

al falah ^{Malang}

Sahabat Keluarga Islami

KONSULTASI AGAMA

Harta Warisan yang Tidak Terwasiatkan

PARENTING

Pengasuhan ala Ibu Ekstrovert

BISNIS

Fokus di "Kamu"

SEMANGAT

GENERASI MILENIAL



MAJALAH
DONATUR
YDSF
MALANG

EDISI
JANUARI
2019

Jumlah Donatur
6723
siapa menyusul?

Tantangan Tata Kelola ZIS di Era 4.0

Oleh: Agung Wicaksono, ST
(Direktur YDSF Malang)

Arus globalisasi yang masuk ke Indonesia sudah tidak terbandung lagi. Perkembangan teknologi yang semakin canggih telah menggiring dunia untuk memasuki era Industri 4.0: sebuah masa yang mengedepankan ekonomi digital, kecerdasan buatan, robotika, *big data*, dan bentuk-bentuk teknologi mutakhir yang lain. Untuk menghadapi berbagai tantangan dalam fenomena yang dikenal dengan sebutan *disruptive innovation* ini, tata kelola zakat, infaq, dan shodaqoh dituntut untuk berubah, di antaranya dengan menghadirkan pola transaksi dan layanan yang lebih mudah.

Perkembangan teknologi juga telah menggulirkan sejumlah perubahan dalam dinamika hubungan antarmanusia di tengah kehidupan bermasyarakat. Perubahan dari sentuhan kulit dan tatap muka menuju sentuhan layar dan panggilan video, misalnya, telah menciptakan tren baru dalam cara berkomunikasi. Banyak perubahan yang harus kita sikapi dengan arif untuk menghasilkan hal-hal positif di zaman ini.

Dalam ranah tata kelola zakat, infaq, dan shodaqoh, hadirnya era Industri 4.0 harus ditindaklanjuti dengan cepat, karena lembaga amal zakat yang tidak mampu beradaptasi

akan terpinggirkan dengan sendirinya. Adaptasi itu perlu diwujudkan dengan membangun sebuah sistem informasi, transaksi, dan pelayanan yang lebih cepat dan lebih mudah diakses sehingga masyarakat memiliki banyak pilihan kemudahan untuk berdonasi. Dengan tata kelola semacam itu, kita bisa membayangkan betapa mudah masyarakat mengakses informasi yang dibutuhkan. Program-program dari sebuah lembaga amal zakat kelak harus bisa diakses hanya dengan mengoperasikan perangkat-perangkat pintar dari mana saja tanpa harus datang ke kantor lembaga tersebut.

Ambillah program beasiswa sebagai contoh. Bayangkan jika donatur, mitra lembaga, atau pihak-pihak lain yang berkepentingan dengan program tersebut bisa mengetahui perincian program, profil siswa penerima beasiswa dan keluarganya, prestasi yang diraih siswa tersebut, dan informasi lain yang relevan hanya dengan mengakses media sosial atau *platform* media digital lainnya. Setelah itu, mereka bisa berpindah ke fitur penghimpunan donasi yang menampilkan berbagai informasi tentang zakat, infaq, dan shodaqoh; persentase perolehan; atau layanan kemudahan transaksi. Tidak ketinggalan, tersedia pula fitur laporan yang akan memunculkan laporan pengelolaan dana seperti alokasi dana, beban operasional lembaga, biaya promosi, bahkan hasil audit terhadap lembaga tersebut.

Tahun 2019 akan menjadi momentum bagi YDSF Malang untuk segera melakukan pembenahan guna merespons hadirnya era baru di tengah masyarakat. Dengan mengusung tema "Great Impact", kami berharap akan lebih banyak program-program kemasyarakatan di bidang pendidikan, dakwah, masjid, yatim, dan sosial kemanusiaan yang memberikan dampak pemberdayaan. Selain itu, perbaikan sistem layanan, baik secara *online* maupun *offline*, juga akan menjadi fokus dalam upaya peningkatan kualitas pada tahun ini. *Wallahu a'lam bisshawab.*



Foto: Syf

- 4 bahasan utama
- 7 komentar donatur
- 8 sahabat alfalah
- 10 konsultasi kesehatan
- 12 konsultasi agama
- 13 gizi
- 14 konsultasi psikologi
- 16 sirah nabawi
- 18 kajian
- 21 kekinian
- 22 doa
- 24 parenting
- 26 program corner
- 28 pernik sedekah
- 29 potret donatur
- 30 tazkiyatun nafs
- 31 hadis
- 32 memasak
- 33 laporan keuangan
- 34 agenda
- 38 impresi
- 39 gemericik
- 40 bisnis
- 44 superkids



4 | BAHASAN UTAMA

Semangat Hijrah Generasi Milenial



10 | KONSULTASI AGAMA

Harta Warisan yang Tidak Terwasiatkan



24 | PARENTING

Pengasuhan ala Ibu Ekstrovert



40 | BISNIS

Fokus di “Kamu”

YDSF Malang, Lembaga Amil Zakat Nasional sesuai S.K Menteri Agama No.524 Tahun 2016, NPWP 02.807.974.7-623.000 | PEMBINA: ketua: Prof. dr. Moh Arief, M.PH, anggota: Prof. Mahmud Zaki, Msc, Dr. H. Ahmad Djalaluddin, Lc. MA, Drs. Dasuki, Drs. Hamid Syafei | PENGAWAS: ketua: Hanief Zam-zam, anggota: Muhammad Hadi, H. A. Farid Khamidi, Lc. | PENGURUS: ketua: Dr. Agus Chairul Anab, SpBs, sekretaris: Arief Prasoj, bendahara: H. Asmualik, ST. | PIMPINAN UMUM: Agung Wicaksono, ST., | PIMPINAN REDAKSI: Anggi, editor bahasa: Ahmad Husni, Anggi, staf wartawan & fotografer: Syifa, distribusi: Nur Hidayat, Hudi, Awaludin, Bagus, Ito, Igun, Sholeh A., layouter: Fiki, ilustrator: Syifa, Nugraha, Anggi, | PENERBIT: Yayasan Dana Sosial Al Falah Malang, alamat redaksi: Jl. Kahuripan 12 Malang, telp 0341-340327, 081333951332, fax 0341-340349, kantor kas Singosari: Jl. Kertanegara 1C Singosari Malang, telp 081259477026, email: ydsfmalang@yahoo.co.id, facebook: ydsf_malang, website: www.ydsf-malang.or.id.



Foto: Ustadz Aditya (Kang Aik)

Foto: Syf

Semangat Hijrah Generasi Milenial

Oleh: Ustadz Aditya (Kang Aik)
(Pembina Punk Muslim Surabaya,
Founder Better Youth Project &
Main ke Masjid)

Kata-kata hijrah saat ini sedang menjadi topik yang hangat dalam dunia anak muda milenial. Penggunaan kata 'hijrah' semakin marak di tahun 2016-an yang sering disandingkan dengan selebgram-selebgram saleh bersuara merdu. Kata ini seketika menjadi primadona, dipakai di mana-mana. Akun-akun Instagram dengan kata 'hijrah' bermunculan, hashtag-nya pun demikian.

Sebelum membahas lebih jauh, ada perlunya kita menyingkap hakikat hijrah itu sendiri. Secara definitif, konsep dan makna hijrah telah dikemukakan oleh berbagai pakar. Hijrah secara bahasa berarti, berpindah atau meninggalkan. Kemudian dalam konteks sirah nabawi, hijrah menggambarkan sebuah momen historis perpindahan (migrasi) kaum muhajirin dari Mekkah menuju Madinah. Sementara hijrah dalam konteks amalan perbuatan, ia dipahami sebagai proses perubahan sikap dan perilaku sang individu (dan kelompok) dari kebiasaan yang buruk menuju kebiasaan yang baik, dari awam nan fasik menjadi 'alim. Konkretnya adalah meninggalkan perkara kemaksiatan menuju perkara ketaatan disertai komitmen dalam diri untuk tidak kembali ke masa lalu yang kelam.

Pada dasarnya hijrah adalah tindakan yang mulia sebab individu hendak melepas segala perbuatan dosa yang selama ini telah membelenggu laku kehidupannya. Dan tentunya hakikat hijrah tidak berakhir manis di ujung lisan semata tetapi ia harus mampu diejawantahkan kedalam wujud tata laku yang mulia (*akhlakul kharimah*). Dengan kata lain, seorang individu yang telah berikrar untuk melakukan hijrah - baik busana maupun perilaku, maka harus siap menempuh jalan istiqomah.

Hijrah ala generasi milenial tak mengharuskan seseorang untuk meninggalkan suatu tempat. Alih-alih pindah, yang cukup dilakukan adalah mengubah sikap dan perilaku yang sesuai dengan tuntunan Islam. Generasi milineal yang berhijrah identik dengan perubahan yang signifikan terhadap cara berpakaian, yang dulunya memakai jeans dan pakaian ketat, kini berubah menjadi lebih syar'i, dengan kerudung panjang dan lebar menutupi dada dan baju yang longgar, bahkan bercadar. Laki-laki cenderung memanjangkan jenggot dan memendekkan celananya di atas mata kaki. Namun ada juga yang masih bertahan dengan stylenya yang mungkin lebih nyaman baginya, seperti anak bikers, anak skaters dan lain-lain.

Konten lain berupa kata-kata motivasi untuk memperbaiki diri agar jodohnya dipercepat, motivasi untuk menjauhkan diri dari pacaran, termasuk konten-konten yang menyerukan untuk melakukan nikah muda. Hijrahnya para artis-artis muda juga semakin meramaikan trend perubahan visi dan misi beragama para generasi milenial. Artis yang telah berhijrah kemudian menjadi salah satu motivasi para pemuda untuk semakin bersemangat dalam mengkaji agama. Bahkan tak jarang beberapa artis hijrah sudah menjadi pembicara dalam sebuah kajian yang temanya lebih sering ditujukan untuk para pemuda.

Namun ada juga beberapa kalangan yang ternyata proses hijrahnya cukup berbeda dengan pemuda umum biasa. Seperti yang diceritakan oleh ustadz Aditya atau lebih akrab dipanggil Kang Aik, da'i asal Surabaya ini. Kang Aik yang ternyata mantan anak punk yang telah

hijrah ini mengulik sisi kehidupan anak punk yang ternyata masih bisa untuk dimasuki untuk kemudian diajak untuk berhijrah.

"Saya mengambil contoh anak punk karena memang saya mantan anak punk," ungkapnya. Sudah 5 tahun lebih ia menjadi anak punk dengan segala aktifitasnya. Hingga Allah memberikannya hidayah dan memutuskan untuk meninggalkannya. Saat ini Kang Aik tengah membina komunitas yang khusus untuk anak punk yakni punk muslim Surabaya.

Menurut Kang Aik, cara mendakwahi anak-anak punk yang ingin hijrah sangat berbeda dengan pemuda milenial yang memang sudah terbiasa dengan suasana keagamaan. "Anak-anak punk kalau kajian, sifat brutal mereka masih melekat, sehingga kalau yang belum terbiasa kumpul, pasti akan kaget dengan bahasa-bahasa

kasar yang mereka gunakan," jelas Kang Aik.

Bahkan cara mendekati mereka pun tak bisa sembarangan. "Kita kalau datang ke mereka dengan pakaian koko atau jubah dengan peci yang terpasang, itu sudah membuat mereka menjaga jarak atau bahkan enggan untuk mendekat," ceritanya. Apalagi ketika akan mengajak ngobrol, mereka tidak bisa

langsung membahas tentang agama dengan berbagai dalil dan hadits yang bagi mereka masih sangat asing di telinga.

Ini hanya salah satu contoh bagaimana generasi milenial butuh metode dakwah yang bermacam-macam. "Dulu waktu saya baru mulai hijrah, sekitar tahun 2000-an, saya sangat kesulitan sekali mencari tempat atau agenda kajian," ujarinya. "Saya harus berkeliling dari satu masjid ke masjid yang lain untuk mencari info tentang jadwal kajian islam yang diselenggarakan," tambahanya.

Belum lagi ketika mengikuti kajian ustadz A dengan hukum-hukum yang disampaikannya, lalu dikemudian hari mengikuti kajian ustadz B yang ternyata berbeda dalam berpendapat. Hal ini biasa dijumpai pada tahun 2000an, dimana masih banyak ustadz-ustadz yang

"yang cukup dilakukan adalah mengubah sikap dan perilaku yang sesuai dengan tuntunan Islam."

► bahasan utama

saklek dengan pendapat yang mereka pegang. Namun hari ini, kajian-kajian sudah sangat berlimpah. "Buka instagram saja, kita tinggal sekrol itu sudah ada puluhan poster kajian yang siap untuk didatangi dengan ustadz-ustadz kekinian yang juga pandai memakai kata-kata dalam setiap ceramahnya," tuturnya.

Metode dakwah untuk generasi milenial hampir mirip dengan salah satu metode pendiri ikhwanul muslimin di Mesir yakni Imam Hasan Al Bana. Metode yang Al Bana lakukan cukup sederhana, yakni 'nongkrong' di kedai kopi di setiap penjuru Mesir. "Meskipun nongkrong, tetapi ada sebuah obrolan yang penuh makna dan berbobot yang ternyata digemari oleh para pengunjung kedai kopi," cerita dai yang juga pernah mendirikan Underground Tauhid ini.

Menurut kang Aik, kita harus bisa melihat islam secara utuh, dengan cara tidak hanya mengikuti kajian-kajian umum saja, akan tetapi juga ikut halaqah atau pertemuan rutin yang membahas lebih dalam tentang islam. "Kalau cuma ikut kajian saja, kita itu seperti orang buta yang memegang seekor gajah. Ada yang pegang belalainya, ada yang memegang kakinya, ada yang memegang ekornya sehingga mereka menyimpulkan bahwa gajah itu bentuknya ya seperti yang mereka pegang. Padahal itu hanya sebagian saja, belm utuh sepenuhnya," jelasnya.

Dua hal yang harus dipersiapkan ketika kita akan mendakwahi seseorang adalah: pertama, apa yang akan kita sampaikan dan yang kedua adalah bagaimana cara kita menyampaikan. "Apa yang akan kita sampaikan itu sangat berpengaruh dengan bagaimana respon mereka dengan setiap pembicaraan kita nantinya," ujarnya. Jika dari awal kita sudah menyampaikan hukum dan dalil yang ternyata itu langsung *men-judge* mereka, sudah bisa dipastikan dakwah kita takkan bisa diterima. "Jajaki dulu kebutuhan mereka itu apa. Bantu dulu selesaikan masalahnya. Jangan masuk ke pembahasan agama dulu," ujarnya memberi saran.

Kemudian bagaimana cara kita menyampaikan juga akan menentukan sikap mereka. "Tak perlu harus langsung ceramah, tapi ambil dahulu hati mereka. Anak muda itu mudah disentuh dengan argumentasi yang logis," kata Kang aik.

Ada beragam motivasi berhijrah. Umumnya dikarenakan kegagalan dalam percintaan, diputusi atau diselingkuhi oleh sang pacar sehingga merasa terluka dan mendekatkan diri kepada Allah, agar segera digantikan dengan jodoh baru yang lebih baik.



Foto: Syf

Ada pula yang memandang hijrah sebagai tren, sehingga untuk memperkukuh eksistensinya sebagai generasi kekinian yang islami, mereka juga ikut berhijrah. Namun, ada juga yang memang sungguh-sungguh dari awal ingin memperbaiki diri dikarenakan kesadaran dari dalam diri, bukan dipengaruhi oleh kegagalan percintaan di masa lalu atau ikut tren belaka.

Menyadari atensi generasi milenial yang baru berhijrah, media sosial akhirnya memanfaatkan kesempatan ini dengan menjadikan akun-akun yang beratmosfer hijrah, tidak hanya untuk memberikan tuntunan dan motivasi berhijrah yang benar, tetapi juga sebagai sarana untuk berjualan. Tak jarang, akun-akun hijrah tersebut mengunggah gambar produk seperti gamis syar'i, satu set kerudung dan cadar, kaos, serta buku.

Untuk meningkatkan daya tarik, biasanya produk tersebut dipromosikan (*endorse*) oleh selebgram yang juga melakukan hijrah yang sama. Mereka akhirnya memiliki ruang untuk menyalurkan hasrat belanja. Semakin kuatlah gaya busana khas para penghijrah yang modis nan syar'i. Begitulah, perkawinan antara agama dan komodifikasi tak bisa dinafikan sebagai alasan mengapa hijrah ala generasi milenial sangat digandrungi.

Akhirnya, hijrah generasi milenial tidak hanya memindahkan gaya hidup yang dulu ke gaya hidup yang sekarang (yang diyakini jauh lebih baik dan islami), tetapi juga bagian dari fenomena sosial untuk memperkuat identitas sebagai generasi *hitz zaman now* versi *syariah*.

Awali Hijrah Dari Bersedekah Rutin & Menutup Aurat

Nisa | Hijabber

"Dengan berhijrah inshaallah kita bisa menjadi pribadi yang lebih baik untuk orang sekitar sekaligus sebagai hamba Allah. Tujuan hidup setiap manusia tidak lain untuk beribadah kepada Allah Subhanahu wa Ta'ala dan mendapatkan ridhonya memasuki surga. Sehingga dengan berhijrah diharapkan diri kita dapat memperbaiki akhlak dan meningkatkan kualitas ibadah kita kepada Allah Ta'ala. Hijrah dapat dimulai dari hal kecil seperti bersedekah secara rutin, senantiasa bersegera mengerjakan sholat ketika adzan terdengar dan menutup aurat kita secara sempurna sesuai dengan ketentuan di dalam AL-Qur'an. Dan tidak lupa untuk selalu mencari ilmu agama melalui kajian-kajian Islam. Dengan hadir di majelis ilmu, kita akan mendapatkan ilmu yang bermanfaat berikut akan bertemu dengan saudara-saudara yang shalih dan shalihah."



Foto: Asn

Hijrah Agar Terus Lebih Baik dari Hari Kemarin

Guntur | Wiraswasta

"Kita harus berhijrah agar kita senantiasa menjadi orang yang lebih baik dari hari kemarin, karena jika tidak lebih baik dari hari kemarin, maka rugilah kita. Dengan berhijrah maka kita bisa merangkai kehidupan kita agar menjadi insan yang lebih dekat kepada Allah dengan terus mengkaji AL-Quran dan Hadits melalui berbagai kajian selanjutnya menerapkan dalam kehidupan sehari-hari."



Foto: Asn

Awali Memperbaiki Akhlak Pada Diri dan Keluarga

Totok Susilo | Swasta

"Berhijrah akan menjadikan diri kita lebih baik, dan salah satu cara berhijrah terutama untuk diri sendiri yaitu dengan cara memperbaiki akhlak agar menjadi lebih baik lagi. Ketika pelan namun pasti akhlak kita sudah bergerak menjadi lebih baik, tentu akan semakin mudah untuk membimbing sekaligus memberikan contoh kepada keluarga kita untuk berhijrah menjadi lebih baik juga."

Membiasakan Hal-hal Sunah untuk Memulai Perubahan

Ajjah | Ibu Rumah Tangga

"Berhijrah merupakan salah satu hal yang harus bisa kita kerjakan agar ada perubahan yang lebih baik di dalam hidup kita. Agar konsep hijrah bisa kita terapkan di dalam diri dan keluarga bisa kita awali dari mengerjakan hal-hal yang sunah untuk menjadi kebiasaan yang wajib dilakukan. Disamping itu kita juga harus senantiasa untuk terus memotivasi diri dan terus berkumpul serta berkomunikasi dengan orang-orang baik grub maupun komunitas yang selalu mengajak untuk mendekatkan diri kepada Allah."

Bersatunya Mantan Pekerja Lembaga Ribawi di Komunitas Xbank



Foto Dok. Pribadi

Bermula dari merasa adanya kesalahan setelah menjalankan hijrah selama 2 tahun, dimana pada 2 tahun awal hijrah itu hati tidak pernah merasa tenang, sampai pada saatnya Allah menghabiskan apa yang selama ini menjadi gantungan, usaha dibuat rugi, tabungan untuk biaya hidup dihabiskan oleh Allah. Moment inilah yang ternyata membawa kesadaran akan essensi hijrah yang sebenarnya.

Demikian pengalaman EL Candra yang mendasari terbentuknya konsep Komunitas XBank, pengalaman hijrah yang masih salah diatas sangat mungkin

dialami juga oleh rekan-rekan lain yang hijrah dari lembaga ribawi.

Dengan niat hanya karena ALLAH, konsep Komunitas XBank ini dibuat agar orang yang akan dan sudah hijrah tidak mengalami kesalahan dalam hijrahnya, menjadi tempat saling memotivasi, sharing pengalaman, belajar bersama, saling mendukung baik dalam usaha maupun diluar usaha, dan kegiatan lain yang bermanfaat untuk dunia dan akhirat.

Alhamdulillah dengan campur tangan ALLAH



Foto: Dok. Pribadi



Foto: Dok. Pribadi

ternyata minat orang untuk ikut dalam komunitas ini diluar dugaan. Lalu dilakukanlah pertemuan (Kopdar 1) yang dihadiri oleh EL Candra, Arfina Puspitasari, Yudha Adhyaksa, Firty Ferdiansyah, Daniel Adi, dan 2 orang yang lain di sebuah rumah makan.

Kopdar pertama itu untuk merumuskan arah kegiatan XBank dan rencana Kopdar ke 2, yang akhirnya pada 2017 saat bulan puasa, kopdar ke 2 pun bisa dilaksanakan sekaligus melakukan acara buka bersama dan jumlah yang hadir sudah semakin banyak termasuk salah satunya Nopan Nopiardi yang saat ini diamanahi sebagai Humas XBank Pusat.

Semakin hari semakin banyak ALLAH mendatangkan orang-orang yang ingin membantu XBank sampai pada akhirnya pada 15 Juli 2017, Komunitas XBank di Launching pertama kali, bertempat di gedung De' Halal Mart lantai 2, JL. Kaliurang km 9, Sleman, Jogjakarta dan dihadiri hampir 400 orang dari berbagai daerah.

Alhamdulillah sampai saat ini Komunitas XBank terus berkembang dengan jumlah anggota per posisi bulan Mei 2018 sudah sebanyak lebih dari 11.000 orang yang tersebar hampir di seluruh Indonesia. Komunitas ini membesar lewat 'gethok tular' mulut ke mulut, dilempar di sosial media dan group WA.

Di Malang Komunitas xbank baru saja terbentuk bulan lalu dengan anggota sekitar kurang lebih 50 orang dan akan terus bertambah. Karena sebelumnya, anggota xbank di Malang masih bergabung di komunitas Jawa Timur yang mencakup beberapa kota di Jawa Timur. Dibentuknya komunitas di wilayah Malang juga bertujuan agar para anggota yang berdomisili di Malang bisa lebih mudah dalam komunikasi dan melakukan pertemuan atau Kopdar.

Harapannya, XBank mampu mewujudkan misinya: menjadikan xbank jalan bagi anggotanya untuk semakin dekat kepada Allah subhanahu wata'ala. Tak hanya itu misi-misinya juga bisa terus berjalan: bersama-sama belajar mengenai Fiqih Muamalah, agar bisa terhindar sepenuhnya dari transaksi riba dan transaksi yang dilarang oleh Islam. Berusaha menerapkan kerjasama dan transaksi yang syar'i sesuai ajaran Islam. Serta Bersama-sama belajar dan berbagi peluang usaha dalam rangka kerjasama yang didasari rasa saling percaya.

► konsultasi kesehatan

Suatu ketika saya pernah mendapati info jikalau pembalut yang ada di pasaran saat ini mengandung banyak bahan kimia yang cenderung bisa membuat gangguan kesehatan reproduksi. Sehingga arah yang saya rasakan dari kesekian produk pembalut ini bisa jadi ada agenda untuk mengurangi angka kelahiran di Indonesia. Terlepas dari kebenaran info tersebut, yang ingin saya tanyakan adalah, jikalau memang pembalut yang ada saat ini memang bermasalah, adakah solusi lain sebagai pengganti pembalut Dok? Gg_Mlg.

Jawab:

Sebenarnya kita tidak perlu khawatir menggunakan pembalut yang ada di pasaran karena kementerian kesehatan telah menjamin bahwa pembalut yang beredar di Indonesia telah melalui standar produksi internasional. Akan tetapi, apabila ada menginginkan alternatif lain maka pengganti pembalut sekali pakai di bawah ini dapat dipertimbangkan.

Tampon, adalah pembalut berbentuk tabung (silinder) yang terbuat dari kapas lembut. Gunanya sama seperti pembalut, yaitu untuk menyerap aliran darah yang keluar saat sedang menstruasi. Bedanya, jika pembalut dipasang di permukaan celana dalam untuk menampung darah yang keluar, tampon justru dimasukkan ke dalam lubang vagina untuk "menyumbat" vagina sekaligus menyerap darah haid. Karena bentuk silindernya, tampon mudah dimasukkan ke dalam liang vagina. Pada ujung bentuk tampon, terdapat sebuah benang yang berguna sebagai penahan yang ditarik ketika tampon selesai digunakan. Sama seperti pembalut, tampon hanya untuk penggunaan sekali pakai.

Menstrual pad, berbentuk sama seperti pembalut wanita pada



Pengasuh Rubrik: dr. Nurul Wijiani

Kirimkan pertanyaan anda dengan format, ketik: jeniskonsultasi#nama

#umur#jeniskelamin#email#no.tlp#isi pertanyaan,

kirim ke: SMS/WA : 081 333 951 332, atau email: ydsfmalang@yahoo.co.id

Pilihan Pengganti Pembalut Saat Datang Bulan



Foto: Dok. Internet

umumnya namun dibuat dari bahan kain lembut dengan lapisan luar berbahan polyester sehingga tidak ada yang tembus dan biasanya dilengkapi dengan kancing sebagai pengganti lem supaya dapat dilekatkan pada celana dalam. Pembalut kain ini bisa dicuci dan dipakai berulang-ulang sehingga lebih ramah lingkungan. Namun harus lebih telaten saat pembersihannya karena harus dicuci dengan baik agar steril dari kuman.

Menstrual cup, atau yang biasa disebut cangkir menstruasi ini berbeda karena benda ini tidak menyerap darah, melainkan menampungnya. Cup ini berbentuk corong terbuat dari karet silikon. Pelek atau lingkaran-lingkaran dari cangkir yang menempel di dinding vagina bisa memberi sedikit tekanan yang mengurangi kram. Cara menggunakannya hampir serupa dengan tampon menstruasi yaitu dimasukkan ke liang vagina. Menstrual Cup dapat digunakan selama 8-10 jam. Setelah itu, menstrual cup harus dikeluarkan untuk membuang darah yang sudah tertampung dan selanjutnya dicuci dan diserilkan sebelum dipakai kembali. Semoga bermanfaat.

Virus Flu Lebih Kuat Saat Cuaca Dingin?



Foto: Asn

Saat ini musim hujan sudah datang, hampir sebagian besar keluarga saya mengalami flu. Ada yang berawal dari minum dingin, ada juga yang keujanan. Apakah faktor-faktor luar memang lebih dominan menjadikan seseorang terkena flu ya Dok? Apakah memang daya tahan tubuh saja yang sedang turun di momentum cuaca hujan? Lantas adakah salah satu cara agar tetap memiliki daya tahan kuat di kondisi cuaca yang terburuk sekalipun? Fk_Mlg.

Jawab:

Flu atau influenza adalah infeksi virus yang menyerang sistem pernapasan (sistem yang terdiri dari hidung, tenggorokan, dan paru-paru). Gejala-gejala yang mungkin dirasakan adalah demam, sakit kepala, batuk-batuk, pegal-pegal, nafsu makan menurun, dan sakit tenggorokan.

Masa inkubasi virus flu termasuk singkat. Gejala timbul dalam waktu 1-3 setelah pertama kali terinfeksi. Masa saat flu paling menular adalah di hari saat gejala mulai muncul hingga tiga atau tujuh hari berikutnya. Virus Flu menyebar melalui uap air udara pernapasan (batuk atau bersin), kontak kulit (jabat tangan atau pelukan), air liur (berciuman atau minuman bersama) dan kontak dengan permukaan yang terkontaminasi (selimut atau pegangan pintu).

Kejadian influenza meningkat di musim dingin atau penghujan karena orang berada dalam ruangan lebih sering pada musim dingin/hujan. Mereka berada dalam kontak dekat lebih sering, dan hal tersebut meningkatkan penularan dari orang-ke-orang. Faktor yang lain adalah suhu yang dingin menyebabkan udara lebih dingin, yang dapat mengeringkan mukus/lendir, mencegah tubuh untuk mengusir partikel virus secara efektif. Di samping itu, penurunan kadar vitamin D akibat berkurangnya sinar matahari di musim penghujan/dingin juga turut mempengaruhi pola musiman ini. Yang dapat kita lakukan untuk meningkatkan kekebalan tubuh agar tidak mudah terkena atau tertular influenza, antara lain:

- Mencuci tangan sebelum dan sesudah makan
- Konsumsi makanan yang sehat dan bergizi
- Cukupi kebutuhan air putih
- Istirahat cukup
- Hindari stress dan kelelahan
- Hindari rokok dan konsumsi alkohol
- Olahraga teratur
- Konsumsi vitamin dan mineral penting untuk meningkatkan daya tahan tubuh
- Melakukan vaksinasi influenza

Semoga bermanfaat.

► konsultasi agama

Saya memiliki nenek yang telah meninggal. Selama hidup nenek saya selalu mengirimkan semua uang hasil usahanya ke saya untuk ditabung. Sebelum nenek meninggal, tidak ada pesan khusus perihal tabungannya. Nenek hanya memiliki anak yakni ibu saya saja. Uang nenek insyaallah saya sedekahkan sebagai amal jariyah dan untuk badal haji nenek tahun depan. Pertanyaannya, sementara tabungan nenek masih ada, jika digunakan untuk daftar haji ibu dan bapak saya, apakah diperbolehkan? Wd_Malang.

Jawab:

Tabungan nenek, setelah beliau wafat, menjadi harta waris. Ketika nenek tidak punya tanggungan apapun (misal hutang), juga tidak pernah berwasiat, maka harta itu murni sebagai warisan. Siapakah ahli warisnya?

Pertama, apakah nenek tidak punya saudara lelaki atau perempuan? Karena nenek hanya memiliki satu anak perempuan (ibu anda), maka saudara nenek, bila ada, termasuk mendapat jatah waris. Kedua, bila nenek tidak memiliki saudara, maka ahli waris hanya satu orang putrinya itu (ibu anda). Dan cara membaginya:

a) putri nenek yang satu orang itu (ibu anda), mendapat bagian separo berdasar ayat An Nisa': 11, "Jika dia (anak perempuan) itu seorang saja, maka dia memperoleh setengah (harta yang ditinggalkan)".

b) adapun sisanya (separo), menurut ulama Malikiyah dan Syafiiyah -rahimahumullah- diberikan kepada putri satu-satunya itu (ibu anda), yang dalam ilmu waris disebut radd. Dengan demikian seluruh tabungan nenek menjadi milik ibu anda.

Setelah kepemilikan harta (tabungan nenek) beralih kepada ibu, maka anda tidak bisa mentasharruf

Harta Warisan yang Tidak Terwasiatkan



Pengasuh Rubrik: Dr. H. Ahmad Djalaluddin, Lc. MA

Kirimkan pertanyaan anda dengan format, ketik: jeniskonsultasi#nama #umur#jeniskelamin#email#no.tlp#isi pertanyaan,

kirim ke: SMS/WA : 081 333 951 332, atau email: ydsfmalang@yahoo.co.id



Foto: Asn

(menggunakan, mengalokasikan) tabungan itu tanpa sepengetahuan dan persetujuan ibu, karena beliau adalah pemiliknya.

Bila anda ingin niatan-niatan yang di atas ditunaikan, maka anda perlu meyakinkan ibu untuk menggunakan tabungan nenek itu untuk hal-hal yang maksud dalam pertanyaan di atas.

a) Yakinkan ibu bahwa sangat perlu mengeluarkan shadaqah jariyah atas nama almarhumah nenek, sebagaimana disebutkan dalam hadits yang diriwayatkan oleh Imam al Bukhari dan Imam Muslim, bahwa shadaqah atas nama orang yang meninggal diperbolehkan dan pahala akan dinikmatinya.

b) Yakinkan ibu untuk mengalokasikan dari tabungan nenek yang diwarisinya untuk menghajikan nenek. Karena dalam hadits yang diriwayatkan oleh Imam Muslim dan Imam Turmuzi Rasulullah -shallallahu 'alaihi wa sallam -mengizinkan seseorang menghajikan ibunya yang sudah wafat.

Para ulama yang mulia seperti Imam Nawawi, Ibnu Qudamah, Ibnu Taimiyah -rahimahumullah- juga menyatakan amalan-amalan itu bila diniatkan untuk yang sudah meninggal akan memberi manfaat dan pahalanya diterimakan untuk si mayit.

Demikian pula bila digunakan untuk pendaftaran haji ibu dan bapak, maka sampaikanlah kepada ibu anda, karena hakikatnya uang itu adalah milik ibu. Wallahu a'lam bisshawab.

Gizi Calon Pengantin



oleh:
Ayuningtyas Dian
Ariestingih, S.Gz., M.P.

Pernikahan merupakan moment yang spesial dalam kehidupan. Banyak hal yang harus dipersiapkan menjelang hari bahagia tersebut, mulai dari persyaratan administrasi pendaftaran di KUA, tamu yang akan diundang, konsep syukuran pernikahan hingga menu spesial yang akan disajikan. Namun ada satu hal penting yang sering terlewatkan yaitu kesiapan gizi calon pengantin. Pemerintah memiliki program untuk menjembatani hal tersebut yaitu kelas pranikah untuk para calon pengantin. Ketika proses pendaftaran pernikahan ke KUA, calon pengantin akan diberikan pengarahan terkait dengan hak dan kewajiban menjadi suami atau istri, program kesehatan seperti vaksinasi yang harus dilengkapi, dan kesehatan reproduksi termasuk pentingnya gizi bagi calon pengantin.

Gizi bagi calon pengantin atau dikenal dengan gizi prakonsepsi merupakan pengaturan gizi sebelum terjadinya pembuahan (konsepsi) yaitu bertemunya sel telur dan sperma. Kesehatan yang baik pada masa prakonsepsi secara tidak langsung berkontribusi mewujudkan generasi emas. Beberapa hal yang perlu diperhatikan pada masa prakonsepsi diantaranya:

Status Gizi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kondisi obesitas maupun gizi kurang sebelum kehamilan berhubungan dengan risiko terjadinya gangguan selama kehamilan. Salah satu indikator untuk menentukan status gizi adalah indeks massa tubuh (IMT). Adapun rumus untuk menghitung IMT adalah:

$$\text{IMT} = \frac{\text{BB (kg)}}{\text{BB (kg)}^2}$$

Hasil perhitungan IMT tersebut dapat dibandingkan dengan klasifikasi status gizi orang Asia-Pasifik yang dikelompokkan menjadi:

Klasifikasi	IMT (kg/m ²)
Gizi Kurang	< 18,5
Normal	18,5-22,9
Gizi Lebih	23-24,9
Obesitas I	25-29,9
Obesitas II	≥ 30

Asam Folat. Asam folat dapat membantu perkembangan dan pembentukan tabung syaraf serta mencegah terjadinya anemia. Asupan harian asam folat bagi perempuan di masa prakonsepsi direkomendasikan sebesar 400 mcg/hari. Asam folat dapat diperoleh dari sayuran hijau, biji-bijian, brokoli, alpukat, okra, dan jeruk.

Vitamin A. Vitamin A membantu fungsi penglihatan, perkembangan organ, dan daya tahan tubuh. Rekomendasi vitamin A untuk perempuan di masa prakonsepsi sebesar 700 mcg/hari. Sumber vitamin A misalnya sayuran berwarna oranye dan kuning, telur, produk susu, dan ikan.

Zat Besi. Rekomendasi zat besi untuk perempuan di masa prakonsepsi sebesar 15-18 mg/hari untuk membantu pembentukan hemoglobin dan mencegah anemia. Bahan makanan sumber zat besi adalah kacang hijau, sayuran hijau, ikan, telur, ayam, dan daging sapi.

Seng. Seng membantu fungsi imun tubuh dan kesehatan reproduksi agar optimal. Perempuan di masa prakonsepsi direkomendasikan untuk mengonsumsi seng sebesar 8-9 mg/hari. Seng bisa didapatkan dari kacang-kacangan, biji bunga matahari, bayam hijau, keju, udang, dan ayam.

Calon pengantin perlu menerapkan pola makan seimbang dan pola hidup sehat untuk mencapai status gizi yang optimal. Pola makan seimbang dapat dilakukan dengan cara mengonsumsi aneka ragam makanan sehat dengan jumlah cukup. Suplemen multivitamin dapat digunakan hanya jika perlu saja. Pola hidup sehat dapat dilakukan dengan menghindari kebiasaan merokok, konsumsi alkohol serta obat penenang sebelum konsepsi. Selain itu, kontrol kesehatan berkala dan konseling dengan tenaga kesehatan profesional terkait gizi prakonsepsi dapat dilakukan calon pengantin.

*Dikutip dari berbagai sumber

Agar Kemampuan Berfikir Orang Tua Terus Terjaga



Pengasuh Rubrik: Nurul Firdausi, M. Psi, Psikolog

Kirimkan pertanyaan anda dengan format, ketik: [jeniskonsultasi#nama](#)

[#umur#jeniskelamin#email#no.tlp#isi pertanyaan](#),

kirim ke: SMS/WA : 081 333 951 332, atau email: ydsfmalang@yahoo.co.id



Foto: Dok. Lembaga

Assalaamu'alaikum. Saat ini begitu banyak aplikasi online yang bisa digunakan oleh semua kalangan baik anak-anak hingga orang tua. Ada kalanya orang yang sudah sangat tua pun bisa mengoperasikan aplikasi online ojek misalnya, namun ada pula orang tua lain yang sangat tidak faham mekanisme kerjanya. Pertanyaan saya, apakah memang ada perbedaan tumbuh kembang berfikirnya seorang yang sudah tua jika digunakan untuk berfikir dan bekerja, dibandingkan dengan yang kurang? Dan bagaimanakah cara membangun dan meningkatkan daya fikir untuk orang yang sudah tua agar terus berkembang daya fikirnya dok? Terima kasih. Hk_Mlg.

Jawab:

Wa'alaiakumsalam.. Penurunan fungsi kognitif merupakan keadaan yang sering dialami oleh lansia. Kemampuan kognitif berubah bersamaan dengan proses penuaan namun perubahan tersebut tidak seragam. Proses penuaan yang dialami mengakibatkan terjadinya perubahan pada beberapa sistem fisiologis tubuh, salah satunya sistem saraf. Perubahan tersebut menyebabkan penurunan fungsi kerja otak / fungsi kognitif. Saat mulai memasuki usia lanjut, ada beberapa yang tetap produktif dan masih bekerja. Namun ada beberapa yang memilih pensiun dan mengurangi aktivitasnya. Hal ini tentunya berpengaruh terhadap kinerja otak. Otak yang tetap aktif dan melakukan hal positif dapat menahan penurunan fungsi otak. Selain itu ada beberapa hal yang bisa dilakukan untuk mempertahankan fungsi kognitif pada lansia, diantaranya dengan kebiasaan membaca, main teka-teki, belajar bahasa, olahraga, serta tidur yang berkualitas.

Cara Menghadapi Bulliyning



Foto: Asn

Assalamualaikum. Saya seorang pelajar sekolah menengah di salah satu sekolah di kota Malang. Sudah menjadi sebuah kewajaran bagi saya dan siswa yang lainnya untuk saling berteman dan berinteraksi. Dari situ munculah canda tawa, namun tidak jarang pula muncul bulliyning. Bagaimana cara menghadapi teman yang suka membully secara verbal? Karena tidak semua orang bisa mencerna bully tersebut sebagai candaan atau serius. Terima kasih. Jb_Mlg

Jawab:

Wa'alaikumsalam sdr. Jb di Malang. Bulliyning merupakan permasalahan yang sering dialami anak usia sekolah. Bulliyning dapat secara verbal, fisik maupun psikis. Cara yang bisa dilakukan dalam menghadapi bulliyning, yaitu : (1) Tetap tenang, jangan memberikan reaksi marah atau sikap terganggu atas apa yang dikatakan (2) Apabila situasi memungkinkan, bicara secara asertif dengan tanpa amarah mengatakan bahwa perilakunya itu tidak benar, (3) Ceritakan pada orangtua atau guru, supaya dapat memberikan penyelesaian atas perilaku bulliyning tersebut karena rantai bulliyning harus diputuskan, (4) Kembangkan dan fokus pada bakat serta hal positif yang dimiliki. Semoga bisa membantu.

Agar Hijrah Tak Salah Arah

Seluruh perbekalan telah diangkut, bersama anaknya, Salamah, ia menaiki unta sementara sang suami, Abu Salamah, menuntun unta itu menuju Madinah. Ia adalah Ummu Salamah, Hindun binti Abi Umayyah bin al-Mughirah.

Keluarga Salamah mempunyai kedudukan mulia dan terhormat di Mekah, dan Islam telah membentuk mereka menjadi sosok-sosok militan dalam memperjuangkan kebenaran, penuh semangat bersegera memenuhi perintah Allah dan Rasul-Nya. Itulah yang terjadi saat Rasulullah memerintahkan kaum Muslimin hijrah ke Madinah, tak ada enggan menghalangi mereka menyambut seruan Kekasih Allah.

Tak lama keluar dari Mekah, mereka bertemu dengan keluarga Ummu Salamah. Mereka mencegat keluarga kecil itu, mempersilahkan Abu salamah pergi, namun istri dan anaknya mereka tahan untuk dibawa kembali ke Mekah. Apalah daya ia seorang diri melawan sekian banyak orang mempertahankan istri dan anaknya, onta yang dinaiki istri dan anaknya berhasil dikuasai oleh Bani Al Mughirah. Berat hati meninggalkan anak istri Abu Salamah mantapkan langkah ke bumi hijrah, Madinah.

Keluarga Abu Salamah, Bani 'Abdil Asad tidak bisa terima kerabat mereka diperlakukan demikian. Didatangilah keluarga Ummu Salamah, mereka ambil anaknya untuk dibawa tinggal bersama keluarga ayahnya (Abu salamah).

Setelah peristiwa itu, setiap hari Ummu Salamah mendatangi al-Abthah, tempat ia dan suaminya dipisahkan paksa. Di tempat itu, ia hanya menangis seharian, menjelang malam barulah pulang. Seorang wanita seorang diri terpisah dari suami dan anaknya, bahkan ia tak tahu bagaimana keadaan sang suami sekarang, beruntunglah iman islam menjadikannya tegar. Hingga suatu saat, setahun setelah perpisahan,



seorang kerabat merasa iba dan berkata kepada Bani al-Mughirah: "Tidakkah kalian merasa kasihan kepada wanita ini? Kalian telah memisahkannya dengan anak dan suami yang dicintainya.

Apa kabar Abu Salamah? Sudah tentu kesedihan sama ia rasakan. Kehampaan seorang diri di negeri asing, jauh dari kehangatan keluarga yang selama ini dirasanya di Mekah, tetapi hijrah tetap harus dijalani, demi menyelamatkan dan melindungi keimanan dalam diri. Itulah semangatnya, semangat hijrah.

Ibnul Qayyim menjelaskan bahwa hijrah itu ada dua: pertama hijrah secara fisik dari suatu negeri ke negeri lain. Sedangkan yang kedua adalah hijrah dengan hati menuju Allah dan Rasul-Nya. Inilah hijrah hakiki dan merupakan pondasi semua amalan hijrah. Hijrah fisik hendaknya dilandasi dengan hijrah hati. Maka Muhajir adalah orang yang berhijrah dari kecintaannya kepada selain Allah menuju kecintaan kepada-Nya, dari ketergantungan kepada selain-Nya menuju kepada-Nya, dari berharap kepada selain-Nya menuju kepada-



Foto: Pexels

Nya dan dari penghambaan kepada selain Dia menjadi penghambaan hanya kepada-Nya.

Setelah keluarganya mengijinkan, Ummu Salamah mendatangi Bani 'Abdil Asad meminta anaknya untuk dibawa menyusul sang suami hijrah. Berangkatlah ibu dan anak menuju Madinah, sebuah tempat 500 kilometer jauhnya dari Mekah terpisahkan gurun pasir dan gunung berbatu, dibawah terik mentari pula, dan satu lagi: tanpa mengetahui jalur atau rute yang harus dilalui.

Sampai di daerah at-Tan'im, Ummu Salamah bertemu dengan Utsman bin Thalhah bin Abu Thalhah. Ia bertanya, "Hendak kemanakah engkau wahai putri Abu Umayyah?"

Ummu Salamah menjawab, "Aku ingin menyusul suamiku di Madinah".

"Tidak adakah yang menyertaimu?" bertanya lagi Utsman.

"Demi Allah tidak ada kecuali Allah dan anakku ini".

Dari Tan'im Utsman bin Thalhah mengantarkan Ummu Salamah ke Madinah. Tentang akhlaq Utsman bin Thalhah, biarlah Ummu salamah sendiri yang melukiskan...

"Demi Allah Tidak pernah aku berjalan bersama seorang lelaki Arab yang lebih memuliakanku dibanding yang dia lakukan. Apabila sampai di satu tempat untuk istirahat, ia menjauh dariku hingga aku turun dari untaku. Kemudian barulah ia menghela untaku dan mengikatnya di pohon, kemudian ia menjauh ke arah satu pohon dan tidur di bawahnya. Apabila tiba waktu berangkat, ia bersegera menuju untaku dan menuntunnya kepadaku dan ia menjauh sambil berkata: Naiklah! Apabila aku telah naik dan sudah berada diatas unta, maka ia datang mengambil tali kendalinya dan menuntunnya hingga turun istirahat di satu tempat yang lain. Ia melakukan hal demikian terus-menerus hingga sampai di Madinah. Saat Utsman melihat perkampungan Bani Amr bin Aud di Quba, dia berkata, "Suamimu berada di kampung itu. Masuklah dengan barakah dari Allah!" Kemudian Utsman bin Thalhah pun kembali ke Mekah.

Awal milenium ini kita bergembira dengan berbondong-bondongnya para pemuda kembali ke pelukan Islam. Diantara mereka yang berhijrah mulai dari pelajar, mahasiswa, seniman bahkan preman. Namun jangan sampai dalam perjalanan hijrah itu kita terjebak rute-rute palsu yang dibuat setan untuk menyesatkan. Sekadar sibuk memoles penampilan lahiriah semata misalnya, atau merasa cukup dengan ilmu yang didapat dari satu sumber saja tanpa mau mempelajari sumber lain diluar kelompok/organisasi/komunitasnya. Lebih parah lagi adalah ketika kita tersasar bahkan sebelum memulai hijrah itu sendiri seperti terjadi pada seorang lelaki, sebut saja ia 'Muhajir Ummu Qais'

"Sesungguhnya setiap perbuatan itu tergantung niatnya, dan seseorang hanya mendapatkan sesuai niatnya. Siapa yang hijrahnya kepada Allah dan Rasul-Nya, maka hijrahnya kepada Allah dan Rasul-Nya. Dan siapa yang hijrahnya karena dunia atau karena wanita yang ingin dinikahinya, maka hijrahnya itu sesuai ke mana ia hijrah." (H.R. Bukhari, Muslim, dan empat Imam hadits)

Adalah Ummu Qais, seorang wanita cantik dari Mekah yang menolak lamaran seorang lelaki. Ketika datang perintah hijrah, Ummu Qais berangkat ke Madinah. Mengetahui hal tersebut, si lelaki ikut berhijrah.

Berkata Imam Nawawi. "Ia tidak menghendaki ridha Allah dengan hijrahnya itu. Ia hanya berhijrah supaya bisa menikah dengan seorang wanita bernama Ummu Qais. Sehingga ia dijuluki dengan Muhajir Ummu Qais.

Dzikrullah

Setelah berbicara tentang berbagai macam racun hati, sekarang saya akan membahas berbagai macam obatnya, yang semuanya berjumlah tiga belas perkara. Obat hati adalah perkara-perkara yang bisa menjaga hati kita tetap hidup dan sehat, berlawanan dengan racun hati yang justru membuat hati kita menjadi sakit dan bahkan mati. Dalam beberapa tulisan saya kedepan, insyaallah saya akan mengupas berbagai macam obat hati ini satu demi satu.

Obat hati yang pertama adalah dzikrullah, yakni senantiasa berdzikir dan mengingat-Nya. Syaikhul Islam Ibnu Taimiyah menggambarkan dzikir bagi manusia seperti air bagi ikan. Apakah yang akan terjadi bila seekor ikan dikeluarkan dan dipisahkan dari air? Tentu ia akan menggelepar dan akhirnya mati. Demikian pula dzikir merupakan kebutuhan yang niscaya bagi setiap manusia. Tanpa dzikir, hati manusia akan menjadi keras dan akhirnya mati.

Karena sedemikian pentingnya dzikir ini, Al-Qur'an dalam banyak ayat-ayatnya senantiasa memerintahkan kita untuk gemar berdzikir. Demikian pula Rasulullah shallallahu 'alaihi wasallam telah memberikan kepada kita tuntunan dzikir dalam hampir semua perbuatan dan muamalah kita, mulai dari bangun tidur sampai tidur lagi. Mau makan ada dzikirnya, demikian pula selesai makan. Masuk dan keluar kamar kecil, masuk dan keluar rumah, memakai dan melepas pakaian, berangkat dan pulang dari bepergian, serta hampir semua gerak hidup kita, telah ada tuntunan dzikirnya.

Mengenai manfaat dzikir, Imam Ibnu Qayyim menulis dalam kitabnya Al-Waabil Ash-Shayyib: "Dzikir itu menguatkan hati dan ruh. Jika dzikir hilang dari diri seseorang maka hilanglah pula kekuatan hati orang tersebut. Diantara manfaat dzikir adalah: 1) mengusir dan menghancurkan syetan, 2) menjadikan pelakunya diridhai oleh Allah, 3) menghilangkan kegundahan dan kegelisahan, 4) mendatangkan kebahagiaan, ketenangan, ketenteraman dan kegembiraan, 5) membuat hati dan wajah pelakunya menjadi terang dan bersinar, 6) pelakunya akan dikaruniai kewibawaan dan kesumringahan, 7) pelakunya akan mendapatkan kecintaan Allah, 8) pelakunya akan senantiasa berada dalam pengawasan Allah, sebagaimana firman-Nya "Ingatlah Aku maka Aku akan mengingatmu." Betapa banyaknya manfaat dzikir!

Rasulullah sendiri, dalam hadits-hadits beliau, banyak menerangkan tentang berbagai manfaat dzikir yang tiada terkira. Salah satu contohnya adalah sabda beliau dalam hadits Abu Hurairah ra yang diriwayatkan oleh Imam Bukhari dan Imam Muslim dalam Ash-Shahih. Rasulullah bersabda, "Jika seseorang membaca 'Laa ilaha illallahu wahdahu, laa syariika lahu, lahul mulku walahul hamdu wa huwa 'ala kulli syai-in qadiir' pada suatu hari sebanyak seratus kali, maka ia bagaikan telah memerdekakan sepuluh budak, akan dicatat untuknya seratus kebaikan, akan dihapus darinya seratus kesalahan, ia akan terbebas dari gangguan syetan pada hari itu sampai dengan sore hari, dan tidak ada yang lebih utama dari yang ia baca kecuali orang yang



membaca lebih banyak darinya."

Contoh yang lainnya adalah sabda Rasulullah dalam hadits Jabir ra yang diriwayatkan oleh Imam At-Turmudzi dan beliau katakan sebagai hadits hasan shahih. Rasulullah bersabda, "Bahkan seseorang yang membaca 'Subhanallah wa bihamdih' saja akan ditanamkan untuknya satu pohon kurma di Surga." Kalau seseorang sudah punya pohon kurma di Surga insyaallah ia pun akan diberi tiket masuk Surga untuk menikmati pohonnya tersebut. Jika tidak begitu, lalu untuk siapa pohon kurmanya? Subhanallah, dzikir yang amat singkat pun ternyata memiliki keutamaan dan manfaat yang sangat besar!

Abdullah bin Mas'ud ra, salah seorang sahabat Nabi, berkata, "Aku lebih menyukai bertasbih kepada Allah dengan memuji-mujinya daripada berinfak beberapa dinar di jalan Allah." Inilah pengakuan seorang Abdullah bin Mas'ud yang bahkan dikenal suka berderma dan berinfak di jalan Allah.

Hasan Al-Bashri, salah seorang tabi'in, pernah menerima keluhan kesah dari seseorang. Orang itu berkata, "Aku mengeluhkan kerasnya hatiku." Maka Hasan Al-Bashri pun berkata, "Lembutkanlah ia dengan dzikir." Mengenai cerita ini, Maqbul berkomentar, "Dzikrullah adalah obat, sedangkan dzikrunnas (banyak memperbincangkan dan menyebutkan manusia seperti ghibah, namimah, dan sebagainya) adalah penyakit."

Sebagai bagian akhir tulisan ini, saya ingin menyebutkan sabda Rasulullah mengenai betapa pentingnya dzikir itu. Beliau bersabda, "Perumpamaan orang yang berdzikir dan orang yang tidak berdzikir adalah seperti orang hidup dan orang mati." (HR Bukhari dari Abu Musa Al-Asy'ari). Dalam kesempatan yang lain, seseorang bertanya kepada beliau, "Wahai Rasulullah, pintu-pintu kebaikan itu banyak. Aku tidak mampu melakukan semuanya. Karena itu sampaikanlah untukku apa saja yang engkau sukai asal tidak banyak-banyak karena aku khawatir akan lupa dan tidak bisa ajeg." Beliau menjawab, "Hendaknya lidahmu senantiasa basah dengan dzikrullah." (HR At-Turmudzi dari Abdullah bin Busyrun).



Sedekah Menghapus Dosa

"Sedekah itu dapat menghapus dosa sebagaimana air memadamkan api"
(HR. At-Tirmidzi).

Ajak saudara kita rame-rame bersedekah melalui YDSF MALANG



YAYASAN DANA SOSIAL ALFALAH

Jl. Kahuripan 12 Malang, Telp.(0341)340327/081333951332 Fax (0341) 340349
email: ydsfmalang@yahoo.co.id; http://www.ydsf-malang.or.id

FORMULIR DONATUR BARU

*) No Kwsn					
Kodep		/		Kodej	

Bismillahirrahmanirrahim, kami yang bertanda tangan di bawah ini

Nama Lengkap _____ TTL: _____ L/P _____

Profesi _____

Instansi _____

Alamat Ambil _____ Kec. _____

Telp/HP _____

Dengan ini bermaksud menyalurkan dana Infaq/Shodaqoh Zakat Permata Yatim _____

Jumlah: Rp. _____ Terbilang _____

Cara pembayaran melalui:

Ke Rekening YDSF di bank : _____

Diantar langsung

Diambil petugas setiap tanggal: 1-10 11-20 21-31

Tanggal		/		/			
Donatur,							
(_____)							

DATA DI ATAS HARAP DIISI LENGKAP

*) diisi oleh Petugas

mau pasang iklan?
di Majalah Al-Falah!

Letak Iklan / Ukuran Iklan	1 Halaman (21x28cm)	1/2 halaman (21x14cm)	1/4 halaman (10,5x14cm)
Halaman 51 (kertas eksklusif)	Rp1.000.000 /bln	Rp800.000 /bln	Rp600.000 /bln
Selain Hal.51 (kertas biasa)	Rp800.000 /bln	Rp600.000 /bln	Rp400.000 /bln

----- Diskon 10% untuk pemasangan iklan selama 3 bulan -----



Pemesanan YDSF Malang Jl. Kahuripan 12 Malang
Telp. 0341-340327 / 0813-3395-1332



Foto: Asn

Body Shaming

Penulis: Iden

Lama tak bersua, si A-pun menyapa "Gemukan Lya sekarang?" Sama seperti si B yang bertahun-tahun kemudian bertemu dengan kawan lamanya, "Dari dulu *kok segini-segini aja*, berdiri *dong*, jangan jongkok *melulu!*"

Masih ingat, siapa teman yang kita panggil dengan ciri fisiknya, misalnya si keriting, si cungring, si gendut, si botak, si *item*, atau si pendek? Mungkin memang tak ada maksud buruk dibalik nama panggilan akrab seperti itu, sebagaimana pula memang kita benar-benar harus tahu berapa kilogram tambahan berat badan seseorang.

Tapi apa setiap kita meminta untuk memiliki rambut yang keriting dan metabolisme badan yang cenderung menyimpan lemak? Bukankah kita terlahir dengan pemberian yang sudah seperti sekarang ini adanya? Lebih jauh lagi, jika panggilan fisik tersebut dimaksudkan untuk mengina, sebenarnya siapa yang tengah kita hina?

Sebagai manusia, kita diciptakan dalam bentuk yang sebaik-baiknya. Apa hak kita mengomentari bentuk orang lain? Bagaimana bisa perilaku kita sebagai Muslim, yang dituntun oleh sosok terbaik yang tak suka berkata keji dan berteriak-teriak, tidak lebih bagus dibanding mereka yang menghasilkan frasa *body shaming*?

Bahkan sebenarnya, kita punya tuntunan yang jauh lebih baik: untuk memanggil dengan nama yang baik, untuk tak menjadikan fisik sebagai faktor penilaian, untuk tak merasa lebih baik dari orang lain. Bukankah kedua betis Ibnu Mas'ud yang kecil memiliki timbangan yang lebih berat daripada Uhud? Bukankah ucapan tentang tinggi badan Shafiyah, ketika dicampur dengan air laut niscaya akan mengubahnya (karena begitu bau dan kotorinya)?

Kitapun telah diingatkan dalam Al Hujurat: 11 untuk tidak mengolok-olok dan memanggil orang lain dengan gelar yang buruk. Bukankah seharusnya ini cukup untuk menghentikan kita dari melakukan *body shaming*?

Bukan, kita bukan mengadopsi kultur atau hukum dari belahan dunia lain. Akan tetapi, kitalah yang telah mengabaikan dan membuang sebuah tuntunan yang mulia.

Jadi, seberapa *kaffahnyakah* kita sebagai Muslim? Bukankah wujud *hijrah* tak cukup hanya pada tampilan pakaian yang kita kenakan? Dan lagi, setelah itu, bagaimana sikap *iffah* kita – termasuk dalam mengomentari keadaan fisik orang lain?

Doa Mohon Petunjuk, Ketaqwaan, Iffah dan Kekayaan

اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الْهُدَىٰ وَالتَّقَىٰ وَالْعَفَافَ وَالْغِنَىٰ

Allaahumma innii as-alukal huda wa tuqaa wal 'afaafa wal ghinaa.

(Ya Allah, aku memohon kepada-Mu petunjuk, ketaqwaan, keterjagaan, dan kekayaan)

(HR. Muslim no. 2721, At Tirmidzi no. 3489, Ibnu Majah no. 3105, Ibnu Hibban no. 900 dan yang lainnya)

4 hal yang diminta dalam doa ini: **Al Huda**, yaitu petunjuk yang sempurna dari Allah untuk menjalani jalan yang lurus. **At Tuqaa**, yaitu ketaqwaan yang menyeluruh dalam semua hal, dalam menjalankan perintah agama dan menjauhi yang dilarang dalam agama. **Al 'Afaaf**, yaitu keterjagaan dari melakukan hal-hal yang dilarang oleh agama dan hal-hal yang tidak halal, sehingga hati dan jiwa kita menjadi shalih. **Al Ghina**, yaitu kekayaan hati, sehingga tidak merasa bergantung dan terlalu mengharap apa yang ada di tangan manusia, melainkan bergantung dan berharap pada apa yang ada di tangan Allah. muslimah.or.id

Foto: Awie



Back to School

Melalui Program Back to School Anda telah mengukir senyum kebahagiaan mereka

Paket Back to School : **Rp. 150.000**

Buku Tulis Kotak Pensil

Tas Sekolah Bolpoin, Pensil Penghapus

Cara Mudah Layanan Donasi

1. Jemput Donasi Hub: 0341-340327

2. Transfer: BNI Syariah 5757585855

BCA 0113217771 a.n YDSF Malang

Kontemasi bukti transfer ke WA/SMS 081333951332



Kantor Pusat: Jl. Kahuripan 12 Malang
Kantor Singosari: Jl. Kertanegara 1C

Informasi lebih lanjut:
Telp: 340327 | HP: 081333951332



TABUNGAN-QU

TABUNGAN QURBAN TERBAIK KU

MANFAAT :

1. Merealisasikan ibadah Qurban anda
2. Ibadah Qurban terasa ringan
3. Berbagi kebahagiaan Qurban kepada Dhuafa dan Pelosok Desa
4. Peserta mendapatkan buku tabungan Qurban dan laporan Qurban

Kemudahan layanan

1. Tunai di kantor YDSF Malang dan Kantor Pelayanan Singosari (KPS)
2. Tunai dijemput petugas di rumah /kantor anda

*Qurban akan dibagikan melalui program Qurban untuk Dhuafa dan Pelosok Desa yang diselenggarakan YDSF Malang.

Pendaftaran periode
Periode Agustus 2018-Juli 2019

Kantor YDSF Malang, Jl. Kahuripan 12 | KPS, Jl. Kertanegara 1C Singosari | Tim Fundraising YDSF Malang | Hotline : (0341) 340327/081333951332



TELAH DIBUKA!
PENDAFTARAN KELAS BARU

Griya Tahfidz Balita

YDSF-AHMAD YANI

Pendaftaran:

Mulai Oktober 2018
s/d 30 Januari 2019
atau ditutup bila Kuota
(20-santri) terpenuhi.

Persyaratan Peserta:

1. Usia minimal 3 tahun dan usia maksimal 4 tahun
2. Memiliki hafalan 5 surat dari Al-Quran

FASILITAS

- Ruang nyaman dan ber AC
- LCD Pembelajaran
- MCK dalam, dll

Lama Program:
4 tahun

Waktu dan Tempat Arahitas:
Senin s/d Kamis Pkl 07.30-11.30 WIB
di Masjid Ahmad Yani lantai 2
J.Kahuripan 12 Malang

Biaya Pendidikan:

Pendaftaran : Rp.2.000.000 (wajib)
Bulanan : Rp.300.000

Sudah termasuk:

(Spiker murottal, buku 3 hafidz qur'an cilik, flashdisc parenting termasuk Snack kurma dan susu di setiap pertemuan.)

Segera Hubungi

0341-340327 / 081333951332



Metode
"Metode Tabarak"

(Sebuah metode yang total berhasil melatih teori-teori hafidz termodifikasi terapan yang hafidz Al Quran 30 Juz di usia 4,5 tahun)

WWW.YDSF-MALANG.OR.ID

support by: **QTC**



Pengasuhan ala Ibu ekstrovert



Foto: Asn



Pengasuh Rubrik: Farah Farida Tantiani, S.Psi, M.Psi

Psikolog Anak dan Remaja, Staf pengajar FPPsi Universitas Negeri Malang, Psikolog Sekolah Islam Terpadu Darul Abidin, Depok.

Mama Rani sedang sedih karena ia merasa tidak bisa memahami anaknya yang kurang suka berteman dengan anak lain. Ia khawatir karena Rani lebih senang menghabiskan waktunya dengan membaca buku cerita atau menggambar dibandingkan bermain bersama teman-temannya. Seingat Mama Rani, dahulu saat ia masih seusia Rani ia sibuk bermain dengan teman-temannya, baik teman sekolah maupun tetangga dekat rumahnya. Mama Rani bahkan ingat bahwa ia sering dimarahi oleh ayah-ibunya karena baru pulang ke rumah setelah adzan Magrib. Mama Rani sudah berusaha mengajak Rani untuk berkenalan dengan tetangga, seperti mengajak Rani untuk ke lapangan sore-sore sepulang sekolah atau mengundang teman-teman Rani untuk bermain di rumah. Akan tetapi, Rani akan kembali memilih kegiatan yang melibatkan aktivitas solitaire...aktivitas sendiri. Mama Rani merasa kurang bisa memahami anaknya karena baginya, hidup akan jadi sangat menakutkan ketika teman kita sedikit. Apakah ada yang punya perasaan sama dengan Mama Rani?

Assalamualaikum, ayah dan bunda, kali ini kita mencoba memahami tipe-tipe kepribadian manusia. Jika melihat ilustrasi cerita singkat di atas, tampaknya Rani lebih cenderung menikmati waktu sendiri. Ia lebih suka mengerjakan kegiatan yang tidak melibatkan orang banyak seperti baca buku, menggambar atau mungkin melamun. Pola yang berbeda tampaknya lebih nyaman untuk mamanya. Mama Rani justru lebih senang kegiatan yang melibatkan banyak orang, yang baginya akan lebih menyenangkan mengobrol bersama banyak orang dibandingkan menghabiskan waktu membaca buku sendirian.

Nah, menurut Carl Jung, seorang psikiater dari Swiss, manusia pada umumnya dapat dibedakan menjadi dua tipe, yaitu tipe *introversion* dan tipe *extroversion* atau yang sekarang dikenal sebagai tipe *introvert* dan *ekstrovert*. Menurut Jung, manusia dengan tipe introvert adalah orang-orang yang lebih suka mengarahkan energinya ke dalam dirinya, seperti Rani. Sedangkan bagi orang-orang yang ekstrovert seperti Mama Rani, energinya lebih diarahkan kepada hal-hal di luar dirinya, bersosialisasi dengan orang lain, berteman dan menghabiskan waktu dengan orang lain. Menurut Jung sendiri, manusia tidak ada yang sepenuhnya introvert dan tidak ada pula yang sepenuhnya ekstrovert, justru manusia secara utuh dapat mengarahkan energinya ke luar maupun ke dalam dirinya, hanya saja memang ada yang cenderung dominan ke arah introvert atau ekstrovert. Jadi, secara sehat, manusia dapat mengarahkan energinya ke dalam diri atau keluar dirinya. Seperti permainan jungkat jungkit, Rani maupun sang Mama dapat mengatur agar muatan energinya seimbang antara ke luar dirinya maupun ke dalam dirinya.

Buat Mama Rani yang mungkin lebih dominan ekstrovert, mungkin perlu memahami Rani yang lebih nyaman menghabiskan waktunya sendiri. Mama Rani dapat ikut membaca bersama Rani atau daripada langsung mengajak Rani ke lapangan untuk 'disuruh' bermain bersama teman baru, lebih baik sang Mama mengenalkan Rani pada salah satu tetangga yang juga memiliki hobi membaca misalnya. Nantinya Rani akan memiliki bahan obrolan bersama tetangga yang bisa menjadi teman barunya. Jadi jika Mama Rani hendak membimbing Rani agar berteman, mama Rani perlu melihat kualitas bukan kuantitas, jadi bukan banyaknya teman Rani melainkan mungkin nanti teman Rani tidak banyak, tetapi ia tetap memiliki teman akrab. Jika hendak mengundang teman Rani ke rumah untuk bermain bersama, Mama Rani mungkin juga bisa memulainya dengan ngobrol bersama Rani tentang temannya yang memiliki hobi yang sama serta berapa banyak jumlahnya sehingga Rani pun akan menikmati untuk bermain bersama teman-teman yang datang ke

rumahnya. Jika Mama Rani hendak mengajak Rani untuk berkunjung ke rumah orang lain, seperti saudara atau kenalannya, Mama dapat memberikan informasi terlebih dahulu mengenai kondisi dan situasi kunjungannya. Jika memang ada saudara sepupu atau teman yang dikenal Rani, akan lebih mudah membuat Rani cukup nyaman di tempat tersebut. Akan tetapi jika memang ini situasi baru, Mama Rani dapat membolehkan Rani untuk membawa 1 buku bacaan yang ringan sehingga dapat menenangkan Rani di lingkungan baru tersebut. Jangan lupa untuk tidak 'mendorong-dorong' Rani agar berkenalan dengan semua anak-anak yang ada di tempat tersebut. Akan lebih mudah untuk Mama Rani membuka pembicaraan dengan bertanya mengenai hobi kenalan baru tersebut sehingga Rani pun jadi lebih tahu mengenai calon 'teman barunya' tersebut. Jangan lupa untuk memberikan pujian pada Rani ketika sudah pulang sehingga Rani merasa diapresiasi usahanya dalam berkenalan.

"Jangan lupa untuk memberikan pujian pada Rani ketika sudah pulang sehingga Rani merasa diapresiasi usahanya dalam berkenalan."

Jika ada ayah dan bunda yang memiliki sifat seperti mama Rani, yang cenderung ekstrovert. Jangan khawatir bahwa ketika Ananda introvert, lebih banyak menghabiskan waktu sendiri, maka itu belum tentu berarti ada masalah bagi Ananda. Tetapi juga jangan jadikan kenyamanannya untuk tidak bersosialisasi

menjadi 'alasan'. Pada dasarnya kan manusia bisa mengatur dirinya, jadi ketika ayah bunda merasa Ananda terlalu banyak menghabiskan waktu sendiri, tidak seimbang lagi dengan kegiatan sosialisasi keluar, maka ayah dan bunda dapat membimbing Ananda untuk menyeimbangkan waktunya dengan cara-cara seperti yang dicontohkan oleh mama Rani. Dengan memiliki anak yang berbeda karakter dengan ayah bunda, Allah memberikan kesempatan belajar yang luar biasa untuk bisa saling memahami sesama manusia. Jika ayah dan bunda belajar dari Ananda mengenai karakter yang berbeda, maka Ananda pun belajar dari ayah bundanya untuk bertoleransi dan memahami perbedaan antar manusia, tanpa perlu diberikan ceramah untuk bertoleransi loh. Ayah dan bunda sudah mengajarkan ilmu berharga dengan mencontohkan hal-hal baik pada Ananda.

YDSF Garap Program Desa Sehat Berdaya



Foto: Dok. Lembaga

YDSF Malang melalui salah satu program Sosial Kemanusiaannya tengah melaksanakan proyek sosial yang bernama Desa Sehat Berdaya dengan tagline Sehat Warganya, Makmur Desanya. Kegiatan ini dilaksanakan di 3 Desa di Kecamatan Kalipare, Kabupaten Malang, Jawa Timur. Yaitu Desa Sumberpetung, Desa Kaliasri, dan Desa Arjosari. Kegiatan intervensi ini telah dilaksanakan sejak Mei 2018 dan akan berlangsung selama 12 bulan. Program Desa Sehat Berdaya ini bertujuan untuk meningkatkan status kesehatan, ekonomi dan pendidikan masyarakat desa.

Lebih khususnya adalah mampu meningkatkan pengelolaan percepatan pelaksanaan Program Pemberdayaan Desa di bidang kesehatan di Tingkat

Desa. Selain itu juga meningkatkan upaya penggerakan partisipasi masyarakat serta pemberdayaan keluarga dalam program Kesehatan di Tingkat Desa serta meningkatkan pengembangan kemitraan dengan berbagai pihak dalam pelaksanaan program Kesehatan di Tingkat Desa. Dalam pelaksanaan kegiatan ini terdapat Mitra Utama yaitu PERSAKMI (Penghimpunan Sarjana dan Profesional Kesehatan Masyarakat Indonesia), YDSF, dan Dinas Kesehatan Kabupaten Malang.

Di bulan yang ketujuh ini, sudah banyak sekali kegiatan yang telah dilaksanakan dalam mensukseskan program ini terutama dibidang kesehatan. Mulai dari posyandu balita dan lansia, pemeriksaan kesehatan melalui Gerakan Masyarakat Hidup Sehat, Jaminan Kesehatan



Foto: Dok. Lembaga

Nasional, Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Rumah tangga, dan penyakit-penyakit degeneratif). Selain itu juga ada penyuluhan kesehatan, senam untuk Lansia, pendampingan balita yang kurang gizi, perbaikan fasilitas MCK dan kegiatan lain yang mendukung terciptanya kehidupan yang sehat dan menyehatkan.

Harapannya program pemberdayaan desa seperti ini bisa semakin luas khususnya di seluruh wilayah Malang Raya. Karena masih begitu banyak pelosok desa di Malang Raya yang menyimpan potensi besar untuk bisa digarap dan dimanfaatkan. Karena ketika sebuah desa tahu dan bisa mengelola potensi yang ada, maka kesejahteraan mereka pun mampu diciptakan dan bisa menjadi keunggulan tersendiri bagi desanya. Program ini pun takkan terlepas dari setiap dukungan dan kontribusi para donatur yang telah mengamankan setiap donasi mereka melalui YDSF Malang.



Foto: Dok. Lembaga



Foto: Dok. Lembaga



Foto: Syf

Sedekah Terbukti Lewat Ketenangan Hati

Sedekah memang selalu menjadi sebuah pengalaman spiritual yang sangat berpengaruh dalam kehidupan. Kapten Edi Sugiatno telah banyak membuktikannya. Sedekah telah banyak memberikan efek kebaikan dalam kesehariannya. Hati yang tenang dan bahagia, rejeki yang lancar serta pikiran yang fokus sehingga mampu bekerja dengan baik dengan hasil yang memuaskan. Itulah janji yang Allah berikan bagi mereka yang menyisihkan sebagian hartanya kepada yang berhak dan Edi sangat meyakini itu.

Sebagai seorang anggota TNI, Edi yang berpangkat Kapten ini sudah sering merasakan suka duka kehidupan. Bergabung dan mulai aktif bertugas tahun 1985, Edi sudah ditugaskan ke berbagai daerah di penjuru Indonesia. Sempat juga di tugaskan dalam perang di Timor-timur antara tahun 1986 dan 1991. Setahun kemudian Edi menikah dengan Ira Susanti dan Kini Pria yang memiliki dua putri ini ditempatkan di Malang, tepatnya di Puskopad JL Panglima Sudirman.

Di kantornya yang baru, Edi tak segan-segan mengajak teman kerjanya untuk bisa ikut berbagi kepada sesama. 14 Tahun menjadi donatur di YDSF Malang, membuatnya lebih merasa bermanfaat dalam hidup. "Ini benar-benar luar biasa Mas. Sedekah itu menenangkan hati, membahagiakan rumah tangga dan rejekipun lancar. Saya selalu mengajak teman-teman untuk bisa ikut serta merasakan keajaiban sedekah ini, karena memang efeknya sudah terbukti. Pokoknya jangan ragu-ragu deh untuk sedekah," tukas pria kelahiran 1964 ini dengan penuh keyakinan. Pernah suatu ketika, Edi menjumpai seorang penjual pisang. Karena tergugah hatinya, Edi berniat membantunya dengan membeli pisangnya dengan uang yang lebih. "Pisangnya saya beli dengan harga dua kali lipat Mas. Tak beberapa lama, ternyata Allah menggantinya dengan rejeki yang lebih banyak. Alhamdulillah," ceritanya. Selain membudayakan berbagi, Edi dan para rekan kerjanya juga

mengadakan pengajian rutin yang di laksanakan setiap Senin dan Rabu di kantornya. "Pengajian di sini juga rutin Mas. Guru ngajinya juga dari Ummi. Alhamdulillah teman-teman menyambut dengan baik kegiatan penuh berkah ini. Banyak yang ikut dan jadi donatur juga akhirnya," katanya antusias.

Edi mengaku sangat salut dengan program-program YDSF selama ini. Ia berharap agar YDSF mampu istiqomah dengan setiap program yang mampu mengangkat masyarakat yang benar-benar membutuhkan. "Saya pernah berpikir, jika orang-orang kaya berkumpul dan menitipkan sebagian harta mereka pada YDSF untuk disalurkan, pasti banyak sekali warga-warga yang kurang beruntung dapat diangkat dan diberdayakan. Sehingga tak akan ada lagi pengamen dan pengemis di jalan. Anak-anak muda itukan aset bangsa Mas, jadi sayang kalo sampe banyak yang nggak bisa sekolah dan jadi anak jalanan," ujarnya. "Jadi Manusia itu harus kayak lebah Mas, bisa bermanfaat bagi yang lain. Salah satunya ya melalui sedekah ini. Manfaatnya malah tidak untuk orang lain saja, tapi kita juga mendapatkan berkahnya," tambahnya. (Syf)



Foto: Syf

Berteman dengan Buah demi Lanjutkan Usaha Keluarga

Muhammad Yasin Ferdiansyah tak pernah menyangka bisa membuka sebuah swalayan buah di Kota Malang. Pria yang akrab dianggil Yayan ini awalnya pesimis bisa merintis usahanya di bidang buah, pasalnya ia merasa Malang adalah kota apel dan banyak buah lain yang tumbuh di Malang. Sehingga tingkat konsumsi buahnya kemungkinan rendah karena sudah banyak tersedia. Tapi ternyata itu semua diluar dugaannya. Berbekal kerja keras dan ketelatenan, Bisnis keluarganya ini berhasil ia kembangkan di Malang dan mampu menarik banyak konsumen untuk bisa menikmati buah-buah pilihan yang ia tawarkan. Kini sudah ada tiga outlet yang telah berdiri di kota Malang. Yayan berkeinginan untuk bisa menguasai pangsa pasar Kota Malang dibidang buah-buahan.

Semuanya berawal dari kerja keras kakeknya yang berdagang buah dengan sebuah pikulan. "Kakek saya memang asli Malang. Dahulu kalo jual buah ya dipikul Mas. Pernah dari Pujon mikulnya sampai ke Blitar" ujarinya. Kemudian mereka hijrah ke Surabaya dan mencoba bisnis buah di Pasar Tradisional. Di Pasar ini, Yayan dan keluarga sudah memiliki toko kecil sederhana untuk mendisplay berbagai macam buah-buahan. "Tetapi ternyata Allah berkehendak lain. Toko kami kena gusur karena ada pembangunan besar-besaran. Akhirnya kami melirik Malang untuk meneruskan bisnis ini," cerita pria yang sudah lama menjadi donatur ini.

Sekitar 1993, Yayan dipercaya keluarganya untuk bisa meneruskan bisnis buah ini. Ia mulai merintis lagi dari awal. Pria asli Surabaya ini sempat

pesimis dan takut jika bisnisnya tak bisa berjalan. "Saya sempat mikir, bagaimana saya bisa ngembangkan usaha di Kota yang rata-rata sudah ada banyak buah yang tersedia. Tapi karena tekad sudah bulat, ya Bismillah Saya jalani saja," ungkap Ayah tiga anak ini.

Orangtua Yayan memang berkecimpung dibidang agro, sehingga bisnis keluarga yang ia jalankan tak begitu kesulitan dalam masalah penyediaan stok buah. "Rata-rata memang dari tanaman kita sendiri. Sisanya ya kita ambil dari luar," kata suami dari Liliana ini. Dengan karyawan berjumlah lima belas orang, Swalayan Buah yang dikenal dengan "Istana Buah" ini beralamat di Jalan Kawi 24 A Malang. "Alhamdulillah sekarang sudah ada tiga cabang di Malang dan yang menjalankan juga saudara saya sendiri," tukas pria tiga bersaudara ini. "Sekarang yang terpenting adalah tetap fokus dengan apa yang telah lama saya geluti. Saya akan tetap berkawan dengan buah dan berusaha untuk bisa menguasai pangsa pasar kota Malang di bidang buah-buahan," tambahnya penuh keyakinan.

Agar Hijrah Tidak Berlalu Begitu Saja

Oleh: Muhammad Hafizh, Lc



Foto: Awie

Kata hijrah berasal dari Bahasa Arab, yang bermakna meninggalkan, menjauhkan dan berpindah tempat. Adapun hijrah yang dimaksudkan yaitu mulai kembali kepada kehidupan beragama, berusaha mematuhi perintah Allah, menjauhi larangan-Nya dan berusaha menjadi lebih baik, karena sebelumnya tidak terlalu peduli atau sangat tidak peduli dengan aturan agama. Sebagaimana sabda Nabi Saw: "Dan Al-Muhaajir (orang yang berhijrah) adalah orang yang meninggalkan larangan Allah". (HR Bukhori Muslim) Oleh karena itu semangat memperbaiki diri tidak hanya cukup dilisan saja atau sekadar semangat sesaat saja

dalam hati. Berikut kiat-kiat agar semangat hijrah tidak berlalu begitu saja:

1. Niat yang ikhlash

Hijrah bukan karena kepentingan dunia tetapi ikhlas karena Allah. Sufyan Ats-Tsauroi rahimahullah berkata: "Tidaklah aku berusaha untuk mengobati sesuatu yang lebih berat daripada meluruskan niatku, karena niat itu senantiasa berbolak-balik".

2. Berteman dengan sahabat yang shalih

Ini adalah salah satu kunci utama sukses hijrah, yaitu memiliki sahabat yang membantu untuk dekat kepada Allah dan saling menasehati serta saling mengingatkan. "Rasulullah Saw Bersabda: "Seseorang yang duduk (berteman) dengan orang shalih dan orang yang jelek adalah bagaikan berteman dengan pemilik minyak misk dan pandai besi. Jika engkau tidak dihancurkan minyak misk olehnya, engkau bisa membeli darinya atau minimal dapat baunya. Adapun berteman dengan pandai besi, jika engkau tidak mendapati badan atau pakaianmu hangus terbakar, minimal engkau dapat baunya yang tidak enak." (HR Bukhori).

3. Mempelajari Al-Quran dan mengamalkannya

Al-Qur'an diturunkan sebagai petunjuk bagi kehidupan di dunia agar manusia selamat dan bahagia di dunia dan akhirat. Allah Swt berfirman: "dan orang-orang yang kami berikan kitab kepada mereka, kemudian mereka membaca kitab tersebut dengan bacaan yang benar (Haqqotilawatih), merekalah orang-orang yang beriman terhadap kitab tersebut" (al-Baqoroh: 121). Imam Ghozali menafsirkan "Haqqotilawatih" adalah adanya keterkaitan antara lisan, akal dan hati. Lisan membaca dengan tartil, akal berusaha memahami yang dibaca dan hati mengambil nasehat atau manfaat untuk diamalkan dalam kehidupan sehari-hari.

4. Terus beramal walaupun sedikit (istiqomah)

Rasulullah Saw bersabda: "Amalan yang paling dicintai oleh Allah Ta'ala adalah amalan yang istiqomah walaupun itu sedikit." (HR Muslim). Ketika seorang hamba telah memantapkan hatinya untuk berhijrah, kemudian membiasakan dirinya dalam kebaikan-kebaikan, maka Allah Swt telah menjanjikan kepadanya surga, sebagaimana firman-Nya: "Sesungguhnya orang-orang yang berkata, "Tuhan kami adalah Allah" kemudian mereka meneguhkan pendirian mereka (beristiqomah), maka malaikat-malaikat akan turun kepada mereka dengan berkata, "Janganlah kamu merasa takut dan janganlah kamu bersedih hati dan bergembiralah kamu dengan memperoleh surga yang telah Allah janjikan kepadamu" (Fushilat: 30).

Kesenanganmu Pasti Berakhir

Oleh: Habibul Muiz
(Kepala Deputi Dakwah Ikadi Jatim)

Rasulullah saw bersabda: "Perbanyaklah mengingat pemutus segala kesenangan (yakni) maut." (HR. At-Tirmidzi dan Nasai). Rasulullah saw yang teramat sayang kepada ummatnya memberikan bimbingan, bukan sekadar mengingat mati, tetapi memperbanyak ingat mati. Ini menunjukkan bukan sekadar penting atau berharga namun sangat penting atau teramat berharganya mengingat kematian itu. Mengapa demikian? Bukankah kematian merupakan saat yang paling menentukan sejauh mana kualitas manusia itu? Bukankah kematian merupakan satu-satunya masa depan yang pasti dirasakan oleh setian manusia, siapapun dia? Dan mengingat kematian pasti memberikan pengaruh yang besar bagi yang senantiasa mengingatkannya.

Bila maut telah tiba berarti tertutuplah segala pintu-pintu kebaikan. Jika kematian telah datang saatnya maka kesempatan untuk melakukan kebaikan telah hilang tanpa sisa. Padahal Rasulullah saw yang sangat perhatian kepada ummatnya itu mengingatkan: "Ada tiga perkara yang mengiringi mayit (ketika dikuburkan): keluarganya, hartanya, dan amalannya. Dua hal kembali (tidak menyertainya), satu hal yang tetap bersamanya kembali keluarga dan hartanya dan tetap menyertainya amalannya." (HR. Bukhari dan Muslim). hidup bergaya bebas tanpa batas jadi kesukaan seolah-olah penampilan yang paling menyenangkan tiba-tiba jadi kesedihan yang teramat dalam ketika mati. Aktivitas-aktivitas yang dibangun di atas isme-isme rendah berpolekan hawa nafsu juga menjadi menu istimewa sehari-hari demi mencapai kejayaan, berbalik dengan sangat mengejutkan menjadi kegagalan ketika mati. Hanya amal yang dijalankan sesuai petunjuk Allah dan Rasul-Nyalah yang jadi penghibur setelah mati. Penyesalan pasti dirasakan bagi setiap pemalas. Penyesalan pasti sangat menyesakkan dada orang-orang yang suka meremehkan tugas-tugas ibadah kepada Allah SWT. Apalagi mereka yang terang-terangan mengingkari



Foto: Awie

kebenaran dari Allah, pasti teramat sangat menyesal. Hal ini sudah Allah gambarkan dalam firman-Nya: Hingga apabila datang kematian kepada seseorang diantara mereka, dia berkata: "Wahai Rabku kembalikanlah aku (ke dunia), agar aku senantiasa beramal shaleh yang telah aku tinggalkan". Sekali-kali tidak. Sesungguhnya itu adalah perkataan yang terucap saja. Dan di hadapan mereka barzakh sampai hari mereka dibangkitkan (QS. Al-Mu'minun: 99-100).

Begitu beratnya penyesalan ini hingga permohonan yang sama ia lontarkan di hari Qiyamat. Ia lagi-lagi berharap agar diberi kesempatan hidup lagi di dunia padahal kehidupan dunia sudah hancur, sudah berakhir. Allah sama sekali tidak menggubris permohonan tersebut: "Dan (alangkah ngerinya), jika sekiranya kamu menyaksikan orang-orang yang berdosa itu menudukkan kepalanya di hadapan Tuhannya, (mereka berkata): "Ya Tuhan kami, kami telah melihat dan mendengar, maka kembalikanlah kami (ke dunia), kami akan mengerjakan amal shaleh, sungguh kami yakin sekarang." (QS. As-Sajadah 12)

Kolak Durian Pelangi



Foto: Ang

Bahan:

- 1 Liter air
- 500ml santan kental
- 1 buah Ketela ungu
- 4 buah pisang
- ¼ buah labu kuning
- 6 biji durian (buang isinya)
- 2 lembar daun pandan wangi
- Kayu manis secukupnya
- Gula secukupnya
- Garam secukupnya

Cara Pembuatan:

- Potong dadu ketela ungu, rebus setengah matang. Sisihkan
- Potong dadu labu kuning, rebus setengah matang. Sisihkan
- Potong-potong pisang, ukuran boleh sesuai selera
- Didihkan air, lalu masukkan ketela ungu, labu kuning dan kayu manis.
- Setelah ketela dan labu kuning empuk, masukkan pisang dan durian. Tunggu sampai pisang agak lunak
- Tambahkan santan, daun pandan (ikat).
- Tambahkan gula dan garam sesuai selera.
- Aduk-aduk hingga mendidih.
- Siap disajikan hangat

Laporan Aktivitas

Yayasan Dana Sosial Al Falah Malang

Penerimaan,
Pengeluaran &
Saldo Kas/Bank
Per 25 Oktober 2018

SALDO AKHIR SEPTEMBER 2018 Rp 1,495,107,720

• PENERIMAAN

PENERIMAAN INFAQ	
- Infaq	Rp 226,290,129
- Permata	Rp 38,740,501
- Yatim	Rp 38,374,799
- Kemanusiaan	Rp 437,976,020
PENERIMAAN ZAKAT	
- Zakat	Rp 63,236,500
- Zakat Fitrah	Rp -
PENERIMAAN SEDEKAH	
- Al-Quran	Rp 5,400,110
- Masjid	Rp 3,361,000
- Rumah Tahfidz	Rp 23,500,000
- Ramadhan	Rp -
- Fidyah	Rp -
- Qurban	Rp -
- Ambulance	Rp 3,380,000
- Dana Bagi Hasil & Non Halal	Rp 742,070
TOTAL PENERIMAAN OKTOBER 2018	Rp 841,001,129
TOTAL DANA TERSEDIA OKT 2018	Rp 2,336,108,849

• PENGELUARAN

PENYALURAN

PENDIDIKAN	
- Beasiswa Permata (Zakat)	Rp 72,812,500
- Beasiswa Permata (Infaq)	Rp -
- Sekolah Mitra	Rp -
- Guruku Hebat Permata	Rp 85,500,000
- Layanan Permata	Rp -
TOTAL PENDIDIKAN	Rp 158,312,500
DAKWAH	
- Layanan Donatur (Infaq)	Rp 37,044,229
- Majalah YDSF (Infaq)	Rp 46,850,500
- Layanan Dakwah (Infaq)	Rp 7,100,000
- QTC (Infaq)	Rp 12,580,000
- Da'i Berdaya (Infaq)	Rp 14,580,000
- Griya Tahfidz	Rp 24,511,500
- ISC (Infaq)	Rp 4,300,000
- Relawan Program (Infaq)	Rp 3,524,000
TOTAL DAKWAH	Rp 150,490,229
MASJID	
- Layanan Masjid	Rp -
- Masjid Mitra (Infaq)	Rp 58,000,000
TOTAL MASJID	Rp 58,000,000
YATIM	
- Yatim Ceria (Biaya Hidup Keluarga Yatim (Infaq))	Rp 300,000
- Yatim Ceria (Beasiswa Yatim (Infaq))	Rp 48,370,000
- Layanan Lksa	Rp -
TOTAL YATIM	Rp 48,670,000
SOSIAL KEMANUSIAAN	
- Operasional Program (Infaq)	Rp 1,278,357
- Kemanusiaan (Infaq)	Rp 212,949,891
- Sahabat Desa (Infaq)	Rp 5,630,000
- Qurban	Rp 1,581,900
- Fidyah	Rp -
- Layanan Kesehatan Sosial (LKS) (Infaq)	Rp 14,108,000
- Zakat Untuk Mustahiq (Zakat)	Rp 14,600,000
- Layanan Ambulan & Mobil Jenazah (Infaq)	Rp 5,162,338
TOTAL SOSIAL KEMANUSIAAN	Rp 255,310,486
TOTAL PENYALURAN	Rp 670,783,215
TOTAL KEGIATAN OPERASIONAL AMIL OKT '18	Rp 101,555,925
GRAND TOTAL PENGELUARAN OKT '18	Rp 772,339,140

SALDO AKHIR BULAN OKTOBER 2018	Rp 1,563,769,709
DANA CADANGAN PEMBELIAN KANTOR	Rp 579,805,125
SALDO AKHIR OKTOBER 2018 UNTUK DISALURKAN DI BULAN BERIKUTNYA	Rp 983,964,584

YDSF Bekali Guru Hebat HIMPAUDI Ngantang



Foto: Syf

Pada Sabtu-Ahad, (8-9/12) lalu, Gedung UPT Diknas Kecamatan Ngantang dipenuhi oleh HIMPAUDI (Himpunan Pendidik dan Tenaga Kependidikan Anak Usia Dini Indonesia) se-Kecamatan Ngantang untuk mengikuti Training Guruku Hebat, kerjasama YDSF Malang dengan BBM (Belajar Bareng Mia).

Agenda ini semakin istimewa dengan kehadiran Abdul Manaf, Spd. MM, koordinator UPT Wilayah Kecamatan Ngantang. "Pada prinsipnya hidup adalah belajar.

Membawa anak-anak di kecamatan ngantang menjadi anak hebat sangatlah perlu pembinaan kompetensi guru secara berkelanjutan. Maka saya mendukung sepenuhnya adanya training guruku hebat," ungkap Abdul Manaf dalam sambutannya.

Seorang guru yang tidak mau keluar dari zona nyaman biasanya tidak produktif. 10 Sebab kita tidak produktif. Tidak mengetahui data, target atautujuan, bingung caranya, malas, tidak memiliki passion, tidak bertanggung jawab, dan banyak lagi sebab-sebab yang lainnya. Itu adalah salah satu materi yang di urai oleh Agung Wicaksono, ST., yang membuat para guru PAUD Kecamatan Ngantang menjadi tertandang dan semakin bersemangat bertekad untuk berubah menjadikan sekolahnya menjadi sekolah yang unggul dan memiliki anak didik yang hebat.

YDSF Malang berkesempatan melaksanakan Safari Dakwah dan bedah buku bersama Prof. DR. Muraweh Mosa Nassar (Sekretaris Komite Al-Quds Asosiasi Ulama Muslim Internasional, Penulis Buku Kiamat di Pelupuk Mata) Pada Sabtu (8/12) lalu di dua tempat yang berbeda. Tempat pertama di Masjid Al Mukminun Jl. Mahakam 29 Malang yang berlangsung pada pukul 12.30 – 15.00 WIB. Kemudian kajian yang kedua bertempat di Masjid Jenderal Ahmad Yani Jl. Kahuripan 12 Malang pada pukul 15.30 – 19.30 WIB. Dalam safari dakwah ini, DR. Mosa banyak memaparkan berbagai bentuk tanda-tanda datangnya hari kiamat sesuai dengan isi dari buku yang ia tulis. Selain itu, beberapa video tentang kondisi Palestina yang terus mendapatkan serangan dari Israel juga sempat ditayangkan untuk

Safari Dakwah dan Bedah Buku Kiamat Dipelupuk Mata



Foto: Syf

memberikan semangat kepada para hadirin agar bisa semakin bersimpati dan turut berjuang membela agama. Penggalangan dana pun dibuka untuk Palestina dan berhasil terkumpul donasi on the spot sebesar Rp.9.954.300.

OSD Hebohkan Emak-Emak Kota Malang



Foto: Syf

Hujan di Kota Malang semenjak pagi diselimuti bulir-bulir lembut rintik hujan yang membawa barokah. Kehadiran Oki Setiana Dewi di Masjid Ahmad Yani kota Malang pada Sabtu (1/12) lalu seolah mampu menyibak dan menghentikannya sejenak.

Membawakan ceramah bertema "Doa Ibu Rahasia Menembus Langit" dengan gayanya yang energik dan penuh semangat, membuat seribu jama'ah yang 98% nya didominasi oleh kaum hawa itu antusias menyimak. Terbukti saat sesi tanya jawab mereka berebut angkat tangan, bahkan tak sedikit yang menuliskan pertanyaan dikertas untuk diberikan melalui panitia.

Dalam kajian ini juga disisipi dengan penggalangan donasi untuk saudar-saudara korban gempa dan tsunami di Palu. Alhamdulillah diakhir sesi kajian berhasil mengumpulkan dana bantuan senilai 22 juta.

Terimakasih kepada Yayasan Masjid Ahmad Yani, Fupi, Komunitas Taubatters, Switch, Mumo, Yuk Ngaji, Udah Putusin Aja, Gritaba, FKD (Forum Komunitas Donatur) dan seluruh pihak yang telah membantu dan mendukung sehingga terlaksana acara ini dengan sukses.

Pagi hari yang cerah pada Jumat (14/12) lalu, YDSF Malang berkesempatan untuk berkolaborasi dengan Base Camp Belajar Bareng MIA (BBM) mengadakan seminar motivasi di SMP Al Irsyad Putri Kota Malang.

Dengan tema "Menjadi Anak Kebanggaan Orang Tua", acara ini dibuka oleh Fandi Bakhtiar, S.Pd dengan motivasi-motivasinya agar peserta seminar fokus menyimak materi.

Selanjutnya kak Mia menyampaikan materi yang bertema bersabar dalam menghadapi kesulitan. "Ketika kita mengalami masalah dan cobaan hidup, maka hal tersebut akan selalu membuat kita dekat dengan Allah", tutur kak Mia.

Di akhir materi Kak Mia mengajak

Berlatih Menjadi Anak yang Membanggakan



Foto: Dok. Lembaga

seluruh peserta untuk membaca Surat Al Ashr agar mengingatkan bahwa waktu kita sangatlah pendek. Maka sudah seharusnya berbuat baik kepada orang tua dan menjadi pribadi-pribadi pilihan Allah.

Sesi terakhir, Fandi Bakhtiar mengajak peserta untuk bermuhasabah. Dalam sesi ini materi yang telah didapat dikuatkan lagi agar peserta bisa lebih berkomitmen untuk menjadi anak kebanggaan orang tua.



Foto: Syf

Edukatif Outbond Bersama Orangtua dan Anak

YDSF Malang bekerjasama dengan BBM (Belajar Bareng Mia) telah menyelenggarakan agenda yang cukup menarik yakni Edukatif Outbond. Agenda ini melibatkan kurang lebih 160 orangtua beserta anak-anaknya yang masih duduk di PAUD dan TK di wilayah Ngantang. Outbond ini bertempat di lapangan Desa Prabon yang bersanding langsung dengan waduk Selorejo. Awalnya Orangtua dan anak diajak untuk melakukan permainan bersama yang kemudian dilanjutkan dengan senam yang diikuti dengan semangat oleh seluruh peserta.

Sesi berikutnya, orangtua dipisah dengan anak-anak dan masing-masing mendapatkan materi outbond tersendiri. Para orangtua dipimpin langsung oleh Direktur YDSF Malang, Agung Wicaksono, ST., dengan berbagai permainan yang memacu ketangkasan dan kerjasama. Mereka dibagi menjadi beberapa tim dan mulai berkompetisi dalam setiap tantangan yang diberikan. Di kubu anak-anak, mereka juga mendapatkan berbagai permainan yang sangat menyenangkan. Selain itu anak-anak juga diajak untuk menghafal surat-surat pendek Al Quran dengan teknik gerakan tubuh. Kegiatan ini harapannya mampu meningkatkan kedekatan anak dengan orangtua serta memberikan semangat bagi mereka untuk bisa saling mendukung dalam menggapai cita-cita.



Foto: Syf



Sedekah Al Quran

Gerakan Gemar Mengaji Al-Quran melalui Program Sedekah Al-Quran



RP.150.000
2 ALQURAN

1 Al-Quran akan disalurkan
di TPQ/Masjid/Mushola/ponpes

1 Alquran menjadi milik yang bersedekah *

Rekening

BNI Syariah 5757585855

a.n Yayasan Dana sosial Al-Falah (YDSF) Malang

Konfirmasi transfer : 081333951332

Hotline : Kantor YDSF Malang (0341)340327

* Alquran bisa juga disedekahkan kembali

www.ydsf-malang.or.id



MEMBUKA PROGRAM

BIJAQ

(Bimbingan Belajar
Al Qur'an)

DI MASJID AHMAD YANI
Jl. Kahuripan 12 Malang

SETIAP HARI

SENIN - JUM'AT
PUKUL 08.00-17.00

**DAFTAR
SEGERA !!!**

Di 081233172586
--- 0813 3395 1332

HIDUP BAHAGIA
— dengan —
AL QUR'AN



Manusia adalah makhluk sosial, yang memiliki hubungan saling timbal balik. Berinteraksi dengan orang lain adalah hal yang kita lakukan sehari-hari. Sebagian besar pencapaian kita, dihasilkan dari interaksi sosial. Kita dapat melakukan banyak hal sendirian, tetapi jika kita menggabungkan usaha dan pikiran kita dengan orang lain, maka kemampuan yang dihasilkan semakin tajam dan besar. Pencapaian-pencapaian atas target-target yang dicanangkan akan semakin cepat. Itulah yang dinamakan Sinergi.

Ketika seseorang menjalin sinergi dalam suatu project kegiatan, tentu akan ada komitmen untuk berpartisipasi mencapai hasil sukses. Mereka akan memberikan energi secara penuh untuk terlibat aktif baik fisik dan pikiran. Mereka akan berjuang hingga titik darah penghabisan untuk mendukung keberhasilan project tersebut. Menjadi bagian dari proses project kegiatan akan memberi mereka rasa kepemilikan terhadap project kegiatan tersebut. "Ini Project kegiatan Bersama, maka project ini harus berhasil," keyakinan inilah yang akan terus terngiang pada seseorang yang bersinergi.

Untuk mewujudkan program besar dan memberdayakan tentunya semakin mudah dengan sinergi; saling mendukung, dan juga saling mendoakan. Era milleneal saat ini, banyak sekali perubahan yang kita rasakan, mulai dari teknologi, perubahan perilaku SDM, dan perubahan di banyak unsur lainnya. Tentunya kita semua sudah merasakan perubahan yang begitu cepat tersebut. Nah, dengan adanya perubahan yang begitu cepat semestinya kita juga harus membuka jejaring sebanyak-banyaknya dan menjalin relasi seluas-luasnya.

Menurut data yang beredar, di era ini banyak sekali komunitas-komunitas yang terbentuk baik lingkup lokal kedaerahan bahkan sampai lingkup nasional. Membangun jejaring/sinergi yang luas, berkomunikasi dengan banyak komunitas/instansi/mitra/setiap orang di era, menjadi kewajiban bagi setiap pribadi yang ingin berkembang. Inilah The Power of Sinergi; ketika sinergi dibangun, bisa dipastikan program atau project akan membuahkan hasil yang menakjubkan.

The Power of Sinergi

Oleh: M. Fandi Bakhtiar



Foto: Syf

Berdakwah dan Ajarkan Quran di Pedesaan



Foto: Syf

Tantangan dakwah memang selalu hadir dalam setiap perjalanan para da'i menyiarkan agama Islam. Salah satunya adalah Zainul Arifin, salah satu penerima manfaat YDSF Malang yang tinggal di pelosok desa dan sekaligus melakukan dakwah di sana. Berbagai karakter masyarakat desa sudah ia temui dan hadapi dengan penuh kesabaran dan keuletan. Mulai dari dibenci hingga dikucilkan. Namun ia pasrahkan seluruhnya kepada Allah dan bantuan Allah pun sedikit demi sedikit mampu ia rasakan.

Pria asli Tumpakrejo, Kalipare, kabupaten Malang ini kesehariannya adalah seorang guru ngaji. Ia mengajar anak-anak di desanya untuk bisa membaca Al Qur'an. Zainul sudah mulai mengajar Al Qur'an di mushollah samping rumahnya sejak 2002. "Dari awal mengaji ya anaknya masih sedikit yang ikut, tapi alhamdulillah itu berangsur banyak hingga mencapai 120 anak," ujarnya.

Zainul membagi waktu mengajarnya menjadi dua pertemuan. Kelas pertama dimulai pukul dua siang dengan peserta kurang lebih 40-an anak. "Saya mulai siang hari karena paginya saya masih pergi mencari rumput untuk makanan kambing," ceritanya. Kemudian sisanya dilanjutkan ba'da maghrib

hingga pukul delapan malam. "Macam-macam juga levelnya, ada yang masih mulai mengenal huruf hijaiyah, hingga yang sudah lancar membaca Al Qur'an," ungkapnya. Selain itu, pria kelahiran 1977 ini juga membentuk majlis taklim khusus untuk wanita yang dilaksanakan setiap Sabtu. "Alhamdulillah yang majlis ibu-ibu sudah jalan 2 tahun, mereka cukup antusias untuk bisa selalu hadir," tuturnya.

Namun untuk mencapai itu semua, Zainul sempat mendapatkan ujian. Sekitar 3 tahun yang lalu, Zainul sempat difitnah dan dicap sebagai seorang yang menganut Islam radikal, ekstrem dan garis keras. Menurutnya semua itu terjadi hanya karena masalah politik yang memang tak seharusnya menjadi permasalahan besar. Akibat fitnah yang menyebar itu, murid-muridnya langsung berkurang drastis, dari 120-an anak menjadi 5 sampai 10 anak saja. "Saya sih biasa saja dan tak ingin meributkannya. Mau bagaimana lagi ya saya diaman saja," jelas pria yang setiap bulan mendapatkan bantuan ZUM (Zakat untuk Mustahiq) dari YDSF Malang ini.

Meskipun demikian, Zainul tetap melaksanakan kegiatan mengajinya dan terus berdakwah serta memberikan sikap yang positif kepada masyarakat. Lambat laun, masyarakat pun tersadarkan dan mulai mendukung kembali aktifitas dakwahnya. "Ya memang butuh waktu, tapi ya tetap harus sabar dalam menjalaninya," pungkasnya. Ketabahan dan kesabarannya dalam berdakwah membuatnya semakin mengerti bagaimana menghadapi berbagai macam karakter masyarakat desa yang umumnya masih memiliki pemahaman agama yang kurang atau bahkan menyimpang dari hal-hal yang diajarkan.



Pengasuh Rubrik: Fitra Jaya Saleh

Trainer Bisnis Nasional, Penggiat UKM, CEO Pondok Preneur,
Owner Raihanshop.com, Pembina lebih dari 16.000 reseller

Fokus di “Kamu”

Kenapa ada orang yang sudah bekerja keras siang dan malam tapi hasilnya cuma pas untuk bertahan hidup saja? Kenapa juga ada orang yang bekerjanya tidak keras tapi hasilnya banyak sekali? Apa yang menjadi takaran Rejeki seseorang?

Sebut saja Pak Mahdi, lelaki paruh baya hampir 30 tahun. Beliau bekerja sebagai tukang cukur rambut

pinggir jalan sejak masih muda, hingga saat ini. Pekerjaan ini adalah warisan dari ayahnya yang sebelumnya juga tukang cukur. Beroperasional di tempat yang sekarang dipakai Pak Mahdi. Menggunakan kursi, cermin, gunting, dan cara kelola yang sama.

Pak Mahdi mewakili pola sebagian besar UKM di Indonesia, belajar sekali ilmu dagang, lalu diulangi



Foto: Pexels

bertahun-tahun tanpa belajar lagi. Ini namanya *Fotocopy of Life*. Besarnya bisnis kita, tergantung kepada kapasitas diri kita sebagai pengelola bisnis. Jika kapasitas kita pointnya 4 maka ukuran bisnis kita tidak akan lebih dari angka 4, ia akan berada di sekitar 1,2 atau angka 3.

Ukuran bisnis bergantung kepada Kapasitas diri pengelola bisnis, ukuran bisnis tidak akan lebih besar dari kapasitas pengelolanya. Begitulah hukum LEADERSHIP.

Allah subhanahu wa ta'ala berfirman:

"Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya ..." (QS AL baqarah:286)

jika kapasitas kita dalam sebulan menghasilkan omset 10 juta, maka omsetnya tidak akan lebih dari 10 juta. Allah tidak akan melebihkan melebihi kemampuan kita sendiri.

Beberapa pengelola bisnis mengeluh kepada saya tentang keadaan bisnisnya, omset yang turun, pegawai yang susah diatur, karyawan yang keluar masuk, keuangan yang tercampur aduk dengan uang pribadi, dan banyak keadaan bisnis yang jadi masalah.

Semua ingin memperbaiki keadaan, tapi tidak mau memulai dengan memperbaiki DIRINYA sendiri. Padahal semua keadaan yang terjadi, terjadi akibat kapasitas pengelola bisnis itu sendiri. Penyebabnya adalah kapasitas, perbaiki kapasitas maka bisnis pun akan jadi lebih baik.

Jangan fokus dengan keadaan, apa yang terjadi hanyalah imbas dari LEADERSHIP kita. Jika ingin merubah keadaan, maka rubahlah terlebih dahulu diri kita. Niscaya keadaan akan berubah dengan sendirinya.

Keadaan yang terjadi sekarang adalah efek dari keputusan-keputusan yang kita buat tanpa pengetahuan, omset yang menurun bisa jadi karena ilmu marketing kita yang kalah dibandingkan dengan pesaing, pengelolaan uang carut marut bisa jadi juga karena disiplin kita yang rendah dalam mencatat dan menghitung keuangan.

Semua adalah tentang 'Kita', bukan bisnisnya. Maka Fokuslah pada memperbaiki diri kita sendiri, terus menerus. Pada akhirnya nanti bisnis dan kehidupan kita akan menjadi lebih baik seiring dengan lebih baiknya kapasitas kita. Jika kita fokus pada masalah yang dihadapi maka masalah akan menjadi lebih besar, jika kita fokus pada pembenahan diri kita maka diri kita akan jadi lebih besar.

Masalah tidak mempunyai ukuran, hal yang membuat masalah menjadi besar atau kecil adalah kapasitas diri. Kapasitas diri yang besar membuat masalah terlihat kecil, dan kapasitas diri yang kecil membuat masalah menjadi besar. Maka Fokuslah pada memperbaiki diri terus menerus.

Semoga dari tulisan singkat ini ada yang bisa direnungkan untuk memperbaiki keadaan kehidupan kita. Salam Sukses.

**WE
ARE
HIRING**

**KREATIF DAN INGIN BERGABUNG DALAM MISI DAKWAH?
BERGABUNGLAH DALAM TIM RELAWAN KAMI**

RELAWAN MEDIA

- Pendidikan minimal SMK
- Menguasai program desain minimal PSD, AI, Premier
- Fresh graduate welcome
- Mampu bekerja secara individu dan tim
- Kreatif dan inovatif
- Bersemangat
- Mampu bekerja dengan deadline

RELAWAN QTC

Qur'an Training Center

- Muslimah
- Lancar membaca Al Quran
- Pendidikan SMA/SMK sederajat
- Mampu bekerja secara individu dan tim
- Bersemangat
- Mampu mengoperasikan Ms.Word dan Ms.Excel

**KIRIM CV KE KANTOR YDSF MALANG,
JL KAHURIPAN NO 12 ATAU EMAIL YDSFMALANG@YAHOO.CO.ID**

TERAKHIR TANGGAL 15 JANUARI 2019

superkids

KINDI:

SEMPROTAN PENCERAH WARNA

SMART PLAY:

MENGENAL BENDA LANGIT

KISTELA:

SEPATU TALITA





SEPATU TALITA

OLEH: KAK ANG

Di ruang keluarga nampak sepasang sepatu yang tergeletak tak rapi.

"Talita, rapikan sepatunya nak," kata Bunda pada seorang anak gadis berambut keriting.

Talita yang sedang membaca buku menoleh, "nanti ya Bunda, Talita sedang asyik membaca buku dongeng."

"Wah, buku dongeng apa?" tanya Bunda mendekati Talita.

"Tadi ada mobil perpustakaan yang datang ke sekolah," cerita Talita bersemangat, "dan kami diijinkan untuk meminjamnya."

"Alhamdulillah, dijaga baik-baik bukunya. Kapan harus dikembalikan?" tanya Bunda.

"Pekan depan bunda," jawab Talita, lalu kembali membaca buku dongengnya.

"Baiklah, ayo sekarang dirapikan dulu sepatunya," pinta Bunda lagi.

Talita dengan berat hati beranjak dan memungut sepatunya. Diletakkannya sepatu itu di rak sepatu, lalu kembali duduk dan membaca.

"Talita, bunda sudah sering meminta Talita untuk meletakkan setiap benda pada tempatnya masing-masing," ujar Bunda lembut sambil mengelus kepala Talita.

"Termasuk sepatu, harus diletakkan di dalam rak sepatu," lanjut Bunda.

Talita mengangguk mengiyakan nasihat Bundanya. Bunda beranjak kembali ke dapur untuk memasak makan malam.

Talita melanjutkan membaca buku dongengnya. Talita terkejut karena kakinya merasa geli, ternyata pussi; kucing peliharaannya sedang bermain-main di kakinya. Talita menggendong kucing itu dan meletakkan di pangkuannya. Namun, Talita merasa heran melihat ada boneka beruang di dekat kakinya. Sepertinya pussi membawanya keluar dari kamar Talita. Pussi memang suka memindahkan barang-barang yang tergeletak sembarangan di

dalam rumah.

"Bunda, lusa di sekolah Talita ada pekan olahraga," ujar Talita pada bundanya yang tengah memotong wortel.

"Wah, seru sekali. Bunda ingat tahun lalu melihat Talita ikut lomba berlari," kenang bunda sambil tersenyum.

"Iya bunda, Talita tidak juara karena larinya belum cepat," Talita teringat pekan olahraga tahun lalu.

Dia sangat bersemangat menanti kedatangan pekan Olahraga. Talita ingin menunjukkan bahwa kini sekarang larinya lebih cepat daripada tahun lalu.

"Talita," terdengar suara bunda memanggil Talita.

Namun Talita yang sedang asyik bermain dengan pusti tak menyahut.

"Talita, sepatunya kok tidak diletakkan di rak sepatu?" Tanya bunda pada Talita.

Talita menoleh pada bundanya, "Talita lupa bunda," jawabnya lalu beranjak menuju rak sepatu.

"Talita, apa bunda harus setiap hari mengingatkan Talita untuk meletakkan sepatu pada tempatnya?"

Talita diam tak berani menjawab.

"Itu buku dongeng juga tidak diletakkan pada tempatnya," tegur Bunda.

"Maaf Bunda," ujar Talita lalu beranjak merapikan barang-barang yang berserakan di kamarnya.

..

Pagi ini Talita bangun lebih pagi daripada biasanya. Semangatnya membuncah karena hari ini adalah hari yang ditunggunya. Pekan Olahraga telah datang, Talita tidak sabar untuk segera berlari.

Setelah mandi dan memakai pakaian olahraga, Talita menuju ke meja makan untuk sarapan bersama dengan kedua orangtuanya.

Talita bercerita betapa bersemangatnya dirinya hari

ini. Selesai sarapan, Talita bersiap untuk berangkat. Talita menuju rak sepatu untuk mengambil sepatunya. Tapi ternyata sepatunya tidak ada.

Talita merasa bingung, "Bunda, di mana sepatu Talita?"

"Lho kemarin Talita letakkan di mana? Bukan di rak sepatu?" Tanya Bunda.

Talita termenung, Talita menyadari kesalahannya. Kemarin Talita tidak meletakkan sepatu di rak, dan meletakkannya sembarangan seperti biasa. Bunda menyadari kesalahan Talita.

"Baiklah, ayo kita cari dulu, sepertinya pusti memindahkannya karena Talita tidak meletakkannya di tempat yang seharusnya," kata Bunda.

Talita mulai mencari di mana sepatunya, sementara hari sudah semakin siang. Talita takut terlambat datang ke acara pekan olahraga. Wajahnya nampak sedih dan menyesal.

Tiba-tiba Talita menemukan sebelah sepatunya di belakang sofa ruang tamu, "Alhamdulillah ketemu satu bunda!" seru Talita. Lalu kembali mencari sisi sepatunya yang lain.

Hari sudah semakin siang, namun Talita belum menemukan sisi sepatu yang lain.

"Talita, ini yang sebelah kiri," Bunda menyerahkan sisi sepatu yang lain.

"Alhamdulillah!" Talita berseru senang, kemudian langsung memakai keduanya.

"Nah Talita, kejadian hari ini dijadikan instropeksi diri ya, kalau tidak meletakkan barang sesuai tempatnya. Bisa jadi hal ini akan terulang kembali," ujur Bunda.

Talita mengangguk mantap, dan berjanji tidak akan mengulangi kebiasaan buruknya kembali.

Setelah berpamitan, Talita segera berangkat ke sekolah bersama ayah untuk mengikuti pekan Olahraga. Alhamdulillah Talita tidak terlambat mengikuti lomba lari yang diinginkannya.



Alesha Zahra Cahyadewi
SDN Model Kota Malang



Balqis Auberta
komplek perumahan TNI AU



Bening Binar
TK Madani Singosari



Zyva Qolbi Asfia
TK ABA 33 (Cita Insani)



Lutfiah Hayyin N

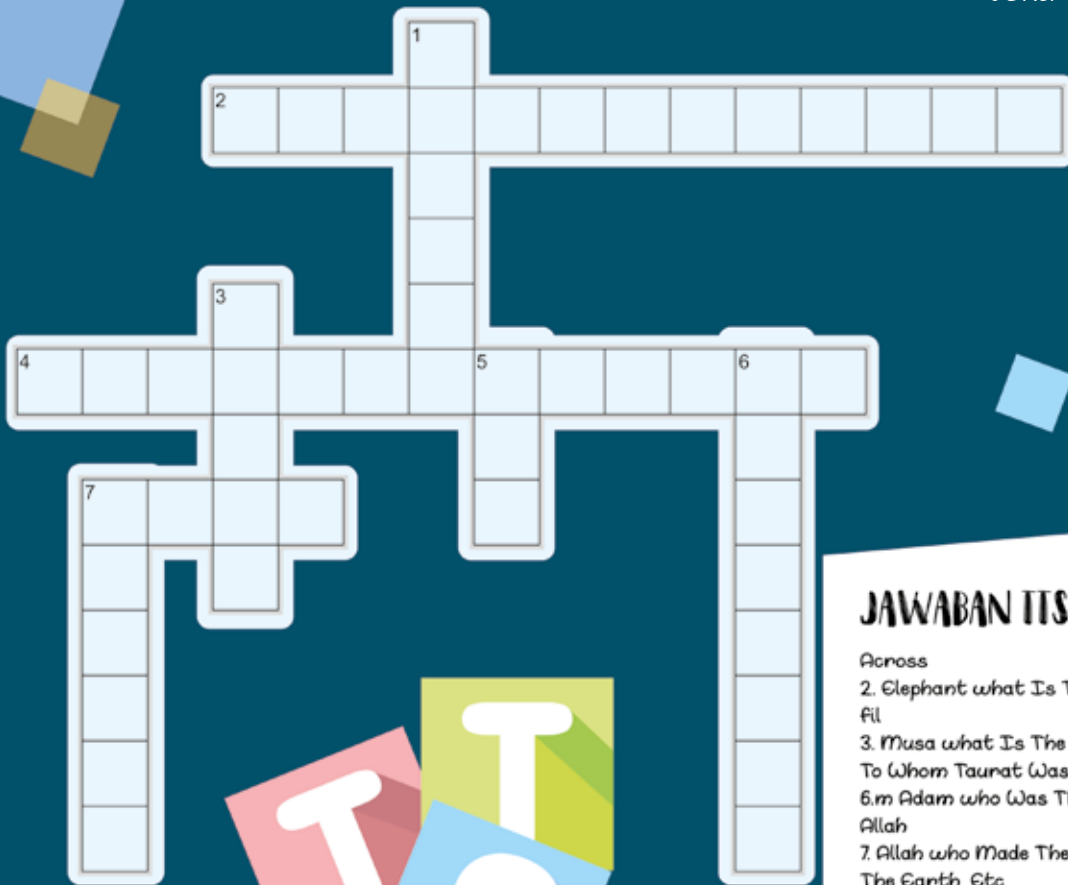


Kikandtya Alesja M
Tk Asssalam Tlogomas



Amira Rizqia Sahati
Sdn Sawoꦱajar 1

Selamat kepada **Amira Rizqia Sahati!** Karya kamu menjadi karya pilihan dan berhak mendapatkan souvenir dari YDSF Malang.



JAWABAN TTS NOVEMBER

Across

2. Elephant what Is The Meaning Of Al-fil
3. Musa what Is The Name Of Prophet To Whom Taunat Was Revealed
- 6.m Adam who Was The First Prophet Of Allah
7. Allah who Made The Human, The Angle, The Earth, Etc
8. Safar what Is The Second Month Of The Islamic Calendar

Down

1. Alqunan what Is The Name Of The Book Sent Down To Prophet Muhammad
4. Alhamdulillah what Do You Say When You Sneeze
5. Daud what Is The Name Of Prophet To Whom Zabur Was Revealed

ISI, KIRIM DAN DAPATKAN HADIAHNYA!!

Redaksi Al Falah Malang
Jl. Kahuripan No. 12 Malang

MAKSIMAL 10 FEBRUARI

Jangan lupa sertakan kupon tts di pojok kanan atas amplop yaa ...

CLUE

ACROSS

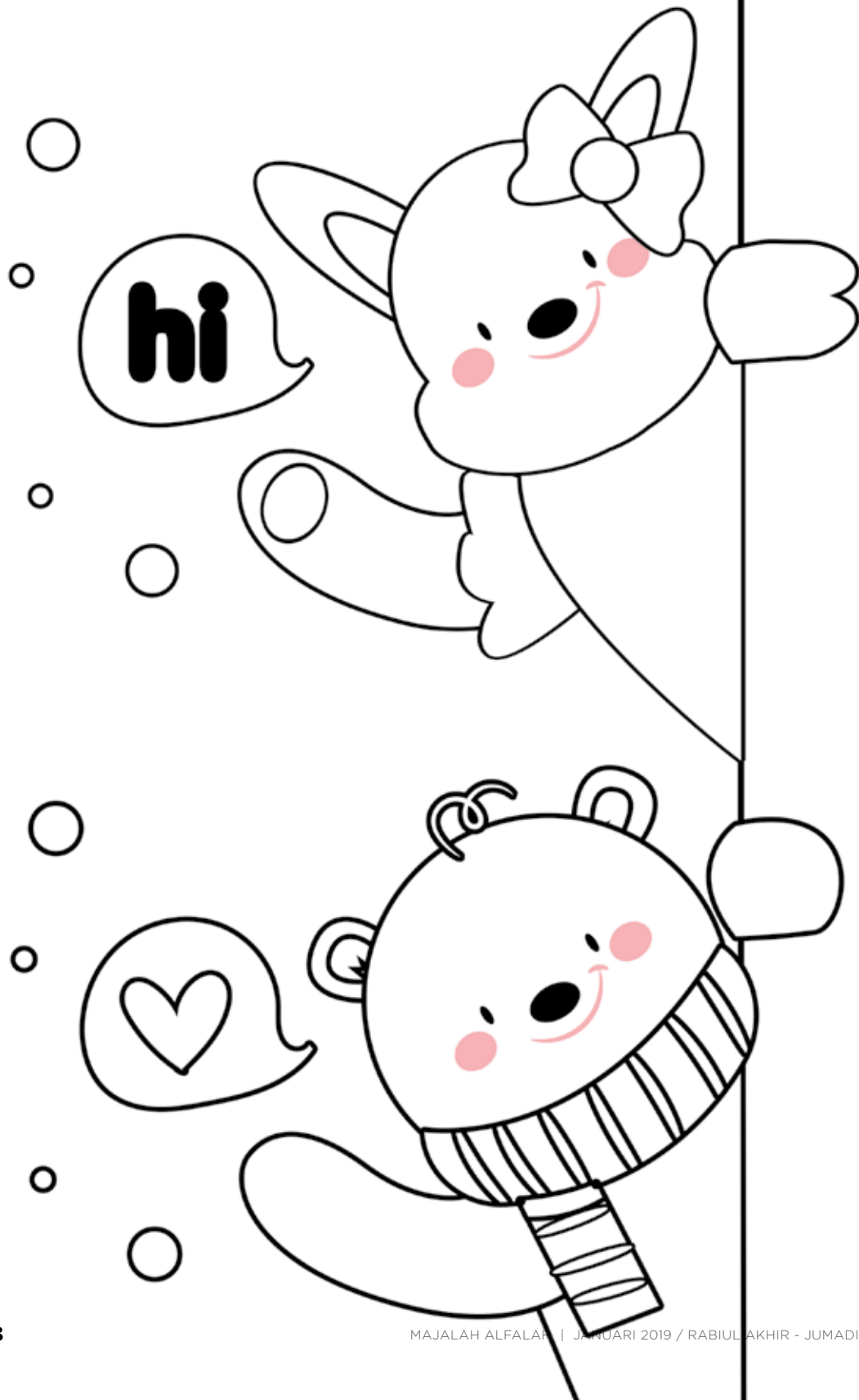
2. The First Professional Nurse In The History Of Islam
4. The First Wife Of Rasulallah
7. Second Khalifah

DOWN

1. The Youngest Wife Of Rasulallah
3. The First Muadzin
5. The Fourth Khalifah
6. The First Khalifah
7. The Third Khalifah

tts alfalah
januari 2019

sertakan kupon ini
beserta jawaban tts
yang dikirimkan



MENGENAL BENDA-BENDA LANGIT



Benda-benda langit adalah sebutan bagi semua benda yang ada di langit (luar angkasa). Contoh benda langit adalah planet, satelit, bintang, nebula, galaksi, asteroid, meteoroid, Sistem keplanetan, Komet, Debu antariksa, Gugus galaksi, Lubang hitam, Supergugus, dll.

(Gambar Benda Di Tempat Yang Disediakan)

BINTANG

Bintang adalah benda langit yang memancarkan cahaya. Terdapat bintang semu dan bintang nyata. Bintang semu adalah bintang yang tidak menghasilkan cahaya sendiri, tetapi memantulkan cahaya yang diterima dari bintang lain. Bintang nyata adalah bintang yang menghasilkan cahaya sendiri. Secara umum sebutan bintang adalah objek luar angkasa yang menghasilkan cahaya sendiri (bintang nyata).

BULAN

Bulan adalah satelit alami Bumi satu-satunya dan merupakan bulan terbesar kelima dalam Tata Surya. Bulan tidak bersinar, tapi memantulkan sinar matahari. Karena itulah kita melihat bulan bersinar di malam hari. Walaupun dari tempat kita tinggal bulan terlihat kecil, sebenarnya bulan ukurannya besar lho ... 3.793×10^7 km² atau 0,074 Bumi.

MATAHARI

Matahari termasuk jenis bintang, dan menjadi pusat tata surya. Matahari sangat berpengaruh pada iklim dan cuaca. Matahari sangat panas lho Sobat. Suhu inti matahari dapat mencapai 15 juta derajat celcius. Gravitasi di Matahari lebih besar 28 kali lipat dari gravitasi di planet Bumi. Jika kamu memiliki berat 40 kg di Bumi, maka kamu akan memiliki berat sekitar 1.120 kg di permukaan Matahari. Wow!

(dari berbagai sumber)



KONSULTASI AGAMA ISLAM

Menjawab Masalah Sesuai Syariah

Oleh:
Ust. H. Muhammad Taufiq, Lc, M.Pd
0823-3470-7920  



Tunaikan Aqiqah Buah Hati Sesuai Syar'i



"Selamat kepada Aliya Aqiqah sudah berkhidmat membantu menyatukan aqiqah putera-puteri keluarga muslim. Semoga Berkah."



PAKET A
Rp1.600.000

- Sate 250 tusuk dan gule 60 porsi (acar, sambal kecap, bumbu sate)
- Bonus: buku risalah, sertifikat

PAKET B
Rp2.100.000

- Sate 450 tusuk dan gule 100 porsi (acar, sambal kecap, bumbu sate)
- Bonus: buku risalah, sertifikat & *laporan aqiqah

PAKET C
Rp2.500.000

- Sate 750 tusuk dan gule 150 porsi (acar, sambal kecap, bumbu sate)
- Bonus: buku risalah, sertifikat, & *laporan aqiqah

PAKET hemat
Rp1.400.000

- Sate 200 tusuk dan gule 40 porsi (acar, sambal kecap, bumbu sate)
- Bonus buku risalah & sertifikat

PAKET promo
* 1.100.000

- Gule 40 porsi dan krenghengan 40 porsi
- Bonus buku risalah & sertifikat

- Menu lain (kambing guling, krenghengan, sate ayam)
- Nasi kotak (plus nasi, mie, krupuk, sendok)
- Siap menyalurkan ke yang berhak
- Siap diantarkan ke rumah, panti, pesantren, atau desa
- Layanan jasa fotografi bayi atau kegiatan aqiqah

alinya
AQIQAH

UDSF
Yayasan Dana Sosial di-Panti
Malang

Pemesanan:
Jl. Kahuripan 12 Malang.
0341-340327 / 0813 3395 1332



PROGRAM JAMBAN SEHAT DESA SEHAT BERDAYA



Program Pembuatan
Jamban Sehat di Kalipare
untuk Membantu Desa
Terbebas dari Buang
Air Besar Sembarangan



UDSF
Yayasan Dana Sosial di-Panti
Malang

**DONASI
RP100.000**

**BNI SYARIAH
5757585855**

