



155.652 muzaki

Majalah Yatim Mandiri | *November 2020 / Rabi'ul Awwal - Rabi'ul Tsani 1442 H*



# Gaya Hidup Sehat ala Rasulullah SAW

Mari Ikuti!

# Olimpiade Online TERBESAR

OMATIQ  
2020

## Yatim Dhuafa

Penyisihan Kota :

Al-Qur'an : 12 Oktober - 2 Nopember 2020  
Matematika : 19 Oktober - 2 Nopember 2020

Penyisihan Nasional :

Al-Qur'an : 9 - 11 Nopember 2020  
Matematika : 14 Nopember 2020

Final :

Al-Qur'an : 22 Nopember 2020  
Matematika : 21 Nopember 2020



Menangkan  
Grand Prize

2 Buah Laptop  
2 Buah Notebook  
8 Buah Smartphone

& Total Uang Tunai  
**PULUHAN JUTA RUPIAH!!**

Informasi :

Didik : 0812 2984 9675



## Peduli Sembako Kepada Sesama Dapatkan *Berkah* Berlipat Ganda

Donasi melalui :



700 1201 454

a.n Yayasan Yatim Mandiri

Informasi lebih lanjut :

0811 1343 577



“

Barang siapa membayar zakat hartanya,  
maka kejelekannya akan hilang dari dirinya.” (HR. Al-Haitsami)

BANK	INFAK SHODAQOH	ZAKAT	WAKAF
Mandiri Syariah	700 1201 454	700 1241 782	700 1241 798
CIMB Niaga Syariah	8600 00976 500		8613 00000 300
Muamalat	701 0054 803	701 0054 804	
Permata Syariah	0290 1444 415	0290 1445 144	
BNI Syariah	010 835 1174	021 149 7003	
Mandiri	140 000 311 7703	142 001 031 3327	142 001 031 3350
BCA	0101 358 363	0883 996 647	0883 996 621
BRI		00960 10019 68305	00960 10019 69301
BNI	2244 900 000		
OCBC NISP Syariah	2758 0000 5959		2758 1003 9600



# Majalah Yatim Mandiri

Edisi November 2020

## LAZNAS YATIM MANDIRI

S.K. Menteri Agama No. 185/2016

### VISI

Menjadi Lembaga Tepercaya dalam Membangun Kemandirian Yatim

### MISI

1. Membangun Nilai-Nilai Kemandirian Yatim dan Dhuafa
2. Meningkatkan Partisipasi Masyarakat dan Dukungan Sumberdaya untuk Kemandirian Yatim dan Dhuafa
3. Meningkatkan Capacity Building Organisasi

Dewan Pembina **H. Nur Hidayat, S.Pd, M.M**

**Prof. Dr. Moh. Nasih, S.E, M.T, Ak**

Dewan Pengawas **Ir. H. Bimo Wahyu Wardoyo**

**Drs. H. Abdul Rokib, M.H.I**

**Yusuf Zain, S.Pd, M.M**

Dewan Pengawas Syariah **KH. Abdurrahman Navis, Lc., M.H.I**

**Drs. Agustianto, M.A**

**Prof. Dr. H. A. Faishal Haq, M.Ag**

Dewan Pengurus **Achmad Zaini Faisol, S.M**

**H. Mutrofin, S.E**

**Bagus Sumbodo, S.T**

Direktur Utama **Achmad Zaini Faisol, S.M**

Sekretaris Eksekutif **H. Imam Fahrudin, S.E**

Direktur Fundraising **Andriyas Eko, S.TP**

Direktur Keuangan **Bagus Sumbodo, S.T**

Direktur Operasional **Heni Setiawan, S.H**

Direktur Program **Hendy Nurrohman, S.S**

Direktur Program Wakaf **Rudi Mulyono, S.Kom**

Direktur Fundraising Wakaf **H. Mutrofin, S.E**

GM Regional 1 **H. Ainul Mahbub, S.HI**

GM Regional 2 **Agus Budiarto, A.md. Pd**

GM Regional 3 **Sugeng Riyadi, S.E**

Penasehat **Dr. Zaim Uchrowi**

**Ir. H. Jamil Azzaini, MM**

**Dr. Muhammad Nafik**

**Bekal Hidup 05**

*Gaya Hidup Sehat ala Rasulullah SAW*

**Oase 08**

*Nabi Yang Sembuh dari Penyakit*

**Hikmah 10**

*Kacamata Islam dalam Metode Pengobatan Modern*

**Move On 12**

*Suasana Hatimu Memancarkan Energi*

**Solusi Islam 14**

*Pengobatan Alternatif, Positif atau Negatif?*

**ZISWAF 16**

*Sedekah Di Kala Susah*

**Smart Parenting 18**

*Menghargai Pilihan Ibu*

**Muslimah 20**

*Good Looking Ala Rasulullah*

**Kuliner 22**

*Bomboloni si Donat Isi*

**Doa 24**

*Hadis Manusia yang Paling Mulia*

**Pintu Rezeki 26**

*Inovasi Baru, dari Pengalaman Terdahulu*

**Silaturahmi 28**

*Jember, Sragen, Maros, Banyuwangi*

**Jendela 30**

*Internet Gratis, Tempat Belajar Anak Yatim dan Dhuafa*

**Naik Kelas 32**

*Usaha tak Khianati Hasil*

**Kemandirian 34**

**Kabar Nusantara 36**

**Kinerja 38**

**GRAHA YATIM MANDIRI** Jl. Raya Jambangan 135-137 Surabaya, Telp. (031) 828 3488. **BALIKPAPAN** Jl. Pattimura RT104 No.38 B, Batu Ampar, Balikpapan, Telp. (0542) 860 609, 081 25344932. **BANDUNG** Ruko Cipta Pesona Blok B23. Jl. Cipamokan - Rancacili Telp. (022) 8750 3578, 0822 4229 7252. **BANTEN** Jl. Ayip Usman No.11 Cikepuh Kebaharan Serang Banten, Telp. (0254) 219375, 0812 8744 8444. **BANYUWANGI** Jl. Imam Bonjol No.35 Tukangkayu. Telp. 0821 3200 4007. **BATAM** Griya Kurnia Djaya Alam Jl. Parkit 01, No. 02 Batam Center - Batam, Telp. (0778) 7413 149, 0813 7260 1112. **BEKASI** Jl. Dewi Sartika Blok A No. 6 Margahayu - Bekasi Timur, Telp. (021) 8269 6344, 0812 7115 2094. **BLITAR** Jl. Bali No. 264 Blitar, Telp. (0342) 8171 727, 0823 3113 4732. **BOGOR** Jl. Sempur Kaler No. 02 Bogor Tengah - Kota Bogor, Telp (0251) 840 9054, 0878 8751 8330. **BOJONEGORO** Jl. Panglima Polim Gg. Mangga 2 No 59 Sumbang Bojonegoro, Telp. (0353) 5254809, 0813 3388 3360. **CIREBON** Jl. Cendana Raya No. 61 Cirebon Girang, Kec. Talun Kab. Cirebon Telp. 0896 6030 0292. **DENPASAR** Jl. Gunung cemara 7K Perumnas Monang Maning, Denpasar - Bali, Telp. 0821 3200 4007. **DEPOK** Jl. Mangga Raya No 298, Depok Jaya - Pancoran Mas Telp. (021) 7780 7396, 0856 9704 0947. **GRESIK** Ruko Multi Sarana Plaza Blok B-11 Jl. Gubernur Suryo Gresik, Telp. (031) 399 0727, 0821 3993 9427. **JAKARTA BARAT** Jl. Pos Pengumben Dalam No. 12 Kelapa Dua Kebon Jerok, Telp. (021) 2567 2565, 0896 0185 0149. **JAKARTA SELATAN** Jl. Kavling Keuangan III No. 87 Pamulang - Tangerang Selatan Telp. (021) 2759 1181, 0812 1997 7654. **JAKARTA TIMUR** Jl. Utan Kayu Raya No. 64 Matraman Jakarta Timur, Telp. (021) 2982 1197, 0819 0534 2768. **JEMBER** Pandora Square Jl. Mastrip No. 8 Ruko 8 E, Jember, Telp. 0817 9393 412, 0851 0264 0333. **JOMBANG** Jl. Ir. Juanda No. 80, Ds. Kepanjen, Jombang Telp. (0321) 849 0715, 0822 2776 8010, 0813 3260 5565. **KEDIRI** Perum Candra Kirana Blok T No. 4A Mojoroto - Kediri Telp. (0354) 3782141, 0813 3177 1830. **KEPANJEN** Jl. Diponegoro No. 44, Bangsri - Kepanjen. Telp. (0341) 390 3518, 0813 3290 0639. **KUDUS** Jl. Dewi Sartika No. 5 Singocandi - Kudus, Telp. 0822 4325 3243. **LAMONGAN** Jl. Nangka No.3 Perum Deket Permai, Lamongan, Telp. (0322) 324025, 0813 3509 5929. **LAMPUNG** Jl. Sultan Haji No. 36, Kel. Kota Sepang Kec. Labuhan Ratu, Lampung Telp. (0721) 5613 878, 0853 2112 1988.



# 5 Bekal Hidup Gaya Hidup Sehat ala Rasulullah SAW

# 11 Penyejuk Hati Sembuh dari Sakit



# 13 Fenomena Obati Diri dengan Cara Rasulullah



# 15 Solusi Sehat Pendidikan Seksual untuk Balita



## REDAKSI MAJALAH YATIM MANDIRI

**Dewan Redaksi:** Achmad Zaini, Mutrofin, Bagus Sumbodo **Pemimpin Umum:** Ahmad Zaini

**Pemimpin Redaksi:** Muhammad Arif **Reporter:** Grace Aria, Nurul Hasanah **Layout:** Reza

**Desain:** Meta **Fotografer:** Grace Aria, Sholahudin

**Sirkulasi:** ARF **Alamat Redaksi:** Jl. Raya Jambangan 135-137 Surabaya

**WA Center:** 0811 1343 577 **Telp:** 031 828 3488

**Email:** media@yatimmandiri.org **Web:** www.yatimmandiri.org

**LUMAJANG** JL. Suwandak No. 42, Lumajang, Telp. (0334) 890300, 0812 4914 2453. **MADIUN** Jl. Letkol Suwarno Perum Bumi Mas II No. 2, Telp. (0351) 2811317, 0852 5764 5991. **MAGELANG** Jl. Perintis Kemerdekaan No. 23 Sanden, Kramat Selatan. Telp: (0293) 319 5924, 0896 2606 7500. **MAKASSAR** JL. Andi Tonro No.11 Kec. Tamalate, Kota Makassar, Telp. (0411) 884050, 0823 8444 4369. **MALANG** Perum Taman Raden Intan No.612, Telp. (0341) 437 4155, 0856 4649 6131. **MAROS** Jl. Bakri No. 5 Kec. Turikale Kab. Maros, Telp. 0823 4343 0681. **MOJOKERTO** Jl. Raden Wijaya. Panggremen Gg.6 No. 12, Kec. Kranggan Mojokerto Telp. (0321) 528 7100, 0857 4525 6435. **MEDAN** JL. Senam No. 24, Medan, Telp. (061) 7335 9471, 0852 7566 9977 **PALEMBANG** Jl.Rawasari No. 2457 Ruko No. 4. Kel. 20 Ilir, Kec. Kemuning Telp. (0711) 573 0360, 0859 4591 4425. **PASURUAN** Perum Pondok Sejati Indah Blok 4 No. 5 Jl. Panglima Sudirman Pasuruan, Telp. (0343) 4742 017, 0888 0550 8832, 0851 0364 4849. **PEKALONGAN** Jalan Bina Griya Blok B-IV No. 191 Medono, Pekalongan, Telp (0285) 421082, 0813 3253 7501. **PONOROGO** Jl. Ir. Juanda No. 158 Tonatan, Ponorogo Telp (0352) 488223, 0856 4890 6767. **PROBOLINGGO** Jl. Sukarno Hatta No. 162 Probolinggo, Telp. (0335) 589 4623, 0878 5225 6476, 0813 3153 6287. **PURWOKERTO** Jl. Patriot No. 073 RT/RW 03/03 Kel. Karangpucung Kec. Purwokerto Selatan, Telp (0281) 639 042, 0857 8518 1046. **SAMARINDA** Jl. Slamet Riyadi Gang 4. RT 14, Samarinda, Telp. 0813 8146 0866 **SEMARANG** Jl. Karangrejo No. 97 Kel. Karangrejo, Kec. Gajahmungkur Semarang Telp. (024) 7642 0035, 0856 3504 229. **SIDOARJO** Pondok Mutiara Blok A Nomor 15, Telp. (031) 9971 6463, 0857 4567 8974. **SOLO** Jayengan Kidul, RT 03/RW 08, Serengan, Surakarta, Telp. (0271) 2936 205, 0813 2775 7809. **SRAGEN** Jl. Raya Sukowati No. 514 Sragen Wetan, Sragen, Telp. (0271) 894811, 0851 0275 4279. **TANGERANG** Jl. Cibodas Raya No. 7 Perumnas 1 Karawaci Baru Tangerang, Telp. (021) 2917 0263, 0831 1232 4939. **TUBAN** JL. Walisongo No. 24 Tuban Telp. (0356) 327118, 0856 0488 8125. **TULUNGAGUNG** Pahlawan III No. 5A, Kedungwaru Tulungagung, Telp. (0355) 332 306, 0851 0376 1333. **YOGYAKARTA** Jl. Ireda No. 119 Keparakan, Mergangsan, Kota Yogyakarta, Telp. (0274) 450 896, 0812 5951 5665.

# Protokol Kesehatan dan Thibbun Nabawi

H. Ainul Mahbub, S.HI  
GM Regional 1 Laznas Yatim Mandiri

*Assalamu'alaikum Wr. Wb.*

Apa kabar Sahabat Yatim semuanya. Semoga selalu dalam kesehatan yang prima dan selalu dalam lindungan Dzat yang Maha Penjaga. Kondisi sehat adalah dambaan setiap manusia untuk dapat menjalankan segala aktivitas kehidupannya secara optimal dan berkualitas. Baik kegiatan bekerja, lebih-lebih untuk menjalani aktivitas ibadahnya. Sementara sakit adalah suatu keadaan yang semua orang ingin menghindarinya. Suatu keadaan yang boleh jadi karena tidak berhasil menjaga kesehatan itu sendiri yang pada akhirnya akan mengganggu aktivitas normal dalam menjalankan kegiatan kesehariannya.

Lantas bagaimana hubungan antara sehat dan sakit? Bagaimana sikap kita untuk tetap menjaga dan mendapatkan kesehatan jasmani dan rohani? Bagaimana ketika memang keadaan jiwa dan raga kita terpaksa harus mengalami sakit?

Prinsip yang paling mendasar adalah bahwa Allah SWT menurunkan penyakit beserta obat dan penyembuhannya. Tentu ini sebuah keyakinan yang tinggi sebagai seorang muslim. Bagaimana Rasulullah SAW menjadikan contoh dalam perilaku pada hal menjaga kesehatan dan pengobatan penyakit tentu tidak keluar dari ajaran Islam. Bersumber pada al-Qur'an yang merujuk pada tindakan dan perbuatannya mengenai penyakit, pengobatan dan kebersihan. Hal ini disebut dalam "Thibbun Nabawi". Istilah ini sebenarnya tidak di kenal pada zaman Rasulullah, penggunaan istilah baru familiar pada abad 13 oleh Ibnu Qayyim.

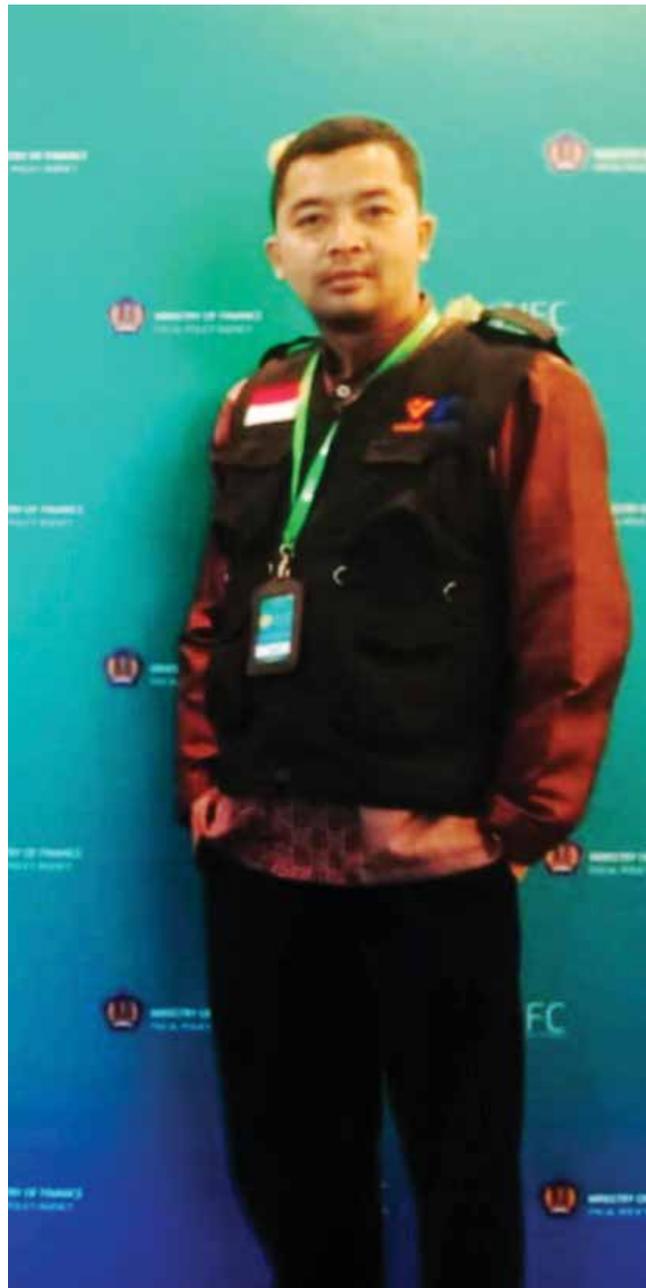
Ibnu Qayyim mengatakan kemujaraban Thibbun Nabawi akan dirasakan manfaatnya jika menerima dan meyakini Allah akan memberikan kesembuhan baginya. Sehingga pengobatan Thibbun nabawi hanya cocok bagi jiwa yang baik sebagaimana pengobatan dengan al-Qur'an yang tidak cocok kecuali bagi jiwa yang baik dan hati yang hidup. Hal-hal tersebut bukanlah disebabkan kurangnya pada obat namun lebih disebabkan buruknya karakter, rusaknya tempat dan tidak ada penerimaan.

Secara garis besar Ibnu Qayyim membagi dalam 3 pengobatan nabi, yaitu :

Pengobatan dengan Obat-obatan alami (natural), pengobatan dengan menggunakan obat-obatan

Ilahiyah (petunjuk Ketuhanan), dan pengobatan dengan menggabungkan dengan kedua unsur tersebut di atas. Di masa pandemi seperti saat ini, alangkah sempurnanya ketika kesehatan dan imunitas tubuh kita dijaga dengan merujuk kepada Thibbun Nabawi dan disertai dengan penerapan protokol kesehatan yang tinggi.

*Wassalamu'alaikum Wr. Wb.*





# Gaya Hidup Sehat ala Rasulullah SAW

**K**ehidupan di dunia tidak bisa bahagia selamanya, pasti ada cobaan-cobaan yang berdatangan. Cobaan dan ujian merupakan sunatullah dalam kehidupan. Allah SWT berfirman yang artinya, *“Tiap-tiap yang berjiwa akan merasakan mati. Kami akan mengujimu dengan keburukan dan kebaikan sebagai cobaan (yang sebenar-benarnya). Dan hanya kepada Kami-lah kamu dikembalikan.”* (QS. al-Anbiyaa’: 35).

Dalam tafsir al-Qur’an, Ibnu Abbas menafsirkan ayat tersebut, “Kami akan menguji kalian dengan kesulitan dan kesenangan, kesehatan dan penyakit, kekayaan dan kefakiran, halal dan haram, ketaatan dan kemaksiatan, petunjuk dan kesesatan.” (Tafsir Ibnu Jarir).

Dari penjelasan tafsir tersebut sudah jelas bahwa sakit adalah bagian dari cobaan Allah yang diberikan kepada hamba-Nya. Semestinya Allah tidak hanya semata-mata memberikan tanpa adanya hikmah atau hidayah.

Kita sebagai seorang muslim harus bisa menyikapi sakit dengan berikhtiar dan berdoa. Berikhtiarnya seorang muslim semestinya harus mencontoh Rasulullah SAW sebagai suri tauladan umat muslim semesta.

Apalagi di tengah kondisi dunia saat ini. Sejak awal tahun, Bumi sedang “tidak sehat”. Wabah virus covid-19 menyerang seluruh dunia. Jutaan korban berjatuhan. Sampai saat ini, obat untuk penyakit yang menyerang sistem pernafasan ini belum ditemukan. Lalu, bagaimana ikhtiar kita sebagai seorang muslim agar terhindar dari wabah ini?

Jika jalan medis belum ditemukan, masih banyak jalan lain yang bisa ditempuh. Salah satunya adalah dengan menggunakan metode pengobatan ala Rasulullah SAW. Allah SWT pun memerintahkan umatnya untuk senantiasa menjaga kesehatan. Seperti arti dari surah al-Baqarah ayat 195 yang artinya, *“dan janganlah kamu menjatuhkan dirimu dalam kerusakan.”* Serta surah an-Nisaa’ ayat 29 yang artinya, *“dan janganlah kamu membunuh dirimu. Sungguh Allah Maha Penyayang kepadamu.”*

Banyak cara-cara hidup Rasulullah yang bisa kita contoh. Agar kita bisa hidup sekuat Rasulullah. Beberapa di antaranya adalah sering berpuasa, tidak mudah marah, tidak begadang, menjaga pola makan, menjaga kebersihan, rajin olahraga, berbekam, serta menjaga silaturahmi.

Rasulullah sering berpuasa pada hari Senin

## bekalhidup

dan Kamis. Selain sebagai ibadah, puasa juga memiliki manfaat yang luar biasa bagi kesehatan. Bahkan beberapa penyakit berbahaya seperti serangan jantung, hipertensi, diabetes, dan kanker dapat disembuhkan. Sebab saat berpuasa, tubuh kita akan melakukan detoksifikasi racun-racun dalam tubuh. Sehingga kotoran dalam tubuh bisa dihilangkan tanpa perlu pengobatan medis. Dengan berpuasa pula, sistem pencernaan kita akan menjadi lebih baik karena "diistirahatkan" beberapa jam.

Sabar alias tak gampang marah juga menjadi salah satu trik untuk menjaga kesehatan.. Rasulullah pernah menasehati sahabatnya sebanyak tiga kali yang berbunyi sama yaitu, "jangan marah". Nasihat ini menunjukkan bahwa hakikat kekuatan manusia bukan terletak pada jasad, melainkan kebersihan jiwa. Selain itu, tidak mudah marah juga terbukti menjaga kesehatan tubuh. Sebab, saat marah, tekanan darah dalam tubuh kita akan lebih meningkat sehingga membahayakan tubuh. Tubuh akan mudah terkena serangan darah tinggi, jantung, hingga stroke. Lebih bersabar dalam menghadapi segala ujian dan cobaan merupakan ikhtiar untuk menjaga aliran darah dalam tubuh kita tetap

sehat.

Rasulullah juga tidak menganjurkan umatnya untuk begadang. Hal itulah yang melatarbelakangi beliau tidak berbincang-bincang setelah waktu isya. Sebab saat begadang, tubuh kita akan dipaksa kerja *extra*. Di mana saat tubuh seharusnya istirahat, malah dipaksa untuk tetap bangun. Sehingga regenerasi sel dalam tubuh pun jadi terhambat.

Jurus sehat ala Rasulullah berikutnya adalah di pagi hari suka mengonsumsi segelas air dingin yang dicampur dengan madu asli. Kemudian Beliau juga mengonsumsi tujuh butir kurma ajwa. memasuki waktu dhuha (pagi menjelang siang).

Dalam dunia kesehatan, madu dan kurma memiliki banyak manfaat bagi sistem pencernaan. Termasuk salah satunya menetralkan racun. Selain itu, Rasulullah SAW juga sering mengonsumsi minyak zaitun. Sesungguhnya zaitun itu adalah pohon yang diberkahi. Sedangkan di malam hari Beliau mengonsumsi sayuran-sayuran segar kaya nutrisi dan vitamin.

Sayuran memiliki kandungan antioksidan yang dapat meningkatkan sistem kekebalan tubuh. Meski dimakan pada malam hari, Rasulullah tidak lantas langsung tidur. Beliau melakukan kegiatan



lain terlebih dulu seperti shalat. Agar sayuran yang dikonsumsi bisa dicerna dengan lebih baik.

Pribadi Rasulullah terkenal bersih dan rapih. Setiap hari Kamis atau Jumat, Beliau rutin mencukur rambut halus di pipi, memotong kuku, serta memakai minyak wangi. Rasulullah juga sangat menjaga kebersihan mulut dan gigi dengan bersiwak. Dengan menjaga kebersihan, otomatis tubuh akan memiliki kekebalan tubuh yang lebih baik. Kuman, bakteri, dan virus akan menjauh dari tubuh.

Tak lengkap rasanya jika menjaga kesehatan tanpa berolahraga. Rasulullah SAW terkenal gemar melakukan olahraga seperti memanah, berkuda, dan berenang. Selain menjaga kesehatan tubuh, ketiga olahraga ini juga bisa membentuk pribadi muslim yang kuat. Bahkan Rasulullah menganjurkan umatnya untuk mengajarkan ketiga olahraga itu pada anak cucu kita kelak.

Said bin Jubir berkata dari Ibn Abbas r.a bahwa Rasulullah SAW pernah bersabda: *“Kesembuhan dapat diperoleh melalui tiga cara: pertama dengan meminum madu (obat herbal), dengan berbekam atau hijamah, dan terapi besi panas. Dan aku tidak menganjurkan umatku untuk*

*melakukan pengobatan dengan besi panas”* (HR. Bukhori).

Memang pengobatan yang satu ini tidak begitu populer di Indonesia. Sebab banyak yang menganggap metode bekam ini “*ngeri*”. Karena tubuh akan ditusuk beberapa milimeter dengan jarum sehingga darah kotor dalam tubuh bisa keluar. Padahal, dengan berbekam, kita bisa dengan mudah mengeluarkan darah kotor yang menyumbat aliran darah, sehingga aliran darah lebih lancar.

Gaya hidup dengan jurus sehat Rasulullah juga sedang tren di media sosial akhir-akhir ini. Salah seorang yang mempopulerkannya adalah dr Zaidul Akbar. Nama dr Zaidul Akbar menjadi perbincangan publik karena tips dan nasehatnya yang sangat praktis. Dokter jebolan Fakultas Kedokteran UNDIP (Universitas Diponegoro) Semarang ini rajin membagikan informasi seputar penerapan gaya hidup sehat yang dicontohkan Rasulullah.

Informasi atau artikel tentang pola hidup Rasulullah sebenarnya sudah cukup banyak. Namun apa yang disampaikan melalui jurus sehat Rasulullah dr Zaidul Akbar ini jauh lebih simpel dan mudah diikuti. **(grc)**





# Nabi Yang Sembuh dari Penyakit

## (Kadar Iman dan Ujian untuk Para Nabi)

Oleh: **Drs. H. Usman Daud, MA**  
Konsultan Hukum Islam dan Keluarga

Allah berfirman, “Dan Ayyub ketika dia berseru kepada Rabbnya, sungguh aku ditimpa mudharat dan Engkau Maha Penyayang di antara para penyayang.” “Kami pun memperkenankan seruannya itu, lalu Kami lenyapkan penyakit yang ada padanya dan Kami kembalikan keluarganya kepadanya, dan Kami lipat gandakan bilangan mereka, sebagai suatu rahmat dari sisi Kami dan untuk menjadi peringatan bagi semua yang beribadah.” (QS. al-Anbiya: 83-84)

Abu Ya’la dan Abu Nu’aim al-Asybahani membawa satu riwayat dari Anas bin Malik mengisahkan: “Sesungguhnya Nabiyullah Ayub ‘alaihis salam berada dalam ujiannya selama 18 tahun. Baik keluarga dekat maupun keluarga jauh menolaknya kecuali dua orang laki-laki dari saudara-saudaranya. Kedua saudara itulah yang selalu memberinya makan dan menemuinya.”

Tidak banyak yang bisa diungkap dari kisah para Nabi dan Rasul yang mendapat ujian berat dari Allah berupa penyakit kulit yang menahun (Balaaul Jasadi) karena dalam catatan sejarah para ahli sejarah tidak banyak mengungkap ujian bagi para Nabi dan Rasul disebabkan fariasinya ujian yang dialami oleh mereka (para nabi dan rasul)

dan berat ringannya ujian yang Allah berikan selama mereka menjalani perintah Allah untuk berdakwah. Pada kasus-kasus tertentu ujian yang muncul justru berbeda-beda dan berfariatif bergantung kepada siapa ujian itu diberikan, dimana mereka hidup, dimasa dan tempat mana mereka diutus. Nabi dan rasul Adam as, diuji dengan peristiwa pembunuhan

dua orang putranya karena wanita, dan ini adalah pembunuhan pertama dalam sejarah kehidupan umat manusia, nabi rasul Nuh as, diuji dengan muradnya istri dan putranya, nabi Ya'qub diuji dengan dibuangnya putranya (Yusuf) kedalam sumur, nabi Ibrahim diuji dengan dibakar didalam api oleh Raja Namruz, nabi Sulaiman diuji dengan kerajaannya dan fitnah sihir yang dilakukan oleh Jin, nabi Musa diuji dengan hebatnya kekuatan fir'aun dan tukang sihirnya, nabi Ayyub diuji dengan penyakit kulit menahun dan Rasul yang tergolong dalam ulul 'azmi minar rusul dan lainnya yang tidak bisa diungkap satu persatu.

Dalam konteks historisitas dan factual, ujian yang biasanya diberikan kepada seseorang termasuk para nabi dan rasul akan nampak bagi kita akan kadar keyakinan dan kesabaran yang sangat luar biasa mendominasi pada diri mereka. faktor lingkungan dan masa dimana mereka hidup sedikit sekali berpengaruh pada ujian yang diterima dan dijalani. Tantangan dimana mereka hidup juga punya pengaruh pada tingkat frekwensi tertentu bergantung pada besar kecil ujian itu. Nabi kita pernah ditanya, "Wahai Rasul, siapa manusia yang paling berat cobanya?" Beliau menjawab, "Para Nabi, lalu orang-orang sholeh, kemudian orang yang paling mulia dan yang paling mulia dari manusia. Seseorang akan diuji sesuai dengan kadar agamanya, jika agamanya kuat maka akan ditambah ujiannya, dan jika agamanya lemah maka akan ditinggalkan ujiannya. Tidaklah ujian itu berhenti pada seseorang hamba sampai dia berjalan di muka bumi tanpa mempunyai dosa." (Ahmad no. 1400 dan Tirmidzi no. 2322). Inilah salah satu dari kenyataan hiup yang memang harus dijalani agar Tuhan tahu kualitas diri hamba-Nya yang imannya benar kepada-Nya dan yang imannya palsu keoda-Nya.

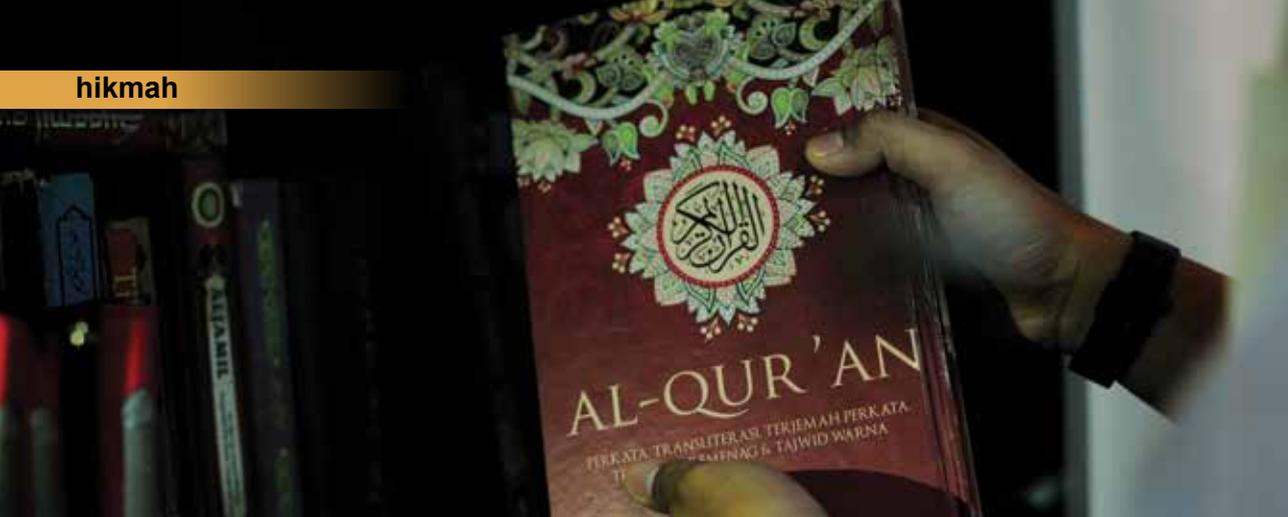
Kisah yang bisa kita untkap pada kesempatan ini tentang para Nabi yang dapat sembuh dari penyakit menurut napak tilas dari catatan para ahli sejarah adalah Nabiullah Ayyub as. Nabi Ayyub 'alaihissalam mendapatkan ujian yang sangat berat. Hartanya habis semuanya, anak-anak beliau meninggal dan badan beliau digrogoti penyakit yang sangat parah. Dibalik ini semua beliau menunjukkan kualitas tauhid yang tinggi dengan bersabar dan tidak mengeluh sedikit pun. Beliau sembuh karena minum dan mandi dari mata air yang muncul dari sekali atau dua kali hentakan kaki beliau. Sebagian orang mengira beliau sembuh karena hentakan kaki yang dilakukan berkali-kali, hal ini TIDAK benar. Beliau baru sembuh setelah minum dan mandi dari mata air hasil, bukan setelah hentakan kaki saja, yang lebih penting, beliau sembuh karena doa beliau kepada Allah dengan kesabaran yang tinggi. Ayat yang menceritakan kesembuhan nabi Ayyub sebagai berikut, Allah berfirman: "Hantamkanlah kakimu; inilah air yang sejuk untuk mandi dan untuk minum". [Shad: 42] Syaikhul Mufassirin Imam Ibnu Jarir at-Thabari menjelaskan, "Nabi Ayyub menghentakkan kakinya dan muncullah mata air dan ia gunakan untuk mandi, kemudian ia

berjalan sejauh 40 dzira' (hasta) dan menghentakkan kaki (kedua kalinya) sehingga muncullah mata air, lalu meminumnya, maka sembuhlah penyakit yang ada padanya. "

ada beberapa hikmah penting dari cobaan yang Allah berikan kepada Nabi Ayyub as. adalah ketinggian tingkat Tauhid dan kedalaman sikap Sabar yang dimilikinya. Seperti yang kita ketahui, Nabi Ayyub adalah nabi yang ditugaskan berdakwah kepada kaum Bani Isra'il dan kaum Amoria (Aramin) di Hiran, Syam. Ia dikisahkan oleh Allah sebagai seorang nabi yang berjiwa tangguh, tegar, dan sabar ketika mendapatkan cobaan. kuatnya tingkat yakinnya kepada Allah menjadi salah satu faktor penting kesembuhannya. Yang lebih penting dari kisah nabi Ayyub adalah tingginya tauhid beliau yaitu beriman dengan takdir Allah serta menerima takdir Allah dengan kesabaran yang tinggi. Beliau berdoa dengan bersungguh-sungguh kepada Allah. Inilah penyebab utama kesembuhan beliau, yaitu tauhid, doa dan penghambaan yang tinggi kepada Allah. Apa yang disebutkan diawal tulisan ini menjadi dalil akan kesungguhan dalam do'a dan berharap kepada Allah atas setiap peristiwa yang menimpa dirinya.

Berikutnya adalah Seringkali Nabi Ayyub dijadikan simbol sosok seorang penyabar. Bahkan dalam al-Qur'an Allah SWT memuji sikap sabarnya itu. Awalnya Nabi Ayub AS sehat wal afiat tanpa suatu kekurangan apapun. Beliau juga merupakan orang yang kaya raya. Hingga Allah SWT memberikan ujian berupa penyakit kepadanya dan juga menguji kefakirannya. Allah SWT menarik karunia dan harta serta keturunan dari Nabi Ayub AS. Kenikmatan yang biasanya ia miliki lenyap seketika. Allah SWT juga mengambil seluruh keluarganya dan yang tersisa hanya istri dan dua orang saudaranya. Selama dihadapi ujian itu, Nabi Ayub AS tetap bersabar, tegar, dan tak pernah mengeluh. Selama sakit, Nabi Ayub AS selalu dituntun sang istri bila hendak buang hajat karena badannya terlalu lemah. Suatu ketika istri Nabi Ayub AS terlambat pulang ke rumah dan membuat Nabi Ayub AS sangat marah. Kemudian Nabi Ayub AS bernazar jika sudah sembuh, ia akan mencambuk istrinya sebanyak seratus kali. Nabi Ayub AS merasa berat hati karena belum memenuhi nazarnya. Kemudian Allah SWT memberikan jalan kemudahan baginya. Allah memerintahkannya untuk mengambil seikat jerami gandum lalu dipukulkan satu kali ke istrinya. Dengan bagitu, Nabi Ayub AS dianggap telah memenuhi nazarnya. (QS. Shad:44)

Selain kesembuhan bagi Nabi Ayub AS, Allah juga mengembalikan kekayaannya yang hilang, mengganti anak-anaknya. Namun dalam hadis riwayat al-Bukhari dinyatakan bahwa konon pengganti kekayaan Nabi Ayub AS datang dari segerombolan belalang emas. Dari kisah Nabi Ayub AS, dapat kita pelajari bahwa dalam menghadapi ujian kita harus selalu sabar dan tak lupa untuk selalu taat kepada Allah SWT. Karena dengan bersabar akan selalu membuahkan kebaikan yang tak terkira. Wallahu a'lam.



## Kacamata Islam dalam Metode Pengobatan Modern

Sudah semestinya kita sebagai umat muslim mengenal sistem pengobatan sejak sekarang. Terlebih di masa pandemi covid-19 seperti ini. Pengobatan islami menjadi jalan alternatif.

Mengenal sistem pengobatan islam tidak akan lepas dari acuan perkataan dan tindakan Rasulullah SAW yang terkait dengan upaya menanggulangi wabah penyakit, penyembuhan penyakit, dan perawatan pasien.

Sistem pengobatan inilah yang bisa kalian kenal dengan pengobatan thibbun nabawi. thibbun nabawi bersumber dari beberapa sumber yaitu wahyu, pengalaman empiris rasulullah, pengobatan tradisional pada masa semanjung Arab dan ilmu dari komunitas lain yang telah diketahui di Mekkah dan Madinah pada masa Rasulullah.

Salah satu sumber thibun nabawi adalah al-Qur'an. Dalam surah al-Isra' ayat 82, Allah Swt berfirman, "dan Kami turunkan dari al-Qur'an suatu yang menjadi obat penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman".

Dalam al-Qur'an banyak sekali ayat-ayat yang berhubungan dengan penyakit dalam tubuh dan pikiran sekaligus cara penyembuhannya. al-Qur'an bercerita tentang kesehatan fisik dan mental, yang buruk atau penyakit hati.

Doa-doa untuk panduan terapi, pengobatan dengan madu, mengkonsumsi makanan yang sehat dan halal, menghindari makanan yang haram dan tidak sehat, serta tidak makan dalam jumlah berlebihan, itu semua tersajikan dalam al-Qur'an.

Sedangkan dalam pengalaman empiris Rasulullah. Dijabarkan tentang perawatan medis dipraktikkan orang lain pada masa Rasulullah, perawatan medis yang diamati Rasulullah; dan prosedur medis yang didengar atau diketahui Rasulullah.

Dalam kitab shahih Imam Bukhari, sekitar 299 hadis yang menceritakan pengalaman empiris Rasulullah yang berhubungan dengan pengobatan.

Salah satunya hadits yaitu menerangkan cara pemakaian madu untuk mengobati penyakit perut ringan seorang sahabat. Pada akhirnya Beliau menyumbangkan dua buah buku kesehatan, yaitu Kitab al Tibb dan Kitab Al Mardha.

Sebagaimana sistem modern, dalam thibbun nabawi juga dikenal dengan adanya 3 metode pengobatan yaitu metode preventif (pencegahan), spiritual, dan kuratif (penyembuhan).

Dalam preventif, Jalaluddin Al-Suyuti dalam bukunya yang bertajuk Mukhtasar al Tibb al Nabawi, kebanyakan thibbun nabawi merupakan pencegahan. Ia menguraikan langkah medis preventif, seperti makanan dan olahraga.

Al-Suyuti juga menjabarkan di dalam bukunya. Langkah medis preventif meliputi karantina untuk penderita wabah, melarang urinasi pada air yang tenang atau tidak mengalir, dan penggunaan sikat gigi siwak.

Sementara itu, metode Spiritual oleh Al-Suyuti juga menerangkan bahwa ada aspek-aspek spiritual dari penyembuhan dan pemulihan. Misalnya, doa, pembacaan al-Qur'an, dan mengingat Allah sebagai satu-satunya sesembahan.

Terakhir Kuratif yaitu metode pengobatan dalam fase penyembuhan. Ibnu Qayyim, mengutarakan dalam islam cara penyembuhan melakukan diet; air dingin (untuk demam); serta mengkonsumsi madu, susu, dan urine unta serta jintan hitam (al habba al sauda).

Sedangkan, bentuk perawatan bedah yang dapat dilakukan adalah bekam (al-hijamah) dan kauterisasi (teknik penyembuhan dengan mempergunakan cairan, getah, larutan, atau penggunaan bahan larutan kimia).

Sampai sini kacamata kita sudah terbuka, bahwa pengobatan modern tidak jauh berbeda dengan pengobatan Islam (Thibbun Nabawi). Apakah kalian sudah siap untuk berhijrah ke pengobatan islam? Apapun pilihan kalian Wallahu a'lam, Allah SWT akan memilihkan yang terbaik untuk Hamba-Nya. (nrl)



## Sembuh dari Sakit

Oleh: KH. Abdullah Gymnastiar

**S**audaraku, ketika kita sakit maka tentu kita ikhtiar untuk mendapatkan kesembuhan. Ikhtiar kita bisa dengan memeriksakan diri ke dokter, bisa dengan meminum obat atau herbal, atau dengan cara lainnya seperti memperbanyak istirahat dan lain sebagainya.

Akan tetapi, sesungguhnya yang menakdirkan kita untuk sembuh hanyalah Dzat yang menyediakan bahan-bahan untuk obat, Dzat yang menciptakan makhluk bernama dokter, Dzat Yang Maha Memiliki berbagai ilmu termasuk ilmu kedokteran, dialah Allah SWT. Salah satu dari nama-nama Allah adalah Asy Syaafii, yaitu Allah Yang Maha Menyembuhkan.

Allah Swt. berfirman, *“Dan apabila aku sakit, Dialah (Allah) yang menyembuhkan aku.”* (QS. Asy Syu’aro: 80)

Dalam sebuah doa, Rosulullah SAW. bersabda, *“Ya Allah, Rabb manusia, hilangkanlah kesusahan dan berilah dia kesembuhan, Engkau Dzat Yang Maha Menyembuhkan. Tidak ada kesembuhan kecuali kesembuhan dari-Mu, kesembuhan yang tidak meninggalkan penyakit lain.”* (HR. Bukhari dan Muslim)

Oleh karena itu, ketika kita sakit, hal utama yang penting kita lakukan adalah berdoa kepada Allah, mendekatkan diri kepada-Nya karena hanya Allah Yang Maha Menyembuhkan. Dialah Dzat tempat kembali segala urusan. Kemudian ikhtiar berobat sambil menguatkan hati kita, yakinkan hati kita bahwa hanya Allah sumber kesembuhan, sedangkan dokter dan obat hanyalah jalan bagi kesembuhan itu.

Ikhtiar kita mendapat kesembuhan adalah ladang amal sholeh, sampai sejauh mana kita meyakini kekuasaan Allah ketika kita berikhtiar. Semakin kita mengiringi ikhtiar kita dengan penuh keyakinan kepada-Nya, penuh kesabaran dan ketawakalan, maka semakin dekat kita dengan kesembuhan. Sakit kita akan menjadi penggugur dosa karena kesabaran kita, ikhtiar kita dalam berobat menjadi ibadah karena keyakinan kepada Allah SWT. Maasyaa Allah.

Semoga bagi kita yang sedang diuji dengan sakit, segera diberi kesembuhan oleh Allah SWT. Dan, bagi kita yang diberi nikmat sehat semoga bisa memanfaatkannya semaksimal mungkin untuk menjemput ridha Allah SWT. Aamiin yaa Rabbal’aalamiin.



# Suasana Hatimu Memancarkan Energi

Oleh: Jamil Azzaini  
Inspirator Sukses Mulia

Suatu ketika istri saya berkata “Mas Jamil lagi marah ya? Saya takut.” Padahal ketika itu saya tidak mengeluarkan sepatah kata pun. Hanya saja, suasana hati saya memang sedang gelisah, khawatir dan tidak nyaman atas kejadian yang terjadi beberapa waktu sebelumnya, kejadiannya di tempat yang terpisah. Suasana hati ternyata memancar keluar melalui wajah dan bahasa tubuh.

Kejadian ini mengingatkan saya atas obrolan saya dengan salah satu guru kehidupan saya. Guru saya menyampaikan, beberapa psikolog dari Universitas Padjajaran Bandung melakukan kajian (riset) tentang suasana hati orang-orang yang tinggal (rumahnya) di dekat polisi tidur (penghalang jalan). Ternyata, suasana hati orang yang tinggal di rumah dekat polisi tidur, sering dilanda kegelisahan dan kecemasan.

Mengapa? Karena orang-orang yang berkendara dan melewati polisi tidur tersebut merasa terganggu dengan adanya penghalang jalan tersebut. Suasana hati para pengendara yang tidak nyaman ternyata memancar atau menular kepada orang-orang yang tinggal di sekitar rumah tersebut.

Kondisi tersebut di atas, secara ilmiah disebut vibrasi atau getaran energi. Sehingga para pakar dan praktisi bisnis meyakini bahwa suasana kantor yang dipenuhi suasana emosi yang negatif akan menurunkan produktivitas dan kebahagiaan karyawannya. Sebaliknya, saat suasana hati

karyawan positif maka semangat kerja meningkat, suasana kerja bergairah dan produktivitas bisa melesat.

Suasana hati ini ternyata sangat dipengaruhi oleh apa yang kita lihat, apa yang kita dengar, apa yang kita ucapkan dan apa yang kita lakukan. Rezeki akan mendatangi orang-orang yang getarannya positif dan menjauhi orang-orang yang getarannya negatif.

Hal ini sejalan dengan teori “Broken Windows” yang pertama kali diperkenalkan oleh ilmuwan sosial James Quinn Wilson dan George Lee Kelling dalam artikelnya yang berjudul ‘Broken Windows’ pada majalah The Atlantic Monthly yang dimuat pada bulan Maret 1982.

Pesan dari teori tersebut intinya adalah jendela kaca yang pecah atau rusak bila dibiarkan akan mengundang kejahatan yang lebih besar. Apabila ingin menurunkan angka kejahatan, sesuatu yang terlihat tidak rapi, rusak, acak-acak perlu segera dirapikan dan diperbaiki.

Jendela yang pecah atau rusak ibarat suasana hati yang negatif, apabila dibiarkan akan mengundang hal yang negatif datang mendekati kepada kita. Maka usahakan selalu agar suasana hati kita positif, karena itu bisa mengundang hal yang positif datang silih berganti tiada henti. Nah, bagaimanakah suasana hati Anda saat ini?

Salam SuksesMulia.



## Obati Diri dengan Cara Rasulullah

Rasulullah SAW tidak begitu sulit untuk menyembuhkan sakit dalam dirinya. Kesembuhan Rasulullah biasanya cukup mengonsumsi kurma, madu, dan buah-buahan. Sedangkan untuk praktik kesembuhannya Rasulullah SAW. *“Sesungguhnya metode pengobatan yang paling ideal bagi kalian adalah hijamaah (bekam) dan al-fashdu (venesection).”* (HR. Bukhari dan Muslim)

Yang pertama, bekam (*Ma'rifah Al-Hijamaah*) berasal dari bahasa Arab yang berarti “menghisap”. Namun dalam istilah, hijamaah disandingkan dengan kata syurthah yaitu torehan pisau atau sayatan berdarah.

Dalam penyebutan tersebut merujuk dalam pengertian yaitu sebuah metode pengobatan yang dilakukan dengan cara mengeluarkan darah kotor dari dalam tubuh. Darah tersebut merupakan racun dan zat berbahaya.

Selain itu, bekam memiliki banyak manfaat bagi tubuh yaitu mampu mengobati tekanan darah tinggi, migran, depresi, kegelisahan, kelainan darah (anemia), masalah kesuburan dan gangguan kandungan, dan lain sebagainya.

Yang kedua, yaitu terapi fashdu dalam bahasa arab al-fashdu. Medis sering menyebutkan venesection atau phlebotomy. Fashdu adalah praktik pengobatan yang hampir sama dengan bekam namun bedanya cara mengeluarkannya darah dari pembuluh darah vena.

Untuk cara mengeluarkannya menusukkan jarum di bagian tubuh (pembuluh darah vena) yang mengalami sakit/penyakit yang berhubungan dengan aliran darah.

Manfaat praktik fashdu tidak kalah banyak dengan bekam. Seperti mengobati penyakit Hemochromatosis dan Polycythemia, menyeimbangkan zat besi dalam tubuh. Membersihkan Lymphatic dan Sirkulasi, memberi waktu limpa beristirahat, merangsang

sumsum tulang belakang, dan lain sebagainya.

Terakhir, dari praktik pengobatan Rasulullah yaitu ruqyah. Ruqyah menurut bahasa arab dalam kitab Mukhtar Al Sihah, kata Ruqyah adalah kata tunggal yang berarti perlindungan.

Ruqyah ini memang digunakan untuk mengobati sakit. Sakit yang dimaksud disini berbeda yaitu disebabkan dari hewan berbisa, pengaruh sihir kerasukan setan, gangguan jin, gila dan berbagai macam kondisi kesehatan lainnya. Dalam ilmu syariat ruqyah merupakan doa-doa atau bacaan ayat suci al-Qur'an dalam meminta pertolongan dan perlindungan Allah SWT.

Dibandingkan dengan metode pengobatan lainnya ruqyah salah satu metode yang sering digunakan oleh Nabi Muhammad SAW. Sebab pengobatan ruqyah bersumber dari al-Qur'an langsung. Tujuan jelas serta tidak meminta kepada selain Allah SWT.

Adapun manfaat ruqyah selain mengusir jin dan sihir yaitu bisa mengobati penyakit fisik dan non fisik. Dipercaya mampu membantu mengendalikan sel-sel kanker, sel-sel darah merah, enzim, bakteri serta jamur di dalam tubuh manusia.

Perlu diingat Allah tidak akan mengubah nasib seorang hamba jika hamba tersebut tidak mau mengubah nasibnya sendiri dengan berusaha atau berikhtiar. Usaha atau ikhtiar dibutuhkan jika seseorang menginginkan sesuatu. Termasuk kesembuhan. Hal ini sesuai dengan isi kandungan surah ar-Ra'd ayat ke 11.

Kalaupun setelah usaha, doa dan tawakal sudah dijalankan. Namun masih belum sembuh. Ingatlah hadist berikut, *“Sesungguhnya Allah ta'ala jika mencintai suatu kaum, maka Dia akan memberi mereka cobaan.”* (HR. Tirmidzi, shohih). Yang menyakitkan adalah bentuk kecintaan. (nrl)



## Pengobatan Alternatif, Positif atau Negatif ?

Oleh: Ust. Heru Kusumahadi, Lc. M.Pd.I.

Pembina Komunitas @surabayahijrah

Saat jantungnya kambuh, ibu langsung mengambil al-Qur'an ustadz", ucap seorang pemuda kepadaku. Aku pun berpikiran baik. "Lalu al-Qur'an itu didekapkan dan diletakkan di jantung ibu yang sedang kambuh". Dengan intonasi semakin meninggi, ia berkata, "namun, ibu kemudian merasakan senter". Syahdan, aku pun mulai berpikir tidak baik. "Lalu senter itu di on-kan, lalu cahaya dari senter itu diarah ke al-Qur'an, dan ibu akhirnya merasakan sakitnya berangsur hilang dan tenang". Sebuah kisah satu dari sekian pengobatan alternatif yang riil tersebar di masyarakat yang kebanyakan dikonsumsi karena faktor ekonomi, dikarenakan masih cukup banyak pengobatan medis yang dinilai mahal. Lalu bagaimana kaedah Islam mengatur pengobatan alternatif?

Pengobatan alternatif sering disebut juga pengobatan komplementer, yaitu bentuk pelayanan kesehatan yang menggunakan cara, alat, bahan yang berbeda dengan standar pengobatan medis. Nah, varian praktiknya pun banyak, mulai yang sesuai dengan syariat Islam, hingga kebanyakannya menabrak kaedah pengobatan dalam Islam.

Islam sangat memuliakan akan nilai kesehatan, mengapa? Karena kesehatan identik dengan kemampuan menikmati beribadah. Maka, dalam al-Qur'an ada sekitar 9 term penting yang mengasosiasikan pada nilai kesehatan; quwwah (kuat fisik), thaharah (bersih fisik, jiwa), syifa' (obat) dan lain sebagainya. Maka, sesaat hilangnya kesehatan, dititahkan untuk berobat. Dan menariknya Allah menyediakan obat tersebut. Sebagaimana Sabda Insan Mulia, "*Likulli da in dawa un; semua penyakit ada obatnya*" (HR. Muslim). Nah, muncul pertanyaan obat yang seperti apa untuk proses kesembuhan, medis kah atau non-medis?

Medis tentunya dianjurkan, tapi non-medis tetap diperbolehkan, tentunya dengan syarat dan

ketentuan yang berlaku. Karena dalam al-Qur'an dan Hadis untuk kata obat menggunakan dua diksi yang berbeda, 1). Dawa' (obat medis) dan 2). Syifa' (obat non-medis). "*Dan kami turunkan al-Qur'an sebagai obat dan rahmat bagi orang-orang yang beriman.*" (QS al-Isra : 82). Karena kesehatan fisik juga terbantu oleh kesehatan psikis. Jadi, al-Qur'an memang merupakan penawar yang bukan terstatuskan "obat". Tapi perlu diperhatikan, saat menggunakan al-Qur'an syariatnya harus ditaati, tidak seperti kisah di atas, haram hukumnya.

Pengobatan alternatif yang dibolehkan tentunya mendasar pada aturan al-Qur'an, perbuatan yang dicontohkan Rasulullah, atau populernya Tibbun Nabawi, dimana kesemuannya ini sangat diterima akal. Seperti herbal, bekam, ruqyah Berbeda dengan pengobatan alternatif yang tidak rasional karena hanya menggunakan batu, foto, ataupun rajah dan jimat bertuliskan arab yang dipakai sebagai kalung, atau diletakkan di sabuk dan tempat lainnya, dimana hal ini dikutuskan, pun demikian dengan benda-benda biasa yang dianggap punya sisi supranatural, sehingga perilaku ini memuara pada kesyirikan. Wal 'iyadzu billah. Dan juga pengobatan alternatif yang jelas terhukumi haram, yaitu menggunakan sihir, barang-barang haram; babi, khamar dan lainnya. Sebagaimana sabda Rasulullah, "Dan jangan berobat dengan sesuatu yang haram" (HR. Thabrani).

Jadi, pengobatan alternatif sesuai dengan syariat pun bisa untuk menjaga kesehatan secara umum, mengurangi gejala, pemulihan penyakit, atau menurunkan risiko dari penyakit. Ingin sehat?, berproseslah dengan taat jangan bermaksiat terhadap aturan Allah, karena hadis tentang korelasi antara penyakit dan obat ditutup dengan informasi, Allah lah pemberi sehat, "bara a bi idznillah; maka akan sembuh dengan izin Allah". (Allahu a'lam).



# Pendidikan Seksual untuk Balita

Oleh: Zahra Nisaul Azizah, S.Sos, C.H, C.Ht, C.NNLP

Dokter Spesialis Kebidanan dan Kandungan

**P**endidikan seksual tidak hanya berbicara tentang hubungan seksual semata, tetapi lebih luas dari itu. Pendidikan seksual juga berbicara identitas seksual, anatomi manusia, kesehatan reproduksi, hubungan emosional, dan aspek lain dari perilaku seksual manusia. Mengajarkan sesuatu yang berkaitan dengan seksual membutuhkan perjalanan yang cukup panjang, tidak dapat disampaikan secara sekaligus, akan tetapi secara bertahap. Pada usia pra-baligh, saat anak sudah baligh, dan menjelang anak menikah. Ayah dan ibu perlu bekerja sama dalam memberikan pendidikan seksual. Karena, alangkah lebih baik beberapa hal disampaikan berdasarkan jenis kelaminnya. Berikut hal-hal yang berkaitan dengan pendidikan seksual pada anak balita:

Menerima apapun jenis kelamin anak. Mungkin suatu hal yang wajar jika kita mengharapkan jenis kelamin tertentu untuk calon anak kita. Akan tetapi bagaimana jika anak lahir dengan jenis kelamin yang tidak sesuai dengan keinginan? Kita Berusaha untuk menerima dengan ikhlas. Karena ketidakmampuan menerima akan mendorong kita untuk bersikap tidak sesuai dengan jenis kelaminnya. 1 tahun, 2 tahun usia anak mungkin tidak akan tampak akibatnya, namun saat besar nanti bisa mengakibatkan disorientasi terhadap status seksual anak. Dari sinilah bibit LGBT itu bisa muncul.

Memilih permainan yang sesuai dengan jenis kelaminnya. Usia balita identik dengan usia bermain anak. Aktivitas anak yang hampir 80%

diisi dengan bermain. Maka permainan inilah yang akan menunjang perkembangan anak. Jika seorang adik perempuan diberikan mainan turunan milik kakak laki-lakinya agar tidak perlu mainan baru, tidak perlu kaget jika sang adik akan menurunkan karakter

kelaki-lakian si kakak walaupun ia perempuan. Dalam kasus lain, seorang anak laki-laki dibiarkan didandani oleh saudara perempuannya, hingga ia terbiasa dengan karakter wajah perempuan.

Pilihkan pakaian dan aksesoris yang sesuai dengan jenis kelaminnya. Memilih pakaian dan atribut harus menyesuaikan jenis kelamin anak. Termasuk pemilihan warna, model, dan aksesoris yang digunakan. Terkhusus bagi anak perempuan, ajarkan anak untuk mengenakan jilbab dan pakaian tertutup, walaupun ini memang belum wajib bagi balita. Namun, tidak berarti karena mumpung masih kecil lantar kita seandainya memberikan pakaian yang terbuka kepada anak.

Perkenalkan Anggota Tubuh. Vagina dan penis adalah anggota tubuh, mengapa tangan dan kaki disampaikan dengan nama sesungguhnya sedangkan untuk dua anggota ini harus dengan istilah berbeda? Ini akan memberikan nilai kepada anak bahwa dua anggota tubuh khusus ini adalah hal yang tabu. Sampaikan saja dengan nama yang sesungguhnya. Tetapi berikan penjelasan tambahan kepada anak. Bahwa vagina dan penis adalah anggota tubuh yang spesial perlu penjagaan yang lebih ketat, perilaku yang spesial, karena ini menjadi mahkota setiap orang.



## Sedekah Di Kala Susah

Oleh: Prof. Dr. H. A. Faishal Haq, M.Ag

Guru Besar Ilmu Fiqih UIN Sunan Ampel Surabaya

**A**l-Qur'an menyatakan bahwa surga yang luasnya seluas langit dan bumi adalah untuk orang yang bertakwa, seperti yang tercantum dalam surah Ali Imran (3) ayat 133: "Dan bersegeralah kamu kepada ampunan dari Tuhanmu dan kepada surga yang luasnya seluas langit dan bumi yang disediakan untuk orang-orang yang bertakwa", kemudian dijelaskan bahwa ciri orang yang bertakwa itu adalah suka menginfakkan hartanya baik dalam keadaan lapang (banyak harta) maupun dalam keadaan sempit (sedikit harta), sebagaimana yang dijelaskan dalam surah Ali Imran (3) ayat 134: "(yaitu) orang-orang yang menafkahkan (hartanya), baik di waktu lapang maupun sempit ...".

Orang yang beriman punya keyakinan bahwa apa yang ia sedekahkan itu dapat menyuburkan harta, mengembangkan harta, seperti yang

tercantum dalam surah al-Baqarah (2) ayat 276: "Allah memusnahkan riba dan menyuburkan sedekah. Dan Allah tidak menyukai setiap orang yang tetap dalam kekafiran, dan selalu berbuat dosa".

Sedekah tidak hanya terbatas pada harta benda saja, sehingga membuat sebagian dari kita berfikir ulang untuk melakukan amal baik ini. Hal-hal non materipun bisa saja dikatakan sebagai sedekah. Seperti menolong orang lain baik dengan tenaga maupun pikiran, bahkan Nabi pernah menyatakan bahwa kamu membaca "Subhanallah" itu bernilai sedekah. Ingatlah (dzikirlah) kepada Allah, maka Allah-pun akan mengingat kita, sebagaimana yang diceritakan dalam surah al-Baqarah (2) ayat 152: "Karena itu, ingatlah kamu kepada-Ku, niscaya Aku ingat (pula) kepadamu, bersyukurlah kepada-Ku,

dan janganlah kamu mengingkari (nikmat)-Ku”.

Nabi bersabda: “Wajib bagi setiap muslim untuk bersedekah”. Para sahabat bertanya: “Wahai Nabi Allah, bagaimana jika ia tidak mendapatkan untuk bersedekah? Beliau menjawab: “Berusaha dengan tangannya, sehingga bermanfaat untuk dirinya dan bersedekah. Mereka bertanya: “Bagaimana jika ia tidak bisa melakukannya? Beliau bersabda: “Menolong orang yang sangat memerlukan bantuan”. Mereka bertanya: “Bagaimana jika ia tidak bisa melakukannya? Beliau bersabda: “Menyuruh untuk melakukan kebaikan dan menahan diri dari kejahatan, maka hal itu adalah sedekah baginya” (HR. al-Bukhari dan Muslim dari Abi Musa).

Secara umum al-Qur’an menyuruh kita berbuat kebaikan agar berbahagia, seperti yang tercantum dalam surah al-Hajj (22) ayat 77: “Hai orang-orang yang beriman, rukuklah kamu, sujudlah kamu, sembahlah Tuhan-mu, dan berbuatlah kebaikan, supaya kamu mendapat kemenangan”.

Orang bersedekah itu tidak harus banyak, bahkan Nabi saw bersabda: “Jagalah dirimu dari siksa api neraka walaupun hanya dengan sepotong kurma dan jika tidak ada, maka cukup dengan kalimat thoyyibah, seperti: “La ilaha illallah”, Dalam hal ini, Allah menyatakan dalam surah as-Shoff (61) ayat 10-11: “Hai orang-orang yang beriman, sukakah kamu Aku tunjukkan suatu perniagaan yang dapat menyelamatkan kamu dari adzab yang pedih? (Yaitu) kamu beriman kepada Allah dan rasul-Nya dan berjihad di jalan Allah dengan harta dan jiwamu. Itulah yang lebih baik bagi kamu jika kamu mengetahuinya”.

Dalam rumah tangga Allah menyatakan,

hendaknya suami memberi nafkah untuk istri dan anak secara cukup, jika tidak ada maka berikan sesuai dengan rezeki yang Allah berikan padanya. Allah tidak membebani seseorang, kecuali sesuai dengan kemampuannya. Allah menyatakan bahwa setelah kesempitan, Allah akan melapangkan rezekinya, asalkan sabar, seperti yang termaktub dalam surah at-Tholak (65) ayat 7: “Hendaklah orang yang mampu memberi nafkah menurut kemampuannya. Dan orang yang disempitkan rezekinya hendaklah memberi nafkah dari harta yang diberikan Allah kepadanya. Allah tidak memikulkan beban kepada seseorang melainkan (sekadar) apa yang Allah berikan kepadanya. Allah kelak akan memberikan kelapangan sesudah kesempitan”.

Selain itu seorang muslim harus yakin bahwa sedekah atau infak apa saja yang dikeluarkan, pasti Allah akan menggantinya, sebagaimana yang Allah firmankan dalam surah Saba’(34) ayat 39: “Katakanlah, “Sesungguhnya Tuhan-ku melapangkan rezeki bagi siapa yang dikehendaki-Nya di antara hamba-hamba-Nya dan menyempitkan bagi (siapa yang dikehendaki-Nya),” Dan barang apa saja yang kamu nafkahkan, maka Allah akan menggantinya dan Dia-lah pemberi rezeki yang sebaik-baiknya”.

Ada keterangan yang menyatakan bahwa di antara naungan yang Allah berikan kepada hamba-Nya di Padang Mahsyar adalah amalana sedekahnya, sebagaimana hadis Nabi yang diriwayatkan oleh Ahmad bin Hanbal: “Naungan orang beriman di hari Kiamat adalah sedekahnya”. “Setiap orang berada di bawah naungan sedekahnya (pada hari Kiamat) hingga diputuskan di antara manusia.





## Menghargai Pilihan Ibu

Oleh: Rafifah

Founder momilenial.id

Aku bukanlah seorang ibu yang melahirkan normal... Aku bukanlah seorang ibu yang langsung memberikan ASI setelah bayiku lahir... Aku bukanlah seorang ibu penikmat jamu singset, apalagi rapet... Aku bukanlah seorang ibu yang suka menggunakan korset... Aku seorang ibu yang terkadang memberikan ASI lewat botol...

Lantas, tak baikkah aku? ketika pilihan sesar ku untuk menyelamatkan nyawaku dan bayiku karena komplikasi kehamilan.

Lantas, menjadi jahatkah aku? ketika tak langsung menyusui anakku setelah melahirkan dikarenakan aku berjuang untuk hidupku sendiri dengan alat medis melekat erat untuk menjadi penunjang hidupku?

Lantas, tak pantaskah aku dipanggil Ibu? Menjadi ibu jaman *now*, istilah *hits* yang digunakan saat ini dan dinobatkan kepada para ibu-ibu muda era 90-an. Atau terkadang juga disebut "*mahmud*". Ups, apa artinya ya? Yap! betul sekali! mamah muda. Tidak tahu dari mana awal kata-kata ini berasal. Sempat terpikir apakah saat salah satu anak ulama terkenal di negeri inilah yang menikahkan anaknya pada usia belasan tahun itu menjadi viral? Atau saat komunitas komunitas parenting bermunculan? Yang sedikit saya tahu kata ini mulai muncul sekitar tahun 2017,

di mana berita-berita nikah muda sedang di up dan laman sosial media.

Sebagai mamah muda, di zaman kemajuan teknologi yang semakin hari semakin canggih ini, saya pribadi akui rasanya nano-nano. Mudah-tak mudah, gampang-tak gampang. Mengapa? saya sebutkan dahulu bagian mudahnya ya. Di zaman *smartphone* ini, memudahkan saya belajar untuk menjadi "mamah muda yang baik". Dengan bermodal *smartphone* di tangan, saya dengan mudah mengakses hal-hal yg ingin saya ketahui. Misal saja, cara melahirkan yang tidak sakit, -yang setelah saya menjalaninya sendiri, tentu saja itu adalah hal yang sangat tidak mungkin-, hingga cara merawat bayi ataupun cara memanjakan suami agar semakin mencintai istri. Artikel-artikel seperti ini banyak bertebaran, ada yang bisa dipertanggungjawabkan isinya dan ada pula yang.. tentu saja hoaks belaka.

Di sisi lain, kemajuan teknologi ini bisa juga menjadi "petaka" bagi sebagian orang, termasuk kami, para Ibu muda. Hanya bermodal jempol dan akun pribadi, terkadang memudahkan orang lain untuk memberikan saran yang lebih mirip nyinyiran pada suatu hal yang berbeda dari biasanya atau tidak dimengerti olehnya.

Contoh saja, nyinyir yang seringkali kita temui

di dunia nyata maupun maya adalah soal proses kelahiran. Dimana, banyak ibu-ibu "*jaman old*" atau ibu-ibu "*jaman now*" yang menganggap bahwa proses kelahiran lewat C-Section atau operasi caesar adalah hal yang tak lazim dilakukan. Melabeli para ibu dengan operasi sesar bukanlah ibu yang sesungguhnya. Karena yang sebagian orang yakini, jika melahirkan dengan metode operasi adalah seorang ibu manja yang tak mampu menahan sakitnya kontraksi, maka dari itu butuh anastesi.

Padahal fakta sesungguhnya, metode ini digunakan para ahli untuk menyelamatkan nyawa Ibu serta janin yang dikandungnya. Angka kematian Ibu dan Anak di Indonesia masih cukup tinggi. Bahkan menurut data kementerian kesehatan 2019, 305 ibu meninggal dari 1000 kelahiran. Indonesia menduduki peringkat kedua AKI (angka kematian ibu) se-ASEAN setelah Laos. Biasanya, ibu-ibu yang memilih jalan operasi sesar bukanlah karena tak sanggup menahan sakit kontraksi, tetapi lebih kepada adanya komplikasi. Misal saja preeklampsia maupun eklampsia, abrupcio plasenta (plasenta terlepas dari rahim sebelum waktu melahirkan), plasenta menutup jalan lahir, waktu perkiraan lahir yang sudah terlewat jauh, dan lain sebagainya.

Jika kita ingin memberikan pendapat atas perbedaan yang terjadi antara kita dengan ibu lain, pahami situasinya. Apakah ibu tersebut sedang senang atau sedih. Jika sedang galau, baiknya kita mengurungkan niat agar tak menambah bebannya. Bagus lagi, ketika kita memberikan pendapat jika memang diminta.

Menyampaikan dengan Kata Santun. Sebaiknya kita menggunakan kata-kata yang baik dan memilih mengajak berdiskusi ringan serta menjauhi penggunaan kata-kata yang bersifat menggurui. Di zaman modern ini juga tak sedikit dokter yang mengedukasi dengan gratis. Mengajak untuk memfollow akun sosmed tersebut dan belajar bersama merupakan pilihan baik.

Memberikan Ilmu yang Sesuai EBM (*Evidence Based Medicine*). *Sharing* ilmu juga sebaiknya tidak asal-asalan. Apalagi jika ilmu itu salah, bisa-bisa kita menyebarkan omong kosong belaka atau yang sering didengar dengan hoaks. Ketika kita membagikan ilmu yang kita miliki, ada baiknya kita mencantumkan jurnal penelitian ataupun yang paling mudah di akses di internet oleh awam, *guideline*. Kita bisa mengakses *guideline-guideline* kesehatan anak dari WHO di laman [www.who.int](http://www.who.int) ataupun IDAI di laman [www.idai.or.id](http://www.idai.or.id). Jika yang ingin dibagikan adalah ilmu parenting ataupun pengembangan diri, kita bisa mencantumkan artikel dari ahlinya langsung seperti dari psikolog anak, psikiatri ataupun dari ahli montessori.

Tidak Memaksakan Pendapat. Ketika kita menyampaikan ilmu sudah dengan memperhatikan tiga poin di atas tetapi pendapat kita tidak diterima, sebaiknya kita tidak usah kekeuh memaksakan. Setiap ibu memiliki pengalaman, suasana lingkungan dan ilmu yang berbeda-beda. Jika ia menolak pendapat kita, bisa jadi ia telah belajar ilmu yang lain yang memang sedikit berbeda dengan kita, sehingga pendapat dari kita bisa jadi tidak cocok diterapkan kepada anaknya.

Berkomunitas. Di zaman sekarang, sebagai ibu yang sudah *aware* akan ilmu yang benar dalam mengurus bayi maupun mental *health* sendiri, berkomunitas bisa menjadi pilihan. Disana kita akan bertemu dengan banyak ibu dari daerah manapun, saling mengenal, curhat satu sama lain maupun menimba ilmu bersama dari *expert* yang dihadirkan oleh para pengurus komunitas. Jika dilakukan bersama-sama, rasanya menyenangkan, bisa saling mengerti dan menghargai perbedaan, sehingga mengikis gesekan menjadi satu suara "kami wanita dan ibu yang berdaya, mampu mengurus pekerjaan serta keluarga".

Pada hakikatnya semua ibu memiliki pemikiran yang sama. Yaitu ingin yang terbaik untuk anaknya dan mampu mengurus keluarga. Sayangnya, perjalanan dalam rumah tangga bisa saja terjal dan berliku. Cibiran tetangga memang terkadang membuat semangat layu. Tak jarang kita menjadi pelaku mom-shaming bagi diri sendiri. Mencap diri tak mampu menjadi ibu yang baik ketika melihat anak lain tumbuh didampingi ibunya sementara kita harus bekerja. Mencap diri tak bisa menjadi istri yang baik hanya karena terkadang tugas-tugas di rumah menumpuk seperti tiada habisnya. Setiap ibu memiliki pemikiran berbeda, tugas berbeda, lingkungan berbeda. Perbedaan itu wajar. Daripada memikirkan perbedaan normal atau sesar, *stay at home mom* atau *working mom*, asi atau sufor dan segala perbedaan tetek bengek lainnya, alangkah lebih baik jika kita belajar bersama, berpegangan tangan dan saling mendukung keputusan satu sama lain. Karena dengan bersatu, kita mampu menjadi wanita berdaya dan ibu yang bahagia.

Bu, mama, mom, bunda, tataplah diri di depan cermin. Lihatlah disana. Berdiri seorang wanita yang rela mengorbankan nyawanya demi membawa satu atau lebih kehidupan ke dunia. Apresiasi lah perjuangannya. Melembutlah padanya. Jangan ragu, ucapkanlah 'terima kasih diriku atas segala proses menjadi ibu'. Berjanjilah, untuk selalu menjadi ibu yang bahagia dan menghargai diri sendiri. Apapun masalahnya, bersemangatlah. "Ibu, ibu, ibu", ingatlah selalu. Kita memang terpenting dan seberharga itu.

## Good Looking Ala Rasulullah

Pasti banyak diantara perempuan yang mendambakan wajah cantik dan menawan. Cantik baik di depan keluarganya, teman-temannya, maupun di depan orang yang dia sukai. Namun, teman-teman muslimah sudah mengerti apa arti cantik yang sebenarnya?

Apakah arti kecantikan perempuan itu selalu identik dengan tubuh yang langsing, tinggi, berkulit putih, hidungnya mancung, bulu matanya lentik, dan lain sebagainya. Bahkan mereka rela menghabiskan uang yang banyak untuk perawatan atau pun membeli *make up* dengan kualitas yang bagus supaya mereka bisa tampil cantik. Apa arti cantik itu bisa hanya dilihat dari segi fisiknya saja?

Di sisi lain, perempuan itu, tidak harus menjadi cantik dan tidak perlu berusaha untuk menjadi cantik. Semua perempuan di dunia ini sudah cantik. Jadi, yang perlu diperhatikan adalah bagaimana menjadi seorang perempuan yang menarik bukan cantik. Menarik dalam hal ini bukan berarti harus memiliki fisik yang ideal melainkan

diartikan sebagai penampilan yang baik atau *good looking*.

Mengenai *good looking*, Rasulullah SAW sudah memberikan contoh kepada umatnya. Salah satunya yaitu dengan mempedulikan fisik pribadi. Memperhatikan kebersihan badan. Untuk seorang wanita cukup mandi tiga kali dalam satu hari, sering keramas, rutin menggosok gigi, mencukur bulu-bulu tubuh. Jangan lupa juga menjaga kulit agar *glowing*. Dengan begitu kecantikan akan terpancar dengan sendiri.

Masih mengenai fisik, Rasulullah dulu mempunyai badan yang bagus. Istilah jaman sekarang sih, *sixpack*. Nah, untuk mendapatkan tubuh yang bagus, pastinya dibutuhkan sebuah usaha yaitu berolahraga. Dengan rutin berolahraga, membuat badan sehat dan kuat.

Muslimah, mungkin susah sekali menerapkan olahraga rutin. Penyakitnya satu yaitu mager. Namun, jangan dilupakan hadist yang mewajibkan muslim untuk berolahraga. Abu Hurairah berkata, jika Rasulullah SAW bersabda, "*Mukmin yang kuat*



*lebih baik dan lebih dicintai Allah daripada Mukmin yang lemah, dan pada keduanya ada kebaikan.”* Apakah masih ada alasan lagi untuk mager berolahraga?

Eits.. Berolahraga saja tidak cukup, perlu ditambahkan suplemen yang sehat. Dengan mengkonsumsi makanan dan minuman yang sehat dan dianjurkan Rasulullah. Misalnya kurma, madu dan susu. Dari Aisyah RA, ia berkata, *Rasulullah SAW gemar makanan manis-manis dan madu* (HR Bukhari).

Perhatikan, semua jenis makanan dan minuman kegemaran beliau memiliki kandungan nutrisi yang baik bagi kesehatan. Tanpa kita sadari makanan dan minuman tersebut selain baik untuk kesehatan juga bisa dikaitkan dengan pengobatan. Contoh madu, mengandung vitamin B1 yang bermanfaat untuk mengobati radang urat saraf dan penyakit mati rasa. B2 sariawan, bibir pecah-pecah, dan lain sebagainya.

Selain fisik, hal yang penting untuk mempengaruhi *good looking* yaitu wajah berseri-seri atau ceria. Orang lebih nyaman memandang wajah biasa namun berseri-seri dibandingkan dengan wajah cantik tapi selalu cemberut.

Wajah berseri ini dihasilkan dari senyum yang tulus seperti Rasulullah. Hadist diriwayatkan oleh Abdullah ibn al-Harist ibn Jaza RA *“Aku tidak pernah melihat seseorang yang banyak tersenyum dari pada Rasulullah.”*

Sudah cukupkah cara tersebut untuk menjadi seorang *good looking*?. Ada yang ketinggalan. Yaitu mempedulikan gesture atau akhlak. Tidak kalah penting dari mempedulikan fisik. Bagaimana pendapatmu jika ada seorang yang memiliki penampilan menarik, badannya bersih, perawakannya bagus, senyumnya mengembang, namun jika berkata-kata bagai ia mengeluarkan silet-silet yang tajam, tentu ini membuat sangat tidak nyaman.

Dari sini disimpulkan bahwa menjadi seorang *good looking* ada beberapa cara yaitu memperdulikan diri sendiri dengan menjaga kebersihan, berolahraga, pola hidup sehat dengan mengkonsumsi makanan bergizi, mempunyai wajah berseri-seri, dan terakhir berakhlak mulia.

Setelah kalian menjadi *good looking* dihadapan Manusia, jangan lupa untuk menjadi seorang *good looking* juga dihadapan Allah Swt. (nrl)



## Bomboloni si Donat Isi

**N**ama bomboloni memang masih asing terdengar di telinga. Baru belakangan ini, kudapan manis ini tren di Indonesia. Sekilas, memang tidak asing dengan bentuknya. Ya, bomboloni memang termasuk salah satu jenis donat. Bomboloni berasal dari Italia. Seperti namanya, bomboloni berbentuk seperti bom. Bulat, padat, dan memiliki isian yang siap meledak di mulut. Banyak juga yang mengatakan bahwa bomboloni ini seperti bom kalori.

Bomboloni menjadi favorit akhir-akhir ini dan mengalahkan kepopuleran donat mainstream karena sensasinya. Jika donat biasa diberi glazing atau topping di atasnya, bomboloni memiliki isian yang bisa “meledak” di mulut. Pada dasarnya, bahan pembuatannya hampir sama dengan donat biasa.

Berbagai isian bisa menjadi pilihan untuk bomboloni. Mulai dari pasta coklat, cream, cream cheese, selai, sampai berbagai olesan aneka rasa. Seperti green tea, tiramisu, Nutella, sampai coklat dengan rice crispy.

Rasa bomboloni yang lembut berpadu dengan isian yang meledak di mulut membuat penikmatnya ketagihan. Ditambah dengan topping gula halus atau gula salju yang dingin, bomboloni makin menggugah selera pecinta kuliner manis.





# Hadis Manusia yang Paling Mulia

أَكْرَمُ النَّاسِ اتَّقَاهُمْ

Artinya:

"Manusia yang paling mulia adalah yang paling bertakwa di antara mereka."  
(HR. Bukhari - Muslim)



# Karyaku



Muhammad Ilham R.  
TK A1 MUTAALIMIN  
Kota Sidoarjo



Uvais Alharits  
TK A Sekolah Homeschooling Group  
Paiton - Probolinggo

*Mau Karyamu dimuat di sini ??*

Yuk kirimkan karyamu ke redaksi majalah di  
Graha Yatim Mandiri Jl. Raya Jambangan No. 135-137 Surabaya  
atau melalui email [media@yatimmandiri.org](mailto:media@yatimmandiri.org)



# Inovasi Baru, dari Pengalaman Terdahulu

## Makan Bamboo Kudus

**D**iperlukan suatu inovasi baru dalam sebuah bisnis agar bisa menarik konsumen. Hal itulah yang dilakukan oleh Amalia bersama suaminya, Faisal Adam, dalam membuka usaha Makan Bamboo Kudus.

Wanita yang akrab disapa Salia itu punya cara berbeda dalam mengemas masakannya. Salia membuat olahan masakan ayam sambal matah, ayam bumbu rujak, ayam pedas manis, ayam asam manis, telur pedas manis, telur matah, orak-arik pedo, paket wings besek, tahu bledek, dan cumi asin cabe ijo yang dipercantik dengan kemasan besek.

Siapa sangka dengan mengusung tema “zero plastic” dan penyajian makanan tradisional kekinian membuat usahanya kini semakin banyak diminati konsumen. Walau bisnis itu masih tergolong baru. Baru berdiri sekitar satu tahun lalu tepatnya pada 1 Juli 2019. Yang sebelumnya hanya nasi kardus dan catering biasa tanpa brand seperti saat ini.

“Pengalaman adalah sumber ide dari bisnis ini,” kenang Salia. Pengalaman itu berasal dari komunitas yang mereka ikuti yaitu komunitas kresek (Kreasi Sampah Ekonomi Kota). Dari situlah muncul ide untuk mengurangi sampah

plastik dengan cara mengganti kemasan kardus dengan kemasan besek. “Di komunitas ini juga saya dipertemukan dengan suami saya,” ujarnya lantang tertawa.

Salia juga mengungkapkan bahwa konsep makanan bamboo membuka pintu rezeki pengrajin anyaman di Desa Jepang, Kudus. Banyak sekali pengrajin yang sudah lansia tidak lagi memproduksi karena menurunnya peminat anyaman besek.

Tercatat enam orang pengrajin besek yang sudah disurvei dipilih yang terampil, lima diantaranya berumur 50 tahun lebih. Seminggu sekali kerajinan besek mereka akan diambil oleh Salia. “Berapapun hasil anyaman besek mereka, kami terima,” paparnya. Biasanya Salia mengumpulkan sampai ratusan besek.

Selain memberdayakan lima orang lansia, Salia juga merekrut dua orang karyawan dari mahasiswa tingkat akhir. Mereka bekerja sistem part time yaitu bekerja pagi sampai siang atau siang sampai malam. Jika ada bimbingan dosen, mereka harus mencari penggantinya.

Salia beralasan, “Saya memilih mahasiswa, karena saya pernah diposisi mereka.” Salia memang pernah bekerja juga, ketika menjadi



mahasiswa UNS Surakarta jurusan ekonomi. Pontang-panting untuk mencukupi kebutuhan hidup dan kuliahnya. Pernah jualan makanan di dari kos ke kos, part time jualan online, dan pernah juga menjadi seorang reporter di Info Seputar Kudus dan Lintas Suara.

Menjadi seorang mahasiswa di kampus ternama dan bekerja di sebuah kantor BUMN adalah harapan dari semua orang tua kepada anaknya. Inilah yang menjadi tantangan Salia, ketika tujuan hidupnya tidak sejalan dengan harapan orang tuanya.

“Hidup adalah pilihan, pingin jadi wanita karier atau entrepreneur” ujarnya. Karena tekad, keuletan, dan semangat dalam berbisnis, Orang tua mendukung usaha Makan Bamboo. Meskipun, memilih berwirausaha Salia tidak lari dari ilmu yang didapatkan dari masa kuliah. Apa yang dipelajari diterapkan semua di bisnisnya.

Bisnis tanpa hutang, adalah cara Salia dan Ahmad untuk membangun bisnis Makan Bamboo. “Sulit, iya pasti. Butuh konsisten dalam menabung, tapi kembali ke prinsip dan pilihan kita, semua pasti bisa,” ujarnya penuh dengan keyakinan.

Selama satu tahun bisnis ini berkembang, kesulitan-kesulitan semua perlu dirasakan untuk menambah semangat untuk berkarya. Lambat laun semakin banyak permintaan dari instansi besar, kantor-kantor, dan hajatan pernikahan.

“Biasanya dapat 300 pesanan, untuk acara rapat kantor biasanya 50 sampai 100.” paparnya.

“Pernah, sehari tidak ada pesanan, ya tidak apa-apa”. Menurut Salia, kesempatan inilah untuk berbagi dengan yang lain. Biasanya salia dan 2 karyawan akan membagikan makanan tersebut.

Tiap Kamis, Salia membuat program sendiri yaitu bagi nasi untuk anak jalan, pedagang, dan orang-orang yang membutuhkan lainnya. “Ayem” atau bahasa lainnya damai yang dirasakan Salia ketika sudah berbagi. Salia tidak merasa khawatir, semua yang diberikan, akan kembali lagi. Salia juga sangat meyakini, “Tolak balak terbaik adalah sedekah,”

Salia dan suaminya saling berbagi tugas. Hari Senin sampai Sabtu setelah jualan mereka bergabung dengan komunitas, dan hari Minggu biasanya bergantian. Salia mengungkapkan, “Komunitas adalah hiburan kita, silaturahmi tidak menjadikan beban buat kita,” ujarnya.

Jiwa sosial yang dimiliki tidak ingin berbagi untuk programnya sendiri. Yatim Mandiri adalah penyaluran sebagian rezeki dari bisnis Makan Bamboo. Sudah lama Salia mengenal Yatim Mandiri, setelah pernikahan. Sebab, suaminya sendiri adalah seorang amil di Yatim Mandiri Kudus. “Terima kasih sudah banyak membantu orang, semoga programnya semakin luas lagi.” tutupnya.





## Gelisah Saat Telat Bersedekah

MIMA 01 KH Shiddiq Jember

Tahun 2008 menjadi awal cerita Khuzaimatul Auliyah menjadi donatur Yatim Mandiri. Auliyah mengenal Yatim Mandiri dari teman-teman kerjanya di MIMA 01 KH Shiddiq Jember. Kepercayaan mereka semakin bertambah dengan adanya majalah yang sangat inspiratif yang dikirim ke sekolah setiap bulannya.

“Alhamdulillah, sekarang sudah ada sekitar 18 guru dan karyawan yang bergabung menjadi donatur Yatim Mandiri, yang awalnya sekitar 10 sampai 15,” kenangnya. Antusias mereka sangat luar biasa dalam berdonasi ini. Sempat beberapa kali tidak menarik uang mereka untuk berdonasi, mereka menagih Auliyah. “Mereka gelisah dan tidak tenang kalau belum sedekah, makanya menagih saya,” ujarnya.

Auliyah dan teman-temannya merasa sangat mudah dengan bantuan Yatim Mandiri sebagai penyalur sedekah mereka. Mereka tidak perlu repot-repot menyalurkannya langsung ke kantor. Cukup dengan jemput donasi, uang yang sudah mereka kumpulkan diambil langsung ke sekolah.

“Yatim Mandiri banyak programnya dan bagus-bagus,” kesannya. Salah satunya yaitu program wakaf tunai yang mereka ikuti juga selain sedekah setiap bulan.

Keajaiban bersedekah banyak dirasakan oleh semua orang, termasuk Auliyah yang mempunyai cerita sendiri tentang keajaiban dalam bersedekah. Empat tahun pernikahan belum juga dikaruniai anak. Senggang satu sampai dua bulan setelah bergabung menjadi donatur Yatim mandiri, Auliyah langsung dikaruniai anak. Kini dirinya semakin konsisten dalam bersedekah setelah adanya keajaiban tersebut. Auliyah ini menitipkan pesan, “Bersedekahlah dengan ikhlas meskipun hanya sedikit,” tutupnya. (nrl)



## Melejitkan Bisnis dengan Sedekah Ekstrim

Agen NASA Sragen

Suatu usaha tidak akan sukses apabila hanya mengandalkan aspek usahanya saja. Salah satunya sedekah yang kita jalankan, adalah unsur ilahi yang tidak dapat dilogikakan oleh akal semata. Kesuksesan tersebut dirasakan langsung Titin salah satu donatur rutin Yatim Mandiri yang merintiskan usahanya di produk herbal yaitu NASA Sragen.

Pada tahun 2015 bergabung dengan Yatim Mandiri. Saat itu Titin diajak langsung oleh amil Yatim Mandiri yang kebetulan adalah teman kuliahnya. Karena yang mengajak temannya sendiri, Titin percaya.

Tidak ingin berbuat kebaikan sendiri, Titin juga mengajak rekan-rekan yang bergabung dengan bisnisnya untuk ikut menjadi donatur juga. “Tercatat sudah 10 mitra usaha dan 16 stockist yang bergabung, Alhamdulillah,” ujarnya. Para pelaku bisnis ini tidak biasa-biasa saja dalam bersedekah. Mereka bersedekah dengan cara ekstrim. Bagi Titin, kita tidak bisa menciptakan keajaiban sendiri, kita harus menciptakannya dengan sedekah ekstrim.

Maka dari itu mereka tidak hanya ikut program sedekah rutin sebulan sekali tetapi juga ikut beberapa program dari Yatim Mandiri. Seperti sedekah kencana subuh dan sedekah wakaf tunai Rp 20.000,- tiap bulan.

“Kalau sudah bersedekah, terasa sekali keberkahannya,” ujarnya. Titin merasakan banyak sekali capaian dirasakan setelah bersedekah. Seperti bertambahnya mitra bisnis setiap bulannya, tumbuh kembang anak yang baik, dan bisa mempersiapkan suaminya yang sudah berlayar selama dua tahun. “Sangat beruntung sekali saya kenal dengan Yatim Mandiri, terima kasih sudah memudahkan untuk menyisihkan sedikit harta kita untuk adik-adik yatim,” tutupnya. (nrl)



## Ketulusan untuk Melahirkan Kepercayaan

SMAN 3 Maros

**K**etulusan ini adalah awal cerita dari Sukmawati Usamah, guru dari SMAN 3 Maros, donatur rutin dari Maros yang mengenal Yatim Mandiri sekitar tiga tahun lalu. “Pokoknya begitu mereka bercerita tentang Yatim Mandiri mulai dari kegiatan, penyalurannya, dan program-programnya yang sangat tulus, saya langsung percaya dengan Yatim Mandiri,” kenangnya.

Ternyata tidak hanya Sukma, ada 10 guru lainnya mendengarkan ketulusan ceritanya yang kemudian memantapkan diri menjadi donatur. “Terhitung sudah 23 guru untuk sekarang ini yang bergabung menjadi donatur,” jelas guru matematika ini.

Sukma menceritakan bahwa sejak awal banyak rekan kerjanya yang tertarik pada program Yatim Mandiri. “Ketika mereka datang dan memberikan brosur, saya ikuti saja programnya,” ujarnya.

Seketika Sukma menangis saat menyampaikan pesan untuk Yatim Mandiri. “Saya cemburu dengan karyawan Yatim Mandiri yang langsung bisa mengurus anak yatim,” ucapnya dengan tersedu-sedu.

Bagi Sukma, bersedekah sedikit apapun itu, selalu ada balasan langsung yang didapatkan dari Allah. Tidak rugi, doa dari anak yatim ke kita tidak akan berhenti.

Doa yang selalu diselipkannya dalam secarik kertas untuk bisa didoakan anak-anak yatim yaitu kesehatan, kesehatan diri sendiri, keluarga, dan guru-guru SMA Negeri 3 Maros. “Sehat adalah hal yang penting untuk bisa berbuat kebaikan lagi,” pesannya. “Semangat untuk Yatim Mandiri dan karyawannya. Jangan pernah kendor mengurus anak yatim. Selalu ikhlas, berbuat yang terbaik untuk anak yatim,” tutupnya. (nrl)



## Bukan Tempat Ghibah, Tetapi Tempat Bersedekah

Pengajian & PKK Banyuwangi

**T**idak seperti perkumpulan yang biasa, bukan perkumpulan untuk ghibah tetapi untuk sedekah. Saat itu mereka mengenal Yatim Mandiri setelah cabang Banyuwangi dibuka. “Dulu amil Yatim Mandiri yang memperkenalkan program pada kami,” kenang Yeni Susilowati, seorang yang memberikan informasi keberadaan Pengajian Bunga Residence Banyuwangi ke Yatim Mandiri.

Perkenalan Yatim Mandiri tidak cukup sekali saja, sebulan sekali setiap hari Sabtu. Yatim Mandiri memperkenalkan mulai dari program-program, tempat penyaluran, dan pendataan yang lengkap dan terperinci. “Dari situlah ibu-ibu pengajian tertarik dan bergabung dengan Yatim Mandiri,” ujar Yeni.

Tidak disangka ada 17 ibu-ibu yang menjadi donatur. Sebagian dari mereka adalah para pendatang dari luar kota seperti Jakarta, Papua, Flores, dan Aceh. “Alhamdulillah, karena ibu-ibu di sini pendatang baru, mereka sangat terbantu dengan Yatim Mandiri yang jelas keberadaannya,” papar Yeni.

Program yang saat ini mereka ikuti yaitu donasi di awal bulan. Sebagian mengikuti sistem jemput donasi, yang lainnya memilih untuk transfer langsung. Mereka juga mengikuti program kajian setiap Minggu yang kedatangan ustad langsung ke tempat mereka.

Keaktifan ibu-ibu dalam bersedekah tidak berhenti sampai disitu. Mereka juga sering berbagi nasi kepada adik-adik yatim sanggar cabang Banyuwangi. Yeni juga menjelaskan sekitar 100 nasi bungkus bisa dibagikan, yang mereka sebut program Jumat berkah.

“Alhamdulillah, Bersedekah adalah solusi terbaik untuk mengatasi masalah, solusinya pasti ada setelah bersedekah.” tutupnya. (nrl)

# Internet Gratis, Tempat Belajar dalam Jaringan Anak Yatim dan Dhuafa

**S**ahabat, Program Kampung Belajar Mandiri (KBM) merupakan Program penyediaan Jaringan Internet yang bisa diakses secara gratis bagi anak-anak yatim serta dhuafa di lingkungan tersebut. Program ini bertujuan untuk meringankan beban mereka akan kebutuhan kuota internet dalam mengikuti kegiatan belajar mengajar di sekolah secara daring akibat pandemi Covid-19.

Terlepas dari spekulasi-spekulasi yang mengatakan bahwa adanya Covid-19 ini merupakan konspirasi untuk mengubah dunia analog menjadi digital, pola kehidupan masa

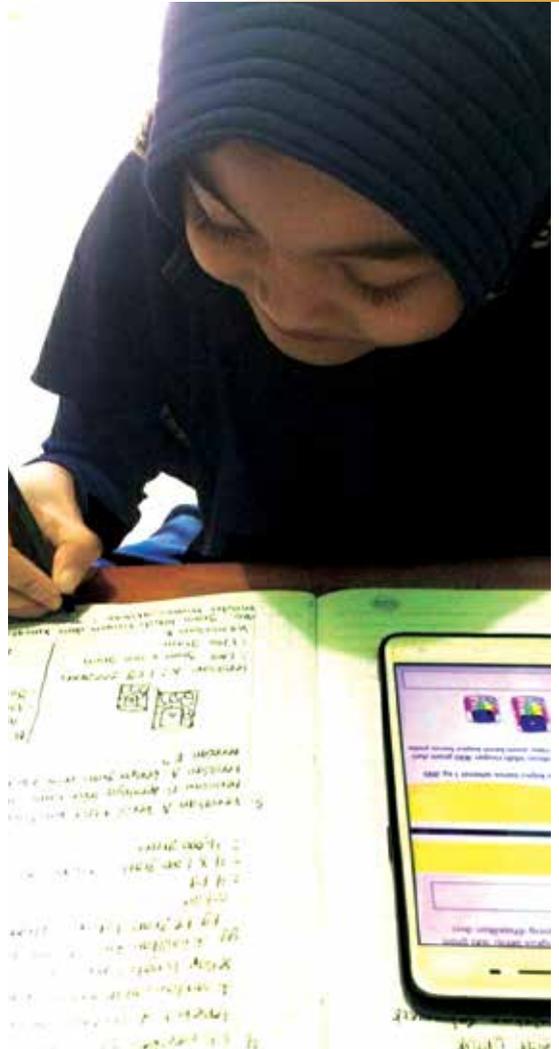
lalu ke masa depan, dan sebagainya. Keadaan saat ini jelas menambah beban kehidupan di tengah sulitnya ekonomi, keluarga yatim dan dhuafa jelas merasakannya. Dengan adanya program ini diharapkan dapat meringankan beban mereka akan kebutuhan kuota internet agar tidak ketinggalan pelajaran sekolah.

Yatim Mandiri mentargetkan 134 titik pembagian internet gratis, khususnya untuk yatim dan dhuafa di kampung-kampung. Agar mereka bisa lebih mudah mengakses pembelajaran daring. Alhamdulillah, saat ini sudah lebih dari 80 titik terealisasi program internet gratis ini. (\*)



Pindai Untuk Versi Video





# Usaha tak Khianati Hasil

## Dewi Fortuna

### Siswa Berprestasi Penerima Bestari, Kalimantan Timur

**A**da pepatah mengatakan cinta seorang ayah mampu menguatkan anaknya. Namun, hal tersebut tidak bisa dirasakan oleh Dewi Fortuna. Perempuan manis yang lahir di Balikpapan, Kalimantan Timur.

Hilangnya separuh kekuatan dari sang ayah inilah yang menjadikan Dewi, lahir menjadi perempuan tangguh. Perempuan yang harus bisa menjaga dirinya sendiri, tanpa seorang ayah. Perempuan kuat, dan anti dipandang lemah. "Menjadi wanita itu jangan mau dipandang lemah, Jadilah wanita yang kuat" itulah pesan Dewi.

Sepeninggal sang ayah, kehidupan keluarga Dewi pas-pasan. Pendapatan menurun, membuat ibunya harus banting tulang menjadi tukang cuci baju serabutan. Namun, tak lama setelah itu, ada bantuan dari Lembaga Amil Zakat Nasional Yatim Mandiri, yang bisa meringankan masalah perekonomian keluarganya.

Tepat di tahun 2014 saat Dewi masih sekolah di SMP Negeri 6 Balikpapan, Bestari (Basiswa

Yatim Prestasi) diterima Dewi. "Alhamdulillah, Bestari bermanfaat sekali dan sangat membantu. Seperti alat sekolah buku, pensil, tas, dan lain-lain. Kelas IX SMP juga mendapatkan bimbingan ujian," papar Dewi.

Layaknya seperti gadis remaja lainnya, Dewi juga ingin mewujudkan impiannya. Impian yang lahir dari hobinya yaitu berolahraga dan berenang. Bukan menjadi atlet, olahragawan, atau guru olahraga, namun cita-cita dewi ialah menjadi seorang KOWAD (Korps Wanita Angkatan Darat).

"Tertarik saja melihat pasukan Angkatan Darat. Seorang wanita bisa menjadi tentara," alasan Dewi. Namun, keberadaan Dewi yang hidup pas-pasan tidak membuat dia memendam impian tersebut. Apalagi omongan orang yang kerap kali meremehkan impian Dewi. "Apa bisa, kamu jadi tentara. Buat hidup aja susah," cerita Dewi menirukan omongan nyinyir orang di sekitarnya dulu.

Seketika tertampar mendengarkan ucapan seperti itu. Bukan membuat semangat Dewi mengecil, namun semakin menyala. Dewi memberikan pesan



“Ketika kamu memilih untuk maju ke depan, pasti ada saja rintangan. Kamu yang selalu diremehkan harus menjawabnya dengan kesuksesan,”

Dengan semangat tinggi, Dewi belajar dengan bersungguh-sungguh. Mulai dari belajar renang dilatih oleh kakak sepupunya sejak kelas IV SD di SD Negeri 020 Balikpapan Utara dan belajar olahraga lain secara otodidak. Prestasi yang didapatkan menjadi bukti jawaban atas nyinyiran orang tersebut.

Pada 2012 Dewi menjadi Juara 3 Perenang Terbaik Putri kejuaraan Renang PRSI Balikpapan Open dengan 2 medali perunggu. Setahun kemudian pada 2013 dirinya mendapat Juara 2 50 meter gaya kupu-kupu di Kejuaraan Renang Provinsi Kaltim. Tak hanya itu, pada 2015 Dewi menjadi Perenang Terbaik Putri Kejuaraan Balikpapan Open 2015 dengan 6 Medali Emas dan Juara 3 Kejuaraan Renang Provinsi Kalimantan Timur 2015. Dan pada 2017 Dewi juga menjadi Perenang Terbaik 1 Putri Kejuaraan Nasional GSC Open di Cirebon.

Tidak heran jika Dewi mendapatkan Bestari lima tahun berturut-turut. “Pretasi tersebut saya pertahankan dengan cara berlatih terus dan terus, tanpa meninggalkan doa,” ucapnya. Perjuangan Dewi tidak berhenti sampai di sini. Masih ada impian menjadi Kowad yang belum diwujudkan. Dia terus berusaha dan terus berusaha, pantang menyerah. Belajar tes psikologis pun sendiri, tanpa seorang pembimbing seperti calon Kowad yang lainnya.

Sampai akhirnya usai lulus dari SMA Negeri Khusus Olahragawan Internasional Samarinda. Sekali ikut tes, Dewi lolos tes seleksi tingkat daerah. Kodam III Banjarmasin Kalimantan Timur dengan meraih peringkat I. Kemudian, lanjut ke tingkat pusat dan mendapatkan peringkat 40.

Atas seizin Allah, akhirnya Dewi Fortuna menjadi seorang Korps Wanita Angkatan Darat atau disingkat (Kowad) bertugas di Pusat Kesenjataan Infanteri TNI Angkatan Darat Kota Bandung.

Setelah menyandang status menjadi Kowad, Dewi masih mengukir prestasi. Bagi dia prestasi kali menjadi prestasi tertinggi yang didapatkan yaitu menjadi Juara 3 dengan 2 medali perunggu Kejuaraan Menembak tingkat Nasional Piala Kemerdekaan di Senayan Jakarta 2020. Dan mendapat Juara 3 Kejuaraan Menembak tingkat Nasional DanWing Paskhas di Halim Jakarta 2020. Ketika itu dia terpilih langsung oleh komandannya di temani satu senior perempuan dan 4 senior laki-laki.

“Tidak mudah untuk berada di titik tertinggi ini, banyak sekali omongan orang yang tidak bisa mempercayai atas keberhasilanku ini,” ujarnya. Dari anak seorang cuci baju dan menyetrika menjadi seorang Kowad.

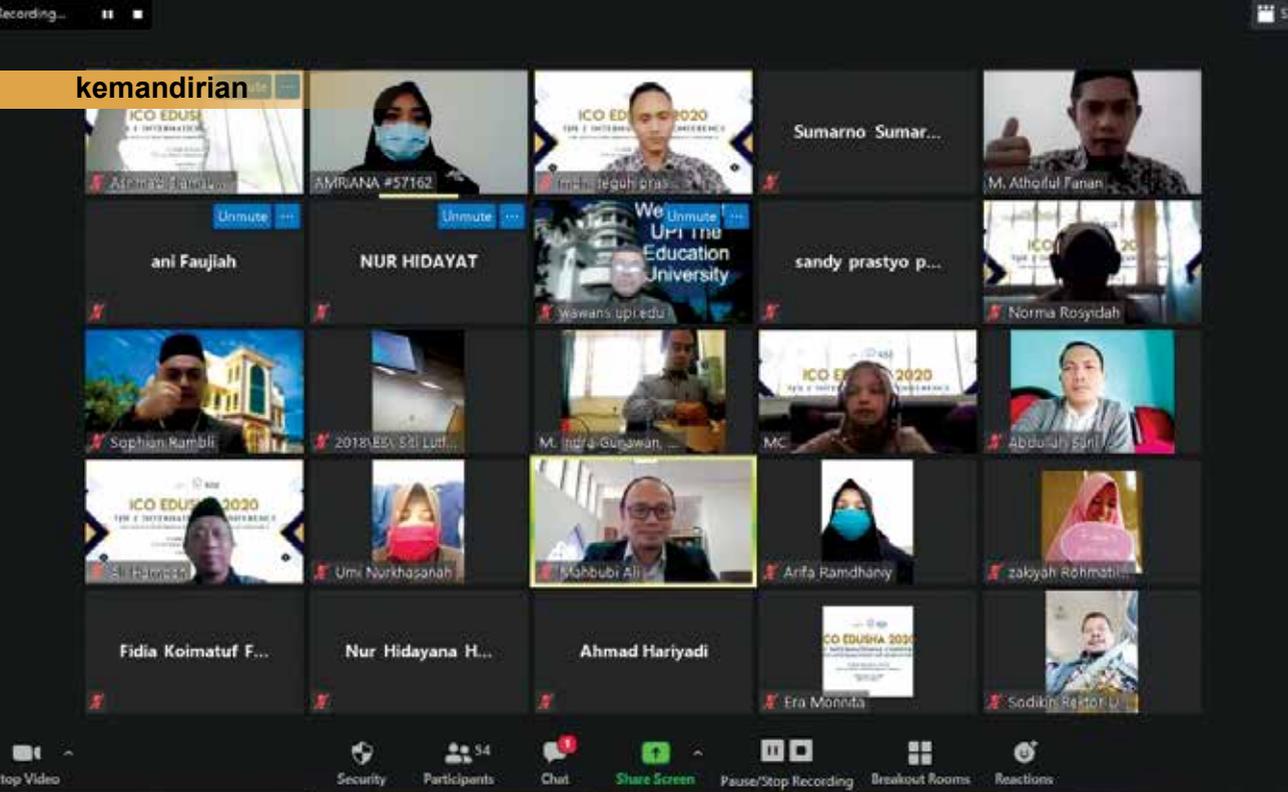
Meskipun impiannya mengenakan seragam

Kowad sudah terwujudkan, masih ada impian-impian lain yang siap untuk dikejar oleh Dewi yaitu ingin memberangkatkan ibunya umroh dan membangun rumah. “Iya, saya lagi memulai menabung untuk impian ini” ungkapnya.

Dewi menyebutkan bahwa keberhasilan ini tidak mungkin bisa dilakukan seorang diri, pasti ada dukungan-dukungan di balik layar. Keluarga, sahabat, teman-teman dan tentunya Yatim Mandiri. “Terimakasih banyak untuk Yatim Mandiri yang sudah membantu meraih cita-cita saya dan para donatur terimakasih sudah menyisihkan rezekinya semoga kebaikannya dibalas Allah SWT,” pesannya.

(nrl)





# Gelar Konferensi Internasional (ICOEDUSHA)

*Sekolah Tinggi Agama Islam An-Najah Indonesia Mandiri*

**S**TAI An Najah Indonesia Mandiri Sidoarjo (STAINIM) bekerjasama dengan Universitas Insan Cendekia Mandiri (UICM) menggelar konferensi internasional The 1st International Conference on Education Management and Sharia Economics (ICOEDUSHA 2020). Event ini digelar pada 23 September 2020 via Zoom. Kegiatan yang mengangkat tema “PTKIS Strategy For Economic Recession” ini dibuka oleh Ketua STAINIM, Drs. Ahmad Hariyadi, M.Si.

Hariyadi dalam sambutannya mengatakan, STAINIM memberikan apresiasi yang tinggi atas terlaksananya konferensi internasional ini. Pelaksanaan ICOEDUSHA ini diharapkan bisa turut meningkatkan kualitas akademik STAINIM, serta meningkatkan citra positif kampus STAINIM sendiri.

Hariyadi menilai, ICOEDUSHA merupakan salah satu langkah STAINIM dalam mengembangkan media publikasi penelitian sivitas akademika. Apalagi di tengah kondisi pandemi covid-19 seperti saat ini. Dosen tetap dituntut untuk tetap menjalankan tridharma perguruan tinggi yang meliputi pendidikan, penelitian dan pengabdian kepada masyarakat.

Hadir dalam kegiatan tersebut Nur Hidayat, S. Pd, MM sebagai keynote speakers. Adapun para speaker yang dihadirkan adalah Dr. Ali Hamdan,

M.E.I

(Dosen STAI An Najah Indonesia Mandiri/ SEKJEND Gerakan Wakaf Indonesia); Dr. (Cd) Sodikin, M. Pd (Rektor Universitas Insan Cendekia Mandiri); Prof. Dr.Wawan Setiawan (Universitas Pendidikan Indonesia/Information and Technology Expert); Dr. Mohammad Mahbubi Ali (Research Fellow, International Institute of Advanced Islamic Studies (IAIS) Malaysia) dan Sophian Bin Rambli S.Hum. MA, Ph.D (Universiti Sultan Zainal Abidin UniSZA)

Acara seminar dipandu oleh Dr (cd) M. Athoiful Fanan, M. Pd dan diikuti kurang lebih 80 peserta dari berbagai kampus di Indonesia. Acara dimulai tepat pukul 09.00 WIB dan berakhir pada pukul 12.00 WIB untuk sesi seminar, Sedangkan parallel session dimulai pada pkl 13.00-16.00 Wib.

Amriana, selaku ketua panitia menuturkan bahwa materi yang disajikan oleh keynote speakers dan presenter di kelas paralel menghasilkan international proceedings online yang diindeks Crossref, Google Scholar dan MORAREF. Harapannya materi tersebut bisa memberikan pengetahuan serta pengalaman baru bagi peserta, sehingga bisa diimplementasikan dalam pengembangan akademik di STAINIM. Selain itu, kedepannya semoga kegiatan ICOEDUSHA ini menjadi agenda tahunan yang rutin dilaksanakan oleh STAINIM. (aim)

# Pesta Demokrasi SMA ICMBS

*Insan Cendekia Mandiri Boarding School*



Kegiatan Kongres II OSMA ICMBS dan Semarak Pesta Demokrasi telah dilaksanakan pada 4 sampai 10 Oktober 2020. Gemuruh kemeriahan acara tersebut menggema memenuhi auditorium Gedung Graha Yatim Mandiri lantai 7. Seluruh Civitas Academica SMA ICMBS hadir menjadi saksi dan berpartisipasi. Ada beberapa rangkaian kegiatan bertema “Pesta Demokrasi”, yaitu lomba mading antar kelas, lomba festival lagu, dan lomba deklamasi puisi. Setiap kelas wajib mengirimkan perwakilan siswa sebagai delegasi untuk lomba tersebut. Rangkaian kegiatan itu dimaksudkan agar seluruh siswa dapat merasakan iklim demokrasi.

Kegiatan dibuka oleh sambutan Ustad Ilman Aji Ibrahim, S.Pd.I sebagai Waka Kesiswaan. Dilanjutkan serangkaian lomba dan penilaian oleh dewan juri. Kemudian, keempat pasangan calon dipersilakan untuk memperkenalkan diri dengan para audiens serta berkampanye. Mereka sudah menyiapkan materi dalam adu debat. Visi dan misi tiap-tiap pasangan calon sudah mereka siapkan dalam ajang debat yang akan disaksikan oleh seluruh civitas.

Pemilihan ketua dan wakil OSMA menggunakan digital software atau e-voting. Software ini dibuat dengan PHP untuk pelaksanaan dalam jaringan. Beberapa laptop dapat dihubungkan secara bersamaan dengan cara menggunakan koneksi wifi yang dipancarkan dari laptop. Kemudian diterima oleh beberapa laptop yang lain. Pelaksanaan pemilihan diawali dengan pemberian token kepada setiap siswa dan guru. Kemudian, token tersebut digunakan untuk log-in dalam software pemilihan ketua OSMA.

Pemilihan dilakukan di dalam bilik, setiap bilik dilengkapi laptop yang sudah siap dengan software aplikasi. Siswa dan guru melakukan log-in dengan token yang sudah diberikan. Lalu, siswa dapat langsung memilih dengan cara melakukan klik pada gambar calon ketua dan wakil OSMA. Setelah melakukan klik/pilihan maka otomatis software akan menuju ke halaman log-in kembali dan siap untuk memilih berikutnya.

Sebagai forum tertinggi siswa SMA Insan Cendekia Mandiri Boarding School, Forum Kongres II OSMA ICMBS telah membahas dan menetapkan keputusan-keputusan penting bagi jalannya roda organisasi OSMA ICMBS.



## Kursi Roda untuk Sugeng

**Kepanjen.** Pada 39 tahun yang lalu lahirlah seorang putra yang bernama Sugeng. Dari seorang Ibu yang bernama Sudarmi. Beliau dapat amanah Sugeng yang dalam kondisi ABK (Anak Berkebutuhan Khusus). Bu Sudarmi kesehariannya adalah buruh tani. Satu bulan yang lalu beliau dapat ujian dari Allah, bahwa anaknya yang bernama Sugeng tertimpa musibah tabrak lari yang mengakibatkan kakinya patah sehingga aktivitasnya saat ini tergantung pada sang ibu.

Alhamdulillah, pada Rabu 7 Oktober 2020 lalu, Yatim Mandiri Malang menyalurkan kursi roda untuk Sugeng. Diharapkan dengan adanya kursi roda ini, beban sang ibu menjadi ringan. Ucapan terima kasih tak terhingga kepada donatur dan yatim mandiri atas bantuan kursi roda untuk Sugeng. (\*)



## Penyerahan Simbolis Bestari Bersama Mitra CIMB Niaga Syariah dan PT Milagros

**Makassar.** Dalam rangka untuk memberikan apresiasi kepada adik-adik yatim dhuafa yang berprestasi Yatim Mandiri memberikan beasiswa kepada mereka pada 30 September 2020 lalu. Agar bisa tetap mempertahankan prestasinya. apalagi dengan adanya pandemi ini.

Program ini adalah program rutin sekali dalam setahun yang dilakukan yatim mandiri dan telah banyak memberikan manfaat khususnya dalam bidang pendidikan.

Dalam penyerahan simbolis ini hadir juga Branch Manager CIMB Niaga Syariah dan PT Milagros. Selaku mitra dalam pemberian beasiswa. Adapun jumlah anak yang diberikan yaitu 50 anak dari Cimb Niaga Syariah dan 20 anak dari Milagros. Menurut Ibu Asma selaku Branch Manager CIMB Niaga, program ini sangat baik dikarenakan dapat memberikan apresiasi bagi adik-adik untuk menunjang proses pendidikan.

Sementara Pak Rahman selaku RPC Milagros mengungkapkan rasa terima kasih kepada Yatim Mandiri dalam kerjasama program semoga akan terus sinergi dalam membantu yang membutuhkan. Selain dari penyerahan simbolis ini kami juga menyediakan layanan ceramah untuk para karyawan dan beberapa agen kami. (\*)



Pindai untuk Melihat  
Berita Lainnya

## Baju untuk Fitria

**Probolinggo.** Pada Kamis lalu (1/10), Yatim Mandiri Probolinggo menyerahkan amanah dari donatur berupa baju untuk ananda Fitria, yang tinggal di Desa Resongo Kecamatan Kuripan. Fitria menjadi yatim piatu sejak berusia satu tahun. Kini dirinya diasuh oleh kakek dan neneknya. Mereka adalah pekerja serabutan, memelihara sapi milik orang lain dengan sistem bagi hasil..

Senyum ceria di wajah Fitria saat menerima baju dan langsung dipakainya. Namun dibalik keceriaannya, terselip kesedihan karena sudah dua bulan ini Fitria tidak mengkonsumsi obat yang seharusnya rutin diminum. Bukan karena harganya yang mahal, karena obatnya gratis. Keterbatasan ekonomi yang membuat kakek dan neneknya kesulitan untuk membawa Fitria kontrol setiap bulan dan mengambil obat dari rumah sakit. (\*)



## Lawan Covid-19 dengan Sedekah Pangan Jogo Tonggo

**Semarang.** Pada Jumat (9/10) Yatim Mandiri Semarang melaksanakan Program Sedekah Pangan-Jogo Tonggo melalui beberapa kegiatan yaitu berbagi 45 paket sayur mayur untuk masyarakat di Karangrejo, Gajah Mungkur, Kota Semarang.

Dengan adanya program Sedekah Pangan Jogo Tonggo, banyak masyarakat yang terbantu di masa pandemi ini. Semangat masyarakat untuk terus berjuang di masa pandemi ini pun semakin kuat. Protokol kesehatan juga diterapkan dalam kegiatan ini, sehingga tidak sampai menimbulkan kontak fisik di antara para masyarakat.

Terima kasih kepada para donatur yang telah mendukung kami dengan berbagai macam sayur mayur, makanan siap saji, dan uang tunai. InsyaAllah dukungan tersebut akan kami salurkan dengan amanah dan dapat memberikan senyum kebahagiaan bagi mereka yang membutuhkan. (\*)



## Bantuan untuk Keluarga Afifah

**Tuban.** Afifah Putri Dwi Arifin bertempat tinggal di Desa Glodok RT 03 RW 03, Kecamatan Palang, tepatnya di bibir pantai utara. Afifah adalah yatim yang ditinggal ayahnya semenjak enam bulan dalam kandungan. Kini Afifah sudah berumur lima bulan. San dirawat oleh ibu dan neneknya. Neneknya yang menjadi tulang punggung keluarga dan kini diberikan cobaan oleh Allah dengan penyakit yang diderita yaitu Glaukoma (Katarak 2),

Pada 9 September 2020 lalu, Yatim Mandiri Tuban diberikan kesempatan oleh Allah untuk memberikan titipan dari donatur, semoga Adek Afifah diberikan kesehatan dan diangkat penyakitnya oleh Allah. (\*)



# Penerimaan dan Penyaluran Bulan Agustus 2020

Penerimaan	Agustus 2020
Penerimaan Dana Zakat	987.033.012
Penerimaan Dana Infak/Shadaqah	7.428.526.997
Penerimaan Dana Terikat	249.691.704
Penerimaan Dana Wakaf	407.028.015
<b>Total Penerimaan</b>	<b>9.072.279.728</b>
<b>Saldo Bulan Lalu</b>	<b>118.834.003</b>
<b>Dana Tersedia</b>	<b>9.191.113.731</b>

## Penyaluran Berdasarkan Program

Program Pendidikan	1.239.740.272
Program Kesehatan & Gizi	3.340.118.011
Program Kemanusiaan	100.265.800
Program Ekonomi	142.971.547
Program Dakwah	4.071.877.565
<b>Jumlah Penyaluran</b>	<b>8.894.973.195</b>
<b>Sisa Saldo</b>	<b>296.140.536</b>

## Penyaluran Berdasarkan Mustahiq

Mustahiq Fakir	100.265.800
Mustahiq Miskin	4.579.858.283
Mustahiq Fisabilillah	1.981.491.520
Mustahiq Amil	2.233.357.592
<b>Jumlah Penyaluran</b>	<b>8.894.973.195</b>
<b>Sisa Saldo</b>	<b>296.140.536</b>

**AQIQOH  
MANDIRI**  
& Catering



Surabaya 0822 4555 8718 Mojokerto 0812 7556 1441  
Gresik 0822 4493 2223 Kediri 0812 5298 8980  
Malang 0851 0046 2230 Jakarta 0812 9844 4180

## DAFTAR PAKET NASI KOTAK

Paket 1	Paket 2	Paket 3
<b>Rp. 12.000</b>	<b>Rp. 18.000</b>	<b>Rp. 22.000</b>
- Nasi Putih - Oseng buncis wortel - Acar - Sambal - Kerupuk	- Nasi Putih - Sambal Goreng (Kentang Ati) - Acar - Sambal - Kerupuk Udang - Buah	- Nasi Putih - Tl. Bali - Sambal Goreng (Kentang Ati) - Acar - Sambal - Kerupuk Udang - Buah

## PAKET AQIQOH KOMPLIT

Komplit A	Komplit B	Komplit C
<b>Rp. 2.300.000</b>	<b>Rp. 3.600.000</b>	<b>Rp. 4.675.000</b>
- 50 Box Naskot (Paket 2) - Sate 4 Tusuk - Gulai 50 Porsi	- 100 Box Naskot (Paket 2) - Sate 3 Tusuk - Gulai 100 Porsi	- 150 Box Naskot (Paket 2) - Sate 3 Tusuk - Gulai 150 Porsi

\*Tapi paket aqiqoh komplit sudah termasuk satu ekor kambing



**GRATIS**

Ongkos kirim, Penyaluran ke panti asuhan, Biaya potong kambing, Acar, kecap, sambal, bawang goreng, Risalah Aqiqoh & Sertifikat

Kami juga melayani aqiqoh dengan menu non sate - gule,

Menu pilihan selain sate dan gule dapat dikonsultasikan langsung pada petugas.

**Kantor Layanan :**

Jl. Masjid Al Akbar Utara No. 3, Surabaya  
Jl. Raya PAGESANGAN No. 167, Surabaya  
Telp. 031 8283184, 8283185

[www.aqiqohmandiri.com](http://www.aqiqohmandiri.com)

whatsapp & sms center :

**0856 0856 444 1**

# Pemanfaatan Program Bulan Agustus 2020

## PROGRAM PENDIDIKAN



333 Anak



156 Mahasiswa



3.315 Anak



71 Anak



4 Anak



4.589 Anak



1.354 Anak

## PROGRAM PEMBERDAYAAN EKONOMI



417 Bunda



106 Anak

## PROGRAM KESEHATAN



6.975 Kaleng

## PROGRAM KEMANUSIAAN



95 Mustahik



229 Anak



971 Orang



152 Orang

## PROGRAM DAKWAH



560 Donatur



109.112 Eksemplar



www.aqiqohmandiri.com

**HARGA PAKET AQIQOH MANDIRI**

Paket Aqiqoh	Harga (masak)	Sate (tusuk)	Gulai (porsi)
Salamah	Rp 1.475.000	250	60
Rohmah	Rp 1.675.000	300	80
Barokah	Rp 1.925.000	350	100
Fadilah	Rp 2.125.000	450	150
Istimewa	Rp 2.575.000	550	180

Paket aqiqoh dengan kambing betina, bisa diganti kambing jantan dan bisa memilih langsung di kandang

Pembelian Paket Aqiqoh & Catering Aqiqoh Mandiri LEBIH MUDAH via :



Kami juga melayani aqiqoh dengan menu non sate - gula, Menu pilihan lain / selain sate dan gula dapat dikonsultasikan langsung pada petugas pelayanan Aqiqoh Mandiri.

**Kantor Layanan :**

Jl. Masjid Al Akbar Utara No. 3, Surabaya  
Jl. Raya Pagesangan No. 167, Surabaya  
Telp. 031 8283184, 8283185



**GRATIS**

Ongkos kirim, Penyaluran ke panti asuhan, Biaya potong kambing, Acar, kecap, sambal, bawang goreng, Risalah Aqiqoh & Sertifikat

PESAN DISINI, whatsapp & sms center :

**0856 0856 444 1**



Ingin Ibadah Umroh Anda  
**Khusu' & Nyaman?**

Percayakan kepada **Nur Dhuha Wisata (NDW)**  
Travel Umroh Berakreditasi A dari LS Sucofindo



Certified By:



“ Selama Masa Pandemi Ribuan  
Orang Telah Terbantu  
Dan Merasakan Manfaat Zakat  
Yang Anda Salurkan Melalui Kami ”

# Zakat Memberdayakan Umat



JENIS ZAKAT	NISHAB	HAUL	KADAR	PERHITUNGAN
Zakat Penghasilan	85 Gr Emas	-	2,5%	Penghasilan x 2,5%
Zakat Perdagangan	85 Gr Emas	1 Tahun	2,5%	{(Modal + Laba + Piutang) - (Utang + Rugi)} x 2,5%
Zakat Pertanian	520 Kg Beras	Panen	10% jika menggunakan mata air/air hujan 5% jika menggunakan irigasi	Hasil Panen x 10% atau Hasil Panen x 5%
Zakat Emas dan Perak	85 Gr (Emas) 595 gr (Perak)	1 Tahun	2,5%	{(Perhiasan Dimiliki) - (Perhiasan dipakai)} x 2,5%
Zakat Tabungan	85 Gr Emas	1 Tahun	2,5%	(Saldo Akhir - Bunga*) x 2,5% *bank konvensional

#### Rekening Zakat:

Bank Syariah Mandiri no. rek: **7001241782**  
Bank Permata Syariah no. rek: **02901445144**  
Bank Muamalah no. rek: **7010054804**  
(semua a.n. Yayasan Yatim Mandiri)



Badan Wakaf  
Mandiri

Yatimmandiri

# Wakaf Produktifmu menyejahterakan yatim dan dhuafa

Badan Wakaf Mandiri membantu kesejahteraan yatim dan dhuafa melalui program-program pemberdayaan

## Wakaf Produktif Rumah Sehat Mandiri

Raya Jambangan 135-137 Surabaya, Jawa Timur

Rumah Sehat Mandiri melayani konsultasi dan penanganan kesehatan umum dan gigi, serta apotek untuk masyarakat sekitar.

## Wakaf Produktif Pesantren Kemandirian

Desa Jatibatur Gemolong Sragen, Jawa Tengah

Lahan wakaf di Sragen dikelola untuk pesantren, pertanian dan peternakan. Terdapat 1 gedung pesantren, 23 kolam lele dan 5 kandang ayam, 8000 log jamur, ratusan pohon jati diatas lahan 2 hektare.

## Wakaf Produktif Komplek Kampus Kemandirian

Jl. Sarirogo No.1, Sari Rogo, Sidoarjo, Jawa Timur

Sebuah Komplek pendidikan seluas 3,5 hektare yang dibangun dari hasil wakaf para donatur Yatim Mandiri. Berupa gedung SMP & SMA ICMBs, Gedung STAINIM, Asrama, Masjid, kantin serta lapangan olahraga



Mendapat pahala yang terus mengalir

Salurkan Wakaf Anda Melalui:

mandiri syah 700.1241.798

BCA 0883.996.621

BANK BRI 009601001969301

a.n. Yayasan Yatim Mandiri

Wakaf Center:  
0811 3155 001

www.wakafmandiri.org