47398 - Bagaimana Seseorang Mengisi Waktu Kosong

Pertanyaan

Saya memiliki problem banyaknya waktu kosong. Karena waktu kosong menyebabkan perkara tidak wajar. Dimulai dari ibadah saya terlihat sedikit sekali, bukan karena sesuatu yang menyibukkan diriku, akan tetapi karena saya stres. Saya menghafal Qur'an lewat guru penghafal Qur'an. Meskipun masih Juz Amma. Saya dapat menghafal yang ditargetkan. Tetapi saya masih mempunyai waktu kosong yang mematikan. Untuk melepaskan kondisi depresi saya melihat TV. Akan tetapi saya tidak menyukainya dan tidak ingin melihatnya. Bahkan saya sekarang duduk di depannya 10 jam lebih, apakah dapat dipercaya 10 jam? Padahal perasaan saya cuma duduk sebentar!! Mohon dengan hormat tolong saya dinasehati apa yang saya lakukan untuk mengisi waktu luang.

Jawaban Terperinci

Alhamdulillah.

Kenikmatan waktu termasuk kenikmatan agung yang Allah berikan kepada hamba-Nya. Sampai Allah bersumpah dengan sebagian waktu. Maka Allah berfirman 'Demi Masa' karena urgensi dan keberkahannya. Nabi sallallahu alaihi wa sallam juga bersabda:

((اِغْتَنِمْ خَمْسًا قَبْلَ خَمْسٍ: حَيَاتَكَ قَبْلَ مَوْتِكَ وَصِحَّتَكَ قَبْلَ سَقَمِكَ وَفَرَاغَكَ قَبْلَ شُغْلِكَ وَشَبَابَكَ قَبْلَ هَرَمِكَ وَغِنَاكَ قَبْلَ فَقْرِكَ)) انظر صحيح الجامع برقم (1077)

"Pergunakan lima hal sebelum datangnya lima hal (lainnya), hidupmu sebelum matimu. Sehatmu sebelum sakitmu. Waktu luangmu sebelum waktu sibukmu. Masa mudamu sebelum waktu tuamu. Waktu kayamu sebelum fakirmu." Silahkan melihat 'Shahih Al-Jami' no. 1077.

Ketika kebanyakan orang tidak mengetahui kadar kenikmatan ini, lalai yang seharusnya dilakukan terhadapnya,, memakmurkan dengan bersyukur dan taat kepada Allah. maka Nabi sallallahu alaihi

wa sallam bersabda:

(نِعْمَتَانِ مَغْبُونٌ فِيهِمَا كَثِيرٌ مِنْ النَّاسِ الصِّحَّةُ وَالْفَرَاغُ (رواه البخاري، رقم 6412

“Dua kenikmatan kebanyak orang lalai (rugi) kesehatan dan waktu kosong.” (HR. Bukhori, no. 6412)

Kata ‘Magbun’ adalah rugi dalam jual beli.

Toyyiby rahimahullah mengatakan, “Nabi sallallahu alaihi wa sallam membuat contoh orang mukallaf (terkena beban kewajiban) dengan pedagang yang mempunyai modal harta. Sementara dia menginginkan keuntungan dengan tetap selamat modal utamanya. Maka metodenya adalah berhati-hati ketika berinterkasi dan senantiasa komitmen jujur dan cerdik agar tidak tertipu. Maka kesehatan dan waktu luang adalah modal harta, selayaknya dia berinteraksi kepada Allah dengan iman dan berjuang keras melawan musuh agama. Agar beruntung kebaikan dunia akhirat. Yang dekat dengan hal ini adalah firman Allah Ta’ala:

(هَلْ أَدُلُّكُمْ عَلَى تِجَارَة تُنْجِيكُمْ مِنْ عَذَاب أَلِيم (سورة الصف: 10

“Sukakah kamu aku tunjukkan suatu perniagaan yang dapat menyelamatkanmu dari azab yang pedih?” (QS. Shaff: 10)

Oleh karena itu hendaknya dia menjauhi untuk mengikuti kesenangan jiwa dan berinteraksi dengan syetan agar tidak hilang modal hartanya dengan keuntungannya. (Fathul Bari, oleh Ibnu Hajar)

Kalau waktu posisinya seperti ini, maka bagi orang Islam selayaknya tidak mempunyai waktu kosong, karena dia berpindah dari suatu ketaatan ke ketaatan lainnya. Kalau tidak menuju ke ketaatan lainnya, maka keluar ke sesuatu yang mubah. Selayaknya memperbaiki niatannya agar mendapatkan pahala. Sebagaimana perkataan Muadz radhiallahu anhu, “Kalau saya bangun dan tidur, saya berharap tidurku seperti saya harapkan waktu bangunku.” (HR. Bukhori, no. 6923 dan Muslim, no. 1854)

Permasalahan yang saudariku keluhkan, ada banyak sebab diantaranya adalah:

Pertama:

Belum menyadari mahalnya waktu. Dan kondisi ini terjadi pada mayoritas orang seperti tadi. Bahkan lebih bahaya lagi bahwa kenikmatan yang agung ini dilalaikan dan disia-siakan sehingga waktu kosong sehingga merusak dan akhirnya menjadi musuh. Waktu (kosong) itu yang membunuh dan dia tidak tahu bahwa waktu kosong itu yang membunuh dirinya.

Kedua:

Mengalami depresi. Tidak diragukan lagi bahwa menyia-nyiakan waktu dan kehidupan merupakan sebab terjadinya depresi berat bagi seseorang. Karena dia merasa seperti hewan, makan, minum dan tidur. Dia tidur untuk makan. Oleh karena itu kita lihat kabanyakan orang kafir mengakhiri kehidupannya dengan bunuh diri. Setelah terkena depresi dan penyakit tidak tersembuhkan. Semoga Allah menjaga kita dari cobaan mereka. Sebagaimana sebab pertama kali terkena depresi adalah melakukan kemaksiatan kepada Allah azza wajalla. Tidak diragukan lagi bahwa menyia-nyiakan waktu dengan melihat TV menjadikan seseorang terkena depresi. Baik dengan melihat yang haram, mendengarkan yang haram, menyia-nyiakan waktu dan semisal itu yang menyebabkan kerusakan lewat TV ini. Sebagaimana faedah yang saudariku dapatkan dalam halaqah hafalan Qur’an Karim dapat menghilangkan sebagian besar atau semuanya dibandingkan dengan di depan TV. Sebagaimana kebaikan dapat menghapus kejelekan, begitu juga kejelekan dapat menghapus kebaikan.

Anda dapat merujuk di website bagian kitab ‘Ilajul Humum (Solusi Kecemasan) di dalamnya lebih rinci sebab kecemasan dan bagaimana cara mengalahkannya. Dalam kitab ‘Akhtor Tuhaddidul Buyut (Bahaya Yang Mengancam Rumah) ada beberapa sebab yang merusak dengan TV.

Ketiga:

Sering menyerah dengan waktu. Dia tidak mempunyai tekad bulat yang menguatkan untuk mengisi waktu dengan bermanfaat.

Solusi dari permasalahan ini adalah, maka saudariku yang mulia hendaknya melakukan langkah-langkah berikut ini:

1. Banyak beribadah baik zikir, wirid, shalat, tilawah Qur'an, puasa dan mentafakuri ayat-ayat Allah dan ciptaan-Nya

2. Khusus Qur'an Karim dimana penanya telah menyebutkan menghafal yang ditargetkan. Kemudian masih sisa waktu kosong yang dihabiskan dengan televisi. Kenapa tidak dihidupkan dengan zikir kepada Allah. berusaha keras tilawah Qur'an dan menambah capaian yang telah dihafalkannya agar bisa menyempurnakan hafalannya. Sebelum disibukkan dengan beban kehidupan. Setiap huruf mendapatkan satu kebaikan. Dan satu kebaikan dilipatgandakan menjadi sepuluh kali. Pada setiap ayat akan menaikkan dan menambah, ia juga termasuk obat dan kesempurnaan. Sebagaimana sabda Nabi sallallahu alaihi wa sallam:

اقْرَأْ وَارْتَقِ وَرَتِّلْ كَمَا كُنْتَ تُرَتِّلُ فِي الدُّنْيَا فَإِنَّ مَنْزِلَكَ عِنْدَ آخِرِ آيَةٍ تَقْرَؤُهَا (رواه أبو داود، رقم 1464وصححه الألباني في الصحيحة، رقم 2240)

"Baca dan naiklah serta baca dengan tartil sebagaimana anda membaca ketika di dunia. Karena posisi anda adalah di akhir ayat yang anda baca. (HR. Abu Daud, 1464 dinyatakan shahih oleh Albani di Shahihnya, 2240)

3. Memberi kontribusi diantara problematika para wanita muslimah di negaranya. Seperti memberikan kontribusi dengan mengajarkan wanita muslimah dan membantu yayasan sosial dan semisal itu

4. Teman wanita yang saleh dengan berkumpul bersamanya dan tetangga yang baik dengan mengunjunginya

5. Membaca buku-buku Islam terutama kisah-kisah yang bermanfaat secara umum

6. Terlibat dalam dakwah dan kegiatan kewanitaan serta di sekolah anak-anak di Islamic Center

7. Mendengarkan kaset dan pengajian dengan meringkasnya dan dibagikan ringkasannya kepada

orang yang dapat mengambil manfaatnya

8. Belajar sebagain ilmu dunia yang bermanfaat seperti memasak dan menjahit dan semisalnya

9. Menjadikan komputer dan program yang bermanfaat adalah tempat yang luas dapat menghabiskan waktu panjang, bisa dijadikan investasi dalam pekerjaan yang banyak baik dan bermanfaat. Hal ini cukup daripada duduk di depan televisi yang tidak bermanfaat sama sekali dan madhorotnya lebih banyak daripada manfaatnya.

Hendaknya anda membaca sebagian kitab yang berbicara tentang urgensi waktu dan cara mengaturnya. Juga mendengarkan sebagian ceramah bermanfaat tentang hal itu.

Semoga Allah memberikan taufik dan kebaikan kepada kita semua. Untuk tambahan, silahkan merujuk di soal-soal berikut ini, (26869) .