombongan IDN Backpacker 11 Negara kembali ke tanah air setelah backpacker-an sejak Januari 2025. Tak henti di situ, kelompok IDN Backpacker 20 negara diberangkatkan sebulan setelahnya. Perencanaan dan persiapan IDN Backpacker tidaklah singkat. Para pembina dan calon siswa kelas 11 yang akan berpetualang telah diberikan pembinaan yang matang.



IDN Backpacker 11 Negara di depan Masjid Hagia Sophia, Turki.

Program ini tidak sama dengan study tour luar negeri pada umumnya. IDN Boarding School berani membawa konsep “backpacker” yang mengubah study tour ke level yang anti-mainstream: lintas benua, lintas budaya, dan lintas waktu. Program ini bukan untuk jalan-jalan. Ada misi pendidikan untuk membentuk generasi muslim muda yang berani menjelajahi dunia. Selain memperoleh input yang luar biasa, siswa didorong untuk memiliki output nyata dengan menebar kebermanfaatan kepada penduduk di belahan dunia lainnya. Banyak pelajaran yang tidak pernah dipelajari jika sebatas duduk di kelas yang sama sepanjang 3 tahun di bangku sekolah menenang. Inilah mengapa IDN Backpacker hadir mewarnai dunia pendidikan di Indonesia yang belum pernah ada di sekolah lainnya.



Potret IDN Backpacker di Masjid Nabawi, Madinah, Arab Saudi.

IDN Backpacker bukan hanya satu-satunya di antara sekolah Islam, tetapi juga menjadi satu-satunya sekolah di Indonesia—bahkan di dunia. Belum ada sekolah yang secara berturut-turut membawa muridnya belajar di luar negeri dengan gaya backpacker, durasi terpanjang, dan jumlah negara terbanyak, dan kegiatan yang berdampak. Tahun ini, program tersebut menargetkan 20 negara sebagai destinasi pembelajaran global para siswa IDN.

Adapun daftar negara tujuan di tiga benua yang telah dirancang antara lain:

Asia: Malaysia, India, Nepal, Vietnam, Laos, Thailand, Arab Saudi, dan Turki (berada di antara Asia dan Eropa)

Eropa: Belanda, Belgia, Luxembourg, Jerman, Republik Ceko, Austria, Slovakia, Hungaria, Serbia, dan Bulgaria.

Afrika: Mesir dan Maroko

Perjalanan dimulai pada bulan Juli 2025 di Bandara Soekarno-Hatta. Para siswa berkumpul dengan mengenakan atribut, jaket biru tua hingga carrier. Para asatidz yang bertanggungjawab dalam program ini menyampaikan beberapa arahan untuk siswa. Para siswa didampingi oleh orang tua masing-masing dalam rangka pelepasan IDN Backpacker. Momen haru terekam jelas ketika orang tua akhirnya melepaskan anaknya untuk melanglangbuana di berbagai belahan dunia untuk menuntut ilmu dan mengejar impian.

Menjelajah adalah Ibadah

Perjalanan dimulai di negara pertama, Malaysia. Program ini diikuti oleh 30 siswa kelas 11 dari jurusan RPL, TKJ, dan DKV, serta didampingi oleh 6 guru pembina. Mereka tidak hanya akan mempelajari budaya, teknologi, dan sejarah dari setiap negara. Sama seperti kakak kelas mereka yang telah menyelesaikan program ini,

mereka akan belajar memperkuat nilai-nilai Islam dalam diri mereka selama menjadi musafir.

Sebagai sekolah Boarding Islami, program ini sejalan dengan kalam Allah dalam Al-Qur`an yang memerintahkan agar manusia berjalan di penjuru bumi. Tujuannya di antaranya untuk:

1. Menemukan dan menikmati rezeki-Nya (QS. Al-Mulk : 15);
2. Mengenali bumi dan menjaganya (QS. Al-Baqarah : 30);
3. serta menyebar untuk mencari karunia Allah dan mengingat Allah sebanyak-banyaknya (QS. Al-Jumuah : 10).

Melihat kondisi pelajar dan pemuda era sekarang, mereka sangat rentan terhadap masalah mental health, pergaulan bebas, dan perilaku menyimpang. Melalui program ini, siswa belajar menumbuhkan karakter yang tangguh, karena seorang mukmin harus memiliki karakter yang kuat dan tidak merasa lemah. Selain itu, akan tertanam pula karakter mandiri di mana siswa akan mencari dan mengolah makanan mereka sendiri. Dalam menghadapi kehidupan di masa yang akan datang, kemampuan creative thinking dan problem solving adalah karakter yang sangat penting. Maka di sinilah santri terlatih memecahkan masalah dan menghadapi tantangan yang bisa terjadi kapan saja selama backpacking.

Mengapa Harus Backpacker?

IDN Backpacker akan menjadi pintu untuk para siswa menemukan kesempatan berinteraksi dengan masyarakat dunia. Mereka akan belajar latar belakang yang sangat berbeda, serta budaya, bahasa, dan cara hidup yang beragam. Dari sana meningkatlah rasa toleransi dan pemahaman terhadap keberagaman. Sejalan dengan kalam Allah bahwa manusia diciptakan berbangsa-bangsa agar saling mengenal. Semua itu tidak hanya

dipelajari secara teori, namun praktek langsung yang menjadi kelebihan belajar di IDN Backpacker School Sentul.

Jika bercermin dari IDN Backpacker sebelumnya, ada banyak pengalaman yang tidak terlupakan dalam program ini. Mulai dari merasakan tantangan imigrasi langsung tanpa disambut staff hotel dan travel dan berinteraksi dengan warga lokal. Siswa juga akan mencoba beragam transportasi lokal, melihat tempat-tempat populer dunia, hingga tempat yang jarang dijangkau turis pada umumnya. Jauh-jauh dari Indonesia tidak mungkin tidak main salju, mengunjungi Kedutaan Besar Indonesia, hingga menjalankan ibadah umroh. Semua murni dengan mengandalkan kemandirian dan kerja tim yang solid, serta mengedepankan adab agar diterima di mana saja dengan baik.

Kendati tidak belajar di sekolah, agenda yang sering dilakukan di sekolah juga tidak luput. Sebagai siswa sekolah IT, pembelajaran dan pengerjaan projek IT di masing-masing jurusan tetap berjalan di mana saja. Sebagaimana jargon "Pinter Ngaji", kegiatan pembelajaran tahfidz dan kajian tetap menjadi agenda wajib yang dilakukan di masjid terdekat maupun di penginapan. Jack-potnya, bisa setoran hafalan di atas salju hingga di Masjidil Haram dan Masjid Nabawi.

Harga Tak Sebanding Nilai Pengalaman Seumur Hidup

“Berapa biayanya?”

“Pasti mahal.”

Modal perjalanan selalu menjadi topik hangat netizen tatkala mendengarkan aksi keliling dunia, termasuk di kolom postingan IDN sendiri. Namun dengan perjalanan ke banyak negara, sudah termasuk umroh di Arab Saudi, harga yang dibayarkan tidaklah sebesar yang disangka-sangka. Inilah kelebihan dari konsep perjalanan

backpacker. Menantang namun *mindfull*, selalu ada jalan dan makna yang diperoleh, melebihi apa yang dibayarkan dengan materi. Program ini tentunya sangat akan membuka mata siswa. Menjadi pengalaman tak terlupakan yang tidak semua orang bisa mendapatkan. Kendati biaya terkesan besar, namun pelajaran dan pengalaman di IDN Backpacker ini tidak senilai harganya. Terlebih untuk masa depan sang anak, perjalanan ini membekas di setiap prosesnya bertumbuh, dewasa, dan mengejar kesuksesan hidup dunia dan akhirat. Semua ini tidak dapat ditemukan dan diresapi hanya lewat buku teks atau video di internet.

Belajar Menjadi Muslim Global Sejak Dini

Tujuan utama dari program ini adalah menyiapkan siswa menjadi muslim yang memahami dunia, namun teguh dengan nilai-nilai akhirat. Dalam satu tahun, para siswa belajar kehidupan yang sesungguhnya. Mereka mengatur logistik sendiri, bersosialisasi lintas budaya, serta menghadapi dinamika perjalanan dengan kedisiplinan dan kemandirian.

Salah satu orang tua santri, ayahanda dari Fariz, menyampaikan harapannya saat mengantarkan anaknya dalam acara pelepasan di bandara Soekarno-Hatta, Jakarta.

“Semoga program ini membuat anak saya menjadi mandiri, bisa membawa dirinya sendiri untuk masa depannya, baik dari segi agama maupun dunianya. Untuk anakku, semoga kamu bisa membawa ilmu yang baik, mendapatkan pelajaran dan pengalaman langsung, dan semoga Allah memudahkan semuanya. Di situ ada banyak pelajaran yang sangat berharga. Saya sangat bangga, saya titipkan anak kami, ananda Fariz, kepada guru-guru sampai nanti kembali ke Indonesia.”



IDN Backpacker 20 Negara Visit Universitas Islam Madinah

Misi Global: Islam, Teknologi, dan Peradaban

Jika *study tour* biasa hanya berlangsung beberapa hari di satu atau dua negara, IDN Backpacker justru menawarkan pengalaman selama satu tahun dengan banyak destinasi. Setiap negara menjadi kelas terbuka, dan setiap interaksi menjadi momen belajar yang bermakna. Para siswa diajak untuk menjadi pelaku aktif dalam setiap kunjungan. Mereka harus menyusun dokumentasi perjalanan, melakukan riset budaya, berdiskusi langsung dengan komunitas lokal. Bahkan walau berkecimpung di dunia IT, siswa IDN

diharuskan untuk terbiasa menulis dan bercerita. Oleh karena itu, mereka juga menulis buku sendiri selama perjalanan. Semua ini menjadi bagian dari kurikulum IDN yang mendidik *critical thinking* dan kreativitas.

Sebagai sekolah Islam berbasis teknologi, IDN tidak hanya ingin melahirkan ahli IT hebat, tetapi juga pemimpin masa depan yang visioner, cerdas, dan berakhlak. IDN Backpacker menjadi salah satu program unggulan yang menjembatani antara kecakapan global dan karakter Islami.

Prestasi Para Santri IT

Meski dikenal sebagai sekolah berbasis teknologi, prestasi siswa IDN Boarding School tidak terbatas pada bidang IT. Mereka juga berhasil bersinar di bidang bahasa, sains, agama, dan olahraga. Prestasi ini membuktikan bahwa pembinaan di IDN sangat menyeluruh: akademik, spiritual, serta hard skill dan soft skill.

IDN Boarding School memadukan kurikulum berbasis teknologi dengan pendidikan Islam bermanhaj salaf. Lingkungan boarding memberikan atmosfer belajar yang intensif, fokus, dan terarah. Guru dan musyrif tidak hanya berperan sebagai pengajar, tetapi orang tua, mentor, dan teman yang selalu mendampingi proses perkembangan siswa. Tidak hanya di jam sekolah saja, kehadiran dan komunikasi guru dan musyrif hampir 24 jam untuk para siswa. Tak heran jika siswa-siswi IDN tidak hanya menang di ajang kompetisi resmi, tetapi juga prestasinya melalui berbagai program pengabdian dan karya nyata. Hal tersebut karena adanya sinergi antar siswa dan pembina sehingga siswa jauh lebih terbantu dalam mengerjakan proyek dan goal mereka.

Salah satu kunci keberhasilan siswa IDN adalah pembinaan intensif dan sistem mentoring personal. Setiap siswa memiliki akses ke bimbingan guru dan musyrif yang ahli di bidangnya masing-masing. Dukungan penuh dari sekolah juga terlihat dari fasilitas berbasis teknologi yang modern, lingkungan yang disiplin, hingga kesempatan mengikuti lomba di luar daerah bahkan luar negeri.

Prestasi Terbaru Siswa IDN Boarding School Paruh Kedua Tahun 2025 (Agustus-Desember)

Prestasi para siswa IDN selalu di-update pada laman website ini atau kunjungi langsung page khusus IDN Berprestasi. <https://idn.sch.id/category/idn-prestasi/>

Inilah daftar prestasi terbaru siswa IDN Boarding School tahun 2025 di berbagai bidang:



Bidang IT

- 2 Medali Perak Kategori Informatika di INSCOM – Adzanta Anandapa & Anandha Putra (IDN PMJ)
- Medali Perak Kategori Informatika di NOSCO Yaspersnas – Al Fathir Yugi (IDN PMJ)
- Juara 3 Lomba Coding Scratch Kidofun – Haikal Arham (IDN Sentul)
- Juara 3 Sumo 1Kg oleh Bais & Best Speed Line Follower oleh Utara & Narayyan – Sukabumi Robotic Competition (IDN Jonggol)
- Juara 1 Sumobot Close 1Kg oleh Rasyid & Juara 2 Coding Scratch oleh Naufal – Sukabumi Robotic Competition (IDN Pamijahan)
- Best Demonstration oleh Mutia Azkarya & Aisyah Zaahira, serta Juara 3 Creative & Innovation Competition oleh Aisyah & Dayana Batrisyia – Sukabumi Robotic Competition (IDN Akhwat)
- Juara 2 Olimpiade Informatika – OP2N IYFEST oleh Moch. Guntur Budi Pratama (IDN Jonggol)
- Juara 1 Lomba Robot Sumo – Event Elektro Unisma Kompetisi oleh Muhammad Rayyan Mandisa & Alvino Rhasya Alfarizi (IDN Sentul)



Bidang Bahasa & Sains

- 1 Medali Perak Kategori Bahasa Inggris di NSO – Rifat Akmaladya (IDN PMJ)
- Medali Perunggu Olimpiade Sains & Bahasa Nasional (OSBN) – Adzanta Anandapa (IDN PMJ)
- Medali Emas Olimpiade Bahasa Inggris – Elang Budi Yudhistira, Farabi Zhafran Ardinal, Fabianux Jafati Abadi, Taqi Alhakim (IDN Jonggol)
- Medali Perunggu Olimpiade Bahasa Inggris – M. Arghaniy Pradana, Furqon Abdul Aziz, Daffa Jauhar Rigiarto (IDN Jonggol)
- Khansa Kamila & Louiza Zivara (Medali Emas), Zhafira Putri (Medali Perak), Makayla Haura & Kafiya Faida (Medali Perunggu) – English Literature Olympiad Unair
- Juara 1 Lomba Bahasa Inggris IMSEO – Muhammad Aiman (IDN Sentul)
- Juara 3 Lomba Speech Edufest – SMA Al-Kahfi Bogor oleh Kayyisa Malihah (IDN Akhwat)



Bidang Kreativitas & Keagamaan

- Juara 2 Lomba Poster Digital Creativity Competition – Sabrina Syahla Sahira (IDN Akhwat)
- Juara 1 National Infographic Competition Universitas Sunan Ampel – Raisa Amanda (IDN Akhwat)
- Juara 1 Video Daily Activity – Poltekkes Kemenkes Yogyakarta oleh Quaneisha Syifa (IDN Akhwat)
- Juara 2 Short Movie Flight 225 – Tim SMK IDN Pamijahan
- Juara 2 MTQ Tingkat Provinsi Lintas Pulau Jawa – Zabran Asy-Syafiq (IDN Jonggol)

Bidang Olahraga & Keagamaan:

- Juara 1 Basket Metlan Regina Caeli – Tim SMP IDNBS Basketball
- Juara 1 Basket Turnamen Hexagon Fest An Nahl Ciangsana – Tim SMP IDNBS Basketball
- Juara 1 Karate di Sebelas Maret International Karate Open Championship 2025 – Prawira Caraka Mahardhika dan Dzulqarnain Abu Muhammad (IDN Solo)
- Juara 2 Karate di Sebelas Maret International Karate Open Championship 2025 – Umar Al Faruq dan Utsman Abdur Rohim (IDN Solo)

Makna Sekolah Berprestasi Bagi IDN

Kendati ratusan juara digandeng setiap semester dan setiap tahunnya, bagi IDN Boarding School, prestasi bukan sekadar soal piala dan medali. Lebih dari itu, prestasi berarti membentuk siswa yang berani tampil, berkontribusi pada masyarakat, serta menciptakan karya yang bermanfaat. Banyak siswa yang telah menulis buku, membuat aplikasi digital, dan mengajar di berbagai sekolah. Siswa IDN juga aktif dalam aksi sosial di masyarakat sekitar sekolah, panti asuhan, dan panti jompo. Melebarkan sayap kontribusi juga ditunjukkan melalui magang di perusahaan dan lembaga dan dipercaya memegang posisi-posisi penting. Inilah bukti bahwa IDN tidak hanya mendidik siswa untuk menang di kompetisi, tetapi juga menyiapkan skill mereka untuk masa depan.



Pencapaian IDN Juara

Semester Ganjil 2025/2026 : Periode JUL-DES 2025

Juara Lomba



309
Total Juara

Jumlah Santri



358
Total Santri

Darusi Lomba



6
Bulan Periode Lomba

 IDNBOARDINGSCHOOL  IDN_BOARDINGSCHOOL  IDN TV  PSB.IDN.SCH.ID



Pencapaian IDN Mengajar

Semester Ganjil 2025/2026 : Periode JUL-DES 2025

Jumlah Peserta Training



13846
Peserta Training

Jumlah Santri Pengajar



829
Santri Pengajar

Jumlah Sekolah, Perusahaan, & Perguruan Tinggi



336
Sekolah, Perusahaan & Perguruan Tinggi

Jumlah Materi Training



482
Materi Training

Jumlah Akademi Indonesia & Luar Negeri



+ 50
Akademi Indonesia & Luar Negeri

 IDNBOARDINGSCHOOL  IDN_BOARDINGSCHOOL  IDN TV  PSB.IDN.SCH.ID



Pencapaian IDN Internasional

Semester Ganjil 2025/2026

Jumlah Negara



6
Negara

Total Santri Internasional



143
Total Santri

Kegiatan Internasional



61
Kegiatan

Bolanda

Arab Saudi

Cina

Malaysia

Mexico

Turki

 IDNBOARDINGSCHOOL  IDN_BOARDINGSCHOOL  IDN TV  PSB.IDN.SCH.ID



Pencapaian Weekend English Talk

Semester Ganjil 2025/2026

Jumlah Negara



21
Total Negara

Jumlah Santri



110
Total Santri

Pemateri Asing



44
Pemateri Asing

Jerman

Turki

Taiwan

Britania Raya

Filipina

Cina

Mesir

Brunei Darussalam

Bolanda

Inggis

Jepang

Korea

Pakistan

Thailand

Amerika Serikat

Australia

Indonesia

Palestina

Malaysia

Spanyol

India

 IDNBOARDINGSCHOOL  IDN_BOARDINGSCHOOL  IDN TV  PSB.IDN.SCH.ID

IDN Students GO Internasional!

Kehadiran IDN Boarding School mulai mengubah wajah sekolah Islam di Indonesia. Para siswanya tidak hanya dibentuk aktif di dalam masjid, namun juga jago *public speaking* di berbagai acara. Seperti puncaknya pada acara seminar internasional, siswa IDN menggaungkan hasil pemikiran dan projek nyata di depan ratusan perwakilan negara-negara lainnya. Ada juga yang berhasil memenangkan kompetisi robotik antarnegara, hingga dipercaya menjadi tim IT di ajang olahraga terbesar di Asia.

Pembicara di Seminar Internasional

Sejumlah siswa IDN Boarding School tercatat telah tampil sebagai pembicara seminar internasional di berbagai negara Asia. Di antaranya menjadi pembicara dalam forum bergengsi seperti:

- Seminar International OSPFv3 IPv6 di Shenzhen, China
- Mikrotik User Meeting di Myanmar
- Mikrotik User Meeting di Malaysia

Jika biasanya forum teknologi seperti ini diisi dan didominasi oleh para profesional dan akademisi senior, namun siswa IDN mematahkan keterbatasan tersebut. Berasal dari negara dengan skill bahasa Inggris yang belum merata, perwakilan IDN mampu menyuarakan ide dan pengetahuannya dalam bahasa Inggris dengan maksimal. Sangat membanggakan.

Juara di Kompetisi Teknologi Dunia

Prestasi siswa IDN di juga sampai di ajang IYRC ASEAN 2024 yang diselenggarakan di Malaysia, tim IDN berhasil meraih:

- Juara 2 Sumo Rumble
- Juara 3 Creative Design

Turut mengharumkan Indonesia, 4 perwakilan IDN unjuk diri di The 21st Guangxi Adolescent Robotic Competition yang digelar di China dan meraih penghargaan Best Performance. Mereka adalah Aurell Ghania Ramadhani, Furqon Abdul Aziz, Rayhan Kenzie Avando, dan Mohammed Jiazhen Faheem. Prestasi ini memperlihatkan bahwa sekolah boarding islami kini tak lagi terbatas pada literasi agama semata, tetapi juga menjangkau sains, teknologi, dan jiwa kompetitif yang tinggi.



Perwakilan IDN di The 21st Guangxi Adolescent Robotic Competition, China

Tim Termuda di Balik Layar Ajang Internasional Bergengsi

Selain di bidang akademik dan teknologi, sejumlah siswa menjadi tim termuda yang terlibat langsung dalam event global yang diselenggarakan di Indonesia. Mereka dipercaya menjadi bagian dari tim IT resmi untuk berbagai ajang nasional dan internasional, di antaranya:

- Asian Games Jakarta–Palembang 2018
- Pekan Olahraga Nasional (PON) Papua 2021
- Superbike Mandalika Lombok



Azzam, tim IT termuda Asean Games 2018

Semua prestasi di atas masih sebagian dari banyaknya prestasi internasional para siswa IDN. Keterlibatan siswa IDN dalam kegiatan berskala internasional ini menandai kemajuan signifikan dunia pendidikan Islam di bidang teknologi terapan. Bagi mereka pula, ini menjadi kesempatan untuk menerapkan ilmu di dunia nyata sekaligus memperoleh pencapaian besar di usia muda.

Mengajar untuk Belajar

Selain berprestasi dalam kompetisi nasional dan internasional, siswa IDN juga sangat membanggakan dari kontribusi aktif dalam program IDN Mengajar. Program ini merupakan gerakan sosial yang menjadikan santri sebagai pengajar di berbagai sekolah, kampus, dan perusahaan ternama di Indonesia. Walau masih berusia dini, mereka dengan percaya diri mampu berbagi ilmu tentang dunia teknologi, desain, jaringan komputer, hingga *artificial intelegence* (AI). IDN mengajar menjadikan santri IDN bukan hanya siap bersaing di dunia digital, tetapi juga siap menginspirasi dan mentransfer pengetahuan kepada orang-orang dari generasi yang berbeda.

Kemampuan menguasai teknologi bukan lagi pilihan, tetapi kebutuhan. Hampir semua sektor – mulai dari pendidikan, bisnis, kesehatan, hingga industri kreatif – mengandalkan perangkat lunak dan sistem informasi. Maka tak heran jika skill di bidang IT makin banyak peminat. Karena pentingnya skill ini untuk dikuasai, maka IDN Boarding School menghadirkan program IDN Mengajar.

Berikut ini beberapa sekolah dan aktivitas IDN Mengajar yang sempat berlangsung di tahun 2025.

Ngajar Coding dan Networking untuk Sesama Pelajar

Dari Jonggol (Kab. Bogor), berangkat ke Tangerang! Siswa IDN Boarding School telah mengajar di dua sekolah di area Tangerang. Di SMA Citra Islami, mereka memberikan pelatihan Dasar Jaringan dan Desain Poster, mengenalkan pentingnya komunikasi visual dan jaringan komputer di era digital. Sementara di SMK Kutabumi 1 Tangerang, santri IDN membimbing siswa dalam materi Network Fundamental, memperkenalkan cara kerja jaringan dan praktik konfigurasi sederhana.

Santri dari IDN Boarding School Malang juga berbagi ilmu di SMPN Gondang Legi, dengan fokus pada pengenalan HTML dan CSS, dua bahasa dasar dalam dunia pembuatan website. Kelas yang mereka bawaan dikemas seru dan praktik langsung, membuat siswa bisa merasakan pengalaman membangun halaman web sederhana dengan tangan mereka sendiri. Tak kalah hebatnya, siswa IDN Solo juga melanglang hingga ke SMP Integral Ar-Rohmah Malang.

Anak SMP Bangun Skill Figma hingga Internet of Things

Dari IDN Boarding School Kampus 3 Sentul, semangat berbagi juga menggema. Santri IDN berangkat jauh-jauh dari Sentul ke SMP Bina Qurani di Kota Bogor, membimbing adik-adik mereka belajar desain antarmuka menggunakan Figma. Figma adalah aplikasi profesional yang biasa dipakai desainer UI/UX. Santri IDN baik di jenjang SMP, maupun SMK jurusan DKV bahkan RPL udah familiar sama aplikasi satu ini.

Selain itu, di MIT Nurul Iman Azhari, para santri IDN membawakan pelatihan tentang Internet of Things (IoT), mengajarkan bagaimana benda-benda di sekitar bisa dihubungkan lewat internet. Konsep yang sebelumnya terasa rumit bahkan belum pernah terpikirkan sebelumnya, kini bisa dipahami dengan mudah berkat cara penyampaian para santri IDN yang kreatif dan interaktif.

Siswa Jadi “Dosen Muda” di Universitas dan Mentor di PT

Tidak hanya di sekolah, IDN Mengajar juga menembus level perguruan tinggi. Tanpa meragukan usia mereka yang masih belia, mereka mampu berbicara di depan mahasiswa jenjang S1, S2, bahkan dosen untuk mengajarkan skill IT. Skill IT memang tidak dikuasai oleh banyak orang, sehingga sangat membuka kemungkinan, santri IDN layak berbagi pengetahuan yang telah mereka peroleh di IDN.



IDN Mengajar di Universitas Diponegoro Semarang

Santri IDN Pamijahan bertandang ke Universitas Sultan Ageng Tirtayasa untuk memberikan pelatihan Figma dan UI/UX Design kepada mahasiswa. Santri IDN Solo juga turut mengajar di Universitas Ahmad Dahlan hingga Universitas Diponegoro membahas coding hingga AI Generatif. Di kesempatan lainnya, siswa IDN Jonggol juga sharing ilmu kepada pegawai PT. Neural Technologies Indonesia.



Mengajar untuk Belajar dan Berdampak

Melalui program IDN Mengajar, para siswa menyebar ke banyak kota untuk belajar makna sejati dari ilmu: bukan hanya untuk diri sendiri, tetapi juga untuk orang lain. Program ini sekaligus menjadi bagian dari tujuan besar IDN Boarding School dalam mencetak generasi yang beriman, berilmu, dan berdaya guna bagi masyarakat. Sejalan dengan filosofi TEMAN KAMI pada judul buku ini, IDN menjadi wadah untuk tumbuh (*grow*) dan memberi dampak (*impactful*).

Hingga saat ini, IDN Mengajar telah berkontribusi di ratusan sekolah, universitas, dan perusahaan dengan total belasan ribu peserta training. Dengan semangat berbagi ilmu dan semangat dakwah berbasis teknologi, IDN Boarding School terus menunjukkan bahwa siswa masa kini mampu menjadi agen perubahan di era digital. *Barakallahufiikum* kepada seluruh siswa yang telah melebarkan sayap kebermanfaatan ilmunya melalui program IDN Mengajar.

Campus Life After IDN

Indonesia Top Universities

IDN Boarding School mencatat prestasi membanggakan alumninya. Mereka berhasil menembus universitas terbaik di Indonesia dan kampus-kampus ternama di luar negeri. Pencapaian ini menjadi bukti konsistensi sekolah berbasis teknologi dan Qur'ani ini dalam menyiapkan siswa yang berdaya saing untuk masuk perguruan tinggi terbaik.

Selama tiga tahun pendidikan, siswa IDN dibekali kurikulum berbasis project-based learning, pembinaan karakter, program bahasa Inggris. Secara tidak langsung, siswa juga sudah memahami career mapping yang membuat mereka mengenali minat dan prospek masa depan mereka. Mereka juga menunjukkan kemampuan bersaing di jalur seleksi nasional maupun internasional.

Banyak alumni IDN Boarding School diterima di perguruan tinggi negeri (PTN) favorit. Berikut sebagian dari nama-nama siswa yang berhasil melanjutkan studi ke *Top University* di Indonesia:

Universitas Brawijaya

Ainandafiq M. Alqadri – Teknik Komputer Jaringan

Ardhimas Izzan Rafif – Teknologi Informasi

Dzikra Fisichella – Teknik Informatika

Universitas Negeri Semarang (UNNES)

Saeful Dama Maulidin – Ilmu Komputer

Faiz Naidito – Hukum

Universitas Negeri Jakarta (UNJ)

M. Praja Dinata – Teknik Informatika dan Komputer

Universitas Indonesia (UI)

Umar Nur M. Rahmatullah – Administrasi Bisnis

Ajriya M. Arkan – Teknik Komputer

Ibrahim Alfikri – Teknik Informatika CCIT

M. Tsakif Asysyauqi – Teknik Informatika CCIT

Naufal Gagambani – Teknik Informatika CCIT

Institut Pertanian Bogor (IPB University)

Muhammad Hafiz – Agronomi dan Hortikultura

Ridho Albab Munfarid – Teknologi Rekayasa Komputer (Vokasi)

Universitas Pendidikan Indonesia (UPI)

M. Azzura Al Karazi – Teknik Komputer

Universitas Diponegoro (UNDIP)

Dzikri Razzan Athallah – Teknik Komputer

Menembus Kampus Dunia

Melanjutkan studi ke perguruan tinggi adalah impian sebagian besar pelajar selulus dari jenjang menengah atas. Di era sekarang, kuliah di luar negeri semakin banyak dilirik oleh pelajar Indonesia, termasuk siswa IDN Boarding School. Karena kualitas dan daya saing yang dikenal lebih tinggi dari perguruan tinggi di Indonesia, kampus luar negeri semakin layak menjadi pilihan studi lanjutan.

Peminat kuliah ke luar negeri terus meningkat karena alasan seperti akses ke pendidikan berkualitas dunia, peluang karier yang lebih luas di pasar global, pengembangan diri, dan pengalaman budaya. Peningkatan ini juga didorong oleh persaingan di dunia kerja yang semakin ketat, yang membuat lulusan luar negeri lebih dihargai. Program studi populer seperti STEM (Sains, Teknologi, Teknik, dan Matematika), Bisnis, dan Ilmu Komputer juga semakin diminati dan kampus luar negeri menawarkan kualitas yang lebih maju.